

16 JUIN 2021 | RENCONTRE

DYNAMIQUE BIEN VIEILLIR

Compte-rendu de la réunion du groupe de travail

ORDRE DU JOUR

- Accueil des nouveaux participants
- Rappel contexte d'émergence
- Témoignages - échanges
- Perspectives



INTRODUCTION

Rappel du cadre et de l'historique

La Dynamique « Bien vieillir » a débuté en 2013 avec le regroupement de la fédération des CSC de la Gironde avec les Fédérations de la Dordogne et des Pyrénées Atlantiques dans un partenariat avec la CARSAT (Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé au Travail) sur les actions de lutte contre l'isolement des plus âgés, pour la préservation de la santé et le maintien des liens sociaux.

Un premier colloque accompagné et financé par la CARSAT s'est tenu en novembre 2016 sur les questions suivantes mettant en valeur les actions locales par les acteurs eux-mêmes :

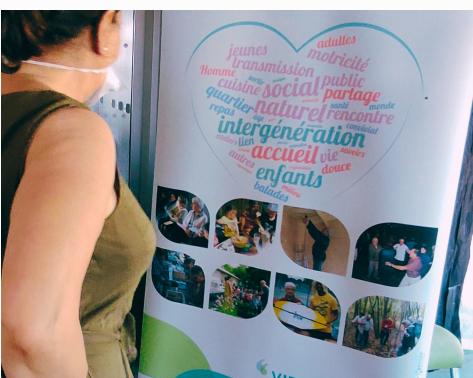
- Un projet de société solidaire avec les personnes âgées
- Personnes âgées : acteurs-actrices dans la société ?
- Une société solidaire avec tous les âges ?
- Une société solidaire de tout âge ?

10+1 Centres Sociaux girondins, reconnus par la CARSAT dans leurs compétences en matière de vieillissement, ont formé un groupe « Bien vieillir réseau des dynamiques des centres sociaux fédérés » et ont procédé à des rencontres régulières.

Dès 2017, avec la recommandation et le soutien de la CARSAT, un dossier de réponse à appel à initiatives par la Conférence des financeurs a été déposé.

Le projet de « Développer les actions de prévention collectives de la perte d'autonomie dans le département de la Gironde » a été accepté et financé à hauteur de 16.000€. Il a permis de réaliser 2 temps de rencontres dénommés « FABRIK ».

- La première a eu lieu le 23/03/18 sur le thème « Pas d'âge pour être acteur ET bien vieillir ! »
- La seconde a eu lieu le 30/11/18 sur le thème « Parlez, seniors...par les seniors ». Plus d'une centaine de personnes ont participé à cette rencontre.



L'EXPOSITION: "PARLEZ SÉNIORS PAR LES SÉNIORS".

En 2018, la réalisation de deux journées d'animation et de débat sur les questions de vieillissement et d'intergénérationnel ont permis de rassembler les structures du réseau et les habitants.

En 2019, le groupe " Dynamique bien vieillir" a réalisé une exposition. afin de valoriser le recueil de paroles de ces journées.

Cette exposition a pour objectif de valoriser le travail réalisé et d'avoir un support d'exposition ou d'animation pour le réseau .Elle se décline aujourd'hui sous la forme de 4 panneaux d'exposition (kakémosos)et leurs cartels explicatifs, en voici un aperçu.

"C'est nécessaire de matérialiser le travail, d'en faire quelque chose de transportable et montrable, qu'on ait une matérialité de notre travail, qu'on le montre à un public plus large"

- **Les phrases chocs :** réaction des habitants à propos des phrases chocs proposées par le groupe sur une liste de 16 phrases concernant le vieillissement
- **L'arbre :** Porteur de paroles « Vivre c'est vieillir et rien de plus » (Simone de Beauvoir). Les publics de différentes tranches d'âges et de plusieurs structures s'expriment : " Vieillir, c'est quoi? "
- **Le cœur :** collecte de paroles lors de la première journée Fabrik à partir de photos extraites des centres sociaux inscrits dans la dynamique Bien vieillir.
- **Coup de cœur coup de gueule :** Paroles spontanées et débat ouvert sur la thématique de la vieillesse. « Et vous c'est quoi votre coup de cœur ou coup de gueule concernant la vieillesse ? »

Ces panneaux d'exposition sont à la fédération et disposition des structures souhaitant les emprunter. Emprunt conventionné.

Le contexte de pandémie n'a pas permis la mise en place du vernissage de cette exposition. Elle a donc été peu emprunté cette année. Deux structures l'ont utilisé, en voici leur retour:

Le Centre Social et Socioculturel "Les Terrasses" de Martignas a mis en place l'exposition lors de son Assemblée Générale. Les cartels explicatifs, complètent l'exposition et permet une installation sans l'obligation d'une animation faite par un bénévole ou un animateur. L'exposition a valorisé l'espace, les kakémosos attirent l'œil.

La MJC CL2V de Mérignac a également utilisé l'exposition lors d'un café séniors.

Le Kakémono des "phrases chocs" a permis l'échange, l'expression et le débat d'un groupe d'adhérents.



TEMPS D'ECHANGES ET DE REFLEXIONS

L'objectif de la réunion est de réfléchir à la suite à donner au groupe de travail. Quelles sont les idées, les envies, les limites... ?

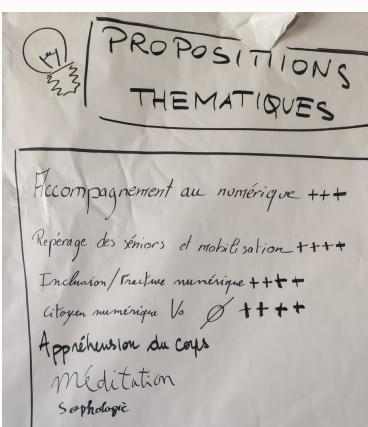
Un questionnement:

"Qu'est ce qu'on a envie de faire ensemble?"

Cette question est centrale aux échanges.

La temporalité des rencontres est questionnée: actuellement rencontres girondines 4/5 fois dans l'année. Mais de nouveaux temps d'échanges de pratiques sont proposés par l'URNACS (Union Régionale). Proposition:

- adapter le rythme avec 2 temps fédéral girondin + 2 temps d'échanges de pratiques régionaux avec l'URNACS.
- ouverture de ces espaces à tous (au delà des structures financées par la CARSAT).
- des temps spécifiques dédiés au lien CARSAT avec les structures concernées.



"Les expériences précédentes notamment la Fabrik 2 était dynamique et fabuleuse"

Des envies

- Ouvrir encore plus le groupe, faire venir des personnes un peu nouvelles.
- Rappel de la mixité du groupe, pour chaque structure: 1 salarié et 1 bénévole.
- Travailler davantage le projet avec les habitants concernés en allant collecter de la matière, qu'est-ce qui leur manque, de quoi ont-ils envie ?
- Prendre le temps, inscrire les projets sur le long terme
- Mettre en place une Fabrik 3 ?

Des limites

- Les journées Fabrik sont riches et intéressantes mais demandent beaucoup d'investissement, de temps de préparation et plusieurs structures savent qu'elles ne pourront pas s'investir de façon intensive. Idem pour la Fédération.
- Il faut arriver à remobiliser les séniors après une période où le lien s'est parfois distendu.
- Des inquiétudes sont exprimées sur l'impact de la crise sanitaire.

Des idées de thématiques

- Le thème de la fin de vie est très peu abordée et pourtant important à accompagner.
- Comment allons-nous chercher les séniors les plus vulnérables ? les moins mobiles ?
- L'isolement des séniors en lien avec l'habitat. Quel type d'habitat pour éviter le "tout maison de retraite" ? (exemple de la construction de maisons partagées à Marseille)
- L'accompagnement au numérique.

"ZOOM" sur l'envie d'une journée Fabrik 3:

L'expérience des Fabrik a déclenchée plus de mobilisation dans certaines structures. Se réunir pour la construction de temps forts est dynamisant et permet au public une certaine conscientisation.

"C'est très porteur"

"Cela peut remettre de la perspective après la crise",
"La Fabrik rayonnait après sur les territoires"

- Si mise en place d'une journée Fabrik, la prévoir pour Mai/Juin 2023. Année 2022 pour la construire.
- S'appuyer sur les projets des structures. Chacune pourrait se focaliser sur une thématique qu'elle valoriserait lors de la Fabrik



PARTAGE D'EXPÉRIENCES

Présentation de différents projets portés par les structures participant au groupe Bien Vieillir

Le Séniор Café

Le diagnostic de territoire de la **MJC CL2V** de Mérignac a confirmé une proportion importante de séniors dans le quartier, ce qui a amené la structure à définir le travail auprès de ce public comme axe de son projet social.

Une commission de travail a donc été mise en place pour flétrir les actions qui pouvaient répondre aux besoins des séniors, action qui a aboutie à la création du **Sénior Café**.

Objectifs visés :

- Faire venir des Séniors qui sont ou se sentent isolés
- Faire du lien et développer des actions à partir des envies des habitants
- Trouver des personnes ou partenaires relais sur le territoire en capacité de repérer et d'orienter des personnes isolées vers le Sénior Café

Fonctionnement :

- Pas d'inscription
- Un espace accessible
- laisser les échanges le plus libre possible, "c'est la parole qui fait venir les personnes"
- Des temps de café qui encadrent des temps de présentation de thèmes (atelier de fabrication de gel hydroalcoolique, présentation de voyages, de régions...)
- Temps d'échange d'information

Effets de la proposition :

- Des habitant qui vont et viennent autour d'un groupe fidélisé
- Une proximité qui semble répondre aux besoins
- Des "bulles" d'activités régulières ou éphémères qui se mettent en place en fonction des envies et des opportunités

Le projet TRACES

Projet mis en place à la demande des adhérents du centre social **"Les Terrasses"** de Martignas, pendant la période du premier confinement.

Objectifs visés :

- Permettre aux habitants de pouvoir s'exprimer sur leur vécu du confinement et de la pandémie COVID 19 en général, avec le média de leur choix (textes, dessins etc...)
- Rendre possible l'expression malgré la distance et accompagner la solitude et les angoisses
- Maintenir le lien entre les différents adhérents

Déroulement :

Le projet a été proposé à des groupes repérés. Pour des raisons de facilité d'utilisation, le projet s'est majoritairement déroulé grâce à des échanges de mails.

Beaucoup de témoignages ont été recueillis. Cette matière a été mise en valeur de plusieurs façons :

- Création d'un recueil
- Valorisation lors de l'Assemblée Générale de l'association
- Dans un futur proche, transmission aux services d'Archives de Bordeaux Métropole et de Martignas

D'autres projets ont été rapidement évoqués lors de la réunion et feront l'objet d'une présentation lors d'une prochaine réunion :

- "Les jardins Familiaux" du Centre Social de Beaudésert
- "Grand Parc en mouvement" et le projet d'implication des habitants de GPInten6t à Bordeaux
- Le projet transversal de l'Espace Social Alain Coudert à Pessac



INFO

Service Civique Solidarité Senior lancé le 3 mars 2021

Les jeunes au service des aînés

Depuis 2010, plus de 500 000 jeunes se sont engagés dans un Service Civique. Âgés de 21 ans en moyenne, les volontaires sont en quête d'une opportunité qui leur permettra de donner du sens à leur parcours. Face à la demande (3 pour 1 place), le gouvernement a souhaité multiplier les missions de Service Civique proposées aux jeunes. Parmi elles, 10 000 seront consacrées aux services auprès des seniors. L'impact positif du Service Civique sur les aînés a été clairement démontré. En plus de valoriser le secteur du Grand Âge, il permet à 99% des seniors d'avoir un meilleur moral et de se sentir plus en forme. Il répond à un besoin des personnes âgées : en France, 900 000 seniors souffrent de solitude, selon une étude de l'institut CSA. Un chiffre qui ne va faire qu'augmenter avec le vieillissement de la population.



"On peut essayer de faire participer aux différentes étapes pour aller vers la Fabrik 3"

Les jeunes en Service Civique leur offrent une présence et des aides concrètes. Pour Brigitte Bourguignon, ministre déléguée auprès du ministre des Solidarités et de la Santé, chargée de l'Autonomie : « le volontariat de jeunes en Service Civique auprès de personnes âgées contribue à renforcer les liens entre les générations et ainsi lutter contre l'âgisme.

Ces jeunes reçoivent une formation socle qualité commun sur : aller vers les seniors, la fin de vie, l'écoute et sont tenus de travailler 50% de leur temps avec les seniors. Ils seraient en fonction en binôme afin de travailler en complémentarité et de rompre l'isolement.

Ces jeunes volontaires sont mobilisés pour : maintenir le lien social, identifier les besoins, appuyer les équipes de professionnels, effectuer des actions collectives.