PARIS Normandie

Pays : France
Périodicité : Quotidien
OJD : 50074
Edition : Pays de Caux, Dieppe - Pays de Bray

Date : 19 MAI 18

BOLBEC

Le bénévolat, un bon moyen pour bien vieillir

Mardi après-midi, au Val-aux-Grès, les élèves en Bac Pro « Accueil et Services » du lycée Pierre-et-Marie-Curie ont accueilli les visiteurs du 4e Forum Seniors actifs. Les intervenants du Département, du Clic Maill'âges, des caisses complémentaires de retraite (Carsat, Agirc-Arrco, MSA), des centres sociaux Arpège et de l'Espace Arc-en-Ciel, entre autres, ont répondu à près de 200 visiteurs, ravis d'avoir, en un même lieu, des réponses précises sur la préparation de leurs dossiers de retraite ou de leur engagement bénévole.

« Pourquoi êtes-vous bénévole ? » a demandé Florian Bouillon

La conférence *Retraite mode d'emploi* a été assidûment suivie. Alors que dans la cafeteria de la MJC, certains ont pu découvrir le yoga du rire, la sophrologie, la gym adaptée ou échanger autour de jeux de société, lors d'un Café Discute. La conférence *Évolution de la place des seniors dans la société*, animée par Amandine Liger, psychologue du Centre de Prévention Bien vieillir Agirc-Arrco, proposait de réfléchir à différentes questions : à quel âge devient-on vieux ? quelles sont les mesures de protection pour bien-vieillir ? quels sont les clichés et stéréotypes associés à la vieillesse ? Les auditeurs ont appris que seulement 15 % des personnes âgées de plus de 85 ans sont dépendantes, que la mauvaise santé n'est plus une question de grand âge, que la place des seniors est en pleine évolution et qu'il y a de moins en moins de cloisonnement juniors/seniors.

La table ronde animée par Florian Bouillon, de la Cie Conquérante, a donné la parole à de nombreux bénévoles. Que ce soit Denise, Isabelle et Pascale de Brotonne Service et leur Café Causette, Annick de l'Espace Arc-en-Ciel, Évelyne du Café des Champs, Pascal de l'Association EGEE et sa passion de transmettre ou Raymond qui a obtenu le Diplôme Mondial du Bénévolat, tous étaient d'accord : le bénévolat leur apporte autant qu'ils donnent. « *Un jour, nous serons tous âgés et serons heureux d'avoir du lien social, grâce aux bénévoles. Nous devons, aussi, transmettre nos connaissances aux jeunes.* » La plupart, s'ils n'étaient pas bénévoles pendant leur vie active, le sont devenus à la retraite « *pour se sentir utile* ».

Pour clôturer ce forum, les bénévoles de la Cie Conquérante ont proposé un cocktail dansant sur le thème des années 80.

Tous droits réservés à l'éditeur