

## LE BADMINTON POUR TOUS

### LE BADMINTON ASSOCIATIF CHOLETAIS ET SES BÉNÉVOLES

Le "Badminton Associatif Choletais" a été choisi par le CIAS pour répondre à un manque de pratique ludique au sein des résidences autonomes. La pratique mensuelle dans quatre résidences de l'agglomération du Choletais a fait naître un projet suite aux diverses questions des résidents.

L'objectif conjoint a toujours été d'amener dans un premier temps la pratique sportive (notamment le badminton) au sein même des résidences autonomes, pour ensuite conduire les pratiquants à venir à la salle de sport dans le cadre d'animations ponctuelles et vers une pratique plus régulière au gymnase.

L'envie de faire se déplacer les résidents dans un lieu "de pratique" en y intégrant de jeunes bénévoles a boosté ce projet. Nécessaire en terme d'organisation (le besoin d'encadrants étant plus important du fait du manque d'autonomie dans le jeu des participants), leur présence en nombre amène du lien intergénérationnel et favorise les échanges.

### UNE PREMIÈRE EN AVRIL 2019

L'idée de mettre en place un temps fort dans l'année, une sorte de forum, est apparue dès les premières séances, en septembre 2018. Un objectif fort autour d'une adhésion à une activité sportive au sein d'un club sportif, à une participation à la vie associative. Suite à plusieurs échanges avec les directrices des différentes résidences, une date commune a été choisie et la première édition de ce forum s'est tenue le mercredi 17 avril 2019.

Les résidences gèrent le transport des résidents. Ce fonctionnement est resté identique depuis lors. Cette saison, l'opération a été répétée deux fois, un premier forum en novembre et le deuxième en avril.

Le forum s'articule autour de différents ateliers (mémoire, équilibre, jeu coopératif, badminton, entre autre). Chaque atelier est doté de critères de réalisations et des différentes variantes susceptibles d'être amenées. Ce temps fort est encadré par des jeunes pratiquants du club pour garder cette notion d'intergénérationnel. Un tableau de rotations avec un timing par ateliers est préparé et un responsable d'équipe au sein de ces jeunes bénévoles est choisi. Ceux-ci ont été briefés en amont et connaissent les ateliers. Il y a deux jeunes pour un groupe de six à huit résidents.



### Agglomération du Choletais

Ville Amie des Aînés depuis 2018

Le Choletais (49)

### OBJECTIFS :

- Rencontrer les résidents des autres structures et partager un moment convivial en présence de jeunes qui aiment leur faire découvrir leur activité préférée.
- Créer du lien social en développant les interactions, ouvrir vers le monde extérieur.
- Parfois c'est aussi la possibilité d'avoir une "première expérience en club".

### PRATIQUE :

- Les bénéficiaires de ce projet sont les résidents des différentes structures d'accueil de l'agglomération du Choletais. Ils sont âgés de 70 à 99 ans en moyenne et sont environ 25 par forum.
- Deux forums saisonniers (novembre et avril).
- Huit différents ateliers.
- Présentation d'une activité sportive au sein d'un club sportif.
- Un temps fort encadré par des jeunes pratiquants du club.

## UN FORUM ARTICULÉ AUTOUR DE DIFFÉRENTS ATELIERS

Les bénéficiaires de ce projet sont les résidents des différents structures d'accueil de l'agglomération du Choletais. Ils sont âgés de 70 à 99 ans en moyenne et sont environ 25 par forum.

A leur arrivée à la salle Grégoire (complexe sportif doté d'un grand mur d'escalade toujours très impressionnant) les résidents découvrent "l'infrastructure". Ils prennent le temps de faire connaissance les uns avec autres, dans une ambiance conviviale. Chaque jeune bénévole est ensuite présenté, puis les équipes sont formées en mélangeant les différentes résidences.

Les groupes rejoignent l'atelier qui leur est désigné. Un temps de repos est mis en place entre chaque changement d'atelier. Les enchaînements d'ateliers sont fait de façon à ce qu'ils soient en position debout (pour ceux qui le peuvent) puis en position assise.

A la moitié des huit ateliers, un goûter est servi. Un moment très apprécié pour reprendre des forces et discuter avec les résidents ou les jeunes bénévoles.

A la fin du dernier atelier, tous les participants sont réunis pour la photo souvenir. Une remise de diplômes a lieu afin de féliciter et soutenir symboliquement l'investissement de chaque pratiquant. Les résidents repartent de la salle enchanté et de bonne humeur.

L'évaluation de ce projet se mesure aux sourires des pratiquants et surtout aux retours qu'ils font sur les séances des semaines suivantes. Certains viennent, par la suite, assister à des rencontres "élite", ou des événements festifs du club du "Badminton Associatif Choletais".



## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme l'Agglomération du Choletais, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)

