



La montagne ça nous gagne... A nous d'inventer la vie qui va avec !

PRÉSENTATION ET OBJECTIF(S) DU PROJET / OU DE L'INITIATIVE

L'EHPAD-EEPA Pierre LAROQUE, situé dans les Pyrénées-Orientales et géré par l'association ADPEP66, accueille des personnes âgées dépendantes ainsi qu'un pôle pour personnes handicapées vieillissantes. Depuis 2018, l'établissement participe au challenge ski des PEP66 à Porte Puymorens. Des télésièges sont mis à disposition pour les résidents de l'EHPAD-EEPA Pierre LAROQUE pour parfaire cette journée. A la suite à cette expérience, les résidents ont exprimé leur souhait de vivre d'autres sorties aux sports d'hiver, conduisant à l'organisation d'activités type luge, snowtubing etc... dans des stations locales telles que Les Angles et Font Romeu.

ÉTAPES ET MÉTHODE

- 1) **Initiation du projet** : 16/01/2018 : Co construction avec la MECS Cerdagne et l'EHPAD-EEPA Pierre LAROQUE dans le cadre du projet associatif de l'ADPEP66.
- 2) **Première sortie** réalisée le 14/03/2018
- 3) **Planification annuelle** : prise de contact chaque année par courrier électronique.
 - ★ Contact et communication : utilisation de courriers électroniques pour planifier les rencontres, contact téléphonique et réunions de travail.
 - ★ Organisation d'événements : planification d'activités en tenant compte des conditions météorologiques.
 - ★ Evaluation des bénéficiés : recueillir le retour des résidents et analyser l'impact sur leur qualité de vie.
 - ★ Adaptation et flexibilité : ajustement des dates et programmes (météo), maintien d'un contact constant avec les partenaires.

POINT CLÉS

- Adaptation et flexibilité
 - Amélioration de la qualité de vie
 - Renforcement des liens sociaux
 - Acquisition de compétences
 - Inclusion et intergénérationnel
 - Valorisation des compétences des équipes
 - Soutien à la santé mentale et physique
- **Changement de regard de la société pour un public âgé**





La montagne ça nous gagne ... A nous d'inventer la vie qui va avec !



RÉSULTATS / ATTENDUS

L'objectif est de proposer une prise en charge de qualité et diversifiée pour les résidents, en favorisant des relations efficaces avec les partenaires extérieurs (Pôle enfance et Pôle vieillissement de l'ADPEP66, intervenants locaux).

L'adaptation, la flexibilité et l'amélioration continue de la qualité de vie sont essentielles, tout comme la satisfaction des résidents et le renforcement des liens sociaux. L'acquisition de compétences, l'inclusion intergénérationnelle et la valorisation des équipes sont également prioritaires, tout en soutenant la santé mentale et physique des résidents grâce à une collaboration étroite avec les équipes éducatives et soignantes.

Résultats :

- ★ 100% de résidents satisfaits
- ★ 8 résidents qui participent chaque année
- ★ Des activités accessibles à tous !



CONCLUSIONS ET PERSPECTIVES

En conclusion, l'EHPAD-EEPA Pierre LAROQUE, grâce à l'engagement de l'association ADPEP66 et à la participation active des résidents, a su développer un projet innovant et inclusif autour des activités de sports d'hiver. Depuis 2018, les sorties organisées ont non seulement répondu aux attentes des résidents, mais ont également eu un impact significatif sur leur qualité de vie, en favorisant leur bien-être mental et physique, en renforçant les liens sociaux et en valorisant les compétences des équipes éducatives et soignantes, tout en continuant à privilégier les interactions intergénérationnelles. De nouveaux projets ont également pu en découler autour des activités d'hiver.

L'EHPAD-EEPA Pierre LAROQUE se positionne comme un modèle d'inclusion et de dynamisme, avec des perspectives prometteuses pour l'avenir, visant à améliorer encore davantage la qualité de vie de ses résidents.

De plus cette activité a suscité un vif intérêt pour les résidents et en parallèle plusieurs activités ont pu être réalisées en complément : sortie balade en œuf et sortie luge aux angles (2022), sortie Snow tubing à Font Romeu : 2024 et 2025.

A la suite de ces rencontres sur le site de Porte Puymorens, des balades en dameuse ont été proposées pour la sortie challenge ski de l'année prochaine, en plus de la balade en télésiège.