



## MÉNIVAL

### MUSIC'EN CIRQUE

Le 27 janvier à 20h30, dans le cadre de la Scène découvertes, l'École de Cirque de Lyon vous invite à *Music'en cirque*, un spectacle interprété par des artistes en formation. Ils se rencontrent quelques heures avant la représentation pour improviser et concevoir le numéro présenté le soir même. Le prix dépend de la volonté de chaque spectateur pour permettre à toutes et tous d'y assister. Un spectacle qui devrait ravir petits et grands !

29 avenue de Ménival / 04 72 38 81 61 / [ecoledecirquedelyon.com](http://ecoledecirquedelyon.com)

## VIEUX-LYON

### CHORAL

Les Voix d'Atalante, chœur dirigé par Cédric Meyer, susurrera les *Doux murmures de mon cœur*, chants de Gesualdo à Brahms, le 20 janvier à 20h30 au Temple du Change.

Renseignements et réservations : 06 12 41 78 44.

2 rue de la Loge

## DAUPHINÉ

### RESSOURCÉS

Vêtements et accessoires, mobiliers, appareils électroniques, électroménagers et informatiques..., pour les payer moins cher, il y a la ressourcerie solidaire ! Chapeauté par l'association Solidarité Afrique, elle est ouverte chaque deuxième samedi du mois de 10h à 18h. Soit, d'ici à la fin de l'année scolaire, les 13 janvier, 10 février, 10 mars, 14 avril et 12 mai.

13 bis rue Girié / 04 78 18 49 15 / [solidafrique@gmail.com](mailto:solidafrique@gmail.com)

# Prévenir l'isolement

**HÉNON** En ville, 33% des personnes âgées sont en situation d'isolement. Dans la grande majorité des cas, elle est consécutive au décès du conjoint. L'association Entour'âge solidaire propose de les aider à passer ce cap difficile.

Après des années de vie de couple, se retrouver seul ou seule suite au décès de son conjoint ou de sa conjointe fait partie des épreuves les plus douloureuses de la vie. C'est la première cause d'isolement des seniors. Un isolement qui, très vite, peut entraîner une perte d'autonomie et une dégradation de la santé. C'est ce qu'a découvert, lors d'une conférence à la Mairie du 4<sup>e</sup>, Philippe Albanel. « Cette problématique m'intéressait particulièrement. Je me suis demandé quelle était la meilleure option pour accompagner ces gens. » Il a créé l'association Entour'âge solidaire. « Nous proposons une forme de coaching sur 6 mois pour aider la personne à sortir de chez elle, à faire des activités. » Pour son action, Entour'âge solidaire reçoit le soutien des Petits frères des pauvres et la Mairie du 4<sup>e</sup>.

### PARLER

« Nous nous adressons à des personnes autonomes, qui n'ont pas accès à des structures de services d'aide à domicile », précise Philippe Albanel. En dehors de cette condition, l'accompagnement est ouvert à tous et gratuit. Dès lors qu'une personne pousse la porte, l'association lui soumet un questionnaire pour estimer son degré d'isolement, indispensable pour personnaliser l'accompagnement. Ensuite, le coach suit la



Les coaches doivent surtout permettre à la personne de parler.

personne deux fois deux heures par semaine pendant un semestre. « Les coaches sont des professionnels travaillant déjà auprès de seniors. Ils doivent surtout permettre à la personne de parler. » Et l'aider à prendre soin d'elle, à passer la phase de dépression suite au décès, être à ses côtés pour sortir de chez elle, découvrir ses centres d'intérêt afin de lui trouver une activité susceptible de lui correspondre et rester auprès d'elle pour la démarrer, l'épauler pour trouver un but voire un engagement dans une association par exemple. Lui prêter main-forte pour reprendre pied, en somme.

52 rue Hénon / 04 78 31 29 25 / [entourage-solidaire.fr](http://entourage-solidaire.fr)



## VAISE

### POUR COMPOSTER

Pour alléger ses poubelles, une solution écologique : le compost. Pour composter, une adresse : le composteur collectif installé dans le parc Roquette sous l'impulsion d'habitants du quartier accompagnés dans ce projet par le Centre social et culturel Pierrette Augier. Pour déposer ses épilures et autres déchets alimentaires, des créneaux : permanences les 9, 17, 23 et 31 janvier de 18h à 19h.

9 rue Roquette / 04 78 83 71 34 / [csvaise.fr](http://csvaise.fr)