

PRATIQUE INNOVANTE

Loisir aînés

Pétanque atout

Le jeu de pétanque atout se pratique en équipe de 5 joueurs. Il s'agit de lancer des boules de pétanque dans les trous de la cible où les points sont préalablement indiqués afin de compter le plus grand nombre de points possible. Chaque manche comporte un atout différent et se complète par un « sans atout » (ex. : trèfle, carreau, pique, coeur).

L'objectif de cette activité est de faire bouger les aînés, de leur donner une occasion de se réunir pour socialiser, de briser l'isolement et de faire naître une nouvelle activité.



Les participants apprécient ce jeu, de plus en plus d'aînés y participent. Ils ont commencé par acheter un jeu et, vu le nombre de participants qui augmentait et la demande, ils en ont acheté un deuxième. Les aînés veulent même participer aux jeux 50 ans et plus de la Gaspésie et des Îles avec les Clubs.

Cette activité suscite un bel engouement auprès des aînés. Il s'agit d'une nouvelle activité pour le centre et on peut dire que c'est une réussite. Cela permet aux aînés d'avoir un moment pour bouger et socialiser, et ce, chaque semaine.

Briser l'isolement



Fédération québécoise
des centres communautaires
de loisir

