

Contexte d'intervention

Braine-le-Château, commune amie des aînés
(O.M.S.)

Objectif de l'action

RISS en promouvant l'alimentation saine et la mise en mouvement **des aînés précarisés**, à leur domicile et à l'extérieur, grâce à l'accompagnement de volontaires sensibilisés



Nous mettons en place...

- une cellule de volontaires relais d'informations, «formés» à :
 - => l'écoute et à l'accompagnement
 - => l'alimentation saine
 - => la prévention des chutes
 - => la consommation responsable d'alcool et de médicaments
- ...des aînés !**

■ un atelier hebdomadaire de gym douce et de bien-être adapté **aux aînés** – accueil fait par une volontaire.

■ une permanence, tenue par deux volontaires, mettant à disposition des informations en ce qui concerne les services pouvant favoriser l'alimentation saine et la mise en mouvement **des aînés**.



« *Nous sommes là...* »

...et ses partenaires !

- Les volontaires
- PCS communal
- CPAS
- asbl Gymsana

- asbl Educa Santé
- asbl Cép'âge
- Centre de Santé Mentale (Tubize)
- asbl Enfance et Diététique

