

Idées d'activités avec des enfants du préscolaire ou du primaire

- Activités saisonnières (camp de jour, fête des voisins, jardin communautaire, sortie aux pommes, Halloween, fêtes et spectacles de Noël, fête de l'hiver, etc.).
- Parc de mise en forme pour aînés intégré à un parc pour enfants, intégration des jeux de pétanque ou de « shuffleboard » à proximité des balançoires, etc..
- Soutien scolaire (aide aux devoirs, activités thématiques « dans mon temps », accompagnement aux sorties du service de garde lors des journées pédagogiques).
- Heure du conte (période réservée, activités bibliothèque, garderies et centres de la petite enfance).

Idées d'activités avec des adolescents

- Mentorat pour les Coopératives jeunesse de services.
- Activités de cuisine intergénérationnelles.
- Activités d'échanges thématiques entre adolescents et aînés (les métiers, l'histoire de la ville, etc.), jumelage entre les maisons ou locaux de jeunes et des regroupements d'aînés.
- Animation par les ados d'une maison hantée.
- Activités d'échanges de connaissances et de savoir-faire (tricot, fabrication d'un tacot, fabrication de vêtements, réparation de scooters, projets d'ébénisterie, préparation de conserves, etc.).

Et si on inversait les rôles?

- Trucs et astuces : utilisation des tablettes numériques et téléphones cellulaires (formation donnée par les jeunes).
Informatique et réseaux sociaux : utilisation de Facebook, Skype.
- Activité découverte de jeux vidéo sur écran géant (Minecraft, Wii sport, quilles, etc.).
- Activité de musique : « Jam » ouvert aux jeunes et aux aînés.



Prêts à vous lancer?

Les indispensables

- Identifier un promoteur de projet.
- Mettre sur pied un comité sur l'intergénérationnel composé de membres de tous âges (ex. comité de la Politique familiale).
- Mettre l'accent sur la participation des aînés en respect avec leurs intérêts et leurs disponibilités.
- S'allier aux écoles.
- Mettre en commun les services et composer avec les organismes existants (Cercle des fermières, Filles d'Isabelle, Chevaliers de Colomb, Club d'âge d'or, Club Lions, Club Optimistes, CJS, Maison des jeunes, Camp de jour, etc.).
- Évaluer les activités existantes afin de voir la possibilité de les rendre intergénérationnelles.

«L'engagement de la municipalité au sein de sa propre politique Famille et aînés et des organismes existants demeure le meilleur moyen d'assurer la pérennité des activités intergénérationnelles.»

- S'arrimer aux politiques et programmes gouvernementaux, comme par exemple :

Gouvernement du Canada

Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés (PNHA)
Culture, histoire et sport

Gouvernement du Québec

Culture et communications
Ministère de la Famille

MRC de Portneuf

Fonds Patrimoine et Culture
Fonds de soutien aux projets structurants de la MRC de Portneuf

Le Fonds Présâges

Ce projet a été rendu possible grâce à la participation de :



TABLE DE CONCERTATION DES
AÎNÉS DE PORTNEUF

Cap-Santé intergénérationnel



VILLE DE
Cap-Santé

L'art de vivre sainement

Mot du Maire

Bonjour,

Penser et agir famille et aînés, voilà l'engagement découlant de la mise en place de la Politique familiale et de la démarche MADA (municipalité amie des aînés) à Cap-Santé. Au-delà du slogan, des actions visant les aînés, la famille et l'intergénérationnel se mettent en place, s'expérimentent et se partagent. J'exprime ici la volonté du conseil de poursuivre dans cette démarche en développant les échanges et l'appartenance à la communauté par des actions concrètes. Je salue et remercie tous les partenaires qui participent à cette mobilisation:

Les membres du comité de la Politique famille et aînés: *Caroline Arpin, Michel Blackburn, Claire Fleury, Gérard Galestrosi, Alexandra Gariépy, Maxime Godin, Andrée Gosselin, Nathalie Naud, Rémi Tessier et Mélanie Tremblay;*

Nos précieux collaborateurs et bénévoles:

Martin Boudreault, de l'École du Bon-Pasteur, Marie-Josée Lépine et le personnel du Service de garde l'Aquarelle, Ghislaine Alain et les membres du Cercle des Fermières, Alice Guay et les membres du Club Fadoq, Victorin Godin et son équipe d'ébénistes bénévoles, l'École de musique Manon Chénard-Marcotte et ses élèves en piano et en chant, Michel Fleury et les relayeurs de la Table de concertation des aînés de Portneuf, Le Café de la Place, L'arc-en-ciel du Paradis, Métro Donnacona et nos aînés.

Denis Jobin
Maire

« Pour Cap-Santé, l'intergénérationnel, ce n'est plus seulement un souhait. C'est maintenant un réflexe, un engagement, une nouvelle façon de penser et de voir l'organisation de certaines activités ».



La sortie aux pommes et l'animation d'une activité cuisine par la Fadoq.

Présentation

Inspiré par le concept des maisons des grands-parents, le comité de suivi de la Politique famille et aînés de la Ville de Cap-Santé a réalisé, en 2015-2016, le projet « Activités intergénérationnelles à Cap-Santé ».

L'objectif était de mettre en place une formule souple d'activités permettant de favoriser le développement de liens intergénérationnels dans la communauté.

Des consultations ont eu lieu avec la direction de l'École du Bon-Pasteur, la responsable du service de garde l'Aquarelle, le Cercle des Fermières et le Club Fadoq de Cap-Santé. Ces rencontres auront permis de proposer des activités qui ont réuni plus de 200 participants: 128 jeunes âgés entre 3 et 18 ans, 30 familles et 91 aînés.



L'activité ébénisterie, créée et animée par 2 jeunes aînés passionnés du bois, aura permis à 24 jeunes de construire une cabane d'oiseaux qu'ils ont pu ramener à la maison.



Halloween: Décoration de citrouilles avec les aînés et animation de la maison hantée par les jeunes du camp de jour. Les aînés ont adoré leur visite!

Les avantages

Les liens intergénérationnels ont des avantages tant pour les personnes aînées que les plus jeunes, qu'il soit question de transfert de connaissances et de savoirs ou de rapprochement entre les générations.

Ces activités de partage d'expérience contribuent à lutter contre les préjugés et favorisent la solidarité et le mieux-être collectif. Elles permettent d'accompagner les jeunes dans leur cheminement personnel et professionnel, développent la tolérance et l'ouverture d'esprit.

Pour les jeunes, être en contact avec des aînés de leur communauté contribue à développer leur sentiment d'appartenance car ils découvrent la génération de leurs grands-parents, leur histoire, celle de leur communauté. Selon les activités choisies, les jeunes développent leurs talents, augmentent leurs connaissances et leurs compétences.

Pour les aînés, ces activités servent à briser l'isolement et à prendre une part active au sein de la communauté. Parce qu'ils sont impliqués dans l'organisation des activités et sollicités selon leurs propres intérêts et compétences, ils partagent avec plaisir, passion et générosité leurs talents et leur savoir-faire.

L'intergénérationnel vous inspire?

Les activités peuvent être ponctuelles ou intégrées de façon régulière dans les programmes de loisirs municipaux, les événements ou les activités des organismes locaux. Lors des rassemblements ou des fêtes familiales, pensez à inviter plus particulièrement les aînés !



L'activité signet avec le Cercle des Fermières.