



### Une démarche participative centrée sur la santé des personnes âgées : le collectif viennois "Bien-être seniors"

Pour le centre social du quartier d'Estressin, à Vienne, la lutte contre l'isolement des habitants est un sujet de préoccupation. Des moments conviviaux et informels, organisés régulièrement au pied des immeubles, ont été l'occasion de parler du quotidien et d'aborder notamment des questions de santé. L'écoute attentive des besoins des habitants et la bonne articulation des professionnels ont abouti à la création d'ateliers sur la mémoire destinés aux personnes âgées : "Activons nos neurones". Financés par le conseil général de l'Isère, ces ateliers ont été animés par le centre alpin de prévention (CESPA) et coordonnés par la conseillère en économie sociale et familiale du centre social. Les dix séances de formation ont donné envie aux participants de poursuivre

l'expérience de manière autonome. Devenu le collectif "Bien-être seniors", le groupe a suivi des conférences sur d'autres sujets de santé tels que la dépression des personnes âgées, la prévention des chutes ou le sommeil. La dynamique ainsi créée a permis à certains de s'impliquer davantage dans la vie du centre social.

●●● Contact : Centre social d'Estressin,  
04 74 53 76 00, cesf@cslvh.eu



Photo : Centre social Estressin

● Atelier Équilibre au Centre social