

FORUM SENIORS

« BIEN S'INFORMER POUR BIEN VIEILLIR »

OBJECTIFS

Permettre aux seniors et à leurs familles d'être informés sur tous les services présents à leur intention sur le territoire. Les aider à mieux vivre chez eux et dans leur ville. Améliorer leur qualité de vie. Inscrire les seniors dans une démarche de prévention de la perte d'autonomie à travers leur participation concrète à des ateliers de prévention sur diverses thématiques. Permettre de faire passer des messages importants de façon ludique, aussi bien auprès des seniors que de leurs aidants.

PRATIQUE

Mettre en place une initiative qui répond aux demandes du diagnostic territorial. Elaborer une fiche projet pour la mise en place d'un forum à destination des seniors. Inviter les exposants. Organiser le programme. Communiquer auprès du grand public.



INFORMER LES SENIORS

La Ville de Rezé a rejoint en 2017 le Réseau mondial des villes et communautés amies des aînés (OMS) et le RFVAA. Cet engagement est une des traductions de la volonté municipale en faveur du vivre en intelligence, dans une ville accessible qui intègre les citoyens, quel que soit leur âge. Le diagnostic de territoire réalisé en 2018 a permis de définir des priorités et de décliner un plan d'actions en direction des seniors. Afin de répondre aux besoins d'informations et permettre une meilleure connaissance de l'offre présente pour les seniors sur les communes de Rezé et des Sorinières, le service seniors de la Ville a proposé la mise en place d'un forum « Bien s'informer pour bien vieillir » en février 2019.

La mise en œuvre du projet a commencé en septembre 2018 et s'est déroulée à travers différentes étapes. Tout d'abord, la fiche projet a été élaborée par le service seniors et elle a été validée ensuite par les élus. La recherche des partenaires financiers a été un aspect très important. Du point de vue du programme, les premiers choix à faire ont porté sur les ateliers prévention mis en place dans le cadre du forum. Une fois que les thématiques ont été établies, les animateurs ont été contactés pour l'élaboration du cahier de charges de chaque atelier et pour les demandes de devis. Divers acteurs du territoire ont été invités au forum en tant qu'exposants. L'inscription des exposants a été clôturée en janvier 2019 afin de permettre l'organisation technique du forum.

Un courrier d'invitation a été envoyé par le CRCAS (Comité régional de coordination de l'action sociale) aux adhérents des caisses de retraite. La communication grand public a été lancée en février.

DES INFORMATIONS DIVERSES POUR BIEN VIVRE

Le forum s'est tenu sur deux jours. L'entrée et la participation aux ateliers étaient gratuites. La manifestation a été organisée autour de stands tenus par des professionnels (60) et d'ateliers de prévention (7). Les stands étaient organisés autour de 4 espaces d'informations : « Mon quotidien plus facile » - des services à domicile pour aider les retraités à rester le plus longtemps possible dans leur logement (SAAD, SSIAD, téléassistance, portage de repas, caisses de retraite/département, Fepem, matériel médical...) ; « Mon lieu de vie demain » - établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), résidence ou domicile services, associations proposant de la colocation intergénérationnelle ; « Mes loisirs, mon réseau » - regroupant les structures proposant notamment les activités de lien social ; « Mes lieux ressources » - CLIC, Maison des aidants, UDAF...

Les thématiques abordées par les sept ateliers sont les suivantes :

- Bien vivre sa retraite : un atelier ludique pour aborder sereinement la retraite (animé par Benevolt) ;

- Bien chez soi : des conseils pratiques sur l'aménagement et l'ergonomie du domicile grâce à une visite virtuelle d'une maison en 3D (animé par Soliha) ;
- Bien anticiper : une expérience réelle pour tester les effets du vieillissement grâce à un simulateur de vieillissement (animée par ALEP) ;
- Bien dans l'assiette : une aventure sensorielle autour des plaisirs de l'alimentation (animée par des diététiciennes) ;
- Bien en équilibre : un parcours ludique (parcours psychomoteur santé) pour tester l'équilibre et de la gym sur chaise (psychomotricienne d'un EHPAD et animateur sportif) ;
- Bien en forme : les conseils d'une ergothérapeute pour adopter les bons gestes dans votre quotidien et notamment éviter les chutes (ergothérapeute de Nantes Métropole) ;
- Bien dans sa tête : des astuces et méthodes pour mieux comprendre et booster votre mémoire (MSA).

Le forum a rencontré un vif succès pour cette première édition. 770 visiteurs se sont déplacés sur ces deux jours. 270 personnes ont participé aux ateliers de prévention. Cette journée a également permis aux exposants de faire connaissance et de nouer des partenariats. Le forum sera reconduit tous les trois ans.



APPEL À CONTRIBUTION

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