



Le maintien de l'autonomie, un engagement quotidien en Marpa...

Parce que chaque geste compte pour rester en forme, chaque jour, les personnels des Marpa du département œuvrent pour préserver les capacités physiques, cognitives et sociales des résidents. Loin de l'isolement et de la passivité, la vie en Marpa est rythmée par des activités variées et adaptées qui favorisent le mouvement, la stimulation intellectuelle et le lien social.

• La sédentarité, enjeu majeur du bien vieillir

Des gestes simples pour des effets durables, comme se déplacer pour rejoindre la salle de restauration ou les autres résidents dans le patio, les Marpa sont conçues dans leur architecture et dans le concept pour inciter les résidents à rester mobiles. De nombreuses initiatives sont déployées par les agents d'accompagnement ou par des intervenants extérieurs afin que, chaque jour, des activités adaptées soient proposées : ateliers de gym douce, balades accompagnées, jardinage, danse, ateliers mémoire, jeux de société, participation à des événements ou sorties... Ces moments partagés permettent à chacun de rester acteur de son quotidien, de renforcer son équilibre et de cultiver le plaisir de vivre ensemble.

• Une dynamique collective et personnalisée

Parce que chaque résident est unique, les équipes s'adaptent aux envies, aux besoins et aux capacités de chacun. L'objectif ? Offrir un accompagnement qui respecte les rythmes de vie, tout en encourageant l'autonomie. Cette approche bienveillante et proactive contribue à prévenir la perte d'autonomie, à renforcer la confiance en soi et à améliorer la qualité de vie des résidents.

Pour Claude Laurent,

Président du Réseau Marpa de l'Ain :

"Au-delà du logement, les Marpa sont de véritables lieux de vie à taille humaine où l'on reste acteur de son quotidien. En cultivant l'autonomie et en luttant contre la sédentarité, nous affirmons chaque jour notre conviction : le vieillissement peut être synonyme de joie, de lien et de dignité. A en croire le nombre important de centenaires vaillants et dynamiques que comptent nos maisons, nous ne pouvons que nous féliciter de l'engagement de tous dans nos structures pour les aînés du département de l'Ain."



A VOS AGENDAS



Les journées Partage et Découvertes reviennent tous les samedis de septembre dans vos Marpa !

- **6 Septembre** : BELLIGNAT - NEUVILLE LES DAMES
- **13 septembre** : BRENOD - MONTREAL LA CLUSE
- **20 septembre** : ST MARTIN DU FRESNE - ST DENIS LES BOURG - PONT DE VAUX
- **27 septembre** : VIRIAT - ST ETIENNE DU BOIS - GRIEGES





La Marpa de la Verchère bien représentée lors de la journée inter Marpa ...

Depuis plusieurs semaines, les directrices et le directeur des MARPA du Pays de Bâgé, de Pont de Vaux, de Saint-Julien sur Reyssouze et de Grièges préparaient cette rencontre inter Marpa. Laurence Paccoud n'a pas ménagé sa peine ! Le mercredi après-midi, une trentaine de bénévoles étaient sur place à Manziat pour installer tables, chaises, nappes, vaisselle. Parmi les 270 personnes, venant de 15 MARPA du département, figuraient 38 résidents, membres du personnel et bénévoles de la Verchère. L'ensemble du personnel pontévallois s'est mobilisé avec l'aide des résidents afin de réaliser la décoration des tables et la banderole de bienvenue. Les menus ont été créés par l'atelier informatique. Le 5 juin, à Manziat les convives se sont délecté d'un bon repas et d'une prestation exceptionnelle de la revue "Royal cabaret" par "Doucet Events".



Edith, installée à la MARPA depuis 4 jours :
« C'était super, je ne pensais pas que c'était ça ! Je suis contente d'être venue. Le repas était délicieux et pourtant je suis difficile »..

Geo : « C'était très bien ; on a passé un bon moment, à renouveler ! Le spectacle était professionnel. On a aussi passé un moment convivial à table, avec un bon repas ».



Les directions des Marpa du Réseau de l'Ain

