Ensemble,
agissons avec les aînés
du Pays de Retz

2019 - 2020

PLAN D'ACTIONS

MON VIEUX SOLIDAIRE

Inscription : direction@csc-mireillemoyon.fr

- *Quoi : Organisation de la mise en lien entre les générations*
- Comment : par le partage de logements et de jardins
- Pourquoi : pour contribuer à lutter contre l'isolement des aînés du Pays de Retz.

MOBILITÉS SOLIDAIRES

inscription : chauvin.antoine@msa44-85.msa.fr

- *Quoi : Organisation de systèmes de déplacements accompagnés*
- *Comment : par le développement des services de mobilité solidaire sur les communes du Pays de Retz non encore couvertes et par la diffusion de l'expérience « triporteur » de l'EPHAD de Chaumes en Retz*
- *Pourquoi : pour être accompagné dans ses déplacements contraints lorsqu'il n'y a pas d'autres solutions et bénéficier de promenades de proximité lorsqu'on est dans l'incapacité de marcher sur de longues distances.*

CONFÉRENCES SANTÉ SÉNIORS

Inscription : clic@pornicagglo.fr

- *Quoi : Diffusion de messages de prévention et valorisation d'actions favorisant l'acquisition de compétences en santé*
- Comment : par l'organisation de conférences publiques sur chaque Communautés de communes du Pays de Retz
- Pourquoi : pour permettre aux aînés du Pays de Retz participants aux conférences d'agir sur leurs facteurs individuels de santé.

Y A DE LA RUMBA DANS L'AIR

Inscription : direction@csc-mireillemoyon.fr

- *Quoi : Organisation de la mise en lien d'acteurs culturels locaux*
- Comment : par le partage d'informations et de ressources adaptées aux séniors
- Pourquoi : pour encourager la pratique culturelle des aînés du Pays de Retz.

CYBERBUS

Inscription : direction@csc-mireillemoyon.fr

- *Quoi : Création d'un lieu de proximité favorisant l'acquisition de compétences numériques*
- *Comment : par la mise en place d'un service mobile*
- *Pourquoi : pour contribuer à lutter contre « l'illectronisme » des aînés du Pays de Retz (manque ou absence totale de connaissance des clés nécessaires à l'utilisation et à la création des ressources électroniques).*

ATELIERS SPORT ADAPTÉ

Inscription : clic@pornicagglo.fr

- *Quoi : Sensibilisation et mobilisation des aînés du Pays de Retz sur la pratique sportive*
- Comment : par la valorisation d'actions existantes sur le Pays de Retz et l'organisation de cycles de 4 ateliers de découverte de sports adaptés sur chaque Communautés de communes, à la suite des conférences publiques
- Pourquoi : pour favoriser l'acquisition de compétences individuelles en santé des séniors du Pays de Retz qui souhaiteraient mettre en pratique les messages génériques de prévention, délivrés lors des conférences publiques « Santé séniors »

ATELIERS NUTRITION ET PLAISIR DES SAVEURS

Inscription : clic@pornicagglo.fr

- *Quoi : Sensibilisation aux bienfaits d'une alimentation conforme au goût de chacun*
- Comment : par l'organisation (Maison des aînés de Montbert et EVS de Chaumes en Retz) de 2 cycles de 4 ateliers minimum de préparation de repas
- Pourquoi : pour encourager des aînés en situation d'isolement ou en rupture avec l'alimentation à retrouver du plaisir à manger et à cuisiner.

CARTE POSTALE

Inscriptions : clicpass-ages@laposte.net

- *Quoi : Organisation d'une campagne de prévention de l'isolement*
- Comment : par la diffusion personnalisée par commune d'une carte postale attractive et informative (au moment du repas des aînés ou de la distribution de colis individuels)
- Pourquoi : pour repérer les personnes isolées fragilisées et mieux informer sur les missions des Clic.

RÉPIT INNOVANT À DOMICILE

Inscription : clic-vivresonage@orange.fr

- *Quoi : Elaboration d'un projet innovant sur les modes de répit à domicile*
- *Comment : par un état des lieux des besoins et des initiatives en s'appuyant sur l'existant (exemple : le service « Bulle d'Air » à La Roche sur Yon https://lebimsa.msa.fr/services/bulle-dair-en-vendee/)*
- *Pourquoi : pour définir un projet à présenter aux professionnels du Pays de Retz*

JOURNÉE "PRENEZ SOIN DE VOUS"

Inscription : charlotte.guillaumin@loire-atlantique.fr

- *Quoi : Organisation de temps de partage entre intervenants tous métiers et secteurs confondus (domicile, établissements, PA/PH)*
- *Comment : par la mise en place d'une journée sur chacune des 4 communautés de communes*
- *Pourquoi : pour valoriser, donner du sens, redonner confiance aux acteurs de l'aide à domicile dans leur métiers auprès des aînés.*

COMMENT PROMOUVOIR LA SANTE ET LE BIEN ETRE DES AINES DU PAYS DE RETZ ?

Cette question a réuni 65 acteurs du territoire au premier semestre 2019. La participation de 16 élus, 24 professionnels, 17 bénévoles et 8 habitants a permis d'identifier 10 actions à mettre en place avec et en direction des ainés du Pays de Retz pour favoriser leur bien être.

INSCRIVEZ-VOUS AUPRÈS DES CONTACTS IDENTIFIÉS POUR CHAQUE ACTION ET PARTICIPEZ À LA MISE EN ŒUVRE D'UNE OU PLUSIEURS DES ACTIONS PROPOSÉES. DES DATES DE RENCONTRE VOUS SERONT PROPOSÉES À PARTIR DU MOIS D'OCTOBRE 2019.