MARCHONS DANS NOS CAMPAGNES

Un rendez-vous convivial hebdomadaire

Delphine Cadieux, coordinatrice territoriale de santé du Contrat local de santé du Pays d'Issoire Val d'Allier Sud, présente l'association Isis et le dispositif Marchons dans nos campagnes.

Fondée en 2008, *Issoire santé insertion social* (*ISIS*) est une association ayant pour finalité l'amélioration de la qualité de vie des habitants du territoire par la santé. Elle agit en direction des acteurs de celui-ci : habitants, professionnels sanitaires et sociaux, élus, associations. *« L'état des lieux réalisé par les partenaires, travaillant de concert de longue date, a mis en avant certains manquements. »*

Isis vise aussi à assurer la coordination des interventions locales en promotion de la santé et le travail en réseau entre acteurs, à proposer une aide méthodologique pour les acteurs et porteurs de projet mais aussi impulser des projets en fonction des besoins recensés ; à favoriser la mutualisation des informations, et à mettre en œuvre le Contrat local de santé.

Éducation et prévention santé

Association particulièrement dynamique, « Isis *accompagne les jeunes de moins de 26 ans, les familles monoparentales et les retraités ayant des petites retraites* ». En parallèle de l'ouverture en septembre 2016 de La Rose des Vents à Issoire, lieu de vie permettant d'accueillir et accompagner ces publics fragiles vers les soins et droits sociaux,

l'équipe propose des offres innovantes, gratuites ou basées sur une tarification sociale. Parmi celles-ci : le dispositif Marchons dans nos campagnes.

Sous l'impulsion du Comité régional des offices municipaux du sport Auvergne-Rhône-Alpes, en collaboration avec le Centre local d'information et de coordination en gérontologie (Clic) Issoire Bassin Montagne, les communes de Murol et d'Orbeil ont mis en place cette action. *« L'idée est de permettre aux personnes de plus de 60 ans, vivant dans des coins reculés où n'existent pas d'offres, de pratiquer gratuitement une heure par semaine une marche tranquille. »*

Loin d'une performance sportive, l'objectif est d'inciter les individus à prendre soin d'eux en proposant une activité santé qui rime avec bien-être.

Depuis fin septembre, chaque mardi de 14 h à 15 h à Orbeil et de 15 h à 16 h à Murol, l'éducateur sportif accompagne les premiers groupes constitués, unanimement positifs : le rythme convivial de la promenade, qui se termine autour d'un goûter, est la promesse d'un bon moment, créateur de liens.

En cas de mauvais temps, tout est prévu : des séances de sport adaptées en salle sont proposées. Et si les personnes n'ont pas la possibilité de se déplacer, il est possible de venir les chercher dans un rayon de 20 à 30 kilomètres.

Face au succès rencontré, Delphine conclut : *« nous aimerions étendre ce projet de marche à d'autres communes ! »*. ■

Informations détaillées sur le site Internet www.issoiresanteinsertionsocial.fr et Facebook : @issoire-santeinsertionsocial. Inscriptions auprès du Clic : 04 73 89 67 38.

Caroline SEGONI (CLP)

CONFORT

Une douche sur mesure

Remplacer sa baignoire par une douche en une journée, voici le défi que s'est lancée l'entreprise So Douche.

Implantée à Riom depuis 1985, cette structure s'est spécialisée au départ dans la fabrication d'escaliers et de piscines. Autre atout : celle-ci possède la plus grosse thermoformeuse d'Europe.

Depuis deux ans, l'entreprise propose de remplacer les baignoires par des douches sécurisées et sur mesure. Cette prouesse est rendue possible grâce à un kit de remplacement de douche comprenant un receveur et des parois thermoformées conçues dans un matériau à base d'acrylique. Ce choix n'est pas anodin puisque l'acrylique a l'avantage d'être inaltérable et d'une grande solidité. *« Nous sommes les seuls à le maîtriser. En plus, tout est fabriqué dans notre usine de Riom »*, explique Sophie Belot, responsable commerciale.

Des douches adaptées à chacun

Si vous êtes séduit par ce principe novateur, vous pouvez effectuer directement une demande de devis sur le site Internet de l'entreprise www.sodouche.fr. Des commerciaux viennent à domicile afin de prendre les cotes de la salle de bains et réalisent un devis.

Cette souplesse au niveau de la conception permet de s'adapter à toutes les configurations (baignoire encastrée en forme de « U », calée dans un angle ou simplement adossée à un mur) et de positionner la bonde du bac à douche au centre du receveur ou à l'une de ses extrémités. Et le tout en une journée pour une douche opérationnelle immédiatement.

De plus, le kit de remplacement permet d'éviter de modifier le carrelage existant autour de la baignoire. Ces douches, qui comprennent un siège et une barre de maintien, permettent aux personnes de bénéficier de 25 % de crédit d'impôt. Ce type de matériel peut s'adresser à la fois à une clientèle senior, favorisant ainsi le maintien à domicile, mais aussi à des personnes désireuses de changer leur baignoire sans nécessairement faire beaucoup de travaux. ■

Pratique : l'entreprise So Douche sera présente au salon Cap Senior durant les trois jours.

Ludivine BOURDUGE

Pensez aux cures, mini-cures, formule découverte, semaine détente, remise en forme et bien-être...
Pour plus d'infos :

Nom / Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Courriel : .....

Coupon à retourner à :
Établissement Thermal - Les Thermes 23110 Evaux-les-Bains
Tél. : 05 55 65 50 01 - Fax : 05 55 65 59 16 - contact@evauxthermes.com