

# NOS OFFRES

COMME NOS PARCOURS, NOS OFFRES SONT MODULAIRES : UNE SOLUTION ADAPTÉE À CHACUN DE VOS BESOINS.

## 1 MODULES EN BOIS À L'UNITÉ

Les modules de GERO1 à GERO9 peuvent être commandés à l'unité selon vos besoins et l'espace dont vous disposez.

TARIFS SUR DEMANDE

## 2 PLAN D'AMÉNAGEMENT DE VOTRE PARCOURS

Nous imaginons des espaces originaux et personnalisés qui intègrent des aires d'exercices physiques qui garantissent aux personnes seniors de pratiquer des activités en toute sécurité.

TARIFS SUR DEMANDE

## 3 TRAVAUX D'AMÉNAGEMENT DE VOTRE PARCOURS

Notre équipe est constituée de professionnels avec l'expérience et l'expertise dans l'installation des parcours.

TARIFS SELON ESPACES À AMÉNAGER

## DES SERVICES À LA CARTE POUR VOUS ACCOMPAGNER

## 4 PROGRAMMES D'EXERCICES PHYSIQUES

Nos professionnels de l'animation physique « seniors » conçoivent des programmes clé en main pour les animateurs sportifs avec un suivi des pratiquants personnalisé.

TARIFS PAR ABBONNEMENT MENSUEL

## 5 MATÉRIEL D'ANIMATIONS

Pour varier et enrichir les exercices physiques, nous vous proposons une gamme de matériel technique « nomade » spécialement conçue pour s'intégrer dans nos parcours.

TARIFS SUR DEMANDE

## 6 PRESTATION D'ANIMATIONS DE SÉANCES D'EXERCICES PHYSIQUES

Nos animateurs peuvent intervenir pour assurer des séances d'exercices physiques auprès des publics seniors (groupes de 5 à 12 personnes).

TARIFS SUR DEMANDE

## EXEMPLES D'AMÉNAGEMENTS



LA VILLE DE CAHORS EST HEUREUSE D'AVOIR ÉTÉ CHOISIE PAR GÉROMOUV' POUR INSTALLER SON PREMIER PARCOURS SANTÉ SENIORS DU DÉPARTEMENT DU LOT. INTÉGRÉ AU CŒUR DE LA PLAINE SPORTIVE DE CABESSUT, À DEUX PAS DES STADES, DE DIVONÉO ET DU COMPLEXE SPORTIF, IL SE VEUT UN ESPACE OUVERT, DE CONVIVIALITÉ ET DE LIEN SOCIAL.

JEAN-MARC VAYSSOUZE-FAURE, MAIRE DE CAHORS

REPOUSSER LE RISQUE DE DÉPENDANCE DE NOS PERSONNES ÂGÉES EST UN ENJEU MAJEUR POUR NOTRE COMMUNE. L'AMÉNAGEMENT D'UN LIEU CONVIVAL EN EXTÉRIEUR ADAPTÉ AUX SENIORS POUR PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE S'INTÈGRE PARFAITEMENT À NOTRE PROJET DE RÉNOVATION DE NOTRE LOGEMENT-FOYER.

GÉRARD ALAZARD, MAIRE DE LUZÉCH (46)

LA FONDATION MACIF ACCOMPAGNE L'ÉMERGENCE ET L'ESSAIMAGE DE PROJETS INNOVANTS SOCIALEMENT SUR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE FRANÇAIS. PARCE QUE RETARDER OU ÉVITER L'ENTRÉE DANS LA DÉPENDANCE EST UN ENJEU GLOBAL POUR LE GROUPE MACIF, LA FONDATION MACIF S'ENGAGE AUX CÔTÉS DE GÉROMOUV'. EN FACILITANT L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DES PLUS ANCIENS TOUT EN CRÉANT DU LIEN SOCIAL, GÉROMOUV' FAIT ÉCHO AUX VALEURS DE SOLIDARITÉ DU GROUPE MACIF ET DE SA FONDATION.

FONDATION MACIF, AGIR POUR L'INNOVATION SOCIALE

AG2R LA MONDIALE, EN LIEN AVEC LES ACTEURS DU TERRITOIRE, AGIT CONCRÈTEMENT POUR LE BIEN-ÊTRE DES RETRAITÉS.

AG2R LA MONDIALE



Lieu dit Salgues - 46090 Labastide Marnhac  
06 63 09 64 76 - geromouv@gmail.com



VIVRE SON ÂGE  
autrement  
GEROMOUV'

Notre vision est qu'une société doit intégrer plutôt que cloisonner les générations, renforcer le lien social, tout en préservant la juste place de chacun. Comment ? À travers un lieu convivial que l'ensemble de la population s'approprie et qui offre aux seniors la possibilité de « faire partie de la vie », de sortir et pratiquer des activités ouvertes à tous.

## NOTRE AMBITION

EST DE FAIRE EN SORTE QUE CE LIEU INÉDIT CONTRIBUE À CE QUE LES SÉNIORS MAINTIENNENT LEUR CAPACITÉ D'AUTONOMIE ET RESTENT ACTEURS DE LEUR VIE LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE.

Avec pragmatisme et engagement, nous sommes à vos côtés pour concevoir et aménager ces espaces inédits, et les modules qui les composent, conduisant à une nouvelle façon de se maintenir en forme.

## LES BÉNÉFICES SONT NOMBREUX

- SORTIR SE RENCONTRER
- PROMOUVOIR le « métissage » des générations
- MAINTENIR les capacités fonctionnelles en s'amusant
- SOLLICITER ses sens
- AGIR contre la perte d'autonomie

Notre animatrice sportive et notre architecte paysagiste mettent tout en œuvre pour qu'à travers ce dispositif au cœur de l'innovation sociale, les seniors vivent leur âge autrement !

## CHIFFRES CLÉS



Source : ministère des affaires sociales et de la santé.

## DES EXPERTISES QUI SE CONJUGENT

Au-delà d'un même intérêt pour les publics fragiles et les liens intergénérationnels, les 3 porteuses du projet Géromouv enrichissent la réflexion commune en y apportant leurs regards et compétences spécifiques :

**CHRISTINE**  
ARCHITECTE-PAYSAGISTE



Christine est très au fait des problématiques d'aménagement des espaces au sein de la cité (matériaux, esthétique, normes). Son expérience internationale la conduit à anticiper et à penser à tous les publics en amont des projets.

**CHRISTINE**  
SPORTIVE CONFIRMÉE ET AUJOURD'HUI ÉDUCATEUR SPORTIF



Christine est la caution sportive du projet et veille à l'adaptation des programmes aux seniors. Très sensible à la cause des publics défavorisés, elle est persuadée que seul un regard positif sur soi peut permettre d'aller vers les autres ; elle fonde sa démarche sur le fait de proposer et non d'imposer pour laisser le choix à l'individu.

**ISABELLE**  
EXPERTE EN MONTAGE DE DOSSIERS ET ACCOMPAGNEMENT D'ÉQUIPE



À l'origine du projet, Isabelle y apporte toute son énergie et sa passion communicative. Elle fédère autour d'elle toutes les parties prenantes.



### LE BOIS DE ROBINIER

Un bois naturel non traité, imputrescible, d'une longévité exceptionnelle et qui ne génère pas d'échardes.

**1**  
MODULE GERMOUV'  
**ESCALIER AVEC RAMPE À ÉCHELONS**  
Un escalier pour tonifier les membres inférieurs, renforcer le travail de propulsion, solliciter le système cardiovasculaire et maintenir son agilité. Une rampe pour améliorer l'équilibre : le travail des abdominaux et des lombaires.

**2**  
MODULE GERMOUV'  
**CHEMIN DE RONDINS**  
Des rondins de hauteurs différentes pour améliorer la maîtrise de son équilibre et son agilité.

**3**  
MODULE GERMOUV'  
**DEUX ESCALIERS AVEC MARCHES VARIÉES**  
Changer de hauteur de marche pour améliorer ses appuis et sa force.

**4**  
MODULE GERMOUV'  
**RAMPE EN DEVERS**  
Une inclinaison transversale pour renforcer sa tonicité posturale et ne pas perdre l'équilibre.

**5**  
MODULE GERMOUV'  
**DOUBLE RAMPES AVEC CHANGEMENT DE DIRECTION**  
Des rampes successives pour solliciter le renforcement du bassin et des membres inférieurs.

**6**  
MODULE GERMOUV'  
**PERCHES**  
Un espace ludique modulable pour créer des activités d'orientation et de mémoire.

**7**  
MODULE GERMOUV'  
**AIRE D'ACTIVITÉS DE GYM DOUCE**  
Un sol souple avec barre de maintien pour travailler souplesse, tonicité musculaire et endurance.

**8**  
MODULE GERMOUV'  
**POUTRE D'ÉQUILIBRE**  
Un appui au sol limité pour travailler et renforcer son équilibre ainsi que sa concentration.

**9**  
MODULE GERMOUV'  
**JARDIN DES SENTEURS**  
Un espace végétalisé et arboré pour solliciter ses sens.