

LES AINÉS SONT DANS LA RUE !

UN FLASHMOB POUR TOUS

Avant le contexte sanitaire lié à la Covid, il était organisé mensuellement des thés dansants à destination des seniors dans la ville de Béziers. Très régulièrement, les personnes sollicitaient l'office des seniors pour savoir si ces animations allaient reprendre. Le projet de flash mob est donc né lors de la réflexion sur le programme de la semaine Bleue 2021, et notamment d'un temps fort pour l'ouverture de cette semaine. Il permettait de répondre à l'envie de danser, tout en proposant une activité partagée, finalisée lors de la représentation dans le centre-ville de Béziers. Outre la représentation en centre-ville, les danseurs sont allés à la rencontre des résidents des EHPAD. Certains agents du CCAS ont participé au flash mob, pour renforcer le lien avec les seniors. L'atelier couture s'est également joint au projet pour la confection des costumes qui sont utiles aux flash mobs.

FINANCEMENT DU PROJET

Le premier flash mob a coûté 750 euros (achat de 60 chapeaux et tee-shirts floqués semaine bleue ainsi que la SACEM). A chaque flash mob, il fallait prévoir la SACEM et l'achat de tissus pour les costumes. La salle, qui accueille les répétitions, est quant à elle mise à disposition par la ville à l'Office des seniors. C'est le CCAS qui a financé le projet.

ORGANISER LE PROJET, RASSURER LES SENIORS

La communication concernant la possibilité de participer à un flash mob s'est faite en direct, mais aussi par voie d'affichage et sur le site Facebook du



L'office des seniors (CCAS)

À Béziers (34)

Ville Amie des Aînés depuis 2019

OBJECTIFS :

- Proposer une activité physique, régulière, conviviale et adaptée aux seniors.
- Valoriser les seniors lors de représentations qu'ils réalisent sur le domaine public.
- Créer du lien entre les seniors des différentes structures de la ville et des divers ateliers proposés par l'Office des seniors (ateliers danse et couture).
- Renforcer le lien social avec les résidents des EHPAD.

PRATIQUE :

- Communiquer autour du projet sur les réseaux sociaux.
- Choisir la musique pour le rassemblement et une chorégraphie adaptée à tous.
- Organiser des répétitions.
- Rédiger un document écrit et une vidéo de la chorégraphie tout en traitant des questions logistiques (déclaration auprès de la SACEM, achat de chapeaux et de tee-shirts, demande d'autorisation d'occupation du domaine public)
- Evaluer quantitativement et qualitativement l'action.

CCAS de Béziers. La communication autour du projet était donc très importante pour favoriser la participation d'un maximum de seniors. Il était essentiel de leur expliquer le principe du flash mob (les mêmes pas de danse réalisés par tous les danseurs) et les rassurer quant à leur capacité à pratiquer cette activité. La régularité des séances d'entraînement a elle aussi permis d'entretenir la motivation. Les animatrices de l'office des seniors ont quant à elles choisi la musique du flash mob avec les seniors. Elles ont travaillé à une chorégraphie adaptée aux aînés, réalisable par tous. Elles ont organisé des répétitions, auxquelles elles ont convié les référents seniors des maisons de quartier ainsi que les animateurs des résidences seniors et des EHPAD. Elles ont réalisé un document écrit expliquant les pas de danse et ont également créé une vidéo de la chorégraphie. Les questions logistiques ont été traitées en parallèle (demande d'autorisation d'occupation du domaine public, déclaration auprès de la SACEM, achat de chapeaux, commandes de T.shirts "Semaine bleue 2021"...).

SE RÉAPPROPRIER L'ESPACE

Les retours ont été très positifs. Les seniors ont été félicités pour leur initiative, qui a animé le centre-ville et les EHPAD. Certains ont même demandé les vidéos des chorégraphies pour pouvoir les répéter chez eux. De plus, ils ont pu occuper l'espace public de manière positive et dynamique, en se l'appropriant.

Compte tenu de l'intérêt des seniors pour cette action, il a été décidé de renouveler l'expérience. Ainsi, des ateliers danse ont été programmés deux fois par semaine, les mercredis après-midi et les jeudis matin. De plus, l'atelier couture s'est associé au projet puisque les couturières ont proposé leur aide pour confectionner des costumes. La préparation et la réalisation du flash mob ont ainsi engendré une réelle dynamique. La convivialité était de mise. Les seniors se sont sentis valorisés et les résidents des EHPAD ont apprécié que des représentations soient organisées pour eux. Certains ont même essayé d'apprendre les chorégraphies.



APPEL À CONTRIBUTION

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

