



L'entraide et la solidarité sont importantes pour vous ?
Vous avez frappé à la bonne porte

Que l'on ait 30 ou 70 ans, il est important de se sentir épaulé et d'avoir des personnes de confiance près de chez soi.

1 | Comment s'entraider entre générations ?

C'est là que l'équipe de ma-residence.fr intervient pour vous donner un coup de pouce en vous donnant quelques conseils et idées. Suivez le guide :) ...

Vos voisins ont peut-être besoin de vous, mais il n'est jamais facile de savoir comment faire pour parvenir à les aider... Pour échanger, discuter et publier vos messages autour de l'entraide entre générations, **rendez-vous sur l'espace** sur ma-residence.fr situé à gauche de votre écran.

Et cela ne va pas que dans un sens les personnes âgées donnent aussi de leur personne et de leur temps aux plus jeunes. **C'est un échange, un élan de solidarité !**



2 | La pioche aux bonnes idées d'activités



Moments de convivialité

Les activités, les rencontres, les sorties, les jeux sont autant d'opportunités de rester en forme, mais aussi de passer une agréable journée en sortant un peu de la routine quotidienne.



Instants de complicité

Vous avez le contact facile, vous aimez discuter, vous avez une bonne capacité d'écoute ? Rendez visite à une personne seule et vous éclairerez sa journée. Pas besoin de beaucoup, parfois juste un peu de compagnie et des sourires suffisent !



Aide au quotidien

Il n'y a pas de petites ou de grandes contributions chez ma-residence.fr. Un voisin peut avoir besoin de votre aide pour aller faire des courses, aller au marché ou pour se rendre à un rendez-vous médical.



Une partie de dé ?

Aider en s'amusant c'est possible ! ma-residence.fr a créé pour vous, un dé d'activités... Rien de plus simple, à l'intérieur de ce dé, plein d'idées à mettre en place afin de passer une journée sympa et bien remplie... Vous n'avez qu'à le lancer et vous aurez des idées pour la journée ;)

3 | Quels types de messages ?

J'ai besoin d'un coup de main...

- Je cherche quelqu'un pour m'aider dans mes premiers pas en informatique
- J'ai besoin d'aide pour mes déplacements et mes petits travaux au quotidien
- Je cherche un voisin de confiance pour veiller sur ma mère

Je peux donner un peu de mon temps...

- Je peux aider pour récupérer des courses
- Je sais bricoler et je peux aider
- Je peux rendre visite à des personnes âgées pour discuter

Tout au long de l'année, beaucoup de villes et d'associations contribuent chaque jour à l'entraide intergénérationnelle... Alors si vous avez des questions ou si vous souhaitez vous investir plus activement auprès des personnes fragiles et isolées, renseignez-vous auprès de votre mairie, elle saura vous aider !

Votre ville est partenaire de ma-residence.fr ?

Demandez la fiche de convivialité auprès de votre Centre Communal d'Action Sociale ou téléchargez-la sur notre site !

Pour toute aide n'hésitez pas à contacter notre Animatrice de communauté : laurianne.fontaine@ma-residence.fr



Gratuit



Sécurisé



Français



ma-residence.fr
Le réseau des voisins



Télécharger dans l'App Store



DISPONIBLE SUR Google Play