

LYON SEMAINE BLEUE

# Bien vieillir, c'est l'avenir !

Du 8 au 14 octobre, la ville de Lyon convie les seniors à explorer le "bien vieillir" à travers 250 rendez-vous thématiques.

Avec 250 rendez-vous répartis sur les neuf arrondissements de Lyon et répertoriés dans un livret gratuit, la Semaine bleue est l'occasion pour les Lyonnais âgés de plus de 60 ans de se réunir pour partager loisirs et réflexions avec comme fil rouge cette année : "le bien vieillir".

Françoise Rivoire, adjointe au maire de Lyon en charge des Aînés, assiste aux transformations sociétales qui accompagnent la vieillesse et sa prise en charge. Progrès domotiques, apport du numérique, la Ville accompagne en les testant dans ses Établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad), des innovations technologiques qu'elle retiendra ou pas. « Actuellement, nous essayons un bandeau lumineux au niveau du lit pour les personnes souffrant de troubles cognitifs. La nuit, c'est un repère. En 2019, nous allons tester la télé-médecine pour de la dermatologie dans



■ Un Lyonnais sur 5 a plus de 60 ans. Du 8 au 14 octobre, Françoise Rivoire, adjointe au maire de Lyon en charge des Aînés, pilotera la Semaine bleue à Lyon.

Photo Marie-Christine PARRA

un cadre défini avec l'Agence régionale de santé (ARS) », explique l'adjointe.

## Carte senior, c'est gratuit

Alors pour bien vieillir, on fait comment ? On prend soin de son logement. La Métropole peut vous orienter vers les bons interlocuteurs pour vous aider à

repenser votre habitat en y incluant de la domotique.

Qu'on soit locataire ou propriétaire, des solutions sont possibles. Bien vieillir, c'est aussi rester mobile. Avec sa carte senior gratuite ouverte aux plus de 65 ans, et qui réunit 20 000 détenteurs, la Ville met un coup de projecteur sur des événements

grand public auxquels les seniors peuvent participer. Côté sportif, l'application "enform@Lyon" offre des parcours santé dans la ville et certains sont adaptés aux personnes à mobilité réduite.

Marie-Christine PARRA

PRATIQUE Livret gratuit à récupérer en mairie d'arrondissement ou à télécharger sur [www.lyon.fr](http://www.lyon.fr)

## NOTRE SÉLECTION

### ■ Table ronde ce lundi, à 10 heures

Au musée des Beaux-arts de Lyon, table ronde sur "Vivre chez soi sans pression [...]": toutes les pistes pour favoriser un vieillissement actif et développer le sentiment d'appartenance des habitants à leur ville. Transcription pour les sourds et malentendants. Sur invitation à retirer auprès de votre mairie d'arrondissement.

### ■ Conférence le 15 octobre, à 10 heures au Tuba

Comment accompagner un proche en perte d'autonomie ? En présence du professeur Pierre Krolak-Salmon, neurologue et gériatre responsable du centre de Recherche clinique vieillissement-cerveau-fragilité de l'Institut du Vieillessement des Hospices civils de Lyon, et de Lili Smart, service d'assistance et d'accompagnement des aidants. Gratuit. 145, cours Lafayette, Lyon 3<sup>e</sup>.

LYON ENGAGEMENT CITOYEN

## Envie de vous engager pour un monde plus écologique ? Rendez-vous à la Maison pour tous ce samedi

Ce samedi, Anciela convie les habitants qui souhaitent s'engager pour créer une société plus juste et plus écologique à venir rencontrer une trentaine d'associations au gymnase de la Maison pour tous. En partenariat avec la Métropole, l'association lyonnaise indépendante suscite, encourage et accompagne les actions des citoyens en faveur d'une société écologique et solidaire. Samedi, le rendez-vous est donné salle des Rancy autour du thème "Une année pour agir".

« La diversité des engagements et des initiatives est notre richesse »

L'occasion de découvrir une trentaine d'associations à la recherche de bénévoles pour construire à leurs côtés le monde de demain. Les structures seront regroupées par cinq autour de six grandes thématiques : comment agir pour une société zéro déchet, favoriser une alimentation écologique pour tous, préserver la nature et le climat, s'entraider pour construire une société solidaire, faire grandir les économies alternatives et accueillir les migrants.



■ Les membres d'Aniela organisent leur rendez-vous "Une année pour agir" ce samedi, à la salle des Rancy. Photo DR

« Chacun, quelles que soient ses compétences, peut être utile à la transition écologique et solidaire de la société. La diversité des engagements et des initiatives est notre richesse », confie Martin Durioux, président d'Aniela. L'association lyonnaise espère mobiliser

plusieurs centaines de personnes. En amont de l'événement, Anciela distribue gratuitement, dans les rues et commerces de la région lyonnaise, ainsi que dans son local situé à Garibaldi, un hors-série du magazine *Agir à Lyon et ses alentours* pour donner envie à un maximum de

personnes de s'engager et faire connaître ces six défis à relever.

PRATIQUE "Une année pour agir", ce samedi, de 15 à 19 heures au gymnase de la Maison pour tous, salle des Rancy, 249, rue Vendôme, Lyon 3<sup>e</sup>. Gratuit et ouvert à tous. Plus d'informations sur [www.anciela.info](http://www.anciela.info)