

Des Olympiades pour lutter contre l'isolement des seniors

En janvier 2024, neuf structures se sont associées au centre communal d'action sociale (CCAS) de Mulhouse afin de constituer des équipes de seniors qui se sont affrontées lors d'épreuves sportives en avril et mai. Objectif : lutter contre l'isolement des personnes âgées vivant à domicile ou dans des résidences seniors et leur permettre de conserver une activité physique. Ce jeudi 16 mai, les deux équipes restantes participeront à la grande finale.

Un projet pour promouvoir l'activité physique pour les seniors

Développer un projet de promotion de l'activité physique pour les seniors, en lien avec la dynamique des Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024. Voici le souhait du collectif Bien vivre et bien vieillir, coordonné par le CCAS de Mulhouse et regroupant de nombreuses structures œuvrant pour l'accompagnement des personnes âgées.

Pour mener à bien ce projet, financé par la Conférence des financeurs, neuf structures (les centres socioculturels AFSCO, Pax, Papin, Wagner, Drouot et BOAT ; les résidences seniors Domitys, Les Girandières, Quiételle et la Maison du temps libre (Amaelles)), se sont associées au CCAS pour imaginer des olympiades.

Ainsi, depuis janvier 2024, chaque structure partenaire a constitué des équipes, chacune encadrée par un éducateur spécialisé en activités physiques adaptées, à raison d'une séance hebdomadaire d'une heure.

Au total, 80 participants se sont entraînés pour s'affronter, en équipe, sur des épreuves communes : lancer de vortex, relai, volley adapté, jeu de précision... En marge de ces entraînements, des sessions d'informations sur la santé ont été proposées.

Tisser des liens

Une fois prêts, les seniors se sont rencontrés pour des phases de poules les 25 et 26 avril, au gymnase Schoenacker. Deux équipes se sont distinguées : les centres socioculturels Pax et Wagner. Ces derniers, ainsi que trois Ehpad du département, se retrouvent pour la finale ce jeudi 16 mai. Cette rencontre est organisée en partenariat avec la Collectivité européenne d'Alsace, porteuse d'un projet d'olympiades des Ehpad.

Ces rencontres, qui se veulent ludiques, sont l'occasion de tisser des liens entre les participants et entre les générations. En effet, de jeunes volontaires en service civique d'Unis Cités prennent part à l'événement pour arbitrer les épreuves et assurer le service du repas du midi. De plus, les élèves du collège de Bourtzwiller, participant aux olympiades inter-collèges dans le cadre du projet Mulhousien et fier de l'être, viendront chanter l'hymne créé à cette occasion, avant le lancement des épreuves, à 10h30.

Après une remise des prix à 14h, l'après-midi sera dédiée à des animations conviviales : représentation de danses de salon et animation musicale.

La Ville de Mulhouse engagée pour ses aînés

Engagée depuis 2016 dans la démarche Ville amie des aînés, la Ville de Mulhouse est soucieuse du bien-être de ses habitants âgés et de la prise en compte des enjeux liés au vieillissement sur son territoire.

Au cours de ces dernières années, cet engagement s'est concrétisé par la mise en place de plusieurs actions comme la gratuité des transports pour les plus de 65 ans, l'installation d'une instance participative des Mulhousiens de plus de 62 ans, ou encore la carte Pass'temps, proposant une offre avantageuse de loisirs aux seniors.

Le projet des olympiades s'inscrit ainsi pleinement dans les actions de lutte contre l'isolement menées par le CCAS et contribue, aussi, à la politique menée par la Ville de Mulhouse autour du sport pour tous, axe du troisième Contrat local de santé.

Contact presse

Alicia GACH
Tél. : 03 89 32 59 92
Port. : 06 16 32 33 41
alicia.gach@mulhouse.fr

 @Mulhouse_presse

 mulhouse.fr/fr/espace-presse/