



LAVIEILLESSE

Une ressource
pour la société

Avec les centres sociaux, fabriquer des possibles



Fédération des Centres sociaux et Socioculturels de France (FCSF)





LA VIEILLESSE

Une ressource
pour la société

Avec les centres sociaux, fabriquer des possibles

Sommaire

EDITORIAUX.....	5
-----------------	---

INTRODUCTION

Vieillir, une vie qui continue.....	8
-------------------------------------	---



CHAPITRE 1

Appréhender la question du vieillissement : regards anthropologiques et sociologiques	10
--	----

- De la difficulté à penser le vieillissement en Occident..... 11
- De la dissociation entre le social et le biologique..... 11
- De la prévention et de la (sur)protection..... 12
- Vieillissement réussi, vieillissement actif : de nouvelles approches..... 12
- Du lien social et intergénérationnel..... 13



CHAPITRE 2

La vieillesse comme ressource : rôle et plus value de la démarche centre social	14
--	----

- L'isolement relationnel : un défi à relever..... 15
- Le passage à la retraite et la construction d'un nouveau projet de vie..... 16
- L'importance de la démarche projet comme catalyseur d'énergie..... 17
- Aborder les enjeux de prévention selon les contextes territoriaux..... 18
- La place particulière des centres sociaux : regards de partenaires..... 22



CHAPITRE 3

Vieillissement et pratiques de centres sociaux : la fabrique des possibles au quotidien	26
--	----

- **Axe 1.** Se construire un nouveau projet de vie à l'arrivée à la retraite, être acteur, développer les liens sociaux..... 28
- **Axe 2.** Développer les échanges et solidarités entre les âges..... 37
- **Axe 3.** Aller vers ceux qui sont repliés sur eux-mêmes, lutter contre l'isolement social..... 46
- **Axe 4.** Agir sur les enjeux d'aménagement (habitat, cadre de vie, transport)..... 57
- **Axe 5.** Faire face à de nouveaux défis (numérique, précarité, accès aux droits)..... 64

CONCLUSION.....	76
-----------------	----

GLOSSAIRE.....	78
----------------	----

Éditoriaux

Le défi démographique auquel est confronté la société française ces 30 prochaines années nécessite de repenser la place des personnes retraitées dans la société, les politiques de prévention, et les relations entre les générations.

De nouvelles approches sont à développer fondées sur le **lien social comme facteur clé de prévention**.

Avant d'être un coût et un risque, le vieillissement peut être une ressource et une opportunité pour la personne, les territoires, et la société, et permettre à chacun, quel que soit son âge et ses fragilités, de rester acteur, de participer à la vie sociale.

La transition qu'est l'arrivée à la retraite constitue un moment privilégié pour permettre à la personne de se construire un nouveau statut, projet de vie. L'enjeu est d'accompagner les différentes transitions et de prévenir le plus en amont possible les ruptures liées à l'isolement social et au repli sur soi. Il est d'adapter la société à l'avancée en âge.

Pour cela les centres sociaux, qui sont des acteurs généralistes de l'animation de la vie sociale, contribuent, en partenariat décloisonné avec les acteurs spécialisés, à inventer au quotidien dans la proximité des territoires, de nouvelles réponses, à « **fabriquer des possibles** ».

Avec l'appui plus particulièrement des conventionnements nationaux liant la CNAV, la CCMSA et la FCSF, les centres sociaux ont depuis une dizaine d'années développé de nouvelles réponses sur les territoires. Le présent ouvrage capitalise ces pratiques significatives. Celles-ci ont fait l'objet d'une présentation lors d'un colloque national « développement social local et enjeux de prévention et solidarités entre les âges » organisé en 2015 à Paris. Il les remet en perspective par rapport à leur impact auprès des publics retraités et aux principaux enjeux de prévention pour ces prochaines années.

L'enjeu est de consolider et d'élargir les partenariats autour de ces nouvelles approches pour amplifier l'innovation sociale. Le rapprochement national en cours entre AG2R La Mondiale et AGIRC-ARRCO s'inscrit dans cette perspective. La mise en œuvre de la loi d'adaptation de la Société au Vieillissement votée en décembre 2015 peut être aussi une opportunité pour amplifier ces actions, et faire que le Vieillissement ne soit pas que l'affaire de spécialistes mais contribue à faire « cause commune » entre des habitants, associations, et les différentes politiques publiques. C'est le sens aussi de l'accord cadre pluri partenarial signé début 2017 entre la Fédération des Centres Sociaux, les différents ministères, la CNAV, la CCMSA, la CNAF et les associations d'élus, pour soutenir les centres sociaux dans leur action au quotidien de retissage du lien social et de la cohésion sociale.

Claudie Miller

Présidente de la Fédération des Centres sociaux
et Socioculturels de France [FCSF]

Pour accompagner les retraités à chaque âge, l'Assurance retraite et la MSA proposent en lien avec leurs partenaires interrégimes une offre en prévention centrée sur la préservation de leur autonomie. L'article 6 de la loi d'adaptation de la société au vieillissement du 28 décembre 2015 reconnaît les régimes de retraite comme des acteurs majeurs de la prévention de la perte d'autonomie, aux côtés d'autres partenaires comme les départements. Il consacre aussi l'approche interrégimes de l'action sociale, menée aujourd'hui par la Cnav, la MSA, la Sécurité sociale pour les indépendants et la CNRACL.

Cette reconnaissance trouve sa traduction très concrète dans la conclusion, avec l'État, d'une convention pluriannuelle fixant les principes et les objectifs d'une politique coordonnée d'action sociale, en vue de la préservation de l'autonomie des personnes âgées.

Centrée sur la préservation de l'autonomie, l'offre de prévention des régimes de retraite propose une réponse globale couvrant les différents champs du bien-vieillir à disposition des retraités comme des professionnels sur www.pourbienvieillir.fr :

- La prévention relative aux comportements et aux modes de vie (alimentation, sommeil, mobilité et prévention des chutes, aide à la vie quotidienne...),
- la lutte contre l'isolement, la solitude et la précarité,
- la prévention en lien avec l'environnement de la personne et, notamment, le logement.

Ces services sont organisés localement autour de trois niveaux d'intervention complémentaires :

- Informations et conseils pour bien vivre sa retraite
- Programme d'actions collectives de prévention à destination de publics ciblés sur l'ensemble du territoire pour favoriser la participation sociale et permettre d'adopter des comportements favorables
- Actions individuelles à destination des plus fragiles

Le lien social figure en première place des éléments protecteurs de la santé. En effet, l'isolement social est un facteur d'accélération de la perte d'autonomie des âgés et d'exclusion sous toutes ses formes. Le passage à la retraite qui marque le début d'une nouvelle période de vie peut augmenter le risque d'isolement notamment pour les plus fragiles. Aujourd'hui, la population des personnes en situation d'isolement relationnel est en effet composée à plus d'un quart (26%) par des personnes âgées de plus de 75 ans contre 23% en 2013. La politique de prévention des caisses de retraite doit donc mettre l'accent sur une offre qui favorise la participation des retraités à la vie sociale de la cité qui soit la plus intense possible pour prévenir le risque de perte d'autonomie associé.

Dans ce cadre, le partenariat avec la fédération des centres sociaux est une composante des politiques de prévention territorialisées. L'action des centres sociaux élaborée sur une pratique de développement social local contribue à la diffusion de valeurs intergénérationnelles et citoyennes favorisant ainsi le vivre ensemble.

La poursuite de ce partenariat est donc essentielle pour apporter des réponses adaptées, globales et coordonnées aux besoins des retraités ainsi que pour garantir le bien vivre ensemble.

Société de personnes à gouvernance paritaire et mutualiste, AG2R LA MONDIALE cultive un modèle de protection sociale unique, qui conjugue étroitement rentabilité et solidarité, performance et engagement sociétal. Il consacre ainsi, au titre de l'action sociale, près de 100 millions d'euros par an pour aider les personnes fragilisées et soutenir des initiatives collectives dans le domaine de la prévention santé, de l'habitat, du retour à l'emploi des personnes qui en sont le plus éloignées, et de l'aide aux aidants.

Depuis 2015, AG2R LA MONDIALE et la Fédération des centres sociaux de France ont tissé des liens trouvant leur source dans des valeurs communes fortes : une approche partagée en matière de prévention, la connaissance profonde des publics concernés, une politique volontariste de proximité et de maillage territorial, une démarche de développement social vers une société inclusive. Ces valeurs se concrétisent par un accompagnement quotidien au service des plus fragiles.

Les premières coopérations issues de la convention de partenariat signée entre AG2R LA MONDIALE (Direction Régionale Bretagne Pays de la Loire) et la Fédération des centres sociaux de Loire Atlantique ont porté sur :

- Le partenariat autour du projet d'intérêt national I-CARE, recherche sur l'impact des actions des centres sociaux sur l'avancée en âge et la perte d'autonomie, menée par l'Union Régionale des Centres Sociaux des Pays de la Loire ;
- La présentation des partenariats menés avec AG2R LA MONDIALE lors du colloque national « Prévention, Territoires et Solidarités entre les âges », organisé avec la CNAV et la CCMSA ;
- La recherche de synergies et complémentarités au niveau national et régional entre les équipes respectives d'AG2R LA MONDIALE et des fédérations des centres sociaux.

Le partenariat élaboré autour de ce guide est l'aboutissement des actions menées autour d'un double objectif commun. D'une part, développer des réponses territoriales adaptées aux nouveaux enjeux d'accompagnement du vieillissement et des solidarités entre les âges. D'autre part, imaginer des modes d'intervention s'appuyant sur le vieillissement comme ressource, sur le lien social comme facteur clé de prévention.

François Marie Geslin
AG2R LA MONDIALE
Membre du comité exécutif en charge de l'engagement sociétal

Introduction.

Vieillir, une vie qui continue

On pourrait entonner sur un air connu : « la vieillesse, ça n'existe pas ! ». Comment en effet, faire entrer dans une seule et même définition, un seul vocable, le jeune retraité actif et dynamique et la personne âgée dépendante, le couple de grands parents débordés et la veuve isolée, le retraité des villes et le retraité des champs éloigné de tous les services... ?

Mais le vieillissement, oui, ça existe. Les anglo-saxons parlent d'«ageing» qu'on pourrait traduire par « montée en âge » et qui concerne tout un chacun, confronté aux effets d'un temps qui passe inexorablement : l'accès à la retraite, le départ des enfants du cocon familial, le décès d'un conjoint, les marques progressives, plus ou moins prononcées, de l'usure d'un corps, la maladie, la perte de mobilité, la mémoire qui défaille et parfois –mais pas forcément– la dépendance.

La société, l'Etat-providence, ont depuis longtemps pris conscience de la nécessité d'assister la grande vieillesse, et de couvrir ce que l'on nomme parfois le « cinquième risque » celui de la dépendance. L'APA - l'Allocation Personnalisée d'Autonomie – et le réseau des EHPAD - Etablissements Hospitaliers pour Personnes Agées Dépendantes - ont été développés pour assurer les services nécessaires à tous ceux qui sont en perte d'autonomie. Les moyens sont loin d'être à la mesure des besoins, mais c'est un autre sujet.

Le meilleur remède à la maladie n'est-il pas la prévention ? Comment mieux faire face à la montée des besoins en soins et en services à domicile si ce n'est en maintenant les personnes en bonne santé, en préservant leur autonomie physique et mentale,

et en leur offrant les moyens d'une vie active enrichissante ?

Prévenir la perte d'autonomie c'est tout autant en réduire les causes. L'éloignement des services de proximité, le manque de moyens de transport, la perte des relations de voisinage sont le plus souvent le fait d'un monde qui n'a pas pris en compte les effets de son évolution sur des populations rendues plus fragiles par la montée en âge.

C'est au final considérer que le vieillissement n'est pas d'abord un risque mais une opportunité notamment lors de la transition qu'est l'arrivée à la retraite, pour se construire une nouvelle tranche de vie, être acteur différemment dans la société.

L'engagement des centres sociaux

Les centres sociaux et socioculturels ont depuis longtemps repéré sur leurs territoires la présence d'une population vieillissante importante. Beaucoup ont intégré ce public, nouveau, souvent plus exigeant, ou exprimant de nouvelles exigences, dans leur projet social, et dans leurs activités. Déjà en 2000, la Fédération nationale lançait son premier chantier sur le thème « renforcer les solidarités intergénérationnelles pour faire place aux personnes vieillissantes dans l'échange social », avec l'appui de la Fondation de France. En 2009, un protocole signé avec la CNAV inaugurerait un champ d'actions et de partenariats. Par ailleurs le partenariat avec la CCMSA favorisait le soutien aux projets de développement social local portés par les centres sociaux ruraux.

Les centres sociaux ont été nombreux à s'engager dans ce processus. Certains l'étaient dès l'origine.

Ils ont associé les retraités, nouveaux ou anciens, à leurs activités, traditionnelles ou créant de nouvelles animations à leur intention, le plus souvent à leur demande et suivant leurs propositions. Dans bien des cas, les retraités ne sont pas seulement devenus usagers, mais également acteurs bénévoles, animateurs d'ateliers, parfois administrateurs.

Aussi en 2012, la FCSF, en partenariat avec la CNAV et la CCMSA, a publié un document dans la collection Repères au titre évocateur : « Vieillesse comme charge ou vieillesse comme ressources ? ». Le dossier reste largement d'actualité. La réalité du vieillissement qu'il décrit, s'appuyant sur le regard de sociologues ou d'anthropologues, n'a pas changé. Le phénomène marqué par un accroissement du nombre de personnes âgées, lié aux progrès de la médecine et à une longévité accrue, s'est poursuivi. Il n'est pas nécessaire d'y revenir.

Ce qui change depuis 2012 c'est la prise en compte plus marquée des nécessités de la prévention. En décembre 2015, la « loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement » a clairement inscrit la prévention de la perte d'autonomie dans ses objectifs. Elle affiche une volonté politique de « changer le regard sur la vieillesse » et « d'envisager les personnes âgées dans leur diversité ».

En parallèle, la convention signée en 2009 avec la CNAV s'est vue complétée par des conventions régionales signées avec plusieurs CARSAT. Sur les territoires ruraux, la MSA s'est inscrite comme partenaire actif à travers le partenariat de proximité de ses équipes d'action sociale avec les centres sociaux et l'expérimentation de « chartes territoriales de solidarités avec les aînés ».

La loi de 2016 prévoit, outre de moyens accrus pour la prévention, la constitution de « Conférences départementales des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie », réunissant l'ensemble des acteurs : Conseils départementaux, ARS, Caisses de retraite, etc... Au plus proche des territoires et de leurs spécificités, les acteurs sont ainsi invités à établir un diagnostic à partir des besoins, « à recenser les initiatives locales et à définir un programme coordonné de financement des actions individuelles et collectives de prévention. »

Le maillage des 1200 Centres Sociaux adhérents à la FCSF trouve naturellement sa place dans ce développement, d'autant que dans sa circulaire de 2011, la CNAV indique « qu'afin de répondre à la solvabilisation des actions de prévention, la subvention annuelle pouvant être attribuée aux centres sociaux doit pouvoir s'inscrire dans le cadre d'un soutien financier programmé sur plusieurs exercices budgétaires ». L'évolution est importante pour les centres pour lesquels la pérennisation de ces actions nouvelles est souvent un problème.

Cette publication, aujourd'hui, propose de porter un regard sur le rôle et la plus-value de l'engagement des centres sociaux en matière d'accompagnement des transitions liées au vieillissement. L'approche centre social, fondée sur le développement social local et le pouvoir d'agir des personnes, considère la vieillesse comme une ressource. Les initiatives des centres sociaux relatées ici mettent en lumière la diversité et la richesse des réponses apportées aux défis que pose le vieillissement de la population, en même temps qu'elles contribuent à renouveler les politiques sociales.



1.

Appréhender la question du vieillissement

Regards anthropologiques et sociologiques



Reprise de l'intervention de **Bernadette Puijalon**, anthropologue à l'occasion du colloque « *Développement Social Local, enjeux de prévention et solidarités entre les âges sur les territoires* » organisé par la FCSF, la CCMSA et la CNAV fin 2015

De la difficulté à penser le vieillissement en Occident

Toutes les sociétés, actuellement, ont du mal à penser le vieillissement. La société occidentale n'échappe pas à cette difficulté. Il y a beaucoup d'éléments nouveaux, qui ne permettent plus d'avoir la même approche qu'il y a cinquante ou soixante ans. Abordons quelques-unes des raisons de cette difficulté : c'est d'abord un phénomène démographique relativement récent au regard de l'échelle de l'histoire de l'humanité. C'est ensuite un phénomène évolutif sur le plan national et mondial, qui s'ancre en Occident dans un héritage lourd, où l'on a toujours eu, majoritairement, une vision négative de l'avancée en âge. Il y avait une cohabitation entre les générations, mais elle ne se passait pas toujours bien. Parce que l'Occident voit principalement la vieillesse comme décrépitude. Si on vous demandait de faire une courbe du cycle de vie, vous feriez certainement une montée, suivie d'un plateau, suivi d'un déclin. Alors que d'autres sociétés comme par exemple des sociétés traditionnelles africaines - qu'il ne faut pas idéaliser - voyaient la vie comme une succession de paliers ascensionnels et faisaient du vieux l'homme accompli. Du vieux qui devenait sourd, on disait qu'il était tellement grand que la parole des plus jeunes n'arrivait plus jusqu'à lui.

Mais plus fondamentalement, pour comprendre la question du vieillir, pour comprendre le processus du vieillir, c'est la question du temps qu'il faut aborder. Notre société fait difficilement le lien entre le temps court qui s'accélère, que nous privilégions de plus en plus, et le temps long qui est de moins en moins prédictible. Or, vieillir s'inscrit dans le temps

long d'une vie et cela est très nouveau. Il faut réfléchir à deux temps, long et court. Donc il y a une difficulté collective à donner sens au vieillissement dans les sociétés où il est impératif de rester jeune pour pouvoir s'adapter à un monde qui technologiquement change plus vite que nous. Notre environnement vieillit plus vite que nous. Mais il y a là aussi un paradoxe : pour pouvoir sans cesse s'adapter, tout changer, tout rejouer dans sa vie, le corps doit rester à jamais jeune, apte, dynamique. Or, c'est impossible. L'homme est un irréversible incarné, comme le dit le philosophe Vladimir Jankélévitch. Nous pouvons aller et venir dans l'espace ; dans le temps il n'y a qu'un sens unique. L'homme est inscrit dans le temps. C'est une difficulté profonde et nouvelle que de réfléchir sur les vécus du temps. Le vécu du temps, dans la vieillesse est beaucoup plus compliqué qu'avoir un long passé et un petit avenir, nous vivons sur un feuilleté du temps.

De la dissociation entre le social et le biologique

Il a toujours été impossible de répondre à la question : à quel âge est-on vieux ? Historiquement, la vieillesse ne correspondait pas à un âge, mais à une situation où les incapacités physiques ne permettaient plus à l'individu de subvenir seul à ses besoins. On ne s'intéressait pas à l'âge chronologique, la plupart des gens ignoraient leur âge. Aujourd'hui, il y a dissociation : on est socialement vieux de plus en plus jeune : c'est le senior au travail. Alors qu'on est biologiquement vieux de plus en plus tard, la survie des handicaps a été retardée. Il y a dissociation là où avant il y avait unité. Et cette dissociation crée un



Chapitre 1

Appréhender la question du vieillissement

trouble, individuellement et socialement, parce que c'est un âge à redéfinir. Un âge où les injonctions paradoxales se renforcent : rester partie prenante de la société, tout en laissant la place aux générations qui vous suivent. Nous pourrions multiplier ces injonctions paradoxales. Retenons que l'âge chronologique est un indicateur, et non pas une cause pour mettre en place telle ou telle action. Il y a vraiment là aussi quelque chose à réinventer. La période est en effet trop longue pour être unique : vieillir, c'est un processus ; s'y mêlent de manière inextricable changement et continuité.

Vieillir, comme grandir, c'est ce qui ne cesse de se produire et qui pourtant ne se discerne pas au jour le jour. Chaque individu pense en termes de développement interne à sa situation, repère des polarités opposées, complémentaires. Bref, chacun dessine une configuration relativement insaisissable.

De la prévention et de la (sur)protection

Au niveau de la prévention, on est dans le registre de la vigilance et de l'adaptabilité. En repérant tel trait qui commence à s'amorcer, certains le redresseront en le tirant au clair, d'autres le laisseront dériver jusqu'à ce qu'il devienne ancré. Certains en déduiront une évolution à venir et se tourneront vers une nouvelle configuration, d'autres non. Chacun garde son intégrité, son libre arbitre. Il y a mouvance et on ne peut absolument pas être mis dans telle ou telle case. Ainsi, le vieillissement est un processus caractérisé par une plasticité : physiologique, psychologique et sociale. Les pratiques préventives interviennent pour stabiliser les involutions, pour favoriser des évolutions et pour prendre davantage en compte la notion de récupération.

La politique sociale vieillisse est encore construite sur des schémas du vieillissement hérités des années 1950. Il faut actualiser les représentations que l'on porte sur le vieillir, avec un travail de pionnier à faire dans cette quête de définition d'un

nouveau modèle de vieillissement, propre aux sociétés contemporaines, pour eux aujourd'hui, pour demain, après-demain.

On voit encore souvent la vieillesse comme une accumulation de maladies : c'est le modèle pathologique. Dans ce cas-là, on va mettre des actions dans le registre du curatif, on va se tourner principalement vers les médecins, centrant beaucoup trop, selon moi, la prévention sur le registre de la santé. Ou alors, la vieillesse va être appréhendée comme une accumulation de déficits : on ne peut plus faire ceci, cela, on est sur les pertes, avec des mesures palliatives.

Pire, la protection, la surprotection, au fur et à mesure que l'on avance en âge, peuvent dériver carrément sur une logique dévastatrice, avec la vieillesse vue comme un retour en enfance. Non, les parents ne deviennent pas les enfants que l'on a sur le tard, comme on l'entend trop souvent dire.

Vieillissement réussi, vieillissement actif : de nouvelles approches

Pour renouveler les approches, voici déjà deux thèmes qui peuvent être éclairants.

Le premier est celui du vieillissement réussi. Le terme est traduit de l'anglais : « *successful aging* ». Il n'a pas exactement le même sens sémantiquement. Celui-ci remet en cause les modèles que je vous ai présentés auparavant. On considère les individus, qui à un âge avancé, gardent l'ensemble de leurs fonctions physiologiques dans un état satisfaisant, malgré l'existence de pathologies. On laisse enfin tomber cette opposition inepte entre vieillissement normal et vieillissement pathologique. Ou encore les individus qui ont des fonctions moins bonnes mais qui vont les améliorer, avec une possibilité de récupération. Bien vieillir dans ce cas-là, devient un verbe d'action, même si sémantiquement ce n'est pas complètement adapté car qui dit vieillissement réussi, sous-entend vieillissement raté. Qui dit bien vieillir sous-entend mal vieillir, sachant que dans notre société, bien vieillir, c'est ne pas vieillir.

Le deuxième, c'est la notion de vieillissement actif que l'Europe a cherché à promouvoir en 2012. La notion de vieillissement actif, bien développée théoriquement, est une notion anglo-saxonne : « *acting aging* ». Elle consiste à optimiser les possibilités de bonne santé et de participation afin d'accroître la qualité de vie au cours de l'avancée en âge. On ne parle plus des problèmes du vieillissement mais du défi du vieillissement pour que chacun redécouvre les aspects positifs que représente la chance de vieillir, parce que l'alternative, c'est mourir. S'il fallait définir le fondement philosophique de la notion de vieillissement actif, je dirai qu'on ne se fonde plus sur les besoins mais sur les droits des personnes. Droits à l'égalité des traitements. Et qui dit droits dit aussi devoirs, qui sont très importants quand on vieillit, on reste citoyen. En Europe, en 1993, il y avait déjà une « année des personnes âgées ». Lorsqu'on passe au vieillissement actif, on ne cible plus des personnes mais un processus. Le vieillissement est commun à l'ensemble des âges et toutes les générations sont concernées. D'où l'importance de l'engagement des individus, de la prise en compte de la parole, et quand on travaille sur l'autonomie, non pas au sens de faire seul les actes de la vie quotidienne, mais au sens de fixer sa propre loi. Ce qui est à prendre en compte précisément, c'est la parole des individus. Seul celui qui s'obstine à formuler son vécu, à le mettre en forme et le communiquer, est sujet, seul celui-là prend sa vie en main et bâtit un savoir vivre plus efficace que n'importe quel dispositif institué de gestion.

Il est important de noter ici que l'apprentissage n'est pas réservé à l'enfance ou à la jeunesse, on apprend tout au long de la vie. Il y a des apprentissages techniques et il y a des apprentissages de vie. Les vieux n'ont pas l'expérience du vieillir, c'est une découverte qu'ils font au jour le jour. Et souvent ils sont accompagnés dans cette expérience, dans cet apprentissage, par des plus jeunes qui n'ont pas l'expérience du vieillir, et cela, ça pose problème, d'où l'importance de la parole, d'où l'importance d'initiatives comme les cafés seniors.

Du lien social et intergénérationnel

Je voudrais revenir sur le lien social et sur les relations entre générations. Les sociétés occidentales pratiquent une ségrégation des âges sans équivalent dans l'histoire. On ne sépare plus les sexes - école de filles et école de garçons - mais en dehors de la sphère familiale, jeunes et vieux ne se rencontrent plus. Il existe des départements, des villes, des quartiers vieux et d'autres jeunes. L'harmonie des âges qui s'entrelacent dans un espace commun est rompue et c'est relativement nouveau. Pour lutter contre l'apartheid des âges, il devient urgent de repenser les termes des échanges entre les générations et de donner un rôle social aux plus âgés. Sur le plan politique on a produit la « Silver économie », avec l'idée que les vieux ne font pas que coûter, ils rapportent. C'est un angle d'attaque extrêmement insuffisant, parce que dans une logique économique, le lien est hypothétique, on fait ou on ne fait pas affaire, et il est momentané, c'est-à-dire qu'il ne dure pas. On ne peut pas penser le lien social en se fondant sur l'économique. La Silver économie est un piège, c'est une dérive.

Autre point à retenir, il n'y a pas de lien entre la représentation qu'une société a d'un des âges de la vie et le traitement qu'elle lui réserve. Ainsi, notre société chante la jeunesse, il faut rester jeune, mais elle donne des conditions de vie économiquement dures à ces jeunes. Notre société dit qu'il ne faut pas vieillir, mais économiquement, et ça ne va forcément pas durer, nous n'avons jamais fait autant pour cette catégorie d'âge. Je parlais de l'Afrique : ces sociétés n'ont pas les moyens économiques de soutenir leurs vieux. Il faut penser le lien social en voyant les paradoxes et les contradictions entre les différentes sphères que l'on considère.

Il y a ce que les personnes font pour elles-mêmes, et il y a aussi ce qu'elles font pour les autres. On se tourne alors vers la vie associative et vers les notions d'expériences et de transmission. Les relations entre générations dans la sphère privée comme dans la sphère publique, dans aucune société, dans aucune culture, à aucun moment de l'histoire, ne se font spontanément harmonieuses.



2.

La vieillesse comme ressource

Rôle et plus value
la démarche centre social





Le vieillissement de la population est l'un des grands défis du XXI^{ème} siècle. Les centres sociaux et socioculturels, qui représentent un réseau d'environ 2000 équipements de proximité agréés par la Caisse Nationale d'Allocations Familiales au titre de l'animation de la vie sociale, se trouvent eux aussi impactés par cette nouvelle réalité. Aujourd'hui, ils apportent un mode d'intervention spécifique et original, fondé sur une prise en compte globale de la personne retraitée dans son parcours de vie, son environnement familial et social. Ainsi, la mobilisation des potentiels des seniors, afin qu'ils soient acteurs de la vie sociale sur leur territoire et cela toute leur vie, est une condition sine qua non d'un processus basé sur la volonté de développer du lien social intergénérationnel au service du vivre ensemble. C'est dans une approche territoriale, basée sur un diagnostic partagé des besoins, que de nouvelles réponses collectives sont inventées.

En agissant en termes de développement social territorial, et selon la conception de l'animation globale, les centres sociaux se sont engagés dans la construction de nouvelles coopérations pour imaginer ensemble de nouvelles réponses en considérant le pouvoir d'agir de cette partie de la population.

L'isolement relationnel : un défi à relever

Concernant l'isolement social, il convient, aujourd'hui, d'examiner l'articulation entre ce qui lie et délie les relations sociales sur les territoires. Il y a donc nécessité de favoriser des relations intergénérationnelles sur les territoires afin de créer les conditions pour redonner de la cohésion sociale en favorisant la mixité des âges à partir de projets innovants et inclusifs. Nous savons tous aujourd'hui que les ruptures de liens sociaux peuvent avoir des conséquences irréversibles pour les retraités les plus fragilisés, et l'épisode caniculaire de 2003 prouve l'importance du réseau de solidarité de proximité.



Chapitre 2

La vieillesse comme ressource

L'isolement social est difficile à définir, il est préférable de parler d'isolement relationnel.

Sont considérées comme étant en situation d'isolement relationnel les personnes qui n'ont pas ou peu de relations sociales au sein des 5 réseaux sociaux suivants : réseau familial, professionnel, amical, affinitaire et territorial.

La solitude sociale désigne le sentiment d'insatisfaction face à la qualité des contacts sociaux. Tout changement provoquant une réduction des contacts sociaux avec les êtres chers, comme la retraite, la maladie, le décès d'un membre de la famille, d'un ami ou un déménagement subi, peut faire augmenter le niveau de solitude. Les ruptures de liens so-

ciaux peuvent avoir des conséquences irréversibles : le repli sur soi, une vulnérabilité psycho-sociale potentielle liée à l'absence ou au nombre restreint de contacts interpersonnels avec des personnes extérieures, une incapacité des personnes âgées à faire face au vieillissement lorsqu'elles qu'elles vivent seules sans environnement familial ou social.

Le passage à la retraite et la construction d'un nouveau projet de vie

Concernant le passage à la retraite, il s'agit d'un moment difficile à gérer pour les retraités même s'il

« Ce qui est bien dans le centre social c'est qu'on peut « s'accrocher » où on veut

Paroles de personnes retraitées, issues d'une démarche d'expression collective animée en 2015 par le réseau fédéral en Ile de France

Comment vivez-vous votre retraite ?

... « Vieillir c'est d'abord les autres qui nous le font remarquer, quand par exemple un jeune se lève pour nous laisser sa place dans les transports en commun. Ce sont les autres qui nous disent qu'on est vieux avant qu'on le pense et qu'on le ressent plus tard dans son corps ».

... « On nous demande de rentrer dans des petites cases. Il y a la case « personne âgée », mais on ne réveille pas un matin en se disant qu'on est

vieux. C'est vrai qu'il y a des moments, quand par exemple on court derrière l'autobus, où on se rend compte qu'on va moins vite. Mais on n'est pas vieux dans notre tête. Il y a aussi la case « retraitée » : ça fait un coup, parce que c'est un mot qui dit un manque, moi je suis encore très fière de mon métier, de cette expérience accumulée pendant 40 ans. Et puis plus rien... Je ne peux pas transmettre. Je ne suis plus active. Cette étiquette de « retraitée » elle n'est pas facile à vivre non plus ».

Comment s'est passé ce passage à la retraite ?

... « Pendant le temps de la vie active, on est reconnu, défini en fonction du métier que nous exerçons. A la retraite, on est encore un peu défini par ce qu'on a fait, mais ce qui semble surtout important c'est être reconnu pour ce qu'on est plus que pour ce qu'on sait faire ».

Quelles relations avec les autres générations ?

... « En tant que retraitée je n'ai pas envie de me retrouver qu'avec des retraités, j'ai

a été préparé. Cette période doit être propice à la construction d'un nouveau projet de vie et, en particulier, à s'organiser pour maintenir ou recréer des relations sociales. A terme, les actions développées doivent permettre - particulièrement au moment clé que constitue la transition de l'arrivée à la retraite - de se reconstruire de nouveaux repères sociaux, un nouveau projet de vie, retrouver un but et une utilité sociale au sein d'un groupe de population. Cette appartenance à un réseau permet non seulement de sortir les retraités de l'isolement social mais aussi de recréer sur les territoires du lien et d'apporter des réponses utiles (expérience, transmission de savoir-faire, culture, code du vivre-ensemble) à l'en-

semble de la population quelle que soit sa génération d'appartenance. Ces actions contribuent à changer la représentation des aînés sur les territoires en considérant la vieillesse non pas comme une charge (prisme souvent réducteur de la place de la dépendance) mais bien comme une ressource (en terme de transmission des savoirs, d'énergie à donner, et de citoyens engagés, etc.).

L'importance de la démarche projet comme catalyseur d'énergie

Le centre social et socioculturel est un équipement de proximité, qui de par ses missions, son

vraiment besoin de me retrouver avec toutes les autres générations. Les relations avec les jeunes me nourrissent, me fortifient. Avec ma petite fille par exemple : je suis disponible quand elle sort du collège, cette disponibilité lui ouvre un dialogue avec moi qu'elle n'a pas avec ses parents, qui courent tout le temps. Et moi je ressors riche de cette confrontation avec elle. Les enfants, parce qu'on est disponible, nous regardent avec des yeux en se disant « elle va pouvoir nous donner quelque chose », ce qui n'est pas toujours le cas de ceux qui sont dans la vie active, qui courent tout le temps. Vis-à-vis de ces derniers, on a parfois le sentiment de les encombrer car on n'est pas au même rythme. J'ai pris aussi conscience que

le travail ça me protégeait. Maintenant que je n'ai plus d'activité, j'ai beaucoup de demandes pour m'occuper de mes parents ou de mes enfants et petits - enfants. Et ils ne comprennent pas forcément quand je dis non ».

Etre utile c'est important ?

... « Trouver sa place, ce n'est pas donné. D'un seul coup on se sent éjecté de la vie active, ce n'est pas facile de trouver comment être utile, et pourtant on en a besoin. Je sais que quand j'ai des choses à faire pour les autres, je ne suis pas fatigué, je n'ai pas mal à la hanche. C'est bon pour la santé d'être utile ! Ce n'est pas facile d'être utile car ceux qui sont dans la vie active ils « tournent » à toute vitesse. Et puis il y a ceux qui vont

vers moi mais ils ont plutôt tendance à me protéger. Ils me disent « prends du temps pour toi » sans se rendre compte que cette protection n'est pas bonne. J'ai besoin d'être utile. Pour trouver cette utilité, le centre social m'a beaucoup aidé. Ce qui est bien dans le centre social c'est qu'on peut « s'accrocher où on veut » : ... en rangeant des chaises, en faisant des choses ensemble, en préparant le repas d'une table d'hôte, ... On a le temps de construire la confiance en soi, prendre des initiatives, participer à des décisions. Il y a pleins d'accroches possibles dans le centre social pour reconstruire ce lien social au moment de la retraite. Car il faut être conscient qu'à la retraite, il faut tout reconstruire ».



Chapitre 2

La vieillesse comme ressource



«Bien vieillir et être en bonne santé n'a de sens pour les seniors que s'ils sont en relation avec les autres. Les liens sociaux jouent un rôle majeur dans le bien-vieillir et dans l'éloignement de la perte d'autonomie. Le lien social est le plus efficace des médicaments !»

• **Serge Guérin**, Sociologue

agrément par les CAF dans le champ de l'animation de la vie sociale, porte un projet d'animation globale visant la mixité sociale, culturelle, inter-générationnelle.

Il met en œuvre une démarche d'animation territoriale qui prend en compte la diversité des publics retraités ou futurs retraités, et de leurs besoins, pour construire un projet local favorisant les solidarités entre les âges, l'inclusion et de la cohésion sociale. Celle-ci, permet de mobiliser les habitants, notamment les publics les plus éloignés, en construisant un projet sur mesure, « tout terrain », adapté aux réalités locales de ces territoires urbains, ruraux, ou péri-urbains.

La démarche de « développement social local », portée par les centres sociaux, respectueuse des personnes comme des citoyens affirmés, permet de :

- Aller vers et d'accueillir les habitants retraités au quotidien durant l'année dans un lieu non stigmatisé « personnes âgées »,
- Mobiliser les habitants retraités eux-mêmes, à partir de leurs savoir-faire, potentialités et désirs,
- Mettre en œuvre une fonction de diagnostic, d'observatoire et de veille partagée des réalités locales tant du point de vue des publics, des caractéristiques du territoire que des ressources existantes,
- Mobiliser des acteurs locaux dans un souci de développement de coopérations décloisonnées entre acteurs sociaux et gérontologiques, et rechercher les complémentarités entre l'interven-

tion généraliste du centre social et les acteurs spécialisés,

- Développer des projets innovants et adaptés à chaque contexte local.

Ainsi, la mission des centres sociaux est de se positionner comme plateforme locale afin d'accueillir une diversité de publics retraités à partir d'un panel d'activités socio culturelles et de mettre en réseau un spectre d'acteurs décloisonnés. Ceci afin de permettre l'émergence de projets locaux de prévention adaptés au territoire et aux habitants. Par cette interface entre territoires et institutions, les centres sociaux sont en capacité d'assurer une fonction de « relais » dans la proximité des politiques de prévention, au croisement des réalités locales et des politiques publiques.

Aborder les enjeux de prévention selon les contextes territoriaux

Pour aborder les différents enjeux autour de ce public, les centres sociaux souhaitent développer la participation sociale des habitants retraités dans le respect de la mixité sociale :

- En contribuant à maintenir les fonctions cognitives.
- En permettant un maintien de la vie quotidienne : participer socialement implique de pouvoir accomplir ses activités journalières (s'alimenter, communiquer, etc.) et jouer ses rôles sociaux (s'éduquer, élever ses enfants, travailler, etc.).



- En permettant de multiplier les interactions sociales car participer socialement se réalise dans des situations qui peuvent prendre la forme de visites à des amis ou d'activités hors du domicile.
- En garantissant les conditions de l'élargissement du réseau social : participer socialement suppose de faire partie d'un réseau d'interrelations présentant un minimum de stabilité et de réciprocité, comme dans le cas des relations d'amitié et de voisinage.
- En proposant la possibilité d'intégrer des relations sociales organisées : participer socialement signifie prendre part à une activité à caractère social réalisée dans une organisation dont le nom et les objectifs sont explicites, comme une participation active dans une association, participer aux activités d'un centre social.

C'est en gardant ces objectifs comme point de mire, que les centres sociaux construisent, avec leurs partenaires, des actions autour des facteurs qui risquent d'entraîner une augmentation des fragilités.

Ainsi, les centres sociaux organisent des groupes de paroles sous forme de café seniors, mais aussi des sensibilisations et des temps de discussions (forums, conférences) pour aborder les thèmes qui interrogent dans cette étape de la vie.

La lutte contre l'isolement, le lien intergénérationnel, familial et social entre les âges, sont des éléments



2237

centres sociaux agréés Caf en 2016



1200

centres adhérents



80%

centres sociaux urbains



20%

centres sociaux ruraux



120 000

habitants engagés dans des instances de pilotage ou l'animation d'activités



57 000

salariés



80%

des centres sociaux déclarent agir sur l'accompagnement du vieillissement



Chapitre 2

La vieillesse comme ressource

Les centres sociaux agissent sur * :



66,5%

Le développement
des liens inter-
générationnels



46,5%

La prévention santé



17%

La mobilité



7,5%

L'habitat
et le logement



64%

La lutte contre
l'isolement social
des personnes
vieillissantes



35%

Le développement
des liens sociaux
des jeunes retraités



15%

La précarité



9%

Autres

Source : Enquête SENACS 2016

* sur 80% des centres sociaux agissant sur la thématique du vieillissement

ments « moteurs » du maintien cognitif des populations âgées. A travers des activités aussi variées que l'informatique, le jardinage, le théâtre, les centres sociaux organisent autant de temps « prétextes » à la rencontre en provoquant l'inter-génération par l'intérêt d'une pratique ou d'un projet. Au-delà d'une attractivité par l'activité, ils imaginent les moyens d'aller vers les publics les plus éloignés : ici par la création d'un transport solidaire, ailleurs par la mise en place de jobs d'été pour accompagner les âgés en été, etc.

L'utilité sociale et l'engagement citoyen des seniors est une richesse inestimable. C'est à travers des actions d'intérêt général que l'implication se révèle et permet l'épanouissement des personnes.

Enfin l'adaptation du territoire aux populations vieillissantes (adaptation des modes d'habitat, accessibilité des lieux publics, mobilité) se révèle être un autre enjeu à prendre en compte comme cette ini-

tiative poitevine (centre socioculturel des trois cités) qui a permis la rénovation urbaine en concertation avec les personnes âgées résidentes et qui, par un travail collectif, se renforce par la création d'une maison de santé.

Cet enjeu de société marque un changement historique dans la société française et dans l'ensemble des pays développés. La Fédération des Centres Sociaux de France et le réseau fédéré sont convaincus que répondre localement, de manière adaptée aux enjeux de prévention du vieillissement nécessite, à partir de cette meilleure connaissance des populations, de développer des coopérations décloisonnées entre les acteurs sociaux et gérontologiques. Ces coopérations permettent l'émergence de réels projets territoriaux innovants et pertinents. Mais l'investissement de tous doit être à la hauteur de l'envergure de cet enjeu. D'ailleurs, le vieillissement n'est-il pas l'affaire de tous ?





Chapitre 2

La vieillesse comme ressource

« Le centre social, une plateforme qui permet d'accueillir l'ensemble des partenaires »

Fabienne Rigaut, responsable « action sociale » à la CARSAT Nord Picardie

Comment en êtes-vous venue à collaborer avec les centres sociaux ?

... Nous avons officialisé nos premières conventions en 2006. C'était déjà le résultat de tout un travail préalable d'apprentissage et de coproduction qui a permis de déterminer des axes de collaboration. En 2006, on voyait apparaître les débuts de ce champ nouveau de la prévention de la perte d'autonomie. Forte de notre expérience, la Caisse nationale s'est beaucoup appuyée sur nous pour initier un groupe

national avec la Fédération des Centres Sociaux afin de mobiliser l'ensemble des CARSAT sur cet axe de travail, pour favoriser le lien social, et la question du vivre ensemble dans l'espace de proximité des habitants.

Les centres sociaux sont les bons interlocuteurs ?

... On constate qu'il y a tout un travail à envisager autour de la problématique de la proximité, du lien social et de la prise en compte des personnes âgées fragilisées. Les

centres sociaux, présents sur le terrain, se sont engagés sur ce sujet en étendant d'ailleurs souvent leurs actions aux autres générations. Ils sont de très bons interlocuteurs. Un centre social, c'est aussi une plateforme qui permet d'accueillir l'ensemble des partenaires pour monter des actions et faire passer des messages sur la santé, sur la prévention et sur l'activité physique. J'ajoute qu'en général les centres sociaux touchent les personnes les plus fragiles.

« Notre priorité est d'accompagner les retraités fragilisés »

Martine Dechamp, présidente de la Commission d'Action Sanitaire et Sociale de la CNAV

La prévention de la perte d'autonomie est-elle une priorité ?

... Oui. Pour nous, Caisse nationale et le réseau des CARSAT, notre priorité en matière d'action sociale c'est la prévention de la perte d'autonomie. Lorsque l'APA a

été créée, on a retiré de notre champ d'intervention les personnes qui relevaient de l'APA, les GIR 4 à GIR 1, pour nous concentrer sur les personnes âgées autonomes et donc toute notre priorité tourne autour de cette prévention. Il s'agit de favoriser ce que nous appelons

un « vieillissement sans incapacités » et d'accompagner les retraités qui sont fragilisés socialement.

Pour quelles interventions ?

... Au niveau national, nous avons défini trois niveaux d'intervention. Le premier, →

→ c'est l'information et le conseil, notamment au moment du passage à la retraite. Et nous avons créé, avec Santé publique France (anciennement INPES) des livrets que nous diffusons largement. Ensuite, nous soutenons des programmes d'actions collectives de prévention pour aider les retraités à adopter des bons comportements et favoriser leur insertion sociale, notamment par des actions qui incitent les retraités à sortir de chez eux. Nous assurons également des accompagnements individuels pour des retraités lorsqu'ils connaissent des situations de rupture ou de fragilité. Nous assurons aussi de l'aide au maintien à domicile avec de l'aide humaine sous diverses formes. Ce sont les Plans d'Actions Personnalisées (PAP).

Avec quels moyens ?

... Nos moyens sont régis par une convention d'objectifs. Actuellement nous disposons d'une enveloppe annuelle de 400 M€, contenant l'aide à domicile et les actions collectives. Avec cette convention qui se termine en fin d'année nous avons pu augmenter de 5 à 6 millions d'euros l'aide aux actions collectives. Nous avons également un domaine d'intervention qui devient de plus en plus important pour nous. Il s'agit de l'aide à l'habitat et à l'amélioration du cadre de vie. Les pouvoirs publics nous ont doté d'une enveloppe de 80 M€ pour la rénovation des lieux de vie collectifs notamment pour les foyers logements

devenus résidences autonomie depuis la mise en place de la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement

Pour le seul cadre de l'assurance vieillesse du régime général ?

... Pour augmenter encore nos possibilités, nous sommes associés depuis 2014 à la MSA et au RSI dans le cadre d'une relation inter-régimes, ce qui permet d'accroître nos moyens et d'atteindre le plus grand nombre de bénéficiaires, pour une offre de services homogène sur l'ensemble du territoire et quel que soit le régime social des retraités. Nous avons également été rejoints en 2016 par la CNRACL (fonction publique hospitalière et territoriale). Nous avons également un partenariat avec les caisses de retraites complémentaires du régime ARGIC-ARCCO. Grâce à cela nous pouvons mutualiser nos moyens et surtout de ne pas faire de discriminations entre les retraités.

Avec quel impact ?

... En 2016, 245 000 retraités ont pu bénéficier de nos actions collectives. Parmi eux 70 000 retraités ont bénéficié d'actions en faveur du lien social, ce qui pour nous est un enjeu majeur. Par ailleurs, 300 000 retraités ont bénéficié d'une aide individuelle de soutien à domicile.

Des budgets qui sont gérés par les CARSAT régionales ?

... L'ensemble des financements est réparti entre les différentes

CARSAT pour des actions qui sont définies en fonction d'orientations nationales. Chaque CARSAT dispose d'un Conseil d'administration et peut adapter sa politique en fonction des spécificités de sa région. Ce qui explique qu'il puisse y avoir quelques différences d'une région à l'autre.

Quels liens entretenez-vous avec les acteurs de terrain ?

... Nous avons besoin des acteurs de terrain, par exemple les communes. Elles sont importantes parce que c'est là que les personnes viennent lorsqu'elles ont des problèmes. Nous avons des relations avec la Fédération des centres sociaux, avec les Centres Communaux d'Action Sociale via l'Union Nationale des CCAS, avec les Conseils départementaux, avec les Fédérations d'aide à domicile et nous commençons à avoir des relations, ce qui est un peu plus nouveau, avec des partenaires au niveau du logement : l'ANAH, des groupements de gestion de résidences autonomie, et aussi certains bailleurs sociaux pour l'adaptation des logements.

D'où un effort de décentralisation ?

... Avec la loi d'adaptation au vieillissement, nous avons maintenant des « Conférences des financeurs » qui s'installent dans tous les départements et qui réunissent autour de la table tous les financeurs de l'action sociale y compris la branche maladie avec laquelle nous avons de plus en plus de relations. →



Chapitre 2

La vieillesse comme ressource

→ **Quelle place pour les centres sociaux dans le dispositif ?**

... La relation avec les centres sociaux est très importante. Nous avons signé une convention en 2009, mais les choses s'accélérent, surtout depuis 2014. Nous venons de faire un bilan intermédiaire. Fin 2017 la convention était

reprise par 15 des 16 CARSAT et 290 centres sociaux étaient concernés contre 254 à la fin de 2016. Les choses avancent différemment selon les territoires. Certaines CARSAT, telle que celle de Nord-Picardie avaient déjà des relations soutenues avec les centres sociaux, tandis que d'autres ont eu besoin d'un peu plus

de temps pour se mettre en mouvement. Mais notre objectif était que, fin 2017, l'ensemble des CARSAT se soient ralliées au processus national. Nous avons enfin signé un accord-cadre avec l'Etat, la CNAF, la MSA et la FCSF. J'attends que les centres sociaux continuent à développer cet aspect en s'appuyant sur cet accord cadre.

« Partir de diagnostics de territoire pour définir les actions à mener de façon pérenne »

Fabienne Ploton, CARSAT Auvergne

Quels types de relations entretenez-vous avec les centres sociaux ?

... Jusqu'à présent on a plutôt des relations ponctuelles sur des appels à projets, par exemple pour les projets « seniors en vacances ». On a aussi des interventions ponctuelles avec des centres qui, sur un département, sont historiquement en charge des services à la personne et qui ont pris l'habitude d'interpeller la CARSAT pour des compléments de financement, pour le portage des repas ou l'achat d'un véhicule. Mais maintenant, partant des diagnostics de l'Observatoire national, nous nous apprêtons à signer une convention avec la Fédération pour un partenariat plus approfondi. Déjà en 2016, nous avons

lancé un travail sur le sujet de l'informatique pour les seniors et nous avons alors choisi de travailler avec la Fédération pour définir le contenu et le format du cahier des charges de l'appel à projet. Notre objectif, à l'avenir, c'est d'avoir avec la Fédération et les centres sociaux des relations plus institutionnalisées et partagées sur les actions à mener en direction des populations vieillissantes.

Avec des conventions qui pourront s'inscrire dans la durée ?

... Ça correspond bien aux logiques de la CARSAT de partir des diagnostics de territoire pour définir les actions à mener de façon pérenne et c'est l'objet de la Convention nationale que

de travailler sur des objectifs beaucoup plus partagés avec un accompagnement qui devrait être pluriannuel. Nous ne le pourrions peut-être pas tout de suite car nous arrivons en fin de programmation, mais cela fait partie de nos objectifs. Nous aimerions permettre d'installer les actions dans la durée. En même temps il nous faut bien inciter les centres à développer d'autres partenariats et à rechercher d'autres sources de financement. Nous ne pouvons être que co-financeurs et il est important d'intégrer d'autres partenaires.

Pour quels types d'actions ?

... Nous travaillons sur les axes assez traditionnels du « bien vieillir » et de la prévention du vieillissement, en →

→ privilégiant des actions en faveur du lien social et de la prévention santé. Tout l'intérêt qu'il y a à travailler avec les centres sociaux c'est qu'ils sont bien placés pour travailler sur la prévention et au plus près des usagers. On sait très bien que la relation intergénérationnelle contribue au développement du lien social. L'intérêt, avec les centres sociaux, c'est qu'ils touchent l'ensemble d'une

population sur un territoire donné.

Comment décriez-vous le vieillissement dans votre région ?

... Nous sommes une région où le taux de personnes âgées est supérieur à la moyenne nationale. Il est important de sensibiliser les acteurs locaux à cette question. Le vieillissement s'accompagne

de situations de très forte précarité avec un très fort risque d'isolement. Si bien qu'il nous faut agir à la fois sur l'isolement social et sur l'isolement géographique. Il n'est plus possible d'inviter les personnes âgées à venir, mais il faut maintenant aller vers elles. Et nous devons privilégier les actions qui vont au-devant des personnes à l'intérieur des territoires.

« La question de l'isolement social et géographique revient le plus souvent »

Cécile Ranc, responsable adjointe Action Sanitaire et Sociale à la Mutualité Sociale Agricole Ardèche Drôme Loire

... Quelles relations avez-vous avec les centres sociaux ?

La MSA a conventionné avec trois centres en Ardèche et, puisque nous couvrons les trois départements, Ardèche, Drome et Loire, nous avons également trois centres conventionnés en Drôme et trois centres en Loire. Avec chaque centre, on travaille différemment sur les questions du vieillissement.

Les centres sociaux sont un partenaire très important. D'une part ils connaissent bien leur territoire et ils sont de bons relais pour des activités. Ils sont bien placés pour sensibiliser les seniors et faire connaître les différentes actions auprès des intéressés.

... Quels types de besoins avez-vous détecté sur les territoires ruraux ?

Principalement l'isolement et la mobilité. Il y a aussi le sujet des aidants familiaux pour lequel nous avons mis en place des groupes de parole. Quand on parle des seniors on s'adresse à deux types de population. D'une part des seniors dont nous allons chercher à valoriser l'expérience et les savoirs et qui bien souvent deviennent des bénévoles dans les actions que nous lançons, et puis il y a ce que l'on peut nommer le 4ème âge pour lesquels nous essayons d'apporter des aides et des services pour un maintien sur le territoire. La question de l'isolement social et géographique est sans doute celle qui revient le plus souvent. Après il y a dans les secteurs ruraux le problème de la raréfaction de la présence des services médico-sociaux qui font que des gens doivent

se déplacer sur plusieurs kilomètres pour voir un médecin ou un soignant. Et il y a aussi la question de la raréfaction des services publics.

... Quels types de soutiens pouvez-vous apporter ?

Nous apportons un soutien financier sous la forme d'une convention annuelle renouvelable. Mais nous apportons aussi un soutien avec nos travailleurs sociaux. Les centres sociaux ne sont souvent pas encore habitués à aller au-devant des publics seniors et la prévention c'est quelque chose de nouveau chez eux. De par notre expérience nous pouvons apporter de l'information et de la qualification aux animateurs des centres pour une meilleure compréhension des problèmes des territoires et pour faire émerger des actions nouvelles.



3.

Vieillessement et pratiques de centres sociaux

La fabrique des possibles au quotidien





Axe 1.

Se construire un nouveau projet de vie à l'arrivée à la retraite, être acteur, développer les liens sociaux



Axe 2.

Développer les échanges et solidarités entre les âges



Axe 3.

Aller vers ceux qui sont repliés sur eux-mêmes, lutter contre l'isolement social



Axe 4.

Agir sur les enjeux d'aménagement (habitat, cadre de vie, transport...)



Axe 5.

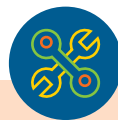
Faire face à des nouveaux défis (numérique, précarité, accès aux droits)

Au cœur des territoires, les centres sont invités à développer leurs interventions à destination des personnes retraitées. Beaucoup le font, et les exemples positifs déjà cités dans une précédente publication en 2012, sont aujourd'hui complétés par la présentation des types de pratiques développées dans les différentes régions françaises. Elles sont ici organisées autour de cinq axes, correspondant à l'analyse des enjeux d'accompagnement du vieillissement auxquels leurs projets répondent, de l'impact observé de leur action en matière de prévention.

Sur le terrain, les actions sont d'autant plus efficaces qu'elles agissent sur plusieurs enjeux de prévention, tant il est vrai que la prise en compte de la situation des personnes retraitées implique une vision globale. Une aide à la mobilité par un réseau de transport local s'avère être un outil de lutte contre l'isolement et par l'échange avec des chauffeurs plus jeunes, elle favorise des solidarités intergénérationnelles...

En vérité, tous les projets partent d'un diagnostic local complet et le projet social du centre inclut de façon claire et explicite la satisfaction des besoins des usagers âgés. Tous les centres ont fondé leurs propositions sur une interrogation des personnes concernées qu'ils ont invitées non seulement à définir leurs souhaits, mais également à les animer.

Ainsi, les actions menées par les centres sociaux auprès des personnes âgées sont plurielles. Pour les valoriser au mieux, cette partie se veut le reflet de la diversité des pratiques animées par les centres, traduites ici sous une variété de formes : extraits de publications, reportages, interviews et fiches expériences.



Axe 1.

Se construire
un nouveau
projet de vie
à l'arrivée
à la retraite,
être acteur,
développer
les liens sociaux

Tous les responsables de centres sociaux vous le diront. Il est difficile d'accrocher les jeunes retraités. Parfois jeunes en pré-retraite, souvent en couple, en bonne santé et plein d'entrain, ils abordent cette nouvelle phase de vie qui leur est offerte avec de l'optimisme et des projets.

Mais c'est le temps de tous les dangers. Coupés d'un milieu professionnel où ils avaient leurs liens, leurs horaires et leurs contraintes, ils se retrouvent devant un vide qu'ils peinent à remplir. D'autant que la retraite correspond à une baisse du revenu familial, aux ruptures avec les enfants occupés par leur propre famille et souvent éloignés. Ils sont parfois seuls ou dans un couple où chacun était habitué jusqu'alors à vivre sa propre vie et son propre rythme.

A l'euphorie des premiers jours succèdent parfois la déconvenue, l'isolement et l'ennui. Pourtant, actifs

physiquement et intellectuellement, ils ne trouvent pas au sein des clubs et foyers dits du « troisième âge » des activités qui leur conviennent. Avec les aînés de la génération précédente, le courant ne passe pas. Belote et dominos ne correspondent pas à leurs attentes. Pour certains, ces lieux, comme un miroir du vieillissement, ne renvoient que l'image non acceptée de l'avancée en âge. Tous et toutes disposent pourtant de ressources précieuses à cultiver : bricolage, cuisine ou jardinage sont leur quotidien.

L'idée du « café senior » lancé à Morlaix et repris dans d'autres centres constitue une possibilité : l'engagement est faible. Chacun est libre de venir, et le lieu est ouvert à tous les projets. On y discute de tout, avec ou sans animateur, de sa vie passée et du monde qui les entoure. On y lance des projets de voyage, de discussions ou d'activités. Une fois le premier pas franchi, les liens se nouent, les échanges et les solidarités apparaissent.



Les supports identitaires désignent les talents sur lesquels le retraité fonde, ou peut fonder, le sentiment de ce qu'il est. Deux mécanismes sont ici à l'œuvre. D'une part certaines capacités, qui ont été déjà reconnues et validées, notamment dans l'espace professionnel peuvent être réinvesties dans un autre cadre, par exemple associatif, parfois même dans un cadre très proche de celui de l'activité professionnelle (par exemple pour d'anciens agriculteurs, professeurs d'université, cadres dirigeants). D'autre part, certains retraités sont dotés d'identités potentielles (désirs inassouvis, activités délaissées, projets jamais réalisés) qui constituent des « ressources en creux », dont l'importance tient à la prégnance de l'imaginaire de la retraite comme - ultime - moment de réalisation de soi. C'est ainsi que plutôt que choisir une activité en continuité avec leur identité professionnelle, les retraités peuvent s'employer à développer un aspect de leur personnalité jusqu'alors laissé en friche (à l'image de cette ancienne professeure qui, après avoir privilégié son « côté un peu intellectuel » s'est tournée après sa retraite vers « son côté un peu artistique : dessin et musique »).

- **Vincent Caradec**
- *Pour une approche des transitions du vieillissement*
- *In : « Penser les vieillesse » aux éditions Seli Arslan*



FOCUS SUR L'EXPÉRIENCE DE... **Plourin-Lès-Morlaix, un « café senior » pour des projets nouveaux**

Elles sont sept autour de la table à avoir accepté l'invitation de Gaïd l'animatrice du centre Ti An Oll de Plourin-lès-Morlaix. Sept femmes dynamiques et - disons-le - bavardes, chevilles ouvrières d'un « café senior » régulier qui réunit jusqu'à 50 ou 60 participantes, en majorité des femmes.

Tout a commencé par une pièce de théâtre montée avec l'appui de la Fondation de France et qui les a réunies autour d'un metteur en scène professionnel. Une épreuve. « Je ne pensais pas que j'étais capable de parler en public » dit l'une d'elle. Quelques

difficultés et des temps de découragement ont finalement renforcé les convictions. Au final, la pièce écrite en commun dépeint l'histoire d'une maison de famille que six sœurs doivent vider en compagnie de six amies. Le débarras est naturellement l'occasion pour chacune d'évoquer souvenirs et réflexions sur l'avenir.

Toutes avouent avoir eu, un temps, du mal à pousser la porte du centre social. « On en avait une image négative ». Mais c'est le plaisir de la rencontre qui a suscité les développements. « Lorsque je suis arrivé à la retraite, je me suis dit, chic, voilà enfin des grandes vacances. Mais les vacances ça n'a qu'un temps ».

Le passage à la retraite a été, pour toutes, un moment heureux, mais aussi la découverte d'un vide et

d'une solitude non prévue. « Je me suis dit, enfin tu vas pouvoir prendre du temps pour faire ce que tu aimes, par exemple me mettre à la peinture ». Mais comment remplir ce temps nouveau ? Comment surtout nouer des liens ? « J'étais commerçante, je ne pouvais pas imaginer vivre sans rencontrer des gens, sans avoir de contacts ».

Créer de nouveaux espaces de vie

Solitude, le mot est lancé. « Je ne me vois pas aller au restaurant toute seule » dit l'une. « A la mort de mon mari, je me suis rendue compte que je n'avais plus personne autour de moi ». En même temps, chacune se sent riche d'une expérience, de capacités et d'envies : « J'avais besoin de projets », « au bout d'un moment j'ai senti qu'il fallait que je me sorte de ma léthargie », « je ne voulais tout de même pas me voir imposer des choses ». Chacune à sa façon exprime à la fois ses difficultés à recréer un « nouveau » temps de vie après une existence souvent bien remplie, et la difficulté rencontrée à se créer un nouvel espace d'activités. « C'est difficile d'aller vers les autres », « on a besoin de leviers ».

Les « cafés seniors » du centre Ti an Oll ont ouvert une porte sur la rencontre des autres. Autour d'un thème librement choisi, chacune « peut s'exprimer librement », dire ce qu'elle pense et aussi ce qu'elle est.

Autour d'un intervenant qui présente le sujet, en quelques minutes, des groupes de travail se forment et une restitution globale permet d'aboutir à des conclusions. « C'est toujours très riche. On se parle on n'est pas forcément d'accord, mais on se reconnaît dans ce que disent et ce que vivent les autres ».

Un premier thème de réflexion a porté sur l'habitat participatif. « Je m'étais cassé le pied dans une maison pas très adaptée, raconte Edith, et j'ai découvert beaucoup de solidarités, certaines amies sont venues me faire la lessive ou m'aider à préparer les repas. Et j'ai ainsi découvert l'envie de vivre autrement ».

Le débat a conclu sur l'importance de promouvoir une forme d'habitat adapté. Le maire de Plourin, interpellé, a fini par être intéressé. « Au début on ne nous prenait pas trop au sérieux, mais on a su convaincre, notamment le CCAS, qu'on travaillait en amont de ce qu'il faisait pour les gens plus âgés et dépendants ». Au final un projet est en route. « On sait que ce sera difficile », mais comme pour la pièce de théâtre, les difficultés sont un stimulant.

D'autres thèmes ont été abordés. Par exemple celui de la surdité. « Nous avons été plusieurs à découvrir l'importance d'être appareillé et nous avons pu en parler entre nous sans complexe ». Un débat sur la grand-parentalité a fait apparaître les difficul-





tés rencontrées par certains grands parents face à des familles séparées où le contact avec les enfants est difficile, voire douloureux. Certains se sont reconus dans les exemples présentés, les autres ont pris conscience de solitudes accrues par l'éloignement des enfants.

Chacun des thèmes fait surgir des témoignages personnels, des souvenirs, des avis. Ce sont aussi des liens qui se nouent. « A travers les difficultés que certains expriment, il est possible de s'apporter des aides ». Des échanges hors du centre se mettent en place. « Nous avons maintenant l'impression de former une famille » note une participante. Une absence, une baisse de moral, un pépin de santé, le réseau d'amitié et de solidarité se met en place.

Une mise en mouvement

Surtout, le café senior s'avère être un tremplin pour de nombreuses activités. C'est une mise en marche qui s'effectue et chacune énumère la liste des envies qu'elle réussit à satisfaire : de la marche, de la couture, de la photo, du yoga « Il ne suffit pas de soigner sa tête il faut aussi s'occuper du corps ».

A l'intérieur du centre social, les seniors sont porteurs d'idées et de projets. Ils participent aux sorties familiales, qui sont des occasions d'échanges entre générations. Chaque mardi une rencontre réunit les amateurs autour de l'actualité : « c'est important de rester dans le coup ».

Au sein du centre social, « ces projets s'insèrent totalement dans le diagnostic que nous avons formulé pour le centre implanté à cheval sur Morlaix et Plourin, » note Gaïd Beauverger, animatrice du secteur senior, avec Edith vice-présidente du centre Tri An Oll, et responsable du secteur senior. Elle ajoute : « Ce sont les personnes qui, quand elles décident de s'engager, le font pleinement et ne sont pas dans le « picorage ». Par contre, les professionnels du centre social respectent le temps que chacun veut ou peut donner. C'est cela qui fait qu'aujourd'hui les personnes se sentent bien à Ti an Oll ».

La réflexion d'une commission « bien vieillir » au sein de la Fédération départementale a été une inci-



tation forte. « Nous nous sommes attachés à l'idée de transmission. Il est vrai que certains ont encore des réticences à venir, sans doute par peur de se voir vieillir, mais on voit que les retraités qui arrivent ont des choses à dire, des capacités et des idées. Au travers du café senior nous leur permettons de le faire ». « Plus largement, conclut Edith, c'est une nouvelle image de la vieillesse que nous développons, un nouveau regard sur les personnes âgées, qui ont leur place et leurs capacités d'action et de création ».

Merci à Marie Odile, Régine, Rosine, Edith Françoise, Josiane et Jeanine dont les propos se sont entremêlés dans le feu d'une discussion passionnée. Que des femmes ? Les hommes se font encore rares. « Mais lorsqu'ils sont en couple ils accompagnent leurs femmes, par exemple dans les sorties ou au théâtre, ils sont présents ». De là à ce qu'ils s'engagent.

« La vieillesse, ce n'est pas la fin de la vie »

.....

Catherine 67 ans et Patrice 66 ans. Une retraite bien méritée après une vie de travail. Lui était commerçant itinérant, parcourant des kilomètres dans la campagne bretonne. Elle, collaboratrice volontaire de son mari en même temps que mère au foyer de trois enfants. Des tonnes de marchandises à déplacer du fourgon au garage et réciproquement.

« On se dit qu'avec la vie qu'on a menée, on est passé à côté de pas mal de choses, et qu'il est bien temps de profiter des années qui nous restent », dit-elle. Lui ajoute : « on a fait ce qu'on devait pour nos enfants, mais maintenant on peut bien penser à nous ». La première année de retraite a été marquée par un déménagement et la construction d'un nouveau logement plus proche de Morlaix. Pas beaucoup de temps pour se poser des questions sur une nouvelle vie qui s'annonce. Mais les difficultés de Patrice avec ses propres parents très âgés les ont alertés. « Si on ne faisait rien, on allait finir par s'enfermer dans une petite vie étriquée ». « On s'apprêtait à mal vieillir » ajoute Patrice. Catherine avait connu le centre social de Morlaix pour des cours de piano. « Je n'ai pas réussi à rattraper mon niveau d'autrefois ». Mais lorsqu'elle tombe, par hasard sur un tract de présentation, ça fait tilt. « La solitude ça peut aussi se vivre à deux ». Elle s'inscrit et incite Patrice à en faire autant. Scrabble pour lui, couture pour elle et théâtre et sorties ensemble. Leur programme se remplit. C'est le café senior qui les réunit. « Pour moi dit Catherine, pas de vie sans agir, et rencontrer d'autres personnes ». Le café senior leur convient : pas d'obligation ni d'engagement¹, juste un rendez-vous avec

des gens qu'on apprécie vite. « On apprend à échanger ». « Dans la société il n'y a pas tellement d'endroits où on vous permet de donner votre avis et où vous êtes écoutés ». Ici, ajoutent-ils, on se respecte et on est respecté. Chacun arrive avec son histoire, sa vie, ses expériences et peut les partager. « On se souvient, raconte Catherine, du témoignage de l'une d'entre nous, lors d'un café senior, qui nous a confiés qu'elle n'avait plus aucun contact avec ses enfants. Elle n'avait même jamais pu voir ses petits enfants ». Tous et toutes ont partagé la souffrance de cette personne. Mais plusieurs se sont reconnus dans ce témoignage. « C'est important de pouvoir se confier, ajoute Catherine. Maintenant, je sais que l'on peut tout partager ». Aussi, bien que parfaitement libres, ils ne manquent aucun des rendez-vous du café senior. « Il y a certes des sujets qui ne nous concernent pas, mais c'est toujours bon d'apprendre des autres. Avec notre nouvelle maison on ne sent pas visé par le projet d'habitat participatif, mais la discussion nous donne envie de réfléchir à une forme de partage ». On verra donc. Alors dernière question, c'est quoi pour eux la vieillesse ? Elle réfléchit longuement et interroge son mari : « en tout cas ce n'est pas la fin de la vie. Je dirai plutôt que c'est une nouvelle vie dont il faut profiter au maximum ».

-
- **Ti an Oll – centre social**
 - 1 rue des genêts
29600 Plourin Lès Morlaix
 - 02 98 72 54 27
 - tianoll2@wanadoo.fr

¹ Peu de temps après l'interview, Catherine et Patrice sont entrés au Conseil d'administration du centre et ont intégré la commission « bien vieillir ».



Nanterre

La bricothèque solidaire

Centre Social et Culturel
Maison pour tous

L'action

La bricothèque solidaire de la Maison Pour Tous est un espace participatif géré par les retraités du quartier. Elle permet aux habitants du quartier de bénéficier de prêts d'outils et de conseils en bricolage grâce à l'investissement de bénévoles retraités qui équipent, aménagent, organisent et animent le lieu.

L'origine de la démarche

Le quartier du plateau du Mont Valérien compte 23% d'habitants âgés, 42% des personnes vivant seules ont plus de 55 ans. La Maison Pour Tous a repéré des situations d'isolement familial et géographique ainsi qu'un sentiment d'inutilité exprimé par les seniors lors du précédent diagnostic de quartier. De plus, les seniors consultés lors des diverses réunions d'évaluation des besoins, ont souligné un manque d'activités intergénérationnelles sur le quartier.

Les impacts

Ce projet valorise les compétences des seniors du territoire en leur donnant un rôle actif et citoyen. Les échanges solidaires se développent de plus en plus au sein de la structure, de nombreux liens manifestes entre générations se sont créés. L'action bricothèque a eu pour effet d'attirer et de faire participer les



hommes à la vie du centre, alors qu'avant ce projet, leur nombre était très minoritaire. Elle a rayonné au-delà du quartier, elle a attiré des personnes de toute la ville de Nanterre.

Les facteurs de réussite

Faire porter ce projet par les seniors eux-mêmes a été un facteur de réussite tant leur investissement et leur capacité à s'engager se sont révélés solides et fédérateurs. Cela permet de mener un projet participatif et autonome dont la gestion et l'animation sont opérationnelles grâce à ces personnes à la fois ressources et force productive.

- Centre Social et Culturel
Maison pour tous
- 33 rue Paul Vaillant Couturier
92000 Nanterre
- 01 41 37 64 80
- direction.cscmpt@gmail.com



Bourbourg

L'estaminet de Bourbourg

Centre social Andyvie

L'action

L'« estaminet » est un lieu conforme à l'identité flamande (restauration d'une salle, mobilier d'autrefois), pouvant être identifié par les habitants seniors de Bourbourg et des communes rurales alentours, aménagé de manière à ce que chacun s'y sente bien, pour que les habitants puissent se rencontrer, discuter, partager, s'informer. Des temps forts intergénérationnels et des rencontres mensuelles des habitants seniors rythment la vie du lieu.

L'origine de la démarche

Le centre social de Bourbourg est situé dans une commune péri-urbaine du Dunkerquois. En 2005, le diagnostic du projet social a démontré à travers son « rôle de veille » les besoins des jeunes retraités jusqu'alors éloignés des structures existantes et vivant, pour une partie, la transition du passage à la retraite comme difficile.

Les impacts

L'estaminet est aujourd'hui un lieu d'accueil et d'écoute, repéré notamment dans l'accueil des personnes retraitées et l'échange avec elles. C'est un lieu pour faire émerger des projets (sorties, un forum des associations,



actions culturelles). C'est un lieu de rencontres et d'actions intergénérationnelles (accompagnement scolaire, ateliers de Cyber Centre), qui arrivent à attirer des personnes qui se sentaient isolées.

Les facteurs de réussite

Un lieu spécifique créé, identifié sur le territoire auprès des seniors des partenaires, pivot de la dynamique des habitants et des partenaires en matière d'accompagnement du vieillissement. Une dynamique partenariale forte.

- Centre social Andyvie
- Avenue François Mitterrand
59630 Bourbourg
- 03 28 22 09 48
- andyvie.association@orange.fr



Bailleul

Le Point Jeunes Seniors

Centre social Honoré Declercq

L'action

Le Point Jeunes Seniors organise des ateliers avec et pour les seniors de 55 à 75 ans. Il s'agit de favoriser le lien social et d'impulser des projets personnels à travers des activités collectives. Ils ont à disposition une salle et une animatrice. A chaque jour sa thématique : sortir et connaître les activités existantes sur sa commune le mardi (« le mardi c'est permis »), prendre du temps avec ses petits-enfants le mercredi (« intergénérationnel »), s'informer et partager sur son quotidien de consommateur mais aussi de citoyen (« l'école des consommateurs ») et enfin, s'occuper de sa santé (« atelier santé »).

L'origine de la démarche

Il existe dans la commune des « clubs de cartes » pour les aînés mais aucune action pour les jeunes seniors qui arrivent à la retraite. Certains sont pourtant fragilisés : rupture du lien social, baisse des revenus et sentiment d'inutilité. Ils ne se retrouvent pas dans ces clubs pour aînés que fréquentent leurs parents. D'où ce Point Jeunes Seniors pour accueillir et accompagner ce public créé en 2010.

Les impacts

Des seniors s'impliquent dans des associations locales, certains, même, créent leur propre association. Ils participent également aux rencontres que mettent en place



les institutions. Pour le centre social, ces nouveaux usagers sont précieux : les jeunes seniors s'impliquent bénévolement, ils participent aux instances décisionnelles et sont de très bons ambassadeurs pour la structure. Nombreux expriment le retour d'un sentiment de bien-être, d'une confiance personnelle retrouvée ou de l'émergence de nouveaux projets individuels.

Les facteurs de réussite

Les seniors sont impliqués et consultés pour toutes les décisions qui les concernent dans le cadre de bilans trimestriels, d'une commission et du Conseil d'Animation.

- Centre social Honoré Declercq
- Rue Paul Perrier
59270 Bailleul
- 03 28 42 25 80
- centresocial@ville-bailleul.fr



Axe 2.

Développer les échanges et solidarités entre les âges



Viellir, c'est occuper une place particulière dans la succession des générations. Cette place change avec l'âge et permet ou exige de changer de rôle, de fonction, de statut dans le rapport entre les générations. Le rôle, il est concret : accueillir les petits enfants, cuisiner et jardiner avec eux, se promener, bricoler, les conduire en voiture, les soutenir financièrement. Elle est là sans doute la chance de vieillir. Dans ce lien entre les générations, lien qui fait que les grands parents ont la chance de voir grandir des petits enfants qui ont la chance de voir vieillir des grands parents avec lesquels ils sont en relation, en échange sur tous les registres que l'on peut imaginer : échanges affectifs, culturels, intellectuels, technologiques, économiques. Cette chance de vieillir est aussi à penser non seulement dans l'intimité d'un cercle familial, mais pour les proches et bien au-delà pour la société toute entière au sein de laquelle les plus âgés entrent en interaction avec les plus jeunes.

- **Michel Billé**
- *Viellir comme une chance*
- *In « Comment l'esprit vient au vieux » Edition Erés*

Les personnes âgées sont aujourd'hui, souvent, mises à l'écart. Pour ce qu'on pourrait croire être de bonnes raisons : assurer un meilleur soin ou une protection dans un « clos fleuri » à l'écart de la ville. C'est aussi le fait d'une évolution des familles. La décohabitation des enfants et leur éloignement, rendu de plus en plus fréquent, conduit à séparer les générations.

L'urbanisation joue tout autant son rôle ségrégateur. Ici ce sont les centres villes qui sont désertés par les jeunes foyers, où ne résident plus que les personnes âgées. Ailleurs, dans les zones périurbaines construites dans les années 70 et 80 et où, l'âge venant, les enfants ayant quitté le domicile, il ne reste plus que des personnes vieillissantes.

Le mélange des générations qui voyait autrefois, au sein d'un même logement, cohabiter parents, enfants et grands-parents, a presque totalement disparu. Les générations se sont séparées et la distance, de par les nécessités d'une société où la mobilité est de règle, s'est souvent accrue au point de rendre les contacts difficiles sinon inexistantes. Si bien qu'aujourd'hui vieillir entre soi, entouré de gens de son âge est devenu commun.

Mais, priver jeunes et vieux de la rencontre entre les générations c'est gaspiller tout ce qui faisait la richesse des rencontres intergénérationnelles. Les personnes âgées ont à transmettre leurs histoires, leurs savoirs et leurs expériences. Elles ont à offrir à la jeunesse insouciant le regard empreint de l'expérience de ceux qui ont vécu et appris. De leur côté les plus jeunes ont à donner leur dynamisme et leurs



capacités. Ils peuvent apporter services et échanges.

Dans les familles classiques telle qu'elles existaient autrefois, les plus âgés apportaient, outre, parfois, leurs ressources matérielles, du temps pour la cuisine et l'entretien, une présence pour les enfants. En retour, les plus âgés recevaient aides, conduites, soins, selon leur état de santé, jusqu'au plus loin dans l'avancée en âge.

De surcroît, l'allongement de la durée de la vie fait aujourd'hui exister plusieurs générations dans une vie de retraité. Il n'est pas rare, qu'un sexagénaire ait encore à suivre, lorsqu'il en a la possibilité, un parent plus âgé. Cette cohabitation n'est pas forcément simple. Il y a loin dans les mentalités entre un jeune retraité, dynamique physiquement, rompu aux mystères de l'informatique et un octogénaire à la mobilité réduite par les ans et mal adapté aux exigences de la nouvelle société de l'information.

Recréer, dans les quartiers, des occasions de rencontres entre jeunes et vieux, entre adultes et enfants, entre nouveaux et anciens retraités, c'est redonner vie aux secteurs et lutter contre les enfermements.

Encore faut-il générer des occasions de rencontre et d'échanges fructueux. C'est ce que plusieurs centres sociaux réussissent à faire, le plus souvent autour de services que les uns rendent aux autres.

FOCUS SUR L'EXPÉRIENCE DE...

Saint Sébastien sur Loire : Jardin 'âge, des échanges entre générations autour d'un potager

En périphérie de Nantes, Saint Sébastien s'étend au long de la Loire. C'est ici que les « Castors » ont édifié dans les années 50 leurs 200 logements, des maisons individuelles, toutes identiques.

Ici, les pavillons s'étirent le long des rues pour des familles installées depuis longtemps. Le centre social de l'Allée verte accompagne depuis sa création l'évolution du quartier et son vieillissement. Le programme des activités prévoit nombre d'animations destinées aux retraités de plus en plus nombreux, tel le « café papote » lieu de rencontre et de parole

pour les aînés qui trouvent dans le centre un moyen de sortir de l'isolement.

En 2011, le centre a été interpellé suite à une étude menée par le Conseil général (devenu Conseil départemental) sur les besoins liés à l'APA, l'aide personnalisée à l'autonomie pour les plus âgés et les personnes dépendantes. Plusieurs parmi les retraités ont fait valoir leurs difficultés à entretenir leur jardin. « Il s'agissait le plus souvent note Thibaud Perrin, coordinateur au centre, de femmes, veuves se retrouvant dans l'incapacité d'entretenir un jardin après le décès du conjoint ».

« Lorsque mon mari est tombé malade, note une des participantes au projet Jardin' âge, je ne pouvais pas m'occuper du jardin, c'est toujours lui qui le faisait. Il y passait du temps chaque jour, mais ce n'était plus possible pour moi. »

Comment assurer ce service nouveau, nullement prévu et couvert par les associations d'aide à domicile et pourtant terriblement important pour le maintien à domicile des plus âgés ?

Dans la cité pavillonnaire, les terrains sont souvent importants. « Il n'est pas rare de trouver des jardins qui s'étendent sur 500, 600 et parfois 800 mètres carrés, dont une grande partie a été réservée à un potager objet de tous les soins ».

En même temps qu'il détectait ce besoin, souvent ignoré des services sociaux, le centre était en relation avec l'association des jardins familiaux. Les amateurs sont nombreux car la ville s'est au fil des ans complétée de petits immeubles où se sont installés des ménages plus jeunes. « Dans les jardins familiaux la liste d'attente portait sur une cinquantaine d'amateurs insatisfaits pour lesquels le délai prévu était de huit ans ».

Mettre en lien les amateurs de jardin avec des propriétaires en mal d'entretien, c'est l'idée qui a prévalu au lancement du Jardin 'âge. « Mais pour nous centre social, ajoute Thibaud Perrin, cette mise en relation, c'était s'engager dans le secteur du service à la personne, qui n'est pas du tout notre domaine. C'était sortir de l'animation collective qui est plutôt notre fonction locale ».

Des échanges entre générations

Le soutien direct et actif de financeurs, entre autres des caisses de retraites complémentaires de l'AG2R-La Mondiale, ou de la CARSAT Pays de Loire, a permis une réflexion en profondeur sur le sujet. « Nous avons pu recourir à un juriste qui nous a aidé à bâtir une Charte d'engagements réciproques » note Thibaud Perrin.

Pas question d'apparaître comme un soutien au travail non déclaré. Pas question non plus que la mise à disposition du jardin apparaisse comme une location déguisée. Le centre social qui assure la mise en relation entre accueillants et accueillis veille à l'équilibre. « Il s'établit une relation égalitaire entre les deux. L'accueillant doit aussi être offreur d'une prestation ».

Le contact s'accompagne alors d'échanges : « le plus souvent un café, un brin de causette ». La mise en valeur du jardin fait l'objet de négociations à l'amiable : « quand il s'en va, note une accueillante, il me dépose des légumes dans la véranda, selon ce qu'il a cultivé, mais ça n'a jamais fait l'objet d'une discussion entre nous, c'est naturel et c'est bien comme ça » « Moi, note Séverine, jeune enseignante, je cultive les légumes comme j'ai vu faire mon père quand j'étais jeune. Mais mon accueillante m'a dit qu'elle aimait les choux, alors j'en ai planté ».

« La relation doit être beaucoup plus qu'un simple service, précise Thibaud : un contact interpersonnel. Autour du jardin, jeunes et vieux se confrontent, se disputent souvent. « Les femmes accueillantes ont eu l'habitude d'un mari qui passait plusieurs heures chaque jour au jardin, elles ont du mal à accepter





la présence plus irrégulière d'un visiteur. Elles se plaignent que les allées ne soient pas bien entretenues par les citoyens qui ne s'intéressent qu'à la partie potagère. Les jeunes veulent parfois imposer des méthodes biologiques et des cultures nouvelles très différentes de la pratique antérieure »

Mais ces échanges entre générations font partie de la vie. Toutes et tous reconnaissent qu'elles créent un temps nouveau dans la vie des retraités et contribuent à les sortir de l'isolement. Pour accroître encore le niveau des échanges le centre organise alors des « rendez-vous chez moi », où une accueillante reçoit chez elle, autour d'un café, d'autres partenaires de l'association.

« Une fois par an, ajoute Thibaud, nous organisons un barbecue collectif dans le jardin de l'une des accueillantes ». Toutes ces occasions permettent au centre de « mettre du collectif » et d'éviter que la relation ne tourne qu'autour du simple service rendu mais soit féconde et donne aux uns et aux autres la possibilité de s'écouter et de se comprendre.

Gérer le turn over

Coté accueillants, les volontaires arrivent par le bouche à oreille, ou encore via les services sociaux locaux. Coté accueillis le recrutement des volontaires est plus compliqué. « Nous avons, note Thibaud une forte population de jeunes retraités pour qui le jardinage est un loisir actif. Mais nous avons aussi des jeunes qu'il est plus difficile de fixer : des hommes et des femmes en congé parental, des chômeurs qui trouvent dans le jardinage un dérivatif à leur inactivité ». Le turn over est important et le rôle du centre, assurant la mise en relation, est essentiel. Elle seule permet au projet de se maintenir. Le centre lui-même dispose d'une petite parcelle de terrain où les jardiniers peuvent se retrouver, créer leurs semis et échanger entre eux. « Nous assurons des formations, à la fois sur les sujets techniques du jardinage, mais aussi sur la relation ».

Le club jardin du centre social gère ainsi un bac à compost et une petite serre. « Nous participons à une manifestation nommée « Chlorophylles ». Cela nous



procure des nouveaux adhérents mais aussi, comme nous vendons des plants, cela nous assure quelques revenus. Les gens sont souvent généreux »

L'argent est un problème. « Nos partenaires nous incitent à trouver des ressources qui permettent de pérenniser le projet au-delà du coup de pouce donné au lancement. Mais ce n'est pas simple. Nous demandons une participation, modeste, aux accueillants. Il est plus difficile de convaincre les bénévoles jardiniers qu'ils doivent participer au fonctionnement du projet ».

Le centre de Saint Sébastien est pourtant sollicité pour essaimer dans le département sinon au-delà. « Nous sommes attachés à un territoire et nos échanges accueillants/ accueillis doivent rester dans le cadre local, mais nous pouvons apporter un peu de notre savoir-faire à d'autres centres qui cherchent à développer ce même type d'activités » reconnaît Thibaud Perrin.

L'encadrement des échanges est une condition du succès d'un tel projet qui, hors du soutien du centre et de ses animateurs, aurait bien du mal à durer et à gérer les inévitables difficultés relationnelles.

- **Centre socioculturel de l'Allée Verte**
- 1, Rue de l'Allée Verte
- 44230 Saint Sébastien sur Loire
- 02 40 33 16 88
- accueil@alleeverte-csc.asso.fr

« Nous avons besoin de partenaires de terrain »

Nicole Guelard, attachée aux relations extérieures et sociales à AG2R-La Mondiale à Nantes

Comment avez-vous soutenu le projet Jardin 'âge ?

... J'ai découvert le projet Jardin 'âge, qui me paraissait innovant, ainsi que l'action des centres sociaux sur le sujet du vieillissement. Nous, caisses de retraites AGIRC-ARCCO, avons des services d'action sociale et avons besoin de partenaires pour accompagner des projets. Les centres sociaux sont connus comme acteurs sur le domaine de l'enfance et de la famille, mais leurs actions auprès des personnes âgées ne sont pas reconnues.

Si les caisses du régime complémentaire prennent souvent les décisions au national tandis que, nous, AG2R-La Mondiale, avons la chance d'avoir des délégations régionales plus proches du terrain et des besoins.

Je me suis donc dit qu'il fallait valoriser l'action des centres sociaux auprès des partenaires. Nous avons des valeurs partagées, celles de la démocratie locale, du bien-être et de l'autonomie de la personne âgée, de la culture associative.

D'où une convention ?

... Nous avons décidé de soutenir le projet Jardin 'âge parce qu'il semblait adapté aux besoins, pour notamment permettre aux personnes âgées de bien vivre dans leur logement et sur leur territoire. Nous avons alors signé une convention avec la fédération départementale des centres sociaux. Mais j'ai tenu à ce que cette convention soit signée au Gérontopole des pays de la Loire pour faire reconnaître l'implication des centres sociaux en faveur du vieillissement. En parallèle nous avons lancé un projet de recherche, qui mobilise

sur trois ans des chercheurs régionaux pour évaluer l'impact des actions des centres sociaux sur le thème du vieillissement, de l'aide à la personne âgée et du maintien à domicile.

Quel type d'aide ?

... L'argent est sans doute le nerf de la guerre, mais j'insiste plutôt sur l'aide à l'accompagnement. Le projet Jardin 'âge intéresse d'autres centres. Nous nous sommes engagés à aider Saint Sébastien pour l'essaimage du projet. Il ne suffit pas de mettre un vieux et un jeune dans un jardin et de dire « débrouillez-vous. » Il faut un accompagnement, des critères d'action et d'engagement. Un projet social ne peut non plus fonctionner sur un simple copier-coller. Pour être reproduite, une action doit tenir compte des réalités locales. Les centres sociaux ont cette connaissance.

Vous avez été présente dans le montage du projet ?

... Je me considère comme une généraliste, quand les centres sociaux sont dans une démarche micro-locale. De par mon implication, j'ai un réseau, une expérience et surtout une vue plus large sur la réalité du terrain. Les centres ont, si je puis dire, la tête dans le guidon et moi j'essaie de donner de l'ampleur à ce qu'ils font. Par rapport à la « conférence des financeurs » je les incite à venir avec une proposition globale et non par centre. De mon côté, je m'engage à valoriser les actions auprès des financeurs qui ne connaissent pas forcément l'implication des centres en faveur des personnes âgées.

« La relation intergénérationnelle ne se décrète pas »

Delphine Piolet, responsable des projets scientifiques et médicaux au GÉrontopole des pays de la Loire à Nantes

D'où vient l'idée du partenariat ?

... J'étais auparavant au service de l'APA du Conseil départemental. A ce titre, nous nous rendions aux domiciles des personnes âgées pour évaluer leur degré d'autonomie et déterminer le montant de l'aide personnalisée nécessaire à leur maintien à domicile. Régulièrement, nous entendions des personnes dire « j'aimerais que quelqu'un vienne s'occuper de mon jardin » et j'ai été frappée de l'attachement de certaines personnes âgées à ce jardin dont elles ne pouvaient plus s'occuper et qu'elles voyaient dépérir.

Dans la même période, nous assistions au phénomène de retour vers Nantes de familles parisiennes attachées à une meilleure qualité de vie en province et demandeuses de jardins à cultiver. Il y avait un décalage entre l'offre et la demande. J'ai alors sollicité l'aide de l'AG2R-La Mondiale et interpellé le service développement local du Département.

C'est un peu l'œuf de Christophe Colomb ?

... S'agissant de personnes fragiles, il était évident qu'il fallait envisager des mesures d'accompagnement et de médiation. Il n'était pas possible d'organiser une forme d'échanges sur Internet comme pour d'autres services. Une relation intergénérationnelle ne se décrète pas. Les centres sociaux ont répondu présents. Cela correspondait bien à leurs valeurs, et pouvait aider au lancement d'un service pérenne.

Quel accueil le projet a-t-il reçu ?

... Il s'agissait de créer des réels échanges avec des personnes âgées qui autorisent l'accès de leur jardin à des personnes étrangères. Le paradoxe c'est que la première réponse est venue des jeunes seniors, auquel l'activité jardin a offert une ouverture et une utilité sociale, facilitant le passage à la retraite. C'est en quelque sorte une solidarité entre 3^e et 4^e âge qui s'est instaurée. Sur un autre secteur de la métropole on voit que les candidats au jardin sont des nouveaux arrivants dans le quartier, qui trouvent à travers l'activité une possibilité d'intégration dans la cité. On n'avait pas vraiment pensé à cet aspect mais c'est très intéressant de voir qu'une telle activité contribue fortement à la cohésion sociale et à l'échange entre générations.

Vous êtes maintenant responsable au GÉrontopole des Pays de la Loire, est-ce qu'une telle activité rejoint vos nouvelles préoccupations ?

... Le GÉrontopole a été constitué pour sensibiliser et former les différents acteurs aux enjeux de l'autonomie et de la longévité. Le développement de la longévité n'est pas forcément synonyme de soins et de perte d'autonomie. Nous travaillons sur le « bien vieillir » dans le cadre d'un vieillissement accru, ainsi que, notamment, sur l'axe économique pour inciter les acteurs économiques à offrir des biens et des services adaptés aux personnes âgées.



Bourg-la-Reine

Agir en direction des seniors

CAEL Bourg la Reine

L'action

Le projet englobe des moments « entre soi » qui sont importants, car ils permettent la prise en compte du rythme des personnes selon l'âge, mais également des actions visant la rencontre entre les différentes générations. Ces activités sont un levier pour le lien social et une ouverture sur le territoire : une bricothèque, qui renforce la dynamique de partage et de transmission entre les générations ; des espaces de parole mensuels, appelés « Pause café » ; des promenades grand air et forme physique ; des activités de loisirs et culturelles ; la réalisation d'un spectacle intergénérationnel.

L'origine de la démarche

Aujourd'hui, l'image des personnes âgées dans notre société est celle d'une population aux attentes homogènes. Les différentes actions menées dans la structure, ainsi que le diagnostic global réalisé depuis 2012 montrent au contraire une hétérogénéité et une évolution des attentes.

D'autre part, alors que certaines personnes se retrouvent en situation d'isolement, d'autres très actives sont en recherche d'espaces de rencontres, d'échanges, de partages. Il est également apparu important d'affiner notre connaissance, c'est pourquoi en parallèle, un diagnostic spécifique a été mis en place pour permettre de questionner la manière dont on peut ajuster nos actions.

Les impacts

La démarche de diagnostic partagé conduit par un groupe moteur constitué de bénévoles et adhérents du centre social a révélé les attentes des partenaires de se connaître mutuellement et de mener des actions partagées ; un esprit de travail en complémentarité se dessine. Le centre commence à être identifié sur la question des seniors auprès des différents publics. Les professionnels et bénévoles engagés apprennent beaucoup et sortent de leur a priori et représentations sur les personnes retraitées.

Les facteurs de réussite

- La conduite d'ateliers et actions favorisant la rencontre conjointement à la dynamique de connaissance du territoire.

- La démarche « d'aller vers », à l'extérieur du centre pour toucher des personnes qui ne fréquentent pas le centre social.
- Les actions intergénérationnelles et la transversalité de nos actions auprès des seniors et des autres publics, qui permettent la mixité des publics.

• CAEL, MJC et centre social

- 6 Villa Maurice
92340 Bourg-la-Reine
- 01 46 63 76 96
- www.caelmjc.com



Brantôme

Valeuil, entre traditions et transmission

Esc Brantôme Le Ruban Vert
Communauté de Communes
Drone Et Belle

L'action

Pendant plus d'un an, à raison d'une à deux rencontres par mois, l'animatrice famille a recueilli les témoignages, les anecdotes ou tout simplement la parole des aînés d'un village rural pour que celle-ci soit retransmise aux générations plus jeunes. Ce recueil d'informations, de photos a donné lieu à la réalisation d'une exposition, inaugurée lors de la fête du village, exposée par la suite dans différentes structures de la Communauté de Communes.

L'origine de la démarche

Des aînées, ressentant un fort isolement social, avaient envie de partager leurs souvenirs, leurs traditions. En même temps, la fête de village se trouvait en perte de vue par un manque de collectif.

Les impacts

Les personnes âgées ont été valorisées. Elles s'ouvrent maintenant à d'autres actions du territoire et elles souhaitent continuer à s'impliquer auprès de notre association. Ce projet a également permis une reconnaissance de l'association de la part des habitants et des élus de la commune. L'inauguration de l'exposition a permis de mobiliser du public



pour la fête du village.

Les facteurs de réussite

Les aînées qui participaient au projet ont été actrices de celui-ci, elles se contactaient pour planifier les rencontres. Elles ont parlé sur un sujet qui leur tient à cœur : leur enfance. L'obtention de deux subventions du Crédit Agricole et de la MSA ont permis de réaliser une exposition de qualité, mise en forme par des professionnels de l'imprimerie.

- **Esc Brantôme Le Ruban Vert**
- 9, rue Lacouture
24310 Brantôme
- 05 53 35 19 81
- accueil.brantome@lerubanvert.org



Villeneuve-d'Ascq

Génération 60

Centre social Flers Sart

L'action

Afin de favoriser les échanges et relations entre les différentes générations vivant sur le quartier, un groupe d'habitants retraités et de différents âges, accompagné par le centre social, a créé une série de films humoristiques et organisait des projections débats avec les habitants et les élus. Cette action s'inscrit dans une démarche plus globale du centre social qui favorise par différentes activités le développement du lien des personnes retraitées.

L'origine de la démarche

Le quartier du Flers à Villeneuve d'Ascq est un quartier avec à la fois une forte population de famille et de jeunes enfants et une forte population de personnes retraitées. C'est un quartier éloigné des pôles économiques, culturels, du centre - ville, un quartier auquel les habitants sont attachés.

Les impacts

La démarche concourt à la mixité sociale et culturelle des publics. Ces actions culturelles et de loisirs sont de plus adaptées à des jeunes

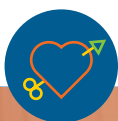


retraités qui ne se retrouvent pas dans les clubs de retraités du 3ème âge.

Les facteurs de réussite

La qualité des actions et notamment des actions culturelles intergénérationnelles adaptées aux besoins et attentes des retraités ; la réalisation de formats courts ; une charte qui définit un cadre ; la création d'un spectacle de danse contemporaine avec Carolyn CARLSON.

- Centre social Flers Sart
- Boulevard Albert 1^{er}
59941 Villeneuve-d'Ascq
- 03 20 99 97 10
- csflerssart@gmail.com



Axe 3.

Aller vers ceux qui sont repliés sur eux-mêmes,
lutter contre l'isolement social

Le passage à la retraite marque le passage à de nouvelles sociabilités. Les relations nouées au sein du monde professionnel s'estompent et disparaissent. La perte d'un conjoint, la disparition de membres de la famille proche (frères, sœurs, cousins...), le départ des enfants souvent pour des destinations éloignées, les voisins qui déménagent remplacés par des familles plus jeunes, le déplacement parfois rendu nécessaire d'un logement mal adapté. Les causes de rupture dans la vie sociale sont nombreuses. Beaucoup s'y adaptent, trouvant dans leur nouvelle situation des opportunités de liens supplémentaires et imprévus. Mais pour beaucoup, la retraite sonne l'heure d'une solitude renforcée.

Dans une étude sur « les solitudes en France »¹ la Fondation de France note l'aggravation des situations : 36% des plus de 75 ans n'ont pas ou peu de contacts avec leurs amis. Les différences sociales, le handicap, les conditions de logement accentuent les difficultés : on est plus souvent seul quand on est pauvre, ou lorsqu'on vit dans un logement social.

¹ Fondation de France : les solitudes en France – Juillet 2014



Les mécanismes de l'isolement social font interagir de nombreux facteurs. Le risque d'être isolé.e augmente très fortement avec l'âge, et le genre est un élément

à prendre en compte quand il s'ajoute à d'autres déterminants. Si toutes les catégories socioprofessionnelles peuvent être affectées, la corrélation entre niveau socio-économique et isolement est établie. Les réseaux de sociabilité des personnes en situation de pauvreté sont moins divers et, dans ce contexte, les conséquences des ruptures sont plus radicales. L'ampleur de l'isolement social en France conduit à s'interroger sur ses conséquences. En contribuant au relâchement de l'attention à soi, il participe à

Paradoxe : la solitude s'accroît dans les milieux urbains et il est plus difficile de se faire des amis quand on vit en ville que lorsqu'on vit à la campagne. Citée dans l'enquête une femme veuve âgée exprime : « Je me sens inutile, je regarde la télé, les documentaires, je lis le soir. Quand il ne fait pas mauvais, je sors, mais je ne rencontre pas de monde que je connaisse ». Une autre ajoute « Je ne parle à personne. Et puis je ne veux pas déranger les autres avec ma tristesse, et donc je ne peux pas m'exprimer et leur dire ma solitude »

Selon l'enquête ils sont de plus en plus nombreux à estimer difficile sinon impossible d'engager la conversation avec un voisin, à rencontrer un visage ami en se promenant dans la rue, à aborder un inconnu.

L'anonymat des grandes villes accroît les difficultés, sans évoquer le sujet de la « sécurité » pourtant bien présent dans les esprits. Tous ceux qui parcourent les quartiers : militants associatifs ou caritatifs, politiques engagés dans des opérations de porte-à-porte notent la multiplication des grilles, des verrous et des alarmes, qui sont, certes, une protection mais aussi un obstacle à une communication de proximité.

l'affaiblissement et à la dégradation globale de la santé. Il existe une forte corrélation entre l'isolement relationnel et le renoncement aux soins. L'isolement social est un facteur aggravant dans des situations de fragilité et de vulnérabilité psychologique et une cause d'accélération de la perte d'autonomie chez les personnes âgées. Il est une cause majeure de non-recours aux droits et un enjeu majeur pour la cohésion sociale car il renforce les mécanismes d'exclusion.

- **Jean-François Serres**
- *Rapport CESE Combattre l'isolement social pour plus de cohésion et de fraternité*
- *In : « Journal officiel de la République française – Juillet 2017 »*



Pour les centres sociaux dont la fonction est de maintenir ou de restaurer le lien social, l'enjeu est fondamental. Il ne suffit plus d'ouvrir les portes des centres, d'organiser des activités et de distribuer des programmes alléchants. Il faut « aller vers », c'est à dire se rendre au plus près des lieux de vie des personnes âgées et ouvrir les portes, engager des relations de personne à personne, créer des temps et des lieux d'écoute adapté. Il s'agit aussi bien sûr de réduire les difficultés de déplacement et de transport, d'être sensible au handicap, et d'accepter le temps long d'une relation qui ne peut se nouer que progressivement.

FOCUS SUR L'EXPÉRIENCE DE...

Loon Plage : Des habitants relais Pour aller « au-devant » des séniors isolés

« Quand on est vieux et seul, la pire des maladies c'est la solitude ». Annick se souvient du jour où elle a entendu ces propos. Membre actif d'une équipe de bénévoles elle rendait visite à un homme âgé. « Auparavant je rendais visite à sa femme. Lorsqu'elle est morte nous avons continué à visiter son mari et c'est alors que nous avons découvert à quel point il souffrait d'être seul ». Encore actif et mobile, le visité s'est mis lui aussi à rendre visite à ses amis du même âge, trouvant ainsi une utilité dans sa vie de solitaire : celle de se tourner vers les autres.

Annick, 69 ans, a accumulé plus de 40 ans de bénévolat à Loon Plage, une ville industrielle proche

de Dunkerque. Il y a de cela 10 ans, le centre social a été associé à une étude de l'AGUR, l'agence d'urbanisme. Le diagnostic local a révélé la présence d'un très grand nombre de personnes âgées sur le secteur dont beaucoup sont terriblement isolées. Que faire ?

La direction du centre et celle du CCAS se sont alors concertées. Tandis que le centre Socioculturel accueille bon nombre de bénévoles seniors, actifs et désireux de s'investir, le CCAS de son côté recense et aide les personnes âgées seules, isolées et parfois dépendantes. La collaboration entre les deux structures a fonctionné dès le lancement du projet des « personnes relais ». Elle se poursuit encore et s'est même élargi à d'autres partenaires, le CLIC local, les associations d'aides à domicile, le service social départemental.

Le projet des « personnes relais » vient ainsi s'inscrire en complément de l'action sociale locale, de l'intervention des auxiliaires de vie, des aides et soins à domicile dont le rôle est important, « mais qui n'ont pas le temps de parler et d'écouter ».

Maintenir un lien avec l'environnement

Au centre revient la mobilisation et l'appui aux bénévoles visiteurs. Au CCAS celui de repérer les personnes à visiter. En vérité tout le monde participe à la « veille sociale » qui consiste à détecter dans le tissu urbain de la ville et de ses quartiers les personnes en situation d'isolement. « Parfois, note Katia Robitaille, directrice adjointe du centre socioculturel et

réfèrent du projet, ce sont les familles qui nous interpellent pour un de leurs parents. Nous nous y rendons pour une visite préalable. Le principe est qu'il faut absolument respecter les personnes chez qui nous nous rendons. Lorsqu'on est très âgé accueillir un visiteur est quelque fois difficile ».

Le premier pas franchi, les visites s'organisent. Une équipe de bénévoles, presque tous seniors, se partage les visites. Au moins une fois par semaine il y a un contact à domicile. Des liens se nouent. Dans la relation les échanges sont riches, chacun parle de son expérience. « Je me souviens, raconte encore Annick, que lorsque je me suis présentée pour la première fois chez une personne, celle qui m'a accueilli a parlé presque deux heures sans discontinuer tant elle avait besoin d'être écoutée ».

On échange ainsi sur la vie, le passé, l'histoire des uns et des autres, les souvenirs qu'on a accumulés. On s'échange des recettes de cuisine, parfois un gâteau ou un café. Annick s'est ainsi constitué une galerie de portraits, des enregistrements et des photos qu'elle accumule et qu'elle édite avec le centre dans des « livrets » qui servent de témoignages et de relais sur la vie d'autrefois, les métiers auprès des enfants et des jeunes.

Au fil des ans le projet s'est étoffé de jeunes en service civique, recrutés par Unis-cité. « C'est parfois difficile de mettre ensemble des jeunes gens avec des seniors, mais cela suscite des échanges positifs ». Les jeunes volontaires sont présents pour huit mois. Ils sont plutôt en charge de développer des activités collectives auprès des personnes isolées. Les rencontres

Favoriser l'inclusion sociale des personnes vivant en résidence autonomie

La loi d'adaptation de la société au vieillissement vise à promouvoir les formes « d'habitat intermédiaire » entre logement individuel et établissements médico sociaux, à développer les lieux de vie collectifs pour personnes retraitées autonomes à travers la transformation des « foyers logement » en « résidences autonomie ». Les centres sociaux sont des points d'appui pour favoriser d'inclusion des personnes qui y résident dans la vie sociale du territoire, changer le regard aussi des habitants sur les résidences autonomie et favoriser leur attractivité territoriale. A travers une démarche « d'aller vers » auprès des personnes qui y résident et l'information sur les activités du centre social, à travers des activités prétexte pour faire se rencontrer

les publics, comme la co-organisation d'une fête des voisins, de quartier, ou d'autres activités plus atypiques. Ainsi dans le Val d'Oise où les projets d'animation sont co-élaborés avec la résidence pour personnes âgées, l'animateur d'une Maison de Quartier s'est appuyé sur les partenaires locaux et les services municipaux afin de produire un outil de compostage. Le compost est aujourd'hui implanté dans le jardin de la résidence. Grâce à ce projet les personnes âgées résidentes de l'ARPAVIE ont identifié la Maison de Quartier comme leur « second lieu de vie ». Ils ont intégré différents groupes inter-générationnels et se sont intégrés dans des projets répondant aux préoccupations des parents et grands-parents.



individuelles se complètent ainsi de jeux de société, de promenades dans le quartier, de cafés partagés en fonction des capacités physiques des personnes visitées. Elles contribuent à ce que les plus âgées puissent maintenir un lien avec leur environnement.

« Malheureusement, note Annick, ils ne sont là que pendant l'année scolaire ou universitaire. L'été pour les personnes âgées c'est la période la plus difficile. Les auxiliaires de vie ne sont plus présentes, la famille non plus et c'est le moment où on se sent

le plus seul. Nous nous efforçons de maintenir le contact. Même quand je suis en vacances j'essaie de passer un petit coup de fil. Souvent quelqu'un me remplace, mais les seniors n'aiment pas trop changer leurs habitudes ».

Appuyer l'engagement citoyen

Toutes les six semaines les bénévoles de l'équipe se retrouvent entre elles pour échanger, avec l'appui

« Pour recréer du lien social, il faut être à trois minimum ! »

La démarche MONALISA

La démarche MONALISA* (Mobilisation Nationale Contre l'Isolément Social des Personnes âgées) initiée en 2012, avec l'aide de plusieurs associations nationales dont la FCSF, vise à faire « cause commune » autour de cet enjeu de société. Pour cela elle cherche à catalyser les initiatives en favorisant les coopérations entre acteurs et en développant des formations des bénévoles. Dans les actions menées par les centres sociaux, quelques conditions de réussite ont été repérées :

... Être au clair sur la finalité : l'enjeu n'est pas de suppléer aux professionnels sociaux ou médico sociaux, mais il est de favoriser l'engagement citoyen de proximité dans une perspective de développement de nouvelles solidarités de voisinage.

... Prendre en compte la diversité des publics retraités et des besoins : en sortant de l'image d'une population cible qui serait d'abord celle des plus de 75 ans

en situation de perte d'autonomie, mais toucher la diversité des populations, et le plus en amont possible dans le parcours de vie : ruptures liées à l'arrivée à la retraite, veuvage, accros de santé, populations migrantes vieillissantes, populations vivant en habitat intermédiaire, etc : plus on agit en amont, plus l'action de lutte contre l'isolement social est efficiente.

... Développer une diversité de réponses individuelles et collectives, qui ne se réduisent pas à la « visite de courtoisie » : des démarches individuelles ponctuelles ou plus régulières qui ouvrent à des groupes, ou inversement des actions collectives (par exemple une fête des voisins, de quartier) qui permettent de repérer et d'accompagner des situations individuelles. En effet le lien social ne se construit jamais à deux, pour recréer du lien social, il faut être à trois minimum, ouvrir à d'autres !

* pour aller plus loin : www.monalisa.fr



du professionnel. « En fait note Katia ils peuvent à tout moment contacter un des professionnels pour leur faire part d'une difficulté ». Le relais avec des spécialistes, ceux du centre ou ceux du CCAS est utile. Les visiteurs sont souvent confrontés à des problèmes : une démarche à effectuer, une demande d'aide, une maladie et un handicap.

Lors des réunions collectives les personnes relais s'échangent sur les personnes qu'elles rencontrent. Toutes ont traversé des situations difficiles. « Nous avons eu une formation autour de la question du « deuil » raconte Annick. C'est toujours difficile lorsqu'une personne que nous visitons vient à mourir ». Il est important de pouvoir en parler et d'exprimer ce qu'on ressent.

Lors d'une dernière réunion le sujet du jour portait sur la nécessité d'aider une des membres de l'équipe. « Des problèmes de santé ne lui permettent plus d'assurer ses visites et nous lui avons dit : tu as beaucoup donné, c'est à ton tour de recevoir. Nous

allons venir te visiter. Elle a été soulagée ».

Ce que Katia appelle l'effet « miroir » c'est la possibilité offerte à chacun de réfléchir sur le sujet du vieillissement. Les réunions collectives sont aussi des temps d'échange. Les financements de la CARSAT ont permis le recours à des intervenants extérieurs, spécialisés sur ces sujets, pour un travail pour les autres mais aussi pour soi-même.

Le projet des « personnes relais » de Loon plage va fêter ses dix ans. L'expérience a tenu sur la durée. Au fil des ans les partenaires, le centre et le CCAS, ont appris à mieux se connaître et à cultiver leurs complémentarités. Avec l'enjeu de continuer à renouveler l'équipe et à l'ouvrir à de nouveaux bénévoles pour de nouvelles actions.

- **Centre socioculturel Loon Plage**
- 60A, Rue Georges Pompidou
59279 Loon Plage
- 03 28 27 39 64
- csc.loon.plage@wanadoo.fr

Comment repérer, aller vers ceux qui sont isolés ?

La lutte contre l'isolement social nécessite une veille sociale partagée s'appuyant à la fois sur les outils traditionnels de repérage des situations de vulnérabilité (par les professionnels du travail social, les intervenants à domicile, etc) et sur le savoir - faire spécifique des centres - sociaux dans l'accueil, l'écoute « dans » et « hors les murs ». La force du centre social réside d'abord dans sa richesse humaine, la capacité à s'appuyer sur les adhérents du centre social, qui sont autant d'acteurs potentiels dans le repérage et le soutien aux solidarités de voisinage. Plusieurs types d'actions sont repérés :

... Des habitants « voisins solidaires ».

Par exemple : dans un territoire rural de Flandre Maritime, au centre social de Bourbourg (59), un réseau d'une soixantaine « de seniors vigilants », qui dans chacun des villages et quartiers, sont en situation de veille pour repérer les situations d'isolement social.

... Du porte à porte dans le quartier.

Par exemple : dans une Cité minière du Nord, à la Maison de Quartier Bellevue à Denain (59), le « café de la connaissance », une démarche de porte à porte à plusieurs moments de l'année, en binôme bénévole - professionnel, avec du café, pour faire le tour des habitations, prendre le temps de rencontrer les gens, faire connaissance, être à l'écoute de ce que vivent les personnes.

... Des animations dans l'espace public pour rencontrer et recueillir la parole des habitants.

Par exemple : l'utilisation de l'outil « carte du territoire » qui consiste à repérer où sont les lieux privilégiés dans le quartier où passent les personnes retraitées (commerces,



places,) puis aller à leur rencontre pour les écouter, recueillir leur perception des problématiques du vieillissement du territoire

... Des centres sociaux itinérants, « Hors Les murs ».

Par exemple dans le Ségala Tarnais (81), le centre social de Valdériès anime « L'Escambar, le café des échanges », un camion aménagé qui s'installe sur les places les jours de marché ou près d'un équipement public comme la bibliothèque : on y trouve tout ce qui fait la fonction accueil d'un centre social : des tables et des chaises où s'asseoir et partager le café et rencontrer d'autres, échanger des idées et proposer des savoir - faire, avoir des informations sur la vie du territoire ; un lieu aussi d'accès numérique, et d'accompagnement dans les démarches administratives. Cette action s'articule avec d'autres démarches du centre social : « l'escambar des aidants », un temps de répit pour les aidants familiaux, et « parlot'âge », un réseau de bénévoles visiteurs à domicile.

« Considérer le vieillissement comme quelque chose qui nous concerne tous »

Anne Dumay, présidente de la commission des solidarités au Conseil départemental des Ardennes.

Quelle importance prend la question du vieillissement dans les préoccupations du conseil départemental ?

... Notre territoire est naturellement marqué par un fort vieillissement, avec des problèmes de mobilité. Dans les zones rurales, l'isolement est lié à l'éloignement et à la difficulté de trouver les services rendus par les collectivités. Mais, dans les zones urbaines, on voit se développer un isolement social de personnes qui ne peuvent plus compter sur les solidarités familiales compte tenu de l'éloignement de celles-ci.

Quelle est votre action ?

... En tant que Conseil départemental notre principale responsabilité c'est de délivrer l'aide à l'autonomie. Mais la question de la prévention de la perte d'autonomie est pour nous essentielle. Je pense à titre personnel que ce qui est important face au vieillissement c'est de permettre à chacun d'être acteur et de faire librement ses choix que de rester à domicile ou en établissement.

Quels besoins avez-vous recensés dans le cadre de la conférence des financeurs ?

... On peut citer l'accès aux soins et à la santé, aussi la mobilité, et des choses comme l'encouragement à l'activité, la gymnastique adaptée et des actions pour la préservation de l'équilibre et la prévention des chutes. Nous accordons également de l'importance à l'aide aux aidants. On voit aujourd'hui des jeunes retraités qui ont à s'occuper de leurs

parents, de leurs enfants voire de leurs petits-enfants. Certains sont littéralement épuisés et ils ont besoin d'être soutenus.

Et le lien social ?

... Bien sûr c'est un élément important et nous comptons sur les centres sociaux pour développer cet aspect. Ils ont accès à l'ensemble de la population et constituent une interface indispensable pour nos actions de prévention. Le fait que la Fédération des centres sociaux soit elle-même engagée dans la conférence des financeurs nous permet d'espérer que les centres développent des propositions.

Comment ?

... Nous lançons des appels à proposition. Nous venons d'en lancer un et nous attendons d'ici la fin d'année de voir quels projets vont pouvoir être soutenus. Les moyens disponibles ne sont pas négligeables. Les projets sont intéressants, avec par exemple un projet de tablettes numériques pour des seniors isolés porté par la Fédération des Ardennes et qui va, je l'espère, se développer. Pour dire les choses d'une façon plus personnelle, j'essaie toujours lorsque je suis devant une proposition de me dire : est-ce que cela conviendrait à mes propres parents, ou à moi-même ? Il ne faut pas considérer le vieillissement comme quelque chose d'éloigné mais qui nous concerne tous.



Mauléon

Des dimanches loisirs

Centre socioculturel
du pays mauleonais

L'action

Une proposition de sorties principalement le dimanche s'appuie essentiellement sur un réseau de personnes ressources bénévoles identifiées dans chaque commune pour la communication sur les sorties. Une inscription avec adhésion au centre socioculturel et recueil d'informations (adresse, besoin d'aide au transport ou non,...) permet de connaître les communes de résidence des personnes concernées. Les sorties ont des contenus très différents : cinéma, conférence, pique-nique convivial, parc floral, restaurant... ces temps sont vécus avec beaucoup de convivialité, de plaisir et de découverte.

L'origine de la démarche

Des personnes participant depuis plusieurs années aux activités du centre socioculturel du pays Mauléonais ont exprimé le sentiment de solitude du dimanche. Ils étaient intéressés par des sorties, mais certains freins existaient : la peur d'y aller seul et pour certains des problèmes de mobilité.

Les impacts

Aujourd'hui, le maillage de cette action sur le territoire permet une vigilance auprès du



public vieillissant. De plus des passerelles existent entre d'autres groupes comme les visiteurs à domicile ou les dimanches des loisirs. Ces ouvertures décloisonnent ces activités et rendent lisibles le sens de notre projet « Bien vieillir en Mauléonais ».

Les facteurs de réussite

Cette action s'appuie sur un réseau solide de bénévoles.

- Centre Socioculturel du Pays Mauleonais
- 6, Grand'Rue
79700 Mauleon
- 05 49 81 86 31
- Contact.Mauleonais@Csc79.Org



Colombes

Café jeux seniors

Centre socioculturel des Fossés-Jean

L'action

L'objectif premier du café jeux seniors est de rompre l'isolement des seniors, particulièrement des migrants vieillissants. Les rencontres hebdomadaires sont un bon moyen pour y remédier. En outre, ils participent à des sorties culturelles intergénérationnelles, ainsi qu'à des animations collectives en lien avec les problématiques qu'ils font émerger : santé, accès au droit, informatique

L'origine de la démarche

Un foyer ADOMA se situe dans le quartier. Certains chibanis sont isolés. De plus, la rénovation urbaine a été enclenchée et bouleverse les habitudes de ces seniors. Ils avaient coutume de se retrouver sur des bancs qui ont été supprimés à cause des travaux. Fort de ce constat, le centre socioculturel a proposé de créer un accueil café jeux tous les mercredis matin au centre socioculturel, en partenariat avec la médiathèque voisine. Ce moment permet aux seniors de se retrouver et d'être moins isolés.

Les impacts

Cette action permet le maintien du lien



social des seniors isolés. Un noyau dur est présent régulièrement. Ce rendez-vous est incontournable pour eux et favorise réellement leur maintien en autonomie.

Les facteurs de réussite

Le fait que cet accueil se déroule chaque mercredi, toute l'année permet vraiment aux personnes d'avoir un rendez-vous régulier, sans avoir à se soucier du calendrier.

- **Centre socioculturel des Fossés-Jean**
- 11 rue Jules Michelet
92700 Colombes
- 01 42 42 86 76
- infos@csc-fossesjean.com



Coulounieix- Chamiers

Jobs d'été

Centre social Saint-Exupery

L'action

Pendant les deux mois d'été, 12 jeunes luttent contre l'isolement des personnes âgées en participant aux animations de vie sociale et en rendant des services gratuits aux domiciles des personnes âgées. Des seniors bénévoles initient ces jeunes mineurs à la relation intergénérationnelle en les accompagnant au domicile des personnes âgées.

L'origine de la démarche

Le quartier du plateau du Mont Valérien compte 23% d'habitants âgés, 42% des personnes vivant seules ont plus de 55 ans. La Maison Pour Tous a repéré des situations d'isolement familial et géographique ainsi qu'un sentiment d'inutilité exprimé par les seniors lors du précédent diagnostic de quartier. De plus, les seniors consultés lors des diverses réunions d'évaluation des besoins, ont souligné un manque d'activités intergénérationnelles sur le quartier.

Les facteurs de réussite

Une connaissance des problématiques des personnes âgées et du territoire par l'animatrice diplômée D.U. de gérontologie et par l'animatrice (coordinatrice du pôle senior). Une co-animation par deux pôles du centre



social (seniors / jeunes).

Une régularité de l'action depuis 5 ans (favorise son repérage par les personnes âgées, par les jeunes et par les partenaires).

Des jeunes qui s'engagent dans l'action en connaissant le contenu (communication locale).

Des partenaires parties prenantes de l'action qui proposent du contenu.

Une action développée dans un projet « personnes âgées » plus global à l'échelle de la commune.

- Centre social Saint Exupery
- Avenue du Général de Gaulle
24660 Coulounieix-Chamiers
- 01 41 37 64 80
- direction.cscmpt@gmail.com



Axe 4.

Agir sur les enjeux d'aménagement (habitat, cadre de vie, transport...)

Involontairement sans doute, la société contemporaine produit de la dépendance. L'âge et les difficultés physiques réduisent, tout naturellement, l'espace de vie des retraités. En ville, ou à la campagne, l'univers se rétrécit, les temps de déplacements s'allongent. Mais c'est la vie moderne qui, bien souvent, condamne la personne âgée à l'isolement : les commerces de proximité disparaissent, remplacés par des centres commerciaux en périphérie.

Le regroupement des communes et des administrations publiques, pour une meilleure efficacité, éloigne les retraités les plus âgés des lieux de service. Les lieux de rencontre traditionnels, marchés du centre-ville, boutiques et bistros, lieux de promenade disparaissent ou s'éloignent des lieux de vie.

Même les services médicaux, de plus en plus souvent regroupés dans des centres médicaux, de-



Les travaux sociologiques récents constatent qu'actuellement la mobilité ne répond plus seulement à un besoin ou, mieux, à un désir. La

structuration des espaces et des temps l'a rendue incontournable. Tout en devenant, pour beaucoup, une contrainte, la mobilité a accédé - au même titre que le logement, le travail ou la santé - au rang de marqueur contemporain de l'intégration sociale. Comme toute idéologie, celle qui proclame l'ère de la mobilité généralisée est performative. Elle produit les formes d'existence et les formes d'exclusion. A l'heure actuelle, l'immobilité devient synonyme de retrait, d'incapacité,

voire d'enfermement. L'injonction à la mobilité qui accompagne l'idéologie de mobilité généralisée est imprégnée d'une conception particulière de l'individu. En effet, la mobilité valorisée dans ce contexte est une mobilité autonome. Il convient alors de se demander quelle est la teneur de cet adjectif « autonome » qui associée à la mobilité lui confère sa valeur intégratrice.

- **Amélie Daems, Greg Nijs**
- *L'expérience des déplacements quotidiens à mesure de l'avancée en âge : ce qui nous tient*
- *In « Penser les vieillesse »*
Ed/ Seli Arslam



viennent moins accessibles. Les moyens modernes de co-voiturage, réservés aux usagers d'Internet, sont impossibles pour beaucoup.

Moins de mobilité, c'est une vie plus difficile, des services devenus éloignés, une plus grande dépendance du bon vouloir des proches. Mais c'est aussi un isolement qui se renforce. Bouger, c'est rencontrer, nouer ou maintenir des contacts, participer à la vie collective, aux fêtes, aux rencontres et aux offres culturelles, c'est tout bonnement être citoyen d'un monde où tout et tous bougent.

Dès lors, agir sur la mobilité physique comme psychologique et mettre en place des modes de déplacement adaptés aux plus âgés c'est favoriser l'autonomie, et maintenir en vie sociale des personnes qui, sinon, sont condamnées à l'exclusion.

FOCUS SUR L'EXPÉRIENCE DE...

La Paz de Saint Jean en Royans : Le Royans express relie les isolés entre eux

L'ambiance est un peu morose dans le minibus du Royans Express ce matin. C'est qu'il manque quelqu'un « la pauvre madame V elle n'a vraiment pas eu de chance. Et dire qu'elle était encore là la semaine dernière ». Par chance, le Royans express pourra être affrété pour amener les intéressés à la cérémonie d'enterrement.

Ainsi va la vie dans le plateau du Royans qui s'étale jusqu'aux crêtes abruptes du Vercors. Une dizaine de petits villages dispersés sur un vaste territoire autour des deux centres, Saint Jean et Saint Laurent. Ce matin-là le minibus du centre social La Paz, conduit, comme tous les jeudis une série d'habituées vers le super marché de Saint Jean. « Dans les villages tous les commerces ont fermé », note Simone qui ajoute que le trajet vers le magasin lui permet de profiter des promotions : « avec une si petite retraite on est obligé de tout compter ».

Dans le bus, malgré l'adversité de ce matin-là, on papote, on se donne des nouvelles des uns et des



autres. « Quand j'ai fini ma tournée, je connais tous les potins » avoue en souriant Marie, l'accompagnatrice. A côté du chauffeur elle collecte les billets, à 2 euros par trajet.

Le Royans express relie ainsi entre eux les retraités isolés de ce secteur rural. Chaque matin il suit un parcours régulier et s'arrête aux lieux prévus où attendent les usagers habitués à l'horaire. Mais le minibus peut aussi répondre aux demandes individuelles. Il suffit de réserver, cette fois pour 4 euros. Ce peut être pour un rendez-vous chez le médecin, la banque ou la poste. Mais notent les responsables du projet « le transport à la demande est de plus en plus utilisé pour des participations à des activités » : des rencontres, des après-midi récréatives ou des fêtes. Les kilomètres parcourus par le bus sont autant de liens qui se nouent entre les habitants.



Et pas que les usagers. Derrière Hubert, embauché pour gérer le service, c'est toute une équipe de bénévoles qui s'est mise en place. « J'étais dans le transport, raconte Jacques. C'est ma femme qui m'a entraîné. Deux ou trois fois par mois, quelque fois plus, je conduis le bus. Ça me fait une activité et surtout des rencontres ».

Justement ce soir-là, au centre social La Paz, il y a réunion de tous les bénévoles chauffeurs et accompagnateurs (toujours deux personnes dans le bus). On discute des itinéraires, des lieux d'arrêt, on se raconte aussi la vie du pays, on s'échange. Il est question de compléter le minibus par un transport plus individuel. Le centre envisage l'achat d'un véhicule électrique. « Ce serait mieux pour les transports à la demande, on pourrait démultiplier les trajets et il ne serait pas nécessaire de sortir le bus pour une seule personne ».

La soirée entre bénévoles, se finit par une partie de pétanque acharnée. Le Royans Express ce n'est pas que du service pour les isolés, c'est aussi un moyen pour les jeunes retraités encore actifs de servir à quelque chose d'utile.

Un collectif Part'âge

C'est le centre social La Paz de Saint Jean en Royans qui en a été à l'initiative. « La réflexion sur le vieillissement a pour nous toujours été évidente, ra-

conte Isabelle Concessi la directrice. Le centre gère en effet un service mandataire de portage des repas aux personnes âgées du secteur. « Nous avons, ajoute-t-elle, depuis longtemps assisté au vieillissement d'un secteur semi-rural, où les personnes sont isolées dans les villages dispersés du secteur ».

Le centre a porté avec la Communauté de communes la création du collectif « Part 'âge » qui s'est mis en place à l'échelle du territoire et qui réunit tous ceux qui sont, de près ou de loin, en lien avec les personnes âgées : centre social, Communauté de communes, communes, CCAS, Conseil départemental, clubs, associations institutions établissements médico-sociaux. Une étude a été menée pour recueillir les avis. « Chaque structure s'est proposée pour interroger ses adhérents et ses usagers », raconte Aïcha Quemener responsable à la Communauté de commune. « Il en est ressorti deux problèmes essentiels pour les retraités du secteur : la mobilité et l'isolement ».

C'est de ce constat qu'est partie l'idée du Royans express. Le Département, autorité de transport, a abandonné la desserte du territoire. Seuls circulent les bus scolaires pour acheminer les collégiens vers Saint Jean et les lycéens vers Roman. Mais rien qui permette de desservir l'intérieur du territoire alors que, outre les personnes âgées, le Royans inclut plusieurs établissements sanitaires et sociaux et que les personnes handicapées y sont également nombreuses. « C'est alors que nous avons proposé d'organiser le service » ajoute Isabelle Concessi. Le financement du véhicule a été rendu possible par l'apport de deux Fondations, la CARSAT a contribué au lancement du projet. « Nous arrivons au bout du financement et le problème qui va se poser bientôt sera celui de la pérennisation du poste salarié ». Financer le véhicule n'a pas été un problème. Plus difficile est le financement du fonctionnement. Les bénévoles répondent facilement. La difficulté c'est bien sûr d'encadrer un tel service, d'assurer le planning, et de répondre aux demandes individuelles. L'embauche d'un permanent a été possible. Il est indispensable que l'emploi puisse être pérennisé.

« Apporter des réponses locales aux problèmes locaux »

Christian Morin, maire de Saint Jean en Royans et vice-président du conseil départemental de la Drome

Comment agir face au vieillissement ?

... En tant qu'élu, on est naturellement confronté au vieillissement de la population, que l'on doit accompagner pour permettre à nos concitoyens de bien vieillir.

Ici à Saint Jean, nous avons un EHPAD, mais je vois qu'on y trouve des gens de plus en plus vieux et qu'il n'est plus question d'une maison de retraite mais plutôt d'un établissement hospitalier pour personnes âgées. Vis à vis de la population âgée, je pense qu'on doit accompagner sur deux plans : le logement, et la vie quotidienne.

Que faire ?

... Nous devons lutter contre la désertification médicale. C'est important d'agir car il est plus difficile de remettre en place une structure médicale que de maintenir ce qui existe. C'est pourquoi je défends un projet de maison médicale, qui imposera peut être des déplacements, mais évitera à la population, notamment âgée, de devoir se rendre à Romans ou plus loin pour des soins qu'on ne trouve plus sur place.

Vous encouragez le Royans-express ?

... Le problème de la mobilité en milieu rural est très important et il s'agit d'une réponse adaptée. Je l'ai soutenu en tant que maire mais aussi en tant que vice-président départemental. Je pense que ce service reste encore sous-utilisé et qu'il faut amplifier les efforts d'information et de communication.



C'est une initiative du centre social ?

... Il me semble que la collectivité a le devoir d'accompagner les initiatives et pas forcément de tout faire et tout décider. A quoi bon mettre en place des services publics qui, peut-être, ne répondront plus aux besoins dans quelques années. Mieux vaut encourager l'initiative privée. D'autant que le Royans express intègre l'apport de bénévoles. Pour moi ce n'est pas que du transport, c'est du lien, de la relation sociale locale. On pourrait développer ce service par une offre de portage de livres de la bibliothèque auprès des personnes isolées.

Comment éviter que les services publics ne désertent les zones rurales ?

... Vous savez on ne peut pas grand-chose. En tant qu'élu je n'ai pas eu mon mot à dire lorsqu'on a fermé la trésorerie. Je pense qu'il faut être pragmatique. On peut crier que c'est la faute de l'Etat ou de l'Europe, mais c'est mieux de chercher à apporter des solutions locales aux problèmes locaux.



Poitiers

Viure ensemble au sein de la résidence intergénérationnelle

Association des centres
socio-culturels des 3 cités

L'action

Le projet « Vivre Ensemble » a pour finalité de co-construire avec les habitants de l'immeuble intergénérationnel, actuels et ceux à venir, les modalités et le cadre d'une vie interne à l'immeuble la plus agréable possible.

L'origine de la démarche

Suite à la mobilisation des habitants quant au risque de la destruction d'un immeuble et au vu des différents diagnostics effectués ces dernières années, les principaux besoins tournent autour des problèmes de voisinage, de solitude et d'isolement, et des problèmes liés au vieillissement et à la perte d'autonomie. Le projet s'intègre dans un programme d'actions démarré depuis 2006 et qui couvre :

- La rénovation de l'immeuble HLM
- La mise en place de services d'aide matérielle et administrative
- La création d'un centre de santé

Les impacts

Mobilisation d'un groupe d'habitants important autour de l'espace convivial ; mobilisation des medias sur le projet de centre de santé ; une forte mobilisation du centre socioculturel autour de ces projets.



Les facteurs de réussite

Considérer la place des habitants comme prééminente et ce de manière permanente ; s'inscrire dans la durée, le temps long ; accepter les critiques faites au centre et aux animateurs, non pas en tant que personnes, mais en tant que représentants ; effectuer un travail permanent de contact et de mobilisation, considéré comme une phase centrale du projet.

• Association des centres socioculturels des 3 cités

- 1, Place Léon Jouhaux
86000 Poitiers
- 05 49 01 29 97
- direction@3cites-csc86.org



Benet

Transport solidaire Le Kiosque

Centre socioculturel Le Kiosque

L'action

Dans une situation géographique rurale, des bénévoles permettent aux personnes isolées de se déplacer pour certaines nécessités de la vie courante : aller au marché, se déplacer chez le docteur, croiser du monde. Le Centre social du territoire de la Communauté de Communes de Vendée-Sèvre-Autize aura en charge de fédérer les chauffeurs bénévoles au niveau intercommunal en lien avec le centre social du territoire voisin.

L'origine de la démarche

Après une enquête, deux constatations ressortent : d'abord, « les personnes, qui ne disposent pas d'un moyen de transport individuel et qui vivent dans un milieu rural, souffrent d'isolement. » De plus, « le passage à la retraite est parfois mal vécu par des personnes qui se retrouvent sans activité. » Une première commune rurale interpelle le centre pour organiser des matinées « marché » en minibus. La demande se développe en individuel et sur d'autres communes limitrophes.

Les impacts

La mobilité des personnes entraîne un mieux être en leur permettant de sortir de leur isolement et de retrouver l'envie de participer à de nouvelles actions et de ressentir à nouveau une utilité.

« Des bénéficiaires nous ont dit qu'ils revivaient grâce à ce service. Ils peuvent à nouveau se déplacer sans être redevables de quelque chose. Le fait d'avoir officialisé le frais kilométrique simplifie la relation entre le chauffeur volontaire et le bénéficiaire, chacun est à sa place. »

Pour les chauffeurs volontaires, c'est bien plus qu'emmener quelqu'un à un rendez-vous. « On se sent utile, c'est un acte solidaire ! »

Du transport solidaire, l'offre de mobilité se développe pour d'autres publics : location de scooter, de voiture, prêt de vélos, accessibilité au permis de conduire, remise à niveau du permis de conduite, etc .

Les facteurs de réussite

Les partenariats entre CCAS, Communes et centres sociaux.

La mise en commun des informations entre les différents partenaires pour optimiser les tournées, et aujourd'hui pour construire des solutions pour une pluralité de public.

Une implication très forte des chauffeurs bénévoles.

- Centre socioculturel Le Kiosque
- 13, rue de la Cure 85490 Benet
- 02 51 87 37 76
- csc_benet@yahoo.fr
- www.lekiosque.centres-sociaux.fr
- youtu.be/RvFmd41-bQc



Montreuil

Balades urbaines

Maison de Quartier Esperanto
Centre social Lounes Matoub

L'action

Les promenades ou balades urbaines ont lieu dans différents quartiers de Montreuil, mais aussi à Paris, dans le cadre d'un partenariat avec la Caisse Nationale d'Assurance Vieillesse. C'est l'articulation de multiples approches qui fait de cette action spécifique un projet permettant d'offrir une réponse globale aux problématiques et aux enjeux liés au vieillissement de la population sur le territoire, de favoriser le bien vieillir des personnes âgées sur leur territoire et d'agir sur les questions de mobilité.

Les promenades urbaines veulent d'abord favoriser le lien social sur les territoires, en leur offrant des temps dédiés pour se rencontrer, côtoyer les habitants des autres quartiers et ensuite découvrir et s'adapter à l'évolution du territoire. Ces rencontres sont rendues possibles par le travail commun entre le centre social Lounes Matoub et Esperanto qui sont implantés sur des quartiers différents. Ces promenades agissent enfin sur la santé des seniors à travers une activité physique : la marche et un travail sur la mémoire.

Les facteurs de réussite

Cette expérience est pensée en lien et avec l'appui des acteurs institutionnels et associatifs du territoire, artiste et urbanistes, pour permettre de retracer les vécus et les changements de la ville et ses transformations à la fois urbaines et architecturales. Par

cette entrée, on permet aux seniors de non seulement découvrir mais aussi de s'adapter à l'évolution du territoire montreuillois et francilien. Plus que de permettre aux seniors de se réapproprier leur territoire dans une société où ils ne sont pas assez valorisés, ce projet insiste sur la dimension de valorisation des seniors en tant que citoyens riches d'expériences et de savoirs qu'ils souhaitent transmettre. Pendant ces balades c'est donc tout un travail de récolte, de valorisation et de transmission de la parole et de la mémoire des seniors, personnes sources d'informations sur l'histoire et les transformations du quartier et d'histoires de vies, qui est effectué. Dans ce sens, les centres sociaux incluent les seniors, en tant que premiers concernés, à leurs diagnostics de territoire et favorisent ainsi l'implication sociale et le sentiment d'utilité sociale des seniors.

• Maison de Quartier Esperanto

- 14, Allée Roland Martin
93100 Montreuil
- 01 71 89 25 20
- aurelien.lautard@montreuil.fr

• Centre social Lounes Matoub

- 4/6 place de la République
93100 Montreuil
- 01 71 89 25 09
- xavier.acakpovi@montreuil.fr



Axe 5.

Faire face à de nouveaux défis (numérique, précarité, accès aux droits)



Car c'est la société toute entière qui doit désormais prendre la mesure du défi qui se pose à elle. A l'évidence, le sujet du vieillissement ne peut rester une affaire de spécialistes. A l'évidence, il ne peut plus être cantonné à une simple question sanitaire ou médico-sociale. [...] l'adaptation des logements est une condition sine qua non à une politique effective de maintien à domicile des personnes âgées. Le chantier, ici, est vaste et ambitieux. Comme est essentiel de mesurer et d'anticiper la façon dont le vieillissement va façonner, demain, de façon très diverse les territoires de la République. [...] l'économie numérique constitue une réelle opportunité pour faciliter demain la prise en charge des personnes âgées fragiles comme pour encourager de nouvelles formes de liens sociaux afin de rompre contre ce fléau que constitue l'isolement social des personnes âgées. [...] il est évident que l'économie sociale et solidaire possède, à travers la question du vieillissement, un extraordinaire champ de développement dans un domaine où son intervention est particulièrement

légitime et potentiellement efficace. [...] la Ville de demain ne peut plus ignorer la partie croissante de sa population qui a besoin d'une ville accessible où les voiries et le mobilier urbain ne constituent pas des freins à l'autonomie.[...] comme tente de le montrer ce Rapport, la mobilité des personnes âgées sera, demain, une condition essentielle à leur autonomie. D'où la nécessité d'adapter les transports publics, et notamment les transports en commun, au vieillissement de la population tout en tentant d'innover et de développer des formules alternatives comme le transport accompagné ou à la demande. [...] la politique familiale devra de plus en plus prendre en compte les grands-parents et arrière grands-parents qui sont parties intégrantes de la famille sans toujours être considérés comme telles.

- **Extraits du rapport de M. Luc Broussy**
- **Mission Interministérielle sur l'adaptation de la société française au vieillissement de sa population - Janvier 2013**



Force est de constater que la société moderne n'est pas très généreuse avec ces vieillards marchant à petit pas sur les passages cloutés, ni pour chacun et chacune confronté à une société où tout semble s'être brutalement accéléré. Une société où l'obsolescence rend les objets aussi vite démodés qu'apparus, où la télévision devenue numérique impose de changer un vieil appareil pourtant toujours vaillant, où les télégrammes sont remplacés par des mails et où il devient obligatoire de déclarer ses revenus ou son changement d'adresse sur un clavier d'ordinateur.

L'accès au numérique constitue un enjeu nouveau. Les nouvelles technologies de l'information et de la communication, le développement des objets connectés, les progrès de la domotique ouvrent des perspectives nouvelles. Le retraité a et aura demain accès à un monde ouvert et collaboratif. Encore faut-il que ce senior ne soit pas considéré comme le simple « consommateur » d'un nouveau marché à conquérir.

L'enjeu de transformer les seniors en acteurs de cette nouvelle société est essentiel. Les nouvelles technologies peuvent contribuer à relier les personnes entre elles, réduire les distances et lutter contre l'isolement géographique. Elles peuvent tout aussi bien suppléer aux déficiences physiques et intellectuelles qui accompagnent l'avancée en âge. Elles permettent d'assurer un meilleur contrôle de la santé et de la sécurité à domicile. Le champ de l'économie collaborative ouvre tout autant de nouvelles perspectives pour l'échange des services et le développement des relations.

Mais face à ce nouveau défi, il ne suffit pas de développer de simples ateliers informatiques, pour permettre aux plus âgés de se familiariser à l'ordinateur. Il s'agit de mettre les retraités en réseau, de les relier entre eux et de les familiariser aux outils nombreux qui vont envahir le marché, au risque d'une dépersonnalisation et d'une standardisation des relations.



Au-delà, l'irruption des technologies de l'information est, pour beaucoup, un bouleversement dramatique. Un handicap pour qui a vécu en tenant un stylo pour écrire son courrier, fait la queue au guichet pour demander un papier et remplir un formulaire devant un employé physiquement présent auquel il était possible de demander une précision, une explication, un détail.

L'automatisation des administrations, le développement du e-commerce, le remplacement des guichets par des boîtes vocales au débit accéléré pour exiger des réponses binaires, oui/non, à des ques-

tions compliquées, tout cela est souvent vécu comme une contrainte insupportable. La fracture numérique provoque, chez les personnes les plus âgées une exclusion parfois définitive.

En même temps qu'apparaissent de nouveaux droits, les complexités se développent. Les droits acquis sont sujets à d'innombrables conditions de revenus, de situations familiales, d'état de santé. La liquidation d'une retraite au terme d'une existence marquée de ruptures professionnelles, de divorces, de changements de statuts, peut s'avérer comme un premier obstacle. Mais il en est d'autres. Obtenir une

« La précarisation économique des personnes retraitées : une réalité sur nos territoires »

Lucile Barbery, Déléguée à la Fédération des centres sociaux de Loire et Haute Loire

Loin de la représentation du « jeune senior actif avec une bonne retraite », les centres sociaux sont confrontés au quotidien à une diversité de situations de précarité : jeunes retraités qui ont eu des parcours professionnels chaotiques, migrants vieillissants, personnes allocataires du RSA basculant à la retraite, personnes retraitées qui n'arrivent plus à payer la mutuelle santé ou le loyer, notamment lorsque les démarches de renouvellement urbain ont fait augmenter le taux d'effort des locataires dans la parc social, Cette

précarisation est accentuée par le fait pour les jeunes retraités d'être une « **génération charnière** » en soutien souvent à ses parents vieillissants, mais aussi concrètement en situation d'aide économique et matérielle à ses enfants et petits - enfants. Face à ces problématiques émergentes, zoom sur les réponses qui commencent à se construire dans la Loire.

Dans le cadre des travaux de la conférence des financeurs de la Loire, vous avez fait remonter en 2016 des problématiques émergentes

de précarité économique. Quels sont les principaux constats sur les territoires ?

... La précarisation économique des personnes retraitées est une réalité sur nos territoires. Le contexte de la Loire est marqué par l'histoire minière, industrielle. Y remontent des problématiques de petites retraites, la situation économique de beaucoup de veufs ou veuves, la situation de populations spécifiques tels les migrants vieillissants, certains habitant seuls. Le constat qui remonte le plus souvent est celui de la difficulté d'accès aux droits de personnes isolées

aide sociale, un dépannage, faire valoir un droit à réversion, accéder à une aide à l'autonomie nécessite de nouveaux montages administratifs et requièrent de nouvelles attestations.

Faire valoir ses droits à tous les temps d'une existence n'est jamais simple. Nombreux sont ceux, qui, confrontés à des démarches trop difficiles, dépassés par les exigences administratives, renoncent. Ce que les anglo-saxons appellent le « non-take-up », à savoir le non-recours se développe. La digitalisation quasi générale des administrations présente des avantages, mais elle peut s'avérer comme un obsta-

cle insurmontable pour certains. Les blocages de l'ordinateur aboutissent parfois au découragement complet. Seule la présence de médiateurs permet alors d'assurer un réel accès aux droits.

Enfin, la retraite est, pour la plupart, marquée par une perte sensible de revenus. Elle est, pour beaucoup, le temps de la pauvreté et de la précarité. A des montants de retraite souvent faibles s'ajoutent les risques d'une rupture : la perte d'un conjoint, un accident de santé, l'obligation d'assumer un aménagement dans leur logement, viennent accroître une précarité financière souvent difficile à vivre.

qui ont du mal à aller vers les services publics, accentué par le tout numérique des administrations. Remontent aussi des problématiques de rupture dans les droits lors du veuvage, de surendettement, ou de fragilité par rapport aux offres commerciales.

Quelles sont pour l'instant les réponses développées ?

... Les centres sociaux inventent des micro-actions au niveau territorial. Les types d'actions développés par les centres sociaux portent d'abord sur **l'appui individuel** par des professionnels du centre social, qui assurent de fait un rôle d'écrivain public pour aider à résoudre les problèmes administratifs ; ou la mise en place **d'ateliers numériques** pour s'approprier internet et

favoriser l'accès aux droits. C'est ensuite des **actions collectives qui favorisent l'entraide** : ateliers cuisine pour les petits budgets et de bonne qualité, avec des produits issus des circuits courts, où les personnes peuvent préparer la cuisine à bas prix pour la semaine. Des jardins partagés permettent l'auto production, et le partage des surplus. Des systèmes d'entraide matérielle sont mis en place avec des « zones de gratuité » comme les « boîtes à dons », où chacun donne ce dont il n'a plus besoin pour partager à d'autres. Des partenariaux originaux sont développés comme celui d'un centre social avec un lycée professionnel pour faire du conseil vestimentaire auprès des personnes retraitées, en lien avec la ressourcerie

du territoire. A noter par ailleurs dans un centre social une action d'expression citoyenne avec des personnes vieillissantes qui ont eu un parcours professionnel dans le champ du ménage à domicile, de l'entretien, pour qu'elles puissent exprimer à travers l'outil vidéo leurs conditions sociales et les questions que cela pose. Ce sont enfin des réponses plus classiques mais utiles en matière **d'accès à des loisirs à moindre coût** : sorties culturelles, aides aux vacances par le biais de l'ANCV. Toutes ces réponses sont intéressantes, mais il y a nécessité d'aller beaucoup plus loin dans la prise en compte par les politiques publiques de cette précarité financière et dans l'appui à l'innovation sociale autour de réelles solidarités économiques.



FOCUS SUR LES EXPÉRIENCES...

Des Hauts-de-Seine : la collaboration pour l'accès aux droits

Onze des seize projets soutenus par la CNAV dans les Hauts de Seine ont choisi d'inscrire l'accès aux droits dans leur programme. Il s'agit, note Madely Noel, chargée de mission de la fédération des centres sociaux des Hauts-de-Seine (92), **de développer des « relais d'accès au droit », pour les personnes les plus fragiles socialement.**

L'action des centres sociaux prend naturellement la forme de permanences d'accueil où les usagers peuvent trouver des informations qui les concernent. Souvent celles-ci permettent de renvoyer les demandeurs vers les services concernés : le CLIC, les CCAS, les retraites complémentaires. Le rapport d'action souligne que dans de nombreux cas la permanence d'accueil a permis de traiter des dossiers que les administrations ne traitent plus en direct, telles les demandes de retraite, de minimum vieillesse, de CMU ou autres qui sont devenues dématérialisées.

Au sein des centres, l'accès aux droits passe aussi par des actions collectives. Des séances d'informations collectives permettent de sensibiliser les personnes âgées à leurs droits et de les inciter à utiliser le centre comme un lieu ressources pour trouver des solutions concertées et adaptées. La mise en place de personnes relais, ou d'ateliers d'entraide pour le partage des informations transforme les usagers en partenaires beaucoup plus qu'en simples consommateurs d'une permanence administrative.

Assez naturellement, les centres sont sensibles aux difficultés rencontrées par les personnes, les seniors mais aussi d'autres générations, confrontées à la dématérialisation des formulaires et des démarches. Il n'est plus guère d'administrations qui ne fonctionnent à partir de sites et de formulaires informatisés.

C'est un avantage certain pour bon nombre d'usagers qui y trouvent plus rapidement, sans déplacement ni délai d'attente, les informations nécessaires

et les dossiers à remplir dont le traitement sera naturellement plus rapide. Mais c'est un inconvénient pour ceux qui sont du mauvais côté de la « fracture numérique » et qui peinent à s'y retrouver devant le clavier d'un ordinateur qui commande des informations précises et des réponses claires à des demandes compliquées. « On voit que les usagers ont souvent du mal à s'en tirer avec les codes d'accès et les mots de passe. Les dossiers se bloquent faute d'une information ou d'un document obligatoire, quand les usagers n'ont pas forcément sous la main la réponse précise à toute les questions posées, quand ils ne sont pas en mesure de remplir parfaitement les questionnaires ou qu'ils se perdent dans le dédale des pages qui défilent ».

Pour ce faire, plusieurs centres ont organisé des séances de formation et de soutien. La mise à disposition d'un ordinateur ne suffit pas, il faut encore former les usagers au bon usage d'Internet. Avec l'aide souvent d'usagers plus rompus aux usages informatiques, les demandeurs peuvent s'initier à la pratique du numérique pour les démarches. « Nous organisons des formations découvertes des sites informatiques des différentes administrations afin que les usagers puissent devenir autonomes dans leurs démarches ».

Au-delà de l'aide directe, l'informatique devient un outil de liberté. Par exemple raconte Madely Noel, dans un centre à Clichy, un programme informatique ne sert pas seulement aux personnes migrantes à faire valoir leurs droits. Il sert également à se familiariser à la langue et aussi aux langages administratifs souvent obscurs pour des personnes d'origine étrangères.

En Vendée, le numérique comme outil de lien social

« Le numérique est une ressource du lien social ». C'est sur ce principe que la Fédération des centres sociaux et socioculturels de Vendée a bâti son programme d'action. La fracture numérique est bel et bien une réalité. Le CREDOC (Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie) en atteste : plus d'un retraité sur deux (55%) n'a pas d'accès à Internet. Dans le groupe des plus de 70 ans,

c'est presque deux retraités sur trois qui sont exclus du monde du numérique. Et toutes les statistiques confirment qu'on est d'autant moins connecté qu'on est peu diplômé, et qu'on jouit d'un faible revenu. Il est donc clair que la fracture divise non seulement les plus jeunes et les plus vieux mais aussi les plus pauvres et les autres. « Le numérique creuse des écarts et accentue les fragilités » note encore la fédération vendéenne.

Dans leur optique d'ouverture à tous, les centres sociaux ne peuvent évidemment rester indifférents. Le numérique est devenu un outil de vie, d'insertion et de citoyenneté. Le développement du « e-commerce » et de la « e-administration » fait que c'est par le numérique que les citoyens ont maintenant accès aux droits, à la consommation, à l'information et à la connaissance. Plus encore, le numérique est devenu un outil d'échanges entre les personnes, via les réseaux sociaux.

« Le lien virtuel » complète aujourd'hui le lien physique. Et au sein des centres sociaux il est devenu admis que « le numérique est aujourd'hui un sujet fédérateur et intergénérationnel ».

Mais comment participer concrètement à la lutte contre l'exclusion numérique ? Sur le terrain, les idées et les expériences ne manquent pas. Les salles informatiques deviennent, comme à Chemillé (Maine et Loire) des « **Fab Lab** » où les adhérents ont accès aux outils les plus élaborés de l'informatique : nouveaux programmes auxquels ils s'initient, imprimante 3D pour la construction d'objets, travail collectif pour la compréhension des machines et leur utilisation, apprentissage du vocabulaire du numérique et accès aux logiciels libres figurent au programme du centre.

Ailleurs ce sont des « **Repair Cafés** » qui s'organisent pour mettre à disposition des ordinateurs réparés, voire réformés et adaptés.

Partout le numérique intervient pour dynamiser les relations au sein des centres. Le numérique est devenu un outil d'information pour les adhérents. Informations, invitations circulent beaucoup plus vite. Les inscriptions numérisées deviennent accessibles à tous et à tout moment. Les dossiers numérisés, par exemple pour les centres de vacances, facilitent l'ac-

cès et l'information des usagers aux services rendus par les centres.

Mais surtout, des séances collectives organisent un « partage des connaissances, entre participants ». Des réseaux d'échanges se structurent via le Net et les réseaux sociaux. Dans le centre de Chemillé, une brodeuse numérique a éveillé l'intérêt des membres du club couture et incité les usagères à se mettre à l'informatique.

Des liens se créent entre les centres et les écoles. Car, partout, le numérique suscite de la relation entre générations. « Si les jeunes sont plus habiles, ils manquent parfois d'inspiration lorsqu'il s'agit d'appliquer leur découvertes à des réalisations concrètes, note Frédéric Moreau de la fédération vendéenne. Les anciens plus expérimentés ont, eux, l'expérience du concret. Les tandem jeunes et seniors débouchent beaucoup plus facilement ». On voit que, par exemple, une imprimante 3D sert à recréer les pièces d'une machine à laver défectueuse. A Fontenay-le-Comte, le « bidouillage » autour de vieux ordinateurs permet d'en recréer de nouveaux à partir de pièces réformées. En Maine et Loire, l'utilisation des téléphones connectés facilite la gestion des documents lors de sorties ASLH ou de camps.

A Saint Gilles Croix de Vie, c'est un groupe privé qui s'organise sur « Facebook » pour partager les informations et développer par échange de services, les prémices d'une économie collaborative et circulaire.

« Utiliser le numérique sous toutes les formes comme vecteur de lien social et de solidarité intergénérationnelle entre les habitants d'un territoire, » est en résumé l'objectif des centres vendéens qui proposent à travers tous les outils du numérique de « favoriser les échanges de savoir et lutter contre l'isolement relationnel. »

.....

• **Fédération des centres sociaux et socioculturels de Vendée**

• 71 boulevard Aristide Briand

85000 La Roche sur Yon

• 02 51 08 96 92

• federation85@centres-sociaux.fr

Mauléon : la tablette au bout des doigts des plus âgés

Pour Yvette, la petite tablette informatique qui trône sur la desserte de la salle à manger est une précieuse compagne. « J'y joue entre une heure et une heure et demi chaque jour. Ça fait travailler les méninges ». Yvette, 94 ans, est passionnée de scrabble et Béatrice lui a chargé quelques jeux praticables sans connexion.

Car Yvette ne veut pas d'Internet. « Avec tout ce qu'on entend sur Internet, j'ai trop peur. Mon neveu voudrait bien qu'on puisse communiquer par mail. Mais pas question ». Sans doute Béatrice réussira-t-elle à lui faire changer d'avis. « Pendant le temps où Yvette avait une connexion par le centre, on a réussi à retrouver des anciennes amies qu'elle avait perdu de vue. Et puis on a pu charger des jeux nouveaux qui l'amuse bien ».

Béatrice, jeune retraitée rompue à l'informatique, est sa formatrice, mais c'est surtout une amie. « Je ne me lasse pas de discuter avec Yvette, je suis étonné de sa vivacité d'esprit. Une fois par semaine, nous jouons ensemble et c'est un réel plaisir. »

L'histoire de la tablette d'Yvette, c'est celle du projet « la tablette au bout des doigts » au centre social du pays mauléonais. Un



projet né d'un simple atelier informatique. Christophe, lui aussi jeune retraité, y est venu pour partager son savoir. « Sans l'informatique je n'aurai pas pensé venir au centre social » dit-il. Formateur bénévole, au milieu d'un groupe de retraités actifs, il a appris la patience. « Pour des retraités qui n'ont jamais manié l'informatique on découvre combien c'est compliqué. Des gestes qui sont pour moi simples et machinaux sont compliqués pour d'autres. Il faut apprendre, faire et refaire. Pour ceux qui sont assidus, ça marche, mais d'autres, je dirai un peu dilettantes, oublient d'une semaine sur l'autre, faute de pratique, et il faut tout reprendre à zéro ». Les membres du club informatique ont découvert

qu'en vérité la tablette est beaucoup plus simple d'utilisation pour une personne âgée. « C'est plus intuitif. Bien sûr ça ne marche pas pour des créations, mais pour les seniors ce qui compte ce sont les photos, quelques messages courts à envoyer ou recevoir à leur famille et puis des jeux. » Il suffit de charger sur les tablettes des applications les plus simples et les plus faciles : « en premier lieu la météo de Mauléon c'est ce qui est le plus demandé. On y rajoute les infos du Centre bien sûr, et puis selon la demande, telle ou telle application ». Une retraitée passionnée de lecture a ainsi découvert Wikipédia qui l'aide à obtenir des définitions précises. D'autres chargent le journal local pour avoir les nouvelles.

Le centre a tiré profit d'une politique départementale qui lui a permis d'obtenir des ordinateurs en nombre suffisant pour l'atelier. Pour les tablettes, le recours à des sponsors, fondations ou entreprises privées, a été facile. « Nous avons une dizaine de tablettes que nous pouvons mettre à disposition des retraités pendant quatre mois ». C'est assez pour se familiariser avec l'outil. Une Charte de mise à disposition précise qu'un formateur bénévole se rendra au domicile de la personne pour l'aider. Le centre a négocié un tarif d'accès à la 3G, via une carte SIM, qui permet pendant le temps de la mise à disposition d'accéder à Internet. Il en coûte 40 euros pour l'utilisateur. « C'est un peu juste pour qui voudrait charger des films, mais ce n'est pas ce qui intéresse les seniors. Et pour des photos c'est largement suffisant ».

Un référent « bien vieillir » dans chaque commune

La Charte d'utilisation définit les droits et les devoirs de la personne en formation. « Nous n'avons jamais eu de problème. Les usagers sont très précautionneux ». Le tandem, formé/formateur est bien souvent riche en contacts. L'exemple de Béatrice et d'Yvette n'est pas unique et la tablette est devenue une porte ouverte pour des échanges

entre les générations. Au bout des quatre mois d'essai, les contacts ne sont pas rompus et nombre de retraités conquis par l'objet décident d'en faire l'acquisition, ou se la font offrir par les enfants satisfaits de pouvoir communiquer plus facilement avec leurs parents. Les tablettes sont d'un prix abordable, « nous aidons les personnes à les choisir, et surtout nous installons les programmes en fonction de leurs demandes pour que ce soit le plus simple possible ». Pour le centre, l'activité informatique est l'aboutissement d'un cheminement naturel. « Dès l'origine, raconte Guy Dou, directeur, nous avons comme objectif de maintenir des activités dans les 10 communes rurales du mauléonais et d'éviter que le pays devienne un désert culturel ». Pour ce faire le centre pratique la décentralisation. Choisi dès 2011 pour un soutien de la CARSAT, le centre mauléonais a installé un référent « bien vieillir » dans chaque commune, pour adapter les actions aux besoins de proximité. Chaque mois un « café » réunit les seniors du lieu autour d'un thème choisi. Chaque village a le sien.

Les activités proposées sont nombreuses. Voyages et déplacements culturels, cinéma et rencontres sont au programme. La revue de presse réunit les retraités les

plus actifs autour de thèmes qui sont bien d'actualité : « le bonheur », « l'immigration » « la démocratie » « les bonnes nouvelles », les « énergies renouvelables », « les ondes » ou « le rire » font partie des sujets traités, souvent dans la bonne humeur.

Pour Béatrice Liaigre animatrice du secteur bien vieillir au centre de Mauléon, ces activités ont le double intérêt, celui de favoriser les relations locales entre personnes âgées et aussi d'encourager les relations entre générations. « Je suis encore active, raconte Marie Thérèse, très engagée au sein de la commission, et j'ai encore la chance de pouvoir me déplacer, conduire ma voiture. J'ai le sentiment d'être utile, mais c'est aussi pour moi un plaisir de rencontrer et de discuter ».

• Centre socioculturel du pays mauléonais

- 6, Grand'Rue
79700 Mauléon
- 05 49 81 86 31
- contact.mauléonais
@csc79.org

... Et parmi les autres pratiques de centres sociaux



Valenton Seniors actifs et citoyen

Centre socioculturel La Lutèce

L'action

L'action vise à accompagner les retraités dans la gestion administrative de leur quotidien (le tout numérique pour leurs démarches de santé, de retraite, de maladie) par des ateliers de découverte des sites dédiés à la retraite, santé, maladie, impôts etc avec apprentissage et/ ou perfectionnement de l'utilisation des outils : ordinateur, tablette numérique et téléphone.

L'origine de la démarche

Le diagnostic social effectué en 2014 a identifié le besoin des retraités de rester en phase avec la vie sociale : besoin de lieux de rencontre pour rester connecté et dynamique, besoin de vie citoyenne (participation aux activités et fêtes de quartier du centre social) avec pour certains du bénévolat (accompagnement scolaire, animation fêtes de quartier).

Les impacts

Une meilleure information sur le territoire pour faciliter la vie sociale et culturelle des seniors.



Les facteurs de réussite

La participation des seniors et le relais d'information sur l'action par les partenaires du territoire et le centre social sont deux ingrédients de réussite.

- Centre socioculturel La Lutèce
- 1, rue Charles Gounod
94460 Valenton
- 01 43 86 83 26
- centre.social.lutece@wanadoo.fr



Fontenay-le-Comte

Médiation et fabrique numérique solidaire

Office de Développement Associatif et Social

L'action

Le projet fait partie d'une réflexion d'ensemble sur la place du numérique dans la société actuelle et le rôle d'un centre social associatif dans l'appropriation de la culture numérique par les publics les plus éloignés de ces outils, notamment les seniors. Le projet a deux orientations principales :

- encourager l'émancipation des habitants face aux « impératifs » de la dématérialisation et permettre la reprise en main de leurs « vies numériques. » Une attention particulière est portée à l'accès aux droits qui constitue une forte attente des habitants et des organismes sociaux.
- démocratiser l'accès aux outils numériques en créant un laboratoire de fabrication numérique ouvert.

L'origine de la démarche

Le diagnostic de territoire partagé établi en 2015 à l'occasion de la réécriture du projet social de l'ODDAS a montré que, comme partout, les nouvelles technologies et leur appropriation sont des enjeux forts pour les habitants. Car si elles peuvent être source de progrès, elles génèrent souvent de grandes inégalités ou du moins les renforcent. Notre projet, à son niveau, entend combattre ces inégalités en permettant l'accès accompagné aux outils numériques et à internet.

Les facteurs de réussite

- l'implication des bénéficiaires dans le projet : des groupes de pilotage mixtes et ouverts se mettent en place progressivement pour chaque action. Ils impliquent des administrateurs, des bénévoles et des adhérents afin de garder un projet proche des besoins et des envies des habitants. Les bénéficiaires construisent avec les bénévoles et professionnels la forme et les contenus des différents ateliers (exemple des ateliers ouverts) au plus près de leurs besoins et de leurs envies - et les partagent avec le plus grand nombre.
- le partage de l'information : dans la culture de la structure, le partage d'une information libre et ouverte est constant. Ainsi, le résultat des expériences menées et les contenus créés mis à disposition de tous.

• ODDAS

- 34 rue Rabelais
85200 Fontenay-le-Comte
- 02 51 69 26 53
- accueil@oddas.fr
- www.centresocialoddas.fr



Le Montet Club tablette

Centre social 1, 2, 3 Bocage

L'action

Grâce à un prêt de tablettes adaptées et à un programme d'ateliers taillés sur mesure, le centre social propose aux seniors en grande difficulté une alternative aux cours informatiques classiques pour que le numérique devienne un jeu de («grands») enfants. Il s'agit pour le centre social de permettre aux seniors de rompre un certain isolement et de rester en phase avec le monde qui les entoure et d'utiliser l'informatique pour leurs envies et besoins personnels.

L'origine de la démarche

Une des principales motivations, chez les seniors, pour accéder à l'informatique et l'Internet, est la volonté de rompre un certain isolement et de rester en phase avec les jeunes générations (bien souvent leurs petits-enfants) et le monde qui les entoure. De là découlent des besoins élémentaires que la tablette peut satisfaire :

Communiquer avec leurs proches ; Récupérer et visualiser des photos acquises avec un appareil numérique ; Faire des recherches en ligne ; Faire des achats et des démarches administratives en ligne.

Les impacts

Le digital présente un potentiel de progrès au niveau du lien social et de l'économie locale qui a jusqu'alors été négligé. Pour de nombreux seniors, le numérique c'est aussi faire des rencontres : le développement du lien social via Internet est un fait de société. Sur les seniors connectés, 100% ont créé un compte Facebook et sont abonnés à l'infolettre du centre !

Les facteurs de réussite

L'accès au numérique, tel que conçu dans ce projet, doit être considéré non pas comme une finalité mais bien comme un outil au service de la lutte contre l'isolement des seniors.

Parmi les autres facteurs, l'accompagnement individualisé à domicile, la grande disponibilité, capacité d'écoute, d'empathie... des personnes qui accompagnent les seniors, la présence d'un assez bon réseau mobile ... et des compétences techniques pour débloquer les tablettes qui rencontrent des soucis !

- **Centre Social 1, 2, 3 Bocage**
- 21 Route Nationale 03250 Le Montet
- 09 81 75 34 77
- 123bocage@gmail.com
- 123bocage.centres-sociaux.fr

Retrouvez l'ensemble des fiches expériences sur le site bienvieillir.centres-sociaux.fr

Conclusion

Faire société entre les générations : un défi à relever ensemble

À travers leur démarche d'animation sociale globale des territoires, les Centres Sociaux et Socioculturels sont traversés par les questions de l'accompagnement du vieillissement et de la dimension intergénérationnelle. Les modes d'interventions des centres sociaux se révèlent très diversifiés, mais tant sur les territoires ruraux qu'urbains, ils offrent de vraies perspectives et constituent de réelles avancées sur ces sujets. En effet, par leur pratique spécifique du développement social local, les centres sociaux et socioculturels savent accompagner, impulser, innover et fédérer des partenariats sur leur territoire d'intervention.

L'attention portée aux retraités socialement vulnérables, précaires, représente un enjeu essentiel. Il ne s'agit pas d'agir en tant que spécialistes ciblant des « catégories » avec le risque de renforcer l'exclusion et la stigmatisation, mais de prendre en considération les singularités de chacun dans une perspective d'inclusion sociale.

Face aux enjeux massifs d'accompagnement des transitions, notamment l'arrivée à la retraite, et compte tenu de l'impact démographique du vieillissement ces vingt prochaines années, les actions des centres sociaux, ainsi que la manière dont elles sont pensées et construites, doivent s'inscrire dans un temps long. Cela nécessite entre autres de consolider

les partenariats noués ces dernières années afin de conserver la dynamique engagée autour de ces publics grâce aux synergies territoriales.

Or, les Centres Sociaux et Socioculturels proposent des formes d'actions sociales innovantes qui ne sont pas toujours perçues et qui de ce fait, restent trop souvent mal reconnues et valorisées, notamment par les politiques publiques. Il paraît donc nécessaire de les rendre plus lisibles et de mieux démontrer leurs effets directs et indirects en matière de prévention.

Plusieurs études mettent en exergue la plus-value de l'action des centres sociaux. Il semble cependant nécessaire d'aller plus loin en investissant dans le champ de la recherche. C'est ce qu'a souhaité l'Union Régionale des Centres Sociaux et Socioculturels des Pays de la Loire qui mène la recherche pluridisciplinaire I-CARE soutenue par la Fédération des Centres Sociaux de France et plusieurs institutions. A travers les trois disciplines de la sociologie, de la géographie sociale et de la santé, cette recherche engage les centres sociaux dans une étude sur trois années et s'impose le regard doctoral. Devenir un terrain permanent de recherche d'études scientifiques constitue un objectif à long terme qui permettrait d'aboutir à une vision fine de l'impact des actions des centres sociaux.

Pour construire une politique de prévention adaptée aux besoins sociaux ayant de l'impact concrètement sur les territoires, il est nécessaire que les partenaires institutionnels reconnaissent et soutiennent dans la durée le projet global de prévention porté par le centre social : son rôle de plate-forme partenariale locale, de relais dans la proximité, de veille sociale et d'adaptation permanente à l'évolution des besoins sociaux, qu'il met en œuvre à partir de son savoir-faire dans le champ du développement social local.

L'originalité de la méthode globale des centres sociaux, la capacité de ceux-ci à animer les énergies locales et leur aptitude à se situer comme interface

entre les habitants et les politiques publiques, ne s'appliquent pas au seul public vieillissant. En effet, la vision de la société portée par le réseau des centres sociaux et socio-culturels s'inscrit dans la perspective d'un lien intergénérationnel fort et multiple. Chaque génération possède des ressources positives, utilisables et transférables aux autres générations. Loin d'une logique de silos qui enferme les différents publics dans leurs réalités ou problématiques, les centres sociaux doivent garantir les conditions d'une mixité générationnelle, qui amorce des solutions émergentes pour le mieux vivre ensemble.

L'enjeu pour les années à venir est bien de faire société entre les générations.

Une mesure scientifique de l'impact : I-CARE

Afin d'agir efficacement, les Centres Sociaux des Pays de la Loire estiment aujourd'hui avoir besoin de mieux comprendre les trajectoires de vie ainsi que les effets du vieillissement et de la perte d'autonomie.

À cet effet, l'Union Régionale des Centres Sociaux et Socioculturels des Pays de la Loire a décidé de lancer une recherche sur cette thématique avec pour objectif **d'aider les centres Sociaux à identifier les conditions et modes d'accompagnement permettant le « bien vieillir » et le « mieux vivre sa perte d'autonomie », pour mieux appréhender et mettre en œuvre des processus d'actions privilégiant le Pouvoir d'Agir et dépassant la prévention de la santé.**

Dans une optique de construction d'une compréhension plus fine des mécanismes

mis en place et de leurs impacts, l'Union Régionale accueille depuis début 2016, deux doctorantes appartenant à deux disciplines scientifiques différentes (Sociologie et la Géographie) qui seront amenées à travailler ensemble durant une période de 3 ans. La santé devrait, aussi, être abordée en lien avec une des Universités Ligériennes. La volonté d'une étude scientifique, dans la durée, pluridisciplinaire, inscrit les centres sociaux dans la volonté d'un regard, spécifique et décentré, sur la plus-value de leurs actions et les effets induits de celles-ci.

Pour plus d'informations :
icare.centres-sociaux.fr

Glossaire

AG2R-La Mondiale

Groupe de protection sociale.

AGIRC-ARRCO

Régime de retraite complémentaire obligatoire des salariés du secteur privé.

ANAH

Agence Nationale de l'Habitat.

APA

L'Allocation Personnalisée d'Autonomie à domicile aide à payer les dépenses nécessaires pour rester vivre à domicile malgré la perte d'autonomie.

ARS

Les Agences Régionales de Santé pilotent en région les politiques de santé définies par le Ministère chargé de la Santé en les adaptant à leurs caractéristiques régionales (populationnelles, épidémiologiques, géographiques...).

ASEPT

Association Santé Education et Prévention sur les Territoires.

CARSAT

Caisses d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail. De compétence régionale, la CARSAT est l'interlocuteur des salariés du régime général de la sécurité sociale pour leur retraite. Au niveau national, la caisse de retraite des salariés du régime général de la sécurité sociale est la CNAV.

CCAS

Centre Communal d'Action Sociale.

CLIC

Les Centres Locaux d'Information et de Coordination sont des guichets d'accueil, d'information et de coordination ouverts aux personnes âgées et à leur entourage.

CNAMTS

Caisse nationale de l'assurance maladie des travailleurs salariés.

CNAV

La Caisse Nationale d'Assurance-Vieillesse est chargée de gérer le régime général de retraite des salariés du secteur privé.

EHPAD

Etablissements d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes.

MSA

La Mutualité Sociale Agricole est la caisse de retraite du régime de base pour les salariés agricoles.

Coordination de la Publication : Luc ROUSSEL, Frédéric MOREAU, Denis TRICOIRE, Anouk COHEN • **Ont contribué à l'élaboration de la Publication :** Régis VERLEY, journaliste ; et les membres du groupe national FCSF « Développement Social et Vieillesse » • **Un remerciement particulier à :** Bernadette PUIJALON, anthropologue, Christine JURDAN, consultante, pour leurs apports et conseils **et aux initiateurs du chantier vieillissement au sein de la Fédération des Centres Sociaux de France :** Henry COLOMBANI, Pierre GARNIER, Smail MRAIM. • **Graphisme :** Vincent Montagnana • **FCSF – Novembre 2017**

Le défi démographique auquel est confronté la société française pour ces 30 prochaines années nécessite de repenser la place des personnes retraitées dans la société, les relations entre les générations et les politiques de prévention.

Avant d'être un coût et un risque, le vieillissement peut en effet être une ressource et une opportunité pour la personne, les territoires, et la société, et permettre à chacun, quel que soit son âge et ses fragilités, de rester acteur, de participer à la vie sociale.

Depuis plusieurs années déjà, les centres sociaux inventent au quotidien dans la proximité des territoires, de nouvelles réponses, et contribuent à « fabriquer des possibles », avec des approches fondées sur le lien social comme facteur clé de prévention.

Cette publication porte un regard sur l'approche et la plus-value de l'engagement des centres sociaux en matière d'accompagnement des transitions liées au vieillissement. Fondées sur le développement social local et le soutien au pouvoir d'agir des personnes, les initiatives des centres sociaux relatées mettent en lumière la diversité et la richesse des réponses apportées aux défis que pose le vieillissement de la population, en même temps qu'elles contribuent à renouveler les politiques sociales.

Fédération des centres Sociaux et Socioculturels de France [FCSF]
10, rue Montcalm
75869 Paris Cedex 18
0153099616 | www.centres-sociaux.fr