



## Deux salles de sport dans une résidence

Le constructeur Trianon résidences a innové dans le nouveau quartier des Prés du moulin à Pfastatt : à sa dernière réalisation, il a intégré deux salles de sport, dont il a financé l'équipement, pour faciliter le lien social et le bien-être des habitants.



Anne Wintenberger, présidente du groupe Vivialys dont dépend Trianon résidences, n'a pas hésité à mouiller la chemise pour essayer la salle de fitness. Photo L'Alsace /Photo L'Alsace

« Comment faire d'un appartement un choix véritable et comment faire pour que mon habitat contribue à mon bien-être ? », s'est demandé Cédric Simonin quand il a rejoint, en 2013, Trianon résidences dont il est devenu le PDG.

Deux axes se sont ainsi fait jour : l'environnement et l'individu et sa santé. Pour créer du lien social dans la résidence Plénitude que le bâtisseur vient de terminer à Pfastatt dans le nouveau quartier des Prés du moulin, car « il ne se fait pas tout seul, il faut le provoquer par des rencontres », la décision a été prise d'intégrer deux salles de sport de 25 m<sup>2</sup> chacune, ornées de citations qui invitent à la décontraction, accessibles gratuitement aux résidents 24 h sur 24 (et seulement à eux).

Une salle de fitness et une salle zen



La salle de fitness a trouvé place au premier étage. Sécurisée, elle est équipée de quatre appareils acquis auprès de Decathlon à Wittenheim : un rameur, un tapis de course, un vélo et un vélo elliptique. La salle zen, un étage plus haut, est dédiée aux pratiques douces telles que le yoga, le chi qong, le taï-chi ou toute autre discipline qui permet de se ressourcer.

Un partenariat a été noué avec l'association Siel bleu pour animer ces espaces communs. Un de ses professeurs donnera une heure de cours collectif hebdomadaire, aux frais du bâtisseur, pendant un an.

Les activités se feront « à la carte. Les résidents pourront faire ce qu'ils ont envie de faire et de découvrir », a annoncé Jean-Daniel Muller, responsable de Siel bleu, qui intervient dans de nombreuses structures de sport adapté, dont des établissements pour personnes âgées dépendantes. L'horaire sera également défini en fonction des besoins, pour favoriser une pratique régulière, aide précieuse au maintien en forme. « [Les appareils] ne font pas de bruit, je craignais cela. C'est le top ! », s'est réjouie Marie, une propriétaire.

« Mixité sociale à deux temps »

Cédric Simonin vise « essentiellement deux types de personnes : les femmes seules avec enfant qui ont peu de temps pour soi et les seniors » qui pourront se rencontrer au cours des exercices en commun, se connaître et, pourquoi pas, se rendre de petits services les uns aux autres, créant ainsi du lien social.

Autre aspect pour tenir compte du bien-être des habitants de ces 19 logements : un bâtiment sain, construit avec des matériaux naturels et respectueux de l'environnement et une œuvre d'art qui décore l'entrée. L'architecte de Ligne bleue Pierre Gouvenec s'est félicité de « l'esprit d'échange » qui a présidé à la réalisation du bâtiment et le maire, Francis Hillmeyer, s'est réjoui de la « mixité sociale à deux temps », le bâtiment jumeau voisin ayant été construit – sans salle de sport – pour un bailleur social.