Annonces Google
Envoyer un commentaire | Pourquoi cette annonce ?

Prévention et intergénération : un couple indissociable pour l'A-MCA

L'Agence des médecines complémentaires adaptées (A-MCA), via son Réseau citoyen (RC-MCA) organise le 3 juin prochain, une journée intergénérationnelle autour du bien-être afin de sensibiliser et d'expérimenter la prévention à tous les âges de la vie.

Partager cet article sur :

Annonce diffusée par Google
Ad options | Envoyer un commentaire | Pourquoi cette annonce ?

Lycéens, actifs, retraités et résidents d'Éhpad : tous sont concernés par cette journée intergénérationnelle autour de la prévention.

Portée par son Réseau citoyen (RC-MCA), avec le soutien de la Fondation OCIRP1, elle s'inscrit dans le cadre de l'appel à projet « Favoriser l'autonomie grâce au lien intergénérationnel », remporté par l'A-MCA.

Des lycéens et enseignants du lycée Pierre-Gilles de Gennes (Paris), des résidents et soignants de l'Ehpad du groupe AAAS se retrouveront au Studio Gym et Yoga à Paris le 3 juin 2023.

« *Il nous a semblé important de proposer cette journée hors des murs des Ehpad ou des lycées pour permettre aux jeunes comme aux seniors de se retrouver dans un lieu symbole de la prévention* », indique Véronique Suissa, Directrice générale de l'A-MCA.

Pour permettre l'accès au plus grand nombre, la journée sera également accessible en distanciel sur simple inscription. « *Certaines personnes éloignées de Paris, ou ne pouvant pas se déplacer pour des raisons de santé doivent, elles aussi, pouvoir accéder à ce type de rencontres sociales et solidaires* », ajoute Véronique Suissa.

Une journée pour rassembler les âges et les secteurs

Cette journée a pour objectif de contribuer à l'autonomie et au bien-être de tous les participants, de favoriser les liens sociaux, l'intergénération et la transmission de savoirs.

Des ateliers autour du bien-être et de la prévention, des moments d'échanges et d'interactions vont ainsi être proposés pendant, afin de permettre aux participants, de tous âges, de nouer des liens, partager leurs savoirs et d'adopter de bonnes pratiques au quotidien.

L'intérêt est également de ne pas séparer l'éducation (lycéens) et la santé des plus fragiles (résidents d'Ehpad) de la notion de bien-être. Parce que si la prévention concerne tous les âges, elle concerne aussi tous les secteurs.

« *Nora Machure, directrice du lycée ENCPB, Vasken Meldonyan, directeur du groupe d'Ehpad AAAS ou encore Sabrina Dumoulin, gérante du Studio GYM et YOGA sont ravis de participer à cette journée aux côtés de l'A-MCA, aussi parce qu'ils sont, dans leurs fonctions respectives, tout particulièrement engagés en faveur d'une culture de la prévention auprès de leurs publics* », précise Véronique SUISSA.

Des ateliers collectifs et des échanges instructifs

Différents ateliers vont être proposés aux participants avec des objectifs bien ciblés. La première partie de cette journée sera par exemple dédiée aux Activités physiques adaptées (APA), pour permettre d'expérimenter concrètement les bienfaits du sport tout en proposant une approche adaptée à la condition physique et aux capacités fonctionnelles de chaque personne.

L'APA sera suivi d'un atelier de relaxation, organisé autour d'une pratique de médiation corporelle, pour permettre un moment de détente du corps et de l'esprit.

Cet atelier sera le moyen de faire découvrir, aux jeunes et moins jeunes, l'intérêt de la relaxation notamment dans la gestion du stress et des émotions, sur le fonctionnement des pensées ainsi que la détente musculaire.

Un atelier artistique permettra ensuite de proposer un moment de création collective, au cours duquel jeunes et seniors allient leur imagination par petits groupes pour aboutir à des œuvres multigénérationnelles.

Un moment convivial d'échange autour d'une collation sera également proposé, dans le cadre d'un atelier diététique en présence d'un professionnel, afin d'apporter des conseils nutritionnels, participer à l'éducation du principe d'équilibre alimentaire et faire découvrir les besoins nutritionnels de chacun.

Enfin, des échanges interactifs et pédagogiques seront consacrés à la découverte des métiers du soin actuellement en tension.

« *L'opposition des générations est obsolète, tout comme l'idée d'une prévention réservée aux personnes en bonne santé* », soutient Véronique Suissa, avant de conclure : « *L'enjeu de cette journée reflète un véritable défi, celui de porter collectivement une société de la prévention, plus unie et rassemblée dans ses différences.* »

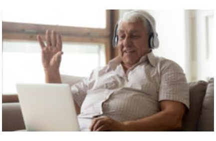
**la Fondation d'entreprise OCIRP intervient en complément de l'action publique et associative. Elle soutient des initiatives qui contribuent à l'intérêt général en direction des familles face aux risques de la vie.*

Lien pour s'inscrire à la journée en distanciel

Article publié le 03/05/2023 à 02:00 | Lu 412 fois

Placement Maison de Retraite
Liste des places disponibles
Découvrez gratuitement le nombre de places disponibles en EHPAD par département.
urgence-maison-de-retraite.fr
OUVRIR

Dans la même rubrique



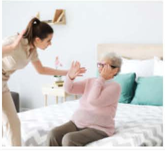
Ensemble2Générations : doubler l'habiter intergénérationnel d'ici cinq ans
La Fondation d'entreprise La Mutuelle Générale récompense Oldyssey

Maisons de retraite
Des bienfaits de la réflexologie plantaire et palmaire en maison de retraite

Reper'âge : une application pour détecter les fragilités chez les ainés en temps réel

Aides à domicile
Ouna : l'assistant vocal qui facilite la vie des bénéficiaires et des proches aidants à domicile

Le plaidoyer de l'ADMR contre la maltraitance des ainés



Intergénérationnel
Prévention et intergénération : un couple indissociable pour l'A-MCA

Ensemble2Générations : doubler l'habiter intergénérationnel d'ici cinq ans

Mobilité
Heure d'hiver : attention aux accidents !

Seniors : un Pass Navigo à moitié prix en Ile-de-France

dit photo : Île-de-France Mobilités

© 2003-2023 - Tous droits réservés

Paramètres concernant la confidentialité et les cookies Géré par Google. Conforme au TCF de l'IAB. ID de plate-forme de gestion du consentement : 300