



### HAUTE-GARONNE - TOULOUSE - Philomène, accompagne les seniors à Toulouse dans leurs loisirs..

HAUTE-GARONNE - TOULOUSE - Philomène, accompagne les seniors à Toulouse dans leurs loisirs et leurs activités culturelles

Lancée fin 2017 à Toulouse par Pauline Douniau et Henri Appert, Philomène présente de nombreux loisirs et activités culturelles dédiés aux seniors, pour les divertir, réveiller le quotidien et leur permettre de rester ainsi autonomes le plus longtemps possible.

Apprendre à se servir des outils informatiques pour rester connecté à sa famille partie à l'autre bout de l'hexagone ou du globe, faire de l'aquarelle ou du piano, sortir au théâtre ou au musée, les intervenants soigneusement sélectionnés par Philomène proposent des rendez-vous ultra-personnalisés, au domicile des personnes âgées, ou en EHPAD, selon un rythme d'1h30 par semaine et sans aucuns tracas administratifs.

[www.philomene-senior.fr](http://www.philomene-senior.fr)

#### Philomène, un concept 100% seniors dans la ville rose pour embellir le quotidien

Selon une enquête AFNOR, 49,4% des seniors attendent plus de services de culture et de loisirs, et manifestent ainsi l'envie de réaliser un projet. Ils veulent transmettre leurs souvenirs ou leurs recettes de famille en écrivant un livre, travailler leur mémoire, jouer aux cartes ou juste converser...

« C'est pour permettre aux personnes âgées de continuer à œuvrer, à apprendre, à avoir une vie sociale, culturelle et intellectuelle, à bien vieillir... que nous avons décidé de lancer le concept de Philomène à Toulouse, et ses proches alentours.

En effet, aucune structure dans la ville rose ne conçoit pour, et avec les seniors, des projets personnalisés, afin qu'ils gardent la joie de vivre. Pour les personnes ayant du mal à se déplacer seules, nous les prenons en charge depuis leur domicile ou leur EHPAD, offrant ainsi par la même occasion un peu de répit aux aidants.

Pratiquer une activité sociale et cérébrale, rompre la solitude et sortir de la routine, sont des facteurs importants pour conserver une bonne santé, prévenir les troubles cognitifs et combattre la dépression. » expliquent Pauline Douniau, ancienne infirmière en EHPAD, et Henri Appert, ingénieur et diplômé d'un master en management de la solidarité internationale et de l'action sociale.

Philomène fait appel à des intervenants locaux qui font preuve de patience et bienveillance à l'égard des personnes du 3ème, voire du 4ème âge.

« Nous prêtons une grande attention à la sélection de nos intervenants, sérieux et à l'écoute, aux compétences et savoirs spécifiques pour chaque demande, soucieux d'offrir un dialogue chaleureux et enrichissant aux personnes avec qui ils vont nouer une relation de confiance et de qualité. »

## **Philomène, ou vieillir avec le sourire**

**L'antenne de Toulouse reprend le modèle qui existe déjà à Paris**, Nantes, Lyon, Bordeaux, Dijon, et Strasbourg, et qui a fait ses preuves. Fondée sur des valeurs humaines, la méthode Philomène repose sur l'écoute bienveillante et l'accompagnement individuel, pour bien vieillir chez soi ou s'acclimater dans une maison de retraite. Philomène prend en charge l'organisation d'une activité de A à Z : se rendre à un spectacle sans attendre dans le froid, visiter une exposition avec accès direct, organiser une fête de famille, recevoir ses petits-enfants, ou redécouvrir ses auteurs préférés grâce à un lecteur...

« **Toutes nos activités sont à la carte**. Chaque accompagnement débute par une visite, à domicile ou en EHPAD, gratuite et sans engagement, qui permet de faire connaissance et de proposer un projet adapté aux goûts et aux talents de chaque senior pour les recentrer sur leurs passions ou sur des projets qu'ils n'ont pas eu le temps de réaliser.

**L'intervention prend ensuite la forme d'un rendez-vous individuel d'1h30 par semaine**, défiscalisable à 50 %, sans engagement dans la durée. Aucune démarche administrative n'est à faire du côté du senior ou de sa famille, puisque c'est Philomène l'employeur.

**Nous avons également lancé un coffret cadeau avec différentes formules comme des visites culturelles**, l'initiation à l'informatique, ou la réalisation d'un livret de souvenirs... Une idée cadeau originale et adaptée à chacun. »

### **PARLER ET PARTAGER**

« Je lis le journal avec plus d'acuité ; j'ai un rendez-vous tous les mardis avec un étudiant en histoire. J'attends ce moment-là toute la semaine et prépare mes arguments. Je remercie mon gendre de m'avoir abonné à Philomène. Je retrouve de la combativité. »  
François, 78 ans, retraité

### **SORTIR SANS APPRÉHENSION**

« Seule, je me déplace difficilement ! La télé, c'est bien ; marcher, c'est mieux ! Grâce à Philomène qui m'accompagne, je sors, je discute de choses intelligentes, j'ai quelqu'un avec qui partager mes impressions. »  
Renée, 85 ans, ex-secrétaire

### **CONTINUER À APPRENDRE**

« J'ai découvert la richesse du net, du mail et des photos partagées avec mes petits-enfants. Philomène m'a appris à me servir d'un ordinateur ; pas besoin de déranger mon petit fils à tout bout de champ. »  
Rosine, 77 ans, pédiatre

### **TRANSMETTRE SES SOUVENIRS**

« Je n'osais pas écrire mon histoire, je croyais que cela n'intéresserait personne. Ma fille m'a proposé de le faire avec Philomène et, de fil en aiguille, toute la famille s'y est penchée. Nous en sommes au second tome. »  
Jean, 78 ans, ancien cadre

### **PROFITER DE SA FAMILLE**

« Maman habite loin. Grâce à Philomène, elle vient souvent. Philomène s'occupe de tout : réservations, cartes de priorité, confort. Elle la prend même sur le pas de sa porte et l'installe dans le train. Ici, Maman retrouve de la force car elle se sent utile. » Marina, belle fille de Gaby

Florence MILLET (05-02-18) **1085 vues**