

VÉLO COGNITIF

RENCONTRE AVEC REV'LIM

Le CCAS de Lormont propose un programme de prévention de la perte d'autonomie depuis plusieurs années maintenant. En effet, il répond chaque année à l'appel à projets de la Conférence des financeurs, ce qui leur permet de développer leur offre d'activités sur l'Espace senior. C'est dans le cadre de la conférence des financeurs et de la coordination par l'UDCCAS, que le CCAS a rencontré un prestataire qui propose une solution innovante pour allier le sport à l'activité intellectuelle.

Il s'agit de Rev'lim, une société créée depuis 2013 qui intervient dans le champ de l'amélioration du bien-être et de la qualité de vie des personnes fragilisées. Ils ont développé ce concept innovant de vélo cognitif pour prévenir la perte d'autonomie.

PRINCIPE DES SÉANCES

Le vélo cognitif est un vélo d'appartement qui dispose d'un écran type tablette tactile qui permet tout en pédalant de suivre sur la tablette plusieurs jeux pour faire travailler la mémoire.

Après une recherche de financements, le CCAS a établi un contrat, puis une convention avec Rev'lim. Un planning annuel des interventions a ensuite été élaboré. Les séances se font à hauteur de 3 par an. Il s'agit de séances individuelles qui peuvent accueillir jusqu'à 6 personnes. Chaque séance dure une demi-journée.



CCAS de Lormont

Ville Amie des Aînés depuis 2019

Lormont (33)

OBJECTIFS :

- Maintien des capacités physiques et intellectuelles.
- Allier activité mémoire et sport.
- Prévention de la perte d'autonomie.

PRATIQUE :

- Rencontre avec les prestataire via la conférence des financeurs.
- Organisation de 3 séances d'une demi-journée par an.
- 6 bénéficiaires par séance.