

Du sport pour les seniors

RENCONTRE. La première journée inter-maisons de retraite a eu lieu jeudi



Des ballons multicolores décorent, ce jeudi, le perron de la maison de retraite l'Oasis. Un grand drap est tendu sur le côté, on peut y lire :

« Première rencontre sportive inter-maison de retraite. »

Au centre, les deux animateurs de l'association Siel bleu installent les derniers préparatifs de l'après-midi, dont Marine Kartoyan, intervenante en activité physique adaptée. Elle a organisé la rencontre avec l'animatrice Jocelyne Desplanque-Besnard de l'Oasis.

Et d'expliquer : « Avec Siel bleu, je viens travailler ici sur des programmes d'activités physiques deux fois par semaine. Nous voulions montrer que les maisons de retraite ne sont pas des mouvoirs et qu'elles peuvent être dynamiques. »

Les personnes âgées ont participé au chamboul'tout. (photo c. f.)

Décrocher le gros lot

Objectif réussi semble-t-il. La trentaine de personnes âgées arrivant de trois autres maisons de retraite, les Magnolias de Biganos, Saint-Joseph d'Arcachon et du foyer logement de Parentis-en-Born, participent avec joie aux activités. Chaque foyer constitue une équipe, celle-ci devant gagner le maximum de points pour décrocher le gros lot : une coupe et un repas au restaurant.

Lien social

Premier objectif : réussir le chamboul'tout, c'est-à-dire faire tomber de grosses boîtes de conserve avec un ballon.

« Je ne suis pas experte mais enfin, j'essaye », sourit Madeleine Chasseing de Parentis-en-Born.

« C'est très bon pour le moral, ça permet de rencontrer des gens », continue-t-elle.

C'est en effet l'autre but affiché de cette journée : créer du lien social entre maisons de retraite et rendre les personnes âgées « actrices de la vie qui les entoure », selon les mots de Marine Kartoyan.

L'association met également l'accent sur l'entretien physique des seniors.

« Avec différentes activités, nous les faisons travailler différentes parties du corps », précise-t-elle.

Objectif de Siel bleu : renouveler cette journée plusieurs fois par an dans la région.

« On est content de permettre aux gens de se rencontrer. Mais il ne faut pas que ça devienne trop important pour rester convivial », conclut Erwann Jouon, responsable départemental de l'association.