

# Notre vocation

Favoriser un épanouissement personnel dans une démarche individuelle et/ou collective

Développer des actions de prévention dans les domaines de la santé, de la culture et du social

Faciliter l'aide aux proches-aidants

Lutter contre l'isolement des personnes fragilisées ciblées

Associer dans une démarche citoyenne participative les acteurs du territoire



## Contact de La Longère

☎ 02 90 02 36 36 🌐 www.cias-ouest-rennes.fr

✉ lalongere@cias-ouest-rennes.fr

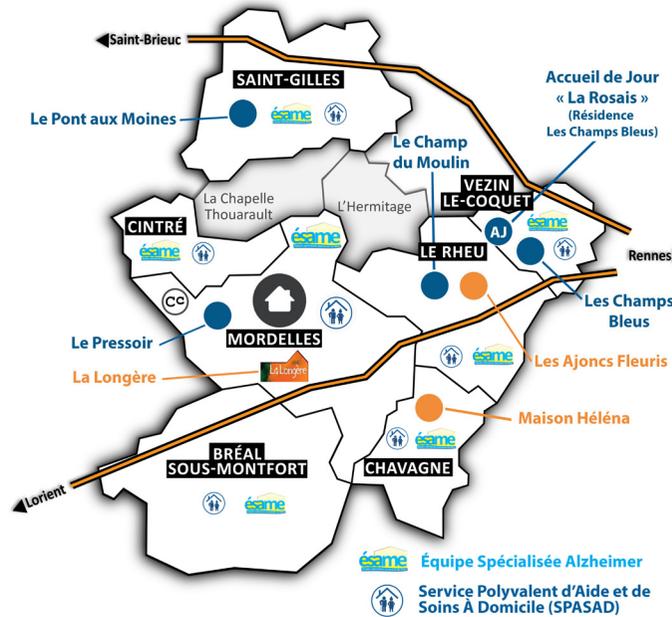
📘 La Longère du CIAS à l'Ouest de Rennes

📍 Place Toulouse Lautrec  
Parc du Pressoir  
35310 Mordelles



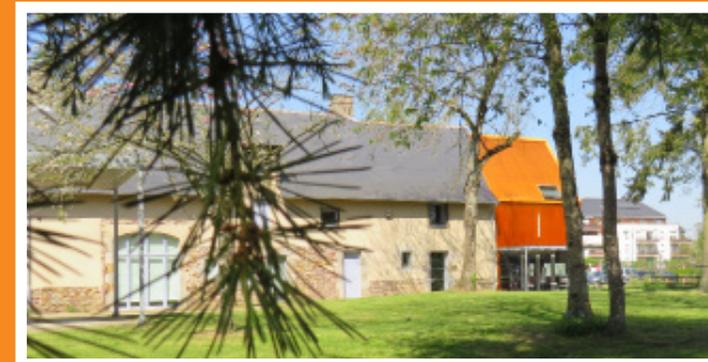
La Longère,  
un soutien  
au bien vieillir  
à domicile

### Les services du CIAS à l'Ouest de Rennes



Un dispositif social  
et  
des espaces de rencontre et de bien-être  
sur différents sites,  
pour :

- Les «proches-aidants»
- Les séniors isolés
- Les retraités sur des actions de prévention santé



SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE

La Longère

Centre Intercommunal d'Action Sociale à l'Ouest de Rennes  
Pôle Gérontologie & Handicap - La Longère

📍 Place Toulouse-Lautrec - 35 310 MORDELLES

☎ 02 90 02 36 36

✉ lalongere@cias-ouest-rennes.fr

# La Longère, Pourquoi, comment ?

Depuis 2013, La Longère du CIAS à l'Ouest de Rennes s'inscrit dans une **démarche globale d'accompagnement** de la perte d'autonomie et des proches aidants. De la prévention santé à la lutte contre l'isolement des aînés, du bien vieillir au développement du lien social, l'action de La Longère vise à favoriser le maintien des personnes vieillissantes à leur domicile par une offre variée d'activités et la préservation du lien social.

Par delà l'offre collective, c'est l'offre individualisée qui est visée.

Les actions collectives proposées par La Longère sont le cadre d'où peut émerger le lien, la confiance. La Longère est un lieu pour se dire, dire ses difficultés, ses besoins, ses attentes, où se trouvent des personnes pour écouter et partager.

La présence régulière des personnes participant aux activités proposées permet une veille sur les plus fragiles.

L'accompagnement individuel est parfois rapide, il peut prendre plus de temps.

L'action de La Longère s'inscrit dans le temps et la durée. En ce sens La Longère propose un parcours et non une panoplie d'activités.



**DES ESPACES DE RENCONTRE ET DE BIEN-ÊTRE  
POUR LES "PROCHES-AIDANTS" ET LES SÉNIORS ISOLÉS**

Vous êtes acteur sur le territoire,  
inscrivez-vous dans ce projet intergénérationnel du «vivre ensemble».

## En tant que Citoyen

vous avez envie de participer à notre projet citoyen alliant la solidarité entre les générations, favorisant la mixité et le "vivre ensemble"

Nous sommes à votre écoute

## Vous êtes Professionnel

et vous vous intéressez à des approches nouvelles en terme de prévention et d'action sociale auprès de nos publics

Nous sommes prêts à vous rencontrer pour envisager une étroite collaboration

## Vous êtes une Association

et votre activité ou vos activités, de par leur nature peuvent s'inscrire dans le projet de La Longère du CIAS



Nous sommes attentifs à vos initiatives et à vos actions, et nous serions ravis de pouvoir développer un partenariat avec vous

## En tant qu'Élu local

vous souhaitez vous impliquer sur cette réalisation qui répond à une préoccupation et à une attente de vos habitants

Nous vous reconnaissons comme l'interlocuteur de proximité