

4^{ème} NEWSLETTER PROACTIFS SENIORS

Chers lecteurs,

De la part de notre équipe de rédaction, on vous souhaite de bonnes vacances!

Nous sommes heureux de vous présenter la dernière édition de la newsletter du projet «Proactifs Seniors». Les partenaires du projet se sont rencontrés à Litomyšl (Slovaquie) et à Pavie (Italie) pour coordonner les travaux finaux puisque le projet entre dans sa phase de clôture.

Nous avons eu la possibilité de visiter la France (Corse), le Portugal, l'Autriche, la République Tchèque, la Slovaquie et finalement l'Italie: Le partenariat a été inspiré par toutes les activités proposés aux seniors, rencontrées sur notre chemin.

L'idée fondamentale qui a inspiré le projet "Proactif Seniors" était de créer un réseau d'apprentissage à travers tous les pays partenaires pour explorer des possibilités sur "le Vieillessement Actif". Nous croyons en ce fort réseau créé et nous voulons progresser plus loin dans le soutien des seniors, afin de pouvoir "Apprendre tout au long de la vie".

Nous vous invitons, pour la dernière fois, à donner votre avis à l'équipe de rédaction. Restez connectés via <http://www.proactifs-seniors.com> aussi bien que par les réseaux sociaux.

1. Bonnes pratiques dans nos pays d'accueil: la République Tchèque:

- **Les 3 et 4 avril 2014, les partenaires du projet « Proactifs Seniors » se sont réunis à Litomyšl pour leur 6^{ème} Réunion transnationale.**

Litomyšl est une ville dans la région de Pardubice en République Tchèque. Le site du château situé en centre-ville est répertorié comme patrimoine mondial de l'UNESCO.



Litomyšl, République Tchèque

Litomyšl est situé à 136 kilomètres (85 miles) à l'est de Prague. La ville de Bohême orientale de Litomyšl a émergé au 13^{ème} siècle sur le site fortifiée du chemin Trstenice - une importante route commerciale reliant la Bohême à la Moravie. La population allemande a été expulsée à la suite des décrets Benes en 1945. Jusqu'en 1918, LEITOMISCHL - LITOMYŠL (nom allemand : Leutomischl) faisait partie de la monarchie autrichienne (Côté de l'Autriche après le compromis de 1867), chef du district du même nom, l'un des 94 Bezirkshauptmannschaften ou "hejtmanství okresní" en Bohême

Le château de Litomyšl est un bâtiment d'architecture monumentale de la Renaissance et a été construit de 1568 à 1581. Les bâtiments du château sont exceptionnels, pas seulement pour leur

raffinement architectural, mais surtout parce qu'ils se sont inscrits dans l'histoire comme le lieu de naissance du compositeur tchèque Bedřich Smetana.



Sur la place allongée, qui est une des plus importantes en République Tchèque, se trouve l'hôtel de ville d'origine gothique et une série de bâtiments de style renaissance et baroque, la plupart avec des arcades et des chambres au rez-de-



chaussée voûtés. Un des bâtiments, les plus importants du site, est la Maison des Chevaliers (U Rytířů) avec sa façade remarquable.

Dans le passé, la ville était un important centre religieux; en 1344, Litomyšl voit un deuxième évêché s'établir en Bohême, Bien qu'il ait cessé d'exister pendant les guerres hussites.

Le Lycée de Litomyšl, qui est de grande importance, est fondé au 19ème siècle. Les traditions culturelles de la ville vont bien au-delà des frontières régionales et nationales. Les intérieurs exquis du château baroque, le théâtre, l'amphithéâtre dans le parc du château et «la maison de Smetana», tous offrent un programme varié de concerts et de représentations théâtrales et enrichissent la vie de la ville pendant toute l'année. En 1994, la réunion des sept présidents d'Europe centrale a eu lieu au château. Le site du château figure au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1999.



Litomyšl est également le foyer de la Portmoneum, un musée de l'artiste et écrivain Josef Váchal.

- **Bonnes pratiques à Litomyšl les 3 et 4 avril 2014**

1^{ère} visite:

- **Caritas Litomyšl - garde-robe Volontaire pour les pauvres.** Elle fonctionne avec ses 8 bénévoles depuis 9 ans. Les bénévoles sont pour la plupart des seniors. Ils travaillent sur leur temps libre et aident les pauvres. Chaque année, un thé dansant est proposé avec possibilité de danser pour le public présent.

2^{ème} visite:

- **La Bibliothèque de Litomyšl - des exercices de mémoire.** Dans la bibliothèque, 3 générations de personnes se réunissent pour exercer leur mémoire. Ici, se réunissent principalement des personnes âgées. Ce type d'exercice est très populaire et accompagnée d'une dégustation de gâteaux faits maison, et d'excursions. En outre, la bibliothèque est titulaire d'un programme spécial orienté vers l'intergénérationnel. Dans le cadre de sujets historiques, les grands-

parents avec leurs petits-enfants peuvent explorer, de façon ludique, les découvertes archéologiques sur le sol près de Litomyšl.

3^{ème} visite:

- **Piscine Litomyšl - organise des cours spéciaux pour les aînés.** L'activité préférée des seniors est la natation. Les personnes âgées sont encadrés lors de l'activité physique par un professionnel expérimenté (1,5 h par semaine). Ils peuvent également utiliser gratuitement le sauna, le jacuzzi et la piscine extérieure.

2. Bonnes pratiques dans nos pays d'accueil: l'Italie

- **Les 3 et 4 juillet 2014, les partenaires du projet « Proactifs Seniors » se sont réunis à Pavie pour leur 7^{ème} réunion transnationale.**



7^{ème} réunion des partenaires, Centro Servizi Formazione, Pavia, Italie

Pavie est une commune italienne du sud-ouest de la Lombardie, en Italie du Nord, à 35 kilomètres (22 miles) au sud de Milan. Elle se trouve sur le cours inférieur du fleuve Tessin, près de son confluent avec le Pô. Elle est la capitale de la province de Pavie. Elle a une population de 71.000 habitants. La ville était la capitale du royaume des Lombards du 572 au 774. Pavie est la capitale d'une province fertile, connue pour ses produits agricoles, y compris le vin, le riz, les céréales et les produits laitiers. Bien qu'il existe un certain nombre d'industries situées dans la banlieue, elle n'arrive pas à perturber l'atmosphère paisible de la ville. La ville abrite ainsi l'ancienne Université de Pavie.



L'Université, en collaboration avec l'IUSS (Institut des Hautes Etudes de Pavie), le Collège Ghisleri, le Collège Borromeo, le Collège Nuovo, le Caterina Collège Santa et l'EDISU, appartient au système d'études de Pavie. De plus, Pavie est la ville du diocèse catholique de Pavie.

La ville possède une grande quantité de trésors artistiques et culturels, y compris plusieurs églises et musées importants, tels que: le célèbre Certosa di Pavia.

- **Bonnes pratiques à Pavia les 3 et 4 juillet 2014**

1^{ère} visite:

- **Centre Cazzamali** (Association de Promotion Sociale pour les Seniors): séminaire de dissémination:
 - Présentation du Centre Cazzamali
 - Présentation générale du projet (ID Formation)
 - Présentation des livrables (CCAS Carvin)
 - Petit spectacle des associés au Centre Cazzamali
 - Apéritif dans la Bibliothèque "Lia Bolocan"

2^{ème} visite:

- **Université de Pavie – Aula Scarpa** : Bonnes pratiques de vieillissement actif sur le territoire: présentation des projets:



Université de Pavie, Italie

- **"Le mouvement pour bien vieillir"**
(Dr.ssa Francesca Chiara Ramella, Spécialiste en Physiatrie et Réhabilitation)
- **"L'activité physique dans la vie quotidienne"**
(Dr. Luigi Camana - Azienda Sanitaria Locale de la province de Pavie)
- **"Fleur d'Automne: un projet pour vieillir mieux en affrontant les problèmes"**
Projet de support aux familles des personnes atteint de la maladie d'Alzheimer
(Dr. Fabio Guerriero, Spécialiste en Gériatrie - Institut Santa Margherita);
Coordonnement: Professeur Giovanni Ricevuti, Université de Pavie

3. Pinboard:

- **Pour le partage et les annonces:**

1. la Ville de Čadca favorise le vieillissement actif. Depuis le mois de Juin, le Bureau Municipal a lancé un nouveau projet qui s'adresse aux aînés. Le Projet assistera un total de 130 personnes âgées de plus de 50 ans.



Connectez-vous avec le projet proactifs seniors sur Facebook et Linked In

[www.facebook.com/ Proactif Seniors](http://www.facebook.com/ProactifSeniors)

Sur notre compte Facebook, nous allons vous informer sur toutes les nouvelles, les événements et les avantages des proactifs seniors. Nous serions ravis de vous accepter comme un ami sur Facebook!

[www.Linked In / Proactif Seniors](http://www.LinkedIn/ProactifSeniors)

Vous pouvez communiquer avec nous sur LinkedIn et participer à des discussions ou bien rester à jour sur l'avancement du projet

Colonne de lecteurs

Nous nous sentons inspirés par votre intérêt et nous sommes heureux d'annoncer que nous publierons votre lettres / emails / commentaires / suggestions, etc. à partir de la prochaine édition du bulletin d'information des Proactifs seniors. Vous pouvez nous contacter en:

ingrid.trenner@kist-consult.com

Nous espérons que vous trouverez la 4ème édition de la newsletter « Proactifs Seniors » intéressante.

Amicalement,

'Equipe Proactifs Seniors