

## Mobil'Aînés inscrivez-vous ! avant le 30 septembre

Romane Bluteau <romane.bluteau@outlook.fr>

Jeu 09/09/2021 18:10

À : Romane Bluteau <romane.bluteau@outlook.fr>

📎 1 pièces jointes (2 Mo)

MOBILAINESFLYER2021.pdf;

Si vous ne parvenez pas à lire cet e-mail, cliquez [ici](#)



LETTRE D'INFORMATION  
n°5 - Septembre 2021

# La Mobil'Aînés n'attend plus que VOUS !

## J-30 avant la Mobil'Aînés

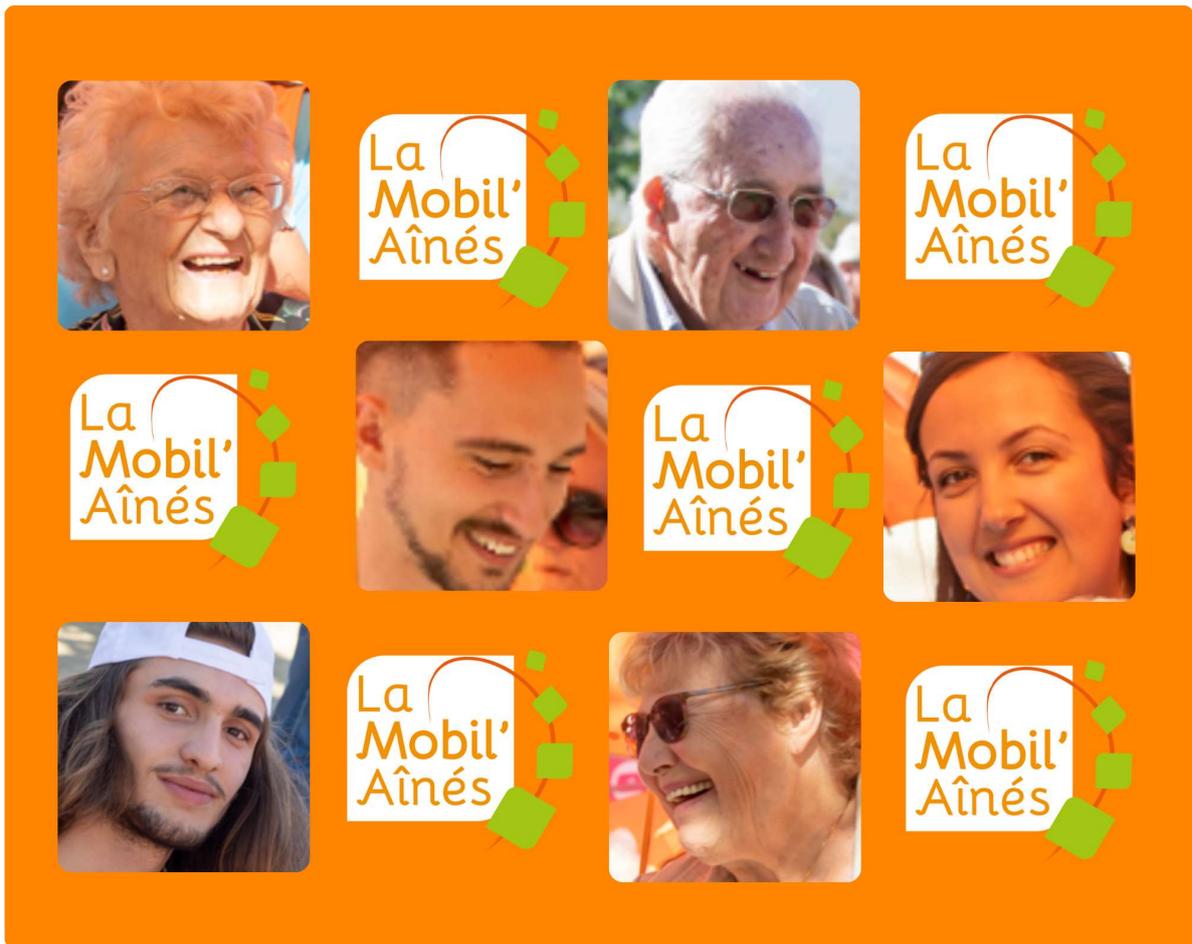
2021 une édition "spéciale"  
Un masque orange offert à tous !

Le vendredi 08 octobre prochain, à partir de 13h45 l'Association Prendre Soins du Lien vous attend à Mérignac, Place Charles de Gaulle !

### **Pourquoi venir à la Mobil'Aînés le 8 octobre prochain à Mérignac ?**

- Pour encourager la mobilité des âgés
- Pour revendiquer la place des personnes âgées dans l'espace public
- Pour promouvoir une marche UNIQUE, INNOVANTE et BIENVEILLANTE
- Pour participer aux animations adaptées au public :
  - La "Mobil'Danse", une **chorégraphie** de foule pour s'échauffer
  - La "Mobil'Chorale", pour reprendre en cœur des **chansons** choisies par et pour vous. (Les Champs Elysées , Siffler sur la colline , Soul man, Fais du vélo...)
- Pour assister à la **remise des tablettes Facilotab** offertes aux deux établissements vainqueurs du concours photos Facebook "Rolateurs en scène"

**La Mobil'Aînés, c'est de la bonne humeur, des sourires et des éclats de rires garantis !**



**Vous souhaitez-vous inscrire ?**

Rien de plus simple !

Vous trouverez en pièce jointe le formulaire à compléter, signer et à renvoyer au plus tard le 30 septembre 2021.

*Pass sanitaire obligatoire pour participer à la Mobil'Aînés  
Pass sanitaire accessible facilement "à portée de mains" pour contrôle à l'entrée*

---

**Nos partenaires**

---



## Le portrait du mois



### Des binômes pour la Mobil'Aînés ... Et aussi pour le Lien'Aînés !

Isabelle et Jacqueline, un binôme intergénérationnel qui fonctionne bien !

#### Pourquoi avoir choisi APSL ?

« Après avoir travaillé comme chef de projet dans l'informatique, j'ai eu la chance de pouvoir arrêter mon activité salariée il y a 2 ans. J'ai pu mettre à profit ce temps qui s'offrait à moi pour m'occuper des miens et plus particulièrement pour consacrer plus de temps à ma maman, qui vit seule.

J'ai ainsi pris conscience de l'isolement des personnes âgées vivant seules, et qui, bien qu'entourées par des proches, trouvent le temps parfois bien long. J'ai découvert l'Association Prendre Soin du Lien il y a 2 ans, en participant à la Mobil'Aînés. C'est alors tout naturellement que je suis devenue bénévole d'APSL, partageant totalement les valeurs de respect, de considération et de bienveillance de cette Association.

Les jeudis après-midi je vais chercher des adhérentes « Lien'Aînés » à leur domicile et nous nous retrouvons avec d'autres membres et bénévoles, pour partager des activités ludiques et variées. Ces rencontres hebdomadaires permettent de créer des liens forts entre bénévoles et adhérentes, basés sur l'écoute et le partage, mais encore plus importants sont les liens créés entre adhérentes, qui s'appellent régulièrement. Complicité et affection se sont établies au sein du groupe et c'est la véritable force de cette association. »

## APSL en bref

L'association Prendre Soins du Lien (APSL) créée en 2008 a pour vocation de prévenir l'isolement et la solitude des aînés par le biais de l'animation. Le maintien ou la création d'un réseau social est essentiel au bien-être, surtout pour les plus âgés.

En 2021, APSL crée sa lettre d'information mensuelle pour partager et mettre en avant les deux activités phares de l'association : le Lien'Aînés® et la Mobil'Aînés®.

**Le Lien'Aînés®**  
Des animations à domicile  
en groupe et des sorties  
accompagnées

**La Mobil'Aînés®**  
Une marche intergénérationnelle  
en rotateur, organisée en binôme



**Lien'Aînés®**



**Mobil'Aînés®**

Association Prendre Soins du Lien  
40 allée d'Orléans - Immeuble Le Splendide  
33000 Bordeaux  
[apsoindulien@gmail.com](mailto:apsoindulien@gmail.com)

