BREST MÉTROPOLE, INFORMATION, SENIORS

# Un nouveau guide métropolitain pour le bien vieillir

Fruit d'un travail entre les huit centres communaux d'action sociale de la métropole, le nouveau guide pratique "Bien vieillir dans nos communes" entend favoriser l'accès à l'information des seniors et de leurs proches.

Publié le 31 janvier 2023

Format pratique, découpage par rubriques : le nouveau guide **"Bien vieillir dans nos communes"** et ses informations claires a une allure aussi belle que son contenu est structuré.

*"L'ancien guide datait de 2012 et n'était sans doute plus adapté,* présente Mathilde Maillard, adjointe au maire de Brest en charge de la politique du bien vieillir. *Un travail conjoint entre les communes de toute la métropole, leurs partenaires et des habitants a permis de le repenser. Nous avons, par exemple, porté une attention particulière à ce qu'il soit facile à lire et à comprendre. »* Taille de la police, contraste des couleurs, formulation, etc. : tout, en effet, a été pensé pour que le plus grand nombre s'y retrouve, avec une relecture du document assurée par des usagers de l'association des Papillons blancs du Finistère.

## Qu'y trouve-t-on ?

Le nouveau guide a été imaginé comme une porte d'entrée vers les lieux ressources où, à l'image de ce qu'on retrouve dans les Clic (centre local d'information et de coordination) de chaque commune, les seniors et leurs proches puisent des informations et des conseils sur des sujets et démarches liés à l'avancée en âge.

Neuf rubriques sont ainsi présentes :

- M'informer
- Connaître mes droits
- Prendre soin de moi
- Me déplacer
- Bien vivre chez moi
- Choisir mes loisirs
- Participer à la vie locale
- L'aide aux aidants
- Vivre en toute sécurité

## La collaboration des habitants

Disponible dans les mairies de toutes les communes de la métropole, dans les médiathèques, à l'accueil des Clic ou dans les équipements socio-culturels du territoire, le nouveau guide a également été conçu avec le partenariat des Genêts d'or, de l'Office des retraités de Brest et du conseil départemental du Finistère.

De nombreux habitants ont collaboré à son écriture, via des ateliers durant lesquels ils ont pu exprimer leurs besoins et leurs attentes vis-à-vis d'un tel guide pratique.

L'aire de jeux urbains est ouverte

Réaménagement du centre-ville de Guipavas : dessinons l'avenir

RETOUR À LA LISTE