



# Qui sommes nous ?

Centre Hospitalier de Tréguier dans les Côtes-d'Armor en Bretagne :



- Un établissement public ;
- Spécialisé en gériatrie ;
- 4 résidences pour personnes âgées dépendantes ;
- Projet de l'établissement 2018-2022 basé sur

***L'Innovation, l'humanisme, et l'adaptation, pour un « mieux vieillir ».***

⇒ Ces objectifs se traduisent par l'investissement des différents professionnels dans de multiples projets.

⇒ Certains d'entre eux (voir les logos ci-dessous) ont des similitudes avec les objectifs de la semaine bleue comme favoriser le lien social avec des actions intergénérationnelles ou encore en matière d'environnement durable.



# Contexte du projet

- 2015 : première création d'un poste d'Enseignant en Activités Physiques Adaptées (EAPA).
- 2016-2018 : - évolution du nombre d'EAPA avec un effectif actuel de 2.8 ETP ;  
- multiples événements organisés (voir les affiches ci-dessous).



- 2019 : les 3 EAPAS sont à l'initiative du projet de la semaine bleue.

=> Elles souhaitent que les résidents participent à un événement citoyen en mettant en place les objectifs thérapeutiques comme le maintien des capacités physiques, l'intégration dans la société.

# Organisation



**Février** : début de la réflexion de l'événement.

**Mars** : début de la rédaction du projet et validation de la direction.

**Avril** : rencontre avec Valorys pour explication des attentes des EAPAS et organisation de la journée (animations, prêt de matériels, etc.).

**Mai** : réalisation de l'affiche.

**Juin** : réunion d'organisation avec les autres partenaires  
→ mairie de Tréguier ;  
→ la pépinière du Jaudy dans le cadre des jardins partagés ;  
→ école primaire de Notre Dame de Tréguier (enseignante de la classe CP-CE1).

**Juillet** : finalisation du projet pour le concours (date de clôture 20 juillet).

**Août** : proposition aux participants des ateliers en activités physiques adaptées.

## **Septembre :**

- « préparation physique » des résidents en augmentant le périmètre de marche ;
- finalisation de l'organisation interne (invitation des familles des résidents à participer, communiqué de presse, personnel supplémentaire, etc.) ;
- analyse du jardin par les bénévoles des jardins partagés de Tréguier et adaptation de leurs actions en fonction des observations ;
- ateliers pour que les résidents puissent tester leurs connaissances sur le tri sélectif.\*

## **Octobre :**

- délimiter le parcours par les résidents volontaires\* ;
- préparation du jardin pour l'atelier jardinage à tout âge par les résidents.\*

\* Voir diapo suivante



*Le projet s'est préparé progressivement jusqu'à la semaine bleue.*



# \*Pré-événement

- Semaine du 23 au 27 septembre :  
Proposition d'ateliers en activités physiques afin que les résidents puissent tester leurs connaissances sur le thème de l'environnement.
- Vendredi 4 octobre :  
Balisage et délimitation du parcours par les résidents volontaires.
- Mercredi 9 octobre :  
Préparation de la journée « jardinage à tout âge » par les résidents volontaires et les bénévoles des jardins partagés de Tréguier.

# Le programme des actions

## Le lundi 7 octobre « Clean walker » intergénérationnel\*

- 14H : explication du tri selectif par le SMITRED (Valorys).
- 14H30 : marche et ramassage des déchets sauvages et autres activités ludiques (vélo smoothie / tir à l'arc etc.).
- 15H30 : tri des déchets collectés et pesée.
- 15H45 : goûter et remerciement symbolique.

## Le vendredi 11 octobre « Jardinage à tout âge »\*

- 14H : rassemblement des participants dans un lieu symbolique (jardin d'une des résidences).
- 14H30 : plantation des graines et plants reçus lors de la « Clean Walker » avec les jardins partagés.
- 15H30 : goûter.

\*En cas de mauvais temps la « Clean Walker » et/ou « le jardinage à tout âge » s'effectueront en salle au sein du centre hospitalier de Tréguier en gardant les mêmes horaires.

Le Lundi 7 octobre :

Différents ateliers en activités physiques en lien avec l'environnement (tir à l'arc, vélo smoothie, etc).

Le vendredi 11 octobre :

Atelier jardinage en pot.

# Les objectifs

## Actions selon les critères du Jury

- Peut être reproduite ailleurs et par d'autres ;
- S'inscrit dans une démarche de développement durable et de responsabilité sociétale ;
- Est accessible aux retraités modestes ;
- Propose une démarche participative impliquant les personnes âgées dans la réalisation de l'action ;
- Promeut l'activité physiques pour tous ;
- Participe à une ouverture des établissements médico-sociaux vers l'extérieur et s'inscrit dans la cité ;
- Permet la reconnaissance des capacités et compétences des personnes âgées ;
- Améliore la participation à la vie citoyenne ;
- Favorise la prévention et plus particulièrement la lutte contre l'isolement, le lien social et la santé ;
- Favorise le cadre de vie et l'habitat.

## Objectifs internes

- Sensibiliser au respect de l'environnement ;
- Prendre conscience de la pollution de l'environnement ;
- Rendre les acteurs responsables d'un mouvement éco-citoyen ;
- Améliorer la connaissance des participants sur le ramassage des déchets ;
- Sensibiliser à la bienveillance (regard positif et valorisant des enfants sur les seniors) ;
- Inciter à la solidarité (résultat atteint ensemble) ;
- Sensibiliser au vieillissement de l'être humain ;
- Maintenir les capacités physiques ;
- Préserver l'autonomie (physique, liberté de participation, sociale, etc.) ;
- Maintenir l'estime de soi (capacité à réaliser des activités physiques à tout âge).

# Le Lieu de la Clean Walker

Le Complexe Gilbert le Moigne comprend un terrain de foot, des infrastructures diverses pour de multiples sports (escalade, piscine, hand-ball, piste d'athlétisme ...) et à proximité un club de tennis/tennis de table. Cet espace a été choisi en raison de :

- La sécurité avec un parking fermé le temps de l'événement et l'absence de circulation de véhicules ;
- L'accessibilité par un parcours adapté selon les capacités physiques des participants ;
- La localisation (proche de l'école l'école et du centre hospitalier) ;
- D'une zone qui est spacieuse et naturelle.





# Nos partenaires



Projet accepté par l'enseignante des élèves de CP-CE1 de l'année scolaire 2019-2020.

Rentre dans le cadre du programme ECOLABEL proposé par l'enseignante en réunion pédagogique fin août 2019.



Le SMITRED Ouest d'Armor, VALORYS (Gestion par Lannion Trégor Communauté) :

- Mise à disposition du personnel compétent dans le domaine du tri-sélectif (animation, explication du tri, réponse aux questions) ;
- Mise à disposition du matériel adapté au thème de la journée (un camion podium, des sacs de collecte, des gants, une balance, un vélo smoothie, divers lots de récompenses et d'informations).



- Accompagnement et validation pour trouver un parcours adapté aux capacités physiques de l'ensemble des participants (résidents/enfants).
- Proposition des services techniques de mettre en place, si besoin, un Arrêté pour assurer la sécurité sur la voie publique.
- Mise en relation avec le partenaire du projet des jardins partagés (pépinière du Jaudy).



- Demande de collaboration aux différents adhérents (partenaires de la commune et des communes de proximité) du projet des jardins partagés afin d'obtenir des dons de graines-plants pour « récompenser » les participants.
- Rencontre fin août / début septembre pour faire l'inventaire des dons.

# Communication

avant et/ou après l'événement

- L'affiche

## PETITS & GRANDS, EN MOUVEMENT POUR L'ENVIRONNEMENT!

**Le lundi 7 octobre 2019\***

- 14H : début de la "Clean Walker" et autres activités ludiques
- 15H30 : tri des déchets collectés
- 16H : goûter et remerciement symbolique



**Le vendredi 11 octobre 2019**

- 14H : "Jardinage à tout âge"



\*En cas de mauvais temps, organisation d'activités en salle

- Diffusion interne et externe à l'établissement sur différents sites internet



<http://www.ch-treguier.fr>

[notredame-treguier.fr](http://notredame-treguier.fr)

# Communication

Après l'événement

- Gazette des familles



- Photos souvenirs pour les résidents

*Chaque résident recevra un document personnalisé*

- Famileo

famileo

- Journalistes

**Le Télégramme**

**ouest  
france** 

# Ouvertures

Les EAPA souhaiteraient pouvoir :

- Pérenniser cette activité chaque année en se basant sur le mouvement de World Cleanup Day avec la journée mondiale du nettoyage de notre planète.



- Mettre en place un partenariat entre les bénévoles des jardins partagés de Tréguier, les résidents et les différents professionnels (animateurs, soignants, etc) pour mensualiser un atelier jardinage.

# Sources

- <http://www.ch-treguier.fr>
- <http://smitred.com>
- <https://www.canva.com>
- <http://www.worldcleanupday.fr/>
- <http://www.ville-treguier.fr/>
- <http://notredame-treguier.fr/>
- <https://www.paysagistes.pro/paysagistes/pepinieres-jaudy-roche-derrien/>
- <https://fnaqpa.fr/fr/accueil-5/37-la-vie-de-la-fnaqpa/1534-appel-a-candidatures-maison-gourmande-et-responsable>
- <https://www.maison-gourmande-responsable.org>
- [www.3dgraphiste.fr](http://www.3dgraphiste.fr)
- <https://fr.123rf.com/>
- <https://fr.depositphotos.com>