

PASS' SPORT SANTÉ SENIORS



SCHOELCHER

Ville Amie des Aînés depuis 05-2015

Shoelcher - Martinique (972)

Fiche publiée le 12/12/2018

OBJECTIFS

Permettre aux personnes âgées d'adapter leur rythme de vie au quotidien. Favoriser la pratique régulière d'une activité physique adaptée. Contribuer à l'épanouissement physique et psychologique des seniors. Favoriser le maintien de l'autonomie et du bien être des personnes âgées. Rompre l'isolement en créant du lien social.

PRATIQUE

Proposer des activités physiques adaptées. Animer des conférences d'information sur la santé. Créer des ateliers d'échange et de partage. Proposer des sorties pédagogiques et conviviales.



PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Le Pass'Sport santé seniors permet de participer à des activités physiques pendant toute l'année scolaire pour un coût réduit de 7 € par mois et par atelier.

La promotion de l'activité physique est une priorité inscrite dans les politiques de santé publique et réaffirmée par le plan national "Bien Vieillir" ainsi que le Programme National Nutrition Santé. Avec l'allongement de la durée de vie et le vieillissement de la population, il convient de prévenir les maladies au niveau : physique (chutes, fractures, contractures,

claquages...) ; moral (susceptibilité, angoisse, perte de confiance en soi...) ; social (agressivité, isolement, renfermement sur soi...).

Pour ce faire, des activités physiques adaptées aux seniors ont été proposées : gymnastique douce, danse traditionnelle, danse de salon, haute-taille, yoga, tai chi, tennis, marche, aquagym, prévention des chutes... Des éducateurs sportifs de la ville et des intervenants privés ont pris ces activités en charge et un programme a été établi en fonction de l'âge du public et des capacités des aînés. Des conférences trimestrielles d'information sur la santé ont été tenues, et des sorties conviviales et culturelles ont lieu à la même fréquence.



UN PROJET AMBITIEUX

Cette action rassemble de nombreux acteurs et partenaires. Les éducateurs sportifs de la ville et des intervenants privés (association des maîtres nageurs, Yoga Life West Indies, Association de Tai chi, Tennis) gèrent l'animation des différents ateliers. Le coordinateur du dispositif Pass Sports Santé Seniors gère le projet dans sa globalité. Des conventions ont été signées avec des partenaires privés. La collectivité territoriale



de Martinique, l'Agence Régionale de Santé et la CGSS Martinique sont les financeurs de ce projet. Une démarche qualité a été mise en oeuvre par la société Rich' Conseil SARL. La communication a été assurée via différents canaux : des flyers ont été distribués dans plusieurs quartiers, la presse écrite et les médias ont été sollicités, des courriers ont été envoyés directement aux seniors, un système d'invitation d'amis a été mis en place, le site internet de la ville a été exploité, une plateforme SMS a été créée, et le bouche à oreille a contribué au succès de cette action.

UNE ACTION LARGEMENT PLÉBISCITÉE

Des indicateurs d'évaluation et de suivi ont été mis en place. Ainsi, le taux de fréquentation des seniors aux activités, aux conférences et aux sorties culturelles ont été notés, une évaluation du programme a été faite et un questionnaire de satisfaction communiqué aux adhérents. D'une manière générale, l'information et la communication sur le lancement du Pass'Sport Santé se sont bien passées. Le nombre d'adhérents (450 aujourd'hui) ne cesse de croître depuis février 2014 (date de lancement du Pass) et les ateliers rencontrent toujours plus de succès. Les participants prennent part aux diverses activités avec un grand enthousiasme et demandent même que d'autres ateliers soient mis en place, comme par exemple une initiation à l'informatique, des cours d'anglais et d'espagnol, une chorale, un atelier de cuisine santé diététique et une initiation à la photo



APPEL À CONTRIBUTION

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