

LES OLYMPIADES SENIORS

RELANCER LES OLYMPIADES

La ville de Nantes a identifié chez ses seniors, un besoin de prendre soin de soi, de vieillir en bonne santé, mais aussi de lutter contre l'isolement. Des Olympiades inter-établissements furent organisées entre 2015 et 2019, rassemblant des résidents d'EHPAD et de Résidences Autonomie gérés par la ville de Nantes. Ces événements, portés par les Résidences Autonomie, rencontrèrent un franc succès, mais furent malheureusement suspendus en 2020 avec la pandémie.

La promotion de l'activité physique et sportive a été déclarée Grande Cause Nationale 2024 par le Président de la République. Elle a deux objectifs : inciter les Français à faire davantage d'activité physique et sportive et mettre le sport au cœur des politiques publiques. La Direction des parcours de vie des aînés (DPVA) souhaite relancer l'organisation des Olympiades Seniors en 2024, en l'ouvrant à davantage de participants en tant que projet territorial, afin de permettre aux seniors de profiter de la dynamique des prochains Jeux Olympiques. La conception générale (format, épreuves proposées, composition des équipes...) a été redéfinie.

PRÉPARER LES JEUX

En septembre 2023, une première réunion Groupe Projet a permis de définir les enjeux et les objectifs de l'événement. Il visait à rassembler des résidents en établissements ainsi que des seniors à domicile autour de quatre sports olympiques (rugby, volley-ball, tir à l'arc et athlétisme) dans un format revu et adapté : cette offre d'activités s'est construite avec des partenaires experts en la matière : médecins, éducateurs sportifs spécialisés, structures associatives du territoire.

Entre fin mars et fin avril 2024, une première session d'entraînements a eu lieu en huit séances rassemblant les seize équipes et présentant les épreuves de rugby et de volley-ball. Ces entraînements étaient encadrés par des éducateurs spécialisés en sport adapté, ont été proposés sur les différents quartiers nantais et ont rassemblé 101 seniors. Entre début mai et mi-juin, une deuxième session d'entraînement a été proposée, pour les épreuves de tir à l'arc et d'athlétisme, selon les mêmes modalités que la première session. 104 seniors ont participé.



Ville de Nantes

Ville Amie des Aînés depuis 2017

OBJECTIFS :

- Inclure les seniors dans la dynamique des prochains Jeux Olympiques
- Promouvoir l'activité physique auprès des seniors
- Changer le regard que porte la société sur les aînés
- Offrir un agréable moment aux participants
- Valoriser les acteurs du secteur Sport Seniors
- Contribuer concrètement à la lutte contre l'isolement et au vieillissement en bonne santé

PRATIQUE :

- Organisation d'olympiades seniors à l'occasion des jeux olympiques de Paris
- Participants venants d'EHPAD, de résidences autonomies, de résidences seniors
- Quatre sports représentés : rugby, volley-ball, tir à l'arc, athlétisme
- Deux sessions d'entraînements : 8 séances d'1h15 à chaque fois

JOUR DES OLYMPIADES

Les Olympiades seniors ont eu lieu le 25 juin. Les 16 équipes se sont retrouvées lors de cette journée pour s'affronter sur les 4 épreuves de 25 minutes chacune.

Les participants ont également pu profiter de diverses animations : jeux de pétanque d'intérieur, ping-pong, football, hockey, un atelier de casques de réalité virtuelle (pour vivre un saut en parapente, une plongée avec les dauphins ou encore du mushing avec des chiens de traîneau), un espace exposition avec un projet de photomontage autour des Jeux Olympiques réalisé par les résidents de la Résidence Autonomie du Bout des Landes et une quarantaine de personnages en bois peint représentant les différents sports olympiques, réalisés par deux résidents de l'EHPAD Fonteny, ou encore un spectacle de danses du monde. Des stands de partenaires et associations sportives étaient également sur place, avec mise à disposition de documentation sur les activités proposées à l'année.

Un podium était prévu et les médailles furent remises par les élus et Alain Tétard, ancien joueur de l'équipe de France de hockey sur gazon présent aux Jeux Olympiques de Munich en 1972.

Cette journée d'olympiades a rassemblé 132 participants provenant de douze EHPAD, dix résidences autonomes, dix résidences seniors, et d'autres vivants à domicile (usagers des services et structures accueillant un public senior).



APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme la Ville de Nantes, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : contact@rfvaa.com