

Lausanne, le 3 avril 2025

Rapport de diagnostic du projet Actions communautaires à Cossonay

Contexte

Ce document résume les différentes actions menées dans la première phase de diagnostic du projet Actions communautaires à Cossonay. Il vise également à présenter les résultats de l'enquête et du forum.

Finalité et objectifs

Le but de la démarche Actions communautaires est de susciter une dynamique communautaire et de favoriser l'engagement des seniors dans diverses actions et activités. Le processus leur permet ainsi de devenir auteurs et acteurs de leurs propres projets.

Les objectifs sont donc de :

- Favoriser le « vivre ensemble » et les liens sociaux
- Contribuer à une qualité de vie durable
- Mettre en place des actions pour et par les seniors.

Planification

Phase 1 - Diagnostic - 6 mois

- Récolte des avis et des besoins

Phase 2 - Lancement - 6 mois

- Lancement des groupes de travail

Phase 3 - Développement - 6 mois

- Développement des projets et des activités

Phase 4 - Stabilisation - 6 mois

- Stabilisation des actions et organisation de la suite du projet

Actions entreprises

L'objectif de cette phase de diagnostic est de récolter les avis, les envies et les besoins des habitant·e·s de Cossonay ainsi que de prioriser les actions à entreprendre. Pour réaliser ce travail, les chargées de projet et le stagiaire sont allées à la rencontre des habitantes et habitants ainsi que des institutions et associations actives auprès des seniors de la commune. Les résultats de cette enquête sont présentés au chapitre suivant. Pour favoriser l'engagement des seniors, diverses rencontres ont été organisées pour leur présenter la démarche, puis pour les impliquer dans le processus.

Séance d'information : 29 octobre 2024

Un courrier d'invitation a été envoyé à toutes les personnes de 60 ans et plus résidant à Cossonay. Environ 90 personnes sont venues à la séance d'information au cours de laquelle elles ont été informées des objectifs et des principales étapes de la démarche. Ces personnes ont aussi participé à différents ateliers où elles ont pu s'exprimer sur ce qui leur plaisait à Cossonay, ce qui pouvait être amélioré et proposer des idées d'actions à mettre en place dans la commune. Une quarantaine de personnes (41) se sont inscrites pour passer un entretien individuel et 76 personnes pour recevoir des informations sur le projet.

Rencontres du groupe habitants · novembre 2024 à février 2025

Cinq rencontres entre habitantes et habitants ont été organisées à la Salle du Conseil dans la Maison de Ville. Au total, 31 personnes ont participé à une rencontre au moins et 20 personnes étaient présentes en moyenne.

Grâce à ces rencontres, les seniors ont pu s'impliquer tout au long du processus en :

- Partageant leurs idées, leurs envies et leur connaissance de Cossonay
- Faisant passer des entretiens à leurs voisines, voisins et connaissances
- Proposant des contacts de personnes qui seraient intéressées par un entretien
- Partageant des informations sur les activités organisées à Cossonay avec le reste du groupe
- Travaillant en sous-groupes sur les résultats de la séance d'information
- Prenant part à l'organisation du forum (proposition d'animation, organisation de l'apéritif)
- Participant à la mise en place du forum
- Co-animant des ateliers au forum.

L'objectif de ces rencontres est également de développer les liens entre habitant·e·s. Ainsi, chaque rencontre a débuté par un moment autour d'un café et un apéritif de Noël a réuni une quinzaine de personnes dans un ambiance conviviale.

Rencontres partenaires : 4 décembre 2024 et 26 février 2026

L'objectif des Actions communautaires n'est pas de remplacer ce qui existe déjà mais de favoriser les synergies et de faire connaître aux seniors les offres existantes. Ainsi, l'équipe de projet a pris contact avec les institutions et associations actives auprès des seniors de Cossonay.

Une rencontre a été organisée le 4 décembre 2024 pour leur présenter la démarche et la manière dont elles pourraient s'y intégrer. Les partenaires ont aussi pu partager leur vision des seniors et de leurs besoins à Cossonay. Les chargées de projet ont rencontré personnellement les personnes qui n'étaient pas présentes à la rencontre.

Les partenaires suivants ont participé au diagnostic :

- Commune de Cossonay, dicastère Enfance et jeunesse, Écoles, Cohésion sociale, Logement, Intégration et Cultes, Santé publique, Culture, sport et sociétés locales, Tourisme
- Bibliothèque communale de Cossonay
- CMS Cossonay
- Église Évangélique de Cossonay
- Paroisse Sts-Pierre et Paul de Cossonay-La Sarraz
- Paroisse de Cossonay Grancy
- Coss'Aînés & environs
- L'Atelier
- Fondation Pro-XY

Les informations sur les services et activités proposés par les partenaires ont été transmises aux seniors lors des groupes habitants.

Une deuxième rencontre partenaires a été organisée le 26 février 2025 pour leur présenter l'avancée du projet et leur permettre de partager leurs nouvelles prestations. Plusieurs partenaires ont également participé au forum.

Pour la suite du projet, environ trois rencontres seront organisées par année.

Forum : 1^{er} mars 2025

Pour marquer la fin de la phase de diagnostic, un forum public ouvert à tous les seniors de Cossonay a été organisé. Il a réuni une nonantaine de participant·e·s. À la suite de la présentation des principaux résultats, les seniors ont pu prioriser des actions et échanger dans des ateliers de discussions (résultats ci-dessous).

Résultats du diagnostic

Échantillon

Au total, 56 entretiens individuels et de groupe ont été menés, dont cinquante avec des seniors de Cossonay et six avec des professionnel·le·s. Les entretiens ont été menés en face à face par l'équipe de projet de Pro Senectute Vaud ou des habitant·e·s impliqué·e·s dans la démarche.

Les grandes tendances qui émergent de ce questionnaire sont détaillées ci-dessous. Les données quantitatives complètes se trouvent dans le document en annexe.

Les répondant·e·s proviennent de toute la commune. Une grande majorité est âgée de 65 à 85 ans et est retraitée (80%).

Le profil type de la personne qui a répondu à notre questionnaire est une femme (64%), en couple (46%) et vivant depuis plus de vingt ans à Cossonay (55%).

Vivre à Cossonay

Les seniors rencontrés témoignent d'un très fort attachement à leur commune : 92% souhaitent rester y vivre. De plus, la majorité de celles et ceux qui pensent partir le feraient pour se rapprocher de leurs proches et non parce qu'ils ou elles n'apprécient pas leur vie à Cossonay.

Plusieurs centres ont été identifiés par les répondant·e·s : le centre historique (la Vieille ville), le centre moderne, représenté par la zone de la Migros, et l'administration communale, avec le centre en devenir qui inclut l'axe de la Poste et la rue de Morges.

Les lieux de rencontre ne font pas l'objet d'un consensus. Les cafés et tea-rooms, les magasins ainsi que les différentes paroisses ont été évoqués. De plus, bien qu'il ne s'agisse pas de lieux, les nombreuses activités et sociétés locales sont considérées comme favorisant les rencontres à Cossonay.

Ce qui plaît

« Nous avons choisi Cossonay comme localité pour notre retraite lorsque ce moment est arrivé car c'est une petite ville à la campagne avec une offre quasiment complète : commerces, pharmacies, banques, cinéma, théâtre, fitness, transports publics, médecins, dentistes, associations... restaurants. Bingo ! »

Pour de nombreux seniors rencontrés, Cossonay offre un cadre de vie idéal pour vieillir. La présence de nombreux commerces et services, qui permet à celles et ceux qui le souhaitent de faire presque tous leurs achats à Cossonay, est le point positif le plus souvent évoqué. Les habitant·e·s apprécient également que cela ne soit pas au détriment de la convivialité, comme en témoigne un·e répondant·e « C'est une petite et grande ville : petite car on se dit "Bonjour", grande car on trouve tout. » Le deuxième point fort le plus souvent cité est représenté par les transports publics, comme le funiculaire qui rejoint le réseau CFF et les bus, qui relient rapidement à Lausanne, à Yverdon ou à Morges. Cette situation, où Cossonay est parfois décrite comme « au centre du canton », permet à certaines personnes de renoncer à la voiture, tout en gardant une grande autonomie. Les habitant·e·s ajoutent apprécier la proximité de la nature et l'impression de se trouver à la campagne tout en étant proches des centres urbains.

À améliorer

Le premier motif d'insatisfaction concerne le trafic important aux heures de pointe. Les seniors sont gênés par le bruit qu'il engendre et par la pollution. Plusieurs évoquent également des craintes que la circulation de transit empire, ou encore que Cossonay devienne une ville-dortoir. En effet, le deuxième point d'amélioration cité concerne l'agrandissement de Cossonay. Certaines personnes remarquent que le rythme rapide de nouvelles constructions de ces dernières années remet partiellement en question un sentiment d'identité. D'autres ajoutent que les infrastructures peinent parfois à suivre cette évolution et devraient ainsi être améliorées.

Liens sociaux

Entourage et solitude

« Je ne veux pas déranger. »

À première vue, les habitant·e·s de Cossonay de 60 ans et plus sont bien entouré·e·s : 94% déclarent y connaître quelqu'un sur qui compter. De nombreux répondant·e·s sont prêt·e·s à rendre service aux personnes de leur entourage, que ce soit pour des dépannages divers, des transports, pour tenir compagnie ou encore s'occuper des animaux domestiques. Cependant, bien moins de gens ne le font activement.

À la question « vous sentez-vous seul·e ? », 16% des personnes interrogées répondent « de temps en temps » ou « régulièrement ». Comme l'illustre la citation en exergue, la peur de déranger explique que certaines personnes restent isolées malgré la volonté d'aider de leurs concitoyen·ne·s.

Activités et vie locale

Plus de deux tiers (67%) des personnes rencontrées sont membres d'un groupe ou d'une association active à Cossonay. Les plus cités sont :

- Les Paroisses
- L'Association de la Vieille Ville de Cossonay
- L'Atelier
- L'École de Musique de Cossonay
- L'Association des Amis du Cinéma de Cossonay.

Malgré la richesse de l'offre existante, une septantaine de nouvelles idées d'activités ont été proposées durant le diagnostic :

- **Entraide** : support informatique, liste d'entraide pour des petits services (déplacement, courses, déchetterie...), co-voiturage.
- **Sport** : gymnastique douce, sorties vélo et marches tranquilles, yoga communautaire, Tai-Chi, Qi-Gong.
- **Développement d'activités** : cours divers (langues étrangères, cuisine etc.), bien-être (MBSR, méditation, etc.), repas communs, activités culturelles.
- **Communication** : liste avec les activités existantes, calendrier commun, outil de communication sur les prestations pour seniors.

Communication

Le *Journal de de la région de Cossonay* est le moyen d'information le plus utilisé par les seniors : 100% des répondant·e·s le consultent régulièrement.

Le bouche à oreille est cité par plus de la moitié des seniors. Le site internet de la Commune, en revanche, n'est une source d'information que pour un quart du panel. Plus de deux tiers des personnes interrogées estiment que la communication est suffisante. Pourtant, en faisant passer les entretiens, l'équipe de projet a remarqué que beaucoup de gens ne connaissaient pas certaines activités organisées à Cossonay et qui pourraient les intéresser.

À propos des moyens de communication tous les seniors disent utiliser le téléphone portable au quotidien et une grande majorité le courriel. Le téléphone fixe et le courrier postal restent utilisés par plus de la moitié des répondant·e·s.

Résultats des ateliers du forum

Durant l'enquête, les seniors rencontrés ont aussi été interrogés sur leurs envies et les besoins pour la suite du projet. Parmi les nombreuses pistes évoquées, cinq thématiques principales ont été dégagées par le groupe habitants : l'entraide, les activités de rencontres, de développement des compétences, de mouvements et de sport ainsi que la communication.

Lors du forum, les participant·e·s ont été invité·e·s à prioriser parmi les idées préalablement triées. Ils et elles ont ensuite pu échanger en petits groupes lors d'ateliers thématiques afin d'élaborer des pistes concrètes de lancement.

Entraide

Une forte envie de développer des actions de solidarité a été exprimée par les personnes interrogées et les participant·e·s des rencontres diagnostic. Plusieurs idées ont été proposées : créer un réseau d'entraide bénévole, proposer des services informatiques, mettre en place des groupes de paroles, un guichet social, organiser des co-voiturages, soutenir les plus âgé·e·s. Lors de l'atelier du forum, les seniors ont priorisé le **groupe d'entraide** et les aides à la mobilité ainsi qu'à l'informatique. Selon certaines personnes, il serait bien d'établir un groupe WhatsApp où les bénévoles puissent lister les services proposés par catégories et se coordonner. Pour toucher les personnes concernées, la liste pourrait aussi être diffusée dans le *Journal de la région de Cossonay*. Concernant la mobilité en particulier, l'idée est d'offrir des **transports motorisés** à la déchetterie, au cimetière et potentiellement pour des visites médicales. Les volontaires seraient défrayés. Concernant l'**aide informatique**, des services individuels en fonction des compétences et des besoins seraient proposés ainsi que des moments collectifs sur un thème précis, par exemple en collaboration avec l'Atelier ou la Permanence numérique de Pro Senectute Vaud, déjà proposés à Cossonay.

Activités de rencontres

De nombreuses idées d'activités favorisant les rencontres et partages ont été proposées lors de la journée d'information et des entretiens. Par ailleurs, certaines personnes ont notamment formulé leurs griefs concernant la limite d'âge du repas annuel de la Commune et l'absence d'une sortie annuelle offerte. Lors du forum, ces personnes ont pu s'entretenir à ce sujet avec la Municipalité. Parmi les autres propositions, les participant·e·s à l'atelier thématique d'abord réfléchi à la mise en place de **moments de cuisine partagés** suivis de repas conviviaux. Les participant·e·s ont imaginé découvrir la culture culinaire de chacun·e et de tisser des liens entre Traîne-Gourdins en organisant ces rencontres à domicile. Ensuite, elles et ils ont élaboré différents modèles d'**activités autour de la chanson française**. Des moments de chant ou de partage autour de répertoires d'artistes pourraient être organisés chez l'habitant·e, alors que des karaokés collectifs ou des concerts publics nécessiteraient que des salles adaptées soient mises à disposition par la Commune. L'organisation de sorties culturelles a aussi rencontré un grand engouement lors de la priorisation mais n'a pas été discutée plus en détail, par manque de temps lors du forum.

Activités de développement des compétences

Les personnes ayant pris part au groupe habitants ont choisi de différencier certaines activités ayant comme point commun l'apprentissage. Lors de l'atelier thématique, les participant·e·s ont exprimé la nécessité d'un **deuxième cours de cuisine**, l'existant étant victime de son succès auprès des messieurs de Cossonay. Un tel cours nécessiterait l'accès à une grande cuisine ; celle du PAM est notamment évoquée. Certain·e·s proposent que divers intervenant·e·s puissent former les personnes intéressées aux cuisines « du monde ». Par ailleurs, de nombreuses personnes souhaitent **converser en langues étrangères**. Une personne à l'aise se chargerait de

chaque langue. Ces échanges pourraient avoir lieu dans des cafés et restaurants ou à domicile. Enfin, un groupe souhaite se former **à la pleine conscience**. Elles et ils ont pu discuter d'un développement concret de cette activité : les participant·e·s se formeraient avec un module de dix séances puis se rencontreraient deux fois mois pour pratiquer en petit groupe. Les habitant·e·s expriment que cela devrait, dans l'idéal, prendre place dans un local adapté mis à disposition par la Commune.

Mouvement et sports

Quatre activités de mouvement et sports ont été jugées prioritaires. Les participant·e·s à l'atelier souhaitent organiser un cours mélangeant **Taï-Chi et Qi-Qong**. Une habitante s'est déjà proposée pour animer la partie Qi-Qong. Elles et ils ont aussi élaboré un modèle de **yoga communautaire** : sans inscription, sur donation libre et intergénérationnel. Ce dernier pourrait prendre place en extérieur pendant les beaux jours. Néanmoins, ce type d'activité nécessiterait une salle en cas de temps froid ou pluvieux. Les locaux de la piscine ont notamment été évoqués par les habitant·e·s. Enfin, les participant·e·s souhaitent compléter l'offre existante en organisant des **sorties marches et vélos plus douces**. Les discussions ont porté sur le nombre idéal de participant·e·s, la durée et des aspects pratiques comme un groupe WhatsApp, un point de rendez-vous et les réservations aux restaurants de la région pour des sorties d'une journée entière.

Communication

Le constat que certains seniors ne sont pas informés de la diversité de l'offre est aussi partagé par les personnes qui ont étudié la thématique de la communication lors du forum, notamment par les membres d'associations locales. Les participant·e·s ont identifié deux formats complémentaires pour **mieux informer les seniors de Cossonay**. Premièrement, **un format régulier qui liste l'offre à jour** pour seniors (événements, activités, etc.). Deuxièmement, **un format annuel avec des informations simples sur les prestations continues** comme les événements fixes ainsi que les droits et institutions de référence pour seniors. Le *Journal de la région de Cossonay* a été identifié comme un partenaire clé par son absence de barrière numérique, sa régularité ainsi que sa capacité à toucher le plus de seniors selon les résultats des entretiens. Les participant·e·s souhaiteraient également collaborer avec la Commune afin que le format annuel puisse être distribué par un envoi tous-ménages aux seniors de Cossonay. Elles et ils ont envisagé de copier les informations concernant les seniors sur les calendriers existants (site de la Commune, USL) et d'y ajouter les informations manquantes.

Conclusion

Cette première phase du projet a permis de rendre compte des besoins et envies des seniors de la commune de Cossonay. Parmi les personnes interrogées se dégage une forte envie de s'investir dans la mise en place de différentes activités permettant de favoriser les rencontres entre habitant·e·s. De plus, les résultats du diagnostic montrent l'importance de faciliter la communication auprès des seniors et de promouvoir l'entraide en s'engageant auprès des habitant·e·s qui en ont besoin.

La suite du projet aura pour but de mettre en place des actions concrètes au sein de la commune de Cossonay. Pour se faire, des groupes de travail seront formés à partir de mars 2025 sur la base des propositions issues des ateliers du forum. Ainsi, l'objectif des prochains mois sera de construire les premières bases des activités pour les personnes de plus de 60 ans vivant à Cossonay et de continuer à les développer jusqu'à la fin du projet.

Annexes

Figure 1 : depuis combien de temps habitez-vous à Cossonay ?	3
Figure 2 : avez-vous l'impression de vivre dans un quartier spécifique ?	4
Figure 3 : pour vous, existe-t-il un centre à Cossonay ?	5
Figure 4 : qu'est-ce qui vous plaît à Cossonay ?	6
Figure 5 : qu'est-ce qui vous déplaît à Cossonay ?	7
Figure 6 : envisagez-vous de rester vivre à Cossonay ?	8
Figure 7 : quels sont les lieux de rencontre dans votre commune ?	9
Figure 8 : est-ce que vous avez une personne sur qui compter en cas de besoin ?	10
Figure 9 : pour quels besoins demandez-vous de l'aide ?	11
Figure 10 : apportez-vous de l'aide ponctuelle ou régulière à quelqu'un ? Si oui, laquelle ?	12
Figure 11 : est-ce qu'il y a des moments où vous vous sentez seul·e ?	13
Figure 12 : êtes-vous membre d'une association ou d'un groupe actif à Cossonay ?	14
Figure 13 : de quelle association êtes-vous membre ?	15
Figure 14 : participez-vous à des activités à Cossonay ?	16
Figure 15 : à quelles activités de Cossonay participez-vous ?	17
Figure 16 : auriez-vous des idées d'actions dans une de ces thématiques ?	18
Figure 17 : comment vous informez-vous des actualités de la Commune, des manifestations, et activités de la Commune ?	19
Figure 18 : la communication était-elle suffisante ?	20
Figure 19 : au quotidien, quels modes de communication utilisez-vous ?	21
Figure 20 : vous sentez-vous à l'aise avec les nouvelles technologies ?	22
Figure 21 : genre	23
Figure 22 : catégorie d'âges	24
Figure 23 : constitution du ménage	25
Figure 24 : activité professionnelle	26
Figure 25 : Mindmap thème Entraide	27

Figure 26 : Mindmap thème Activités de rencontres.....	28
Figure 27 : Mindmap thème Développement des compétences.....	29
Figure 28 : Mindmap thème Mouvements et Sport.....	30
Figure 29 : Mindmap thème Communication.....	31
Figure 30 : liste des activités plébiscitées lors du forum diagnostique du 1 ^{er} mars 2025.....	32

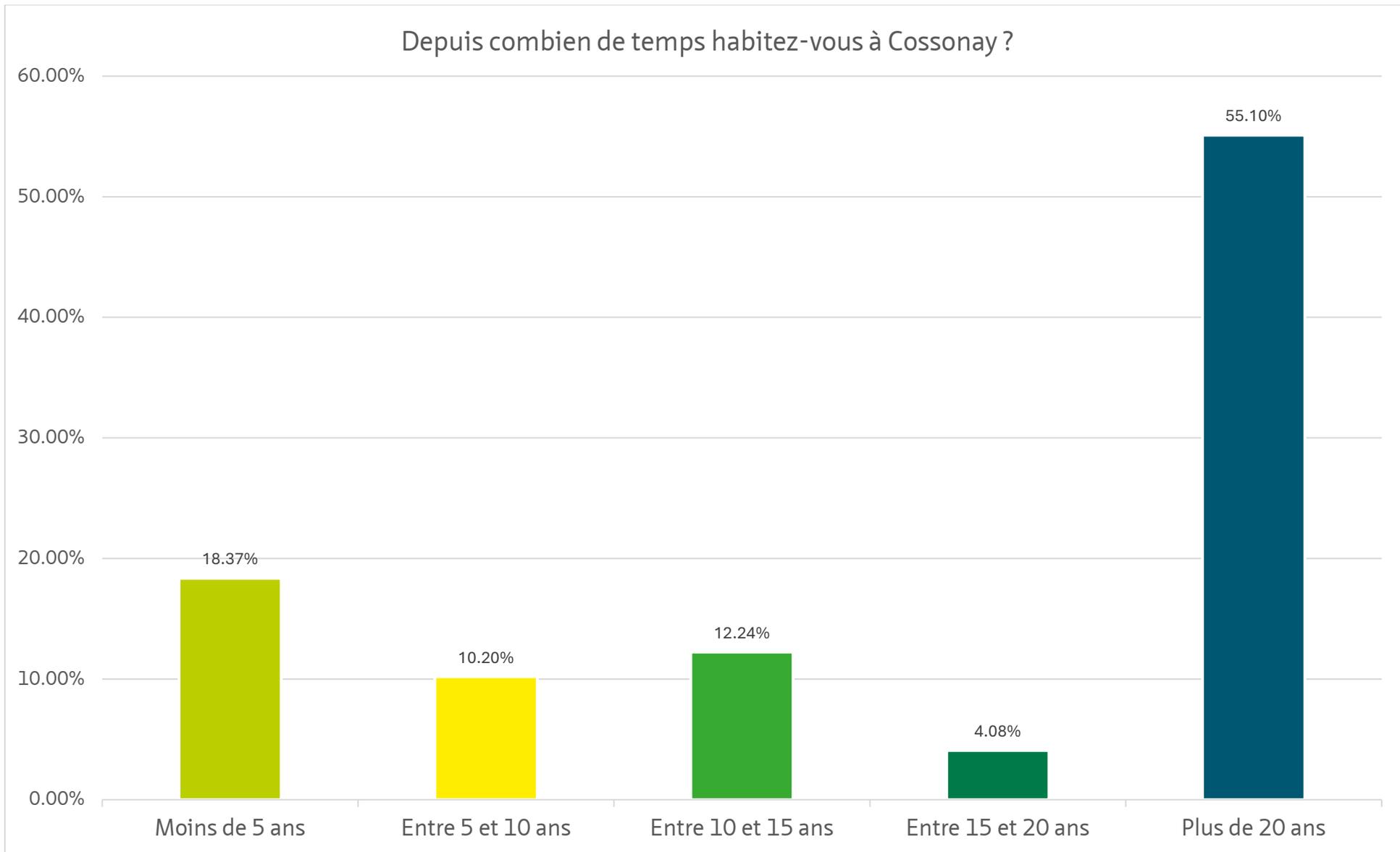


Figure 1 : depuis combien de temps habitez-vous à Cossonay ?

Avez-vous l'impression de vivre dans un quartier spécifique ?

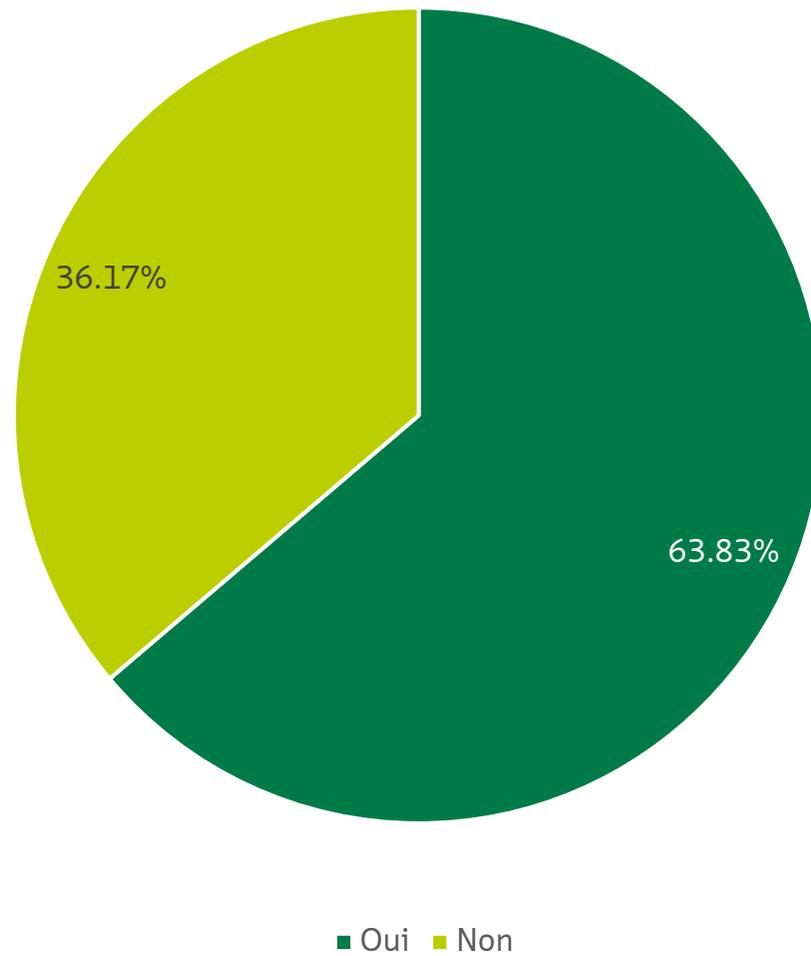


Figure 2 : avez-vous l'impression de vivre dans un quartier spécifique ?

Pour vous, existe-t-il un centre à Cossonay ?

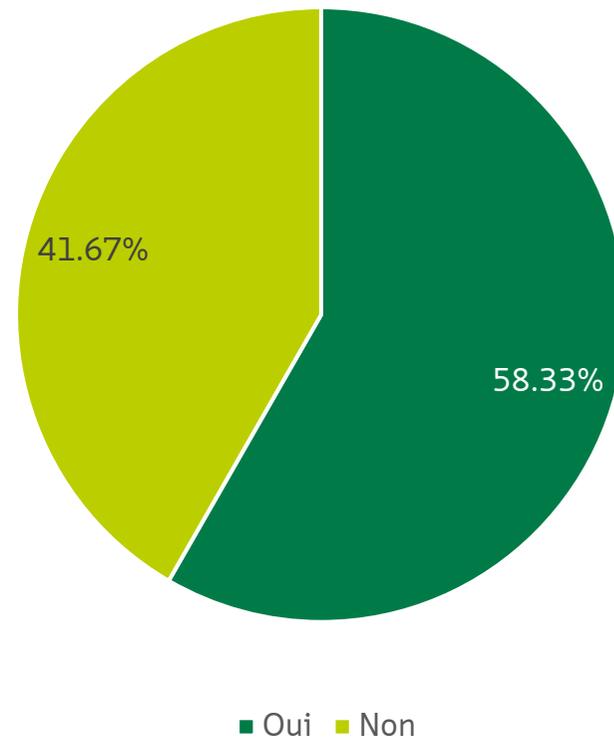


Figure 3 : pour vous, existe-t-il un centre à Cossonay ?

Centres identifiés à Cossonay :

- Centre historique : Vieille ville,
- Centre moderne : zone Migros – administration communale
- Centre en devenir : axe Poste – rue de Morges

Ce qui plaît à Cossonay

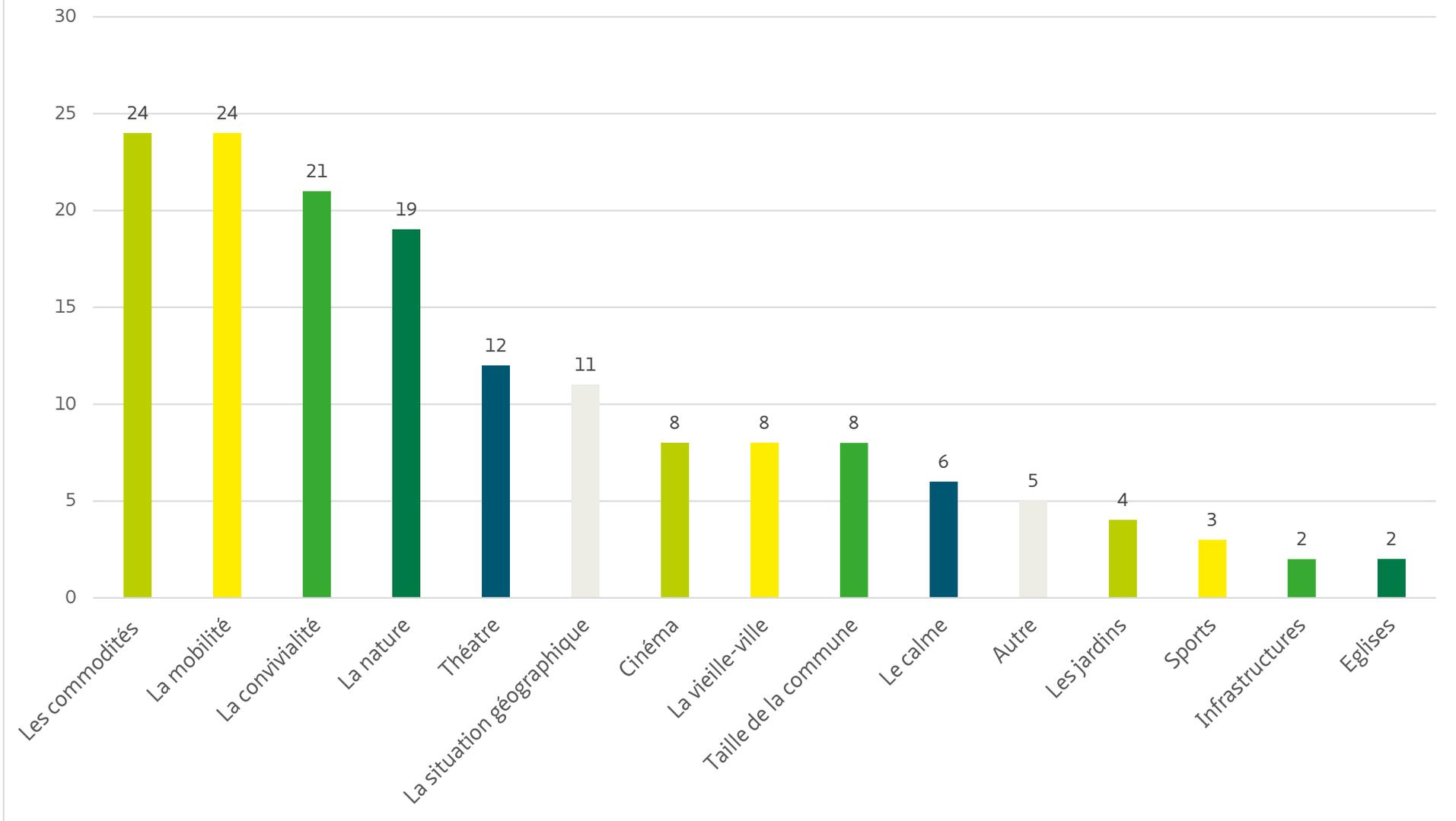


Figure 4 : qu'est-ce qui vous plaît à Cossonay ?

Ce qui déplaît à Cossonay

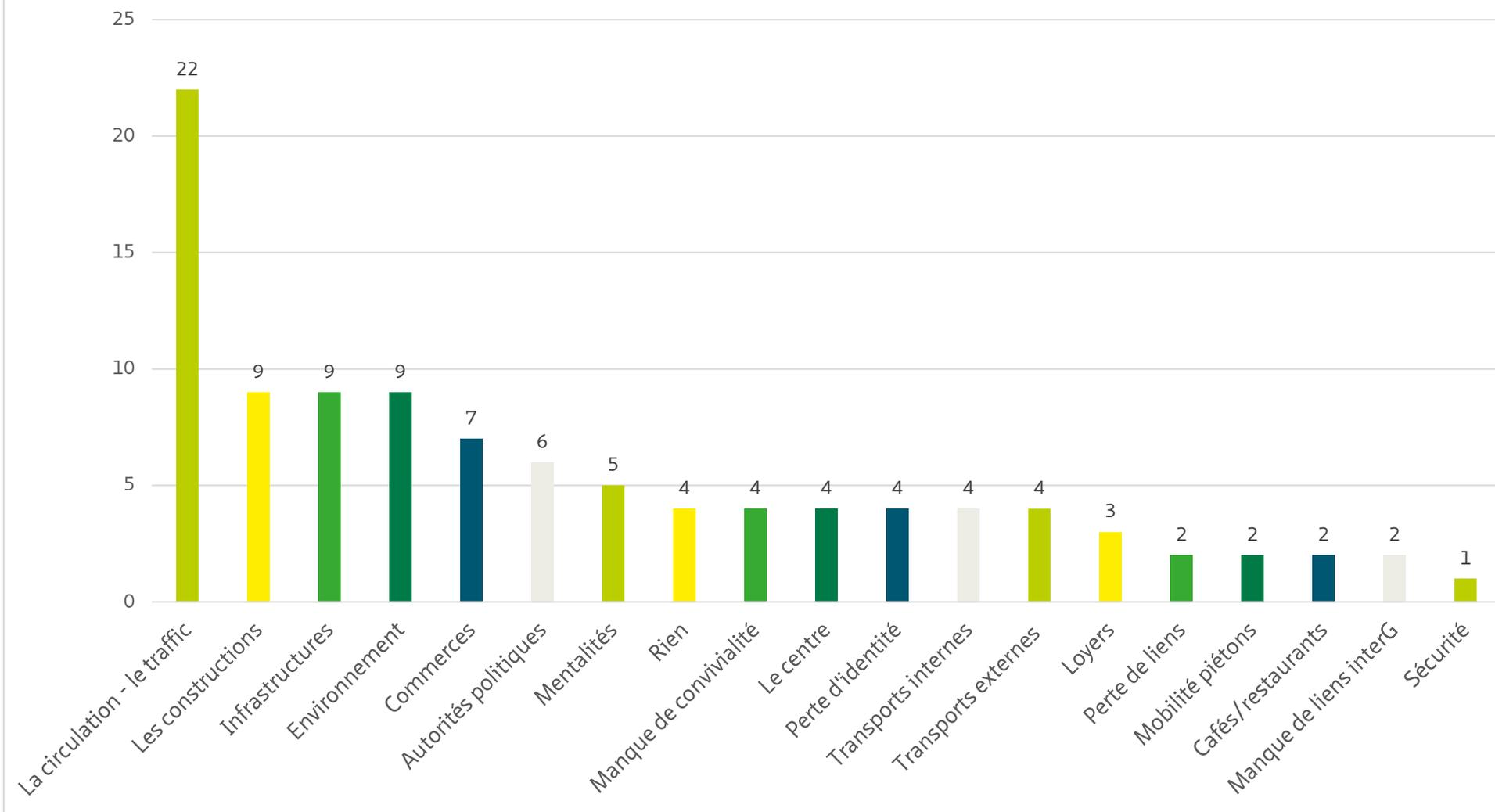


Figure 5 : qu'est-ce qui vous déplaît à Cossonay ?

Envisagez-vous de rester vivre à Cossonay ?

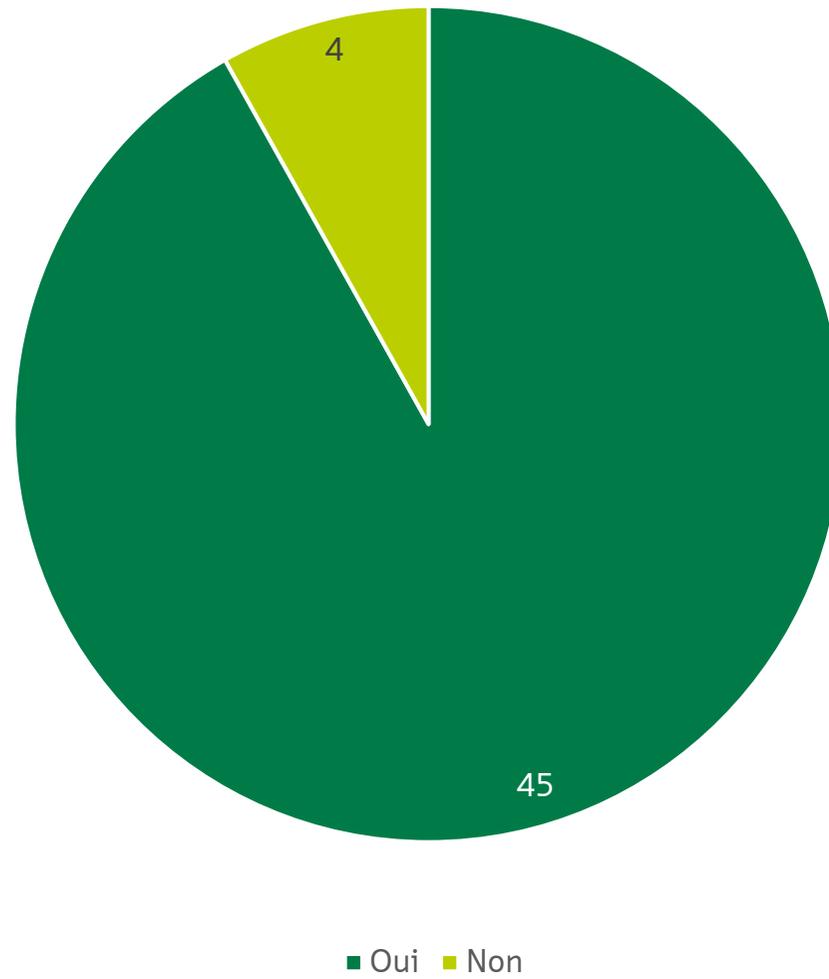


Figure 6 : envisagez-vous de rester vivre à Cossonay ?

Lieux de rencontre

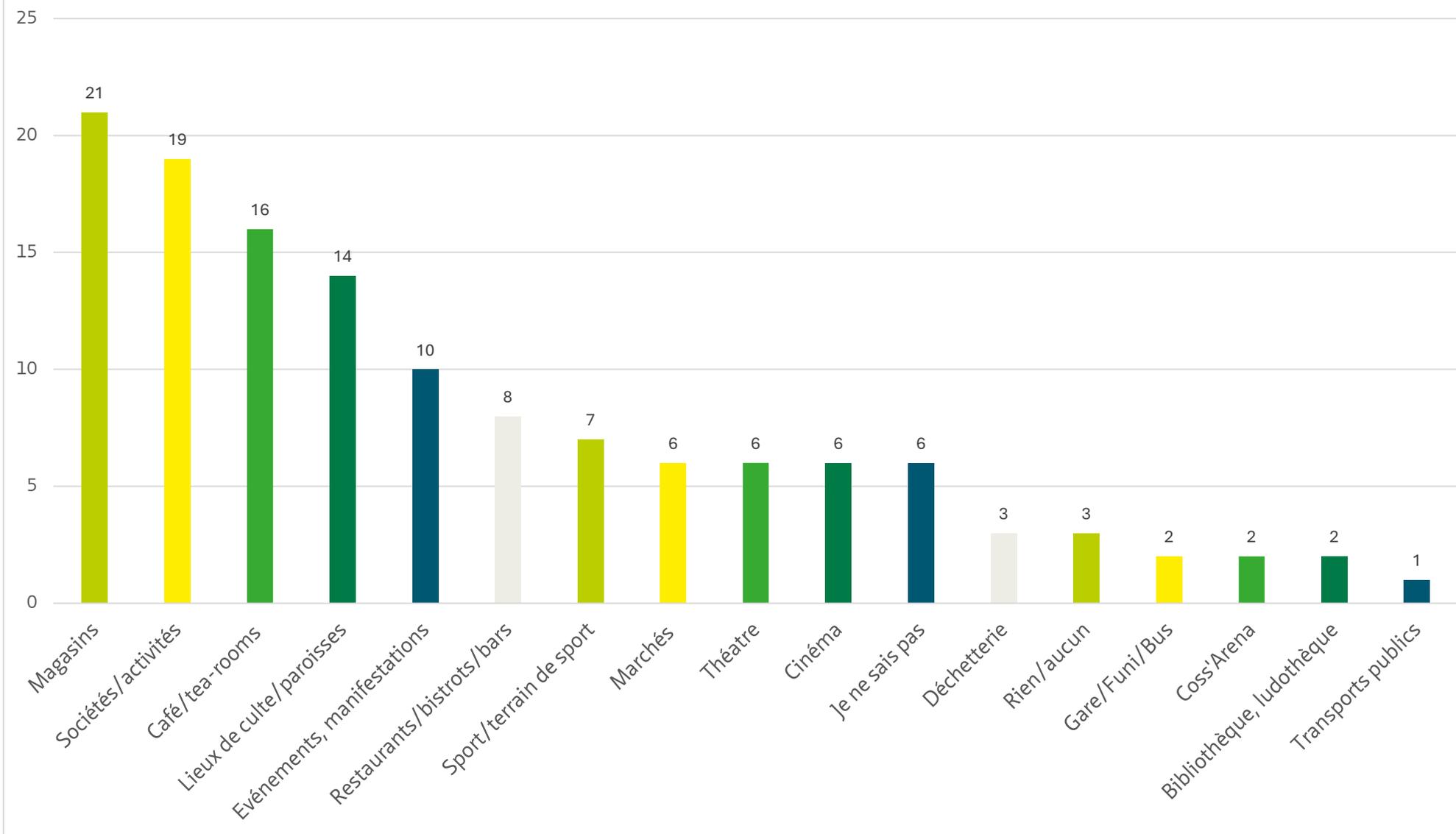


Figure 7 : quels sont les lieux de rencontre dans votre commune ?

Est-ce que vous avez une personne sur qui compter en cas de besoin ?

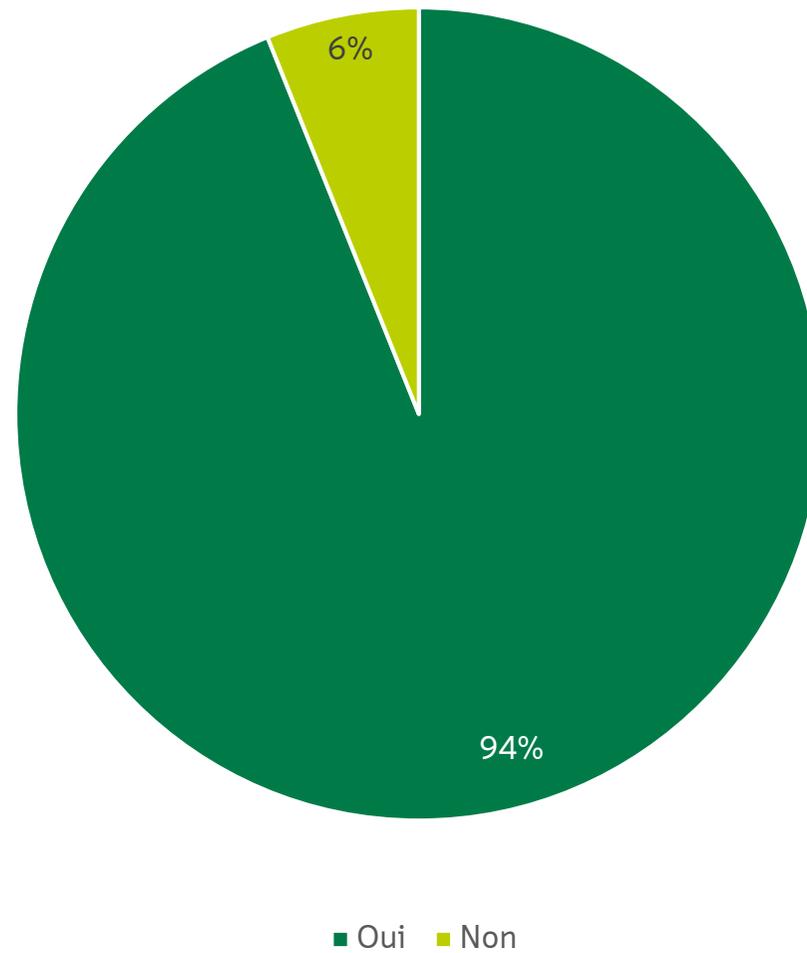


Figure 8 : est-ce que vous avez une personne sur qui compter en cas de besoin ?

Pour quels besoins demandez-vous de l'aide ?

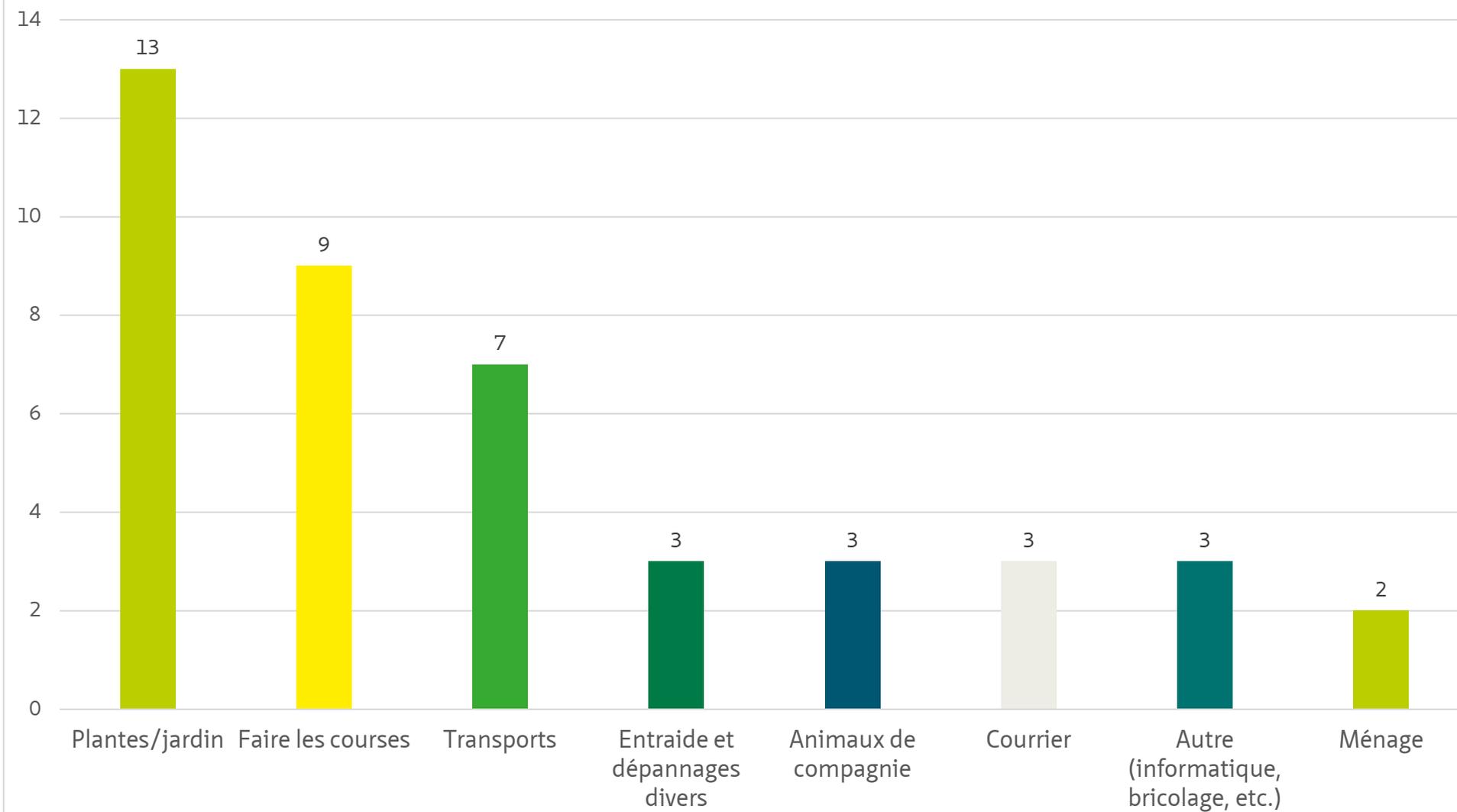


Figure 9 : pour quels besoins demandez-vous de l'aide ?

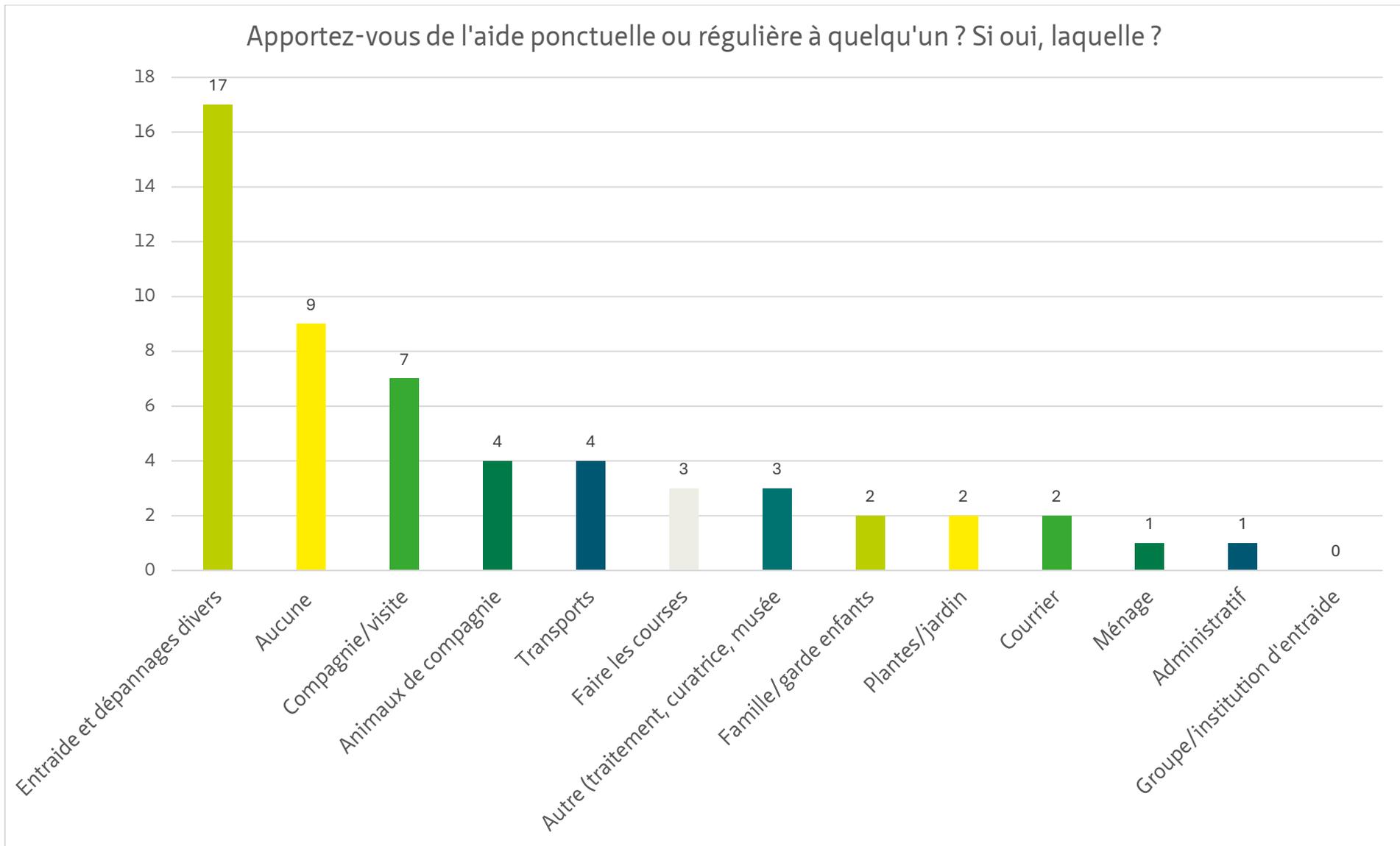


Figure 10 : apportez-vous de l'aide ponctuelle ou régulière à quelqu'un ? Si oui, laquelle ?

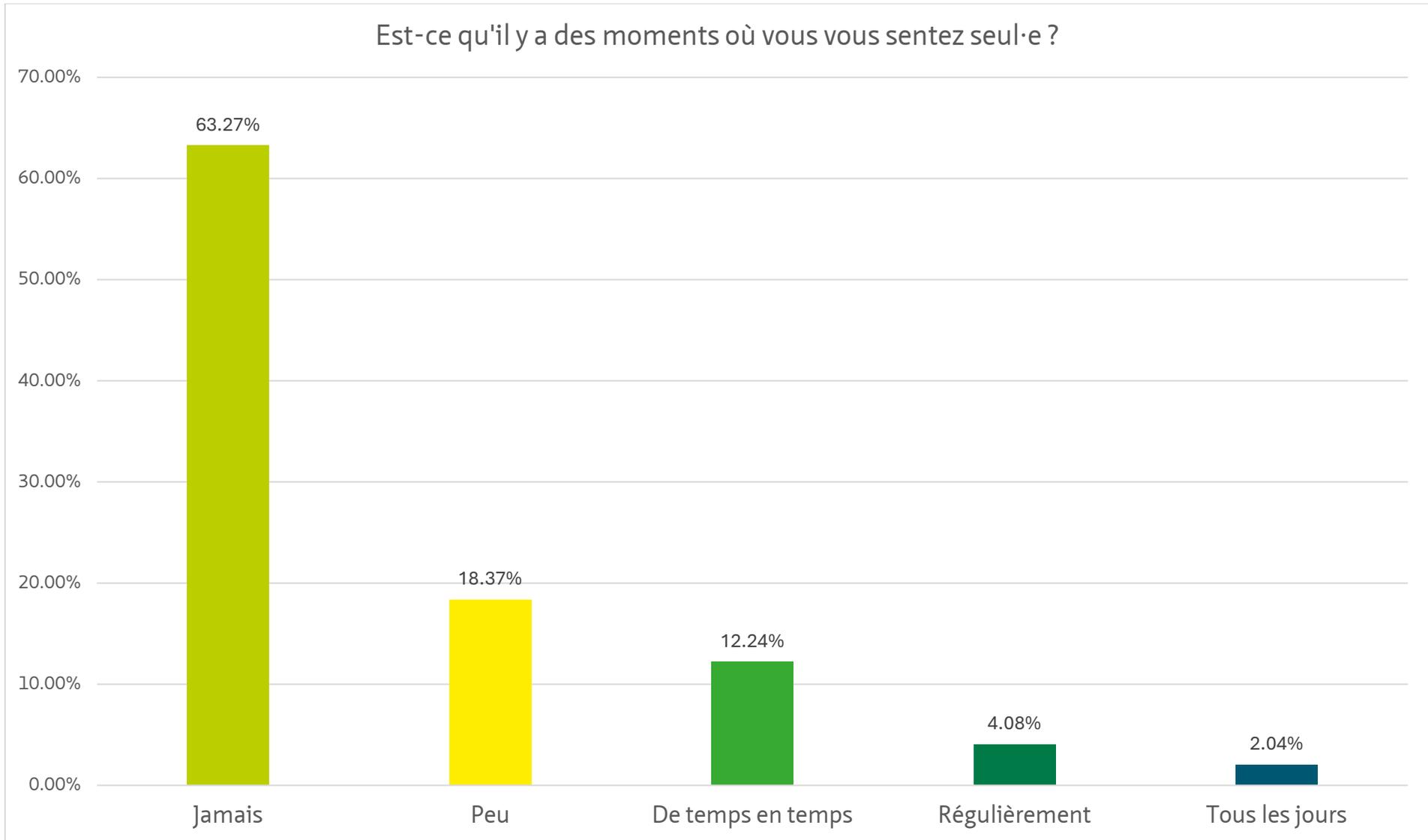


Figure 11 : est-ce qu'il y a des moments où vous vous sentez seul·e ?

Êtes-vous membre d'une association ou d'un groupe actif à Cossonay ?

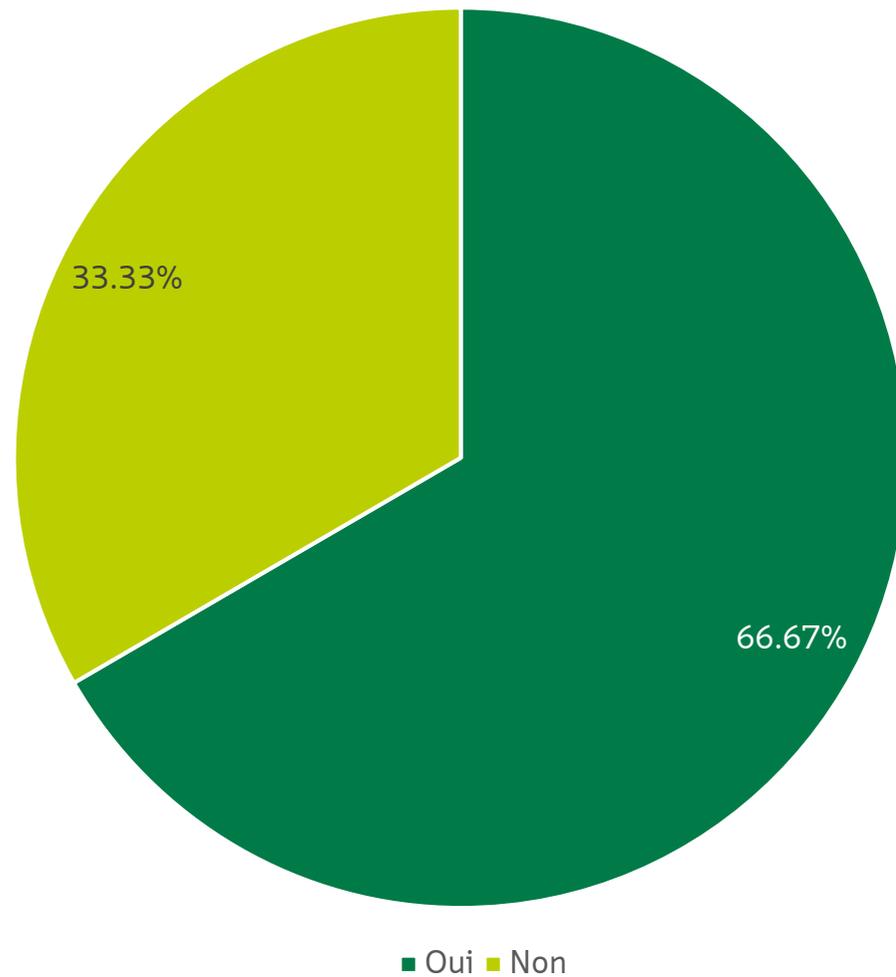


Figure 12 : êtes-vous membre d'une association ou d'un groupe actif à Cossonay ?

De quelle association êtes-vous membre ?

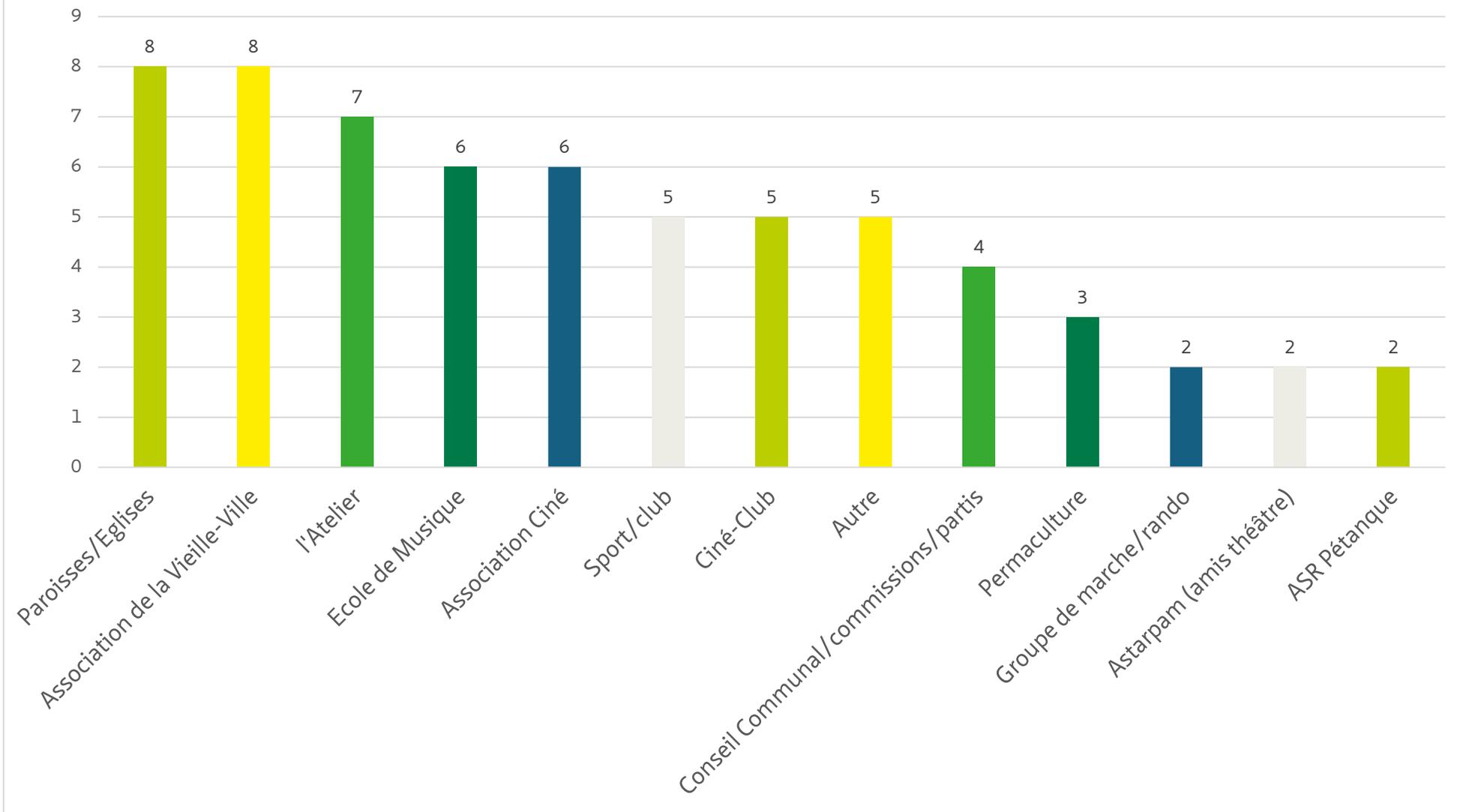


Figure 13 : de quelle association êtes-vous membre ?

Participez-vous à des activités à Cossonay ?

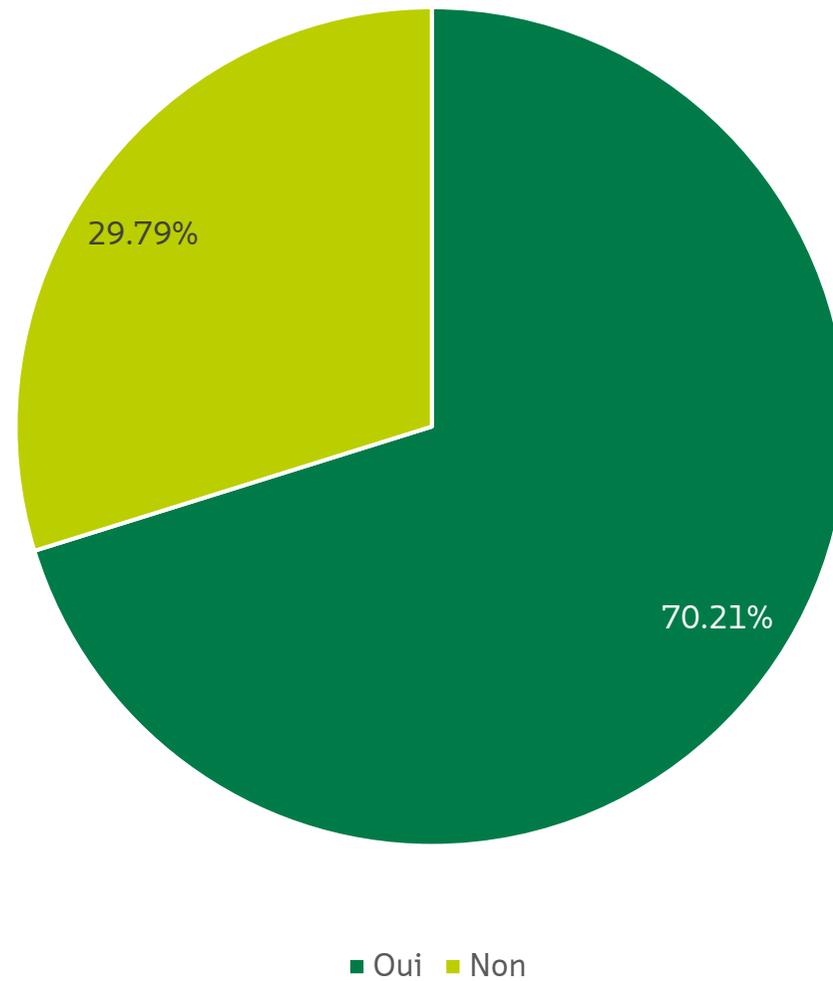


Figure 14 : participez-vous à des activités à Cossonay ?

A quelle activité de Cossonay participez-vous ?

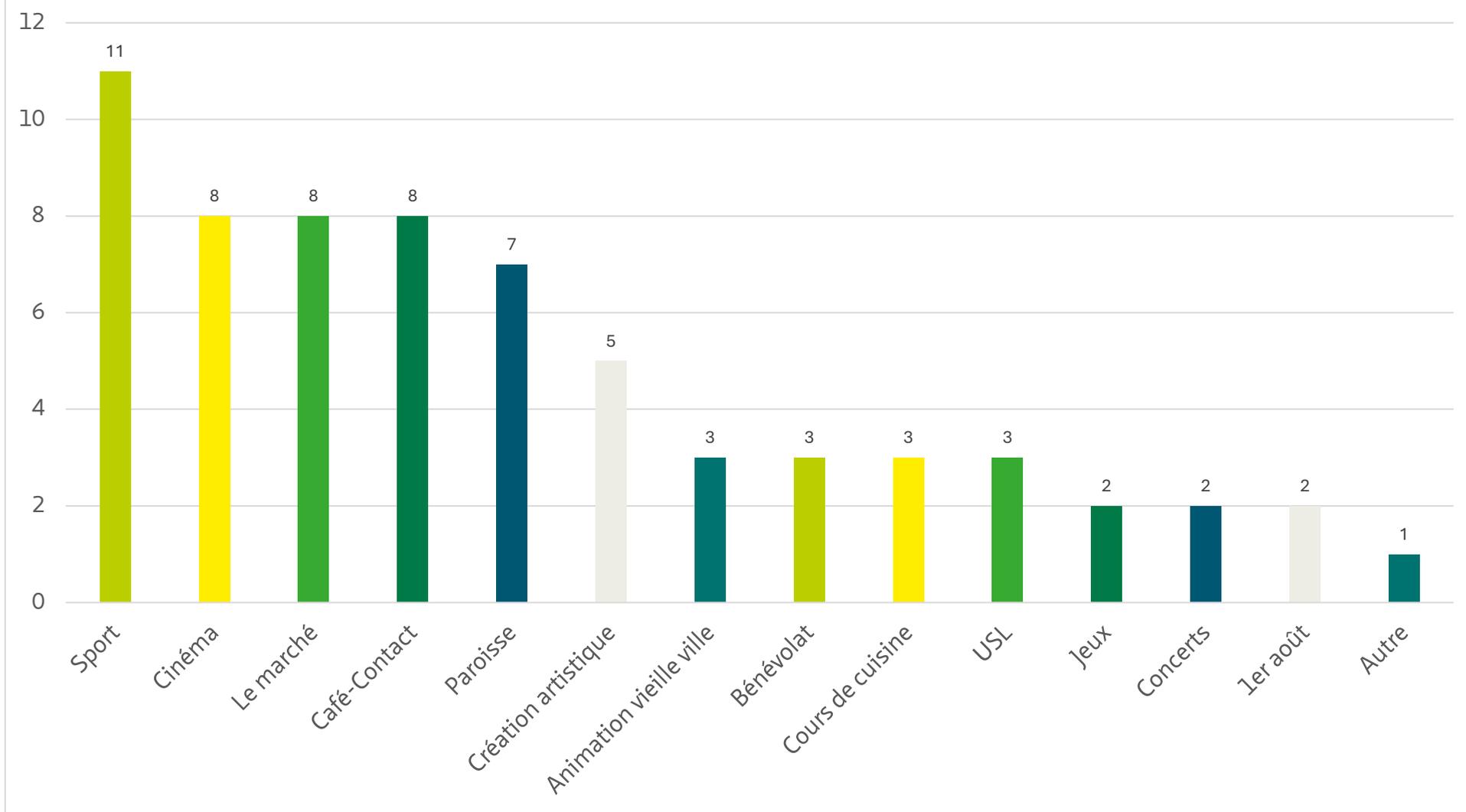


Figure 15 : à quelles activités de Cossonay participez-vous ?

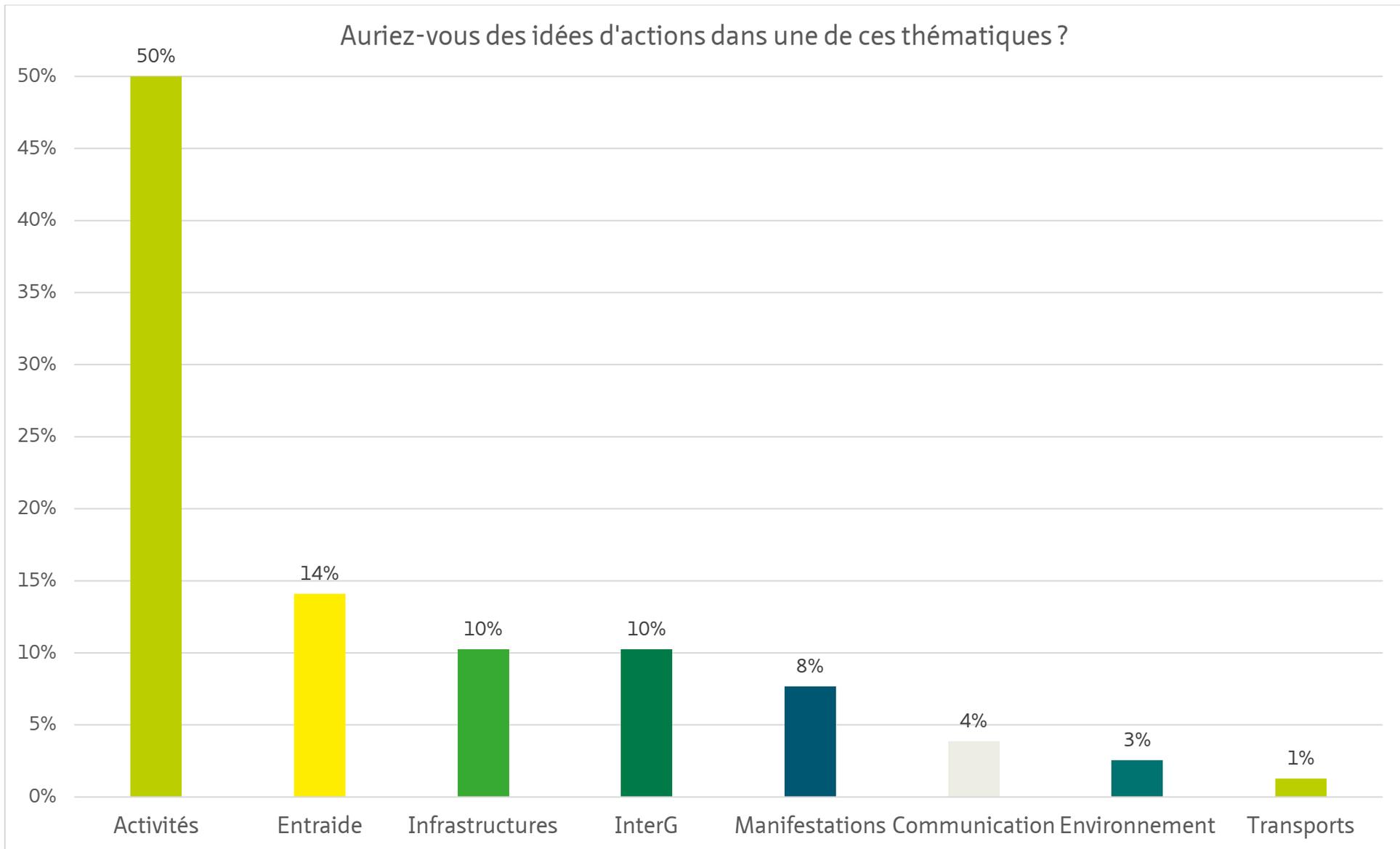


Figure 16 : auriez-vous des idées d'actions dans une de ces thématiques ?

Moyens d'information

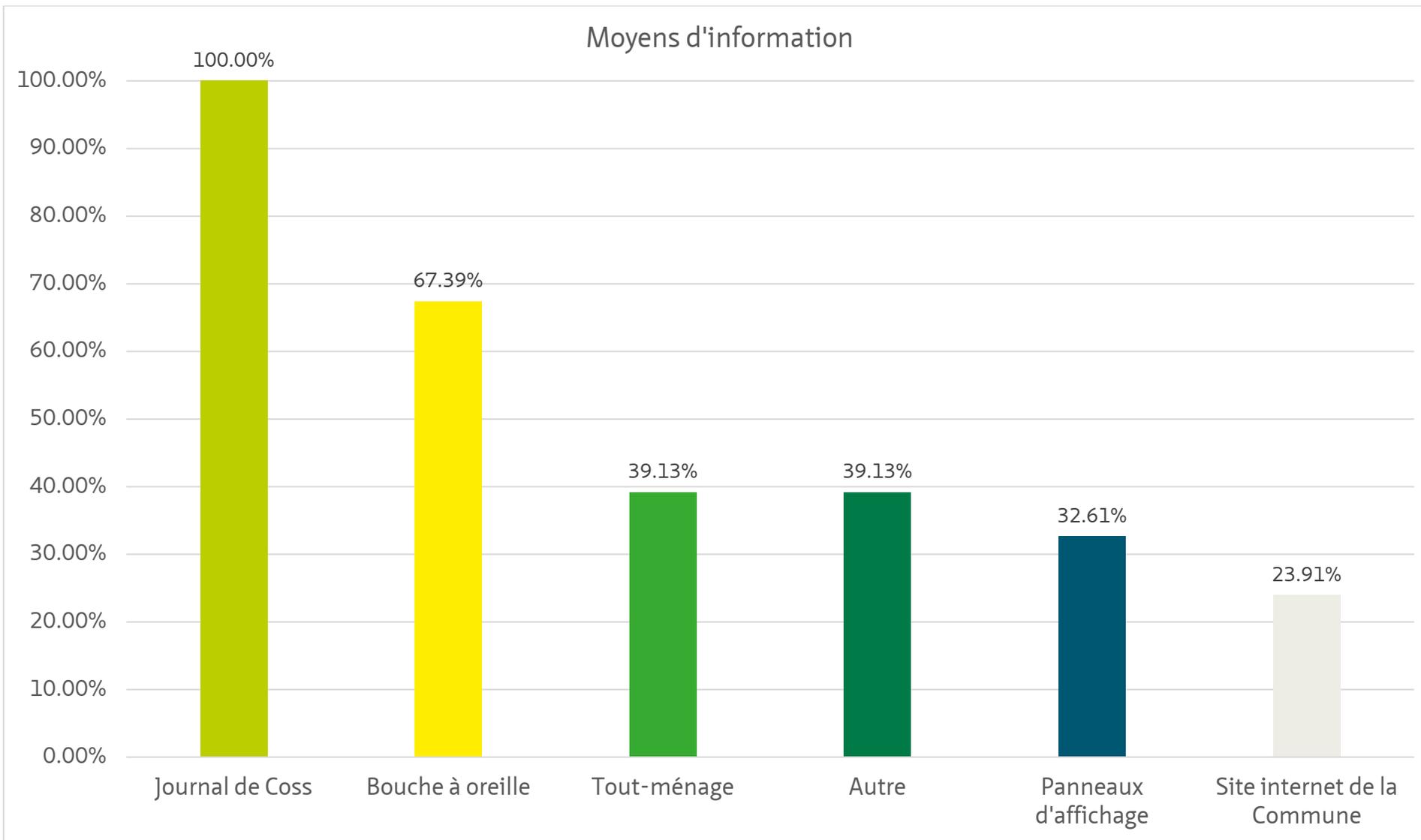


Figure 17 : comment vous informez-vous des actualités de la Commune, des manifestations, et activités de la Commune ?

La communication était-elle suffisante ?

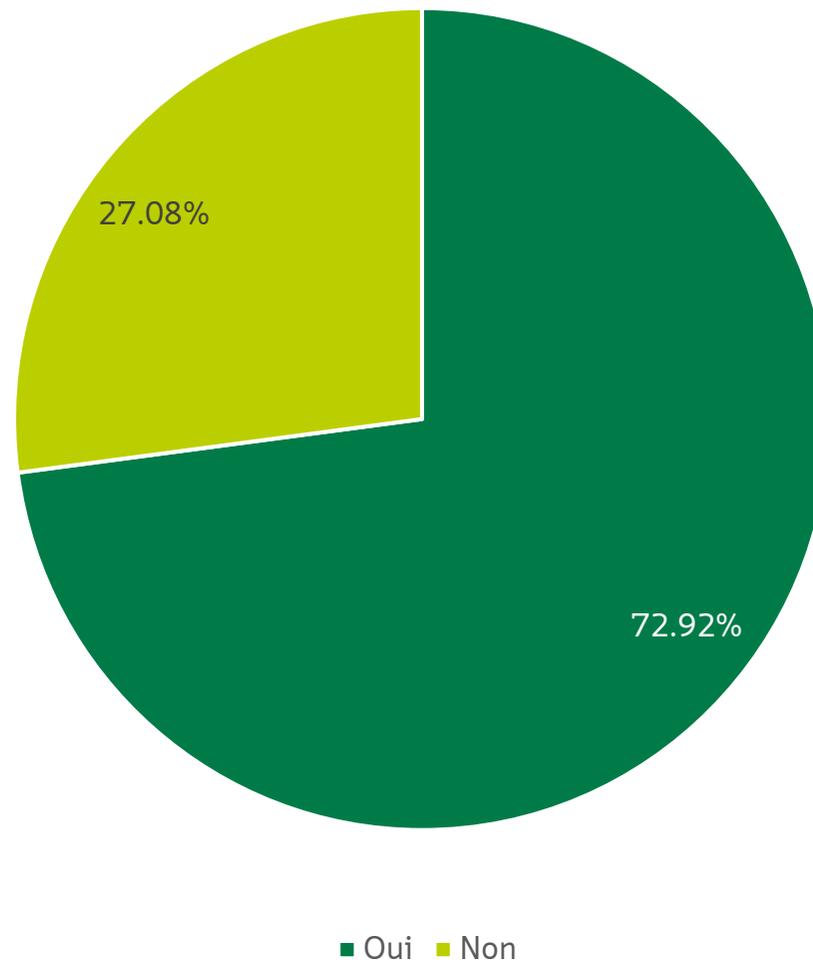


Figure 18 : la communication était-elle suffisante ?

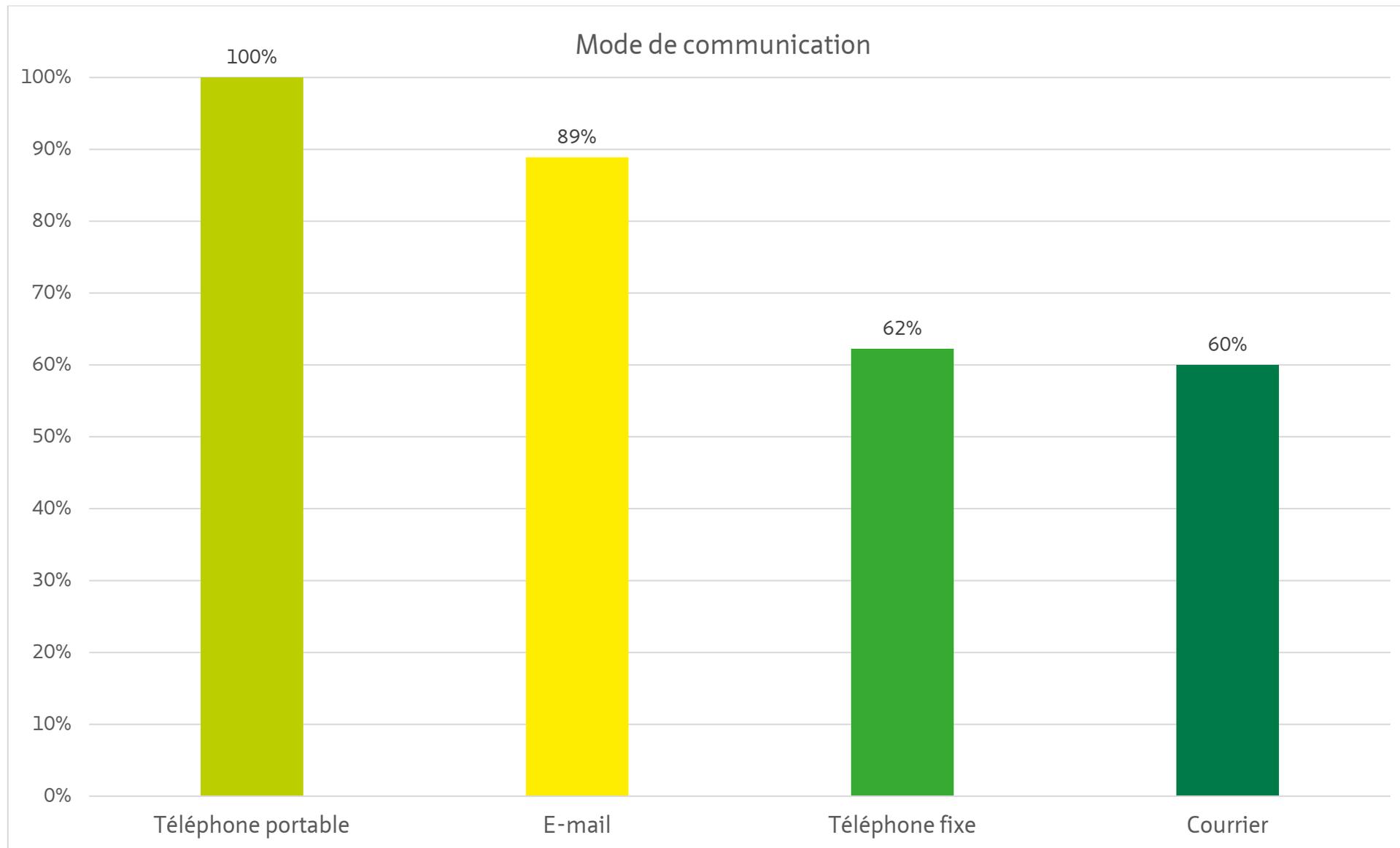


Figure 19 : au quotidien, quels modes de communication utilisez-vous ?

Vous sentez-vous à l'aise avec les nouvelles technologies ?

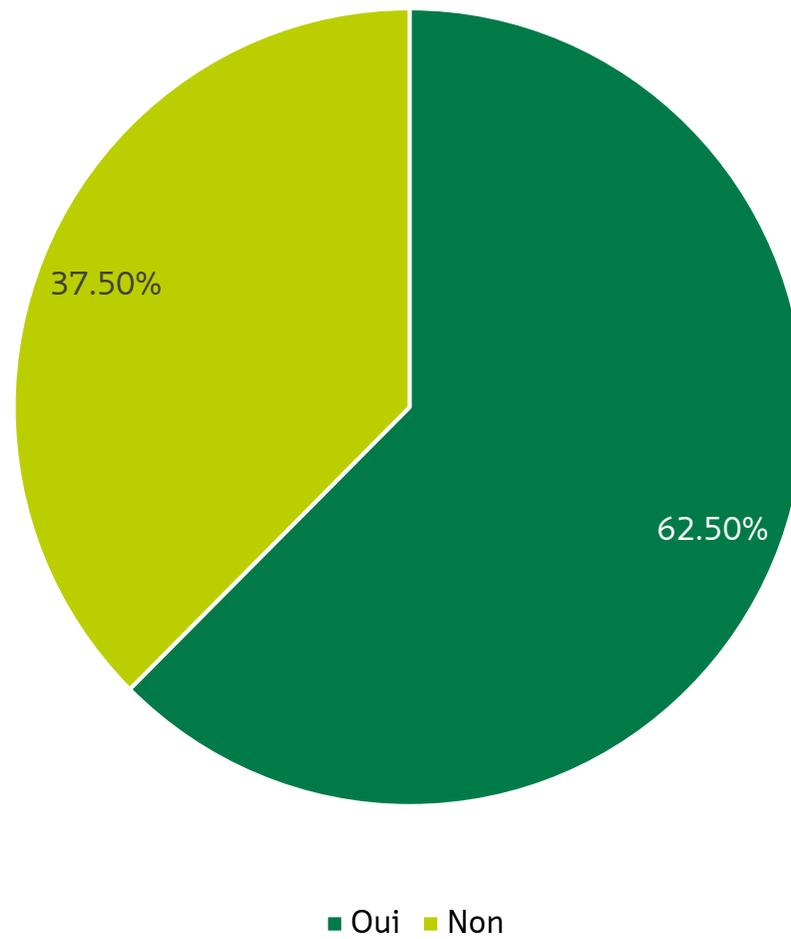


Figure 20 : vous sentez-vous à l'aise avec les nouvelles technologies ?

Genre

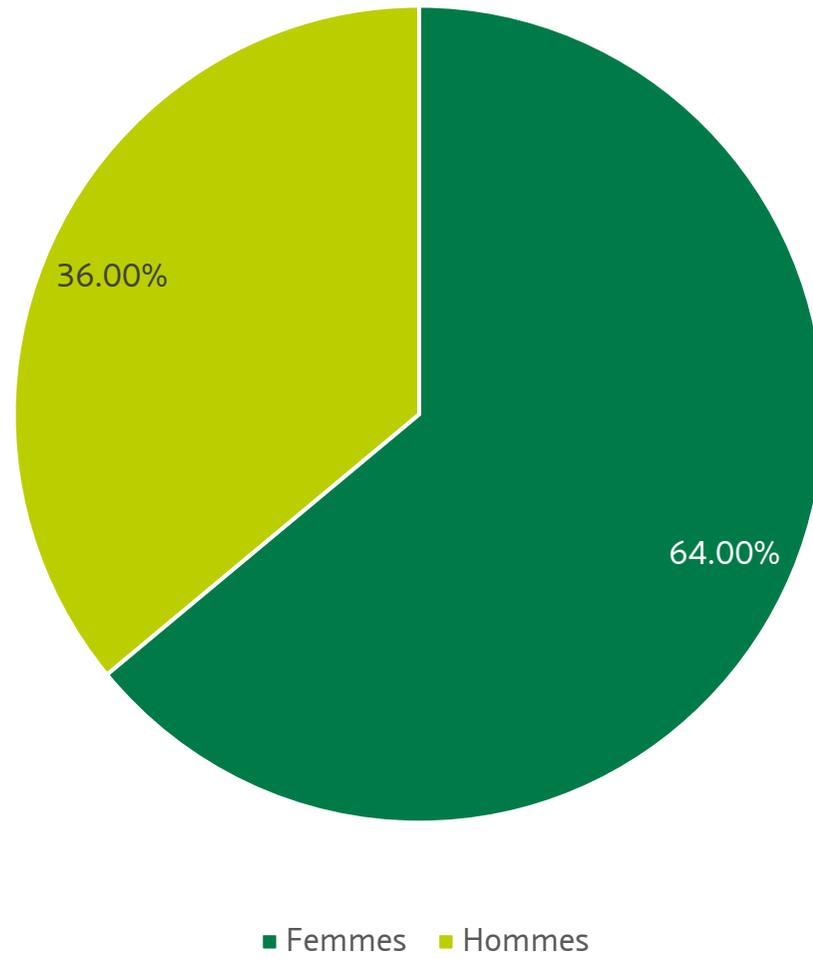


Figure 21 : genre

Tranche d'âge des répondant·es

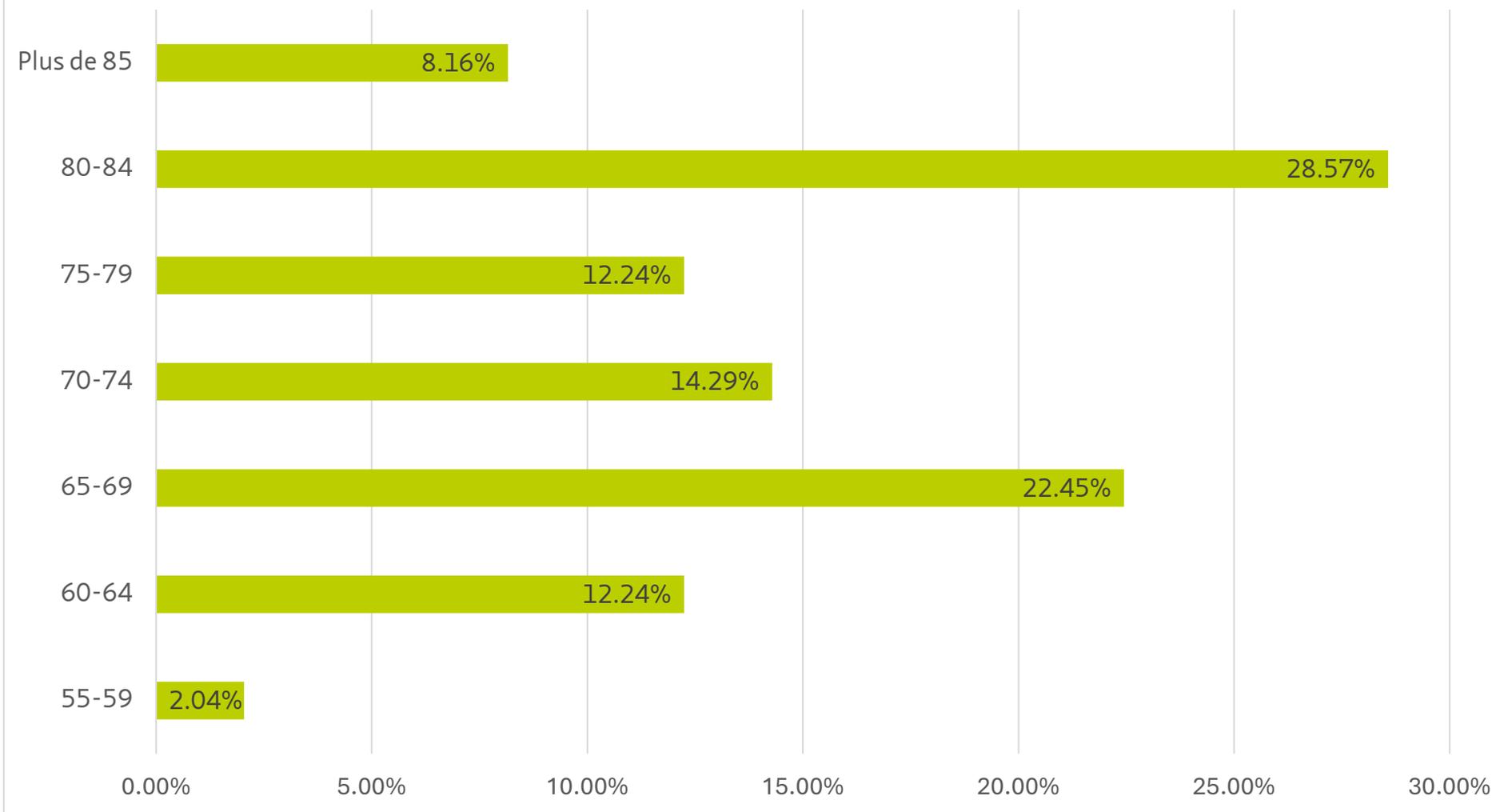


Figure 22 : catégorie d'âges

Constitution du ménage

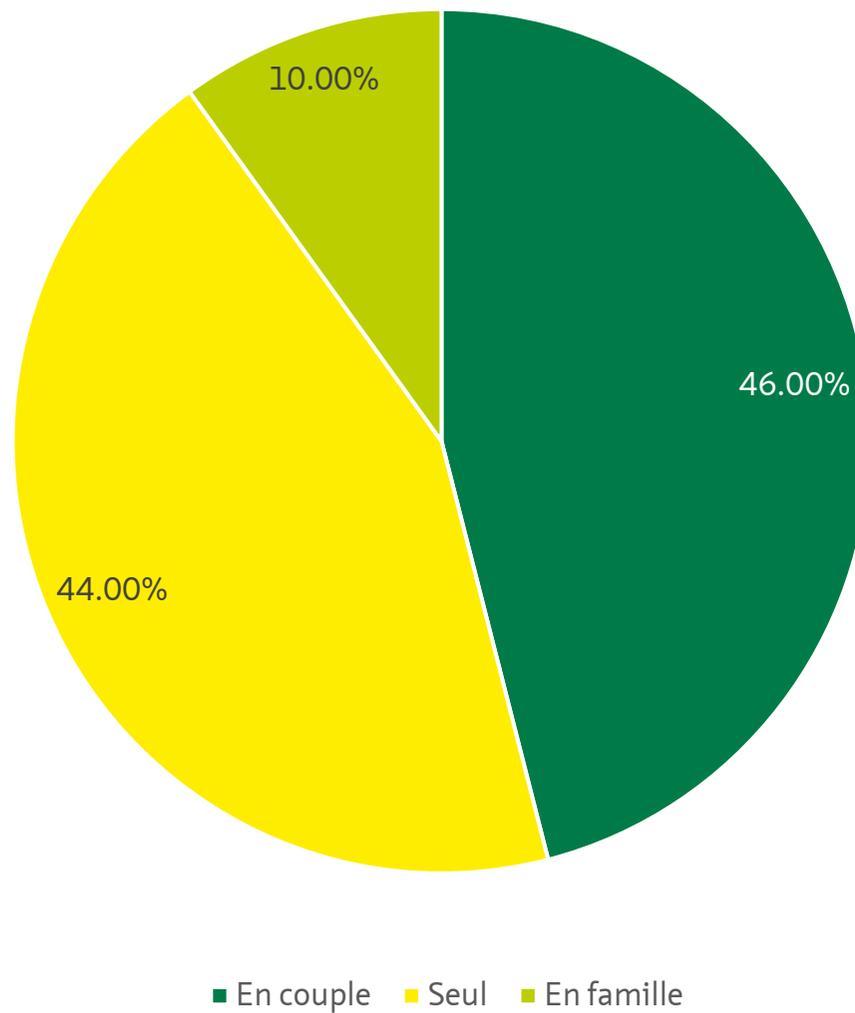


Figure 23 : constitution du ménage

Activité professionnelle

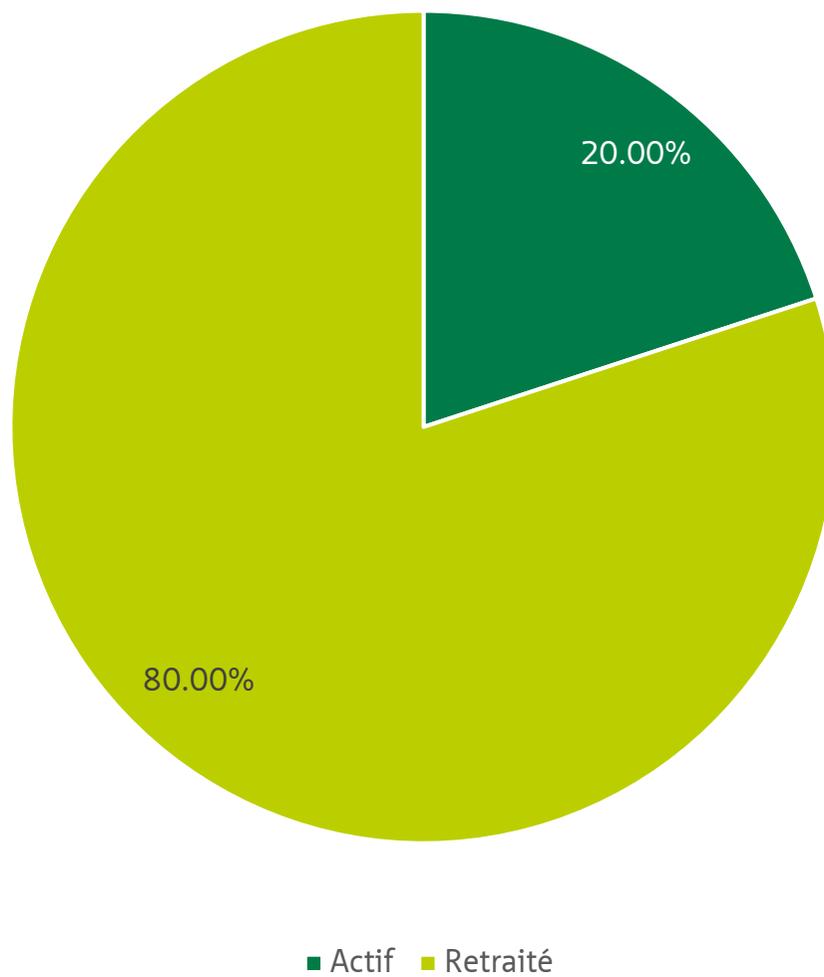


Figure 24 : activité professionnelle

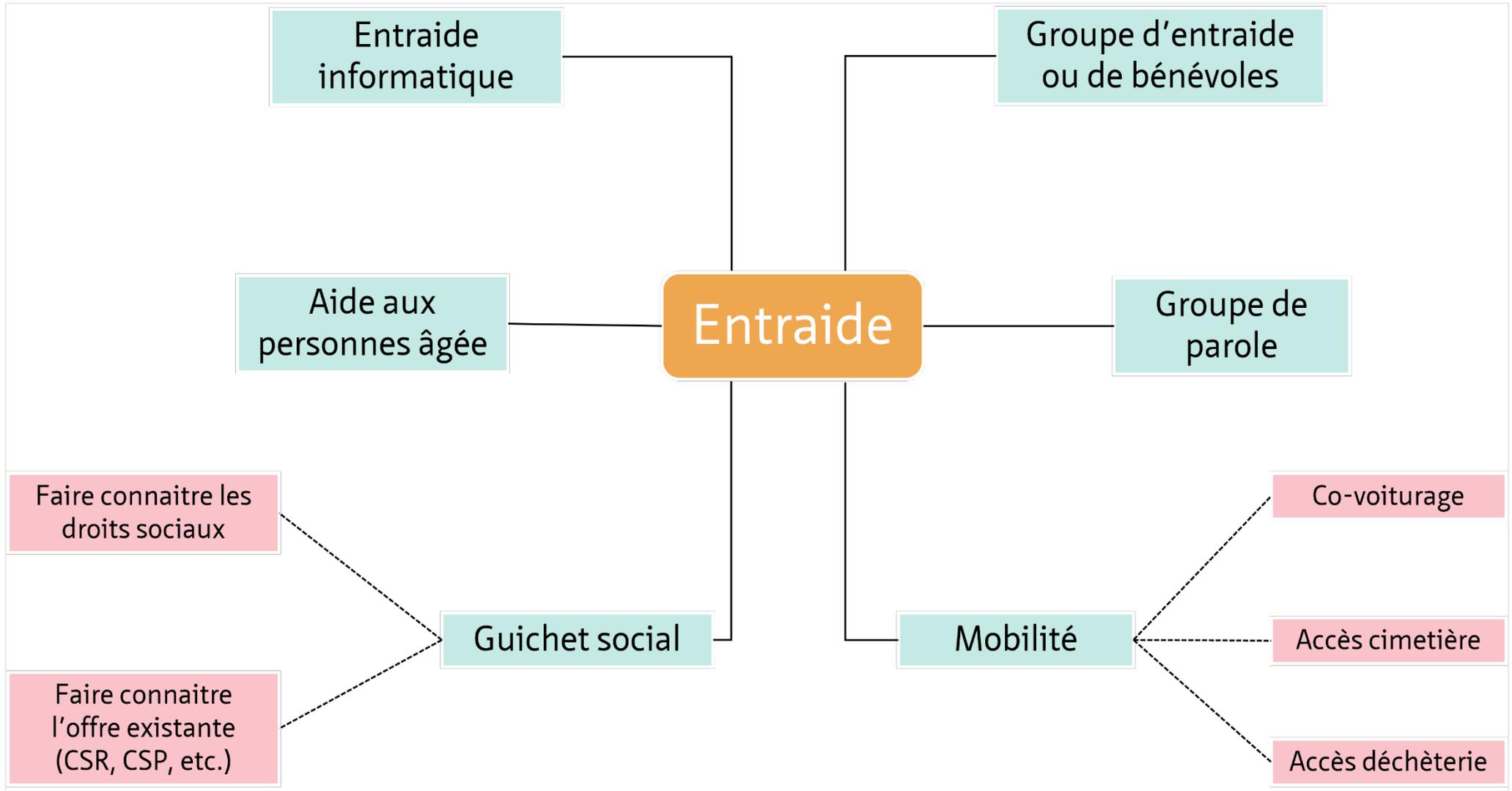


Figure 25 : Mindmap thème Entraide

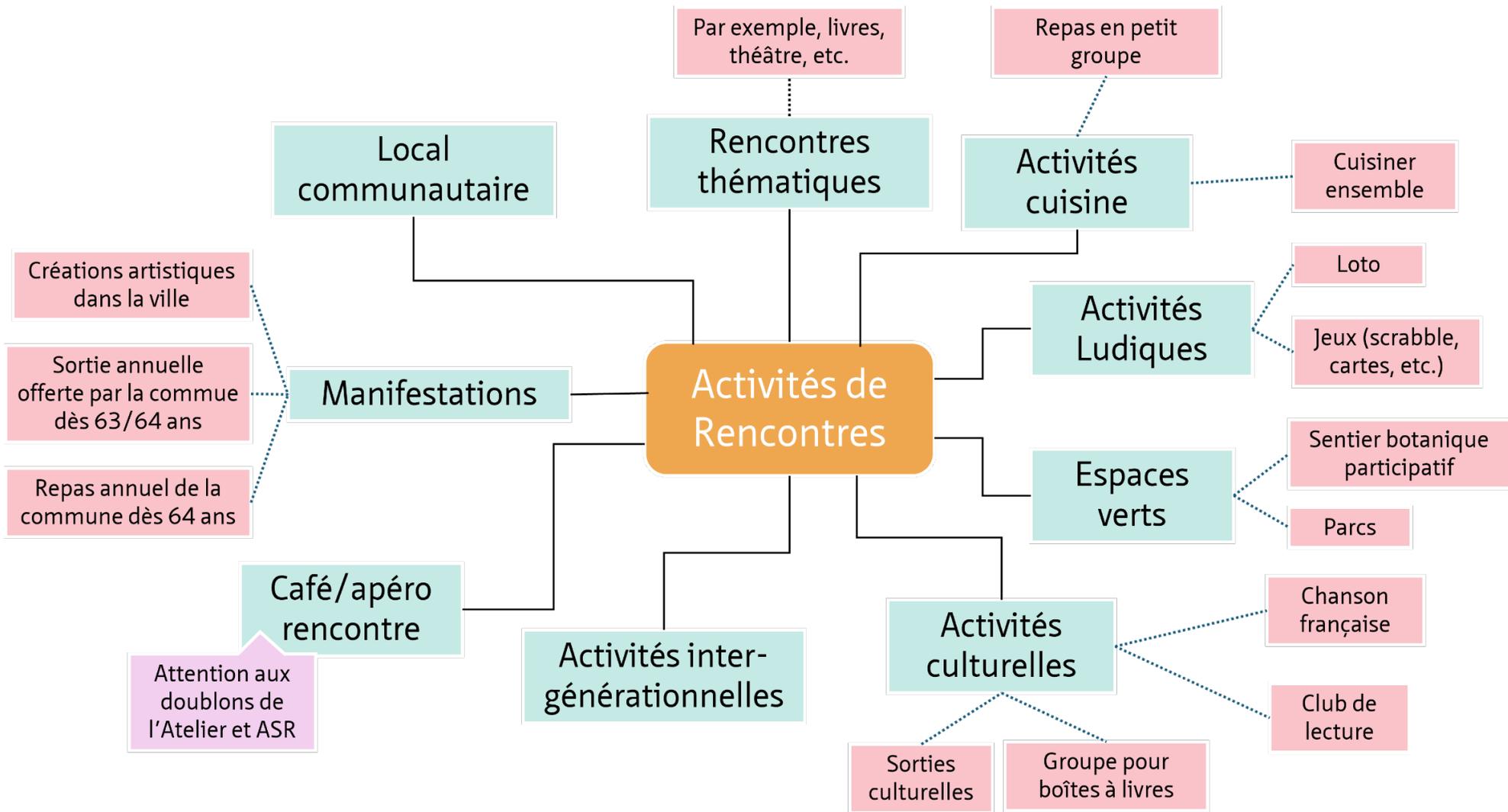


Figure 26 : Mindmap thème Activités de rencontres

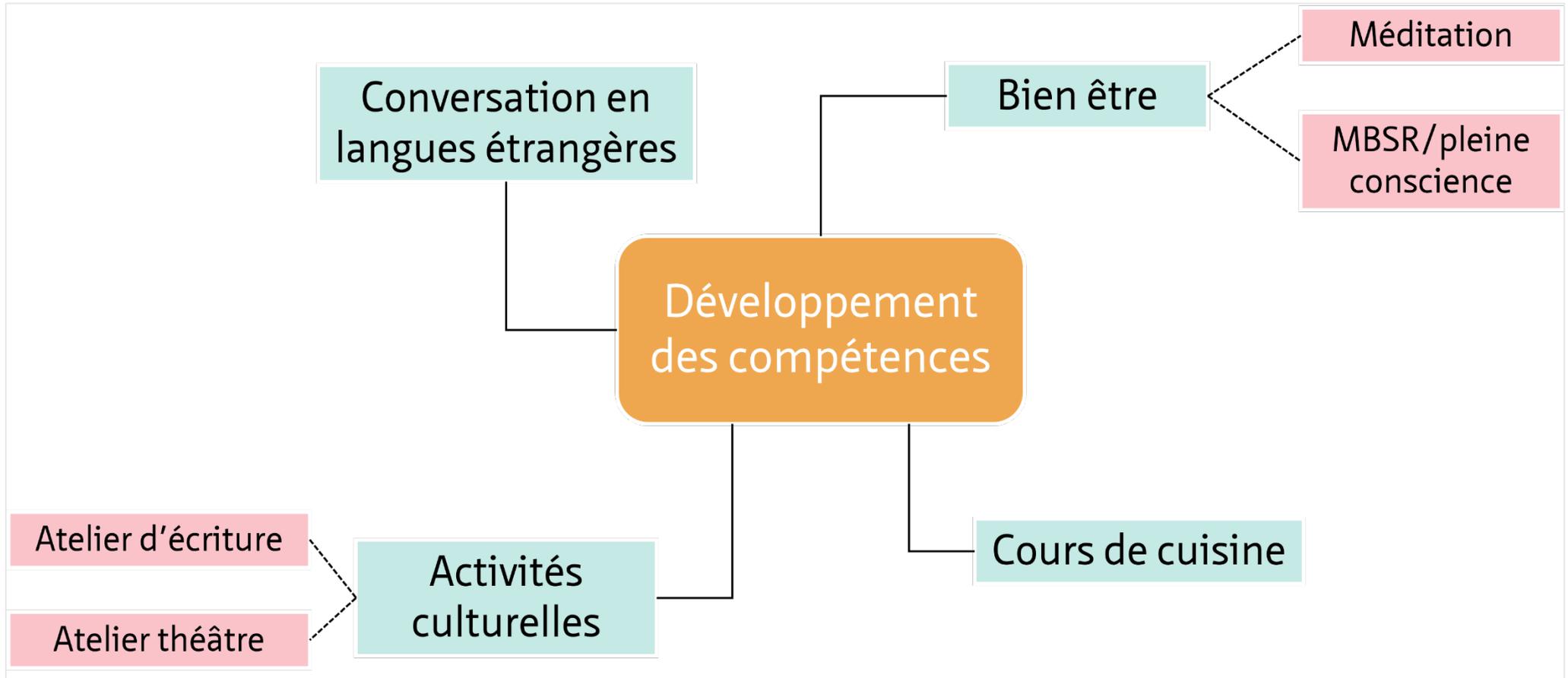


Figure 27 : Mindmap thème Développement des compétences

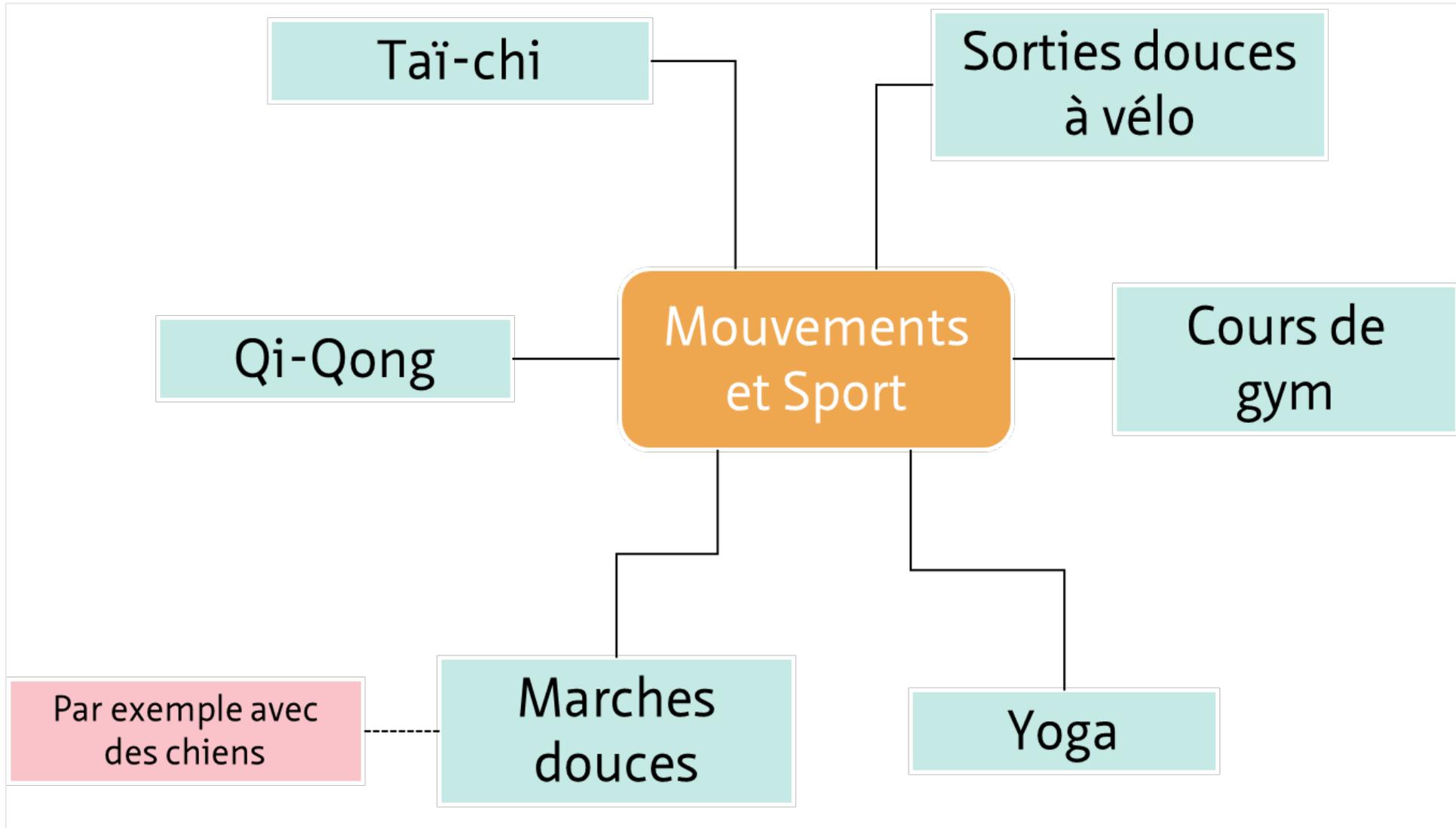


Figure 28 : Mindmap thème Mouvements et Sport

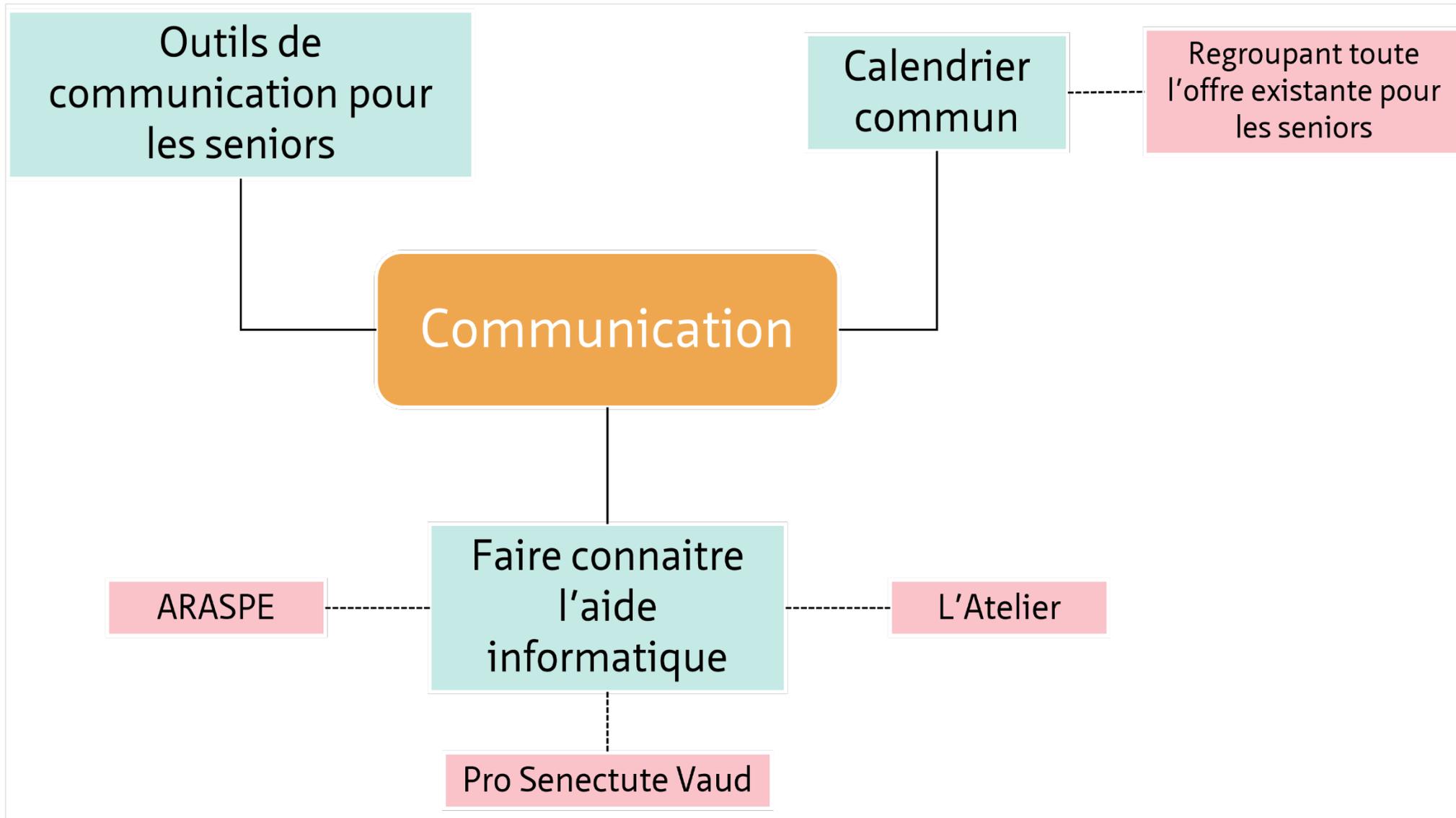


Figure 29 : Mindmap thème Communication

Sport et mouvement	Rencontres et développement de compétences	Communication	Entraide
Yoga Prioritaire 12 M'impliquer 3	Conversation en langues étrangères Prioritaire 17 M'impliquer 3	Outils de communication pour les seniors Prioritaire 6 M'impliquer 1	Aide informatique Prioritaire 11 M'impliquer 7
Tai-Chi* Prioritaire 15 M'impliquer 0	Cours de cuisine* Prioritaire 10 M'impliquer 1	Calendrier commun pour les seniors Prioritaire 21 M'impliquer 3	Groupe d'entraide ou de bénévoles Prioritaire 5 M'impliquer 7
Qi-Qong* Prioritaire 8 M'impliquer 1	Repas en petit groupe* Prioritaire 5 M'impliquer 2		Mobilité Prioritaire 19 M'impliquer 7
Marches douces Prioritaire 23 M'impliquer 3	Cuisiner ensemble* Prioritaire 10 M'impliquer 4		
Sorties douces à vélo Prioritaire 16 M'impliquer 5	Activités autour de la chanson française Prioritaire 7 M'impliquer 4		
	Sorties culturelles Prioritaire 15 M'impliquer 3		
	MBSR/pleine conscience Prioritaire 11 M'impliquer 0		

* Activités qui sont potentiellement à regrouper

Figure 30 : liste des activités plébiscitées lors du forum diagnostic du 1^{er} mars 2025