

GUIDE DE PARTICIPATION

— ENSEMBLE —
Luttons contre l'isolement des aînés!



— DE SOLITUDE
+ DE SOLIDARITÉ

ENVIE ...D'AGIR?
...DE FAVORISER
LE LIEN SOCIAL?
...DE RAPPROCHER
LES GÉNÉRATIONS?

Viens je t'emmène

LA SEMAINE DES SORTIES
ENTRE GÉNÉRATIONS

Une initiative du magazine **Notre temps,**

Rejoignez-nous!

L'opération *Viens je t'emmène* se déroule chaque année au mois de novembre



Viens je t'emmène

C'est quoi ?

Une semaine de mobilisation intergénérationnelle organisée chaque année par *Notre Temps* et ses partenaires pour offrir des sorties à des aînés isolés et créer ainsi du lien social.

Qui peut participer ?

Particuliers, communes, associations...
Viens je t'emmène est ouvert à tous !

Comment participer ?

En organisant et proposant des sorties et animations adaptées.

Les objectifs

- Lutter contre l'isolement et la solitude des aînés.
- Créer des réseaux de solidarité de proximité.
- Favoriser les rencontres intergénérationnelles.
- Renforcer le lien social.

Les + pour la commune

- Crée une dynamique territoriale
- Renforce les liens entre les acteurs locaux
- Donne de la visibilité aux actions des partenaires et acteurs locaux
- Renforce la communication autour des animations proposées par la commune
- Dynamise les quartiers

1/ Définir un comité de pilotage et mobiliser acteurs et partenaires

Si le projet est porté et coordonné par la ville, le CCAS, nous vous conseillons **d'obtenir l'appui d'un élu** et **d'identifier un chargé de projet**.

LE COMITÉ DE PILOTAGE

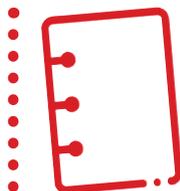
- Il fédère les acteurs, les partenaires.
- Il crée une émulation.
- Il facilite les échanges.
- Il favorise bonnes pratiques et retours d'expériences.



PENSEZ AUX ACTEURS LOCAUX!

CLIC, associations (Les petits frères des Pauvres,

France Bénévolat, Tous bénévoles, Unis Cités, équipes citoyennes MONALISA...), services d'aides à domicile, clubs seniors, EHPAD, résidences autonomie, résidences seniors, bailleurs sociaux, centres socioculturels, établissements scolaires, universités, musées, bibliothèques, salles de spectacle, sans oublier bénévoles et retraités volontaires, etc.



PROGRAMMEZ UNE RÉUNION PRÉPARATOIRE

Elle permet de :

- présenter l'opération ;
- identifier les partenaires, les acteurs locaux ;
- les inviter à se présenter et présenter leurs actions ;
- évoquer les équipements de la collectivité disponibles ;
- nommer un représentant pour chacun des acteurs et identifier vos interlocuteurs privilégiés.

Les +

Notre Temps peut vous fournir :

- une plaquette de présentation de *Viens je t'emmène* en print et numérique ;
- une vidéo explicative de l'événement.

2/ Élaborer le programme

Le programme peut compter de nouvelles activités. Mais vous pouvez aussi vous appuyer sur des animations déjà programmées. Dans ce cas, il suffit de les estampiller *Viens je t'emmène* et de leur donner **un petit supplément d'âme, quelque chose en plus de l'organisation habituelle...**

→ Quelques exemples : sorties au marché, lotos, thés dansants, ateliers créatifs, visites du patrimoine, exposition, sortie cinéma, rencontres intergénérationnelles autour des jeux de société, etc. Libre cours à votre imagination !

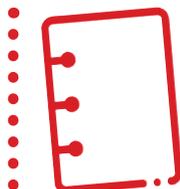


CRÉEZ UN FICHER PARTAGÉ

→ Chaque acteur pourra indiquer les sorties qu'il propose

avec le descriptif de l'action (nature de l'activité, lieu, jour, horaire, contact, etc.).

→ Le chargé de projet pourra récupérer ces informations et éditer un programme complet !



LE MIEUX!

- Privilégiez une programmation simple!
- Pensez à l'accessibilité des lieux : transports en commun ou prise en charge du déplacement (ex : location d'un minibus, chauffeurs bénévoles...)
- Soignez la rédaction de votre annonce : quartier, date, horaire, numéro de téléphone, ligne de transport en commun + arrêt... et une police de caractère lisible.
- Créez un moment convivial : proposer une collation !

Les +

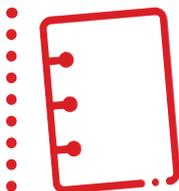
Les animations plébiscitées ?
Sorties plaisir, plaisir d'être ensemble, bien-être, gym douce, culture...
Proposez des animations familiales !
Viens je t'emmène est une opération intergénérationnelle.

3/ Prévoir un (tout petit !) budget

Le magazine *Notre Temps*, avec l'aide de ses partenaires, met gracieusement à votre disposition et selon vos besoins, des affiches et flyers, mais ne peut soutenir financièrement la réalisation des animations.

Les +

Sollicitez des bénévoles !



LE MIEUX!

- Prévoyez un budget communication si vous souhaitez créer un programme, des affiches dédiées, etc.
- Subventionnez éventuellement les acteurs proposant des animations.

4/ Communiquer et faire connaître l'action



Notre Temps vous accompagne!

L'événement est porté nationalement par :

→ **Le magazine**

→ **Son site web** : notretemps.com

→ **Ses réseaux**

 @VJE_NotreTemps

 @Viensjetemmene.NotreTemps

#viensjetemmene

La rédaction met à votre disposition, gratuitement, en print et numérique :

- les affiches et flyers de l'opération ;
- des affiches et flyers avec un espace d'expression libre que vous pouvez personnaliser ;
- le logo.

N'hésitez pas à passer commande en septembre : contact@viensjetemmene.fr



DURANT L'OPÉRATION

→ **Pensez à prendre photos, vidéos, recueillir verbatim et témoignages**

(participants et acteurs).

Envoyez des photos de vos événements à contact@viensjetemmene.fr accompagnées d'un court texte d'ambiance pour permettre à la rédaction

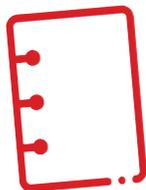
de les publier sur le site. N'oubliez pas dans ce cas de faire signer la levée de droits à l'image! (formulaire à demander à l'adresse ci-dessus)

→ **Communiquez en temps réel** : envoyez des photos sur vos réseaux sociaux et suivez :

 @Viensjetemmene.NotreTemps

 @VJE_NotreTemps vous y serez forcément mentionné!

auprès du public



LE MIEUX!

→ **Vous pouvez créer votre propre visuel**

pour l'opération, tout en apposant obligatoirement le logo « *Viens je t'emmène/ Notre Temps* ». Si vous êtes adhérent RFVAA, n'oubliez pas le logo de l'association.

→ **Réalisez communiqué et dossier presse.**

→ **Inscrivez sorties et activités sur le site viensjetemmene.fr.**

Elles gagneront en visibilité, donneront des idées à d'autres et permettront à *Notre Temps* de parler de vos actions sur ses réseaux.

Quelques minutes suffisent!

→ **Diffusez le programme :**

- journal communal, sites
- Internet (ville, partenaires, acteurs), réseaux sociaux,

- affichages (panneaux de
- la ville, écrans des bus/
- tram, stations de métro...)
- N'hésitez pas à le faire
- savoir à *Notre Temps*. Nous
- créerons un lien entre le site
- Viensjetemmene.fr et votre
- site ou blog.
- → **Sollicitez la presse locale**
- (presse, radio, télévision) :
- interview de l' élu, reportage
- de vos actions, publicité...

Les +

Contact dédié *Notre Temps* :
christelle.delliere@bayard-presse.com,
 ou contact@viensjetemmene.fr.

Tél. : 01 74 31 62 54

Adhérent RFVAA : contact@rfvaa.com

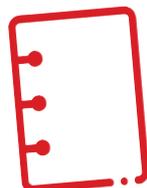
5/ Bilan et valorisation de l'événement



VALORISEZ L'ÉVÉNEMENT!

Organisez par exemple une expo photos, un reportage, une vidéo

sur les animations proposées



LE MIEUX!

→ **Organisez une réunion de bilan avec l'ensemble des acteurs**, afin de partager vos retours d'expérience

→ **Réalisez un état quantitatif et qualitatif :**

- nombre d'activités, de sorties organisées ;
- nombre de participants (nombre total, nombre de nouveaux participants) ;
- recueil de témoignages, verbatim.

→ **Faites un retour à *Notre Temps!*** (données non confidentielles sur lesquelles le magazine peut communiquer). Ainsi nous pourrons :

- mieux faire connaître l'opération et la développer ;
- mesurer sa réussite ;
- trouver de nouveaux partenaires en s'appuyant sur les retours terrain ;
- donner des idées aux autres.

Les +

Si vous êtes adhérent RFVAA, remplissez la fiche « retour d'expérience », elle sera mise en ligne sur le site !

6/ Calendrier des mises en œuvre

- Chaque commune gère son planning à sa convenance !
- Voici toutefois une proposition, expérimentée sur le terrain

JANVIER - FÉVRIER - MARS

- Réunion préparatoire.
- Identification des acteurs et partenaires.

MARS -AVRIL - MAI

- Réunion des acteurs et partenaires - Création du comité de pilotage – Réflexion sur les actions possibles à mener dans le cadre de l'opération.
- Mise en relation avec *Notre Temps* pour connaître la date de l'édition et obtenir le logo *Viens je t'emmène*.

JUIN - JUILLET - AOÛT

- Compilation de l'ensemble des initiatives programmées et remplissage du fichier partagé des actions engagées.
- Définition des supports de communication (identité visuelle, affiches spécifiques, programme, etc.)

AOÛT - SEPTEMBRE

- Mise en forme et réalisation du programme + affiches spécifiques si besoin.
- Commande d'affiches et flyers auprès de *Notre Temps*.
- Début des inscriptions des animations sur le site viensjetemmene.fr

FIN SEPTEMBRE - OCTOBRE

- Envoi du programme et des affiches à la reprographie, si déclinaison spécifique par la ville.

OCTOBRE :

- Diffusion du programme et des affiches (version papier et dématérialisée).

NOVEMBRE :

- Envoi du communiqué de presse aux médias locaux.
- Semaine *Viens je t'emmène*

DÉCEMBRE

- Réunion bilan avec les acteurs et partenaires de l'évènement.
- Transmission du bilan à *Notre Temps*.



- Bien coordonner l'organisation et les acteurs tout au long de l'année.
- Dégagez

le temps nécessaire à la promotion de l'évènement : diffusion des programmes, promotion de l'action auprès des professionnels au contact des publics.

- Donnez envie à d'autres de participer à *Viens je t'emmène*.

Les +

Pendant la semaine *Viens je t'emmène*, déplacez-vous sur les lieux des animations ! C'est une belle occasion d'échanges avec les citoyens et les organisateurs !

Viens, je t'emmène... à une séance bien-être

Proposez différents ateliers bien-être (collectifs ou individuels) dans un même lieu : massage, réflexologie, manucure, découverte des huiles essentielles, etc.



LE MIEUX!

- Sollicitez différents partenaires (institut beauté, réflexologue, naturopathe, etc.) et bénévoles pour accompagner les personnes ne pouvant pas se déplacer seules.
- Trouvez une salle accessible pouvant accueillir les différents ateliers : accessibilité en voiture et en transports en commun (penser à l'accompagnement pour les personnes ne voulant/ pouvant pas se déplacer seules pour rejoindre le lieu).
- Demandez à l'organisateur de gérer les inscriptions aux ateliers individuels afin d'éviter les temps d'attente.
- Proposez une collation, moment de convivialité.

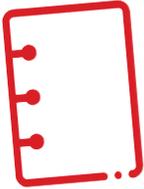


Cette action peut être proposée et coordonnée par une association, un club seniors, une résidence seniors.

Quelques cas pratiques à découvrir !

Viens, je t'emmène... à un atelier créatif

Proposez différents ateliers créatifs collectifs : couture, compositions florales, cuisine, etc.



LE MIEUX!

- Sollicitez différents partenaires (institut beauté, réflexologue, naturopathe, etc.) et bénévoles pour accompagner les personnes ne pouvant pas se déplacer seules.
- Trouvez une salle accessible pouvant accueillir les différents ateliers : accessibilité en voiture et en transports en commun (prévoir un moyen de transport pour les personnes ne voulant/ pouvant pas se déplacer seules pour rejoindre le lieu).
- Demandez à l'organisateur de gérer les inscriptions aux ateliers individuels afin d'éviter les temps d'attente.
- Proposez une collation, moment de convivialité.



Cette action peut être proposée et coordonnée par une association, un club seniors, une résidence seniors (même procédé pour des ateliers d'initiation aux nouvelles technologies).

Viens, je t'emmène... voir une exposition, un film, une conférence, un concert, etc.



LE MIEUX!

- Contactez le lieu culturel (musée, cinéma, salle de spectacle) pour réservation et tarif groupe.
- Sollicitez des bénévoles pour accompagner les personnes âgées.
- Prévoyez un moyen de transport pour les personnes ne pouvant/ voulant pas se déplacer seules (location minibus, chauffeurs bénévoles).
- Demandez à l'organisateur de gérer les inscriptions aux ateliers individuels afin d'éviter les temps d'attente.
- Proposez une collation, moment de convivialité.



Cette action peut être proposée et coordonnée par une association, un club seniors, une résidence seniors, le CCAS.

Quelques cas pratiques à découvrir !

Viens, je t'emmène... faire une balade en ville, à la campagne, un tour au marché



LE MIEUX!

- Repérez un circuit accessible et adapté.
- Sollicitez un intervenant (pour un circuit commenté) et des bénévoles pour accompagner les personnes âgées.
- Prévoyez le transport si besoin jusqu'au lieu de rendez-vous (location minibus, chauffeurs bénévoles).
- Demandez à l'organisateur de gérer les inscriptions aux ateliers individuels afin d'éviter les temps d'attente.
- Proposez une collation, moment de convivialité.

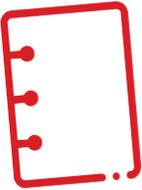


Cette action peut être proposée et coordonnée par une association, un club seniors, une résidence seniors, le CCAS.

Pour aller plus loin...

Quelques cas pratiques à découvrir !

Viens, je t'emmène... rencontrer les plus jeunes autour d'animations : jeux de société, loto, etc.



LE MIEUX!

- Trouvez une salle accessible et le matériel nécessaire pour faire différents jeux : accessibilité en voiture et en transports en commun. Pensez à l'accompagnement pour les personnes ne voulant/ pouvant pas se déplacer seules pour rejoindre le lieu.
- Contactez des structures de quartier accueillant des jeunes (école, centre socioculturel) afin qu'ils participent aux jeux.
- Confiez l'animation des jeux par des jeunes en service civique en lien avec les acteurs des structures de quartier.
- Demandez à l'organisateur de gérer les inscriptions.
- Proposez une collation, moment de convivialité.



Action pouvant être proposée et coordonnée par une association, un club seniors, une résidence seniors, le CCAS

Témoignages

« *Un moment heureux,
un moment convivial,
un moment agréable.* »

RENNES, VIENS JE T'EMMÈNE 2017

« *J'adore, je vais
continuer, s'occuper de soi un
peu, cela m'a beaucoup plu.* »

RENNES, VIENS JE T'EMMÈNE 2017

« *La solitude me pèse
énormément, il faut que je
sois parmi les gens.* »

RENNES, VIENS JE T'EMMÈNE 2017

« *Ces activités me
permettent de sortir de mon
isolement. Morgane m'a
même aidée à utiliser les
outils informatiques !* »

« *C'est une belle
rencontre, qui m'enrichit
personnellement.
Un véritable lien s'est créé
entre nous.* »

MORGANE (20 ANS) ET CHANTAL (64 ANS), PARTICIPANTE À RENNES EN 2017

« *Nous avons dansé,
chanté et bien ri.* »

MARIE, 89 ANS, SAINT-QUENTIN (02)

« *Viens je t'emmène [...] a été magnifique,
humainement magique !* »

DOMINIQUE, COORDINATEUR POUR SAINT-QUENTIN (02)

« *On a passé du bon
temps et ça nous a permis
d'enrichir notre culture !* »

PAOLA, 66 ANS MULHOUSE

« *Une après-midi
marquée par la bonne
humeur et le partage !* »

VILLENEUVE-TOLOSANE, 2017

Boîte à idées !

Viens je t'emmène...

à une séance bien-être :
massage, sophrologie,
réflexologie...

Viens je t'emmène...

voir une exposition, un film
au cinéma, une conférence,
un concert (transport pris en
charge)...

Viens je t'emmène...

faire un tour au marché.

Viens je t'emmène...

à un atelier créatif : bijoux,
compositions florales,
cuisine, tricot...

Viens je t'emmène...

rencontrer les plus
jeunes autour
d'animations : jeux de
société, loto...

Viens je t'emmène...

faire une balade en ville,
une promenade en forêt
(à pied ou en minibus).

Viens je t'emmène...

à une session découverte :
écriture, initiation à
l'informatique...

Viens je t'emmène...

boire un café.

Vous êtes tous acteurs!
Faites de
Viens je t'emmène
une réussite!

Contact Notre Temps

contact@viensjetemmene.fr
Christelle Dellièvre 01 74 31 62 54

Contact RFVAA

contact@rfvaa.com