

Pro Senectute aussi fait sa rentrée



Le calendrier d'activités 2024-2025 de Pro Senectute a été rendu public mercredi. Plusieurs nouveautés y sont recensées, avec entre autres des cours de vélo électrique ou d'e-banking.

MAEVA CARREL

CANTON. Pour les seniors aussi, l'heure de la rentrée a sonné. Pro Senectute publie en effet dès cette fin août son nouveau programme d'activités 2024- 2025, pour tous les aînés du canton.

Fraîchement centenaire, la fondation insiste cette année sur la création de liens entre les seniors de 60 à 90 ans et plus. «Notre but est que les gens puissent se rencontrer autour d'activités qu'ils aiment», explique Marine Jordan, responsable sport, culture et formation auprès de l'association. Afin de valoriser au mieux cet aspect-là, Pro Senectute mise sur un développement régional, en ouvrant notamment deux nouvelles antennes dans le sud du canton, l'une au Centre de santé de la Glâne, à Billens, et l'autre à celui de la Veveyse, à Châtel-Saint-Denis.

Le walking football

Le programme des activités, dévoilé lors d'une conférence de presse mercredi à Fribourg, contient comme chaque année son lot de nouveautés. L'une d'elles, événement phare de cet automne, sera le tournoi de walking football, qui aura lieu le 28 septembre prochain au centre sportif du Platy, à Villarssur-Glâne, organisé en collaboration avec l'Association fribourgeoise de football (AFF). Pour les plus motivés par la discipline, deux équipes mixtes pratiquent des entraînements réguliers, à Wünnewil et Villarssur-Glâne. A noter encore qu'une équipe bulloise est en passe d'être créée, elle attend seulement quelques motivés prêts à chausser les crampons.

Toujours sur le plan sportif, Pro Senectute propose, en collaboration avec le Service des sports de la ville de Fribourg, des cours de vélo électrique, pour que les cyclistes novices puissent se familiariser avec leur engin. Quant aux plus aguerris, ils pourront apprendre à maîtriser toutes les subtilités des déplacements en ville.

Dans le but de pallier la solitude des aînés, la fondation lance le concept des tables de Noël. Durant le temps des fêtes, entre le 14 et le 26 décembre, des bénévoles auront l'occasion d'inviter chez eux un ou plusieurs seniors isolés pour passer un moment convivial autour d'un repas. En plus des traditionnelles aides administratives et permanences informatiques, Pro Senectute offrira dès cette année des cours d'e-banking, en collaboration avec la Banque cantonale de Fribourg.

En langue des signes

La responsable des activités, Marine Jordan, ne manque pas de souligner qu'à côté de toutes ces nouveautés, les animations traditionnelles de Pro Senectute ne manqueront pas d'être maintenues. C'est le cas, par exemple, des excursions en car, des séjours de randonnée ou de jass, des sorties culturelles ou encore des cours de gymnastique, activité la plus appréciée des seniors. Dans un but d'inclusivité, des séances de gym en langue des signes sont dorénavant dispensées une fois par semaine à Fribourg. ■

Plus d'infos sur fr.prosenectute.ch ou au 026 347 12 93