

# Pour un Paris 3e où l'on pourrait bien vivre tous les âges de la vie

Conférence citoyenne Ville Amie des Aînés



Photo Patrice Ville

12 février 2016

---

*Rapport à l'intention de Dominique Versini, Pierre Aidenbaum, Gauthier Caron-Thibault, et les membres de l'équipe municipale du 3e*

<b>La conférence citoyenne du 3</b> .....	<b>4</b>
<i>Portrait et méthode</i> .....	<b>4</b>
<b>1. Cinq principes directeurs</b> .....	<b>6</b>
<i>Pour humaniser la vie en ville et la politique</i> .....	<b>6</b>
1. Viser l'autonomie le plus longtemps possible, mais l'autonomie sans isolement, ni ghettoïsation entre « vieux » .....	<b>6</b>
2. Appliquer une politique des âges qui dans tous les domaines, cherche à réunir les conditions d'un équilibre, une réciprocité et une complémentarité entre les âges : une mixité des âges partout, l'ouverture systématique vers les autres. ....	<b>6</b>
3. Reconnaître la diversité des âges et varier le rôle de la Mairie.....	<b>7</b>
- Une mairie qui s'appuie sur l'énergie libre du 3e âge,.....	<b>7</b>
- Une mairie qui protège des fragilisations de l'âge,.....	<b>7</b>
- Une mairie qui combat l'exclusion par l'âge,.....	<b>7</b>
4. Développer le nouveau modèle de réflexion et d'action commune citoyens/mairies/associations : la co-action, la démocratie collaborative .....	<b>8</b>
5. Développer la gratuité, le troc, les moments — événements — espaces — lieux — d'échange .....	<b>8</b>
<b>2. Critiques du quotidien des aînés dans le 3e....</b>	<b>9</b>
1. L'information et la communication n'atteint pas les seniors .....	<b>9</b>
2. La fracture du numérique subsiste .....	<b>9</b>
3. Quand Paris se montre « very not friendly » vis-à-vis des aînés.....	<b>10</b>
a. L'inadaptation de l'habitat à l'âge.....	<b>11</b>
b. La difficulté d'accès aux transports .....	<b>11</b>
c. Il reste bien sûr la marche à pied, difficile à faire peur ! .....	<b>12</b>
d. Un manque certain de jardins et de vert .....	<b>13</b>
e. Les difficultés d'accès à la culture quand on vieillit.....	<b>14</b>
f. La question sans réponse : quel sport pratiquer ? .....	<b>14</b>
g. Le souci de l'accès aux services de santé .....	<b>15</b>
h. La disparition des commerces de bouche et services de proximité.....	<b>15</b>
i. La solitude et le manque de solidarité.....	<b>15</b>
j. L'insécurité.....	<b>15</b>
<b>Lot de propositions I</b> .....	<b>17</b>
<i>Une Mairie qui s'appuie sur l'énergie libre des seniors</i> ....	<b>17</b>
1. Régler le problème de l'information — communication .....	<b>17</b>

2. Organiser un salon Paris VADA au Carreau du Temple .....19
3. Impulser une modification des méthodes de l'EPN vis-à-vis des seniors, un WEB café transgénérationnel avec le 3e café .....19
4. Multiplier les lieux transgénérationnels ouverts .....20
5. Créer une bourse de tous les échanges, une monnaie locale ? .....21
6. Développer le parrainage, le tutorat .....22
7. Créer un label Amis des Aînés (commerçants, musées, Carreau ..).....22

## **Lot de propositions II .....23**

### *Une Mairie qui protège des fragilisations de l'âge .....23*

1. Assurer un service public d'adaptation des logements des aînés.....23
2. Étendre l'offre de service du réseau logement seniors .....26
3. Garantir la santé par la proximité et qualité des services .....26
4. Intervenir sur la qualité de l'alimentation des personnes dépendantes et isolées...27
5. Aider les seniors à pratiquer des sports adaptés.....27
6. Veiller à l'ouverture et adaptation des lieux culturels .....28
7. Poursuivre l'adaptation des moyens de transport dans Paris Centre .....29
8. Garantir le droit de se déplacer à pied dans la sérénité.....32

## **Lot de propositions III .....34**

### *Une Mairie qui combat l'exclusion âgiste .....34*

1. Repérer les personnes isolées, organiser la solidarité du 3e .....34
2. Mener une campagne contre les racismes anti-vieux/anti-jeunes, une campagne éducative anti discriminations âgées, .....36
3. Mener une action forte contre les incivilités dans l'espace public .....36
4. Contrer la transformation accélérée du quartier qui exclut .....37
5. Sécuriser le 3e.....38
6. Agir pour le droit de mourir dans la dignité.....38

## **Annexe I.....39**

### *Animation de la conférence .....39*

## **Annexe 2 .....40**

### *Chronique des rencontres avec les acteurs locaux et les acteurs de la Ville.....40*

# La conférence citoyenne du 3

## *Portrait et méthode*

Ce sont 46 citoyens tirés au sort sur une liste de 1000 électeurs âgés de 55 ans et plus. Ils ont répondu positivement à l'invitation du Maire du 3<sup>e</sup>, et de son premier adjoint Gauthier Caron Thibault, qui demandaient : « comment s'adapter dès maintenant à la ville de demain où, à l'horizon 2060, la moitié des habitants aura 50 ans et plus ? La Ville de Paris prépare un plan d'action qui ne peut pas se concevoir en chambre. Pour être vraiment pertinents, les élus et les services de la Ville avaient besoin d'eux.

Ils sont plutôt représentatifs des aînés du 3<sup>e</sup> en termes de sexe : quasiment autant de femmes que d'hommes ; et de statut : les trois quarts sont retraités, un quart actifs. Ils habitent les quartiers Archives, Arts et Métiers, Enfants Rouges (une petite quinzaine dans chaque quartier) — seulement 4 pour Sainte-Avoye... Le petit 3<sup>e</sup> a sa périphérie...

Majoritairement, ils sont jeunes, comme s'ils étaient venus anticiper leur vieillissement à venir : 15 ont moins de 65 ans ; 20 ont entre 65 et 75 ans. ; 9 ont 75 ans et plus ; seulement deux ont plus de 85 ans... Ils représentent une génération charnière entre leurs enfants et petits enfants d'un côté, et leurs parents âgés de l'autre. Les très âgés et dépendants étaient présents surtout à travers le vécu de cette génération charnière.

Ils viennent du monde de l'enseignement et la recherche (6), l'édition et le journalisme (5), la santé (6), consultants (8), ingénieurs informaticiens (4), cadres supérieurs (6), communicants (2), employés (5), + quelques non-réponses à ce sujet.

Ils ont d'abord travaillé tous ensemble pendant huit heures en décembre 2015.

Le 1/12/2015, pendant 4 heures, par petits groupes de 8, ils ont imaginé en mode « brainstorming » ou « tempête sous les crânes » ce que serait le 3<sup>e</sup> arrondissement s'il était vraiment « ami des aînés ».

Le 8/12/2015, ils ont travaillé par thèmes : informer/communiquer autrement, créer des systèmes d'échanges intergénérationnels, habiter autrement ; circuler aisément en transports et marcher sans peur dans les rues ; contrer les phénomènes d'exclusion du quartier qui se gentrifie toujours plus ; accéder aux sports et à la culture sans difficultés.

Puis, une petite quinzaine d'entre eux a suivi un programme intensif de rencontres en janvier et février, et réalisé 17 auditions : acteurs locaux, acteurs de la ville et des assurances retraite.

Ce document est la synthèse de ces travaux sur la base des archives intégrales de tous les groupes et de toutes les rencontres. Il a été validé le 10 février 2016 lors d'une réunion préparatoire à la restitution du 12. Autrement dit, il ne s'agit pas ici d'un recueil d'avis ou d'opinions, mais bien d'un travail de délibération et de réflexion méthodiques.

### Rencontres avec les acteurs locaux du 3e (voir en annexe 2 la chronique) :

1. Catherine AUGUSTE, responsable du pôle Maintien à domicile de l'association « SOLIHA » (solidaires pour l'habitat).
2. Marie BOUCHAUD, directrice du « CLIC Paris Centre ».
3. Jean-Pierre COUDRE, directeur de l'association d'aide et soins à domicile « Atmosphère ».
4. Anne ESAMBERT, présidente du café associatif « le Troisième Café », situé 16, rue de Beauce et ouvert depuis 2014.
5. Élisabeth FOSCOLO, responsable de l'Espace Public Numérique Helen Keller, situé 62, rue de Bretagne.
6. Jean-Philippe DANIEL, vice-président de la Régie de Quartier Paris Centre, située 58, rue du Vertbois. Cette structure d'Économie Sociale et Solidaire propose des activités de nettoyage, travaux, gestion d'espaces, bricolage et d'animation locale.
7. Joëlle LI WOUNG KI, directrice de la résidence « Madeleine Béjart » du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris (4, rue de la Perle – Paris 3<sup>e</sup>).
8. Sandrina MARTINS et Lucie MARINIER, directrices du « Carreau du Temple ».
9. Claudine Sweyacker, infirmière du quartier, sise rue des Fontaines du Temple.

### Rencontres avec les responsables des services de la ville suivants :

1. William COUTURIER, du commissariat de police, brigadier-chef de la mission prévention
2. Didier COUVAL, de la Direction de la Voirie et des Déplacements, adjoint au chef de la section territoriale centre. A piloté la réalisation du Plan de Mise en accessibilité de la Voirie et des Espaces publics de la Ville de Paris.
3. Béatrice DE BIAISI coordinatrice MAIA, la plateforme de coordination des coordinations
4. Ghislaine GROSSET, de la Direction de l'Action Sociale, de l'Enfance et de la Santé, sous directrice de la Direction de l'action sociale, de l'enfance et de la santé, chargée de l'autonomie, et qui supervise la mise en place de l'ensemble des actions de la collectivité parisienne à destination des personnes âgées.
5. Arnaud LANGE, de la Direction des Espaces Verts et de l'Environnement, chef de la mission technique du service d'exploitations des jardins, en charge notamment des questions d'accueil du public et d'accessibilité sur l'ensemble des jardins de la capitale.
6. Frédéric LABURTHE, du Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris, sous-directeur adjoint des services des personnes âgées, qui supervise la mise en place de l'ensemble des actions du CASVP à destination des personnes âgées : Résidences – services, EHPAD, services à domicile, prestations, animation Rencontres de janvier et février

### Rencontre avec des responsables des caisses de retraite

7. Camille MAIRESSE, coordinatrice du PRIF, le plan Prévention Retraite en Ile de France qui réunit le RSI, la CNAV et les caisses des agriculteurs
8. Lucile BILLAND, chargée de la mission prévention de la CNAV – Ile de France.

# 1. Cinq principes directeurs

## *Pour humaniser la vie en ville et la politique*

La demande de la conférence citoyenne aux élus, c'est de transformer profondément la vision des aînés de Paris grâce à une politique des âges inspirant des actions volontaristes, reposant sur un trépied Mairie/citoyens/acteurs locaux professionnels et/ou associatifs. Mais avant d'en venir aux idées d'action, voici quelques principes pour une autre politique des âges et non des « *personnes âgées* », appellation qui serait à revoir.

Les citoyens se considèrent individuellement comme responsables et acteurs de la transformation des mentalités envers les « vieux ». Mais la volonté individuelle ne va pas sans une démarche collective, qui soutient et renforce l'individu autonome et engagé. On a l'âge que l'on se donne et que l'on nous donne. C'est le collectif qui renvoie à l'individu l'image de ce qu'il est, il est crucial de se voir autrement pour penser sa place dans la société. La responsabilité du collectif incombe en particulier aux politiques. Pour rester dans le tissu actif, il faut payer de sa personne, mais il faut aussi des lois, et des sollicitations, et des améliorations des services proposés et de l'existant. Les participants sont prêts à s'impliquer et à payer de leur personne dans la Cité, mais comme une force citoyenne, dans un mouvement commun avec la Mairie et la nébuleuse des acteurs locaux. Cela va sans dire, chacun-e veut rester dans son logement, son quartier, sa ville. L'action de la Ville sera jugée à cette aune : en quoi nous permettez-vous de rester à Paris ?

### 1. Viser l'autonomie le plus longtemps possible, mais l'autonomie sans isolement, ni ghettoïsation entre « vieux »

L'autonomie le plus longtemps possible et sans isolement doit être un objectif commun à tous : responsables politiques de la Ville, administrations, associations qui œuvrent dans le domaine, et citoyens qui souhaitent très majoritairement retarder le plus possible le moment de devoir partir éventuellement en « établissement » pour cause de dépendance, et si possible rester dans leur logement et leur quartier, terminer leur vie chez eux, et avoir le droit de mourir dans la dignité.

### 2. Appliquer une politique des âges qui dans tous les domaines, cherche à réunir les conditions d'un équilibre, une réciprocité et une complémentarité entre les âges : une mixité des âges partout, l'ouverture systématique vers les autres.

Il s'agit de penser en termes de continuité des âges, éviter de créer des coupures, cassures, ruptures qui ne permettent pas de vivre de façon transgénérationnelle. Cela demande de créer des services, des lieux, des événements, des actions pour tous, mais dans lesquels la place des personnes de 55 ans et plus, est spécifiquement pensée et prévue, comme une discrimination positive en quelque sorte.

Une mixité des âges partout, dans le logement, les activités, la culture, le sport, l'espace, la vie de quartier... Même si dans ce cadre mixte, on peut prévoir des aménagements afin de protéger les personnes vieillissantes ou dépendantes. L'idée est d'avoir des "packages" communs à tous les citoyens concernant ces différents domaines de la vie à Paris. Ce qui est proposé, c'est un volontarisme transgénérationnel cherchant en permanence à casser l'entre soi des âges. Une conception des quartiers comme des villages ouverts, où la rencontre avec l'autre est favorisée, où les citoyens sont solidaires les uns des autres, où l'isolement est combattu avec fermeté.

### 3. Reconnaître la diversité des âges et varier le rôle de la Mairie

Le vieillissement a trois versants supposant de la part de la Mairie trois rôles différents :

- Une mairie qui s'appuie sur l'énergie libre du 3e âge, où les seniors qui arrivent à l'âge de la retraite se voient renvoyer une image de « vieux » et de « poids » pour la société alors qu'ils sont libres, disponibles, compétents, expérimentés, prêts à donner, à se rendre utiles. Ils ne sont pas tout le temps prêts à cela, mais ils seraient volontiers des intermittents du bénévolat, très attirés par les systèmes de troc et d'échanges. Les participants ne veulent pas devenir "transparents", ils veulent que leur potentiel d'utilité sociale soit reconnu. Être âgé, ce n'est pas uniquement être dépendant. Au contraire ! Pour eux, « plus on apporte, et mieux on se porte ». Sous cet angle, la Mairie doit jouer un nouveau rôle, d'instance collective de **coordination, d'orchestration pour permettre à cette énergie citoyenne de s'exprimer**. Les aînés ont le sentiment d'avoir un rôle important, mais qu'ils ne peuvent pas forcément le jouer car ils ne savent pas toujours où ni comment le faire.

- Une mairie qui protège des fragilisations de l'âge, avec comme corollaire qu'il faut absolument anticiper le vieillissement, préparer, prévenir, en adaptant les logements, en rendant accessibles les moyens de transport, en sécurisant les déplacements à pied, en garantissant la proximité des commerces et des services... Et aussi bien sûr en supervisant les résidences et les établissements pour les personnes dépendantes. Dans ce cas, la Mairie doit jouer un rôle de **connaissance précise des besoins, soutien, appui-conseil, régulation, et protection**.

- Une mairie qui combat l'exclusion par l'âge, solitude extrême, désocialisation, où les personnes sont discriminées, éliminées de l'espace public par les incivilités, prisonnières de leur logement ou parquées dans des établissements spécialisés, larguées par le numérique. Le rôle de la Mairie ici est de **lutter, combattre pour imposer un autre cours des choses**.

Ces trois versants ne sont pas forcément corrélés avec l'âge : certains seniors restent très actifs longtemps, d'autres non. Certains restent en bonne santé très longtemps, d'autres non. Mais l'âgisme, discrimination de la même force que le racisme ou le sexisme, frappe tout le monde, et très vite. Il suffit d'atteindre l'âge de prendre sa retraite, pour que, au vu de sa date de naissance, celui/celle qui était considéré-e comme un citoyen adulte, devienne cette « petite dame » ou ce « brave monsieur » qu'on prend vraiment pour un-e idiot-e... Où le fait de vieillir (« bien vieillir »), prend la place du bien vivre...

#### 4. Développer le nouveau modèle de réflexion et d'action commune citoyens/mairies/associations : la co-action, la démocratie collaborative

Les seniors de la conférence seraient prêts à proposer ou répondre à des sollicitations de la Mairie, mais ils ne veulent pas tous s'investir dans des associations, ni siéger dans les conseils de quartier, toutes formes supposant de la régularité, de la « militance », et une certaine fermeture.

La politique jusqu'à présent pense et agit pour eux, mais sans eux. S'ils veulent intervenir, actuellement, ils doivent entrer dans ces associations ou ces conseils.

Mais ils pourraient aussi contribuer autrement, de façon plus souple et plus libre, et s'impliquer sans forcément s'enrôler dans les formes traditionnelles de vie citoyenne. Le format « *conférence citoyenne* » qu'ils viennent d'expérimenter ici, permet ce type d'engagement plus ponctuel, plus souple. La nouvelle politique de végétalisation de Paris, qui associe acteurs de la Ville et citoyens, est un autre exemple d'action commune convergente. idem le projet de Plan piétons, ou la journée sports du 3e co construite avec les habitants. Un prototype existe aussi dans le 3e, avec le mode de fonctionnement du 3e café, *embryon du style de lieu de communication qu'on veut*, unanimement apprécié, où l'on peut agir ou pas, consommer et/ou proposer, varier ses investissements ou ne pas du tout s'investir, un lieu ouvert qui brasse toutes les catégories sociales, tous les âges, et qui ne contraint pas. Un lieu ouvert. Et qui avant la conférence, était inconnu de la quasi-totalité des participants...Marguerite Audoux, le 3e café, il y a des précurseurs à interconnecter et étendre...

#### 5. Développer la gratuité, le troc, les moments — événements — espaces — lieux — d'échange

Le monde des professionnels privés et des associations compétentes qui s'occupent des personnes âgées, trouve dans le vieillissement de la population des gisements d'emploi, voire de profits. Au risque de les gêner ou de les embarrasser, la conférence fait le constat de l'existence d'un mouvement dans la société de recherche de gratuité et d'échanges libres, chez les seniors actifs. Ces derniers se prépareront d'autant mieux à la suite de leur « vieillissement » qu'ils seront immergés dans la société, en lien avec toutes les autres générations, et proches des personnes dépendantes. Devant la nécessité d'anticiper l'afflux de demandes d'aide liées à l'augmentation des seniors dans la population, et pour permettre aux organismes structurés de se centrer sur leur coeur de métier, les participants à la conférence se disent qu'il y a sans doute une place à prendre pour du *service au public assuré par le public lui-même*, quand les missions de service public sont si souvent sous-traitées à des organismes privés ou des associations, en concurrence les uns avec les autres dans une inextricable nébuleuse que les professionnels eux-mêmes ont beaucoup de difficultés à maîtriser (une découverte des participants, lors des rencontres de janvier et février 2016).

## 2. Critiques du quotidien des aînés dans le 3e

### 1. L'information et la communication n'atteint pas les seniors

Plein de choses existent, que les participants ne connaissent pas, sauf ceux qui lisent le journal de la Mairie, sont connectés aux conseils de quartier, ou aux associations, ou encore ont été contraints par les accidents ou simplement la vie qui passe, à chercher et trouver l'information (cas des personnes dépendantes). Le premier constat de la conférence a été celui d'une insuffisance de connaissance de ce qui existe déjà : beaucoup veulent s'investir, s'engager, ou même simplement avoir des renseignements basiques, or il s'avère très difficile d'accéder tout simplement aux informations. C'est une jungle, un maquis. La surinformation a tué l'information. Il y a un manque total de lisibilité. Même les professionnels rencontrés ont du mal à s'y retrouver et à actualiser leur information...

Les informations disponibles au centre d'action sociale sont limitées. Elles n'atteignent que ceux qui le fréquentent déjà, ou considèrent que leur cas relève du circuit social.

Le journal de la mairie communique surtout sur ce qui a déjà été fait. Beaucoup de personnes avouent ne pas le lire, car il ne convient pas. Il est centré rue de Bretagne.

Le bulletin de la ville de Paris n'est pas lisible, il manque de synthèse, il n'est pas adapté aux seniors. Il manque d'attractivité, on ne pense même pas à le lire.

Le site de la mairie du 3<sup>e</sup> est mal fichu, le moteur de recherche doit être amélioré, il faut être plus attractif, car là il faut vraiment avoir envie de chercher l'information pour la trouver.

*Nous sommes nombreux qui aimerions nous investir, mais il y a ce hiatus de l'information et cette fracture numérique (certains n'ont pas encore passé ce cap). Il faut savoir que ce qui se fera pour les aînés, se fera sur l'énergie. **Nous ici on en a plus appris en un mois depuis qu'on tient cette conférence des aînés qu'en trente ou quarante ans de vie dans ce quartier... !***

### 2. La fracture du numérique subsiste

Le numérique est souvent réduit à internet or il comprend aussi les réseaux sociaux, les Smartphones et autres outils numériques. La révolution de la communication, avec les applications et les réseaux sociaux (exemple des plans de métro avec les sorties, autrefois affichés gratuitement), crée une barrière entre beaucoup de seniors et la société, une

partie des difficultés de communication, et d'information, tient à la généralisation de l'informatisation. Pour les participants, ces outils ne doivent pas être des supports uniques, mais doivent constituer une communication commune ; il faut diffuser les informations sur d'autres supports, tout en accompagnant les plus âgés sur les évolutions du numérique. Certains participants pensent que chacun aujourd'hui connaît les bases d'internet (mais ne sait pas utiliser les autres outils numériques), d'autres pensent que non. Pour certains, on peut vivre sans internet, pour d'autres non.

*Au départ l'esprit d'internet c'était d'échanger gratuitement mais la logique s'est transformée : elle est devenue privée et marchande. Le numérique est censé créer du lien social mais en fait ça isole, ça « coupe » des autres, ça déshumanise les relations. Internet doit rester un outil.*

*Pour les 55 ans et plus, c'est pas fiable, c'est pas humain, ça prend beaucoup de temps, il y a trop d'informations. Oui à l'informatique au service de l'homme oui, mais non à l'homme au service de l'informatique ». Ne pas devenir esclave du numérique.*

En revanche, il y a un consensus pour dire qu'il faut apprendre à utiliser le numérique en général, car il est devenu très utile aujourd'hui, voire indispensable, en vérité il est difficile de faire l'impasse. Mais il ne faut pas seulement transmettre la technique du numérique, il faut en respecter « l'esprit de partage » -> lire plus loin le rôle des jeunes pour former les aînés en difficulté, dans le cadre de la bourse d'échange et dans les lieux transgénérationnels.

### 3. Quand Paris se montre « very not friendly » vis-à-vis des aînés

Passer par un diagnostic des points les plus gris et noirs était normal, mais il faut souligner que la conférence citoyenne s'est beaucoup plus exprimée par des propositions positives et constructives, que par des critiques négatives. Présenter un diagnostic négatif ne correspond pas à sa dynamique. Cependant, quand on regarde en creux les grands lots de propositions positives des chapitres 3, 4 et 5, elles dessinent en creux le portrait d'un Paris inamical. Alors, avant de débattre des propositions constructives, prenons le temps de déconstruire la vie quotidienne et de parcourir ce portrait d'un Paris inamical pour les seniors. Une fois ce diagnostic partagé, passer à la positivité sera plus constructif car le point de départ sera commun. Lors des rencontres, il est apparu plusieurs fois que certains points négatifs ne sont pas complètement compris par les interlocuteurs des seniors. Par exemple, si les aînés parlent d'insécurité liée aux vélos, motos, scooters, etc., on leur dit que ce sont *des ressentis*. OK, mais des ressentis qui déterminent les comportements ! Si un senior a peur d'être renversé, il ne s'aventure plus, ou de moins en moins, dans l'espace public. Un autre exemple : la suppression des bancs. Cela paraît nostalgique de vouloir revenir aux bons vieux bancs parisiens à deux planches et de vouloir en remettre un peu partout, n'en déplaise aux groupes de pressions de « riverains » ; or, qui dit absence de bancs, dit impossibilité de sortir pour nombre de seniors fragilisés, fin des rencontres informelles, etc.

## a. L'inadaptation de l'habitat à l'âge

La conférence citoyenne constate que des habitants âgés du troisième arrondissement sont devenus petit à petit prisonniers de leur logement dont ils n'arrivent plus à descendre ou qu'ils craignent ne pouvoir regagner. Pour la plupart d'entre eux, on ne sait pas bien ce qui se passe exactement, car il n'y a pas de données objectives. Les participants proposent un très grand nombre d'idées pour remédier à cette situation. Voir les chapitres 4 et 5.

## b. La difficulté d'accès aux transports

Qui dit autonomie sans isolement, dit mouvement, dit pouvoir se déplacer, bouger. Qui dit frein à la mobilité (voiture, marche à pied et transports) dit *coup de frein à la vie tout court*. La ville de Paris limite au maximum la voiture, et c'est généralement considéré comme un bien, mais en contrepartie, elle doit veiller aux conditions de déplacement notamment celles des aînés. Or, il y a peu d'espace pour se garer, et les conditions pour marcher ne sont pas réunies (voir ci-après). Être mobile suppose aussi de pouvoir utiliser les transports en commun.

### ■ Métro

À partir d'un certain âge ou dans le cas de maladies et handicaps, on peut faire une croix sur le métro. Il reste le bus, s'il est équipé d'une plateforme d'accès. Ou l'Autolib'. Le métro reste inadapté aux personnes vieillissantes. Dans les métros, pas d'escalators (stations Saint-Sébastien Froissart, Filles du Calvaire, Chemin Vert, Temple, Arts et Métiers). La station République se caractérise par ses innombrables volées d'escaliers parfois très larges, sans rampes centrales, l'absence d'ascenseur et d'escaliers mécaniques. Dans cette station ancienne à multiples niveaux, une adaptation risque de coûter cher... Mais en même temps, ces améliorations profiteraient à tous. Si cela n'est pas possible partout, il faudrait continuer le travail engagé pour une meilleure accessibilité. La nécessité d'une adaptation est également vraie pour le réseau de surface.

### ■ Bus, bien dans l'ensemble mais...

Petits détails qui font mal : quand, au terminus d'un bus, ce dernier reste portes fermées alors qu'il fait un froid de canard ou qu'il pleut, ce n'est ni solidaire, ni très sympathique.

Il est des pays où il est normal de se lever pour céder sa place à une personne âgée, chez nous c'est loin d'être naturel. Pourquoi ne pas faire des campagnes à ce sujet ?

### ■ Accessibilité financière aux transports

Est-il normal qu'une fois à la retraite les aînés se retrouvent à payer les titres de transport deux fois plus cher ? Il y a eu controverse sur l'idée d'une carte à moindre coût, voire gratuite, qui leur donnerait accès à tous les types de transport (métro, bus, tram, etc.).

### c. Il reste bien sûr la marche à pied, difficile à faire peur !

L'autonomie sans isolement suppose de pouvoir circuler, marcher avec tout le monde, se mêler aux autres, ne pas être exclu de l'espace public. Pour rester en forme, en lien avec les autres, il faut de la mobilité, il faut pouvoir se déplacer et pas seulement dans le quartier, aller au-delà. Et les conseils dans ce sens sont légion ! La marche est donc l'activité physique la plus accessible, alors que trouver un sport c'est une autre paire de manches ! La marche, permet de se maintenir en forme, à condition que l'espace public soit « friendly » pour les aînés. Mais... il ne l'est pas du tout !

■ Supprimer un banc c'est supprimer la possibilité de sortir marcher !!

L'espace public dans le 3<sup>e</sup> (rues, places) ne comporte plus de bancs. Il faudrait que les politiques comprennent que cela rend la marche impossible à partir d'un certain état de fatigue, d'un état de fragilité. Ils ont été supprimés pour qu'il soit impossible de s'allonger pour dormir (élimination des SDF !) ou de les squatter bruyamment (jeunes) ou d'en faire des lieux de trafic de stupéfiants, sous pression des « riverains ». On les a remplacés parfois par d'inconfortables « assises » en métal ondulé par exemple, dont on ne peut se relever une fois qu'on a réussi à s'y asseoir. Pour aller du Monoprix jusqu'à chez soi, ou pour aller chercher son journal, ou marcher jusqu'au musée Picasso, on aimerait bien de temps en temps avoir un banc pour se poser ou poser nos sacs.

■ Les trottoirs du 3<sup>e</sup>, étroits, encombrés, pavés...

Dans le 3<sup>e</sup>, les étroits trottoirs sont réduits pour permettre le stationnement des vélos et des motos. Ils sont envahis par les terrasses et les poubelles, ce qui gêne les poussettes et fauteuils roulants, mais aussi ceux qui veulent simplement se promener. Cela oblige à descendre sur la chaussée... Les trottoirs ne sont pas lisses à cause des pavés, on peut tomber, se tordre la cheville même si on sait par ailleurs que ces pavés permettent d'éviter l'humidité des immeubles, et que ça fait aussi le charme du coin !

■ Poubelles

Nos trottoirs sont encombrés de poubelles qui devraient théoriquement être placées sur la chaussée entre les voitures, ce qui est souvent impossible car alors les voitures ne pourraient plus passer. Les poubelles sont installées de façon à faciliter le travail des éboueurs, mais gênent les piétons, ce qui devient angoissant quand on a peur de tomber.

■ Terrasses

Certaines terrasses empiètent au-delà de leurs limites autorisées. Les incivilités des bistrotiers et des restaurateurs semblent rester sans sanction, ou alors les sanctions ne sont pas opérantes. Ainsi, dans nos petites rues du 3<sup>e</sup>, il faut souvent descendre sur la voie pour passer, tant les terrasses débordent et occupent la plus grande partie du trottoir. Le marché des Enfants Rouges qui dépend de la mairie s'est transformé en un grand restaurant dont les terrasses obstruent les allées. On ne peut pas y circuler facilement et beaucoup renoncent à y faire leurs courses.

■ Motos, scooters, vélos : circulation anarchique, c'est la loi du plus fort qui règne. Globalement, la conférence regrette un incivisme et un individualisme de plus en plus renforcés qui vont à l'encontre d'un esprit d'entraide, solidaire et altruiste. Risquer d'être renversé est un vrai problème pour les aînés. Cela dissuade de sortir marcher. Les incivilités des vélos, skateboards et motos ? Ils ne respectent pas la loi, roulent sur les trottoirs et ne sont pas sanctionnés (on a beau en parler depuis des années, il ne se passe rien), ils renversent les piétons (blessures, risques de fractures). Ils ne respectent pas les personnes qui marchent avec difficulté. À signaler aussi le stationnement des vélos et des motos, un peu partout, complètement abusif. L'autorisation qui leur est donnée de griller les feux rouges, le droit de rouler à contresens sont facteurs d'anxiété, quand on réside dans le 3e depuis longtemps et qu'on est surpris brutalement dans ses routines. L'incivilité existe aussi à pied et est déplorée. Il y a parfois incohérence au niveau de la signalisation (exemple rue de Saintonge, entre la rue de Poitou et la rue du Perche).

#### ■ Camions

De gros camions circulent encore dans les petites rues du 3e notamment rue de Saintonge, rue du Temple et rue du Perche, par exemple, ils accrochent les voitures garées sur les côtés, et occupent tout l'espace de la rue.

#### ■ Passages piétons

La durée des feux de signalisation (par exemple pour la traversée complexe de la Place de la République) prend-elle réellement en compte le temps nécessaire à une personne âgée ?

#### ■ Toilettes, propreté

Attention, il subsiste un problème de toilettes publiques, peu nombreuses (comment savoir où en trouver), pas propres.

Il reste difficile de faire respecter l'hygiène dans les rues, notamment avec les crottes de chiens, les mégots, et les gens qui urinent dans la rue.

#### ■ L'Esplanade de la République

Le problème de la cohabitation se pose aussi Place de la République où l'esplanade avait été construite avant tout pour permettre la promenade. Les vélos, skateurs et autres engins à roulettes occupent une bonne partie de la place et roulent absolument partout, de sorte que les gens du quartier ne vont plus sur l'esplanade.

### d. Un manque certain de jardins et de vert

La qualité de l'air n'est pas bonne et dangereuse pour la santé de tous, et en particulier des personnes les plus âgées. La fermeture de certaines rues est appréciée. Elle permet aux différentes générations de respirer un peu d'air frais...

Certains aménagements de squares devraient être revus, leur fréquentation est en effet faible, car ils sont peu agréables et mal fréquentés. Les espaces verts ferment trop tôt particulièrement en été, sont trop petits et peu connus du public (exemples : Boulevard Voltaire, Hôtels particuliers rue des Rosiers).

Bref, il n'y a pas en général pas assez de vert dans le 3e arrondissement.

## e. Les difficultés d'accès à la culture quand on vieillit

Les horaires de certains équipements publics ne sont pas adaptés. Par exemple, les bibliothèques ne sont pas ouvertes tôt le matin.

Beaucoup de petits détails créent progressivement des limites à la participation culturelle. Voici quelques exemples vécus :

Se rendre comme avant à l'opéra, et constater qu'on ne parvient plus à lire les sous titres, donc à suivre l'œuvre représentée...

Se rendre au musée, et éprouver une fatigue terrible parce qu'il n'y a aucun endroit pour s'asseoir, se reposer, ou simplement rester devant une œuvre et prendre le temps de la regarder.

Vouloir visiter une expo et devoir faire une longue queue sans pouvoir s'asseoir.

Vouloir lire et ne pas savoir comment faire venir à soi la culture, dès lors qu'on a du mal à sortir de chez soi.

## f. La question sans réponse : quel sport pratiquer ?

*"Le sport, ça emmène la santé, parce qu'il semblerait que plus on a d'activité, plus on vit bien et vieux »...* Il est capital d'entretenir sa forme physique, il apparaît que le sport davantage que l'alimentation permet de rester autonome. Oui, mais... comment y parvenir dans le centre de Paris ? Il faut aller où ? Cela semble compliqué, inaccessible, bureaucratique (carte senior).

Pas vraiment d'informations sérieuses sur les activités sportives qui pourraient être pratiquées par les séniors, ni sur les prix et les aides, car certaines activités sont chères pour les séniors, ce sont justement les activités qui aident à vivre longtemps en bonne santé.

Sensation aussi que rien n'est adapté au Carreau du Temple, il n'y a pas de créneaux dédiés aux séniors, et c'est plus cher qu'ailleurs (par exemple, par comparaison avec le gymnase Michel Le Comte).

Pas de conseil aux séniors sur les sports qu'ils peuvent pratiquer en fonction de leur condition physique. On a besoin de vrais conseils sur ce sujet, pas de vagues conseils généraux mais adaptés au cas par cas : dans votre situation, pratiquez tel sport. Les médecins généralistes ne disent rien là dessus, ils ne savent pas ce qui est adéquat, au-delà des généralités qu'on connaît tous.

Le problème des piscines a été soulevé. Il est souvent difficile pour les personnes âgées de nager parmi les enfants et les bons nageurs.

La journée des associations n'est pas adaptée au cas des séniors car les activités sportives qui leur sont dédiées ne sont pas assez mises en avant.

### g. Le souci de l'accès aux services de santé

A été soulignée l'importance de tout ce qui est utile à la santé et aux urgences de soins ; et là s'est exprimé une non-adhésion, une totale incompréhension de la politique actuelle de fermeture et de regroupements hospitaliers (exemple de l'Hôtel-Dieu), une politique qui éloigne, et qui va rendre difficile les visites de voisinage, alors que les aînés abandonnent petit à petit les moyens de transport individuels et deviennent avec l'âge des piétons à rayon de circulation limité, en perpétuelle diminution. Les médecins généralistes conventionnés ne se rendant plus à domicile, c'est d'autant plus urgent. Il y a peu d'espaces de santé à proximité (centre de soins Volta peu connu ou ne correspondant pas).

### h. La disparition des commerces de bouche et services de proximité

Le prix des commerces de bouche (boucher, fromager, etc.) et marchés est de plus en plus élevé (Enfants Rouges, Richard Lenoir, supermarchés, etc.) cela devient difficile de se nourrir, de prendre un café à *un prix accessible* dans notre quartier quand on a un petit budget. Or, c'est un des moyens essentiels de créer du lien social au quotidien pour de nombreuses personnes de 55 ans et plus. Ils sont remplacés par des boutiques de luxe... Mais qui donc va se fournir chez ces commerçants ? En revanche, les supermarchés bio de type *Bio c'est bon*, même s'ils sont chers, sont considérés comme créateurs de lien social (ils sont calqués sur le modèle du commerce de proximité, où le contact est « personnalisé »).

### i. La solitude et le manque de solidarité

La solidarité diminue avec l'embourgeoisement du quartier. Constat validé lors des rencontres. Beaucoup de personnes très âgées sont très, très seules. La conférence veut dénoncer le fait que le plus lourd, pour les personnes âgées, c'est la solitude. *On peut la vivre aujourd'hui. Nous allons la vivre dans 30 ans. Il y a beaucoup de gens isolés dans le 3e, qui ne sont pas repérés !*

### j. L'insécurité

On veut toujours plus de sécurité. On remarque que dans le quartier, les nuisances et les dégradations n'ont fait qu'augmenter.

Les vols, les cambriolages, les agressions, le bruit, les nuisances, les cafés ouverts, jusqu'à deux heures du matin, tout cela augmente et c'est parfois vraiment très pénible. Et plus on est vieux, plus on a quand même envie de tranquillité. Il y a un risque d'agression accru par l'âge lors des retraits d'argent dans les banques et aux distributeurs automatiques. Des jeunes rôderaient tous les jours dans l'après-midi auprès de quelques distributeurs et inciteraient les personnes âgées à aller aux distributeurs en faisant croire à ces dernières qu'ils ont oublié leur carte dans la machine (ou autres techniques, de type de « la feuille de papier », expliquée par le commissariat de police). Les participants ignoraient la possibilité de se faire escorter. Cela existe mais c'est mal connu (retour à la case information).

Après, il y a le problème AirBnB et autres sites de location saisonnière... Certes, AirBnB met de la vie et de la variété, permet de garder les logements occupés quand on part en vacances... Mais...

La multiplication de petites locations ou fonctionnement Airbnb est vu comme quelque chose qui traverse ce thème de l'insécurité ; les grosses valises sont sources de bruit et de dégradation des marches et des murs d'escalier, et de plus en plus, on croise des gens qu'on ne connaît pas, d'éphémères voisins aux visages inconnus parfois peu respectueux des règles, qui ouvrent à n'importe qui. Cette situation est selon certains davantage propice aux cambriolages, parce qu'on ne connaît pas les gens.

Tous se résignent à considérer que la vidéosurveillance des rues est une sorte de moindre mal qui a sans doute les vertus de pouvoir permettre de reconnaître les auteurs après une agression ou un délit.

Quand on parle de vie de quartier, comment ne pas évoquer les présences des militaires dont on ne voudrait pas qu'elle dure trop. Certes, cela peut avoir son intérêt, même si c'est souvent vu comme une illusion de sécurité qui peut avoir aussi son revers. Le danger d'armes chargées de gros calibres dans les rues, la tentation que pourraient avoir les terroristes de prendre ces militaires pour cible et de déclencher des fusillades, font que c'est bien vu, mais il ne faudrait pas que cela dure trop longtemps.

# Lot de propositions I

## *Une Mairie qui s'appuie sur l'énergie libre des seniors*

### 1. Régler le problème de l'information — communication

La com' fait évoluer les mentalités. Elle a un rôle éducatif, elle explique. Il faut penser la façon de porter les messages sur l'âgisme et le transgénérationnel. Quelle image donne-t-on des aînés dans ces supports de com ? Il ne faut pas faire une com' pour « vieux », il faut une égalité, dire que ça concerne tous les âges. Il faut étudier le look des supports, la façon d'en parler. Et savoir que les seniors ont tendance à éviter tout ce qui leur rappelle leur âge en termes de date de naissance et ne correspond pas à leur âge dans leur tête et dans leur corps... Ils ne veulent pas une ville senior, ils veulent une ville pour tous les âges de la vie.

#### ■ Centraliser l'information et l'accueil à l'échelle du 3e dans un lieu unique

Un bureau des âges, par exemple au relais info familles, qui accueillerait en même temps les 55 ans et plus... On peut aussi imaginer une centralisation de tous les services, avec par exemple une maison de quartier (voire tout un immeuble), combinée à un numéro vert.

#### ■ Un numéro de téléphone unique.

Un numéro vert pourrait être créé, où l'on pourrait téléphoner pour avoir des renseignements sur tout ce qui existe. Ce service ne donnerait que les informations nécessaires, pas plus ! On peut aussi imaginer un programme informatique où tout serait rassemblé, mais il faudrait qu'on ait un humain au téléphone !

#### ■ Recourir aux affichages

Installer des pancartes/lieux d'affichages pour informer de ce qui se passe dans ce village du 3e. Il pourrait y avoir des affichages dans les marchés, les lieux publics, les parcs, bibliothèques, cafés... et chez les commerçants de proximité. Pas besoin de créer, on prend ce qui existe déjà ! Ça favoriserait le bouche-à-oreille, ça créerait de nouveaux liens, des échanges.

#### ■ Une gazette des 6000 seniors du 3e

Il est important de l'information-papier, et chercher à toucher les personnes isolées par d'autres biais (bénévoles, réseaux de commerçants engagés dans la démarche). Il faut informer sur ce qui existe en fournissant un contenu basique, rédigé de façon synthétique et aérée. On peut ensuite inviter ceux que ça intéresse à aller plus loin. Il faut également penser à apporter des distractions adaptées à tous. Il y a quand même des spécificités des sujets pour les aînés : le sport adapté, la santé, etc., mais on n'est pas tous gâteux !

- Une liste des relais d'information (commerçants, médecins, infirmières, musées,...) où déposer la gazette et les informations

Les commerçants pourraient mettre des panneaux d'affichage, c'est l'occasion aussi d'entamer des conversations. Il faut adapter les informations aux lieux et aux personnes qui les fréquentent. La com' chez les commerçants doit être en fonction de ce qu'ils vendent ; après, tout dépend de ce que l'on veut, si l'on souhaite cibler les centres d'intérêt des personnes, ou au contraire essayer de s'adresser à d'autres, qui ne seraient pas atteints par l'information en temps normal.

- la personnalisation des courriers avait été évoquée afin de rendre les supports plus attractifs ;

On peut envisager de personnaliser l'information pour les plus isolés : un courrier qui leur est personnellement destiné, leur rendre visite ou leur passer un coup de fil, ce qui valorise et donne de l'importance. La dimension transgénérationnelle doit être développée pour les personnes isolées.

Il faut penser à ceux qui viennent de prendre leur retraite, leur envoyer un courrier en les informant sur ce qui existe dans le quartier (sans pour autant parler de leur statut de retraité). Il faudrait cibler sur l'âge, à partir de 55/60 ans.

- Des affiches

La multiplication des panneaux d'affichages informatiques pour diffuser les informations de la mairie serait un plus.

Les commerçants peuvent jouer un rôle important dans la diffusion des informations comme sentinelle auprès d'une population en voie d'isolement. Les pharmaciens sont particulièrement mis en avant et appréciés dans le quartier. Il pourrait être engagé un travail pour un engagement volontaire de commerçants pour diffuser certaines informations (affichette spécifique) et s'engager sur un accueil pour un public plus fragile (présence d'un fauteuil quand cela est possible, verre d'eau à disposition en période de canicule...). En échange de quoi ils pourraient être référencés comme « commerçants amis des aînés » et recevoir un macaron pour coller sur leur vitrine (ce qui ferait d'ailleurs connaître le réseau VADA). L'investissement des commerçants est essentiel pour fidéliser une clientèle vieillissante.

- Un libre forum d'échanges

On pourrait créer un forum internet des habitants du 3<sup>e</sup> où chacun pourrait partager des informations sur le quartier directement, entre habitants.

## ■ Davantage de sollicitations de la part de la Mairie : sports, bancs, piétons

Les aînés ne sont pas favorables à la création d'un conseil des sages qu'ils jugent inadapté. En revanche, dans le cadre d'aménagements nouveaux, des aînés volontaires pourraient faire office d'interface entre les différentes générations qu'ils rencontreraient afin d'établir des préconisations aux élus. Par des tirages au sort, ou des informations aux 6000, et qui créent le besoin de s'informer, par exemple :

- Être invité à s'investir dans la journée des sports en préparation, pour lui donner une dimension transgénérationnelle et aborder la question des sports seniors
- Être invité à s'investir dans le plan piéton et y défendre la cause des personnes plus fragiles face aux autres usages
- Être invité à s'investir dans le budget participatif pour améliorer la vie des seniors du 3e
- Être invité à s'investir dans la préparation des « second square » au Carreau du Temple

## 2. Organiser un salon Paris VADA au Carreau du Temple

Quand la Ville de Paris aura son plan et son label VADA, nous proposons d'organiser avec les 55 ans et +, de tous les arrondissements, un événement marquant pour fêter ça, et faire vivre le label.

## 3. Impulser une modification des méthodes de l'EPN vis-à-vis des seniors, un WEB café transgénérationnel avec le 3e café

L'EPN ne fait pas de com ciblée seniors, et offre des formations en salle (de 7 places), ou des conseils sur rendez-vous avec un temps d'attente de 2 à 3 semaines. La solution se situerait peut-être dans un entre-deux entre le concret et le virtuel : commencer par de « vraies » rencontres puis développer les choses sur internet. Par exemple, pour la bourse d'échanges, on pourrait commencer par se rencontrer dans un web café puis développer les échanges à travers une plateforme numérique en continuant à se voir souvent (l'échange réel nécessite de se voir concrètement). Ce ne seraient donc pas des cours structurés.

Considérer également les idées ci-après sur les lieux transgénérationnels, la bourse d'échanges intergénérationnels et le label pour les commerçants, qui sont autant d'accélérateurs de la communication et de l'information dans l'arrondissement.

## 4. Multiplier les lieux transgénérationnels ouverts

Comment décloisonner/ouvrir les tranches d'âges, en particulier les 55 ans et plus ? Comment créer davantage de lien social dans le 3<sup>e</sup> des moments de rencontres ? Comment valoriser les personnes autrement que par le métier => par leurs savoirs faire, compétences, services etc., en particulier les retraités ?

■ On peut penser des lieux ouverts de rencontre, des maisons de quartier (et non maison des associations), comme par exemple le 3<sup>e</sup> café, qui fonctionnent en particulier par le bouche-à-oreille. Multiplier ce genre d'endroits, en faire des lieux d'information.

La conférence propose la création de plusieurs lieux de vie sociale marquant l'espace du 3<sup>e</sup> et envoyant clairement un message transgénérationnel, ou encore un lieu phare, une "cité des gens", une "cité de la vie", une "maison des gens du 3<sup>e</sup>". Le prototype existe, c'est le 3<sup>e</sup> café, associatif et solidaire, mais il est minuscule ; comme exemple d'un lieu vivant et ouvert : Le Lucernaire, au sens où le lieu en question devra afficher un objectif attractif et fédérateur autour duquel vont se greffer et s'agglomérer d'autres activités, un restaurant, un bar, des rencontres, des expositions, des événements la bourse d'échanges, etc. un tel projet ne peut qu'être l'œuvre d'un collectif qui serait le maître d'œuvre pilote du projet de lieu avec la mairie du 3<sup>e</sup>. Le lieu idéal était/serait/est le Carreau du Temple, mais actuellement cet espace gagné de haute lutte par des habitants du quartier est inaccessible. *Tout le monde croyait que ce serait un lieu citoyen, sauf que finalement c'est totalement fermé.* Les aînés n'y vont pas. Qu'il soit consacré à de la culture jeune, ou des salons commerciaux, qu'il s'exprime en langage branché anglais, c'est un fait que certains regrettent, mais ce qui est dommage, c'est qu'il soit fermé au quartier et à ses habitants dont la plupart n'y ont jamais mis les pieds. Pour les uns, c'est fichu, il faut chercher autre chose. Pour d'autres, le bon lieu, n'est pas un lieu "comme" le Carreau du Temple, "c'est" le Carreau du Temple, qui doit muter comme le 104 a su le faire, après une période élitiste fermée...

Suite à la rencontre avec les deux directrices, sont apparues des pistes de réintégration des seniors dans le Carreau :

-> Participer aux événements du Carreau comme le « second square » dédié aux habitants

-> Participer au projet du 3<sup>e</sup> Café, d'animation éphémère et peut-être de réponse à l'appel d'offres de reprise du Jules, le bistro du Carreau.

■ Le CASVP peut ouvrir ses 60 clubs parisiens

■ Les résidences veulent ouvrir leurs espaces communs (restaurant, salon, jardin...)

## 5. Créer une bourse de tous les échanges, une monnaie locale ?

De nombreuses personnes ont besoin et envie de « donner » de « partager », des biens matériels mais aussi des savoirs faire, des compétences, des services. Être à la retraite ne signifie pas être non actif au contraire, les seniors font plein de choses qu'il faut valoriser et développer !

Une bourse d'échange, qu'est ce que c'est ? C'est un système souple d'échanges organisés de savoirs faire, de compétences, de services, entre habitants, notamment les 55 ans et plus et les jeunes, pour créer un lien transgénérationnel. Cette bourse d'échange serait aussi un lieu où exprimer ses besoins et offrir de partager ses propres ressources (biens, savoirs, services).

Quelle est notre vision ? C'est un projet à l'opposé d'une logique mercantile (le lien est plus important que le bien échangé). Derrière ce projet, il y a toute une conception de la vie fondée sur un altruisme + incarné, personnalisé que quand on fait des dons. Comment faire ?

- Commencer par se réunir en petit groupe et lancer concrètement les échanges. C'est en marchant que la bourse se développera.
- Adopter une charte avec des principes à respecter.
- S'appuyer sur des modèles déjà existants. On peut s'inspirer de deux pratiques existant depuis plus de vingt ans et répandues dans plusieurs pays dans le monde : les Réseaux d'Échanges Réciproques de Savoirs (RERS) [http://www.rers-asso.org/qui\\_intro.htm](http://www.rers-asso.org/qui_intro.htm) et pour ce qui est des biens et services, les systèmes d'échanges locaux (SEL) <http://www.intersel-idf.org/IMG/pdf/PlaqueletteSELIDF-avril2015-4pages.pdf>. Ces deux concepts procèdent d'une même philosophie mais leur différence majeure repose sur le fait que pour les RERS il n'y a pas de quantification du savoir échangé (il suffit d'être offreur et demandeur dans un cadre de réciprocité ouverte), tandis que, dans les SEL, l'échange est quantifié dans une monnaie "symbolique", le grain de sel. À Paris, ces deux types de réseaux existent déjà : les RERS de Paris Belleville-Montreuil et de Paris 9ème, les SEL de Paris 15ème et Paris 9ème.
- S'appuyer sur des pratiques existantes dans des immeubles où les voisins s'aident spontanément (garder les enfants, arroser les plantes, etc.).
- Organiser cette bourse entre quartiers : Enfants Rouges/Arts et métiers, etc.
- Recenser les compétences et les besoins. Les centraliser dans un lieu. Créer un tableau d'offres et de demandes qui serait affiché dans un ou des lieux clefs du quartier, et pourquoi pas le 3e café ? Il faudrait un lieu où on irait spontanément et ce serait l'occasion de découvrir la bourse, de regarder le tableau. Éviter l'exemple du Carreau du Temple : pas ouvert, pas accueillant, « pas mon monde », payant, privatisé.
- Avoir une équipe d'animation avec des bénévoles formés qui vont motiver les gens, leur expliquer et contribuer à réguler les échanges.

Ce serait un service proposé pour des collectifs, des individus et/ou les deux. (Ex : couture -> échange individuel, café philo -> échange collectif) On pourrait aussi proposer des savoirs théoriques mais partagés de manière ludique, ex-café philo.

■ Problèmes/questions : jusqu'où s'étendrait le troc ? Quelles limites d'actions ? Certains commerçants/artisans pourraient se sentir en danger de concurrence si le troc venait à se développer. Comment faire ? Peut-être rester sur des services de base, simples, pour ne pas créer de problèmes. Venir présenter le projet au départ aux commerçants.

Faut-il le préciser ? Tous les habitants ne sont pas forcés d'échanger, c'est une activité libre ! « *Ce qui est intéressant avec la bourse d'échange, c'est qu'on est à la fois « apprenneur » et apprenant en fonction des situations (contrairement au « parrainage » proposé ci-après où il y a une logique de « maître à élève »).* »

## 6. Développer le parrainage, le tutorat

Pourquoi ? Il y a un manque de lien social, les différentes générations ne se connaissent pas assez, les jeunes ont une image étriquée des 55 ans et plus, et inversement. Les jeunes devraient aussi apprendre les bonnes manières aux plus âgés parfois... !

Le parrainage, qu'est ce que cela serait ? Transmettre les valeurs civiques aux plus jeunes. En même temps c'est compliqué car on ne peut pas se substituer aux parents. D'un autre côté, ça peut être plus facile pour des personnes qui ne se connaissent pas/n'ont pas de liens familiaux. Pour les personnes qui ne peuvent pas se déplacer de chez elles, des jeunes volontaires pourraient les parrainer, viendraient par exemple les informer des activités/événements à venir.

Cette action pourrait passer par la bourse d'échange.

## 7. Créer un label Amis des Aînés (commerçants, musées, Carreau ..)

Pourquoi ? Toujours à cause du constat de manque de lien social dans le quartier, de lieux ou de moments où se rencontrer, notamment entre les jeunes et les 55 ans et plus.

■ Quoi ? Une charte avec un logo affiché sur la façade de divers lieux publics du quartier pour permettre aux habitants d'identifier un moment de rencontre transgénérationnel. La Charte dirait : Se respecter les uns les autres. Aménager son espace pour une accessibilité à tous. Ouvrir son espace régulièrement et pour tout le monde. Réserver des moments (après-midi soirée) pour des rencontres transgénérationnelles. Des rencontres sans numérique : on ne touche pas son Smartphone pendant un certain temps pour être vraiment dans la rencontre. Ce serait l'occasion de dialoguer, de partager des activités, des savoirs faire, de découvrir et de se découvrir, etc.

■ Où ? Comme c'est difficile de trouver des espaces vides dans le quartier, on pourrait utiliser les espaces déjà investis = s'appuyer sur l'existant. Outre les clubs du CASVP et les résidences, il y a des cafés (soirées thématiques, jeux de société, babyfoot), galeries d'art (lors d'un vernissage par ex.), squares, musées, le Carreau du Temple, cybercafés, les commerces/ateliers artisanaux, les vendeurs de mobilier, les brocanteurs, les commerces de bouches (lors d'une dégustation par ex). -> cf. bourse d'échanges.

On pourrait aussi trouver un lieu « libre » c'est-à-dire sans finalité précise avec des salles et du mobilier que les habitants pourraient utiliser à leur guise (ex-rue de la corderie). Il y a encore des espaces vides dans le quartier, il faut les utiliser !

■ On irait démarcher ces lieux publics avec une charte qu'ils s'engageraient à respecter et dans ce cas, ils pourraient afficher le logo. (Penser une contrepartie pour eux ?)

# Lot de propositions II

## *Une Mairie qui protège des fragilisations de l'âge*

### 1. Assurer un service public d'adaptation des logements des aînés

Concernant ces aménagements qui permettent de se maintenir dans son logement le plus longtemps possible (c'est le désir de la quasi-totalité des participants), la mairie est vue comme instance d'alerte, de conseil et de confiance, comme le garant nécessaire. La population des aînés constitue un marché juteux et captif, **voire une proie**, bonne à exploiter, voire à escroquer ou bernier. La puissance publique locale doit mettre de l'ordre dans tout cela en offrant information, protection, régulation. Existente des possibilités de se faire conseiller par les compagnies d'assurances : elles proposent des listes d'artisans ou des préconisations de mesures. Mais la plupart des participants attendent ce service davantage de la part de la mairie, en tant que **service public** qu'on doit aux habitants et qui inspire une confiance a priori, une confiance dont ne bénéficient pas les autres conseillers et préconisateurs. Nuance : *c'est un service public qui est attendu, pas un service social*. Là on est dans le « mille feuilles », le « fouillis » associatif, et ce n'est pas la réponse attendue. Une réponse qui cherche dans la mairie l'interlocuteur centralisé, de confiance, qu'ils ne trouvent pas. La réponse multi portes est antagonique à leur attente.

#### ■ Ascenseurs : faire des études, du conseil

Parmi les premières mesures techniques qui ont longuement été évoquées, il y a celles qui tournent autour de **l'ascenseur**. Si l'appartement n'est pas de plain-pied, l'ascenseur peut être une solution. Il faudrait donc **faire des études** pour voir si on ne pourrait pas installer beaucoup plus d'ascenseurs dans le type d'habitat spécifique du troisième. On a parlé des difficultés qui tiennent aux règles d'urbanisme, alors qu'on pourrait faire des ascenseurs qui ne soient pas rigoureusement conformes aux normes, des ascenseurs plus petits, mais dans lesquels, par exemple, il y aurait des strapontins pour les handicapés etc.. Il faudrait **des conseils sur les possibilités**, voire que soient élaborés des **systèmes de dérogations** aux règles ou bien des **règles propres à notre type d'habitat**. Et là est attendue **une implication de la mairie**.

Quelques rares habitants pensent que, certes l'ascenseur est utile pour les seniors, mais n'est-ce pas aussi une dégradation ? Pour eux, dans nos quartiers, il existe une qualité esthétique, un charme particulier, notamment des escaliers. Mettre des ascenseurs partout, ne serait-ce pas détruire ou du moins entamer la qualité du quartier ? D'où la forte opposition de l'un ou l'autre à ce type de solutions...

## ■ Homme fort

On pourrait aussi chercher d'autres idées, moins chères que l'ascenseur, des options moins technicisées : pourquoi pas « un type fort qui me monte chez moi deux fois pas jour », ou bien une chaise porteuse ?

## ■ Sécurisations

Elles sont nécessaires pour le bénéfice de tous. Il faut aménager les appartements pour sécuriser les aînés eux-mêmes, mais aussi les autres. Par exemple le gaz : il faut que les appareils à gaz soient sûrs et permettent l'erreur sans conséquences graves, etc.

## ■ Anticiper le plus possible et adapter son logement, **un label confiance de la Mairie**

Bien vieillir c'est envisager le réaménagement de son logement pour y circuler facilement (barres d'appuis etc.) et le réaménagement de la salle de bains et des sanitaires.

L'un des problèmes quand on entreprend des travaux, c'est de se faire bien conseiller pour être sûr que l'on aura les travaux dont on aura vraiment besoin et au juste prix. Vers quel référent se retourner, qui serait susceptible d'aider, donner de bons conseils, alerter de façon à prendre les décisions nécessaires à temps ? Par exemple, quelles entreprises sont sérieuses ? Comment ne pas se faire plumer ?

L'idée ? Un label confiance. Les meilleurs tarifs, les meilleures qualités, ou le meilleur rapport qualité prix... Un classement avec des étoiles. Peut-être une liste d'artisans labellisés par la mairie ?

Les assurances (CNAV par exemple, seraient intéressées de participer à un projet expérimental de quartier.

## ■ **Habiter autrement, échanger** pour rester dans son logement, son quartier

La Mairie à nouveau, devrait selon les participants, jouer un rôle, de centralisation de l'information, de communication des informations pour qu'elles parviennent aux destinataires intéressés, un rôle d'orchestration des échanges de logements et de services. La volonté que cela se passe sous sa houlette vise à sécuriser ces mouvements au bénéfice de sa population. Ce mouvement souhaité de circulation entre les logements est vu comme quelque chose de très délicat, à ne pas laisser entre les mains d'acteurs intéressés. Il y a une **bourse aux logements à organiser**, qui permettrait de voir l'état des offres et des demandes potentielles, pour organiser les échanges, voire pour faire des aménagements de certaines réglementations qui devraient permettre des choses qui ne sont pas possibles aujourd'hui mais qui seraient nécessaires pour les personnes qui seraient en difficulté soit physique soit financière dans le quartier. **Un bureau d'études est nécessaire et doit se situer au niveau de la mairie. Avec des documents administratifs beaucoup plus simples plus fiables et plus sécurisants** que ce qui peut exister aujourd'hui.

Des solutions ont été recherchées en prenant en compte un thème majeur pour la conférence, de rompre l'isolement physique et intellectuel qui progresse au fur et à mesure de la vie de chaque personne.

Trois situations différentes peuvent se présenter pour l'habitant âgé selon qu'il est propriétaire, locataire avec un bailleur institutionnel, locataire avec un bail privé, cas majoritaire dans le 3e semblerait-il. Ci après toutes les pistes...

a) **L'idée de transfert** représente une possibilité très intéressante. Il faudrait des systèmes d'aide au transfert **vers des logements de plain-pied ou avec ascenseurs**. Il faudrait établir des priorités en cas de difficulté physique ou financière pour être transféré dans les logements sociaux du quartier. Cette aide pourrait concerner aussi bien les locataires que les propriétaires. Car souligne-t-on, souvent côté propriétaires, il existe aussi des personnes en difficulté financière, par exemple pour adapter leur logement aux normes — à cause des charges en augmentation, parce qu'ils ont des moyens différents des autres copropriétaires. Eux aussi devraient faire l'objet de conseils, d'aides et d'arrangements spéciaux et bénéficier de priorités dans des appartements locatifs sociaux, en échange de contreparties (on a évoqué des dispositifs qui seraient proches des viagers). Ce mouvement aurait l'avantage de libérer des logements qui pourraient offrir des possibilités à d'autres locataires que l'on voudrait placer. Là aussi, ce sont autant de dispositifs et de dispositions à inventer côté Mairie.

b) On a évoqué les **possibilités d'échanges de logement**. Ils peuvent aussi faire partie de ces systèmes de transfert. Parfois des aînés occupent un grand logement alors qu'ils n'ont plus besoin d'une telle surface, et un échange avec des jeunes, ou bien avec des familles, pourrait bénéficier aux deux parties. Ce serait un échange entre un logement sans ascenseur contre un logement avec ascenseur, un logement plus grand mais peu adaptable contre un logement plus petit, mais facilement adaptable ou adapté. Un grand logement pourrait être échangé contre un logement moins cher, plus petit mais mieux équipé ou de plain-pied en libérant en même temps un logement souvent devenu bien trop grand et difficilement transformable pour être adapté au grand âge.

c) Autres pistes à explorer sérieusement : **vivre ensemble à plusieurs**. L'idée est de se regrouper pour faciliter la vie quotidienne en adoptant un mode de vie plus communautaire qui pourrait rendre la vie plus simple, et éviter l'isolement physique ou intellectuel. Il y a des possibilités qui pourraient être favorisées peut-être — de **colocation**, pour s'installer à plusieurs dans de grands appartements, — ou bien de **cohabitation** en regroupant des propriétaires — ou bien **d'échanges de logements comme évoqué ci-dessus**, mais lorsque cela concerne des copropriétaires privés cela reste aussi extrêmement difficile. Ou alors cela passe par des actes notariés etc. En revanche, il y a des possibilités plus aisées peut-être de colocation, **à partir de certaines listes ou d'un certain regard, avec un minimum d'arbitrage par la mairie**. Mais ces idées font resurgir la  **Crainte du ghetto entre gens du même âge** alors qu'on tient très majoritairement à **la mixité des âges**.

La **colocation avec des jeunes** par exemple, suppose que soit permis de sous-louer une partie de l'appartement devenu trop grand ou trop cher, à des jeunes, par exemple des étudiants, en proposant des prix que l'on peut faire très bas en échange de contreparties (entraide, échanges qui peuvent prendre la forme de courses contre repas cuisinés, de formation à l'informatique et à son évolution à l'heure où la programmation du moindre appareil (machine à laver, micro-onde, sans parler de télévision), est de plus en plus vécue comme une difficulté. Difficulté que l'on voit augmenter avec l'arrivée de la domotique et de la possibilité de tout faire avec son smartphone (cf. aussi les évolutions dans le domaine de l'énergie et de la santé). idem pour les propriétaires, qui peuvent aussi louer à des jeunes en échange de services.

### ■ Faire connaître les résidences et humaniser les EHPAD

Les résidences... il faudrait les humaniser, les moderniser, les restructurer, les ouvrir et surtout qu'elles soient moins chères et transgénérationnelles. La liste des maisons de retraite médicalisées et des EHPad, les participants ne la connaissent pas. Peut-être qu'il n'y en a pas du tout ou peut-être n'y a-t-il que quelques résidences pratiquant des prix exorbitants (résidence du Marais, rue Barbette, 7 000 euros par mois) ? Peut-être faudrait-il se faire à l'idée qu'il faudra partir s'installer éventuellement plus loin. Mais encore faudrait-il savoir qu'une liste est disponible... Quoi qu'il en soit, les EHPAD font horreur, devoir un jour s'y installer est une perspective effrayante de fin de vie. Corroborée par ceux qui l'ont vécue eux-mêmes ou la vivent avec leurs parents.

## 2. Étendre l'offre de service du réseau logement seniors

Il existe un système de services sécurisés par la Régie de quartier de Paris Centre. Seulement 10 logements en bénéficient... C'est dérisoire par rapport au nombre de seniors du 3e. Suite à la rencontre avec la régie, il a aussi été demandé un prix moins élevé des prestations. Il existe des seniors très aisés, mais beaucoup sont dans la gêne une fois retraités, même s'ils ne sont pas « éligibles » selon les critères de l'action sociale.

## 3. Garantir la santé par la proximité et qualité des services

Créer une Maison médicale ouverte 7j/7 avec des médecins de disciplines différentes. Mettre en place une navette mise en place pour s'y rendre (cf. propositions Transports).

La prévention a fait débat dans le groupe. Certains pensent qu'il faut privilégier une prévention à grande échelle et ont fait remarquer qu'à partir d'un certain âge, on ne propose plus d'actes de prévention aux gens. Au contraire, d'autres pensent qu'il y a trop de prévention et qu'il ne faut pas faire peur aux gens et rester raisonnable.

Pour la thérapeutique, les participants ont conscience que c'est un débat qui touche une échelle bien plus vaste que celle de leur quartier. Il est difficile d'avoir dans le 3e des médecins qui se déplacent et qui sont conventionnés. Les participants plébiscitent la mise en place de maisons pluridisciplinaires de santé pour aider les jeunes médecins à s'installer. Ces maisons permettraient également d'accueillir d'autres types de personnels de santé (Ex : dentistes, infirmières).

Il est possible d'imaginer des kiosques santé, où les personnes pourraient se rendre pour avoir des conseils sans passer par le médecin. »

#### 4. Intervenir sur la qualité de l'alimentation des personnes dépendantes et isolées

On sait que les personnes âgées ne se nourrissent pas bien. Si l'on arrive quand même à rester dans son logement, comment se faire aider ?

Dans le troisième, il faut commencer par le problème de livraison pour les personnes coincées chez elles.

Déjà, il faut **connaître la complexité du système de distribution** de repas et aides diverses à domicile (hyperconcurrentiel, mêlant le privé, le public, l'associatif). En outre, quand on est très âgé, **n'importe quel repas ne convient pas**. Bien sûr, un repas varié, c'est parfait, mais quand on n'a plus de dents et quand on aime surtout les sucreries, peut-être faudrait-il envisager des types de menus tout à fait adaptés. Et ce n'est pas tout de se faire livrer. Livrer les repas n'est pas le plus important. *Peut-être faut-il à côté une personne qui vous aide à manger.*

**Pour la diététique**, il est apparu que les repas livrés à domicile ne sont pas toujours de très bonne qualité ce qui n'incite pas les personnes à manger suffisamment. La conférence recommande donc qu'ils soient améliorés grâce à des produits plus sains et bio. Il serait possible d'organiser le portage de petits paniers de fruits. Ou de petits paniers de légumes.

**Le cas des personnes qui peuvent encore préparer à manger a également été évoqué.** Celles-ci pourraient se mettre d'accord avec leurs voisins pour se faire livrer des courses. Les prix des livraisons étant parfois très élevés, une mutualisation des courses pourrait permettre à tous de s'y retrouver.

#### 5. Aider les seniors à pratiquer des sports adaptés

Créer un guide d'informations sur les activités sportives qui pourraient être pratiquées par les seniors. Préciser le niveau de difficulté de l'activité (niveau d'intensité), si elle est accessible à tous, donner des informations sur les bénéfices/risques pour les seniors. Donner une indication sur les prix et si une partie peut être prise en charge par des aides car certaines activités sont chères pour les seniors.

Des bénévoles d'associations pourraient conseiller les seniors sur les sports qu'ils peuvent faire ou ne pas faire en fonction de leur condition physique. Un médecin compétent pourrait, lui aussi, orienter vers les activités qui correspondent le plus, pourquoi pas un médecin gériatre.

Dans les piscines, il est proposé de créer des lignes d'eau où chacun nage en fonction de son niveau pour ne pas se déranger. « Inter-générationnel oui, mais selon les capacités ».

Il a été proposé une journée « sports pour les seniors » afin qu'ils puissent se renseigner sur les sports qui sont les plus adaptés pour eux et leur proposer de faire une séance d'essai pour voir si cela leur correspond.

Créer des parcours de santé, qui favorisent l'activité.

Plutôt que des centres dédiés aux seniors, il vaut mieux des centres qui s'adressent à tout le monde, avec des cours en dehors des horaires de travail : la mixité est très importante, il faut prendre en compte ceux qui ont entre 55 et 65 ans, ne sont pas encore à la retraite, et ont aussi besoin de cours adaptés à leur condition physique

## 6. Veiller à l'ouverture et adaptation des lieux culturels

Les participants se sont posé la question de l'accessibilité à la culture.

Certains souhaiteraient que les musées proposent des coupe-file, ou des horaires aménagés pour permettre aux personnes âgées de ne pas attendre.

Connaître les services existants pour faciliter la visite, y avoir accès aisément. Il faudrait des horaires réservés durant les plages horaires où les autres âges s'occupent ailleurs (pas de consensus sur les plages horaires réservées).

Que tous les musées proposent sur internet des billets par tranche horaire par exemple...

Ils voudraient aussi que des chaises pliantes soient mises à leur disposition.

Deux solutions à la problématique de l'accessibilité aux lieux de culture du fait de la difficulté de certaines personnes à se déplacer :

- Créer des assistants culturels comme les aides ménagères qui pourraient emmener les personnes au musée ou leur faire la lecture par exemple.
- Associer les étudiants au projet. Ils pourraient emmener des personnes âgées à des spectacles par exemple et en échange ils ne paieraient pas leurs places.

De façon générale, il est souhaité qu'il y ait **plus d'activités dans le square du Temple**. Le square du temple a échappé aux habitants... Certains souhaiteraient que le square du Temple soit ouvert plus longtemps. Par ailleurs, il a été déploré que le **kiosque** soit aussi peu utilisé, et il a été évoqué la possibilité de faire des concerts, ou des cours de yoga qui ne nécessitent pas de déplacement. Par ailleurs, beaucoup aimeraient suivre des cours de Tai-chi comme le font les chinois, et pourquoi pas également des cours de ping-pong et des cours d'échecs sur les tables à disposition.

La gestion des salles municipales pourrait être optimisée pour l'accueil d'activités et d'associations. Il ne s'agit pas de les ouvrir pendant des périodes de fermeture (ce qui engendrerait des coûts importants) mais au contraire d'optimiser leur occupation pendant les heures d'ouverture au public. Un poste de coordinateur pour l'ensemble de l'arrondissement pourrait être créé dans ce sens.

Enfin, dans le but de créer un lien intergénérationnel avec les plus jeunes, les participants ont proposé la création de groupes de personnes qui interviendraient dans les écoles pour raconter leur histoire ou l'Histoire telle qu'ils l'ont vécue.

## 7. Poursuivre l'adaptation des moyens de transport dans Paris Centre

### a. Faire cohabiter les autres usagers de la rue avec les personnes âgées

Il serait envisageable d'imaginer des parcours pour les cyclistes pour éviter complètement les zones à risque et les rues à contresens, notamment les rues très étroites où **la cohabitation entre piétons, voitures, vélos, scooters est dangereuse**.

Ces rues étroites pourraient être signalées par des panneaux indiquant aux voitures, piétons et cyclistes que la cohabitation est particulièrement dangereuse à ces endroits où la vitesse doit être limitée et cette cohabitation respectée.

Faute de pouvoir revenir en arrière et interdire à nouveau la circulation à contresens dans certaines petites rues, on pourrait imaginer que toutes les rues accessibles à contresens par les cyclistes soient limitées à 30 km/h voire à 20 km/h.

Aux endroits où les vélos sont malheureusement désormais autorisés à **tourner à droite alors même que le feu est encore rouge** (même si cette autorisation s'applique à tous les feux), il faudrait installer des feux pour les vélos. C'est une initiative qui existe et qu'il faudrait généraliser.

Parfois **les pistes cyclables sont mal indiquées** et les cyclistes circulent sur la même piste cyclable dans les deux sens, alors qu'une autre piste existe sur le trottoir d'en face et dans le sens opposé...

### b. Fournir plus de places de parking et moins chères

Le monopole de Vinci a été montré du doigt, qui a été favorisé par les communes. Il a d'abord été question de mettre des parkings (ou des péages) à l'entrée de Paris puis de l'arrondissement pour désengorger la circulation, sans que ces idées soient davantage creusées.

Des parkings très chers existent dans le 3<sup>e</sup> arrondissement et seraient relativement vides. L'idée serait d'en limiter le coût à 2 ou 3 € pour deux ou trois jours (comme en Allemagne et aux Pays-Bas) et de permettre aux propriétaires résidents dans l'arrondissement d'y laisser leur voiture au-delà de sept jours (sept jours supplémentaires), à moins qu'on puisse les avertir directement chez eux ou par sms/mail que le délai est bientôt écoulé, pour les gens qui le souhaitent. Il a aussi été question de réserver certaines places pour les résidents du 3<sup>e</sup> à moindre coût.

### c. Adapter le Métro

Donc adapter les stations de métros du quartier avec des escalators.

Déjà faire une étude de rampes sur les côtés et au centre de tous les grands escaliers serait un progrès. Cela répondrait au problème de la perte d'équilibre qui vient avec l'âge et/ou la maladie.

Faut-il aller en tête de la rame ou en queue ? Avant on pouvait lire cette information sur les plans. Maintenant elle est accessible grâce à une application payante pour téléphone portable. Mais il faut avoir un smartphone, savoir s'en servir, payer l'application, etc.

**Les ascenseurs** sont pensés et fléchés pour les personnes handicapées, en oubliant que les personnes âgées, mais aussi les voyageurs avec bagages en ont besoin.

Par ailleurs, tout le monde est d'accord pour dire qu'il faut plus d'escalators, en particulier à la **station République**, faute de pouvoir mettre davantage d'ascenseurs qui coûtent extrêmement cher et sont compliqués à installer.

Nombreux ont déclaré que **la signalétique dans le métro** n'était pas assez lisible (surtout à Châtelet). Il a été suggéré de grossir les panneaux de signalisation (1 mètre de haut) et de les positionner plus haut (pour certains panneaux) de manière à ce qu'on puisse les voir même en période de pointe.

Plusieurs personnes considèrent que **la plage horaire qui permet de prendre plusieurs transports** en commun avec un seul ticket n'est pas assez grande et qu'il faudrait l'allonger. Par ailleurs, ces tickets n'offrent pas la possibilité de mélanger le bus et le métro. Tous les avantages sont au bénéfice du passe Navigo, qui coûte cher.

#### d. Adapter les bus

Des **améliorations ont été faites** (handicapés, poussettes, marches adaptées) **et les seniors en sont satisfaits**. Cependant, il serait bien que les conducteurs des bus à l'arrêt ouvrent leurs portes quand il fait froid à l'extérieur et que leurs démarrages soient moins violents. Pourquoi pas **une charte de conduite pour les chauffeurs ?**

**Le vent et la pluie s'engouffrent dans les nouveaux abribus**. Il est donc désiré que les Abribus soient à nouveau totalement fermés, comme les anciens. Par contre, la nouvelle signalétique a été félicitée. Le design des **bancs des nouveaux abribus a réduit le nombre de places**. Par ailleurs, **certaines mâts se situent 2 ou 3 mètres avant les Abribus** alors qu'ils pourraient être placés directement au niveau des Abribus pour ne pas encombrer l'espace sur le trottoir.

#### e. Réduire le coût des transports pour les personnes âgées

Le problème est que **tout augmente à partir de la retraite**, le passe Navigo, la mutuelle, etc., parce que la moitié était auparavant payée par les employeurs et la retraite est toujours moins importante que le salaire préalablement touché.

Or, il faut favoriser la mobilité des personnes âgées.

Les solutions qui ont été agitées :

Un passe Navigo regroupant bus, métro, velib', spécifique aux 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> âges à moins de 70 €, par exemple à -50 % du tarif normal ; ou qui pourrait même être gratuit à partir de 65 ans (en remplacement du colis de Noël qui est jugé ringard et inadapté selon

certain, et/ou moyennant le paiement d'une partie par l'intéressé). Il y a des pays qui assurent des services gratuits aux aînés (transports, culture, sports par exemple). La gratuité est-elle une bonne mesure ? Il faudrait faire des calculs... savoir combien cela coûterait. Inciterait-elle à bouger ? Conduirait-elle à une certaine désinvolture, à l'heure où l'on manque de moyens financiers, et alors que plusieurs couches de la population ont des difficultés financières ? Tout le monde ne prend pas forcément les transports en commun pour aller au cinéma, au musée ou au théâtre, et les déplacements coûteraient très cher pour rien. Le transport est vital, mais pas la culture. Les deux ne doivent pas être liés.

La carte Améthyste a été évoquée comme un système qui fonctionnait bien mais qui n'existerait plus et aurait été remplacée par le passe Navigo.

L'expérience de tarifs réduits pour les personnes âgées moyennant en contrepartie des horaires limités (après 9 heures) n'est pas probante, les personnes âgées n'aiment pas être séparées des jeunes.

Une autre idée serait de proposer la gratuité des transports et des musées moyennant un engagement de la personne âgée en contrepartie. Il peut s'agir d'une gratuité d'accès si la personne amène des enfants par exemple ou un groupe de touristes... Il s'agit d'étudier la possibilité de faire du donnant/donnant.

Le STIF ne surveille par ailleurs pas assez les fraudeurs.

#### f. **Créer des navettes**

Navettes circulant au sein de l'arrondissement, qui permettraient d'aller dans les petites rues là où les bus ne peuvent pas passer, notamment dans le marais du côté des Blancs-Manteaux. Pourquoi certains quartiers de banlieue ont des tas de navettes gratuites et que nous n'en avons pas ? Donc multiplier ces navettes.

Ces navettes pourraient être des minibus, électriques si possible et réservées (mais pas obligatoirement) aux personnes âgées comme c'est le cas à Nice. Pourquoi pas gratuites ?

Ces navettes pourraient s'inspirer de celles qui circulent à Montmartre et circuler également sur les circuits des bus de manière à intensifier la fréquence des bus dont le temps d'attente s'élève au-delà de 10 minutes. **Le « Maraibus »**, une ligne de bus RATP mais opérant avec un véhicule de modèle plus réduit (cf. Montmartrebus) et desservant les parties du 3<sup>e</sup> et du 4<sup>e</sup> arrondissements mal desservies par les bus déjà existants ou par le métro.

Utiliser un système de signalisation par les personnes de leur attente sur le parcours de la navette.

Mettre en place des bus et des navettes de ramassage qui mènent vers des points clefs dans le quartier : marché, métro, hôpital, etc.

Problème : la mise en place de ces navettes risque d'intensifier la circulation déjà dense.

## 8. Garantir le droit de se déplacer à pied dans la sérénité

La lutte contre les incivilités figure au chapitre suivant, qui réunit les actions de combat. Ici nous sommes dans une perspective de Mairie protectrice des aînés.

### a. Adapter les rues, développer les « zones de rencontre »

Il n'est pas possible d'adapter toutes les rues mais quand cela est possible, il convient d'engager des travaux et de s'assurer que les réglementations sont bien respectées.

### b. Diminuer encore la circulation routière et continuer à créer des espaces verts, à végétaliser.

La conférence citoyenne unanime aimerait bien que le 3<sup>e</sup> soit plus vert, qu'il y ait plus d'espaces verts. Qu'il y ait plus d'arbres. Plus de verdure sur nos maisons. Que la Mairie essaye de piquer encore des petits recoins et qu'elle fasse encore un petit peu plus de squares. Certains ont parlé de créer des cartes des espaces verts du 3<sup>e</sup> quand d'autres préféreraient que l'information ne se diffuse pas trop à grande échelle...

### c. Ne plus laisser entrer les gros camions dans le quartier

Les camions de livraisons sont trop gros pour la plupart des rues du 3<sup>e</sup> et pourraient être remplacés par des camions de petite taille. Les camions de livraison empêchent les bus de passer, exemples des bus 75 et 20.

Il a été un moment question de faire livrer les commerces la nuit ou très tôt le matin, mais beaucoup ont rétorqué que les commerçants auraient des horaires à rallonge et que ces camions font du bruit. Peut-être faudrait-il regarder du côté des autres arrondissements sur ce sujet.

### d. Feux de signalisation

Il faudrait chronométrer et vérifier que le temps laissé est raisonnable et suffisant. Sur les grosses artères, allonger le temps des feux rouges. Par ailleurs, il a été envisagé de mettre un compte à rebours au niveau des feux (comme en Angleterre) pour que les piétons sachent combien de temps il leur reste pour traverser.

Autre idée empruntée à la ville de Londres : éclairer les passages dangereux pour réduire le risque de se faire renverser.

### e. Bancs

Les bancs ont quitté Paris, on sait très bien pourquoi : à cause des SDF. La conférence voudrait qu'il y ait une politique ou des lits pour les SDF et des bancs pour les seniors, car le banc est un espace de rencontre, un espace de conversation. **Il faudrait installer plus de bancs et remettre ceux qui ont été retirés**, notamment au carrefour de la rue de Bretagne et de la rue du Temple, au carrefour de la rue de Quatre fils et de la rue de la Perle, ainsi qu'au carrefour de la rue des Francs-Bourgeois et de la rue Vieille du

Temple. Refaire les parcours piétons avec des bancs qui les jalonnent... Dans l'idéal, ces bancs doivent comporter un dossier, être confortables, situés à une bonne hauteur et composés d'une matière qui ne soit pas trop froide en hiver. Beaucoup ont exprimé le désir de voir des accoudoirs aux bancs (les accoudoirs permettant aux personnes âgées de s'y appuyer pour se lever). La matière préférée reste le bois et le nettoyage devrait être plus régulier, voire tous les jours dans les endroits fréquentés par les oiseaux. Globalement, les participants étaient d'accord pour dire qu'il fallait des bancs qui empêchent les groupes de jeunes et les SDF de s'installer.

Sachant que les élus veulent des assises et non des bancs, il a été question de 2 ou 3 fauteuils individualisés avec accoudoirs, et même d'un banc dont le dossier serait pointu afin que les jeunes renoncent à y poser leurs fesses. Une personne a envisagé que les bancs n'aient pas de dossier du tout (pour que les gens ne s'allongent pas dessus), de manière à ce que les bancs sur les trajets soient seulement utilisés pour faire des pauses et non pour y rester, mais son idée a fortement été critiquée.

Quelques personnes ont dessiné leur banc idéal : deux personnes ont représenté un banc classique séparé en deux ou trois places par des accoudoirs, avec une poubelle à proximité pour l'un. Une autre personne a imaginé deux fauteuils individuels avec accoudoirs placés en oblique et dirigés l'un vers l'autre de manière à faciliter la discussion.

Autre idée, mais qui passe mal : des déambulateurs pratiques, pour sortir en sécurité...

#### f. Toilettes publiques, hygiène

Il faudrait doubler le nombre de toilettes publiques (ou de sanisettes) et les placer à seulement 5 minutes l'une de l'autre. Les toilettes publiques existantes sont bien mais souffrent parfois d'une absence de maintenance qu'il faudrait améliorer. Il a été proposé plus tard de signaler les emplacements des toilettes publiques sur les plans à l'arrière des Abribus et dans le métro.

Mettre des bancs à côté des toilettes.

Il a été envisagé de mettre des lumières sur le dessus avec un mât (sur le modèle des nouveaux Abribus) pour indiquer si les toilettes sont occupées ou non. Par ailleurs, il serait bien que ces emplacements soient signalés sur les plans des Abribus et du métro.

Une solution serait de proposer tous ces aménagements au titre du budget participatif avant le 19 février, par exemple un <b>projet bancs</b> . Et participer au <b>Plan Piétons</b> .
--

# Lot de propositions III

## *Une Mairie qui combat l'exclusion âgiste*

### 1. Repérer les personnes isolées, organiser la solidarité du 3e

On l'a dit dans le diagnostic, il faudrait chercher des solutions pour essayer sinon de vaincre la solitude, du moins de la soulager. L'isolement a trois dimensions : physique, mais aussi relationnel et culturel. Les premiers à pouvoir lutter contre l'isolement qui progresse sont les aînés eux-mêmes. Beaucoup sont en bonne santé intellectuelle et/ou physique, ils se trouvent libérés de leurs obligations professionnelles, ils ont du temps.

Attention, le mot bénévolat ou association n'ont pas forcément été prononcés, peut-être parce que, pour certains des participants, quand on sort d'une société organisée, ce n'est pas pour retomber dans une autre... Ils se voient **donner des coups de main**, faire des courses, sortir marcher ensemble, aller au théâtre ou au cinéma, parler d'un bouquin, voir une expo, acheter des chaussettes, aller chez le médecin, trouver un réparateur, partager des choses qu'ils ont cuisinées et en offrir des parts à des voisins ou personnes pas trop éloignées.

Ils seraient les premiers à **apporter une aide relationnelle**, qui peut aller de venir papoter, échanger sur tout et sur rien, venir parler pour avoir des échanges plus pointus. Bref, les participants se voient permettre à ceux qu'ils seront eux-mêmes plus tard, de continuer à partager des intérêts politiques, culturels, intellectuels et à les aiguïser... Cette proposition vient comme un contrepoint à des *animations* par des animateurs professionnels ou bénévoles que les uns ou les autres ont vu faire dans divers établissements pour personnes âgées, et qui semblent aux antipodes de ce qu'ils attendraient pour eux-mêmes (ces animations sont décrites comme de l'appauvrissement intellectuel, voire de la débilité que l'on veut fuir comme la peste). Bref, ils ne veulent pas qu'on les *anime*.

### **La Mairie, que peut-elle faire dans la lutte pour vaincre la solitude ?**

■ Une enquête de type recensement systématique des gens isolés, qui ont besoin de solidarité, portage de plat, offres de services bénévoles. La mairie a des éléments sur sa population, elle peut fournir la liste des gens qui sont potentiellement en difficulté à cause de leur âge. La mairie pourrait avoir un rôle d'émulation, favoriser cette entraide.

■ **Le rôle des voisins** a paru vraiment essentiel.

Encore faut-il que les voisins soient eux-mêmes sensibilisés au fait de regarder les personnes les plus âgées dans l'immeuble, et non pas de simplement les croiser à toute allure parce qu'on est pressé et qu'on part au boulot.

Cela nécessite un **minimum de formation** : faites attention, si ça fait quelques jours que vous ne les voyez plus... quand vous les voyez descendre, pensez à leur ouvrir la porte de l'ascenseur... si vous les voyez boiter, respirer difficilement, parler lentement, méfiez-vous, il y a peut-être quelque chose... Bref, *il s'agit d'avoir un œil un peu plus aiguisé* sur les personnes les plus âgées de l'immeuble. Avoir l'œil, c'est bien, mais l'œil doit se transformer en voix. *Il faut voir et il faut dire, mais dire à qui ?* Il faut aussi former les gens âgés à demander de l'aide. Bref, une sensibilisation des deux parties est nécessaire... Pourquoi pas une journée vivre ensemble comme les spots publicitaires d'intérêt général ?

La Mairie peut encourager tous ceux, voisins ou non, qui sont prêts à venir en aide aux personnes isolées du 3e en leur proposant une petite formation pour mieux percevoir les populations d'ânés qui seraient plus en difficulté. Cela pourrait être une formation « d'auxiliaires culturel-le-s » destiné-e-s à des personnes âgées qui n'ont pas besoin (ou en complément) d'aides ménagères, mais voudraient avoir un ou un-e accompagnateur/trice pour des sorties ou pour simplement parler avec elles d'un livre, d'un film, d'une pièce...

La mairie doit offrir un état des lieux.

Une liste des établissements.

Une liste des équipes de maintien à domicile.

Une liste des ergothérapeutes.

Une liste des personnes en capacité de faire un bilan.

Une liste des personnes en capacité d'aider à aménager les logements.

Une liste des personnes en capacité de faciliter la vie des aidants, c'est-à-dire les soutenir, par exemple les remplacer une semaine.

Les associations doivent être aidées. Même si elles sont catholiques...

## ■ Aider les aidants

Il faut aussi **prendre conscience des aidants**. Lorsque les personnes sont extrêmement dépendantes, les aidants obligatoires, c'est-à-dire ceux qui sont juste à côté d'eux, ne serait-ce que le conjoint, si le conjoint est âgé et coronarien par exemple, il risque de s'épuiser à la tâche pour aider l'autre en difficulté. S'il est lui-même âgé, c'est finalement lui qui va mourir le premier... Donc il n'y a pas que la personne elle-même à envisager il y a aussi les aidants. Pendant les vacances, par exemple, proposer des structures susceptibles de prendre un petit peu les personnes dépendantes en charge pour aider les aidants... Il existe un intéressant « café des aidants » dans le 3e, mais il n'a pas été mis en débat.

## 2. Mener une campagne contre les racismes anti-vieux/anti-jeunes, une campagne éducative anti discriminations âgistes,

qui travaillerait l'image, les représentations, et qui combattrait intelligemment à la fois sur le "délit de vieille gueule" chez les jeunes, et sur le rejet du "jeune con" chez les aînés... qui doivent apprendre le respect des jeunes pour en retour être respectés par ces derniers. Avec la conscience qu'il faut lutter contre les tendances de l'âge à ne plus supporter le bruit, la fête quand c'est celle des autres, la jeunesse, la vitalité etc. Il faut aussi trouver le moyen de s'éduquer à une tolérance qui tend facilement à rétrécir avec l'âge.

## 3. Mener une action forte contre les incivilités dans l'espace public

Il existe déjà des législations mais elles ne sont pas respectées. Les Mairies d'arrondissement doivent retrouver leur fonction de police.

### a. Exigence de respect des lois par les piétons, vélos, velib, motos, autos

Faire respecter le code de la route, de façon à rééduquer tout autant les personnes à pied (qui traversent sans regarder et n'importe où) que celles qui circulent à vélo.

Faire respecter la réglementation par les vélos, scooters, voitures pour se garer et pour circuler ; faire en sorte que les pistes cyclables soient sécurisées ; modifier la manière de se garer, de se déplacer dans les aires de stationnement. L'éducation civique est à reprendre pour les cyclistes particulièrement dans le cas de cette nouvelle autorisation passer aux feux rouges : les vélos peuvent tourner à droite mais doivent, comme les voitures, respecter le code de la route et rester courtois. Idem quand ils roulent à contresens...

Il serait peut-être intéressant de concevoir des endroits réservés et des pistes cyclables bien signalées autour de la place de la république notamment.

Les vélos qui circulent à contresens quand c'est interdit représentent un véritable danger. À ce sujet, il a été proposé d'installer des plaques minéralogiques sur les vélos avec un système de permis à points et d'intensifier les contrôles de police, de donner des amendes à un prix suffisamment dissuasif de manière à faire davantage respecter le Code de la route et à décourager définitivement ceux qui font du vélo sur les trottoirs.

Il a également été question d'intensifier la signalisation de façon à avertir les piétons comme les cyclistes quand la circulation à contresens est autorisée. Cela rejoint le nouveau concept de zone de partage... où le piéton est prioritaire sur tous.

### b. Terrasses

Autrefois les mairies étaient plus sévères et mesuraient les terrasses (les élus verts surtout) afin de s'assurer qu'elles ne dépassaient pas les limites autorisées et que les passants pouvaient circuler facilement. Beaucoup aimeraient que ces mesures reprennent et que la police soit davantage présente dans les rues.

Il est également souhaité que les autorisations des terrasses soient affichées sur la vitrine des cafés. Il a par ailleurs été soulevé le problème de la continuité des terrasses de café, les

cas où les clients se mettent debout devant la terrasse et bloquent la circulation sur le trottoir (c'est la police qui devrait intervenir pour ça).

Rappeler de la loi en matière de nuisances sonores. Fixer des horaires pour les bars en fonction des jours pour limiter les nuisances sonores (plus souple le week-end).

Vigilance accrue des services techniques de la ville de Paris pour diverses autorisations administratives (terrasses des bars, horaires, etc.)

### c. Poubelles

La sortie des poubelles ne dépend plus des concierges mais de sociétés privées. Souvent les poubelles sont sorties sur les trottoirs, parfois un jour en avance, et bloquent la circulation.

Il faut un contrôle plus intensif où l'on n'hésiterait pas à mettre des contraventions afin que les poubelles soient sorties et rentrées aux plages horaires prévues à cet effet (que par ailleurs personne ne connaît) et qu'elles soient placées sur la chaussée entre les voitures et non sur le trottoir, conformément au règlement et contrairement à la croyance commune (peu de personnes le savaient).

Une personne a proposé de regrouper le matériel urbain à des endroits précis afin qu'il y ait moins de poubelles : par exemple, il s'agirait de regrouper les poubelles des immeubles avec les Abribus et les réverbères.

## 4. Contre la transformation accélérée du quartier qui exclut

Devant la transformation accélérée du 3<sup>e</sup> arrondissement, qui chasse les personnes âgées de leur quartier, quelques solutions ont été travaillées dans un atelier de la conférence.

### a. Commerces

Réinstaller des commerces de proximité, limiter certaines enseignes (enseignes de luxe, brasseries au tarif élevé, galeries d'art...) pour garder une vie de village et avoir des commerces plus accessibles financièrement

Maintenir les services et commerces de proximité existants (Bureaux de poste, PME...)

Disposer dans un environnement proche d'un marché alimentaire pas cher (le marché des Enfants Rouges étant plutôt devenu un grand traiteur)... Installer « un vrai marché bon marché » : bi/tri hebdomadaire, faire venir des producteurs.

Adapter le système des AMAP : avec des paniers adaptés pour 1 ou 2 personnes (les paniers sont trop gros). Ou instaurer une mutualisation des paniers = par exemple : une liste avec le nombre de paniers et le type de légumes en bas de chaque immeuble où les habitants s'inscrivent pour partager les gros paniers.

## b. Logement

- Préempter les immeubles insalubres pour faire des logements sociaux avec mixité sociale
- Continuer à lutter contre les marchands de sommeil
- Encadrer les loyers (faire appliquer la nouvelle réglementation)
- Interdire et/ou encadrer la location saisonnière (type Airbnb)
- Rechercher les propriétaires des logements vacants et proposer un service de gestion (municipal ou associatif) qui gère le logement et se porte garant pour faciliter la location.

## 5. Sécuriser le 3e

Cela existe mais c'est mal connu, il faut accompagner les personnes qui ont besoin de retirer de l'argent dans les banques. La plupart préfèrent entrer à l'intérieur des établissements quand c'est possible.

Sinon, beaucoup aimeraient soit qu'il y ait davantage de vigiles, soit qu'il y ait un service d'accompagnement (qui existe déjà dans le 3e mais n'est pas connu, et serait couplé avec l'accompagnement aux courses). Encore une fois l'information sur ces dispositifs n'est pas assez relayée.

Le commissariat du 3e se veut commissariat expérimental, souhaite organiser des conférences sécurité avec les seniors, et toute action de prévention qui serait proposée.

## 6. Agir pour le droit de mourir dans la dignité

Bien vivre sa vieillesse, c'est aussi bien mourir... Même si ce droit ne relève pas de la mairie, il est clair que le sujet est une préoccupation de plusieurs participants, un domaine à prendre mieux en compte pour aider les personnes en fin de vie.

Pour sécuriser la démarche de choix de fin de vie, il y a nécessité de médecins assermentés. On évoque le modèle suisse, ou belge, où l'avis de plusieurs médecins est requis pour exercer son droit de se suicider, dont un psychiatre. Il y a aussi un examen clinique à faire. C'est l'individu qui choisit. C'est une décision individuelle qui doit être appliquée par un collectif. Il faut absolument faire connaître ses dernières volontés au conjoint, aux enfants, aux amis. Il faut faire comme un testament, un document où l'on indique ce que l'on préfère. Un participant évoque les immenses dangers de traumatisme, pour ceux qui vivent une situation de suicide d'un proche... traumatisme pour la famille, les amis. Il y a aussi le problème de l'évolution des dernières volontés. On peut se dire à un certain âge qu'on préfère mourir plutôt que de se retrouver dans telle situation. Mais petit à petit en vieillissant, on n'a parfois plus forcément le même désir...

# Annexe I

## *Animation de la conférence*

Pierre-Marie Chapon, de VAA Conseil, géographe spécialiste du vieillissement et auteur du Guide Français des Villes amies des aînés, la documentation française, juin 2014

Christiane Gilon et Patrice Ville, sociologues socialistes seniors, spécialistes de la recherche-action et des dispositifs participatifs, [www. socianalyse.net](http://www.socianalyse.net)

Pierre Deltrieux, chargé de mission au cabinet du Maire du 3<sup>e</sup> arrondissement, chargé du Logement, Urbanisme, seniors, handicap, santé ; Environnement, développement durable, espaces verts ; Tourisme.

4 jeunes intervenantes : 3 philosophes titulaires du Master 2 ETHIRES (éthique appliquée et responsabilité environnementale et sociale) de Paris 1 Panthéon-Sorbonne. Toutes trois membres de l'association Philosophie Action, lancée par Sébastien Descours. « La Pause Philo », agitateur de neurones, est l'une de leurs actions. Leurs noms : Juliette Didier-Champagne, Marianne Mercier, Flore Ville-Gilon ; et Mélanie Burban, étudiante en Master 2 professionnel Éducation Formation Intervention Sociale, parcours Éducation tout au long de la vie, Paris 8.

---

# Annexe 2

*Chronique des rencontres avec les acteurs locaux et les acteurs de la Ville.*