

Charlotte Montmasson

Diplôme universitaire "Espaces communs"

Une collaboration entre l'université Gustave Eiffel et Yes We Camp

Juin 2023

La place des personnes âgées dans les espaces communs



Dans mes études et dans mon métier d'urbaniste, il n'avait jamais été question des personnes âgées, excepté pour parler d'adaptation du logement à la perte d'autonomie. Ça n'était donc pas vraiment un sujet, jusqu'à ce que je regarde un documentaire sur des résidents confinés en EHPAD en temps de COVID. Une claque pour moi, on peut le dire.

Cette pandémie a remis le doigt sur leur invisibilité dans la société, leur voix ne porte pas, on ne veut pas l'entendre. Peut-être parce qu'elle renvoie à notre propre finitude, à la dépendance, à une restriction des libertés, mais je vous rassure vieillir ce n'est pas que cela, c'est bien d'autres choses!

J'avais moi aussi une vision disons un peu « étriquée » de cette réalité, alors j'ai décidé de me renseigner. J'ai mené l'enquête sous un prisme d'abord sensible et intime: comment mes parents allaient-ils vieillir? Cette question renvoyait directement à l'habitat, mon champ d'expertise professionnel pour le coup. J'ai cherché à connaître les alternatives à l'EHPAD lorsque cela devient compliqué de rester chez soi, mais aussi par un propos plus général, comment la ville peut-elle s'adapter à l'avancée en âge de ses habitants?

Les témoignages, les expérimentations m'ont ouvert des portes, des réflexions notamment sur les sociabilités et le maintien des liens chez les personnes âgées comme une des conditions pour rester en vi(II)e. C'est ainsi que les espaces communs ont pris tout leur sens pour moi. Et je croise aujourd'hui avec plaisir ma valise d'outils et de concepts acquis lors de ce diplôme universitaire avec une autre formation en gérontologie que je mène en parallèle. C'est dans cette aventure que je vous propose aujourd'hui, de vous emmener.



@Ilya Nodia _ projet photographique « le sourire ne vieillit pas », 2018

INTRODUCTION

Alors même que la lutte contre la réforme des retraites bat son plein, que le plan « grand âge » a été abandonné au profit d'un plan sans moyen financier sur le « bien vieillir », que des situations de défaillances, de maltraitances sont dénoncées au sein de certains EHPAD, qu'un débat sur la limitation du droit de vote avec l'avancée en âge revient sur le devant de la scène régulièrement... et que dans le même temps la longévité ne cesse de s'accroître, que les centenaires sont de plus en plus nombreux... que cela signifie-t-il de notre société? Quel regard porte-t-on sur les plus âgés?

Nous vivons une période de basculement démographique. Le milieu des années 2010 a été marqué par une accélération du vieillissement de la population française. On le voit, ce phénomène ne date donc pas d'hier. Pourtant, l'absence d'anticipation et le manque d'adaptation de notre société sont d'autant plus criants aujourd'hui, que les besoins grandissent en matière de soins, de prise en charge... il est un véritable défi pour notre modèle de cohésion sociale !

Certes c'est l'adaptation des logements, mais aussi l'environnement immédiat (services, commerces,...) et la mobilité qui sont en jeu pour garantir une continuité de la vie à domicile adaptée à l'avancée en âge. Les lieux de sociabilité pourraient-ils jouer un rôle et être également une des composantes pour vieillir chez soi?

Au fil des projets visités dans le cadre du diplôme universitaire et en dehors, je me suis rendue à l'évidence : les personnes retraitées et âgées ne sont pas (ou si peu) visibles dans les espaces communs (autrement appelés tiers lieu, et qui font rimer à la fois sociabilité, rencontres, initiatives et partage).

Pourtant, de par leur objet même ils sont à priori mixtes dans leurs usages, appropriables par tous et toutes, et ouverts. Et la mixité générationnelle alors? Pourquoi y a-t-il si peu d'enfants? Et des personnes âgées, n'en parlons pas!

Il ne s'agit pas de décrier cette absence, mais d'en prendre conscience et de se demander : quelle est la place des personnes âgées dans les espaces communs? En ont-elles une, d'ailleurs? Et aussi pourquoi, si ce n'est pas déjà le cas, leur proposer de participer à la vie de ces espaces?

J'aurai aimé proposer une déclinaison des espaces communs au fil du parcours résidentiel des personnes à la retraite en invoquant successivement: le domicile, les habitat alternatifs et l'EHPAD.

J'ai choisi de concentrer mon propos sur l'**espace du chez soi, à son domicile**, car ce mode d'habiter est aujourd'hui majoritaire et ce, même chez les plus âgés. Et ainsi tenter de décrypter **en quoi et comment les espaces communs de proximité peuvent-ils être des lieux de vie soutenant pour les personnes âgées, en ville et dans les villages?**

J'ouvrirai ce travail en explorant la notion de « personnes âgées » en la mettant en résonance avec celle « d'espaces communs »; quelles sont les spécificités, si elles existent, de ce public? Les caractéristiques intrinsèques des lieux peuvent-elles les rendre plus difficilement appropriables? Peut-on identifier des freins, pour tenter par la suite de les lever, et de rendre ces espaces aussi accueillants et ouverts que possible?

Dans une seconde partie, je vous propose d'analyser les enjeux du vieillissement à domicile, mais aussi les apports des communs dans le parcours de vie des personnes.

Enfin, nous nous pencherons sur les clés pour accueillir les publics âgés en proposant à la fois des idées pour leurs donner envie de venir et de revenir, ainsi qu'un cheminement de réflexion pour les inclure dans les lieux présents ou en projet.

En parallèle de cette réflexion, vous trouverez un carnet de lieux qui vise à vous emmener dans 7 espaces communs où l'on porte une attention particulière aux publics âgés. Vous pourrez ainsi plonger dans l'univers des tiers lieux pour celles et ceux qui les découvrent. Cela peut s'avérer être une entrée en matière concrète avant d'appréhender le volet plus conceptuel de cette étude. Pour les autres, il permet de donner des premières clés de lecture et des idées pour accueillir autrement.

Cette étude pourrait faire l'objet d'un travail bien plus long et fouillé, je n'irai pas aussi loin que je le souhaiterai dans les concepts et les approches. Je vais poser des bases, des jalons pour permettre à chacun(e) de réinterroger sa représentation des personnes dites âgées et de donner des perspectives et des outils pour faire coexister deux notions à priori éloignées, que sont l'avancée en âge et les espaces communs.

SOMMAIRE

1. VOUS AVEZ DIT PERSONNES ÂGÉES ET ESPACES COMMUNS?

1. La notion d'âge en question; à quel âge est-on vieux ?
2. Esquisses de réflexions pour expliquer les raisons d'une absence...pourquoi les personnes âgées sont peu visibles dans les communs?

2. POURQUOI CHERCHER à OUVRIR LES COMMUNS AUX PERSONNES ÂGÉES?

1. Pourquoi s'intéresser aux personnes âgées?
2. Vieillir chez soi, quels enjeux?
3. Profilage des usagers
4. Impacts attendus et bénéfiques supposés des communs

3. DES ESPACES COMMUNS ACCUEILLANTS POUR LES PERSONNES ÂGÉES, COMMENT FAIRE ?

1. Prendre appui sur les ressources des personnes âgées
2. Clés de lecture pour des espaces communs favorables aux personnes âgées fragilisées
3. Deux propositions de méthodologie pour accueillir les personnes âgées dans les communs

+ CARNET DE LIEUX... à LA DÉCOUVERTE D'ESPACES COMMUNS QUI PORTENT UNE ATTENTION AUX PERSONNES ÂGÉES...

1. VOUS AVEZ DIT PERSONNES ÂGÉES ET ESPACES COMMUNS?

Cette première partie explore la notion de « personnes âgées » en la mettant en résonance avec celle « d'espaces communs ». Qui sont les personnes âgées, de qui parle-t-on? Les caractéristiques intrinsèques des lieux peuvent-elles les rendre plus difficilement appropriables par ce public? Peut-on identifier des freins pour tenter par la suite de les lever et de rendre ces espaces aussi accueillants et ouverts que possible?

1. La notion d'âge en question

À quel âge est-on vieux ?



« Chaque jeune deviendra lui aussi, un vieux et la jeunesse, elle aussi n'a qu'un temps. Tout vieux a été jeune mais tout jeune n'a pas eu comme chaque vieux le privilège de mettre à distance les vacarmes du temps qui obstruent l'intensité du présent »

Simone De Beauvoir, La vieillesse



Commençons par une question, quel est le point commun entre ces 3 affirmations?

Premier âge : « les jeunes », deuxième âge : « les adultes », troisième âge : « les personnes âgées », quatrième âge : les « vieux », cinquième âge : les grands vieillards

Les personnes âgées de 60 ans ou plus ont, globalement, un meilleur niveau de vie que les moins de 60 ans

Le marketing segmente les seniors en 4 catégories : grands-parents et parents (50 ans+), pré-retraités (50-65 ans), retraités actifs (+65 ans), retraités tardifs (65-75 ans)



Réponse: la catégorisation des âges



« (cela) revient à donner une pseudo-homogénéité sociale à un groupe de personnes à cause de leur âge chronologique, ce qui est tout à fait faux puisqu'on vient de voir que derrière l'âge chronologique se mélangent l'âge biologique et l'âge social... Ces catégorisations et ces classements par âge qui touchent aussi bien les « jeunes » que les « vieux » sont, pour nous, des facteurs de ségrégation sociale et de réification des individus. L'assignation à un « comportement d'âge » est une négation complète de la singularité et de l'essence même de l'être humain. »

B. Ennuyer, la catégorisation des âges : ségrégation sociale et réification des individus



On perçoit ainsi aisément la limite. Cette absence de contraste sur le vieillissement offre une vision non seulement:

- **fragmentaire** de la vie avec des seuils d'âges arbitraires
- mais aussi **homogène** par l'instauration de catégories d'âge artificielles considérées comme des ensembles autonomes

C'est ainsi que, pour autant que l'on fasse partie d'une même classe d'âge, il n'y a aucune homogénéité sociale des modes de vie et des aspirations ; « les plus de » 60 ans à 70 ans ne sont pas tous dans la projection d'une « retraite loisirs » où le camping-car serait l'objet ultime de désir.

En catégorisant, on a tendance à décontextualiser l'individu. Ils existent des vieillissements bien différents entre l'individu engagé dans le monde associatif, celui mobilisé dans le soutien à sa famille, celui qui malade devient dépendant, ou qui en établissement n'est plus en capacité de participer, d'interagir... il y a un monde entre chacun d'entre eux ! La réalité du quotidien et la vie de chacun(e) est hétérogène et cela n'est pas qu'une question d'âge ! Même si l'on peut s'accorder à dire que l'avancée en âge est le plus souvent marquée par un mécanisme de pertes (mobilité, sociabilité, santé plus fragile...), nous ne sommes pas tous égaux face au vieillissement. A 80 ans certain(e)s feront encore du volley ball alors que d'autres à 65 ans seront ralenti(e)s par la maladie de Parkinson....

L'âge participe à la catégorisation et à l'étiquetage des individus, en somme à une construction sociale de la vieillesse. La notion de vieillissement est ainsi largement liée au regard que la société porte sur l'avancée en âge, image pas toujours valorisante comme l'écrit Laure Adler (*ref bib 17*) « chacun d'entre nous ne se réduit pas à l'âge qu'il a... (...) réduits non à ce qu'ils sont, ni même à ce qu'ils étaient, mais à une seule et même catégorie: la classe d'âge ».

On ne peut donc aborder la vieillesse par le seul prisme de l'âge. Trop de paramètres la module aujourd'hui, comme le montre le schéma en page suivante.



@Dephine Joseph

Disparition des paires d'âge, épreuve du veuvage, éloignement des familles et une cohabitation intergénérationnelle plus rare, baisse de la sociabilité du fait des moindres opportunités d'engagement, sentiment de décalage par rapport à la société actuelle et ses valeurs (numérique, information...), différence de genre qui fait que l'on a pas la même appréhension de son vieillissement et les mêmes capacités d'adaptation que l'on soit un homme ou une femme... chaque chemin de vie influe sur les mécanismes de sociabilisation.

SOCIAUX

Les antécédents médicaux, les habitudes de vie, la nutrition, les activités physiques, la vie sociale et intellectuelle...le capital santé est propre à chacun(e), il se construit avec le temps et a des conséquences sur la manière dont on va vieillir.

SANTÉ

GÉOGRAPHIQUES

On ne vieillit pas de façon équivalente en ville ou à la campagne; le territoire est aussi source d'inégalité dans l'accès à la mobilité, aux services, à la santé, à la culture...

FACTEURS DE MODULATION DU VIEILLISSEMENT

Si l'on regarde les déterminants socio-professionnels, ils conditionneraient pour beaucoup notre vieillissement « Quoi de commun, écrit B. Ennuyer (ref bib 10), à âge chronologique égal, entre le cadre supérieur et l'ouvrier spécialisé ou le salarié agricole, tant sur le plan des ressources, de la santé, du niveau d'éducation que du recours à l'information, etc.? ». Les inégalités de santé (prévention et conscientisation du capital santé plus faible dans les classes sociales moins favorisées), de revenus (les ouvriers ont une retraite plus faible que les cadres, et ont une espérance de vie qui l'est également), et les capacités d'adaptation au monde varient également, en fonction du niveau d'étude.

EDUCATIFS ET PROFESSIONNELS

ECONOMIQUES

On peut prendre l'exemple de la participation à la vie sociale dans ses dimensions culturelles. Ainsi, l'étude de Jean-Yves Authier (ref bib 8) révèle que près de 74 % des anciens cadres assistent à des spectacles contre 26% des anciens ouvriers et employés non qualifiés; et 84 % vont voir des expositions ou des musées contre 29%. Alors que les anciens cadres maintiennent un haut niveau d'activités et d'investissement dans le quartier (et au-delà) et ce même à un âge avancé, ce n'est pas le cas des moins diplômés et des personnes avec des plus faibles revenus. Cet exemple, parmi d'autres, montre que les revenus, le diplôme, la profession que l'on a exercée, ont un effet « protecteur » sur la participation à la vie sociale et culturelle.



Tous ces mécanismes d'inégalités sociales, économiques, géographiques, éducatifs et de santé, concourent à une inégalité face au vieillissement.

“ « Vieillir n'est pas une maladie mais le sentiment de l'âge lui varie selon les critères psychiques, physiques, géographiques.
Nous en faisons tous l'expérience à partir d'un âge qui peut beaucoup varier »
Laure Adler, La voyageuse de nuit ”

On l'aura compris, le vieillissement n'est pas lié en tant que tel à son âge chronologique. Il est pluriel et hétérogène, il est un parcours, un cheminement propre à chaque individu, lié à son capital social, économique, culturel qu'il s'est forgé au fil des années. Il résulte à la fois de facteurs personnels on l'a vu, mais aussi environnementaux. On note ainsi une prévalence plus forte de la fragilité et donc un risque plus important de dépendance avec l'avancée en âge, lorsque les facteurs environnant sont plus défavorables (revenus plus bas, contexte de vie peu sécurisant, une réduction de la mobilité et une limitation des contacts sociaux).

« D'un côté l'on vieillit comme on a vécu: le vieillissement est fonction de sa trajectoire passée, et de ses ressources plus ou moins nombreuses »
En même temps et c'est ce qui est très bien décrit dans le texte de V. Caradec (*ref bib 1*) on vieillit dans et avec son environnement actuel « c'est aussi un phénomène relationnel et il dépend du contexte de vie présent plus ou moins riches en support ».

Le vieillissement est un mouvement qui est double, à la fois **faire avec son capital passé et trouver dans le présent des ressources.**



Dès lors, comment nommer celles et ceux qui vont être l'objet de ce travail? Comment désigner sans catégoriser ? Cela m'a donné sans mauvais jeu de mots, des cheveux blancs. Séniors, papy, personnes âgées, anciens, jeunes gens de 70 ans, retraités, baby-boomers, vieux, personnes du 3ème âge, aînés, ...un sacré champs lexical pour les décrire! Comment appeler ceux que l'OMS décrit comme « âgés » à partir de 60 ans? Je vais reprendre cette définition académique pour faciliter la lecture, et parler de "personnes âgées"; vous verrez aussi peut-être retraités. Et ce même si cette terminologie n'est pas satisfaisante à mes yeux, car très enfermante.

Je n'irai pas plus loin dans cet éclairage qui mériterait de prendre le temps d'une véritable approche sociologique. Prendre conscience qu'il existe des vieillissements, s'interroger sur le sens des mots et sur les représentations qu'ils véhiculent, est dans mon cheminement de pensée, un premier pas.

2. Esquisses de réflexions pour expliquer les raisons d'une absence...

Pourquoi les personnes âgées sont peu visibles dans les communs?

DÉNOMINATEURS COMMUNS DES ESPACES COMMUNS

**Des espaces conviviaux,
appropriables, autorisants**

(qui incitent à passer à l'action, pouvoir de faire)

Des lieux qui font du lien

(lien de sociabilité, libre, ouvert, indéterminé)

Des espaces vecteurs de transformation

(permet de se croiser, de faire société autrement)

Des lieux qui portent une attention aux personnes

(à leurs diversité, à leurs capacités, à leurs propositions)

Des lieux qui font du bien

(lieux du prendre soin)

POURQUOI S'ILS SONT DES LIEUX OUVERTS à TOUS ET TOUTES, NE TROUVENT-ILS QUE PEU D'ÉCHO CHEZ LES RETRAITÉS?

OFFRE-T-ON LA POSSIBILITÉ à CE PUBLIC D'Y TROUVER UNE PLACE?

> C'est sur la base des lieux visités pendant ce diplôme universitaire et en dehors, cartographiés dans les pages suivantes, qu'est né ce constat de la sous fréquentation des personnes âgées. Je vous propose ici de tenter de mettre en perspective les caractéristiques de ces espaces pour comprendre les raisons possibles de cette absence...

CARTOGRAPHIE DE LIEUX EXPLORÉS AVEC LE DIPLÔME UNIVERSITAIRE



Le WIP- session immersive - 03 au 05 mai 2023



Vieillir Vivant - session immersive - 27 au 30 septembre 2022

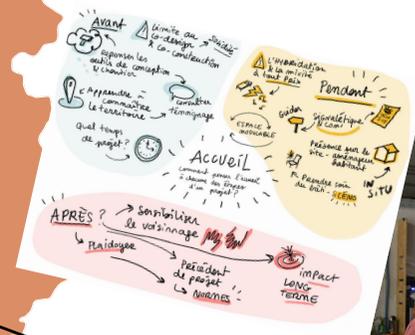


Le Sample :

- session focus "gouvernance" - 06 au 07 décembre 2022
- session focus "public et programmation" - 05 au 06 avril 2022

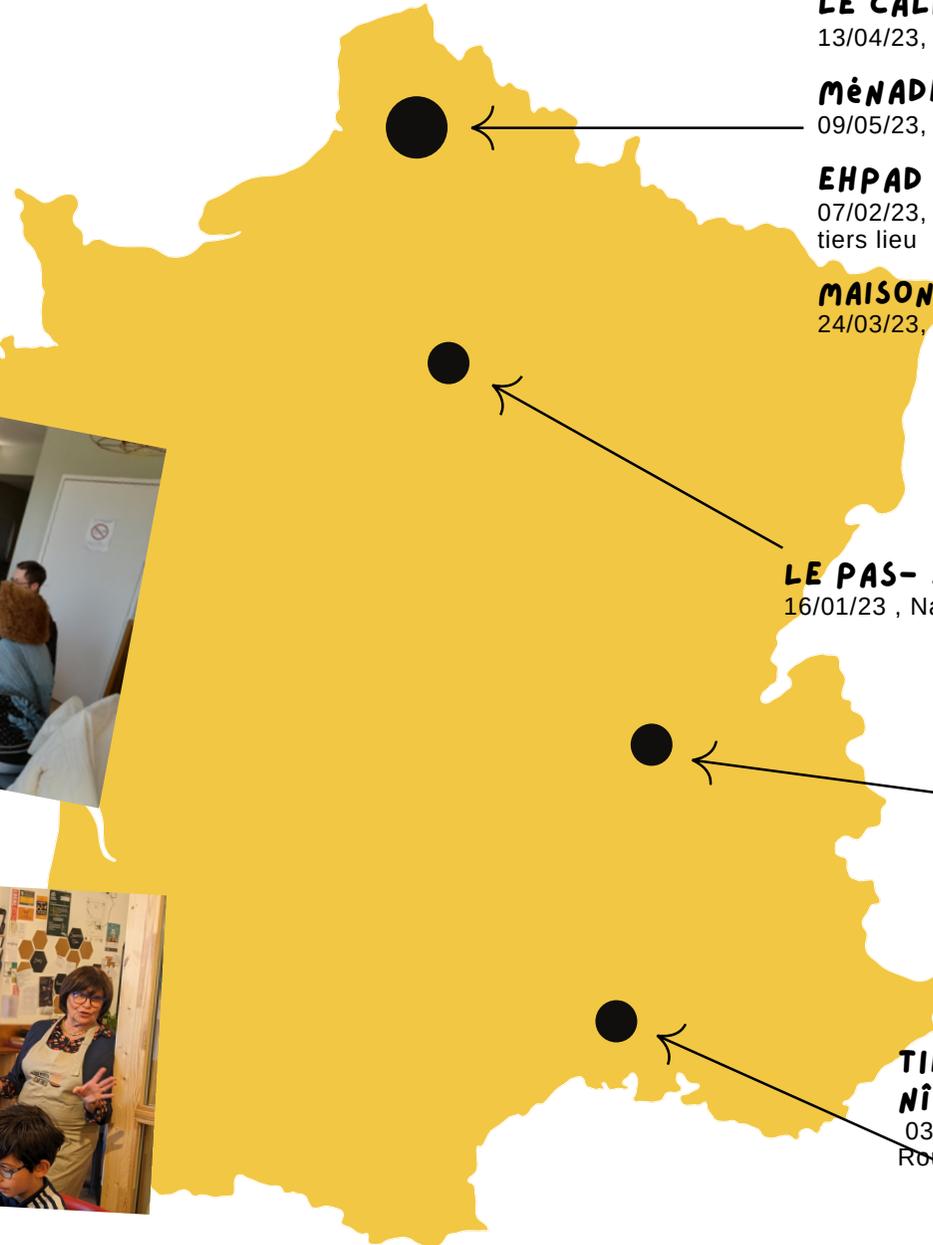


La PADAFAF - session immersive - 19 au 21 janvier 2022



Coco Velten - session focus "normes, réglementations, design d'espace" - 29 au 30 mars 2022

CARTOGRAPHIE DE LIEUX QUI PORTENT UNE ATTENTION AUX PLUS ÂGÉS



LES PETITES CANTINES, CROIX

13/04/23, Hélène Genay, chargée de projets et de partenariats

LE CALIBOU, GODEWAERSVELD

13/04/23, Gérard Lefebvre, propriétaire du café librairie

MÈNADEL – SAINT HUBERT, LOOS-EN GOHELLE

09/05/23, Marion Ponet, chargée de projets alimentation et santé

EHPAD PIERRE MAUROY, HARNES

07/02/23, Laurent Viscar, chargé d'animation et instigateur du futur tiers lieu

MAISON DES PROJETS, CAPINGHEM

24/03/23, Caroline Delfortrie, gestionnaire animatrice

LE PAS-SI-LOIN, PANTIN

16/01/23, Nathalie Célarié, chargée de projets intergénérationnels

CHEZ DADDY, LYON

06/04/23, Annaëlle Moisan, responsable communication du groupe Daddy

TIERS LIEUX DU PÔLE GÉRONTOLOGIQUE NÎMOIS, NÎMES

03/04/23, Elodie Bahut, cheffe de projet Tiers Lieu, Croix Rouge

Des lieux difficilement saisissables

Les espaces communs sont des lieux hybrides dont on ne saisit pas toujours clairement l'objet. Contrairement aux autres lieux de la ville clairement identifiés, où l'on sait ce que l'on y fait et pourquoi l'on s'y rend (boulangerie, poste, mairie...), les espaces communs sont des OVNI. Cela me fait penser à un échange avec Elsa, coordinatrice du diplôme qui me disait « si je devais expliquer à ma grand-mère ce qu'est un espace commun, je serai bien en peine ». C'est exactement cela la difficulté, comment définir avec un même terme des lieux où se juxtaposent des usages, des publics et des activités différentes (lieu dédié aux professionnels (coworking, ateliers à loyers modérés...) / d'innovation (tourné vers le numérique par exemple avec les Fablab...) / culturel (créateurs d'évènements,...)/ nourricier (jardins partagé, espaces agricoles..) / d'engagement social (hébergement, cantine solidaire...)).

Pour le comprendre, il suffit de se rendre sur le site du WIP, qui n'est pas le seul lieu à tenter de définir son champ d'actions. Cette définition en première page de son site, vous permet-elle de comprendre en un coup d'œil ce que l'on y fait? C'est toute la difficulté de ces lieux à vivre et qui sont difficilement appréhendables avec des mots. Le WIP est avant tout protéiforme: bar, mise à disposition d'espaces de travail et d'ateliers partagés, évènements professionnels et salons, lieu de diffusion culturelle (bal, concerts, micro-folie...)... il faut pousser la porte pour en saisir toutes les facettes.

Mise en perspective avec les besoins et ressentis supposés des personnes âgées

Si le projet du lieu et son objet, ne sont pas clairs et lisibles:

- comment savoir ce qu'il peut nous apporter, ce que l'on peut y trouver?
- comment se sentir suffisamment rassuré et légitimé pour y entrer?
- vais-je être marginalisé, mis à l'écart si je n'ai pas les codes?

Le manque de connaissance des lieux, très en lien d'ailleurs avec la communication qui en est faite, peut ici être pointé. Ce sentiment "d'impalpable" pourrait-on dire, peut cristalliser chez certaines personnes des craintes.



@le WIP_ photo extraite du site internet

Des lieux de transition

Certains de ces espaces ne sont pas voués à perdurer. Ils sont dans la ville le temps d'une expérimentation; en attendant qu'un bâtiment vacant trouve une nouvelle vocation ou qu'un projet urbain prenne forme. Le caractère temporaire nécessite de composer avec son environnement, de faire avec les moyens du bord, sachant que ces aménagements ne dureront à priori qu'un temps...

La PADAF a accueilli pendant 3 ans plus de 100 structures (logistique, réemploi, couture, tapisserie, scénographie, musique...) sur 25 000 m2 mis à disposition par l'Etablissement Public Foncier. Sur ce même site, un centre d'hébergement d'urgence était implanté. Un projet d'occupation mixte donc, en attendant la déclinaison opérationnelle du projet du Grand Paris Express.

L'investissement du lieu peut se faire sur une durée plus courte encore, comme au Village Reille où la mise à disposition a été fixée à 15 mois. Situé dans un ancien couvent du 14ème arrondissement de Paris, il accueille un centre d'hébergement d'urgence, une colocation solidaire et 55 structures issues de l'économie sociale et solidaire.

Cette occupation transitoire permet d'envisager un espace modulaire, une construction itérative, ce qui donne des lieux autorisants. A travers cet environnement qui se transforme à l'envie, on peut l'adapter et le réinventer selon les idées et les besoins des personnes qui font le lieu. « C'est un espace des possibles et des surprises » synthétise Marion qui travaille à Yes We Camp.

Mise en perspective avec les besoins et ressentis supposés des personnes âgées

Qui dit occupation temporaire, peut parfois dire manque de confort lié directement au caractère éphémère du lieu. Au moment des immersions dans les lieux, les étudiants font eux même l'expérience d'une isolation pas toujours existante, d'un chauffage peu opérant, d'assises pas forcément confortables, d'une accessibilité pas toujours au rendez-vous. Cet inconfort peut être ressenti plus fortement par les sujets plus âgés (sensibilité au froid accrue, difficultés de mobilité, capacités sensorielles altérées notamment la vue, l'équilibre, l'audition...). Ces barrières physiques peuvent être limitantes, notamment pour les plus âgés.

Par ailleurs, la mobilité se réduit avec l'âge. Ainsi, si le lieu est éloigné de son domicile, du centre-ville, mal desservi par les transports publics, que le cheminement à pied est chaotique, s'y rendre peut se transformer en un parcours du combattant et en décourager beaucoup.

Enfin, est-ce que à l'instar de ce qu'écrit Perec, l'instabilité d'un lieu en perpétuel mouvement pourrait-il créer de l'incompréhension chez certaines personnes? Est-ce que l'avancée en âge peut-être un facteur de difficulté de perception et donc d'appropriation du lieu? Cela peut-il renvoyer un sentiment de décalage? Décalage par rapport à son environnement, à une société actuelle et ses valeurs (numérique, information...) que l'on aurait plus de mal à saisir?

“

« J'aimerais qu'il existe des lieux stables, immobiles, intangibles, intouchés, presque intouchables, immuables, enracinés; des lieux qui seraient des références, des points de départ, des sources »

Georges Perec, Espèces d'espaces

”

Des lieux qui peuvent être empreints de représentations

Très en lien avec l'image qu'ils renvoient, certaines personnes peuvent éprouver le sentiment que « le lieu n'est pas pour eux ». Cela peut s'expliquer de plusieurs raisons :

- ne pas se reconnaître dans les personnes qui coordonnent le lieu (âge, culture,..) ou qui le fréquentent (absence de pairs, d'amis ou de connaissances)
- une programmation qui ne leur parle pas, de par les termes qui sont usités («atelier coworkers » » bal latino » « micro folie »...), qui est très en lien, avec le vocabulaire employé qui peut mettre à distance un certain public
- l'histoire du lieu de par son activité, ne serait-elle passée, peut également générer un frein à sa fréquentation.

Mise en perspective avec les besoins et ressentis supposés des personnes âgées

Anciens bistrot de village devenus espaces communs, le CaLiBou et le Ménadel, ont une identité initiale qui reste fortement ancrée encore chez certains habitants les plus âgés. Ils peuvent même apparaître comme des « repoussoirs » pour certains publics, et notamment féminin. Gérard le gérant du CaLiBou, raconte « dans le village il y a avait une dame qui avait tenu pendant de longues années un bistrot, mais aujourd'hui elle ne vient que pour la Poste car « cela ne se fait pas de venir au café pour une femme ». On le voit ici, pour une certaine génération le bistrot serait une affaire d'hommes, où les femmes n'auraient pas leur place.

On pourrait faire un parallèle avec le WIP. Lieu de vie et de travail pendant presque un siècle, la Société Métallurgique de Normandie a employé plus d'un millier de salariés, avant de fermer ses portes en 1993. Le réfrigérant et l'atelier électrique sont les derniers vestiges de la grandeur industrielle passée qui s'est déployée sur 176 hectares.

Les habitants se sont mobilisés pour que le site mute et accueille un nouveau projet. Aujourd'hui, sa nouvelle identité placée sous les hospices de la fête et de la culture, attire-t-elle pour autant celles et ceux qui y ont trimé, qui ont souffert de sa fermeture? La greffe culturelle sur cette friche a-t-elle prise pour les anciens ouvriers du territoire?



@le CaLiBou_ C.Montmasson



@le WIP_ C.Montmasson

Des lieux de participation et d'encapacitation

Les espaces communs sont des lieux du faire, faire ensemble. En leur laissant de la place, ils mettent les individus dans une posture, non pas de consommateurs, mais d'usagers contributeurs, d'acteurs et de co-producteurs du lieu à la fois sur la programmation et les espaces.

Faire commun c'est s'autodéterminer, s'inventer des modes d'administration et de de fonctionnement. La gouvernance, cela peut paraître conceptuel, pour certain(e). Ce sont des organisations nouvelles, des nouveaux modes de penser et de faire groupe.

Partager la gouvernance dans les lieux que j'ai pu visiter, c'est notamment ouvrir la programmation aux usagers. Autour d'un café c'est se demander quelles activités souhaitent-on voir dans le mois qui arrive? L'objet ainsi présenté semble simple et concret, à priori appropriable par tout à chacun. Pour autant, cela renvoie à la capacité de donner son avis, de faire entendre sa voix. Et la participation n'est pas donnée à tou(te)s, il y a des mécanismes d'estime de soi en berne (présent chez les personnes les plus âgées notamment), l'éducation, la culture également qui peuvent être des freins.

“

« Ils sont des espaces où chacun est amené à participer, à apporter sa contribution au projet, à prendre la parole et à faire entendre sa voix »

Diane Dupré La Tour, co-fondatrice des Petites Cantines à France Info en juin dernier

”

L'envie peut venir spontanément de l'utilisateur pour partager une connaissance, un savoir faire. Aux Lococotiers cela prend la forme d'un atelier vélo qui a été mis en place par des adhérents.

Elle peut aussi être suscitée par les salariés du lieu comme Caroline, la gestionnaire animatrice de la maison du projet de Capinghem. Elle a initié les petits déjeuner des résidents pour favoriser la mise en commun des idées, des envies, et accompagner leur concrétisation.

Chez Daddy, le salarié « responsable animation » impulse, accompagne (logistique, réunion...) les idées d'animation en gardant en tête l'objectif que le « groupe projet » s'autogère rapidement. Il est bien identifié par les participants et est régulièrement sollicité. Même principe au Ménadel, avec la spécificité que l'engagement bénévole est valorisé, avec une rétribution en monnaie locale.

“

« Cette dimension participative et contributive est importante car elle met tout le monde au même niveau, chacun venant pour contribuer à un projet, qu'il soit personnel ou collectif. Cette démarche valorise les participants. »

Extrait de l'étude APUR « Solidarités de proximité et résilience »

”

Mise en perspective avec les besoins et ressentis supposés des personnes âgées

- **Une participation modulée par les facteurs sociodémographiques**

« Des facteurs comme le niveau de scolarité, l'âge et le sexe ne sont pas que des attributs individuels; ils situent socialement les personnes et sont susceptibles d'ouvrir ou de fermer des portes par rapport à leur possibilité de faire certaines expériences et d'exercer des rôles sociaux. »

Ainsi, cette étude (*ref bib 6*) révèle que les lieux de sociabilisation seraient plus facilement investis par les personnes les mieux dotés en ressources économiques, culturelles et sociales. Il apparaît donc comme important de porter une attention particulière (et ce peu importe l'âge) aux individus potentiellement vulnérables, et donc les moins susceptibles de pousser la porte des communs.

- **La participation, une question de curseur**

Cet extrait de l'étude de l'APUR (*ref bib 3*), est assez révélateur « chacun peut adapter sa participation en fonction de ses compétences et ses envies, et certains se retrouvent parfois à boire un thé ou discuter ensemble plutôt qu'à coudre ou cuisiner. »

Cela fait écho à un échange que j'ai eu avec un travailleur social « pour les personnes ce qui est important c'est parfois juste d'être là simplement, parler de tout et de rien, parler d'autre chose (...) ou peut-être est-ce un âge où l'on a plus envie de s'embêter, que l'envie d'investissement n'est plus la même ». D'autres diront que l'engagement dans un lieu peut être vécu comme une contrainte pour certain(e) retraité(e) à une période de la vie de « liberté retrouvée ».

La participation ce serait peut-être, laisser à chacun la place qu'il souhaite et dans laquelle il se reconnaît à un moment donné (engagé, impliqué, actif, consommateur, distant...) sans présager de la suite...

- **Contre avec les tiers lieux l'idée que l'âge avançant, les personnes ne sont plus qu'en situation de recevoir et non plus de donner. Faire avec les capacités de chacun(e).**

On qualifie souvent la personne, notamment âgée par ses insuffisances, ses pertes, ses faiblesses (personnes à mobilité réduite, à autonomie réduite, fragiles, démentes...).

Cynthia Fleury, philosophe, propose d'amener un changement de regard « Il n'y a pas d'un côté les autonomes et de l'autre les vulnérables, il n'y a aucune autonomie hors sol, toute autonomie est une construction collective, seule la vulnérabilité est un fait ». C'est à l'environnement humain et matériel de s'adapter. Si nous ne pouvons pas diminuer les incapacités, les déficiences, en revanche nous pouvons faire une place à l'autre en repensant l'accessibilité « technique » mais aussi relationnelle.

J'ai été frappé lors de mon passage à la maison des projets de Capinghem par cette capacité d'adaptation et de posture de l'animatrice du lieu. Principalement investie par des personnes en situation de handicap auditif, Caroline, met un point d'honneur à inclure tout le monde : en signant un simple « bonjour », ou en se positionnant bien en face d'une personne sourde pour qu'elle soit introduite dans une conversation.

Et puis il y a ces images extraites du site du collectif ETC qui parlent d'elles-mêmes, et nous disent la capacité de chacun(e) à participer à son niveau. Des chantiers participatifs ont été organisés, dont ces ateliers de peinture sur textile avec des résidents de l'EPHAD et des habitants, pour en faire de grandes tentures d'ombrage pour Paquita, le tiers lieu mobile de la Croix Rouge. Chacun a pu ainsi contribuer avec ses ressources propres à ce projet collectif.

Il semble ainsi nécessaire de prendre en considération l'autre, en trouvant une manière d'être adaptée aux difficultés traversées par celui qui est en face de moi (sociales, psychologiques, économiques, physiques...). C'est de cet empêchement, cette contrainte que né un nouvel état d'être à l'autre. Ce refus d'approcher la personne par ses manques, ses déficits, permet de mettre en lumière ses compétences, et ses capacités. Il s'agit bien ici d'inverser le regard, en reconnaissant les capabilités qui existent en chaque personne, même fragile.

“

« Ce qui empêche le plus radicalement une personne de participer à part entière à la vie sociale, ce ne sont pas ses handicaps physiques, c'est le tissu de mythes, de représentations dont la société l'investit »

Bertrand Quentin « Les invalidés, nouvelles réflexions philosophiques sur le handicap »

”



@ETC_photos extraites du site internet du collectif

> Les exemple parcourus montrent qu'il existerait une diversité de freins à la venue des personnes âgées dans les communs.
Ce schéma illustre de manière synthétique les raisons possibles de cette absence....



2. POURQUOI CHERCHER à OUVRIR LES COMMUNS AUX PERSONNES ÂGÉES?

La première des questions pourrait être : pourquoi s'intéresser aujourd'hui aux personnes âgées? L'éclairage démographique ainsi que l'analyse des enjeux du vieillissement dans notre société en est un préambule essentiel. Ils nous permettent de comprendre l'importance du défi de l'avancée en âge qui se profile. En regard, l'analyse des bénéfices que peuvent apporter les espaces communs dans le parcours de vie des personnes, viendra apporter des éléments de réponse concrets pour "mieux" vieillir à domicile.

1. POURQUOI S'INTÉRESSER AUX PERSONNES ÂGÉES?

Un enjeu démographique

Le cadrage de la situation démographique actuelle et les projections à court et moyen terme permettent en un coup d'œil de comprendre une réalité : le vieillissement à grand pas de la population française.

Plus de 1 français sur 2
aura plus de 60 ans dès
2030

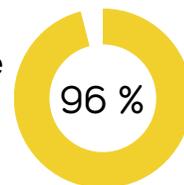
Entre 2020 et 2030
sera le nombre de 75
- 84 ans sera x 2



les + de 85 ans sont
aujourd'hui 2 millions, en
2050 ils seront 5 millions

La volonté affirmée de vieillir à domicile

Un état de fait aujourd'hui : La vie à domicile demeure le mode de vie majoritaire des seniors.



**DES PERSONNES AGÉES DE 65 ANS ET
+ (Y COMPRIS CHEZ LES
NONAGÉNAIRES) VIVENT À LA MAISON**

(donnée INSEE 2019)



**DES PERSONNES DE 90 ANS ET
PLUS VIVENT À LA MAISON**

(donnée rapport Broussy 2021 (ref bib 2))

Un constat



**DES PERSONNES AGÉES NE SONT
PAS CONCERNÉES PAR LA PERTE
D'AUTONOMIE**

(donnée rapport Broussy 2021 (ref bib 2))

> cela ne veut pas dire
pour autant qu'il ne faut
pas avoir une politique
de prévention, bien au
contraire...

Un souhait affirmé: la majorité des français
souhaitent vivre, vieillir et mourir chez eux.



**DES FRANÇAIS VEULENT VIEILLIR À
LEUR DOMICILE**

(donnée sondage IFOP 2019)

"Aux années 2020-2030 correspond le défi de l'adaptation de la société au vieillissement..."

A partir de 2030 en revanche, la France devra affronter le défi de la perte d'autonomie" extrait du rapport Broussy (ref bib 2)



2. VIEILLIR CHEZ SOI, QUELS ENJEUX?

Quelles conditions pour rester chez soi?

Adaptabilité du logement à la survenue des difficultés de mobilité et des handicaps (et ce même si ceux-ci interviennent tardivement)

ADAPTABILITÉ

L'enjeu avec le vieillissement : comment le logement peut-il être support de l'autonomie?

Déménagement vers un habitat qui répondent aux besoins d'accessibilité (adaptabilité du logement aux fragilités de la personne), de réassurance (gardien par exemple), de proximité (commerces, services...)

DÉMÉNAGEMENT

Accessibilité et qualité des espaces publics (flot de repos, bancs, accotement...) ainsi que des commerces et services

ACCESSIBILITÉ

Mobilités adaptées (transports publics, marchabilité, mobilités douces...) en ville et dans le rural.

L'espace public pouvant devenir une angoisse (peur de se faire klaxonner sur la passage piéton car l'on met trop de temps à traverser, par exemple)

MOBILITÉ

LE CHEZ SOI

Lieu du refuge, territoire de l'intimité et de l'identité, il est l'enveloppe personnelle de l'individu

LE DROIT À LA VILLE

LE DEHORS

Les caractéristiques de l'environnement urbain (et plus encore dans le rural!) ont une incidence sur le potentiel de mobilité des aînés, et leurs possibilités de participation sociale. C'est une condition de l'autonomie et un moyen de maintien des lieux sociaux et d'une vie sociale active

Conditions du chez soi avec l'avancée en âge

SOCIABILITÉ

Espaces de sociabilisation, de participation citoyenne et de solidarité

PROXIMITÉ

Proximité des commerces, des services (petits dépannage, portage des courses...), lieux culturels et sportifs

DIVERSITÉ DE L'OFFRE D'HABITAT

Stratégie de territoire : développer une diversité d'offre d'habitat pour poursuivre un parcours résidentiel qui soit « désirable » et non subi. Un choix qui tiendrait compte également de la diversité des situations et des représentations individuelles (habitat intergénérationnel, groupé, adapté, alternatif...)

ACCOMPAGNEMENT

Coordination des acteurs pour un accompagnement de la vie à domicile lorsque cela s'avère nécessaire (aide au ménage, à la cuisine, à la toilette...)

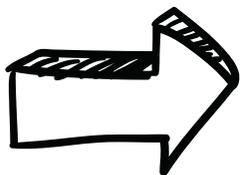
Dès lors qu'ils viennent en complémentarité d'un contexte favorable (bien se sentir chez soi dans un environnement qui s'adapte, se sentir à l'aise et en sécurité dans l'espace public,...), les espaces communs peuvent –il être un maillon, une composante pour vieillir chez soi?

« La préservation des repères et des réseaux existants semblent être une nécessité, ceux-ci étant au même titre que le domicile le support de l'identité. En effet, le territoire approprié par une personne dépasse largement les limites physiques du logement; on habite dans son quartier. Cela renvoie au rôle du territoire au sens urbain et à la nécessité d'une insertion dans le tissu social et urbain de ces lieux de vie »
Fanny Cérèse et Colette Eynard (ref bib 5)

Le bien vieillir doit s'inscrire dans un projet de territoire

La prise de conscience, l'anticipation et l'adaptation de notre société au vieillissement est un enjeu central.

Il est nécessaire de proposer une politique pour vieillir chez soi, mais également avoir une stratégie globale pour bien vivre dans la ville ou en rural avec l'avancée en âge. Vieillir chez soi implique d'avoir un domicile modulable et un "dehors" bienveillant, adaptable, à défaut la personne sera « assignée à résidence ».



3. PROFILAGE D'USAGERS

J'ai été marqué par des fiches utilisateurs de lieux, dans un guide produit par Familles Rurales qui s'intitulait « comment créer un tiers lieu rural? ». Celles-ci visaient à mieux appréhender les besoins, les attentes et les ressources en répertoriant 4 grandes familles d'utilisateurs potentiels (les occupés/ les consommateurs; les engagés/ les entrepreneurs; les oubliés/ les invisibles; les passagers/ les nomades). Certes, cette catégorisation a ses limites et ne permet pas de décrire dans la finesse des individualités diverses; pour autant j'ai trouvé la démarche intéressante pour mieux connaître les besoins mais aussi les leviers pour activer telle ou telle typologie de public. Il m'a semblé révélateur de procéder de la même manière avec le public retraités pour synthétiser des traits communs et des attentions spécifiques à chacun. Cet éclairage s'apprécie à la lueur d'une approche sociologique, il se base sur le travail de classification de Vincent Caradec et Anne Marie Guillemard (ref bib 1 et 11).

Ils sont dans une dynamique de consommation de nouvelles activités créatrices et de loisirs (participation à des activités artistiques, sportives, mais aussi voyages...); souvent combinée à la vie familiale (grand parentalité, vie conjugale, aide aux parents âgés).
« Pour pratiquer une retraite-loisirs, il faut non seulement disposer d'un bon niveau de revenu, mais aussi être en bonne santé. Il faut de surcroît s'être constitué un large réseau de relations sociales au cours de sa vie active, et que celui-ci n'ait pas été trop amputé par l'avance en âge. » écrit A. M Guillemard.
Il peut y avoir chez certain(e) une méconnaissance du monde associative.

Motivations / besoins

Temps de la liberté et de l'investissement sans contrainte
Epanouissement de soi

Modes d'activation en espaces communs

Prise de contact avec des associations de loisirs créatifs, sportifs, culturels

Attention à porter

Valorisation des connaissances et des compétences pour aller ensuite vers l'engagement et une mobilisation pérenne et active / prise en compte de l'équilibre vie personnel et implication associative

> Ils sont des participants, reste à leur donner envie de s'embarquer dans une implication plus active dans le lieu.

RETRAITE LOISIRS ET FAMILLE

C'est la continuité de la vie professionnelle qui vient se poursuivre par un investissement dans des activités libres avec une utilité sociale forte. Cette notion a été conceptualisée par Anne Marie Guillemard « Elle revendique une forte articulation entre formation, temps libre et loisirs et milite contre toute ségrégation des âges et pour les déspecialisation, ce qui exprime souvent chez eux le souci des activités intergénérationnelles » « Ils veulent continuer de demeurer socialement actifs et utiles, afin de conserver en retour un rôle d'acteur social et de citoyen à part entière. »** Ces personnes sont souvent des initiés qui ont toujours eu un engagement, même à titre occasionnel.

Motivations / besoins

Occasions de socialisation
Besoin d'agir
Utilité sociale
Investissement

Se forger une nouvelle identité sociale

Mettre à profit ses compétences au service de la collectivité
Revendiquer la place et le rôle des retraités dans la société

Modes d'activation en espaces communs

Se mettre en réseau avec les associations engagées sur le territoire

Attention à porter

Liberté d'action et prise d'initiative

Ils sont des instigateurs qui peuvent impulser par leurs réseaux et leurs ressources personnelles (compétences, ...) la création de la communauté et contribuer à la vie du lieu.

RETRAITE SOLIDAIRE

Elle renvoie aux pratiques tendant à contester la place faite aux vieux dans la société et à mettre en avant le rôle social des retraités. Ces revendications dans le champ du vieillissement sont moins fortes et aussi moins portées politiquement que dans celui du handicap. Ce mouvement basé sur le militantisme et l'engagement syndical, porte principalement sur une amélioration de la retraite, préoccupation récurrente en lien avec l'agenda politique.

Comme pour la retraite solidaire, leur engagement n'est, bien souvent, pas récent, mais ancré dans une histoire de vie.

Motivations / besoins

Occasions de socialisation

Estime de soi

Besoin d'agir

Prolongement d'une identité sociale liée à son statut professionnel antérieur

Aide pour passer le cap de la retraite

Attachement à l'activité syndicale, goût militant

Modes d'activation en espaces communs

Ouverture et prise de contacts avec des syndicats (CFDT retraités, UNSA retraités...)

Attention à porter

Liberté d'action et prise d'initiative

> **Ils sont des instigateurs qui peuvent impulser par leurs réseaux et leurs ressources personnelles (compétences,...) la création de la communauté et contribuer à la vie du lieu.**

RETRAITE REVENDICATRICE

Ils apparaissent en marge de ces profils. Ils peuvent se combiner avec eux, mais le temps passé à prendre en charge un parent âgés dépendant, un enfant handicapé, un conjoint malade, réduit le temps qu'ils peuvent consacrer pour se ressourcer, s'impliquer, s'engager, en dehors de cette fonction.

Attentes / besoins

Temps pour soi, de répit, pouvoir se ressourcer

Se reconnecter à ses besoins et ses centres d'intérêts

Prendre soin de sa santé

> Ce qui nécessite une prise de relai de l'aidant (est ce que le lieu peut accueillir l'aidé et l'aidant pour des temps communs ou dissociés?)

Modes d'activation en espaces communs

Structures de soutien et d'accompagnement aux aidants (qui apportent des clés de compréhension par rapport à la maladie, des informations sur les aides existantes, un soutien psychologiques, des solutions concrètes (ex: lieux d'accueil du proche...))

Attention à porter

Être à l'écoute des besoins et des envies pour proposer un sas. Cette ligne de conduite pourrait être édictée pour chacun des profils, il apparaît ici d'autant plus nécessaire que les situations rencontrées sont lourdes et complexes.

> **Ils sont des potentiels participants qui ont besoin qu'on leur mette à disposition des ressources et qui peuvent aussi être aidants.**

RETRAITE AIDANTE

Personnes qui sont davantage repliées sur elle-même, sur leur lieu de vie, et qui tendent à devenir plus fragiles, sans pour autant être dépendantes. Cette dynamique se situerait plutôt dans les classes d'âge les plus âgées, et qui ne serait pas vécu de la même manière selon les individus (solitude choisie / accommodation, acceptation / souffrance).

Les fragilités qui apparaissent, notamment l'affaiblissement physique et la réduction des mobilités, entraînent un moindre goût pour l'extérieur (exemple: sorties moins nombreuses, restriction de l'espace parcouru), et ainsi une diminution des sociabilités.

Motivations / besoins

Affaiblissement des relations sociales voire déficit relationnel
Construction d'un sentiment d'étrangeté au monde, une incompréhension de son environnement

Modes d'activation en espaces communs

Travailler le partenariat (exemple avec, services d'aide à domicile, CCAS, CLIC, mutuelles engagées sur la prévention, associations comme les Petits Frères des Pauvres...) et faire le relai auprès des bénéficiaires.

Attention à porter

Invitation à créer du lien social en s'appuyant sur des activités "plaisir" corrélées à leurs centres d'intérêts
Accueil, "lien chaud"

Valorisation des capacités, réassurance

Acceptation que la personne s'inscrive en retrait du groupe (c'est une forme également de participation)

Travailler avec des personnes/ structures relais pour faire connaître, accompagner vers la découverte du lieu _ le tiers accompagnant

Proposer des mobilités pour venir _ accessibilité et confort du lieu

Ils sont des découvreurs qui ont besoin d'être rassurés pour se sentir bienvenus dans le lieu et légitimés

RETRAITE RETRAIT

Ce travail de profilage permet d'observer deux tendances. D'un côté, les **retraites "actives"** (qui recouperaient les retraites revendicatrices, solidaires et de loisirs) sont investies par des personnes qui ont pu accumuler tout au long de leur vie, ce que Caradec (*ref bib 1*) nomme des « ressources » :

- « de biens » (revenus, étendue des relations sociales, état de santé...)
- et « de potentialités » (niveau d'instruction/ situation de travail avec ou moins propices à des prises d'initiatives, existence d'activités en dehors du travail...).

Celles-ci constituent des déterminants sociaux de pratiques à la retraite; les personnes qui possèdent ce capital "ressources" peuvent constituer pour le lieu, un appui (en temps, en compétences, en réseau, ...).

De l'autre, les personnes qui sont confrontées à une expérience de vie instable (revenus plus faibles, état de santé fragilisé, emploi précaire, handicap, isolement social,...) et qui les rend plus **vulnérables** que les autres (les aidants et les retraites-retrait). Ce sont ces personnes sur lesquelles l'accent doit être mis, sur lesquelles notre attention doit se porter. Ce sont elles qui pourraient avoir le plus besoin de lieux ressources mais qui ont malheureusement, le plus de mal à y accéder. Ces personnes ont elles aussi des capacités, des compétences, des envies, et sont tout aussi légitimes que les autres à contribuer à la vie du lieu. Il faut les inviter, les inciter à prendre leur place.

> Ces approches ne semblent pas spécifiques à l'âge en tant que tel. On retrouve dans toute la société cette distinction. La particularité avec l'avancée en âge est, on l'a vu, l'augmentation du risque de fragilisation. Cela signifie que **les personnes âgées ont une propension plus grande à compter parmi les personnes vulnérables**. A noter aussi que bien entendu, ces classifications ne sont pas figées, mais à priori perméables et qu'elles peuvent évoluer dans le temps; même si comme l'écrit A.M Guillemard, on observe "une rigidification des conduites à la retraite."

On peut illustrer cette perméabilité, ce balancement entre investissement et mise en retrait, par des exemples. Marcel à la retraite est partie prenante aux Petites Cantines. Il y vient tous les jours pour cuisiner depuis plusieurs mois, parfois il reste déjeuner le midi. Depuis peu, il va mieux, il a peut-être trouvé un sens à sa retraite, de nouvelles occupations, il ne « vient plus » qu'une fois par semaine. Jean, lui, venait chaque jour, pendant un temps; son état de santé s'est dégradé, il participe à la cuisine uniquement le jeudi désormais, car cela le fatigue davantage qu'auparavant. Jeanine, elle vient régulièrement. A la retraite depuis peu, elle a repris des études et propose des temps de méditation collective au sein de la cantine.

> A travers ces tranches de vie, on voit bien que dans un lieu, à un moment on a pu être aidé, soutenu par le groupe, mais cela n'empêche pas que la tendance s'inverse, et que l'on puisse devenir par la suite "personne ressource" pour d'autres. On peut en effet, prendre une place différente en fonction de ses besoins. Laisser cette liberté est importante pour envisager une modulation de l'investissement de chacun(e) dans le temps.

4. IMPACTS ATTENDUS ET BÉNÉFICES SUPPOSÉS

INDIVIDUELS

- Se sentir moins seul
- Utilité sociale
- Mieux être, vecteur de santé
- Maintenir son identité
- Être confiant dans ses capacités fonctionnelles et ses capacités à agir
- Capacité à être en lien, en interaction avec les autres

COLLECTIFS

- Valoriser les capacités d'un groupe
- Rendre visible des personnes que l'on ne voit pas ou peu
- Changement de regard sur le vieillissement; revendiquer un droit à la ville et militer pour une reconnaissance de la citoyenneté jusqu'au bout du parcours de vie
- Développement de solidarités inter-apprenantes et de la transmission
- Prendre soin les uns des autres

TERRITOIRE

- > Lieu de prévention, de ressources et de repérage qui vient en support au vieillissement à domicile
- > Lieu de convivialité pour toutes et tous peu importe son âge/ sociabilité partagée
- > Service de proximité

> Les bénéfices individuels décrits ci-dessus sont génériques et chacun(e) va piocher, trouver dans le lieu et dans son investissement ce dont il a besoin à un moment donné. De même, les impacts collectifs et territoriaux vont varier en fonction des spécificités du lieu, des champs d'actions développés et des activités déployées.

> Dans les pages qui suivent certains impacts vont être décryptés plus précisément pour mieux cerner les mécanismes et les réponses que peuvent apporter les communs.

Lutter contre l'isolement

Facteur de fragilité, voire de perte d'autonomie, il doit être considéré comme un risque social à part entière. 1 personne âgée sur 4 est en situation d'isolement relationnel.

530 000 personnes âgées de 60 ans et plus, ce qui représente une ville comme Lyon, sont en situation de mort sociale, c'est presque deux fois plus qu'en 2017! (Chiffres extraits du baromètre des Petits Frères des Pauvres en 2021).

A noter que l'isolement n'est pas un mal « réservé » aux plus âgés, il concernerait tous les âges et toutes les classes sociales selon la Fondation de France. Ainsi 26% des français se sentiraient exclus, abandonnés ou inutiles et 70% des citadins reconnaîtraient avoir souffert de la solitude.

La différence résiderait dans la difficulté à reconstruire un réseau : « se faire de nouveaux amis, étendre son réseau social ne va pas de soi pour une part importante de la population... plus l'âge augmente, plus cette difficulté est ressentie ».

Cette même étude montre qu'après 75 ans le cumul des facteurs de risques (vivre seul, être extérieur aux sociabilités professionnelles, avoir les enfants qui ne résident plus au domicile, avoir un réseau familial plus réduit, être confronté au handicap, à la maladie...) augmentent d'autant la situation d'isolement.

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

Chez Daddy à Lyon, l'objectif affiché est d'offrir aux personnes âgées et aux plus jeunes « une seconde famille » pour contrer l'éclatement notamment géographique des familles.

Prendre soin des aidants

Le pendant du maintien à domicile lorsque les personnes sont fragilisées ou dépendantes, c'est aussi une plus grande implication des aidants qu'ils soient professionnels ou familiaux. Être aidant c'est assumer de manière régulière ou ponctuelle la charge d'une personne en situation de dépendance; être aidant, c'est être à la fois infirmier, psychologue, personnel de ménage, auxiliaire de vie, accompagnant administratif, coordinateur des intervenants...

Les conséquences pour les aidants familiaux sont nombreuses : baisse de revenus, diminution de la qualité de vie, impacts sur la santé physique et psychique (isolement, risque accru d'épuisement et de surmortalité des aidants dits naturels, 1/3 d'entre eux décèdent avant leur aidé). Avec l'allongement de la vie et le vieillissement de la population, les aidants sont en première ligne. Il est important de reconnaître leur rôle dans la société, et de prendre soin d'eux également.

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

La Ressourcerie à Bordeaux est un lieu de répit, d'entraide qui propose aux aidants de se ressourcer. Organisé autour de 3 espaces :

- le salon (boire un thé, un café, regarder un film),
- l'atelier (repas partagé, activités créatives, yoga, organisation de sorties au théâtre ou au musée...),
- le calme (temps privilégié d'écoute avec une intervenante sociale ou un psychologue).

Chez Daddy, l'instigateur du lieu est aussi le fondateur d'un service d'aide à domicile. Des auxiliaires de vie et des aides soignant(e)s peuvent bénéficier du lieu pour venir prendre un café entre 2 interventions, venir avec leur repas sur le temps du midi ou encore accompagner leurs bénéficiaires à profiter du café et des activités qui sont proposées. En mettant à disposition un lieu "refuge", de pause, on peut aussi prendre soin du personnel soignant.

Bien être et meilleure santé perçue, un double enjeu

- **La participation comme agent protecteur sur la santé des personnes âgées**

« Si l'isolement et la solitude, qui touchent environ un quart des personnes âgées de 75 ans et plus en France, peuvent contribuer à une fragilité physique, psychique et sociale; la participation sociale peut aider à renforcer le bien-être et l'état de santé perçu, à améliorer la santé mentale et à contribuer à une baisse du déclin cognitif et fonctionnel, de la consommation de médicaments et de l'utilisation des services de santé. » Extrait de la revue « la santé en action » (ref bib 9).

L'étude québécoise « La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé » (ref bib 6) fait état également, qu'« avoir des contacts avec de nouvelles personnes, de différents groupes d'âge, permet d'établir des liens plus solides avec la communauté et de se stimuler intellectuellement ». Stimulation sociale et mentale, amélioration, maintien de la condition physique (ne serait-ce qu'en sortant de chez soi), ces vecteurs concourraient à préserver les capacités physiques fonctionnelles et à retarder l'apparition des incapacités. C'est aussi et surtout l'engagement dans une démarche qui a du sens, pour laquelle ils sont reconnus et valorisés, qui permettraient aux personnes de mieux s'adapter à cette nouvelle identité et aux limitations physiques engendrées par le vieillissement. Cependant, cette étude montre que les effets protecteurs de la participation sociale sur la santé pourraient tendre à diminuer dans le temps, à mesure que s'accroissent les problèmes de santé des aînés.

- **Un enjeu de société : prévenir le vieillissement à caractère pathologique**

Arnaud Campéon dans la revue " la santé en action" (ref bib 9) écrit « si vieillir demeure un processus naturel, la façon de vieillir ne l'est pas, et elle autorise par conséquent des marges de manœuvre pour favoriser l'inclusion et la participation sociale des aînés et éviter leur perte d'autonomie ».

Ainsi l'objectif de prévention est clair : améliorer la qualité de vie des personnes et pour l'Etat, réduire les coûts de la prise en charge. Les actions préventives peuvent être multiples (tant sociales que sanitaires), elles s'articulent autour de:

- l'alimentation
- la promotion d'un exercice physique adapté
- l'adaptation du logement
- l'inclusion des personnes à un environnement social intégrateur

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

Peut-être peuvent-ils contribuer à une prévention « à caractère social » qui aurait un retentissement sur la santé globale? En revanche, jusqu'où aller dans la prévention des risques liés au vieillissement qui ne sont pas, à priori, leur rôle premier? Est-ce que cela reviendrait à pallier des carences des institutions?

Au Pas-si-Loin, un parcours de 3 mois est mis en place pour accompagner les jeunes retraités dans leur nouvelle vie (ateliers mémoire/ équilibre avec de la gym douce par exemple/ appui aux démarches administratives et juridiques/ échanges autour du changement que génère le passage à la retraite...). Parallèlement, les ateliers « du bien manger » proposent de la sensibilisation autour de la nutrition.

Eclairage sur l'estime de soi à travers le prisme du vieillissement

« L'âge chronologique n'est pas, en lui-même, un déterminant essentiel de l'estime de soi alors que l'intégration sociale et les capacités adaptatives le sont. L'avancée en âge des adultes âgés n'implique pas nécessairement une baisse du sentiment de valeur de soi bien que les pertes de compétences soient bien réelles dans de nombreux domaines de l'activité psychologique. », écrit Daniel Alaphilippe (*ref bib 12*).

En revanche les représentations sociales de la vieillesse peuvent être stigmatisantes dans notre société, on a une tendance à la dévalorisation de cette classe d'âge, on parle d'âgisme pour décrire ces mécanismes. L'environnement c'est d'abord les autres, et ce qu'ils nous renvoient de nous-même. C'est par ces interactions que nous prenons conscience de notre vieillissement (par ex: vas-tu réussir à te lever de ta chaise seul?). Les manifestations courantes de l'âgisme, même inconscientes, viennent nous interroger sur notre identité. Les personnes mettent alors, en place des mécanismes :

- soit d'évitement, pour limiter les interactions et les contacts sociaux
- soit adaptatifs, pour se conformer au modèle de la personne active en négociant une nouvelle image de soi.

Avec l'avancée en âge, il y a un risque plus grand pour les personnes d'intériorisation de cette dévalorisation, avec comme conséquence un effet négatif sur l'estime de soi. Cette plus faible estime peut avoir des répercussions sur :

- son engagement dans des activités (exemple : ne pas se sentir capable physiquement, avoir peur d'être mis en échec sous le regard des autres) et peut ainsi favoriser un repli sur l'espace domestique.

- ses interactions sociales. « Le grand âge pourrait induire une chute du sentiment de compétence relationnelle qui contribuerait à affaiblir le sentiment de valeur de soi et, en retour, rendrait plus difficile l'engagement dans de nouvelles interactions. » écrit D. Alaphilippe. On peut ainsi se retirer petit à petit des opportunités de rencontre par peur, par exemple, d'être un piètre partenaire dans les relations sociales.
- ses capacités d'adaptation. Plus l'estime de soi est bonne, moins on est inquieté d'aller vers des situations nouvelles et de lâcher ce que l'on sait pour construire de nouveaux modèles qui vont nous permettre de nous confronter à des situations nouvelles.

Aussi, maintenir une identité sociale en ayant une comparaison favorable à mon encontre, cela se fait par des expériences positives de partage d'activités, de temps. En restaurant son estime de soi, on agit sur sa qualité de vie, et également une meilleure santé perçue. Ainsi, on a davantage confiance pour s'engager dans des activités, dans la relation à l'autre. C'est un cercle vertueux car plus on est en relation avec les autres, plus les occasions d'être valorisées sont grandes.

En parallèle, on sait que l'élan vital, la capacité à investir de nouveaux objets, la créativité ont tendance à diminuer avec l'avancée en âge mais cette involution n'est pas inéluctable et leur conservation serait directement liée au maintien des relations que le sujet va continuer d'entretenir avec les autres.

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

Avoir connaissance que notre regard, notre comportement peut être favorable à l'estime de soi ou à l'inverse dévalorisant, permet d'éclairer notre relation aux autres et en particulier aux plus âgés d'entre nous. Ainsi un environnement social bienveillant va permettre de stimuler une image et une valeur de soi positive, et encourager les personnes à participer, et faire avec les autres.

Revendiquer un droit de cité pour les personnes âgées

Dans une interview récente, Didier Eribon, sociologue, retrace l'arrivée de sa mère en maison de retraite « Ma mère ne peut pas se constituer en une parole publique, politique; ma mère ne peut pas se constituer en une mobilisation avec les autres qui vivent la même condition qu'elle; elle ne peut pas manifester, pas faire une pétition, pas faire entendre sa voix dans l'espace public, et donc elle ne peut pas dire « nous ». Les personnes âgées lorsqu'elles atteignent le grand âge ne peuvent plus dire « nous ». »

« On est tous terriblement précarisés par la vieillesse » écrit Didier Eribon dans son ouvrage « Vie, vieillesse et mort d'une femme du peuple » (ref bib 14). C'est une forme de maltraitance vis-à-vis des personnes âgées à la fois au plan politique, institutionnel et social. Le Conseil National d'Ethique en fait également état dans l'avis 128 publié en 2018 « dès lors que l'on est « improductifs » nous ne serions plus digne d'intérêt, d'être inclus dans la société (...) Nous pouvons et devons penser autrement le vieillissement et les conditions faites aux personnes âgées qui ont, pour la plupart, consacré leurs forces et leurs qualités pour notre collectivité durant leur vie active ».

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

- En son temps, Simone de Beauvoir écrivait « je vais faire entendre la voix de ces parias » (ref bib 16). La communauté qui se crée au sein des communs, notamment en l'ouvrant à un public retraité, pourrait-elle contribuer à **l'émergence de groupes porte-voix, porte-parole de revendications** politiques en direction du vieillissement et plus encore du grand âge? Peuvent-ils devenir un lieu de conscientisation et d'action contre l'âgisme notamment?

- L'inclusion dans la cité et la **reconnaissance du citoyen** jusqu'au bout de sa vie (et non du « sous-citoyen en perte d'autonomie ou non autonome » dénoncé par B. Ennuyer (ref bib 10)) est essentiel pour faire valoir son **droit de à la ville** comme droit à habiter, à s'approprier l'espace, et à sa liberté de circulation. Comment le « faire ensemble » développé dans les communs, peut-il déborder de ce cadre, et encourager plus largement l'individu à être un acteur de son quartier, de sa ville, de son territoire?
- Dans le même temps, donner une place aux plus âgé(e)s dans les espaces communs permettrait de les **rendre visible dans l'espace public**; par opposition à l'actuelle tendance qui consiste à cacher une vieillesse qui serait peu montrable.



@le gang des vieux en colère_photo extraite du site internet du collectif

Mouvement citoyen belge qui se bat pour un droit à la retraite digne pour les vieux et les générations futures... mais pas que, accès aux soins, pouvoir d'achat... un engagement joyeux et vivant porté par ce gang des vieux en colère !

Intergénération à tout prix, NON ! Tisser des liens, OUI!

L'intergénération dans la tête de nombreuses personnes plus ou moins familières avec le sujet et que j'ai pu rencontrer, se résume souvent à mettre en place des rencontres entre des enfants et des personnes âgées, plutôt sur des actions ponctuelles et sur un temps donné (type rencontre entre un club senior et des écoliers venus chanter). L'intergénération ce n'est pas une mise en relation duale entre des personnes d'un certain âge et des enfants. L'intergénération c'est le fait de croiser une mixité de personnes d'âges différents (des ados, des jeunes actifs, des tout petits,...)...., et ainsi susciter la relation, contribuer à la création, au renforcement de liens. Parallèlement, il ne faudrait pas chercher à tout prix à vouloir faire de l'intergénérationnel. L'envie d'être entre soi, à tout âge, peut être compréhensible (on a les mêmes codes, les mêmes références, des mêmes sujets de conversations...).

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

La question serait : comment faire en sorte que les personnes se croisent? Avoir des temps communs, autour d'activités fédératrices peut permettre de mixer les âges, les envies, et ce pourrait être une piste à explorer.

A noter aussi que les temps disponibles ne sont pas les mêmes : les personnes retraitées seront plus présentes en journée sur un lieu, alors que les actifs le seront moins. Au CaLiBou, le "tricot troquet" qui se fait en soirée, est l'activité qui brasse le plus les générations; en journée pendant la semaine, un atelier couture rencontrera un public qui a du temps, donc potentiellement des personnes âgées.

Chaque classe d'âge à sa temporalité, et l'occupation du lieu se créera en fonction de celle-ci; à moins de parvenir à créer des "temps tampons" pour générer des rencontres.

L'intergénération comme la mixité sociale ne se décrète pas, on peut construire des projets qui permettent aux personnes de se voir, de se croiser, d'échanger et même in fine de tisser des liens, créer des passerelles.

“

« En matière de lien social, la mixité des publics n'est ni une obligation, ni une garantie de réussite. Certains lieux ou certaines activités présentant une homogénéité de profils peuvent également avoir un impact social important »

"Solidarité de proximité et résilience,
Enquête de terrain" de l'APUR

“



© Sylvie Legoupi_ EHPAD "les jardins d'Haïti", des coworkers sont invités à s'installer au sein d'une grande salle de l'EHPAD, où des liens se tissent avec les résidents.

Des lieux passerelle vers les acteurs publics

Absence de hiérarchie, proximité géographique (présence dans le quartier), accueil chaleureux, engagement volontaire, lien de confiance établi notamment avec l'animateur, l'espace commun apparaît comme un lieu des possibilités. Par opposition à la figure normée et rigide de l'institution. L'étude de l'APUR (*ref bib 3*) indique « Cela peut positionner ces projets comme des lieux « intermédiaires », permettant de faire le lien entre les habitants et les institutions ». Certains lieux de par leurs missions peuvent établir des passerelles vers des acteurs publics.

A titre d'exemple, le Pas-Si-Loin accompagne des participants dans l'information et l'accès à leurs droits, notamment à la retraite. Lors du webinaire « Tiers-lieux : lieux de répit? » en mars dernier, une salariée expliquait « A un moment il s'est posé la question de recruter une assistante sociale. On s'est rendu compte qu'il ne fallait pas prendre la place des services publics...On a un accès plus facile au tiers lieu qu'aux structures publiques, l'enjeu est de réorienter pour ne pas devenir des services publics de substitution ».

Les réponses que peuvent apporter les espaces communs :

Pour les lieux, il s'agit de trouver un équilibre entre:

- lieu de ressources et liens de confiance
- et d'être en même temps dans une posture de facilitateur et de réorientation, sans se substituer au service public.

> en somme « être un tiers médiateur » qui faciliterait la coopération entre les acteurs.

Cela peut se révéler utile de travailler le partenariat, les passerelles en amont pour faire venir de nouveaux publics (exemple avec les Petits Frères des Pauvres, les CLIC, les mutuelles...) et pouvoir au besoin, en retour, réorienter les bénéficiaires.

Cette posture de « tiers médiateur » ne s'improvise pas. Le projet du lieu (le volet d'accompagnement est-il un axe de travail, une mission du lieu?), mais aussi l'appétence et les compétences de l'équipe sur ces champs d'actions (notamment sociaux) sont nécessaires.

3. DES ESPACES COMMUNS ACCUEILLANTS POUR LES PERSONNES ÂGÉES, COMMENT FAIRE ?

Les espaces communs peuvent être des lieux soutenant ont l'a vu pour des personnes vieillissantes, et ce sous des angles aussi divers que la sociabilité, la santé, le sentiment d'utilité sociale... Lieux de proximité relationnelle et géographique, ils sont aussi des lieux de services à la population et peuvent également être un vecteur de représentation d'une classe d'âge invisibilisée.

Nous nous pencherons ici sur les clés pour accueillir les publics âgés en proposant à la fois des idées pour leur donner envie de venir et de revenir, ainsi qu'un cheminement de réflexion pour les inclure dans les lieux présents ou en projet.

> Rappelez-vous des divers profils des personnes retraitées mis en lumière dans la partie 2 :

- retraite loisirs et famille : ils/ elles sont des participant(e)s, reste à leur donner envie de s'embarquer dans une implication plus active dans le lieu
- retraite solidaire et revendicatrice : ils/ elles sont des instigateurs.trices qui peuvent impulser par leurs réseaux et leurs ressources personnelles (compétences, ...) la création de la communauté et contribuer à la vie du lieu.

> ce sont les retraité(e)s que l'on pourraient qualifier "d'actifs " ; à noter que ce terme est tout à fait imparfait.

- retraite aidante : ils/ elles sont des potentiel(lle)s participant(e)s qui ont besoin qu'on leur mettent à disposition des ressources et qui peuvent aussi être aidants.
- et retraite - retrait: ils/ elles sont des découvreurs qui ont besoin d'être rassuré(e)s pour se sentir bienvenus dans le lieu et légitimé(e)s

> ce sont des retraité(e)s potentiellement plus vulnérables

Nous allons repartir de cette caractérisation (qui a des limites que l'on connaît) pour découvrir différentes activations possibles de ces personnes dans les lieux.

1. Prendre appui sur les ressources des personnes âgées pour leur donner envie de venir et de s'impliquer

Les retraité(e)s "actifs" ont un point commun: vouloir participer à la vie sociale comme moyen de compenser.

Le vieillissement est le temps de l'adaptation et de l'ajustement à des pertes et des deuils. Deuil de son rôle social notamment, avec la fin de l'activité professionnelle. C'est une période de doutes, où l'identité est requestionnée. Aussi, la participation sociale pourrait venir en substitution de ces rôles perdus, comme une manière de compenser un déclin de la vie sociale et de sa santé. C'est la thèse développée dans l'étude « La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé » (*ref bib 6*). Ainsi « La participation sociale offre des possibilités de (re)donner du sens à sa vie, de développer des appartenances, de maintenir des interactions et d'exercer un rôle social à une étape – la vieillesse – marquée par de nombreux changements et des pertes de différentes natures. ».

L'engagement bénévole peut donc être une réponse à ce besoin de participation sociale. Aujourd'hui, on sait qu'1 bénévole sur 3 est retraité.

Les personnes âgées ont des ressources à mettre à profit :

- du temps disponible
- des compétences et des savoirs faire
- du réseau, une connaissance du territoire et des partenariats
- des expériences de vie à partager
- et elles ont aussi envie de s'impliquer, comme on le voit dans le schéma en page suivante

Comment les motivations du bénévolat chez les personnes âgées peuvent rencontrer les opportunités d'implication offertes par les communs?

Les 3 motivations principales du bénévolat chez les personnes âgées

Extrait de l'étude « La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé » (ref bib 6)

Générativité et contribution sociale, Avoir des activités socialement reconnues, c'est « servir à quelque chose ». 95 % des bénévoles âgés le sont pour aider les autres, ce qui représente leur plus importante motivation. 70 % des bénévoles âgés désirent contribuer à quelque chose d'utile, 69 % veulent s'engager pour une cause.

Le désir d'apprendre est la deuxième plus importante motivation au bénévolat chez les aînés. Source de plaisir et de bien-être.

Tremplin de développement personnel

81 % des bénévoles âgés veulent mettre à profit leurs compétences et expériences. Le bénévolat peut être une stratégie individuelle pour soutenir le sens du soi et aussi rester intellectuellement et/ou physiquement actif et préserver sa santé (entretien des facultés cognitives et fonctionnelles, estime de soi...).

Les potentialités offertes par les espaces communs

Lieu de contacts et de socialisation: ils génèrent de la rencontre, des interactions sociales avec des personnes différentes de soi (culture, génération...).

Lieu de services et de soutien: certains proposent des ateliers d'accompagnement aux démarches administratives, aux droits, accès au numérique... Dans d'autres lieux des échanges de biens ou de services se mettent en place entre les usagers (aide pour faire son jardin contre reprise d'un pantalon..) ou des services dédiés type conciergerie sont créés.

Lieu de l'utilité sociale: les valeurs portées ainsi que les initiatives et actions mises en place cherchent à fédérer une communauté pour répondre à des besoins sociaux non satisfaits (ouverture des droits culturels, du droit à la ville..).

Lieu d'apprentissage et de transmission: la valorisation de l'apprentissage, de la co-création, de la collaboration, des échanges de savoirs faire, sont inscrits dans la nature même de ces lieux qui véhiculent cette culture du partage de la connaissance entre les membres de la communauté.

Lieu d'épanouissement : ils favorisent la créativité, la participation, l'apprentissage par le faire en étant en lien avec les autres.

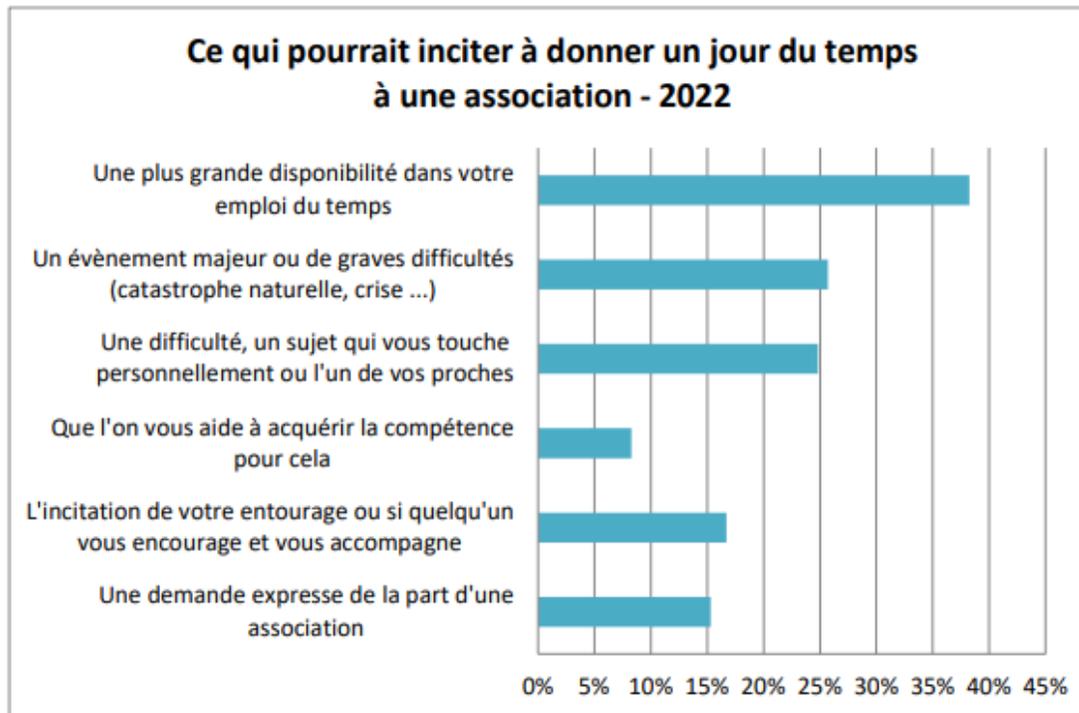
> On identifie bien ici les passerelles entre d'un côté les aspirations des personnes retraitées notamment "actives" et les propositions qui sont faites dans les espaces communs. On voit ici que les personnes âgées peuvent aussi être des ressources pour les lieux.

Donner envie de s'impliquer dans la vie du lieu

Les personnes retraitées sont un vivier pour le monde associatif. Cependant, on observe une régression progressive de l'engagement bénévole dans toutes les classes d'âge (- 2 millions de bénévoles sur la période 2019 - 2022), mais plus encore chez les + de 65 ans : ils étaient 38% en 2010, puis 34% en 2016, et 26% en 2022...(chiffres de France bénévolat). Cette fragilisation s'explique par :

- le durcissement des conditions de départ à la retraite. Ainsi "l'envie d'en profiter" devient prégnante, on s'occupe de soi en priorité et de ses proches (en écho à la retraite loisirs, famille)
- une nécessité à continuer à travailler pour compenser une faible retraite
- la "concurrence" avec la solidarité familiale
- la mise à distance d'une partie des retraités avec les missions associatives, depuis la crise du COVID.

Il y a un enjeu collectif à re-mobiliser les français dans le vie associative. France Bénévolat liste ici les leviers :



> Les communs semblent quelque peu à part de cette dynamique associative. Ils tirent leur épingle du jeu par une implication précoce dans un collectif, et l'instigation d'une communauté.

Si l'on va jusqu'au bout de la réflexion, pour mobiliser les personnes âgées dans les lieux, on pourrait imaginer de :

- favoriser la connaissance du lieu par la mobilisation du réseau personnel des usagers / bouche à oreille
- mettre en avant la dimension du faire ensemble et de la transmission
- bien connaître les usagers pour pouvoir les mobiliser (temps disponible, compétences, appétences...)
- reconnaître l'apport de la communauté dans la vie du lieu et valoriser les contributeurs (et ainsi travailler sur l'estime de soi, la confiance dans ses compétences...)

2. Clés de lecture pour des espaces communs favorables aux personnes âgées fragilisées

> Souvenez-vous du schéma expliquant les raisons plausibles de la non fréquentation des communs. En miroir de cet exercice, je vous invite à découvrir ci-dessous les clés de lecture pour penser un espace favorable aux personnes âgées. Ces propositions s'adressent davantage à celles et ceux qui sont les plus vulnérables, fragilisés, et pour qui il est difficile d'entrer dans des espaces nouveaux de sociabilisation. Peut-être ce travail peut-il être élargi à toutes les vulnérabilités, et pas seulement à celles liées à l'âge?

CLÉS DE LECTURE POUR DES ESPACES COMMUNS FAVORABLES AUX PERSONNES ÂGÉES FRAGILISÉES

Freins identifiés

Des représentations ancrées voire stéréotypées du lieu

Une méconnaissance du lieu

Absence de compréhension de ce que le lieu peut offrir comme ressources

Peur du décalage, voire d'être rejeté par le groupe

Participer : un fait nouveau et parfois intimidant

La peur de ne pas être à la hauteur / freins psychologiques et physiques

FAIRE VENIR EN DEMULTIPLIANT LES PRETEXTE

Communiquer sur le lieu (Item "communication accessible" en jaune)

Varié les activités pour favoriser la diversité, voire la mixité des publics et la rencontre intergénérationnelle

LE LIEN CHAUD / L'HOSPITALITÉ

L'accueillant est la première personne que l'on voit lorsque l'on entre pour la première fois dans le lieu. C'est elle ou lui qui donne la couleur au lieu par sa posture et sa personnalité. C'est une figure de référence, une personne repère notamment pour les personnes âgées, avec qui l'on a des liens privilégiés, à qui l'on peut demander de l'aide.

Réponses imaginées

- En lien direct avec la communication faite sur le lieu (Item "communication accessible").
- Proposer des actions hors les murs, voire dans l'espace public proche, pour sortir du lieu et aller vers la population.



Organiser des visites du lieu avec un temps convivial en partenariat avec des associations du quartier

Mettre à disposition une salle pour des associations du quartier pour amener un autre public

- Communiquer, passer par les réseaux de partenaires locaux, et vulgariser ce que vous proposez (Item "communication accessible")



Le café / la cantine comme espaces "prétextes", où personne ne nous demande ce que l'on fait ci ou pourquoi vous l'on y vient _ on peut juste être observateur

> en revanche cela peut soulever des craintes (celle d'y venir seul(e) par exemple) ou des stéréotypes (un café ce n'est pas un lieu où je me sens à l'aise)



Apporter des services qui facilitent la vie (conciergerie, accompagnement au numérique...)

- En lien direct avec l'hospitalité des accueillants (item lien chaud/hospitalité) mais aussi avec la communication faite sur le lieu, quelle image renvoie-t-on? (Item "communication accessible").

- Les animateurs représentent ainsi des « portes d'entrée symboliques » vers ces lieux, pour que toute personne puisse s'appropriier l'espace.

- La première fois qu'une personne vient dans le lieu, cela sera apprécié de se sentir accueilli, d'avoir une visite, d'être présentée et introduite auprès des personnes présentes, et la fera se sentir la bienvenue. Soigner l'accueil est essentiel ! Une personne multi engagée se sentira peut être vite à l'aise, ce qui ne sera pas le cas d'une personne plus en retrait de la vie sociale et associative.

- Favoriser un environnement bienveillant pour valoriser l'estime de soi et la confiance en ses compétences.



Installer un mur photos des usagers (se sentir reconnu)

- Permettre des espaces et des temps d'échange de savoirs, de transmission de la connaissance et des compétences, cela permet de valoriser les personnes avec une expérience de vie
> Connaître les compétences et appétences de chacun(e) pour favoriser leur participation

- S'adapter et sans cesse se réinventer pour faire participer et inclure davantage notamment les personnes plus en retrait.

Freins identifiés

Manque de confort /
barrières physiques

Pour se rendre dans le lieu
(question de la mobilité)

Au sein même du lieu

UN LIEU FACILITANT

Etre un lieu de proximité

Avoir un seuil accueillant, renforcer
la visibilité
Seuil spatial et symbolique

Voir ce qui s'y passe / rapport
dedans-dehors

**CLÉS DE LECTURE
POUR DES ESPACES
COMMUNS
FAVORABLES AUX
PERSONNES ÂGÉES
FRAGILISÉES**

Une communication qui
déroute

Le vocabulaire employé fera
dire à certain(e) que "ce lieu
n'est pas pour moi"

Des canaux de
communication pas toujours
utilisés par les plus âgés

UNE COMMUNICATION ACCESSIBLE

La communication comme premier
pas vers l'accessibilité au lieu. Faire
connaître son action, ses activités,
ses horaires d'ouverture à son
public et aux partenaires.
Pour qui raconte-on l'histoire? Et
pour quoi (rassurer / créer un sens
commun/ susciter l'adhésion/
fédérer/ s'appropriier/ séduire)?

Réponses imaginées

- La marche devient le mode de déplacement majoritaire à partir de 65 ans. Évoluant dans un périmètre d'environ 500 mètres pour les plus âgés, les retraités sont davantage en demande de proximité que les autres tranches d'âges de la population. Ce périmètre ne cesse d'ailleurs de se réduire avec l'âge.

- > Être un lieu au cœur la vi(II)e avec un accès facilité (transport en commun, stationnement, marche à pied...)
- > Être sur un lieu de passage (visibilité et lisibilité), un lieu familier



Mettre en place un service d'aide à la mobilité (ex: le cyclo pousse pour aller chercher les personnes à domicile et les conduire)

- Se positionner dans un environnement qui favorise les interactions notamment générationnelles (proximité d'une crèche, d'une école, d'un EHPAD, de bureaux...).

- Installer une terrasse peut réduire les craintes de passer un pas de porte. Tout comme des chaises ou même un banc disposés dans l'espace public pourront permettre à une personne qui a des difficultés à la marche de se reposer sur son parcours, c'est aussi un symbole d'accueil fort et une interface avec le lieu.
- Se mettre dans la peau d'une personne âgée, observer les contraintes générées par l'espace et lever les freins autant que faire se peut.

- Prêter attention aux mots pour décrire certains temps où l'on souhaite inviter les plus âgés à participer.

- Afficher la programmation dans le lieu, et aussi sur la rue.



Avoir un grand visuel avec la programmation au sein du lieu, exemple un grand tableau noir

- Faites vous connaître des partenaires locaux et du quartier pour qu'ils puissent se faire un relai de diffusion de votre programmation et simplement parler de votre existence et de ce que vous proposez _ en faire des ambassadeurs.
- L'oralité tient une place importante dans l'accueil et la transmission sur ce que l'on fait dans le lieu; ce qui faisait dire à Caroline la gestionnaire de la maison du projet de Capinghem « que ce n'est pas le flyer laissé dans la boîte aux lettres qui fait venir les gens ». C'est l'importance du face-à-face pour transmettre et raconter l'âme du lieu, et donner envie de participer.
- Faire venir d'autres initiatives, des partenaires extérieurs, pour animer des temps de partage et drainer des publics différents. Être invité par un tiers extérieur (ex: une association que l'on connaît bien) peut contribuer à rassurer. Par exemple, associer les acteurs du monde gérontologique qui sont dans votre quartier mais pas que...des associations sportives, culturelles fréquentées par des personnes retraitées et âgées.

3. PROPOSITION DE MÉTHODOLOGIE

pour inclure les personnes âgées au sein de votre lieu

La lecture de ce document vous a mis la puce à l'oreille et vous vous demandez désormais ce qui fait qu'aussi peu de personnes âgées passent le pas de votre porte? Ou peut-être est-ce l'inverse? Ou bien encore ce n'est pas le public que vous cherchez à capter, c'est un choix délibéré! Qu'à cela ne tienne, pour celles et ceux qui se disent qu'en effet on pourrait faire mieux sur leur accueil et leur participation, voici ci-après un parcours pour leur donner une place !

1 DIAGNOSTIQUER LE LIEU SOUS LE PRISME D'UNE PERSONNE VIEILLISSANTE

> Il faudrait chausser de nouvelles lunettes et ainsi regarder le lieu et ses abords avec un « œil de vieux » comme dirait Jérôme Guedj, mais aussi des « jambes de vieux ». Se mettre dans la peau d'une personne âgée peut être un moyen de ressentir le lieu et ses axes d'amélioration pour accueillir ce public.

Son implantation

Où est-il situé? Dans un centre-ville, un centre bourg? Se situe-t-on dans un espace facilitant pour les personnes?

- service de proximité et commerces autour?
- accessibilité en transport en commun?
- présence et qualité des cheminements piétons?
- mobilier urbain installé autour pour faciliter la marchabilité (bancs...)?

Le lieu

- Sans parler d'accessibilité stricto sensu (ce qui est parfois compliqué dans un lieu transitoire), y a-t-il des freins flagrants à la mobilité ?
- Est-il confortable (température des pièces, assises, repères visuels...) notamment pour les plus âgés?

La programmation et communication

- Une personne âgée peut-elle trouver un intérêt à venir dans le lieu? A-t-elle un prétexte pour rentrer? Est-il proposé une variété de moments, d'évènements, d'activités récurrentes?
- Par quels biais se fait la communication? Les moyens utilisés peuvent-ils être un frein pour certains publics?

L'accueil

- Cherche-t-on à créer une atmosphère d'hospitalité quand on entre? A quoi cela tient?
- A-t-on le temps et les moyens de faire connaissance, de présenter le lieu, les bénévoles présents?
La personne qui vient pour la première fois est-elle introduite dans le groupe?

Si vous avez envie et besoin de savoir si votre lieu est connu des habitants. Rendez-vous à l'étape 2. Sinon allez directement à l'étape 3.

2 SAVOIR CE QUE L'ON DIT DE VOUS

En parallèle, de ce diagnostic en interne, vous pouvez établir un questionnaire à destination des habitants (cible plus de 60 ans) en fonction de vos intentions et du temps disponible, vous pouvez cibler un panel de personnes différentes :

- captées dans la rue (questionnaire court en face à face)
- engagées dans la vie citoyenne (questionnaire mis à disposition dans des associations...)
- qui fréquentent votre espace commun (questionnaire mis à disposition, entretien individuel, atelier collectif... à vous de voir)

L'enjeu étant d'établir un état des lieux de leur connaissance (si je vous dis « votre nom de lieu » qu'est cela vous évoque? Êtes-vous déjà venu? savez vous ce que l'on y fait?...); leur fréquentation ou non? (pourquoi viennent-ils ou pas? qu'y trouvent-ils?). Vous pouvez aussi leur demander ce qui les feraient venir!

Cela vous fait dire qu'il n'y a pas que les personnes de plus de 60 ans qui ne fréquentent pas votre lieu; cela vaut le coup de se questionner plus globalement sur votre public. Aussi, ce pas de côté sur « qui ne vient pas? et pour quelles raisons? » peut être travaillé dans un questionnaire à l'attention de tous les habitants, peu importe leur âge.

Vous avez analysé l'ensemble de vos questionnaires, bravo! Vous allez pouvoir passer à l'étape 3.

PROPOSITION DE MÉTHODOLOGIE

pour décrypter l'opportunité de créer un tiers lieu intégrant des personnes âgées

Vous avez l'intuition que sur votre territoire cela pourrait avoir du sens de s'emparer de cette question? Pour en avoir le cœur net, ce parcours fait de briques « d'approches » peut vous aider à trouver des ressources et des personnes qui vous aideront à construire votre projet et au passage à fédérer une communauté d'acteurs et de citoyens. Il constitue un zoom sur un public spécifique on l'aura compris. Pour autant il est bien entendu **essentiel de recontextualiser et d'inclure cette approche dans un diagnostic global de territoire** ! C'est indispensable car votre lieu ne sera pas constitué que de personnes retraitées mais de bien d'autres, et heureusement. C'est bien vers une diversité des publics qu'il faut tendre. La proposition ici est de faire **un focus sur ce public cible** car ils sont souvent peu présents à l'émergence des lieux, se mobilisent peu. En somme aller les chercher, les faire participer, pour leur porter une écoute et une attention particulière.

OBJECTIFS

RESSOURCES

1 APPROCHE SOCIO-DÉMOGRAPHIQUE

Cerner les différents profils de personnes retraitées.
Sont-elles représentées sur le territoire ? Où habitent-elles?
Combien sont-elles? Qui sont-elles?

- Statistiques générales de l'INSEE: (nombre d'habitants (général et des plus de 60 ans), évolution de la pyramide des âges, revenu moyen par habitant, taux de pauvreté (général et des plus de 60 ans).
- Enquêtes ou études spécifiques réalisées sur le territoire (les agences d'urbanisme notamment peuvent être amenées à réfléchir aux dynamiques de vieillissement sur le territoire)

2 APPROCHE POLITIQUE

Appréhender la dynamique et le positionnement du territoire vis-à-vis du vieillissement de la population.

- Dans le cadre de votre projet vous allez certainement rencontrer des élu(e)s du territoire. Dans la discussion, tenter de sonder leur l'acculturation à la question du vieillissement? Quel est leur niveau de connaissance des différents enjeux? Des réponses concrètes sont-elles apportées? Sont-ils dans une dynamique de projet? Sont-ils informés de projets/ d'acteurs qui travaillent sur le sujet (ex: un habitat inclusif, un béguinage porté par un bailleur social...)?
- De même, vous pourrez rencontrer des chargé(e)s de mission qui s'intéressent aux projets de tiers lieu. Ils peuvent être des personnes ressources et vous orienter dans votre projet. Sur le vieillissement peut-être ont-ils également des données, informations à vous partager.

3 APPROCHE PARTENARIALE

Recenser les acteurs en lien avec le vieillissement présents sur le territoire.

Acteurs locaux en gérontologie mais pas que...

- Informations : CLIC, CCAS...
- Ressources: réseaux d'aidants, associations de soutien et d'informations aux malades (Alzheimer, Parkinson...)
- Soins : services d'aides à domicile, pôle gérontologique...
- Vie citoyenne : existe-il un conseil des seniors et un conseil de quartier? Syndicats...
- Loisirs : associations sportives, caritatives, culturelles...

Organiser un atelier collaboratif avec toutes structures identifiées (en lien ou non avec le vieillissement) pour:

- leur soumettre votre idée de lieu
- voir comment ce projet entre en résonance avec leurs missions, rôles respectifs mais aussi leurs besoins
- leur soumettre votre intuition, souhait d'accueillir notamment des personnes âgées. Vous pourrez vous appuyer sur leur expertise et leur connaissance du public et du territoire pour cerner les manques et les besoins non couverts connus sur le territoire sur cette thématique spécifique et toutes les autres
- identifier des personnes qui pourraient être soutenantes pour la structuration d'un collectif

4 APPROCHE HABITANTE

Si les élu(e)s, les associations et autres structures connaissent bien leur public, et que les statistiques et autres enquêtes donnent à voir une certaine réalité, il semble important de ne pas oublier les premiers intéressés : les habitants (et notamment ici de plus de 65 ans).

Organiser un atelier suivi d'un apéro par exemple (la convivialité comme clé du succès). Cela sera l'occasion de leur présenter votre projet, et de recueillir des envies, des idées, et de repérer des personnes qui pourraient être intéressées pour intégrer votre collectif.

En vous appuyant sur les partenaires rencontrés et notamment ceux en lien avec des personnes âgées, pour relayer l'information de cet atelier peut-être parviendrez-vous à en mobiliser. N'hésitez pas à faire un focus sur ce public!

En filigrane, ces 4 approches permettent :

- de déterminer l'opportunité ou non de travailler sur ce public cible
- de repérer les forces en présence et les freins
- de mieux cerner les manques et besoins du territoire _ et ainsi d'affiner votre proposition de programmation, de services à destination des plus âgés
- d'identifier les partenaires et personnes ressources sur le sujet
- de commencer à fédérer une communauté d'acteurs et d'habitants autour de votre projet



Les mots « tiers lieux » et « espaces communs » ne sont compris que par une minorité d'initiés. Ils peuvent apparaître comme « des lieux pour les urbains », « qu'ils ne sont pas pour nous »... On peut très bien imaginer dans la bouche d'un(e) élu(e) : "En quoi cela va-t-il être utile pour le territoire, nous sommes déjà bien pourvu en associations sportives et du 3ème âge et puis nous avons déjà des lieux de convivialité la salle des fêtes, un café..."

Le vocabulaire employé peut tenir à distance « les non initiés », ne pas susciter l'adhésion, voire entraîner un rejet. Alors même que ces projets sont ceux de la sociabilisation, du lien, c'est un comble !

S'adapter aux interlocuteurs et à leur niveau de connaissance du sujet, prendre le temps de la pédagogie et de l'acculturation pourrait permettre de lever certains freins. Pour ma part avec les élus notamment, je préfère parler de « nouveaux lieux de sociabilisation ».

Pense bête : les invariants d'un projet d'espace commun

- Entrer dans l'épaisseur du territoire en proposant un diagnostic minutieux et une cartographie des acteurs.
- S'appuyer sur les partenaires de terrain et rechercher les complémentarités.
- Chaque lieu possède son identité en fonction de son histoire, du contexte urbain, social mais aussi économique et évolue en fonction des besoins, des situations et des opportunités.
- Un espace pour se rencontrer, « faire ensemble » , pour créer du lien à l'échelle locale, voire micro-locale. Ne pas rester entre pairs, chercher sans cesse l'ouverture.
- Un lieu organique, qui évolue par, pour et avec ses usagers. Le lieu se fabrique avec la participation des usagers qui contribuent à sa transformation permanente.
- L'opportunité d'un lieu à disposition ou d'une subvention pour monter un projet, ne doivent pas faire oublier que pour se construire et se pérenniser dans le temps, il est nécessaire de s'appuyer d'abord et avant tout sur un collectif.

CONCLUSION

A la question de départ qui était de savoir si les espaces communs de proximité pouvaient être des lieux de vie soutenant pour les personnes âgées; on peut répondre que oui, et à plusieurs égards. Lieux de sociabilité et de rencontres, vecteurs de mieux être, espaces de ressources... Ils contribuent aussi, à améliorer la vie de tous les habitants en apportant de nouveaux services. Et pourquoi pas, si l'on voit plus loin, ils pourraient devenir des lieux de revendication, un porte-voix des plus âgés.

Cependant, ces lieux pour avoir du sens doivent s'inscrire dans un écosystème de soutien plus vaste à l'échelle du territoire. Accompagner les mobilités, aménager des espaces publics bienveillants, proposer une offre de logements diversifiés, adapter l'habitat, promouvoir des lieux de proximité (de services, de cultures, sportifs), mobiliser et valoriser les réseaux d'aide à la personne... C'est bien à la collectivité que revient ce rôle de chef d'orchestre pour animer la réflexion autour du vieillissement sur son territoire et de mettre en œuvre un environnement favorable aux personnes âgées. Les espaces communs sont une partie de la réponse aux enjeux du vieillissement, mais ils ne peuvent se suffire à eux mêmes. Il faut aujourd'hui demander une vraie politique en faveur des aînés !

Le travers de ce travail aurait été de conclure par : « dédiions des espaces communs aux personnes âgées ». Ce serait un tort de vouloir leur créer des lieux refuge. Le brassage des individus est au contraire créateur d'interactions, de liens, de solidarités.

C'est la vulnérabilité avant la question de l'âge qui doit être reconnue. Certes, on a des prédispositions en vieillissant à devenir plus vulnérable (les deuils, les pertes, la santé qui nous joue des tours...). L'âge est un facteur de risque supplémentaire; pour autant les autres classes d'âges ne sont pas épargnées (handicap moteur, psychique, chômage, précarité financière, maladie...). Tout le monde peut à un moment de sa vie se retrouver en situation de vulnérabilité, elle peut être transitoire, permanente ou évolutive. Cette réalité peut être la nôtre demain, celle du handicap, de la maladie, de la dépendance.

Comme l'écrit Cynthia Fleury « (la vulnérabilité) ce n'est pas simplement du déficitaire, cela oblige à une créativité de posture, de manière d'être, de compréhension de cette complexité et d'innovation ». Il faut ainsi faire avec les fragilités de chacun(e), avec des situations de contraintes qui conduisent à une élaboration créative et imaginative des lieux.

Alors portons une attention à celles et ceux que l'on ne voit pas ou peu, et qui sont souvent les plus vulnérables, les plus fragiles, les plus précaires. Interrogeons-nous sur la manière de leur faire une place dans nos lieux.

“

« Il ne faut pas chercher à ajouter des années à sa vie, mais plutôt essayer d'ajouter de la vie à ses années. »

John Kennedy

”

OUVERTURES ET PASSERELLES

- **Mener une étude sociologique avec les personnes âgées** pour comprendre les mécanismes qui font qu'il est aisé ou non d'entrer dans un lieu, et identifier avec elles quels seraient les leviers.

Il est fréquent de parler à la place des plus âgé(e)s, de dire ce qui « est bien pour eux ». Il serait bon de déconstruire cette idée, et de leur laisser de la place pour s'exprimer. Aussi, il apparaît indispensable de les considérer comme des acteurs et ce jusqu'au bout de la vie.

On pourra ainsi déplorer dans ce travail l'absence de point de vue des personnes âgées elles mêmes. C'est un non choix de ne pas leur avoir laissé la parole ici, et pour aller plus loin dans l'analyse il semblerait plus que nécessaire de les interroger:

_sur leurs attentes, les besoins, les services qu'ils souhaiteraient dans un espace commun qui pourrait s'implanter dans leur ville ou dans leur centre bourg
_sur les raisons qui les amènent à fréquenter un espace commun lorsque celui-ci existe et de questionner à l'inverse celles et ceux qui ne le pratiquent pas.

Ils sont le cœur battant des projets, au même titre que n'importe quel autre usager.

- **Engager d'avantage le questionnement des personnes qui font les lieux** (instigateurs du projet, salariés, bénévoles, participants).

J'avais mis sur pied un questionnaire à cet effet; celui-ci n'a pas eu le nombre de réponses suffisantes pour être exploité. Cela pourrait être éclairant de le partager davantage dans les réseaux. Il vise à produire un état des lieux quantitatif et qualitatif sur un panel d'espaces non spécifiques aux personnes âgées, afin de déterminer des clés de compréhension sur :

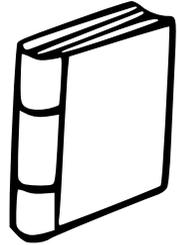
- _ les représentations sociales du vieillissement
- _ les profils des retraités
- _ les raisons pour lesquelles ils fréquentent ou non, ces tiers lieux
- _ les impacts de la participation

- **Explorer et faire le lien entre lieux de vie spécifiques (habitats « alternatifs » et EHPAD) et espaces communs dédiés**

Il semblerait qu'un engouement se fasse sentir autour des espaces communs comme objet pour ramener de la vie à l'intérieur des résidences pour personnes âgées et ainsi contrer cette image de fermeture et d'enfermement. Cela soulève de nombreux questionnements: comment et par qui sont-ils animés? Comment les personnes sont-elles partie prenantes? Comment embarquer les équipes soignantes, les familles, les habitants ainsi que les partenaires dans le projet? Est-ce juste de bons mots pour vendre un concept à des futurs résidents? Comment ce lieu commun peut-il contribuer à répondre à des enjeux, des besoins du territoire?

- **Se lancer dans une réflexion sur la prise en compte et l'attention portée aux personnes vulnérables dans les espaces communs.** Les vulnérabilités traversent on l'a vu, toute la société. Comment les communs abordent cette question? Quelles sont les vulnérabilités ? Comment sont-elles prises en compte? Comment les lieux et les personnes s'adaptent ?

RESSOURCES MOBILISÉES



- Sociologie de la vieillesse et du vieillissement, Vincent Caradec, Armand Colin, 4ème édition parue en 2022 (1)
- Nous vieillirons ensemble, rapport interministériel écrit par L. Broussy, 2021 (2)
- Solidarité de proximité et résilience, Enquête de terrain de l'APUR en Seine-Saint-Denis, 2023 (3)
- Les tiers lieux solidaires une innovation au service du lien social, Habitat et Humanisme, décembre 2022 (4)
- Domicile, habitats intermédiaires, EHPAD : quelles mutations à opérer pour soutenir l'autonomie dans le parcours résidentiel? Colette Eynard, Fanny Cérèse, 2014 (5)
- La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé, Raymond, É., Gagné, D., Sévigny, A., Tourigny, A, Institut national de santé publique du Québec, 2008 (6)
- Mixité sociale et vieillissement de la population : Quelles perspectives pour un habitat intergénérationnel durable ? Thèse de Nathael Thorres, 2020 (7)
- Les formes contemporaines du voisinage de Jean-Yves Authier & Joanie Cayouette-Remblière , 2021 (8)
- Dossier « Promouvoir la participation sociale des personnes âgées », revue « la santé en action », 2018 (9)
- La catégorisation des âges : ségrégation sociale et réification des individus, article de Bernard Ennuyer, 2011 (10)
- De la retraite mort sociale à la retraite solidaire, article d'Anne Marie Guillemard, 2002 (11)
- Estime de soi chez l'adulte âgé, article de Daniel Alaphilippe 2014 (12)
- Droit de cité, Carlos Moreno, La relève, 2020 (13)
- Vie, vieillesse et mort d'une femme du peuple, Didier Eribon, Flammarion, 2023 (14)
- Le sel de la vie, Françoise Héritier, Odile Jacob, 2012 (15)
- La vieillesse, Simone de Beauvoir, Gallimard, 1970 (16)
- La voyageuse de nuit, Laure Adler, Grasset, 2022 (17)
- Age tendre, Clémentine Beauvais, Sarbacane, 2020 (18)
- La mère morte, Blandine De Caunes, Stock, 2020 (19)
- Être à sa place, Claire Marin, La relève, 2022 (20)



CONCEPTUALISATION

20/04/23, Marion Scheider-Ylmaz, présidente de Mamies Gâteaux, pâtisserie solidaire, et docteure en sociologie

12/05/23, Maxime Hedouin, psychogérontologue

25/05/23, Fanny Herbert, sociologue

EXPÉRIMENTATIONS

16/01/23 , Nathalie Célarié, chargée de projets intergénérationnels, le Pas- Si-Loin, Pantin

07/02/23, Laurent Viscar, chargé d'animation et instigateur du futur tiers lieu, EHPAD Pierre Mauroy, Harnes

24/03/23, Caroline Delfortrie, gestionnaire animatrice de la Maison des projets, Capinghem

03/04/23, Elodie Bahut, cheffe de projet Tiers Lieu, Croix Rouge, Tiers Lieux du Pôle gérontologique nîmois, Nîmes

06/04/23, Annaëlle Moisan, responsable communication du groupe Daddy, Chez Daddy, Lyon

13/04/23, Hélène Genay, chargée de projets et de partenariats, Les Petites Cantines, Croix

13/04/23, Gérard Lefebvre, propriétaire du café librairie, Le CaLiBou, Godewaersveld

09/05/23, Marion Ponet, chargée de projets alimentation et santé, Ménadel – Saint Hubert, Loos-en Gohelle

ECHELLE MICRO-LOCALE

23/03/23, Evelyne Delobel, directrice du CCAS de Saint Omer

30/03/23, Geoffrey Darsy, assistant social et instigateur du projet des « visiteurs bienveillants » CCAS de Saint Omer

11/04/23, Bernard Mallevaes, Président Créateur de l'association « Bien vieillir » du pays de Saint Omer

12/04/23, Axelle Dhalleine, coordinatrice et Louise Berteloot assistante sociale, CLIC de l'audomarois



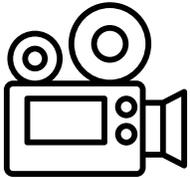
Sociogérontologie, podcasts d'Antoine Gérard qui questionnent le vieillissement

Vieillesse et dépendances: la vie sous contrainte, une série documentaire radiophonique de Jérôme Sandlarz, Radio France pour l'émission LSD, 2020

Sommes nous capables de prendre soin de nos aînés?, France culture pour l'émission le temps du débat, 2022

Webinaire « tiers-lieux : lieux de répit? » 17 mars 2023 _ organisé par A+ C'est mieux

Conférence sur la vulnérabilité, Cynthia Fleury, 12 janvier 2023, disponible sur: <https://youtu.be/8raeMytwQ8U>



Ma chère famille – documentaire de Benjamin Laurent, 2020

Vieillir enfermés, documentaire d'Eric Guéret, 2020

Mon vieux – documentaire de Marjorie Déjardin, 2020

Qu'allons nous faire de nos parents? Documentaire Laetitia Moreau, 2007

CARNET DE LIEUX

À la découverte d'espaces communs qui portent une attention aux personnes âgées...

Ce carnet est le reflet du temps partagé dans des lieux choisis pour leur attention portée aux personnes âgées mais pas que, vous le découvrirez...

J'ai choisi de favoriser la proximité pour aller au contact et être au plus près d'espaces communs. J'ai aussi pris des exemples un peu plus lointains pour leurs approches nouvelles que je souhaitais mettre en lumière. J'ai pu ainsi ressentir les lieux, et même si j'aurais aimé m'en imprégner encore d'avantage, ils sont venus nourrir grandement mes réflexions dans le travail de fond que j'ai mené.

Chaque fiche fait référence à un commun, à sa programmation, aux personnes qui le fréquentent, à sa gouvernance. La chaleur des personnes et l'âme des lieux que j'ai croisé ne se transmet pas ici sur le papier mais croyez moi, l'ouverture, l'accueil étaient bien là.

La fin de cette parenthèse universitaire ne sonne pas la fin des visites et des rencontres, bien au contraire. Je compte bien chausser mes bottes de 7 lieux pour parcourir encore et encore la France à la recherche d'espaces communs qui prennent soin des personnes.

CARTOGRAPHIE DE LIEUX QUI PORTENT UNE ATTENTION AUX PLUS ÂGÉS

LES PETITES CANTINES, CROIX

13/04/23, Hélène Genay, chargée de projets et de partenariats

LE CALIBOU, GODEWAERSVELD

13/04/23, Gérard Lefebvre, propriétaire du café librairie

MÈNADEL - SAINT HUBERT, LOOS-EN-GOHELLE

09/05/23, Marion Ponet, chargée de projets alimentation et santé

MAISON DES PROJETS, CAPINGHEM

24/03/23, Caroline Delfortrie, gestionnaire animatrice

LE PAS-SI-LOIN, PANTIN

16/01/23, Nathalie Célarié, chargée de projets intergénérationnels

CHEZ DADDY, LYON

06/04/23, Annaëlle Moisan, responsable communication du groupe Daddy

TIERS LIEUX DU PÔLE GÉRONTOLOGIQUE NÎMOIS, NÎMES

03/04/23, Elodie Bahut, cheffe de projet Tiers Lieu, Croix Rouge



LE PAS-SI-LOIN : UN CAFÉ ASSOCIATIF

Entretien

Date : 16/01/23

Nathalie Célarié, chargée de mission autonomie pour le café

Identité du lieu

Date de création : 2016

Lieu: Pantin, Seine Saint Denis
Statut: associatif



Coller aux besoins du quartier pour développer un lieu familial et de solidarité

le Pas -Si-Loin, c'est un petit lieu chaleureux, où l'on se sent comme à la maison



Une petite histoire du lieu

Le Café Pas-Si-Loin est créé en 2016 à l'initiative de femmes et mères du quartier qui n'avaient pas de lieu où se rencontrer, prendre un café.

Depuis 2019 et l'arrivée de Nathalie Célarié, l'inclusion des personnes âgées à la vie du lieu et du quartier a été travaillée. L'Appel à Manifestation d'Intérêt lancé en 2020 par le Département de la Seine-Saint-Denis est venu renforcer cette spécificité.

L'objectif était de créer un réseau de tiers-lieux "autonomie dans mon quartier », via le soutien du département de 7 tiers-lieux. Le Pas si Loin fait parti des lauréat.

Les tiers-lieux soutenus doivent être des alternatives à la prise en charge institutionnelle de l'avancée en âge et du handicap en garantissant à la fois l'inclusion dans la vie de la cité et une vie autonome dans leur domicile.

Ancrage territorial

Quartier des quatre chemins, en politique de la ville, avec une forte mixité culturelle. Situé sur un axe passant accueillant des commerces de proximité, il est aussi sur le parcours quotidien des habitants du quartier.

Objectifs

- Créer du lien, favoriser la mixité sociale pour les habitants du quartier, en proposant une diversité d'activités, lors de temps conviviaux ouverts à tous les âges, genres et cultures
- Une attention particulière portée à la place des femmes ainsi qu'aux personnes en perte d'autonomie notamment

Qu'est ce que l'on y fait?

- Un parcours de 3 mois pour accompagner les jeunes retraités dans leur nouvelle vie (mémoire/ équilibre avec de la gym douce par exemple/ appui aux démarches administratives et juridiques/ échanges autour du changement que génère l'arrivée en retraite...). Financement du PRIF (prévention retraite en Ile de France) et animé par des associations partenaires.



Crédits photos extraits du site internet et du facebook du Pas-Si-Loin



- Activités multigénérationnelles : sorties cinéma, théâtre, musée atelier couture, yoga du rire, tutorat sénior...et même un premier séjour intergénérationnel et de répit de 5 jours à la mer!

Profil des usager-ère(s)

- Le Pas-Si-Loin compte 200 adhérents recoupant une mixité d'âges et de classes sociales.
- Un public majoritairement féminin qui n'avait pas de lieu auparavant dans le quartier pour se retrouver
- Pour ce qui est des personnes plus de 60 ans qui le fréquente:
 - ils sont une vingtaine à la fois des jeunes retraités (61/63 ans) et des personnes de plus de 70 ans plus ou moins autonomes (sur le plan moteur et psychique)
 - capital social et professionnel : essentiellement des ouvriers ou employés qui viennent dans le lieu; quelques professions intermédiaires (professeur...)
 - 80% viennent pour se faire un réseau de connaissance
 - un frein parfois à se déplacer lié à un sentiment d'insécurité dans le quartier

Gouvernance

La participation informelle jusqu'à peu, avec des échanges réguliers sur les envies des usagers du lieu qui est en train de se structurer avec une commission de programmation senior. Un questionnaire a permis de sonder les habitués: idées de sorties et rythme, propositions d'ateliers, sorties intergénérationnelles... L'objectif est de se faire d'avantage confiance (par exemple pour animer un atelier) et de donner à ce public la capacité à donner son avis pour participer à la vie du café. Les personnes qui fréquentent le lieu n'ont pas toujours eu l'occasion dans leur vie professionnelle d'être force de proposition, l'objectif est donc leur donner les clefs pour s'investir.

Et c'est aussi une manière de passer d'un statut de consommateur à celui d'acteur de la vie du quartier.

Spécificités

- Une chargée de mission autonomie et coordinatrice du lieu le poste est financé par le département via l'AMI « Tiers lieu autonomie dans mon quartier ». Son expérience professionnelle passée en gérontologie lui permet de bien cerner les enjeux, les besoins et les particularités du public personnes âgées.
- Un lieu qui sort des sentiers habituels, pour les personnes qui ne souhaitent pas se rendre dans un lieu institutionnel (centre social, maison de quartier) ou qui ne se retrouvent pas dans l'image que peut renvoyer un club sénior.
- Une dynamique d'aller vers pour aider les personnes à franchir le seuil (tractage, informations via les commerçants, stand sur le marché...)
- Une proposition de sorties culturelles développée

Vers des nouveaux projets

- Développer le lien avec les services d'aide à domicile pour créer un café dédié soignants-aidants sur la pause du midi qui doit également permettre de tisser de nouveaux liens en direction des personnes âgées ou en perte d'autonomie.
- Recrutement d'une nouvelle animatrice pour renforcer l'équipe et permettre l'ouverture 2 samedis/ mois.
- Mettre en place un service avec des jeunes en services civiques pour aller chercher les personnes à leur domicile (lever le frein à la mobilité)
- Développer des actions vers les personnes qui ne peuvent pas ou plus se rendre au café (appels téléphoniques..), comment créer du lien malgré tout...



LE CALIBOU : PROXIMITÉ ET OUVERTURE

Entretien

Date: 13/04/23

Gérard Lefebvre, propriétaire
du café librairie

Identité du lieu

Date de création : 2017

Lieu: Godewaersvelde

Statut : initiative privée

Crédits photos extraits du site internet et du
facebook du CaLiBou + C.Montmasson



Le CaLiBou c'est une idée de service public.
On sait à quoi l'on sert

On est un lieu de proximité qui permet de faire
remonter des projets, des envies



Une petite histoire du lieu

Gérard et Myriam n'étaient pas prédestinés à ouvrir un café, salariés d'une association de protection de l'environnement, ils ont eu envie de tourner la page après une belle découverte en Bretagne, d'un café librairie. Un village des Flandres, le goût des autres, une passion de la littérature héritée, un sens du service public et une aventure collective avec Xavier, Thibault et Véro qui voulaient installer un fournil bio. Voilà le CaLiBou était né d'une envie de changement et de liberté partagée.

Ancrage territorial

Alors que le groupe cherchait en milieu rural, leur trouvaille fut ce café de village, tabac, presse, relais postal, qui donnait sur l'église, dans un secteur touristique proche de la frontière belge. On est ici sur un territoire tout de même « bien vivant », avec des commerces de proximité, des estaminets, et une vie associative assez dense, ...

Objectifs

Au CaLiBou, il n'y a pas d'objectif en tant que tel, l'enjeu c'est de faire perdurer ce « commerce multiservices », d'être à l'équilibre économique. Et derrière bien sûr il y a l'envie d'apporter de la vie au territoire, de proposer une nouvelle offre culturelle « ouvrir une librairie dans un village, c'était un pari », de proposer un lieu chaleureux ouvert à tous et toutes.



Qu'est ce que l'on y fait?

C'est avant tout un lieu de convivialité où chacun vient y chercher ce qu'il veut :

- une petite épicerie de producteurs locaux de qualité et en majorité bio qui vend aussi le pain des 3 boulangers
- un relais postal
- une petite restauration (la faluche au Mont des Cats, un fromage, est un régal)
- un salon de thé
- une librairie qui propose une sélection de livres qui sortent des sentiers battus
- un accueil de groupe de randonnée /le café est labellisé « café rando »

Profil des usager-ère(s)

Aussi étrange que cela puisse paraître c'est saisonnier. L'hiver (de mi octobre à fin mars) ce sont à 80 % des locaux qui habitent dans un rayon d'une quinzaine de kilomètres, et des habitants qui viennent plutôt des alentours d'Hazebrouck. A la belle saison, et qui plus est quand la terrasse est sortie, ce sont cette fois 80% de touristes, des gens de passage.

Avant de reprendre le café, il était drainé par une population masculine qui aimait jouer aux jeux, la fréquentation c'est depuis féminisée. « L'objectif c'est de toucher, de brasser un maximum de monde, d'avoir de la diversité et de ne pas s'enfermer dans un public », ici tout le monde se croise, « on ne voulait pas être un repère de bobo ».

Le repair café c'est l'activité sociologiquement la plus mixte, le tricot troquet qui se fait en soirée est plutôt intergénérationnel, en revanche un atelier linogravure un jour de semaine cela draine forcément des personnes qui ont du temps, donc des retraités principalement.

Gouvernance

- Sur la vitrine peu après l'ouverture on pouvait y lire « ateliers ». Le fait même de faire savoir que cela pouvait avoir sa place ici, des personnes se sont senties libre d'en proposer. La nouvelle s'est vite répandue. Depuis, la salle dédiée déborde de projets et d'idées, « le plus difficile c'est de caler des dates, des fois on est obligé de refuser ».
- Les Co du CaLiBou : ce sont des clients du café qui avaient envie de s'investir, ils sont une dizaine, « ils programment des choses ici et ailleurs » (le lancement du repair café c'est eux, le club de lecture également, tout comme les soirées jeux...).
- « On s'appuie sur des envies, sur des personnes qui viennent proposer leur talent, sans elles on ne fait rien, de même pour les clients qui sont d'ailleurs bien plus » cela pourrait résumer l'état d'esprit et d'ouverture de Gérard et Myriam.

Spécificités

- Il y a clairement une patte, une empreinte « CaLiBou ». On ressent ici l'âme des lieux, l'énergie qui a été mise pour le construire et le soin qui est apporté pour que l'on se sente un peu comme chez soi. C'est un lieu généreux à l'image de ses propriétaires.
- Démultiplier les prétextes pour rentrer, c'est ce qui permet d'ouvrir à des gens très différents « il y a des clients qui viennent juste prendre un café et puis qui repartent avec un livre sous le bras »



LE MÉNADEL: UN TIERS LIEU NOURRICIER

Entretien

Date: 09/05/23

Marion Ponet, chargée de projets alimentation et santé

Identité du lieu

Date de création : 2016

Lieu: Loos-en-Gohelle

Statut : associations les Anges Gardins

“ Dans ce bar-restaurant de centre-bourg, on mange, on cuisine et on prend soin de sa santé, accompagné par une équipe (pour partie) en insertion professionnelle.

Cela fait du bien de sentir que l'on existe, d'être reconnu, d'avoir de la chaleur humaine dans l'accueil

De l'agriculture urbaine à l'insertion des publics exclus; en passant par une monnaie locale et solidaire; l'association propose un modèle social vertueux autour de l'alimentation

Une petite histoire du lieu

Le projet est porté par l'association des Anges Gardins qui a déjà une solide expérience avec la mise en œuvre concrète du premier écopôle alimentaire en Hauts de France (développement de circuits court, appui aux agriculteurs sur l'accompagnement aux changements de pratiques...). Cette expérience concrète donne naissance au Ménadel – Saint Hubert, projet « ultra local » pour faire un nouveau lieu de vie en ville.

Ancrage territorial

Il a pris ces quartiers dans le plus vieux café du village fermé puis réhabilité. Il devient un tiers-lieu convivial, lieu d'échanges autour d'un repas ou d'un café. Renommé Ménadel - St Hubert, pour Maison d'Échanges pour de Nouvelles Activités Durables et pour l'Économie Locale, dédié aux échanges de savoirs faire pour faire et vivre ensemble.

Objectifs

- garantir un accès à une alimentation durable
- s'ouvrir, échanger, co-créer, transmettre

Qu'est ce que l'on y fait?

Le Ménadel est un tiers lieu dédié à la transition écologique et solidaire dans le bassin minier. Il a choisi d'aborder l'alimentation sous différents angles par:

- la production (9 jardins formant les archipels nourriciers répartis sur le territoire),
- la transformation (le Ménadel est aussi un café restaurant qui cuisine les fruits et légumes produits dans les archipels)
- la convivialité et l'apprentissage (ateliers couture, tricot, bougies, cosmétiques, repas partagés, soirée karaoké, sophrologie, balade nature, après midi dansante avec les enfants, formation au numérique...)
- la sensibilisation (ateliers cuisine, cuisine de rue, ...)
- l'accompagnement de personnes en précarité alimentaire (paniers solidaires / programme bien-être à destination de personnes au chômage ou en surpoids)



Crédits photos extraits du site internet et du facebook du Ménadel et des Anges Gardins



Profil des usager-ère(s)

Lieu où se croise des personnes de passage qui viennent au restaurant ou au café, des enfants le temps d'un ateliers pendant les vacances scolaires, des « extérieurs » qui viennent pour profiter d'une soirée ou d'une animation...

Il y a aussi un noyau d'adhérents qui s'implique dans la vie du lieu et avec qui j'ai pu échangé et transmettre un questionnaire lors d'un comité d'usagers. 10 personnes y ont répondu, essentiellement des femmes. Les résultats certes peu nombreux, mais sembleraient assez fidèles à la réalité de la fréquentation du moins pour les activités récurrentes (tricot, sophrologie, balade..):

- Toutes ont plus de 50 ans
- Elles vivent majoritairement seules et sont plutôt issues de classes modestes
- C'est un lieu de proximité qui leur permet de venir à pied, certaines viennent en voiture (lié à des difficultés de mobilité principalement)
- 80% viennent au moins une fois par semaine
- Elles font toutes part d'un mieux être depuis qu'elles fréquentent le lieu (bien être : physique 70%, psychique 60%, relationnel 80%) et 50% déclarent se sentir beaucoup moins seules
- A la question « Pourquoi fréquentez vous le lieu ? », les réponses qui reviennent le plus souvent sont : un environnement chaleureux, se sentir à l'aise dans le lieu, se sentir bienvenu aux activités, la solidarité (mise en commun de biens, de services...), être en lien et rencontrer d'autres personnes
- Les mots qui reviennent le plus pour décrire le lieu: rencontre, échange, partage, chaleur, tolérance, convivialité, soutien

Gouvernance

La participation se crée autour des ateliers, des événements et de l'appropriation du lieu. Pour ce faire, le mouvement est double:

- des temps formalisés comme le goûters des adhérents où l'on peut venir donner ses envies
- du face à face: des salariés en posture d'accueil des idées, d'écoute, et d'accompagnement à la réalisation des projets. En parallèle, une proposition de temps en individuel pour déceler les besoins, les compétences, les centres d'intérêt. Cela permet une interconnaissance et d'activer des personnes en fonction de tel ou tel projet.

Spécificités

- L'alimentation comme sujet fédérateur qui permet une diversité et une multitude de liens à tisser (avec des publics et des partenaires) et de projets à construire et à développer
- La MANNE: monnaie d'engagement. 200 contributeurs proposent leurs services (aide à l'organisation d'un événement, petits bricolages, couture...). En échange de ce temps passé, ils payés en MANNE (monnaie locale), qu'il échangent contre des biens : paniers solidaires, profiter gratuitement d'une séance de relaxation, aller manger à la pizzeria du coin... La dynamique adhérente avec la MANNE permet de valoriser la montée en compétence et de matérialiser l'engagement des bénévoles pour la communauté. Cette « rétribution » permet aux personnes, au-delà de l'intérêt collectif, d'y trouver une reconnaissance personnelle et de pouvoir accéder à des biens auxquels ils ne peuvent pas toujours avoir accès (séance de sophrologie, aller au restaurant...)
- Mise en place d'événements encapacitant comme des conférences spectacle autour de la résilience alimentaire
- Se déployer dans l'espace public pour aller chercher des nouveaux publics (terrasse, mais aussi des ateliers cuisine en extérieur, fêtes des voisins...)



UNE MAISON DES PROJETS POUR FAIRE VIVRE L'INTERGÉNÉRATION



Entretien

Date: 24/03/23

Caroline Delfortrie, gestionnaire animatrice



Identité du lieu

Date de création : mars 2022

Lieu: Capinghem

Statut: Privé

Crédits photos: C. Montmasson



Ici, j'ai rencontré des personnes que je n'aurai jamais eu l'occasion de côtoyer ailleurs

Il y a une alchimie entre les personnes car tu fais des choses ensemble

C'est un quartier atypique où l'on ne veut pas vivre en vase clos, mais bien en faire un lieu de vie inclusif



Une petite histoire du lieu

La maison des projets est située en pied d'immeuble d'une résidence « cocoon'âges@ » de 80 logements. Elle a la particularité de proposer un habitat intergénérationnel et mixte socialement (logement social et propriétaires occupants). Le bureau d'étude Réciprocité, qui a accompagné Eiffage dans la construction des logements avec les futurs habitants, anime également la maison des projets.

Ancrage territorial

La maison des projets s'insère dans un quartier sorti de terre en 2012 et qui poursuit aujourd'hui encore, son développement. L'initiative d'aménagement de ce quartier est inédite. Sur 15 ha, propriété de l'université catholique de Lille, le projet urbain s'est construit autour des enjeux de santé, social, mixité, place du handicap, vieillissement, dépendance...

Pour y répondre, le quartier « Humanité » recoupe plusieurs vocations:

- résidentielle : être inclusif en « offrant du mieux vivre ensemble aux habitants » (logements avec de la mixité sociale mais aussi générationnelle, des habitats adaptés au handicap (ex: 10 logements qui répondent aux besoins des personnes sourdes...))
- d'enseignement et de recherche (faculté de médecine, IFSI...). Et également « Ensembl » (unité d'apprentissage en Living Lab de l'Université Catholique de Lille) qui intervient en tant que lieu de ressources et de recherche pour l'université autour des enjeux sociétaux et urbains observés dans le quartier et en tant que facilitateur du bien vivre ensemble (appui à l'émergence de projets collectifs d'habitants...)
- structures d'accueil : une très forte densité d'établissements et de services médico-sociaux qui répondent à des besoins spécifiques: EHPAD Saint François de Sales, services médico-sociaux (SAMSAH, 2 ESPRAD, IME), foyers d'accueil médicalisés, résidence sociale, résidence autonomie, logements adaptés, service d'aide à domicile...), mais aussi des équipements et services à la population (micro-crèche...)





Objectifs

- Animer la mixité sociale et générationnelle au sein des quartiers et des résidences en favorisant des relations apaisées entre voisins
- Veiller aux fragilités et accompagner la solidarité de voisinage
- Participer à l'amélioration du cadre de vie, la responsabilisation et la participation active des habitants
- Encourager et accompagner les initiatives citoyennes de tous et toutes

Qu'est ce que l'on y fait?

Des animations sont proposées chaque jour (petit déj' partagés, café poussette, marche, jardin...) mais aussi des ateliers organisés par des professionnels extérieurs (sophrologie...), des événements ponctuels (soirée jeux de société, repas participatif entre voisins...), des sorties (à la mer, centre régional des arts du cirque...). Une participation financière est demandée pour certaines activités (sorties, ateliers avec des intervenants extérieurs...).

La programmation, au mois, est disponible à la maison des projets (affichage et gazette sur la vie du lieu) ou sur les réseaux (facebook de la maison des projets et sur celui du quartier).

Profil des usager-ère(s)

On observe une diversité des âges qui pratiquent le lieu mais un point commun semble se dégager : un profil majoritairement de personnes seules, isolées (personnes sans emploi, retraités, familles monoparentales, mais aussi des personnes porteuses d'un handicap). La première année de vie du lieu, la volonté a été de se concentrer sur les habitants des 3 résidences proches pour fédérer un petit groupe; l'année 2 sera consacrée à l'ouverture vers le quartier, ce qui amènera peut être d'avantage de diversité dans les publics qui le fréquente.

Gouvernance

La programmation est partagée et ouverte autour de moments conviviaux. Cependant, il ne semble pas toujours facile de mobiliser les usagers (personnes peu entendues et écoutées habituellement (changement de posture et d'habitudes qui prend du temps), difficultés de communication liées aux différents handicaps...)

Spécificités

- Une expertise du bureau d'étude Réciprocité pour construire et animer des tiers lieux inclusifs, participatifs, collaboratifs; des outils et un réseau de compétences et d'échange à disposition pour faciliter leur création (charte graphique commune aux projets cocoon'âge notamment)
- Le poste de gestionnaire d'animateur / facilitateur est financé (pendant 2 ans) dans le cadre d'un package d'accompagnement à la réalisation du projet social à l'échelle de la résidence (à la fois lors de l'étude et au montage de construction du projet résidentiel + l'animation du tiers lieu)
- Une facilitatrice, Caroline, qui connaît très bien le public des personnes âgées puisqu'elle a travaillé 25 ans en EHPAD; elle est aussi à l'écoute, empathique et joviale, elle impulse une bonne énergie dans le lieu.
- Des collectifs actifs et nombreux à l'échelle du quartier qui impulsent et accompagnent ensemble des projets collectifs (la fête du livre de poche, gazette du quartier, jardin partagé, vide grenier...).
- Après deux ans de co-animation et d'accompagnement vers l'autonomie des usagers avec le facilitateur, le lieu est voué à être géré directement par les habitants. Est-ce possible, souhaitable au regard de la population qui fréquente le lieu (peu force de proposition, plutôt âgée)? La pérennisation dans ce cadre est elle envisageable?
- Des horaires d'ouverture en semaine en journée (9h-17h30), parfois des soirées ou des événements le samedi, qui permet peu aux actifs notamment, de fréquenter le lieu et de s'y investir.

CUISINE DE QUARTIER : LES PETITES CANTINES

Entretien

Date: 13/03/23

Hélène Genay, chargée de projets et de partenariats

Identité du lieu

Date de création : 2018

Lieu: Croix

Statut : Association

Crédits photos extraits du site internet et du facebook des Petites Cantines de Croix et C.Montmasson



Ici on retrouve l'ambiance d'un repas de famille

On s'est tous retrouvé isolés à un moment dans notre vie et la cuisine, les repas, ce sont en fait un prétexte pour créer des liens

Ici le lien social se construit et se maintient



Une petite histoire du lieu

L'histoire du lieu c'est avant tout ici l'histoire d'un réseau qui a essaimé et fait des petits dans toute la France. Fort d'un constat sur la part grandissante de l'isolement et ce peu importe les classes d'âge et les catégories sociales, le projet prend forme autour d'une idée: favoriser le partage et le lien social autour d'un repas. Une première cantine voit le jour à Lyon. Aujourd'hui c'est 11 cantines, et autant qui sont en projet...

Ancrage territorial

Situé en plein centre ville de Croix, ville bourgeoise de la Métropole Lilloise, au rez de chaussée d'un immeuble d'habitat social géré par Vilogia.

Objectifs

- Créer du lien et des sociabilités dans le quartier
- Le vœu d'une alimentation durable. Pour lutter notamment contre le gaspillage et proposer une alimentation saine et de qualité, la cantine fonctionnait avec des produits invendus, des produits bios ou en circuit court. Au fil du temps, les dons de commerces se sont raréfiés et les produits sont désormais en partis achetés.
- Une cantine accessible : Le déjeuner est proposé à un prix libre. Le prix d'équilibre est affiché à 12 euros (prix qui se situerait plutôt à 15 euros avec l'inflation actuelle). mais certains peuvent décider de donner plus, ce qui permet à ceux dans le besoin de donner moins.
- Un lieu ouvert qui peut être loué, hors des jours d'ouverture, au public pour des repas de famille, des réunions d'associations ou d'entreprises.

Qu'est ce que l'on y fait?

Une cuisine ouverte qui donne sur une salle, avec de grandes tablées pour accueillir les habitants. A 12h30, les convives qui ont réservés prennent place, s'assoient à table les uns avec les autres et participent eux aussi au service et à la vaisselle. Ils sont d'une dizaine à une trentaine par repas. Ceux qui le souhaitent peuvent venir cuisiner dès le matin, rendez vous pris à 9h30. Pour coordonner cette « brigade amateur », il y a Vanessa la maitresse de maison.

En parallèle des évènements sont organisés : repas à thème, brunch, conférences (régimes alimentaires/ variétés oubliées...), jeux de société, karaoké ...accessibles à tous et toutes.

Profil des usager-ère(s)

C'est un lieu qui n'a pas de cible spécifique, en soi il est susceptible d'accueillir tout le monde.

60% ont entre 60 et 70 ans (quelques personnes de plus de 70 ans), elles fréquentent le lieu soit pour cuisiner soit pour y manger. Les 40 % restant sont des actifs ou des étudiants (un public pour autant pas simple à faire venir). Les personnes viennent de Croix et des communes alentours, il y a en revanche très peu de Lillois (et ce malgré la proximité).

Une mixité sociale qui semble se créer avec des CSP+ (liée à la sociologie du quartier et de la ville) mais également des personnes plus fragilisées économiquement (personnes au chômage, au RSA) et aussi physiquement (difficulté de mobilité, situation de handicaps...).

Les participants seraient aussi des multi-bénévoles qui ont un engagement fort vis-à-vis des autres et qui sont bien insérés dans le tissu associatif (soutien scolaire, aide alimentaire...), et qui viendraient chercher ici une activité « plus légère ».

Les personnes âgées ont certes plus de temps mais leur investissement n'est pas plus fort pour autant, comparativement aux actifs par exemple. Il peut apparaitre à certain(e) comme un lieu engageant et donc contraignant, alors même que la participation peut tout à fait être ponctuelle (c'est d'ailleurs l'ADN du projet). Les personnes (peu importe l'âge semble-t-il) dont l'engagement est fort à l'inverse, serait souvent le fait d'une transition dans la vie professionnelle ou personnelle.



Menus du 17 avril au 22 avril

Lundi 17 avril

Lasagnes végés
Compote de pommes et cookie



Mardi 18 avril
C'est pas de la tarte !

Croustillant en pate à filo, patates douces
Tourte de pomme de terre et légumes
Comme une tarte Bourdaloue



Mercredi 19 avril

Tartare de légumes croquants
Cannellonis ricotta/épinards
Gâteau rustique aux pommes

Jeudi 20 avril
En route pour l'Inde !

Repas indien avec Ramola, une cheffe indienne

Vendredi 21 avril

Samossas aux légumes/fromage frais
Salade de lentille, légumes rôtis feta
Gâteau au fromage blanc, mangue et citron vert



Samedi 22 avril
Brunch!

Pancakes de courgette, saumon et chantilly de chèvre
Tzatziki de betteraves, coleslaw, œufs brouillés,
Salade de boulgour/légumes rôtis/fêta
Fromage blanc, compotée, granola maison,
gâteau aux pommes et boissons chaudes



Rendez-vous au
3 place des Martyrs
de la Résistance
59170 Croix

03 20 95 71 66 lille.lespetitescantines.org

Ici les menus c'est comme la vie, parfois il y a des changements de dernière minute!



Gouvernance

- Une équipe de « cœur » soit environ 25 personnes, et une quinzaine vraiment actifs, formés pour être « maitresse de maison d'un jour » en gérant l'accompagnement en cuisine, les encaissements, les réservations... Cela permet d'avoir des relais en cas d'absence de la maitresse de maison. Mais derrière cette organisation qui paraît bien huilée, les prises de relais reposent souvent sur les mêmes personnes, « les Petites Cantines ce n'est pas la priorité pour les participants ».
- Un souhait d'amener davantage de « laisser faire » et de prise d'initiative des usagers du lieu (ex: soirée jeux de société). Deux paramètres sont cependant à prendre en compte: des bénévoles qui seraient peu force de proposition, qui n'auraient pas forcément envie d'être responsable du lieu. L'autre point réside dans la nature même du lieu qui est un espace de restauration avec des normes d'hygiène à respecter « ici ça tourne tous les jours, il faut que cela soit propre lorsque l'on arrive le matin pour cuisiner ». C'est aussi la crainte que cette liberté et cette ouverture soit une charge nouvelle pour l'équipe.
- Une réflexion est en cours sur la gouvernance, elle s'appuie notamment sur le retour d'expérience du réseau. Et avec elle se pose la question de faire perdurer le lien et l'envie chez les participants actuels et d'en faire venir de nouveaux.

Spécificités

- La force du réseau (retours d'expériences, outils, enquête...) et en même temps une liberté d'action et d'initiative de chaque petites cantines qui s'inscrivent dans un contexte chaque fois différent.
- La cuisine est un liant formidable entre des personnes qui ne se connaissent pas. Cuisiner ensemble, c'est partager un « espace temps », faire ensemble en étant sur un pied d'égalité en découvrant une recette. La cuisine c'est aussi un prétexte pour mettre en avant les compétences de chacun(e).
- Une maitresse de maison qui accueille, guide les bénévoles en cuisine (matériel, conseils techniques,...), coordonne tout ce petit monde. Sans compter la gestion des stocks, la communication, les réservations, les animations, les privatisations... il faut être un vrai couteau suisse! Et en même temps laisser de la place à la prise d'initiative, un dosage qui n'est pas simple à trouver.
- Chaque Petite cantine doit trouver son autonomie financière, à Croix l'équilibre est atteint sans subvention.
- Un partenariat avec les Petits Frères des Pauvres est mis en place avec le projet « bien manger, bien vieillir ». Un vendredi par mois, un groupe de personnes de plus de 60 ans vient partager une journée au sein des Petites Cantines. Au programme: cuisine le matin, déjeuner ensemble et atelier l'après midi (intervention d'une nutritionniste, sophrologie et méditation, écriture d'un conte...). D'autres liens de proximité se sont créés avec Villa Nouvelle (une maison familiale pour personnes âgées,(alternative à l'EHPAD ou à la résidence autonomie). Elle est située à deux pas, ses habitants y sont venus partager eux aussi une matinée.D'autres partenariats sont en train de se tisser avec une cible sur les personnes retraitées et âgées, un projet à suivre...



CHEZ DADDY à LA CROIX ROUSSE

Entretien

Date : 06/04/23

Annaelle Moisan, responsable communication du groupe Daddy

Identité du lieu

Date de création : octobre 2020

Lieu: Lyon

Statut: Privé



Favoriser le maintien à domicile tout en accompagnant à la création de lien social intergénérationnel et de proximité avec la volonté que quel que soit son âge et son niveau d'autonomie nous puissions toujours transmettre ses talents et rencontrer de nouvelles personnes

Quand je vais dans un bar je reste seule, alors qu'ici il est normal de parler à son voisin



Une petite histoire du lieu

C'est entre les deux confinements que ce lieu convivial a ouvert ses portes dans le quartier de la Croix Rousse; janvier 2022, Chez Daddy ouvre aussi à Perrache. Le fondateur Philippe Albanel était déjà de la partie, il avait monté quelques années auparavant un service d'aide à domicile. Il s'est rendu compte de l'importance d'intervenir en amont pour prévenir l'isolement et connaissait bien les besoins de ces personnes.

Ancrage territorial

La Croix Rousse, un quartier qui a vu sa population ouvrière progressivement disparaître au profit des cadres, l'INSEE le décrit d'ailleurs comme « d'un laboratoire de gentrification ». Situé en pied d'immeuble d'une résidence senior, en face d'un lycée, et à côté d'une crèche, un environnement déjà propice à la rencontre intergénérationnelle.

Objectifs

- Convivialité et entraide
- Favoriser les rencontres au-delà de l'âge et ainsi lutter contre l'isolement/ retarder la perte d'autonomie/ favoriser la transmission/ lutter contre les préjugés
- Offrir aux personnes âgées et aux plus jeunes une seconde famille

Crédits photos extraits du site internet et du facebook de Chez Daddy



Qu'est ce que l'on y fait?

Un café avec une petite restauration ouvert pour la Croix Rousse le mardi/ mercredi et jeudi de 10h à 18h, le vendredi de 10h à 21h et samedi et dimanche de 14h à 18h.

Un programme d'activité pour les adultes et les petits est mis en place au mois, soit environ 80 activités: lecture pour enfants, yoga adapté, apéro musique, aide numérique, tricot papote, soirée jeux de société, réparation vélos... La cuisine est aussi fédératrice, par exemple chaque lundi à Perrache on épluche les légumes pour la soupe du midi, il y a aussi les goûters partagés, le brunch du dimanche...et tous les midis, une grande tablée est installée et chacun peut venir avec son propre repas pour discuter le temps du déjeuner.

Ce sont des intervenants extérieurs qui proposent les activités ou des usagers du lieu qui mettent à profit leurs compétences, favorisant ainsi l'utilité sociale, la transmission, le « partage de talent ».

Profil des usager-ère(s)

C'est un lieu où les âges se rencontrent. Si l'on zoom sur les personnes de plus de 60 ans, il y semblerait que 3 profils se dessinent:

- Celles avec des parcours de vie parfois chaotiques qui génèrent de la solitude au quotidien et qui viennent « se vider la tête », connaître de nouvelles personnes, partager leur situation. C'est un lieu à la fois ressource et refuge.
- Celles qui ont de la famille, qui sont bien entourées mais qui ne souhaitent pas en dépendre, rester libre. Ils viennent ici comme dans « leur bistrot de quartier » pour retrouver leurs amis.
- Celles qui sont en perte d'autonomie et de mobilité, qui résident en EHPAD par exemple, qui viennent ici une fois par mois. Elles viennent prendre l'air, sortir de l'institution, se mélanger aux autres usagers et se sentir capable de continuer à rencontrer et à échanger.

Gouvernance

Chez Daddy on est invité à participer, et les bénévoles nombreux se répartissent en plusieurs spécificités:

- Les « tisseurs de lien » (1 service civique) qui accueillent et qui font que les gens se sentent comme à la maison. C'est faire qu'une personne soit accueillie, présentée au groupe, et qu'elle ne se sente jamais seule.
- Les « talentueux » (habitants du quartier et habitués du lieu) qui proposent des animations et partagent ainsi leurs savoirs faire, leurs centres d'intérêt... libre à chacun d'être force de propositions. Le salarié « responsable animation » impulse, accompagne (logistique, réunion...) les idées d'animation en gardant en tête l'objectif que le « groupe projet » s'autogère rapidement.
- Les serveurs et cafetiers bénévoles qui participent à faire tourner le café notamment en soirée.

Au lancement du projet, des temps ont été pris ensemble pour échanger et proposer des idées d'activités susceptibles de mélanger les générations. Aujourd'hui, il y a les incontournables qui ont lieu chaque semaine (le tricot papote par exemple), des groupes qui se réunissent chaque mois et qui s'organisent en autonomie (ex: la « team des fêtards »), et les nouveaux « talents » qui sont dynamisés et activés au démarrage par un salarié.



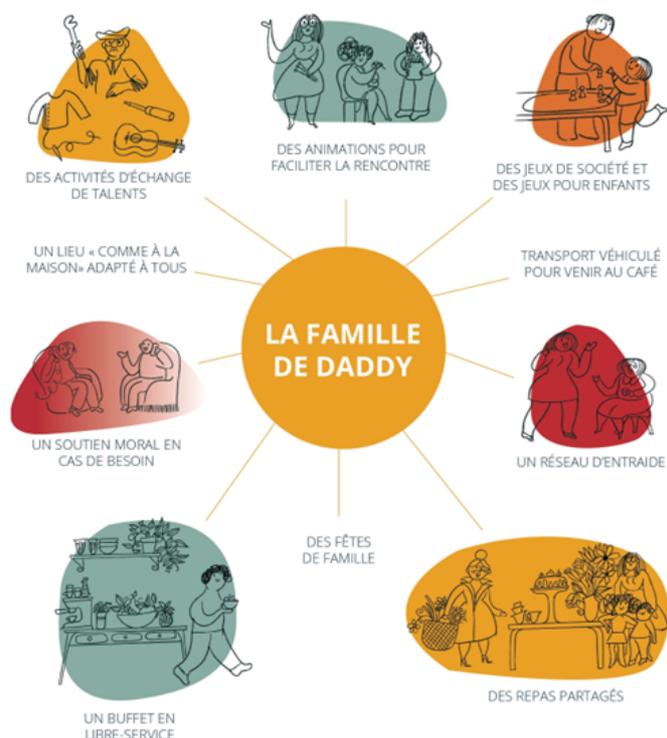
Spécificités

- Une identité visuelle joyeuse, des cabines de plage en extérieur qui accroche l'œil, une belle terrasse, un programme (au mois) disponible dans le café ou sur les réseaux; une inscription par téléphone ou directement au café.
- Un système d'abonnement ou une participation à prix libre en fonction des besoins et moyens de chacun étaient mis en œuvre depuis 2 ans. Désormais de 9h30 à 17h c'est « comme à la maison », tout est gratuit (buffet, activités, boissons, jeux de société...). Une invitation aux dons est faite, cela permet à chacun(e) de mettre ce qu'il veut et peut en fonction de ses moyens. De 17h à la fermeture (20h/21h30) c'est « Daddy hour », il se transforme alors en bistrot de quartier avec des prix fixes.
- Une aide à la mobilité avec un vélo triporteur pour se rendre au café ou aller à des rendez vous.
- Des auxiliaires de vie et des aides soignant(e)s peuvent bénéficier du lieu pour venir prendre un café entre deux interventions, venir avec leur repas sur le temps du midi ou encore accompagner leurs bénéficiaires à profiter du café et des activités qui sont proposées. C'est aussi prendre soin du personnel soignant en leur proposant un lieu refuge, une pause dans leur journée.
- Un équilibre économique qui n'est pas facile à trouver entre établissement commercial et lieu social. Des subventions sont aujourd'hui nécessaires pour le pérenniser.
- Une grande table et des bénévoles tisseurs de lien, c'est peut être cela le succès: juste un beau lieu où l'on se sent « comme à la maison ». On voulait un endroit sympa, convivial, léger pas poussiéreux...c'est pensé comme un lieu de rencontres à l'image des cafés d'autrefois » Ph. Albanel.
- Une volonté et un objectif d'intergénérationnalité affiché et concrétisé! Personnes vulnérables, dépendantes, seules, habitants du quartier, enfants aides à domicile... tous se croisent ici.
- Un réseau dense : 3000 adhérents, une centaine de bénévoles, 4 salariés et des services civiques...



CHEZ DADDY, C'EST QUOI?

Plus qu'un café, une seconde famille



TIERS LIEUX AU CŒUR PÔLE GÉRONTOLOGIQUE DE NÎMES



Entretien

Date: 03/04/23

Elodie Bahut, cheffe de projet Tiers Lieu, Croix Rouge



Identité du lieu

Date de création : 2022

Lieu: Nîmes

Statut: Associatif

Crédits photos extraits du facebook de Paquita : un tiers lieu à l'EHPAD



L'oustal



Le petit salon Oluha



C'est un super outil (dixit Paquita) pour changer l'image des Ehpad. L'important, c'est la communauté, ce projet collectif avec les résidents

Ce projet permet de réancrer les ainés dans la vie



Une petite histoire du lieu

Le Pôle gérontologique Nîmois (PGN) de la Croix-Rouge française regroupe deux EHPAD, un accueil de jour, un service de soins infirmiers à domicile et une équipe spécialisée Alzheimer. Le PGN est actuellement en pleine reconstruction, la livraison est prévue en 2024, cela a été une opportunité pour repenser l'accompagnement des personnes âgées en décloisonnant ses services et en ouvrant la structure sur son environnement. Aussi, elle mène depuis 2020 un projet de tiers-lieu social et solidaire dédié à l'inclusion des personnes âgées et au développement d'activités intergénérationnelles au service des habitants du territoire.

Cette démarche s'inscrit dans la continuité du plaidoyer « Pour une société de la Longévité » porté par la Croix-Rouge française depuis 2019, et qui met en œuvre des actions concrètes qui vont dans ce sens (ex: mise en place de tiers-lieux dans cinq sites pilotes en France).

Plusieurs projets en inter-relation ont vu le jour au PGN :

- **Paquita, le tiers lieu mobile qui relie l'EHPAD à la Ville**

La Croix-Rouge avec ses partenaires (chercheurs, artiste, résidents des deux Ehpad, collectif d'architectes, étudiants ...) ont retapé un camion des années 1980, l'ont repeint d'une couleur printanière et ont créé cet espace nomade et polyvalent ouvert sur l'extérieur. En deux semaines, cette équipe a travaillé sur un chantier collectif et fabriqué du mobilier conçu pour être embarqué dans le fourgon et qui peut être déployé dans des Ehpad, des espaces publics, pour des débats, des concerts, des ateliers. L'inauguration a eu lieu en mars 2021. Un camion pensé comme un kit d'animation, qui permet aux résidents des EHPAD et aux habitants des quartiers de se rencontrer autour d'activités communes. Un projet inclusif et intergénérationnel conçu avant tout comme un outil d'ouverture.

- **2 tiers lieux installés au sein des EHPAD** depuis janvier 2022 : Le petit salon Oluha à l'EHPAD Indigo et l'Oustal à l'EHPAD Saint Joseph. Les actions seront détaillées dans un second temps.

- **Paco, un vélo triporteur pour redécouvrir le plaisir d'avoir les cheveux au vent pour les résidents.** Inauguré en octobre 2022, l'idée est simple offrir aux personnes dépendantes des 2 EHPAD du PGN des promenades à vélo au grand air et en toute sécurité.

Objectifs (communs aux 3 projets)

- Favoriser l'inclusion, la participation et la transmission des personnes âgées en les plaçant au cœur d'un projet sociétal.
- Développer des services et des activités intergénérationnelles qui répondent aux besoins des habitants, des résidents, des salariés et des bénévoles du territoire.
- Favoriser l'ouverture du pôle sur son environnement et en faire un lieu de vie ouvert et de ressources pour les habitants et les associations locales – donner envie aux personnes extérieures de venir et d'oser pousser la porte de l'EHPAD – donner une autre image.
- Développer un nouveau modèle de pôle gériatrique au service du bien-vieillir capable d'essaimer au sein du réseau de la Croix-Rouge Française et dans l'ensemble du champ médico-social.

Qu'est ce que l'on y fait?

Au petit salon Oluha et à l'Oustal, les activités sont gratuites et ouvertes à tous résidents, habitants, tout le monde est le bienvenu! Des temps qui ne sont pas adaptés spécifiquement aux personnes âgées mais où chacun vient avec ses capacités. Cela peut se traduire en étant juste présent et discuter avec les autres personnes, c'est une forme de participation « indirecte » à l'activité.

- Des activités intergénérationnelles : couture café, ateliers de cuisine, jardin partagé, programme avec les écoles du quartier
- Des services et des ressources : programme de répit pour les aidants, repair café, boutique solidaire éphémère
- Des activités culturelles : résidences d'artistes, ateliers scientifiques
- De la mise à disposition d'espace notamment pour des associations (yoga...)

Profil des usager-ère(s)

Pour le moment, ce sont d'avantage les résidents des EHPAD qui participent aux activités mises en place. Les associations qui utilisent ponctuellement les lieux font également venir leurs membres. Les extérieurs/habitants sont un public plus difficile à capter, l'EHPAD reste un espace qui n'est pas associé aux notions d'ouverture, de loisirs, de partage, de plaisir...c'est un changement de paradigme à opérer par la pédagogie et l'exemple. « L'objectif c'est de faire entrer des personnes qui ne connaissent rien aux EHPAD ».



Gouvernance

Les résidents, salariés, familles sont force de proposition quant au développement du tiers-lieu. Le rôle de la cheffe de projet est d'être à l'écoute des retours suite aux activités et des nouvelles idées qui émergent, de manière informelle. Après une année d'existence, la gouvernance est en train de se structurer, se formaliser à travers la création d'un comité:

- d'usager (visé à définir des actions qui contribuent à la vie du lieu)
- opérationnel (visé à coordonner les actions de terrain notamment avec les partenaires (association, école...))
- stratégique (visé à réaliser un bilan des actions menées sur le tiers-lieu et d'orienter les actions à mener avec les partenaires institutionnels)

Spécificités

- Une cheffe de projet qui connaît bien les différentes dimensions de la personne âgée, diplômée d'un master en action gérontologique et action sociale.
- Un facilitateur de tiers lieu qui croit dans le projet et qui embarque l'équipe de soignants et le personnel des EHPAD avant la mise en place d'un lieu pour comprendre en quoi cela a du sens et ce que cela peut apporter (résidents, familles, voire au personnel) – il est indispensable d'avoir une adhésion des équipes.
- Le tiers lieu ne doit pas être une charge supplémentaire de travail pour le personnel mais bien un outil complémentaire du « prendre soin » au-delà de la dimension médicale.

Vers de nouveaux projets

Pour la 1ère année d'existence l'enjeu était de faire connaître les tiers lieux sur le territoire et être identifié par le réseau partenarial, les associations, les habitants... Les subventions permettaient de couvrir le poste de cheffe de projet, les aménagements du lieu et les activités proposées.

Un nouveau challenge s'annonce, celui de trouver un modèle économique autonome et viable afin que le tiers lieu ne soit pas une charge financière pour l'EHPAD. L'équipe est en réflexion pour le construire et ainsi se réinventer et s'ouvrir à de nouveaux publics...



GRATUITES ET OUVERTES À TOUS

LES ACTIVITÉS DU MOIS D'AVRIL

Tiers-lieux intergénérationnels

Indigo : Le petit salon Oluha
RÉSIDENTIE INDIGO
43 RUE SÉGUIER
NIMES

Saint-Joseph : L'Oustal
RÉSIDENTIE SAINT-JOSEPH
12 RUE DE TUNIS
NIMES

ÉVÈNEMENT

SORTIES AVEC PACO, NOTRE VÉLO TRIPORTEUR
1 fois par semaine

Vous souhaitez faire un geste solidaire tout en faisant de l'exercice ?

Contactez-nous et rejoignez notre super équipe de bénévoles pilotes !

INFO ET INSCRIPTION
elodie.bahut@croix-rouge.fr
04 66 29 51 86

3 ATELIER À LA DÉCOUVERTE DE LA NATURE
Avec Léna de l'association Château Sihol
14h45 - 16h45

4 ATELIER CRÉATIF
Avec Léna de l'association Château Sihol
10h30 - 12h

5 RÉSIDENCE ARTISTIQUE MUSICALE
Avec des enfants de l'association feu vert
14h - 15h30

7 ATELIER REPAIR CAFÉ
Amenez votre petit électroménager en panne
14h - 17h

18 REPAS PARTAGÉ
Résidents, bénévoles, services civiques, salariés de l'EHPAD, familles, partenaires, associations, habitants... Un rendez-vous pour cuisiner tous ensemble, déguster et s'amuser !
10h - 16h30

18 ATELIER CRÉATIF
Avec Léna de l'association Château Sihol
10h30 - 12h

19 RÉSIDENCE ARTISTIQUE MUSICALE
Avec des enfants de l'association feu vert
15h30 - 17h

24 BRICOLAGE ÉCO-RESPONSABLE
Atelier fabrication d'une horloge géante
14h45 - 16h45

25 ATELIER À LA DÉCOUVERTE DE LA NATURE
Avec Léna de l'association Château Sihol
14h45 - 16h45

6 RÉSIDENCE ARTISTIQUE MUSICALE
Avec des enfants de l'école Émile Gauzy
14h - 15h30

13 BRICOLAGE ÉCO-RESPONSABLE
Atelier fabrication d'un mini-flipper
14h45 - 16h45

14 PAQUITA AU MARCHÉ DE JEAN-JAURÈS
À la rencontre des habitants, pour faire connaître les activités du tiers-lieu et les droits des aidants, en collaboration avec ADAD, l'association des aidants d'Occitanie
9h - 12h

20 RÉSIDENCE ARTISTIQUE MUSICALE
Avec des enfants de l'école Émile Gauzy
15h30 - 17h

28 TEMPS DES FAMILLES
Un moment pour échanger sur votre accompagnement et se détendre avec un professionnel du bien-être
14h30 - 16h30

croix-rouge française **Bien-être Nîmes** **les petits châteauniers** **AD2R LA MONDIALE** **ars** **ARS** **ARS** **ARS** **ARS**