

## Eloge de la ville de Lancy

### VIVA, ou comment vieillir autrement à Lancy

« Vieillir ensemble, ce n'est pas ajouter des années à la vie, mais de la vie aux années » a dit Jacques Salomé.<sup>1</sup> Et c'est précisément ce défi que l'association si bien nommée VIVA (Valoriser et Intégrer pour Vieillir Autrement) a su relever à Lancy. En effet, cette association, créée en 2009, s'est fixé comme objectif d'optimiser la vie des aîné-e-s, en leur proposant des activités de prévention, en les intégrant dans la vie communale et en leur mettant à disposition des lieux de rencontre. Et la réussite est au rendez-vous, avec une multitude d'activités sportives, culturelles et de rencontres qui favorisent le « bien vivre et le bien vieillir ensemble ».

Le prix Communes en santé récompense les projets qui agissent dans trois domaines : dans le domaine des compétences en santé des habitants et habitantes, dans celui de la cohésion sociale et du « vivre ensemble » ainsi que dans celui d'un cadre de vie sain. Le projet de Lancy est exemplaire dans ces trois domaines :

#### 1) Renforcer les compétences en santé

L'association VIVA Lancy incite les aîné-e-s à avoir des activités physiques, par le biais par exemple d'un « Passeport santé pour les aînés » durant l'été, qui propose des marches pédagogiques, du Tai Chi ou des cours de Zumba. Elle les invite également à des conférences portant sur le thème de la santé.

#### 2) Promouvoir le « vivre ensemble »

L'association renforce également le bien-être psychologique des aînés, en leur proposant des moments de rencontre, comme des découvertes culturelles ou des goûters-conférences. L'aspect intergénérationnel n'est pas oublié, puisque divers projets intègrent les enfants et les jeunes, par exemple dans le cadre d'un groupe de lecture intergénérationnel ou d'un atelier de peinture à quatre mains. On peut saluer le côté participatif du projet, puisque les aîné-e-s sont parties prenantes lors de l'élaboration de l'offre. Et il faut finalement relever la volonté d'intégration du projet, qui s'ouvre également aux seniors avec troubles cognitifs.

#### 3) Créer un cadre de vie sain

VIVA permet aux aîné-e-s de se retrouver dans divers lieux : maison de quartier, galeries d'art, Université de Genève. Elle veille à ce que ces lieux soient facilement accessibles, de plein pied et par les transports publics. Par ailleurs, ce projet incite à s'approprier les espaces verts de la commune par des marches accompagnées. Il valorise les cheminements piétons et invite au fitness urbain.

Il est intéressant de regarder plus précisément comment l'association VIVA fonctionne, pour mieux comprendre les facteurs de réussite de ce projet. En effet, l'association collabore étroitement avec le service des affaires sociales de la Ville et reçoit un fort soutien de l'administration communale, que ce soit au niveau logistique ou financier. Par ailleurs, VIVA recherche des collaborations avec de nombreux partenaires : écoles, animations parascolaires, EMS, galeries d'art communales, Université de Genève, groupes de médecins et diverses associations locales. C'est ainsi que l'association VIVA s'est ancrée dans la commune, a réussi à fonctionner dans la durée et a inspiré d'autres villes et communes voisines, telles Vernier, Bernex et Onex.

---

<sup>1</sup> Jacques Salomé : « Si je m'écoutais, je m'entendrais ».

Avec ce prix Communes en santé, nous vous transmettons toutes nos félicitations pour ce travail admirable et espérons que vous saurez maintenir cet élan, afin que vieillir rime toujours avec plaisir ... Nous savons qu'au vu de l'évolution démographique, les aîné-e-s sont un thème d'actualité et le seront encore plus à l'avenir. Lancy nous montre comment relever ce défi en faisant de leur bien-être physique et psychique une priorité.

Manon Delisle, responsable de projets Relations Partenaires

Promotion Santé Suisse