La petite pause, un lieu de vie et de partage pour les seniors

En novembre 2024, à l'occasion de l'inauguration de sa résidence Les Hauts de la Viosne comprenant 70 logements sociaux dont 17 inclusifs, Emmaüs Habitat a ouvert un espace de proximité dédié aux plus de 65 ans, avec le soutien du Conseil départemental, de la Caisse de Retraite Île-de-France et de la ville d'Osny.



"Nous en sommes convaincus, le lien social est la vitamine du bien vieillir, explique Richard Comte, chef de projet cohésion sociale et solidarités chez le bailleur Emmaüs Habitat. Pour accompagner les résidents seniors au-delà de l'habitat
et favoriser le bien vieillir au sein de ses résidences, Emmaüs Habitat a lancé en 2015 le concept de La Petite Pause à Saint-Ouen-l'Aumône, puis à Osny, une 3e ouverture est en vue à Aulnay-sous-Bois.

« Répondre aux envies de chacun, stimuler aussi »

À Osny, Adeline Metin, animatrice en gérontologie pendant 17 ans, propose du lundi au vendredi un programme d'activités co-construit avec les aînés : mandala, gym douce, prévention des chutes, théâtre, art-thérapie, jeux de mémoire, gravure, jeux de société, ateliers cuisine et repas partagés… "*Aujourd'hui, nous voyageons, avec un diaporama sur l'Algérie ! Chaque mois, nous allons découvrir le pays ou la région d'origine d'un des participants : la Bretagne, le Cap Vert, le Portugal, l'Inde… et même ma région, la Franche-Comté*" souligne-t-elle.

Solidarité, complicité et bonne humeur !

L'objectif est de lutter contre l'isolement, créer des liens, partager des moments chaleureux. Outre les activités, les seniors viennent bavarder, prendre un café ou un thé, rencontrer d'autres résidents. C'est leur 2e chez eux ! Certains animent même des ateliers. Des sorties sont aussi au programme comme les illuminations de Noël à Paris ou la visite de musées. Autant d'actions qui permettent à chacun d'avancer en âge, entouré et dans la joie de vivre.