

En cette fin d'année 2024, alors que la technologie continue de transformer nos vies, il est plus important que jamais de s'assurer que personne ne reste à la traîne, surtout pas nos aînés. La fracture numérique est une réalité qui touche de nombreuses personnes âgées, souvent exclues des bienfaits qu'offre le monde connecté, qu'il s'agisse de la santé, des loisirs ou même de la gestion du quotidien. Pourtant, une solution existe : l'accès à la formation et à l'accompagnement.

C'est dans cette optique que la Fédération Seniors Moselle a développé des **ateliers numériques gratuits**, spécialement conçus pour répondre aux besoins et aux préoccupations des seniors. Que ce soit pour utiliser un smartphone, gérer ses démarches administratives en ligne, ou simplement rester en contact avec ses proches, nos formations sont pensées pour être accessibles à tous, quel que soit le niveau de départ.

Pour en savoir plus sur nos actions, consultez notre **site internet « federationseniorsmoselle.fr »,** qui regorge d'informations pratiques et de témoignages inspirants. Vous y trouverez toutes les dates de nos prochains ateliers, ainsi que les modalités pour vous inscrire facilement.

L'année 2025 sera aussi l'occasion de revenir vers vous pour échanger sur nos projets communs, entendre vos préoccupations et l'expression de vos souhaits.

Fort de son succès, nous vous proposerons de reconduire les manifestations qui ont attiré un public nombreux cette année comme les Olympiades ou la journée du Patrimoine. D'autres manifestations sont à l'étude et vous seront bientôt présentées. N'hésitez pas à nous proposer toutes vos idées pour « **vieillir avec le sourire** ».

L'année 2024 touche à sa fin : la Fédération Seniors Moselle, son Conseil d'Administration, ses salariés sont impatients de vous retrouver l'année prochaine pour poursuivre cette belle aventure main dans la main.

Bonnes Fêtes de fin d'Année.

Edito

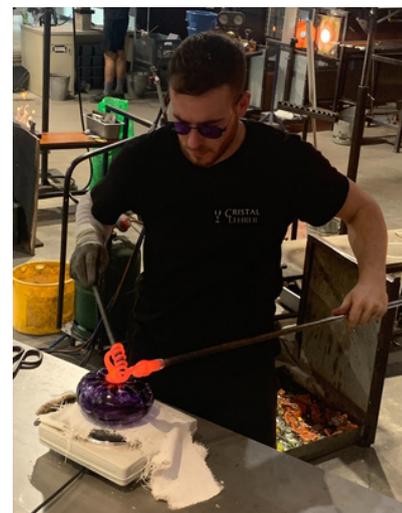
M. Christian SEPTON

Président de la Fédération Seniors Moselle

UN FRANC SUCCÈS POUR LA JOURNÉE DU PATRIMOINE !

Pour sa 9ème édition, la Fédération Seniors Moselle avait donné rendez-vous à pas moins de 130 participants sur le secteur de Saint-Louis / Arzviller pour découvrir la Cristallerie LEHERER ainsi que le Plan incliné.

Malgré un temps couvert et parfois pluvieux, les seniors ont été embarqués par la démonstration de l'art verrier et son magasin riche en objets décoratifs divers et variés. Ils ont également pu profiter d'une balade fluviale sur le canal de la Marne au Rhin et emprunté un ascenseur à bateaux unique en son genre en Europe.



Durant le temps de midi, les seniors se sont réunis à la Brasserie des Eclusiers, restaurant non loin des sites visités. Le repas s'est terminé par une présentation de la fabrication de la bière. Nos seniors sont repartis bien fatigués mais avec un sourire qui en dit long. Merci à tous les participants qui ont contribué à la réussite de cette journée.



Merci pour vos sourires, vos rires, vos chansons et votre enthousiasme qui sont des moteurs pour la Fédération Seniors Moselle. Nous avons déjà hâte de vous retrouver pour partager un prochain évènement.



Les professionnels investis au sein du dispositif **Mosel'Liens** ont proposé leur **première journée de formation le 7 octobre dernier à Thionville.**

Au programme de cette journée, comprendre l' **isolement des âgés** ainsi que la place du bénévole au sein de la lutte contre l'isolement.



La Fédération ADMR de Moselle et la Fédération Seniors Moselle ont animé cette session auprès de 10 bénévoles représentant différentes structures.

Une journée complémentaire a été proposée le lundi suivant afin de sensibiliser les seniors à l'écoute active et les aider à mieux comprendre le vieillissement.



Le mois d'octobre fut riche puisque la FSM a également proposé sa **1ère formation comptabilité aux bénévoles associatifs** du territoire de Metz et environs.

Douze bénévoles motivés ont suivi cette formation. Le bilan est plus que positif : formation enrichissante avec des rappels nécessaires concernant les obligations des associations.

L'expérience a été renouvelée courant novembre sur le même territoire afin de répondre aux sollicitations massives reçues dès le lancement de cette action.

En 2024, la Fédération Seniors Moselle innove (les projets n'arrêtent pas d'affluer...) en vous proposant de participer à des journées "sécurité routière", (1er semestre 2024), "comptabilité", "formation de lutte contre l'isolement"...



ACTIVITÉS

Lors de réunions territoriales proposés en 2023 et 2024, nous avons recueilli vos souhaits et en avons tenu compte. C'est pourquoi, nous avons également organisé une formation portant sur la **“gestion associative”**. Cette première session a rassemblé ?? participants.



Au programme de cette formation :

- Savoir animer une réunion en démarche participative,
- Elaborer une communication efficace pour son association,
- Connaitre le fonctionnement d'une association,
- Savoir ce qu'est la RGPD.

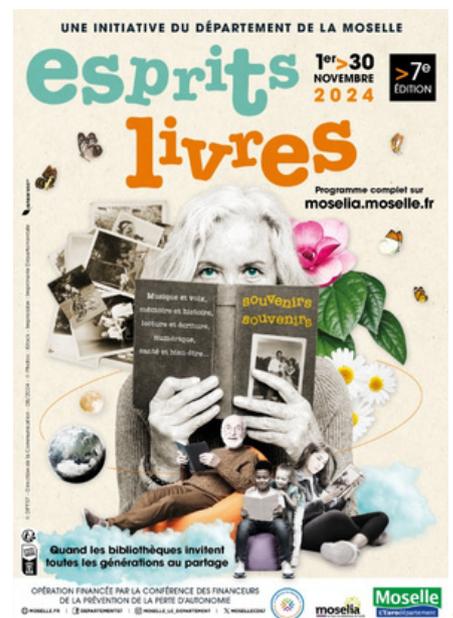


ESPRITS LIVRES

Depuis 7 ans, les bibliothèques et médiathèques du département de la Moselle vous propose de découvrir et participer à des ateliers au sein des bibliothèques du 1er au 30 novembre.

Cette année encore, Anaïs THIRION a animé 10 ateliers mémoire avec pour thème les “souvenirs”. Nouveauté en 2024, 5 ateliers “évasion à domicile” ont également été proposé aux seniors mosellan afin de partager des souvenirs par le biais de la réalité virtuelle.

Cette année encore, ces ateliers ont été très plébiscités par les seniors puisqu'ils étaient ?? a participé à ces actions.



Retrouvez les photos des ateliers sur notre site Facebook et Internet : www.federationseniormoselle.fr

Pour votre information, la FSM Moselle a candidaté auprès des différents financeurs pour vous proposer des ateliers (mémoire, prévention des chutes, gym douce) en 2025.

En attendant leurs retours, des ateliers numériques sont encore disponibles alors n'hésitez pas à contacter la FSM pour pouvoir en bénéficier GRATUITEMENT.