

Des moments chaleureux intergénérationnels à partager

Un vaste programme d'animation territoriale est en œuvre en direction des seniors et plus particulièrement des aidants du bassin de vie en Agly-Fenouillèdes.

C'est une action de partenariats, proposée et animée par le CRIB 66 et Profession sport 66, qui rayonne au départ des différentes structures parties prenantes à Maury, Saint-Paul-de-Fenouillet, Latour-de-France et Estagel. Au total, plus de 70 dates ponctuent un calendrier organisé en quatre thématiques - activité physique, relaxation, groupe d'échanges et de paroles, estime de soi et santé - en direction des personnes aidées et des aidants en Agly-Fenouillèdes.

Une action collective

Pour le module « estime de soi et santé », neuf séances seront proposées tout au long de l'année.

Françoise Hergott-Marquié, psychanalyste et responsable de la coordination de la Maison de santé de Saint-Paul-de-Fenouillet, l'a élaboré collectivement. Le choix des contenus a été co-construit avec Adélaïde Rouby monitrice-éducatrice et esthéticienne, Viviane Martre infirmière à la retraite, Amandine Grossiord sociologue et kinésiologue, Va-

lérie Duval psychologue clinicienne et responsable lieu d'accueil enfants parents multisites Agly Fenouillèdes, personnes ressources en Fenouillèdes.

Séquence mémoire

Ainsi, dans le cadre de la bibliothèque de Maury, la première séance a permis la rencontre avec le public pour le comédien conteur, Wilfried Delahaie. Un temps doux et chaleureux qui a conforté tous les âges de cette assemblée mixée. Un beau moment de transmission et d'échanges d'histoires, voulu par Françoise et mis en mots par Wilfried « pour le plaisir du partage entre les générations, les organisateurs et le conteur ».

Françoise Bernard de la Mutualité française était présente pour le suivi de l'ensemble du programme.

Toutes les rencontres de ce module auront lieu les **mardis**. S'il vise les seniors de plus 55 ans, il permettra sans doute, comme à Maury, milieu rural à la composante intergénérationnelle, de dépasser les clivages des âges.



Wilfried Delahaie a proposé à Maury d'échanger autour d'un temps doux et chaleureux.

La suite du programme sera animée grâce à des pratiques professionnelles de femmes engagées dans le développement social et culturel du Fenouillèdes: patrimoine, psychologie, brain gym, esthétique, danse... **Mardi 24 février à 14h, à la salle de yoga de Saint-Paul-de-Fenouillet,**

Chloé Bernier, professeur de danse contemporaine au Conservatoire de la ville de Paris, éducateur somatique en « body mind centering » proposera « autour de propositions simples à nous mettre en mouvement. Chacun sera libre de faire, d'écouter ou de regarder. Pendant l'atelier, nous parlerons des

sens: sentir, entendre, toucher, voir, goûter. Pour le plaisir d'être ensemble, de partager un moment. Je chercherai à vous accompagner, chacun, avec vos possibilités à aller vers une danse... ».

► Rens. au 04 11 63 00 10 ou au 06 13 60 16 68.