

# DES ANIMATIONS POUR ÉGAYER LE QUOTIDIEN DES SENIORS



DIJON  
Ville Amie des Aînés depuis 06-2009  
Dijon (21)

## OBJECTIFS

Maintenir la mobilité et le lien social. Réduire l'isolement. Participer à des animations collectives.

## PRATIQUE

Organiser régulièrement des animations destinées aux aînés. S'entourer de partenaires pour les mettre en place.



## OFFRIR DES LOISIRS AUX SENIORS

Une ville amie des aînés est aussi une ville où l'offre de loisirs est accessible et variée. Tout au long de l'année, le centre communal d'action sociale (CCAS) de la ville de Dijon propose de nombreuses animations collectives. Elles sont spécialement destinées aux Dijonnais de plus de 60 ans qui en sont informés via un calendrier semestriel largement diffusé. Il est disponible à la direction des retraités et des personnes âgées (DRPA) du CCAS, dans les

structures de quartier (centres sociaux, Maison des Jeunes et de la Culture (MJC), bibliothèques...), à la Maison des seniors et il peut aussi être envoyé à ceux qui en font la demande.

## DES ANIMATIONS POUR TOUS LES GOÛTS

Les animations proposées sont nombreuses : des visites sur sites, des conférences-débats, des thés dansants, des causeries, des pièces de théâtre, des spectacles, des séances de cinéma, des concerts...

La plupart du temps, l'entrée est gratuite. Cela permet aux seniors dont les difficultés financières pourraient être un frein au quotidien, de pouvoir, eux-aussi, passer du bon temps. L'objectif de ces activités et de leur diversité est de satisfaire le public senior le plus large possible. Le service animation de la DRPA collabore avec les autres services municipaux : musées, bibliothèques, théâtres... puisque les animations se font, soit dans des salles municipales, soit directement dans les lieux culturels. L'épanouissement des personnes âgées est affaire de tous.



Chaque année, lors de la Semaine Bleue, un grand spectacle à l'Auditorium est offert aux aînés puis, à l'occasion des fêtes, un repas de Noël réunit près de 3000 Dijonnais. A ces occasions, le CCAS est secondé par son réseau de bénévoles seniors dans l'organisation.

### DES MOMENTS BÉNÉFIQUES

Toutes ces activités permettent aux aînés de sortir de chez eux et en cela ils maintiennent leur mobilité. La rencontre avec d'autres seniors permet de garder et de tisser du lien social qui, parfois, disparaît peu à peu et de lutter contre l'isolement. Ces moments sont l'occasion de se détendre, de se cultiver, de s'épanouir...

Chaque mois est organisé un thé dansant animé par un orchestre. Il a lieu dans différentes salles de la commune et parfois même au Palais des Ducs et des États de Bourgogne. Le tarif est de 3€ et il comprend une pâtisserie et une boisson. Ces moments



en musique amènent les aînés à rencontrer de nouvelles personnes, à faire des efforts physiques, à faire appel à leur mémoire pour se souvenir des moments vécus, des pas de danse, des paroles des chansons... **C'est un moyen de prendre soin d'eux tout en le faisant avec plaisir.** Une équipe de bénévoles seniors assure l'accueil aux côtés des agents du service senior du CCAS. Ils établissent un lien et informent le public de l'actualité de la Ville.



#### APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme Dijon, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part. [rfvada@gmail.com](mailto:rfvada@gmail.com)