Le Conseil départemental
aux côtés des Valdoisiens

val d'oise
le département
CDCA

1ER TRIMESTRE 2024

La lettre d'information du CDCA

La Semaine bleue est l'occasion de mettre en avant la parole et les expressions artistiques des personnes âgées, mais aussi de susciter des débats autour de la place des aînés. Parmi toutes les manifestations aussi qualitatives les unes que les autres, zoom sur neuf initiatives des communes signataires de la Charte « Bien vieillir en Val d'Oise ».

1. TAVERNY « Yoga du rire »

Le Yoga du Rire est un concept unique où chacun peut rire sans raison, sans recours aux blagues et même à l'humour.

Il s'appuie sur une combinaison d'exercices de rires associés à la respiration pratiquée en yoga. Mis en avant sur la Semaine bleue, il est proposé tout au long de l'année par la commune de Taverny.

2. SAINT-PRIX Loto rose intergénérationnel

Plus de 150 joueurs se sont donnés rendez-vous afin de participer à la première édition du Loto Rose de Saint-Prix.1 530 € ont été récoltés au profit de la recherche médicale, dont 100 € reversés par l'association L'Étoile Sportive de Saint-Prix, qui a tenu le stand restauration et buvette.

3. FRÉPILLON Atelier intergénérationnel : pâtisserie

La commune de Frépillon a organisé un atelier de pâtisserie intergénérationnel avec des séniors de la ville et la petite section du centre de loisirs. Savoir-faire, partage, complicité et odeurs succulentes ont été les maître-mot de cette matinée.

4. MARGENCY
Atelier floral

Les séniors de la commune ont pu participer à un atelier floral organisé par le CCAS de la ville et proposé par la présidente d'une association qui s'occupe des parents des enfants de l'hôpital de Margency. Chaque sénior a pu composer un bouquet à l'image de sa personnalité.

5. CORMEILLES-EN-VEXIN
Forum des aidants

Le Comité Action Sociale Agirc-Arrco Île-de-France, en partenariat avec la Communauté de communes Vexin Centre (CCVC), la Mutualité Sociale Agricole (MSA), la Plateforme des aidants de Pontoise, l'Association COORDINOV, la mairie de Cormeilles-en-Vexin et le Département ont organisé, le 5 octobre dernier, un forum destiné aux aidants. Une vingtaine de structures était présente pour exposer les services et dispositifs disponibles sur le territoire : des structures de répit, aux aides financières en passant par les associations d'accompagnement.

Également, des ateliers gratuits de médiation animale, yoga relaxation entre autres étaient proposés ainsi qu'une projection du film « Mon Vieux », suivie d'un débat animé par le Dr. Batchy, gériatre et de Floriane Langlais, psychologue.

6. JOUY-LE-MOUTIER
Pièce de théâtre interactive

Inauguration par la ville d'une journée à destination des aidants organisée en collaboration avec l'association Hévéa et l'organisme de retraite complémentaire AGIRC-ARCCO.

Dans ce cadre, la commune a proposé le matin une **pièce de théâtre interactive** menée par l'association « **Entrée de jeux** » qui a amené le public à échanger sur l'isolement des aidants familiaux. Participations actives, improvisations, échanges profonds et rires ont sublimé cette action originale et impactante.

7. EAUBONNE
Danse indienne

Les séniors de la résidence autonomie Gabriel Dangien et de la commune ont pu profiter d'une démonstration et d'une initiation à la danse indienne par l'association COREART. Les festivités se sont poursuivies autour d'une dégustation de spécialités culinaires indiennes.

8. BEAUCHAMP
Enquête policière

Plusieurs équipes de séniors de la ville de Beauchamp se sont mobilisées autour d'une enquête policière. Pour résoudre une affaire de vol, ils sont venus en soutien à la Police municipale : interrogatoires de suspects et de témoins, collecte d'indices, analyse de preuves – pour finir par confondre le coupable.

C'est le Conseil municipal des Enfants qui a proposé et mis en scène le scénario : la boite à trésor d'un habitant d'une Résidence Autonomie a été volée. Les enquêteurs séniors vont rencontrer tous les suspects, réaliser des interrogatoires, comprendre les éventuels motifs du vol, vérifier les alibis et analyser les éléments de preuve. Un après-midi amusant, avec des jeunes acteurs très talentueux !

9. PONTOISE
Sensibilisation aux écogestes

Entre un bain, une douche, une lessive, un lave-vaisselle, un ménage complet, un brossage de dents, etc., qu'est-ce qui consomme le plus d'eau ? Le débat s'engage entre la dizaine de participants de cet atelier, qui a eu lieu dans **l'appartement pédagogique « le trèfle » de l'ARS 95** à Pontoise.

L'appartement «témoin» était scénarisé comme s'il était habité, le visiteur y trouvait toute une signalétique et des jeux qui viennent aborder divers sujets autour du logement. L'atelier « l'écoleau » a permis aux séniors de simuler les dépenses d'eau et de découvrir comment économiser l'eau et les dépenses !

Articles rédigés par Marie-Claude Boismartel,
Vice-présidente de la formation Personnes Agées du CDCA,
Vanessa SAUVE, Brigitte SCHOFER et Vanessa GRAPELOUX,
chargées de Mission au sein de la Direction des Personnes âgées du Département du Val d'Oise.

Vanessa Sauvé
Chargée de mission Direction Personnes Agées
Référente Charte Bien vieillir en Val d'Oise
Vanessa.sauve@valdoise.fr
Tél. : 01 34 25 36 44

Vanessa Grapeloux
Chargée de la Prévention et de la perte d'Autonomie
DPA/CFPPA
Vanessa.grapeloux@valdoise.fr
Tél. : 01 34 25 36 90