

Ville amie des aînés

Des activités gratuites pour favoriser le bien-être et lutter contre l'isolement des séniors

Jeudi 7 février 2019, 09h30

Maison des habitants centre-ville, 2 rue du Vieux Temple

En présence de
Kheira Capdepon
Adjointe aux Personnes âgées
et à la Politique
intergénérationnelle



La Ville de Grenoble dispose de Pôles d'Animation Gérontologique et Intergénérationnelle (PAGI) dans 6 secteurs de la ville qui ont pour principale mission l'animation d'activités intergénérationnelles en direction des personnes âgées, pour lutter contre l'isolement tout en renforçant le lien social sur les quartiers.

Parmi les activités développées, les ateliers prévention occupent une place importante par le choix et la fréquence des animations proposées. Ces ateliers, mis en place depuis 2013, permettent de « vieillir actif » dans son corps et son esprit. Diverses activités sont proposées selon les territoires : la gymnastique douce, la relaxation, le Qi Gong ou encore des ateliers mémoire. Ces ateliers prévention sont organisés tout au long de l'année et destinés aux retraités.

En 2017, plus de 480 usagers ont été enregistrés sur ces ateliers prévention dont un tiers est organisé en partenariat avec la CARSAT (Caisse d'assurance retraite et de la santé au travail).

Depuis le 1^{er} janvier 2019, ces ateliers sont gratuits (le coût est donc entièrement porté par la Ville).

En 2016, la Ville de Grenoble s'est engagée dans la démarche *Ville amie des aînés* visant à améliorer la qualité de vie des séniors grenoblois. A travers cette nouvelle gratuité, la Ville réaffirme sa volonté de lutter contre l'isolement et favoriser le bien-être des 55 ans et plus.

Jeudi 7 février à 9h30, Kheira Capdepon, Adjointe aux Personnes âgées et à la Politique intergénérationnelle, rencontrera les personnes âgées qui participent à un atelier gym douce.