



## L'AIDE AUX PERSONNES ÂGÉES

# Lutte contre l'isolement : Accord'Âge

Vous vivez en situation d'isolement et souhaitez renouer des relations sociales ? Rejoignez nous pour faire des rencontres et partager des moments.

Publié le 22 février 2021

Dernière modification le 15 juin 2026

## Les services d'Accord'Âge du CIAS Grand Lac

Plusieurs services de lutte contre l'isolement sont proposés aux aînés isolés :

- **En petit groupe** : intégrer l'un des petits groupes qui se retrouvent soit pour des animations, des sorties hebdomadaires, soit pour des repas mensuels au restaurant. Le transport en minibus et l'accompagnement sont assurés par nos animatrices. Les activités sont gratuites, à l'exception des frais de restaurant et de quelques sorties.
- **À domicile** : être en contact avec un bénévole dédié, soit chez vous pour un temps d'échanges convivial autour des livres ou des jeux, soit par téléphone pour une écoute bienveillante et un réconfort moral. Nos bénévoles sont formés et suivis par nos animatrices.

L'entrée dans notre dispositif s'effectue après un entretien avec une animatrice afin d'évaluer l'adéquation entre vos souhaits et les actions proposées. Après accord mutuel, la personne âgée s'engage à participer régulièrement à l'action proposée.

## Manifestations culturelles et prévention santé

Accord'Âge organise également des manifestations culturelles, conviviales et de prévention santé à destination des séniors du territoire de Grand Lac :

- Chaque premier vendredi du mois une **séance de cinéma à tarif réduit** est proposée au cinéma Victoria d'Aix les Bains.
- Chaque mois d'octobre, avec les communes et les établissements gérontologiques, le **Mois Bleu** est l'occasion de programmer de nombreux spectacles, ateliers découvertes, rencontres conviviales pour les aînés de Grand Lac
- Des **conférences et ateliers de prévention santé** sont programmés chaque année en partenariat avec les clubs d'aînés et les communes (sommeil, alimentation, prévention des chutes, ...)

## Étendue des activités

Accord'Âge étend progressivement ses activités sur le territoire de Grand Lac. Les actions sont adaptées en fonction des conditions sanitaires et climatiques du moment. **Pour savoir ce qui peut vous être proposé, contactez notre service de lutte contre l'isolement au 04 79 88 68 77 du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.**

Dans chaque commune, de nombreuses actions et clubs en faveur de la vie sociale des seniors existent également. **Pensez à contacter directement votre mairie.**

## Devenez bénévole avec Accord'Âge

### Pour échanger avec des aînés isolés

**Vous habitez dans une des communes de Grand Lac et vous souhaitez aider des personnes âgées isolées ? Vous avez du temps disponible pour être formé(e) et intervenir auprès d'une personne une à deux fois par mois ? Le service Accord'Âge du Centre intercommunal d'action sociale de Grand Lac a mis en place deux actions qui permettent de rompre la solitude de nos aînés, en les mettant en relation avec des bénévoles.**

- **Avec l'action Fil'Âge**, le service met en contact une personne âgée et un(e) bénévole dédié(e) qui l'appellera régulièrement au téléphone pour discuter en toute convivialité, bienveillance et discrétion.
- **Avec l'action Part'Âge**, le service met en relation un bénévole qui visitera régulièrement une personne âgée pour discuter, lui apporter des livres de bibliothèque ou faire des jeux de société. Ces visites régulières permettront aux deux personnes d'échanger et de nouer des relations cordiales.

### Comment devenir bénévole ?

Pour devenir bénévole, il vous suffit de contacter le service. Un rendez-vous vous sera proposé pour échanger sur vos motivations, parcours, et disponibilités. Accord'Âge organise ensuite une première mise en relation entre l'aîné et le bénévole, et assure un suivi régulier. Un groupe de paroles est organisé pour les bénévoles, animé par une psychologue. Chacun s'engage y participer une fois par an minimum. **Vous êtes intéressés ? Contactez le service Accord'Âge :**

- 04 79 88 68 77
- [accordage@cias-grandlac.fr](mailto:accordage@cias-grandlac.fr)



**ALLER PLUS LOIN**

## ✓ SUR LE SITE

- > Les établissements du CIAS
- > Le portage de repas
- > La téléassistance



**GRAND LAC**  
**COMMUNAUTÉ D'AGGL**  
**OMÉRATION**

1500 Boulevard Lepic  
73100 Aix-les-Bains

Afin de vous proposer des vidéos, des boutons de partage, des contenus remontés des réseaux sociaux et d'élaborer des statistiques de fréquentation, nous sommes susceptibles de déposer des cookies tiers sur votre machine. Cela ne peut se faire qu'en obtenant, au préalable, votre consentement pour chacun de ces cookies.