

Le sport à tout âge, un vrai travail d'équipe

De nombreux partenaires s'unissent pour proposer aux personnes dépendantes bénéficiant de l'aide à domicile un entretien physique et sportif.

Une sacrée équipe ! Dans les locaux de la direction départementale Jeunesse et Sports, les partenaires du projet « Ex-aequo » sont soudés comme un pack de rugby.

Ex-aequo, quèsaco ? « Un projet mûri depuis deux ans pour proposer aux personnes dépendantes une activité sportive à travers une approche ludique. » Trois fées se sont penchées sur le berceau d'Ex-aequo. Honneur au financeur, la Jeunesse et les sports, qui accompagnera et financera le dispositif. Celui-ci s'appuiera sur l'expertise et le savoir-faire complémentaires de deux associations.

A ma droite, Anjou emploi sport animation (Aesa), créée par le comité départemental olympique et sportif pour développer l'emploi sportif dans le département. L'Aesa met ainsi à la disposition des clubs du personnel ou gère leurs formalités administratives, quand elle n'anime pas une bourse d'emploi avec l'ANPE.

A ma gauche, l'association Anjou domicile, la plateforme départementale des services à la personne, qui travaille avec un réseau de 120 associations dans le département. A travers Ex-aequo, tous tendent vers un objectif commun – « **Maintenir le plus longtemps possible les personnes à leur domicile** » – en ajoutant une dimension supplémentaire aux activités



Des représentants de la Jeunesse et Sports, d'Anjou emploi sport animation, d'Anjou domicile, d'associations d'aide aux personnes et du CCAS d'Angers se sont penchés sur le berceau d'Ex-aequo.

habituelles. Une enquête a nourri le projet. Il en ressort que les personnes interrogées sont prêtes à faire une activité sportive en dehors de chez elles pour se maintenir en forme et aussi pour voir du monde.

La gym douce est largement plébiscitée, devant la marche, la randonnée ou l'aquagym. « **Nous ferons du cousu main, en nous appuyant sur les associations qui travaillent en confiance avec les usagers** »,

insistent les initiateurs d'Ex-aequo. Les quatre premières expérimentations seront menées d'ici la fin de l'année à Cholet, Segré, Angers et Saumur.

L. B.