

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Semaine bleue : créer la rencontre entre les générations

À Mérignac plus de 10 000 habitants sont âgés de plus de 60 ans. La semaine bleue, semaine nationale des personnes retraitées et personnes âgées se tiendra du 2 au 8 octobre 2021 sur le thème « Ensemble, bien dans son âge, bien dans sa ville ». Mérignac a pour objectif de proposer une offre toujours mieux adaptée à ses seniors. Informations, témoignages et Mobil'Aînés® : ce grand rendez-vous dédié aux seniors permet de créer la rencontre entre les générations et mieux cerner les enjeux liés à l'évolution des modes de vie.

Samedi 2 octobre : Forum des aidants

Le samedi 2 octobre de 10h à 16h rendez-vous à la Maison des Associations pour le Forum des Aidants. Une journée pour s'informer et échanger sur les droits des aidants. Entrée libre.

Maison des associations, 55 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny

Lundi 4 octobre : Seniors en action de 14h à 16h30

Des films entrecoupés de témoignages, d'échanges et d'une intervention théâtrale de Mattéo. 8 mini films réalisés avec des Mérignacais en action, bien dans leur vie, bien dans leur ville !

À 15h30 > Lancement du Conseil des aînés

La Ville de Mérignac étoffe ses instances de démocratie participative en créant un Conseil des aînés. Les seniors ont désormais un conseil pour s'investir dans les projets municipaux et être force de propositions. Cette instance sera composée de 50 membres (5 représentants issus des 10 quartiers de Mérignac). Ses objectifs sont d'associer les aînés aux projets municipaux, de recueillir et d'être à l'écoute de leurs besoins, de les amener à participer à la vie citoyenne. La première plénière aura lieu à la fin du mois de novembre.

Mérignac Ciné, place Charles de Gaulle - Sur inscription

Mercredi 6 octobre : Journée Nationale des Aidants

Une journée pour prendre soin de soi, pour se ressourcer en découvrant différents ateliers bien-être : automassage, arthérapie, sophrologie, réflexologie, méditation de pleine conscience, diététique, activités physiques adaptées.

En octobre 2018 la Ville de Mérignac a ouvert le Relais des aidants. Il s'adresse aux personnes qui accompagnent au quotidien un proche malade ou handicapé. Ces personnes, qui parfois sont au bord

de l'épuisement, y trouveront de l'information, des permanences adaptées et une écoute bienveillante. Cette structure est unique en Gironde.

À 16h > Signature de la Charte d'engagements réciproques « Ville Aidante – Alzheimer »

À l'occasion de la Journée nationale des Aidants, la Ville de Mérignac signera avec l'association France Alzheimer la Charte d'engagements réciproques « Ville Aidante – Alzheimer – Aider les personnes malades et leurs proches à toujours profiter de la Ville ». Mérignac affirme ainsi sa volonté de favoriser l'inclusion des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée, et de leurs proches, au sein de la cité.

Relais des aidants, 29 rue Alphonse Daudet - Sur inscription.

Jeudi 7 octobre : Découverte de la Maison sport santé

Venez découvrir le fonctionnement et les activités de la Maison sport santé de Mérignac créée par la Ville de Mérignac et l'association La Vie à Domicile-Maison de La Santé et des Aidants.

En s'adressant à la Maison Sport Santé les usagers bénéficient de consultations médicales et d'évaluations par un coach sportif pour faire le bilan de leur condition physique. La prescription de programmes de sport adapté permet de toucher des personnes qui n'ont pas l'habitude de pratiquer d'activités physiques. La Maison Sport Santé assure le suivi et le bilan de ce retour vers le sport. Un accompagnement sur mesure pour tous ceux qui souhaitent être aidés pour reprendre ou découvrir une activité physique.

Maison sport santé, 412 avenue de Verdun - Sur inscription

Vendredi 8 octobre : Mobil'ânés®

C'est la fête ! Personnes âgées en rolateurs et personnes valides se retrouvent pour une marche intergénérationnelle, festive et active, qui sera suivie d'un spectacle et d'un goûter. Un événement organisé par l'association Prendre soin du lien.

Place Charles-de-Gaulle de 14h à 17h – Sur inscription

Renseignements et inscriptions : CCAS de Mérignac 05 56 55 66 55 / 50 ou ccas@merignac.com

Contact presse :

Virginie Bougant

Chargée de communication et relations presse

06 27 52 48 69

v.bougant@merignac.com