

146 seniors toujours actifs à l'ILGC du canton

L'ILGC (Instance locale de gérontologie et de coordination) du canton de Villerupt a tenu son assemblée générale. Une soixantaine d'adhérents ont écouté Jean Hilbert, la président. Les actions en faveur des seniors sont très appréciées !

L'Instance locale de gérontologie et de coordination (ILGC) est une association qui rayonne dans tout le canton de Villerupt. Elle a été créée il y a une vingtaine d'années par et pour des personnes âgées. L'ILGC compte 146 adhérents. Ces seniors participent activement aux nombreuses activités proposées par le comité. Une soixante de membres étaient présents à l'assemblée générale de l'association, à la salle Accés de Villerupt.

■ Les activités

Les activités de l'ILGC sont organisées pour améliorer le bien-être des seniors. Elles bénéficient du soutien de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie, du centre communal d'action sociale de Villerupt, de la Mutuelle GMI.

Chantal Grazia anime les séances d'équilibre, de gym volontaire et les ateliers « bien vieillir ». Ils sont suivis assidûment, car ils répondent aux besoins des seniors qui souhaitent entretenir leur forme grâce à des exercices variés adap-



Jean Hilbert (debout à gauche), est président de l'ILGC du canton de Villerupt. L'association compte 146 adhérents. Le Républicain Lorrain

tés à leur condition physique. C'est également un moyen pour les personnes seules de nouer des liens.

De plus en plus de services sont seulement accessibles sur internet. Plusieurs membres de l'ILGC se sont inscrits aux cours d'informatique enseignés par Julien Geisler, employé à la MJC de Villerupt. Les séances d'initiation à l'utilisation d'un ordinateur et d'une tablette ont lieu à Villers-la-Montagne, dans une salle prêtée par la municipalité et équipée du wifi.

Des conférences et des débats sont organisés sur des thèmes exprimés par les seniors. Jean Hilbert, le président de l'ILGC, et Marie-Hélène Pas-

colo, vice-présidente, vont étudier plusieurs propositions émises par les adhérents : la sécurité routière, et la médecine préventive en partenariat avec la CPAM de Longwy. « Ces conférences sont possibles tant qu'on peut encore bénéficier des subventions », précise Lucas Michel, le trésorier.

■ Les relations intergénérationnelles

Les contacts avec les enfants sont prisés par les seniors et réciproquement. Les campagnes « Petits-déjeuners à l'école » fonctionnent bien. Des activités théâtre sont menées par des seniors avec les enfants des « Jeunes Pousses ». Un spectacle aura lieu le 5 mai.

Les boucles de la Sarre le 5 juin

Des sorties sont organisées toute l'année par l'ILGC. Une promenade sur les boucles de la Sarre aura lieu le 5 juin, avec balade en petit train, mini-croisière et repas compris. Des billets à tarif réduit peuvent être obtenus pendant le Festival du Film Italien.

Contact : ILGC, Jean Hilbert, tél. 03 82 89 33 62.