

# Seniors

## « Une ville pour tous les âges »

Prendre soin de nos aînés est un devoir collectif et une vision d'une ville plus humaine, plus solidaire, en favorisant les échanges entre jeunes et seniors. Face au vieillissement de la population, l'amélioration de la qualité de vie des seniors n'est pas une option. Parce qu'une ville qui respecte ses aînés est une ville qui prépare l'avenir.

### Les objectifs

Pour faire en sorte que nos seniors puissent vivre dignement, activement et en sécurité, il s'agit de soutenir le bien-vieillir dans notre ville. Vieillir à Castres ne doit pas être synonyme de mise à l'écart.



### Les solutions

Une meilleure qualité de vie de nos aînés passe par l'organisation d'événements pour favoriser le lien social et la convivialité, mais aussi par le rétablissement d'un service de proximité et de qualité.

### Les projets

- L'organisation régulière de concours de belote, de lotos et de repas partagés dans les quartiers doit permettre de rompre l'isolement et de recréer des moments de plaisir collectif.
- La mise en place d'un programme d'animations culturelles et musicales, avec des spectacles intergénérationnels et des après-midi dansants, est une façon de favoriser le lien social.
- La mise en service d'un système de transports permettant aux habitants des quartiers de se rendre à l'Espace Seniors de La Platé est le moyen de favoriser l'ouverture vers de nouvelles personnes et de rompre l'isolement.
- Le développement d'un réseau d'entraide entre générations (jeunes, bénévoles, associations et seniors) permet à la fois de lutter contre la solitude et de soutenir le bien-vieillir.
- En complément de transports adaptés, l'aménagement de l'espace public, avec des trottoirs accessibles et des passages piétons sécurisés, peut favoriser le vieillissement actif.