

Quand les seniors mettent les voiles !



Avides d'évasion et de plein air après les restrictions dues à la crise sanitaire, des pensionnaires de la résidence Château du Bois d'Oye-Plage dans le Pas-de-Calais se sont initiés au char à voile. Bonne humeur et sensations garanties !

Créée en 2013, la résidence Château du Bois d'Oye-Plage accueille 78 résidents, dont 24 en unité de vie protégée. L'équipe, entre autres composée d'une ergothérapeute, d'une psychologue, d'un médecin et d'une animatrice à temps complet, leur propose quotidiennement tout un panel d'activités : marche, triporteur, gym douce, lecture du journal, scrabble, belote, loto, karaoké, ainsi que des ateliers dessin, peinture, des spectacles de danse, de magie ou de chant assurés par des intervenants extérieurs. « Une fois par semaine, on sort !

On va se promener en mer, au jardin des plantes, au centre équestre, déguster une glace, manger au restaurant, jouer au billard, etc. » explique Etienne Carlier, directeur de l'Ehpad depuis deux ans. La commission animation, qui se réunit chaque trimestre et à laquelle participent des résidents afin de donner leurs avis, est en permanence à la recherche de nouveaux projets. « *On est un lieu de vie, on n'attend pas que le temps passe ! On essaie de proposer des activités que les résidents n'ont jamais faites, afin qu'ils puissent découvrir de nouvelles choses. On se donne le droit à l'erreur : si l'activité suggérée ne plaît pas, on ne la fait pas !* ».

Un objectif : prendre du plaisir

Quand Etienne Carlier propose l'idée d'une sortie en char à voile, nombreux sont ceux à le prendre pour un fou. « *Après la période compliquée que nous venions de traverser avec la crise sanitaire, les résidents nous ont fait part de leur envie d'évasion. J'ai alors eu l'idée d'une activité un peu loufoque, sortant de l'ordinaire : le char à voile ! Au départ, les réticences ont été nombreuses, notamment en lien avec les difficultés à se déplacer de certains résidents. Mais pour moi, cela n'a jamais été un problème. Quelle que soit l'activité, on peut toujours s'adapter. Si les familles et le médecin sont d'accord, on ne s'interdit rien. La condition sine qua non étant que les participants en*

aient envie et qu'ils prennent du plaisir ! » explique-t-il. Le 5 août 2021, huit résidents âgés de 70 à 95 ans prennent ainsi le chemin de la base de voile des plages des Hemmes de Marck, à bord d'une remorque tirée par un tracteur. Sur place, trois moniteurs et deux chars à voile biplaces les attendent pour deux heures de course folle, suivies d'une balade pour observer les phoques en escale sur la plage. « *Cette sortie a tellement plu aux résidents que nous l'avons reconduite le 29 juin dernier. Cette fois, la doyenne avait 101 ans ! Il est probable qu'on en programme une autre avec cette fois un nouveau défi : apprendre à piloter !* » s'amuse Etienne Carlier. D'ici là, les résidents auront l'occasion de s'essayer au karting... une sortie qui promet encore de belles sensations !

Une récompense bien méritée

Pour cette initiative, la résidence Château du Bois d'Oye-Plage a obtenu le trophée d'or dans la catégorie « défi belle initiative » du concours national organisé par le comparateur MDRS (Maison De Retraite Sélection). L'occasion de montrer que les maisons de retraite et résidences pour seniors peuvent redoubler d'inventivité pour égayer la vie de nos aînés !

C. Bouc



Claude Blanchon, 88 ans

« Ma passion à moi, c'est le billard. Le char à voile, je ne savais pas ce que c'était ! J'ai longuement hésité avant de me décider à participer, car je suis pas mal usé. J'ai beaucoup d'arthrose et de douleurs, et je marche avec deux cannes. Un jour je disais oui, le lendemain non... Il faut avoir du culot pour se lancer ! J'ai fini par y aller, et je ne le regrette absolument pas, au contraire ! J'ai immédiatement pris goût à cette activité, c'est la raison pour laquelle j'y ai participé les deux fois. Je me suis aussi inscrit à la sortie karting... Je n'en ai jamais fait, mais je n'ai pas peur ! »

Jeanine Panossian, 93 ans

« J'ai toujours aimé tout ce qui a trait au sport, car j'aime être dehors, au grand air. Des groupes de marche sont organisés par l'ergothérapeute, mais je n'aime pas marcher. Je préfère courir, mais aujourd'hui je ne peux plus. À l'époque, je courais vite ! Aujourd'hui, je suis une joueuse de boules. Du char à voile, je n'en avais jamais fait. Mais j'ai tellement aimé, que j'en ai parlé à mes petits-enfants qui s'y sont mis en Bretagne ! Je vais essayer le karting. J'adorais conduire, ça devrait donc me plaire ! J'aimerais bien aussi sauter en parachute... j'en ai parlé au directeur, j'espère que ça se fera ! »



L'INFO EN +

Découvrez la vidéo YouTube de la sortie en char à voile sur www.maison-retraite-selection.fr, rubrique « **palmarès-concours** ».