

ACTUALITÉS  
EN CE MOMENT

ÉCONOMIE ET SOCIÉTÉ  
LA VIE EN VENDÔMOIS

ARTS ET CULTURE  
AUTOUR DE NOUS

SORTIES ET LOISIRS  
LAISSEZ-VOUS GUIDER!

SPORTS  
VIVEZ LE SPORT

ÉDUCATION  
ÉDUCATION ET FORMATION

WEB TV  
LES VIDÉOS

## Nos aînés sont connectés



Publié le 18 Fév, 2018  
par **Alexandre Fleury**

ÉCONOMIE ET SOCIÉTÉ, ÉCONOMIE EN VENDÔMOIS

Imprimer cet article

TI Taille des polices - 16 +

## L'association SEVe, Seniors économie en Vendômois, a lancé en octobre dernier le projet «Parcours activités adaptées et ludiques», ou PAAL. Il se poursuivra jusqu'en juin prochain.

Rappelons que ce projet a été développé par une société parisienne, **Trialog**, en collaboration avec des membres de l'association **SEVe** comme le **lycée Sainte-Cécile** à Montoire-sur-le-Loir, le **Comité départemental 41** de la **fédération Éducation physique et gymnastique volontaire (EPGV)** ainsi que l'**office de tourisme des Territoires vendômois**.

**PAAL** a pour mission la prévention de l'isolement des seniors. Dans ce cadre, il propose un accompagnement au numérique, dispensé par huit élèves de terminale du baccalauréat SAPAT (Services aux personnes et aux territoires) du lycée Sainte Cécile. C'est ainsi qu'une centaine de seniors, volontaires, sont actuellement en formation, répartis dans des ateliers numériques, officiant à ce jour sur quatre communes : Saint-Amand-Longpré, Mondoubleau, Montoire et Vendôme.

Les principaux objectifs de ces formations sont basiques, mais indispensables : par exemple, comment se connecter au réseau WiFi ? Comment gérer une boîte mail ? Ou encore comment accéder à sa galerie photos ? «Ces liens sociaux intergénérationnels, ainsi créés, sont bénéfiques pour tous. La jeune génération apporte son savoir-faire numérique, les aînés nouent des liens tout en se formant à l'évolution technologique», souligne Guylaine Guillaumin, directrice de l'établissement montoirien.

Dans le cadre de ce projet, la société **Trialog**, en collaboration avec le **Comité départemental** de la **fédération EPGV**, a développé une application appelée «Mes parcours». Elle offre la possibilité aux seniors de découvrir la région avec leur smartphone, en associant des parcours pédestres ponctués d'exercices de gymnastique douce. «*Le risque des chutes chez les seniors peut rapidement les précipiter vers la dépendance. Maintenir une activité physique est donc primordiale et la marche est tout indiquée*», explique Nathalie Thouvenot, de la **Caisse assurance retraite Centre Val-de-Loire (Carsat)**, partenaire financier du projet.

De son côté, la **fédération EPGV** travaille actuellement sur un catalogue d'activités physiques à proposer via l'application. Elle participe parallèlement, en partenariat avec cinq seniors, à compléter ces offres par des fonctionnalités adaptées.

**Alexandre Fleury**

Autres articles écrits par Alexandre Fleury

**Le Petit Vendômois**  
Enregistrez vos dans nos agenda  
Rendez-vous sur en cliqu  
Les annonces le mois !  
à inscrire aux alentours d

LA WEB TV

LE PETIT VEND



f

t

G+

1/1

REJOIGNEZ NOUS!



J'aime cette Page

Soyez le premier de v

