



DIJON

ville amie
des aînés

Une démarche au service de la ville où il
fait bon vieillir jusqu'au plus grand âge



03 80 74 71 71
www.dijon.fr

I. Les membres de l'observatoire.

- Collège des habitants - 4 nouveaux membres
- Collège des représentants des experts professionnels
1 nouveau membre.
- Collège des institutionnels
1 nouveau membre.



MANDAT DE L'OBSERVATOIRE DE L'ÂGE

ÉLUES RÉFÉRENTES

Dominique MARTIN-GENDRE

Adjointe déléguée à l'équipement et aux travaux urbains, à la circulation et à la politique de l'âge
03 80 74 52 46 - adupuis@ville-dijon.fr

Françoise TENENBAUM

Adjointe déléguée à la solidarité, à la santé et aux personnes âgées
Vice-présidente du CCAS de Dijon
03 80 74 52 53 - nraolet@ville-dijon.fr

SOMMAIRE

HISTORIQUE DE LA DÉMARCHE DIVAA	P.4
ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE AUX BUREAUX DE VOTE	P.6
AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR D'UN QUARTIER PAR LA POSE DE BANCS : UNE DÉMARCHE PARTICIPATIVE	P.8
L'OBSERVATOIRE DE L'ÂGE	P.10
LA MOBILITÉ À 2 OU 3 ROUES À TOUT ÂGE !	P.14
GROUPES D'ÉCHANGES : DE L'AIDE AUX AIDANTS EN ACCUEIL DE JOUR	P.16
UN CAFÉ DES AIDANTS DE PERSONNES MALADES D'ALZHEIMER	P.20
MIJOTONS LE LIEN SOCIAL : LES RESTOS SENIORS	P.23
À DIJON, UN CALENDRIER DES MANIFESTATIONS	P.26
À DIJON, UNE JOURNÉE DE L'AUDITION	P.28
À DIJON, "L'INSTANT CAFÉ"	P.30
UN PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL AUTOUR DE L'OPÉRA LITTLE NEMO	P.32
LA MAISON DES SENIORS (MDS), UN ESPACE DÉDIÉ AU COEUR DE LA VILLE	P.34
LES MAMIES GUITARES OU LE TONNERRE ÉLECTRIQUE	P.38

HISTORIQUE DE LA DÉMARCHE DIVAA

L'évolution démographique de la commune et, principalement, l'avancée en âge d'un grand nombre de Dijonnais a amené la municipalité à penser la ville autrement, en faveur d'un parcours du bien vieillir.

Pour ce faire, elle s'est engagée dans la démarche des "Villes amies des aînés" (VADA) qui consiste à inviter les acteurs, les décideurs et les habitants à se rencontrer pour créer les conditions d'une ville où chacun peut poursuivre son projet de vie, en toute liberté, jusqu'au plus grand âge.

Dans ce sens, l'objectif visé n'est pas de faire émerger une ville dédiée uniquement aux seniors, ni de limiter l'approche à une réponse médico-sociale, mais de penser la ville dans un projet global, en perpétuel mouvement, riche de ses diversités et de ses capacités à imaginer une ville qui réponde aux besoins des jeunes et des vieux d'aujourd'hui et de demain.

Pour rappel, 32 600 Dijonnais sont âgés de 60 ans et plus, soit 21% de la population dont 13 700 ont 75 ans et plus, soit 9% des Dijonnais.

Selon les projections de l'INSEE, à l'horizon 2060, une personne sur trois aurait au moins 60 ans, l'espérance de vie atteindrait 91 ans pour une femme et 86 ans pour un homme.

Suite à une phase préparatoire de diagnostic, de réflexion et d'enquêtes, Dijon est officiellement entrée dans la démarche "Villes amies des aînés", en 2010, reconnue par l'organisation mondiale de la santé (OMS).

LES 8 THÉMATIQUES

Pour mieux développer la démarche DIVAA, des groupes de travail réunissant des professionnels et des citoyens ont été mis en place afin d'évoquer les 8 thématiques identifiées par l'OMS :

- L'habitat
- Les espaces extérieurs et bâtiments
- Les transports et la mobilité
- Le lien social et la solidarité
- La culture et les loisirs
- La participation citoyenne et l'emploi
- La communication et l'information
- Le soutien communautaire et les services de santé

CES ATELIERS ONT DONNÉ LIEU À UN PLAN D'ACTIONS ET À LA RÉALISATION DE 4 PROPOSITIONS PRIORITAIRES :

- L'évolution du guide des seniors.
- L'ouverture d'une maison des seniors.
- Le développement de l'OPAD, association des seniors dijonnais, autour des activités physiques, intellectuelles, artistiques et culturelles.
- La mise en place d'une instance participative : l'observatoire de l'âge.

En 2015, afin de donner une nouvelle dynamique et d'accompagner la démarche, la ville de Dijon a fait le choix de renouveler son observatoire de l'âge piloté à présent par le centre communal d'action sociale (CCAS). De nouvelles réflexions ont été menées au sein de groupes de travail thématiques : la lutte contre l'isolement, l'habitat, l'offre culturelle puis la mobilité dans la ville.

Ainsi, Dijon, une "Ville amie des aînés", se veut être une ville dynamique où il fait bon vivre et bon vieillir.

PROJETS CONDUITS ET RÉALISÉS À DIJON

Le travail d'élaboration s'appuie sur une forte implication des élus concernés et investis dans la démarche, sur un décloisonnement des divers services de Dijon ville et de Dijon métropole, propice à conforter une collaboration des professionnels experts dans de nombreux domaines complémentaires, sur un partenariat multiple qu'il convient de découvrir, d'appréhender, de mobiliser enfin sur l'engagement et sur la participation d'habitants volontaires, riches de leur expérience, de leur histoire et de leur volonté de bien vieillir au sein de leur ville.

Tous les domaines du quotidien sont concernés, de l'aménagement du territoire, à l'accessibilité des structures d'animation, de la qualité des transports, de l'information de l'offre en matière culturelle et de loisirs, jusqu'au soutien à la solidarité et la citoyenneté.

Ainsi, de nombreux projets conduits et réalisés à Dijon, en faveur des différentes thématiques, sont empreints de cette logique, de cette dynamique nouvelle, attentives au vieillissement.



ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE AUX BUREAUX DE VOTE

OBJECTIF

- ◆ Permettre aux personnes âgées qui éprouvent des difficultés à se déplacer d'accomplir leurs droits et leurs devoirs civiques.

PRATIQUE

- ◆ Élaborer le projet et le présenter au conseil d'administration du centre communal d'action sociale (CCAS) pour autorisation et pour mise en place.
- ◆ Définir les modalités d'inscription et d'organisation des transports.
- ◆ Rechercher des volontaires parmi le personnel du CCAS pour conduire les véhicules de service.
- ◆ Réserver les voitures adaptées auprès du garage municipal.
- ◆ Informer le public, les services sociaux et les partenaires.

ACCOMPLIR SON DEVOIR CIVIQUE N'A PAS D'ÂGE

La fragilité de mobilité de certaines personnes âgées peut compromettre l'exercice des droits, dont les droits civiques, tel que le droit de vote. **Les bureaux de votes sont situés dans les quartiers, au plus proche des habitants. Cependant, pour certains, le trajet du domicile jusqu'à ce lieu peut être un obstacle à cet exercice. Pour lever ce frein et pour permettre aux personnes âgées de continuer à accomplir leur devoir civique, la ville a décidé de proposer un service de transport et d'accompagnement.** Ce dernier est proposé aux Dijonnais âgés de 65 ans ou plus, isolés (absence d'entourage : famille, ami ou voisin qui pourraient les accompagner) et dans l'incapacité de se déplacer par leurs propres moyens.



UN DISPOSITIF BIEN PENSÉ

C'est la Maison des seniors (MDS) qui assure les inscriptions, l'organisation des trajets, qui coordonne le dispositif et qui encadre l'action le jour des élections. Des agents volontaires (des services du CCAS) sont sollicités afin d'assurer le transport des personnes du domicile au lieu de vote grâce aux véhicules mis à disposition par la ville de Dijon. Enfin, le service des élections relaye l'information sur le dispositif au public et transmet la liste à jour des bureaux de vote à jour à la Maison des seniors.

Un communiqué de presse est transmis un mois avant les élections afin de faire connaître le dispositif et de permettre aux habitants d'y participer. L'information est également diffusée via les journaux électroniques d'information de la ville et auprès des partenaires du territoire. **En fonction du type d'élection, 30 à 50 personnes font appel à ce service. Les personnes accompagnées sont très satisfaites de cette proposition qui prend en compte le rythme de chacun (heure du lever, intervention des services de maintien à domicile et temps pour se préparer) et qui est réalisée par du personnel attentif et alerté (les agents volontaires sont des professionnels du CCAS qui sont (pour la plupart) formés à la relation avec les personnes âgées.**



AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR D'UN QUARTIER PAR LA POSE DE BANCs : UNE DÉMARCHE PARTICIPATIVE

OBJECTIFS

- ◆ Améliorer l'aménagement du territoire en faisant appel à l'expertise d'usage des habitants.
- ◆ Faciliter les déplacements des aînés dans la ville.
- ◆ Encourager la participation des habitants âgés.

PRATIQUE

- ◆ Organiser une déambulation dans le quartier avec des habitants, des membres du CCAS, les responsables de la résidence demandeuse et des professionnels des services techniques.
- ◆ Engager un compromis entre la demande et les possibilités financières et réglementaires.

MIEUX RÉPONDRE AUX BESOINS

Valmy est un nouveau quartier de la ville de Dijon. Il est essentiellement investi par des entreprises tertiaires puis se sont greffés des métiers de bouche, une crèche et une résidence médicalisée pour personnes âgées. Ce quartier, en cours de développement, accueille depuis peu une clinique. Il est aujourd'hui desservi par le tramway et est doté de commerces divers. **À juste titre, la résidence a fait appel à la ville de Dijon afin que puissent être mises en place des installations en faveur des aînés.**



UNE DYNAMIQUE DE CO-CONSTRUCTION

Suite à la demande des responsables de la résidence auprès de l'adjointe référente, la demande a été transmise aux services techniques. Ainsi, un rendez-vous a été pris sur place avec la directrice de l'établissement, deux animatrices et trois résidentes. Un parcours à pied a été organisé avec ce petit groupe. Parmi les participants à cette déambulation, une personne en fauteuil roulant a été sollicitée afin de mieux saisir les besoins en termes de paliers de repos. **Une présentation des contraintes de terrain (parcellaires, réglementaires...) a été faite au groupe afin que chacun soit en mesure d'appréhender les aménagements possibles ou non. Les techniciens ont été, quant à eux, à l'écoute des demandes relatives au confort de l'assise : dimensions, nombre d'assises...** Cette courte excursion au rythme des habitants a constitué l'événement le plus marquant et le plus agréable pour les services techniques, le tout s'étant déroulé dans une ambiance souriante et dans la bonne humeur.

UNE MÉTHODE QUI GARANTIT L'UTILITÉ DES AMÉNAGEMENTS

Un dossier, avec photos et plan de situation, a été constitué pour validation auprès des élus. Dans un premier temps, les emplacements de trois bancs ont été validés pour répondre à ce besoin urgent. **D'ores et déjà, les objectifs ont été atteints : les résidents de l'établissement peuvent dorénavant sortir, se promener, rassurés de pouvoir s'asseoir si besoin.** Le service reste attentif à ce type de demande pour le confort des déplacements des personnes âgées.



L'OBSERVATOIRE DE L'ÂGE

OBJECTIFS

- ◆ Organiser des temps d'échange entre les acteurs locaux.
- ◆ Susciter la participation des habitants.
- ◆ Conduire des réflexions qui accompagnent l'élaboration et la mise en œuvre de la politique municipale en matière d'adaptation de la ville pour un vieillissement actif et citoyen.

PRATIQUE

- ◆ Déterminer la composition des différents collèges de l'observatoire.
- ◆ Par nomination et par tirage au sort, intégrer des participants à l'instance pour un mandat de trois ans.
- ◆ En plénière, déterminer les sujets de réflexion annuels.
- ◆ Organiser des rencontres des groupes de travail thématiques et des restitutions régulières à l'ensemble des membres de l'observatoire.

PERMETTRE AUX HABITANTS DE PARLER DE LEUR VI(L)LE

L'observatoire de l'âge s'inscrit dans le cadre de la démarche DIVAA (Dijon, ville amie des aînés) et en cohérence avec la politique générale menée par la ville depuis 2001 en matière de démocratie locale.

La ville de Dijon a, en effet, souhaité mettre en place un espace d'observation, de réflexion et d'échange sur lequel s'appuyer pour mieux conduire la politique municipale en faveur des vieux d'aujourd'hui et de demain. Cette instance participative encourage la rencontre d'élus, d'experts, d'habitants et a vocation à impulser cette dynamique volontaire et constructive. L'observatoire est à présent composé de 69 membres.

La mise en place de l'observatoire de l'âge a suivi un cheminement depuis 2010, année au cours de laquelle Dijon s'est engagée dans la démarche "Ville amie des aînés". En 2011, c'est la création du premier observatoire de l'âge dont l'animation est confiée à une association de seniors dijonnais très dynamique dans le secteur de la prévention. Cette première mandature se termine en 2014. Placé sous la présidence du maire pour un mandat de trois ans, de 2015 à 2017, l'observatoire de l'âge est, par la suite, piloté par le CCAS de Dijon. En 2014 est organisé un tirage au sort des citoyens qui y siègeront et les membres des autres collèges sont nommés par le maire, président de l'observatoire de l'âge. Dès février 2015, l'instance se réunit en plénière et détermine les thématiques de travail de l'année : la lutte contre l'isolement, l'offre culturelle et le logement. En mars 2016, une réunion plénière est organisée afin de présenter les actions réalisées et les propositions pour 2016. Les trois groupes sont reconduits et un thème supplémentaire est adopté : la mobilité dans la ville.

Au cours de l'année 2016, des réunions des groupes de travail sont organisées autour des thèmes définis (une à deux rencontres pour chaque thème). Enfin, en mars 2017, une réunion plénière de l'ensemble des collèges de l'observatoire est proposée dans l'objectif de présenter les actions menées et les perspectives à venir. À cette occasion, les thématiques à étudier pour cette nouvelle année sont choisies : la lutte contre l'isolement par des actions socio-culturelles, la mobilité dans la ville et un nouveau thème qu'est la tranquillité, le civisme et le vivre ensemble.



CROISER LES REGARDS

L'observatoire de l'âge s'articule autour de six collèges, du bureau et de l'assemblée plénière. La composition des collèges de l'observatoire de l'âge, placé sous la présidence du maire pour un mandat de trois ans est la suivante :

- Un collège de dix élus du conseil municipal.
- Un collège de trente-quatre membres habitants (composé de vingt habitants actifs ou retraités) désignés par tirage au sort, après appel à candidatures et à parité hommes-femmes, de neuf représentants des commissions de quartier (un par commission) et de cinq habitants, anciens membres du collège des habitants du précédent mandat.
- Un collège de six représentants des retraités.
- Un collège de quatre partenaires institutionnels.
- Un collège de dix experts professionnels.
- Un collège de cinq universitaires.




FAIRE VIVRE L'OBSERVATOIRE

Le bureau est un organe de préparation, d'animation, de régulation et d'évaluation du fonctionnement de l'observatoire de l'âge. Il est composé d'un représentant de chaque collège (à l'exception du collège des habitants qui en compte deux) et est présidé par l'adjointe déléguée à l'équipement et aux travaux urbains, à la circulation et à la politique de l'âge.

L'assemblée plénière réunit, quant à elle, l'ensemble des six collèges. Elle est présidée par le maire ou son représentant et se réunit une fois par an. Elle est le lieu de la présentation des résultats des travaux des groupes thématiques et de la détermination des thèmes d'étude pour l'année à venir.

Le CCAS de Dijon est chargé de l'organisation administrative de l'observatoire de l'âge. Il prévoit les réunions, envoie les convocations, accueille les rencontres et établit des comptes-rendus. C'est le journal municipal qui est l'outil d'information privilégié pour transmettre les actions portées par l'observatoire. En fonction des activités, des articles de presse peuvent aussi être rédigés. Lors de journées spécifiques, des affiches et des flyers sont édités au nom de l'observatoire.



Un logo spécifique "Observatoire de l'âge" a été créé pour plus de lisibilité. La Maison des seniors qui accueille et porte l'observatoire a vocation à diffuser largement toute information. Enfin, des représentants des collèves sont des relais d'information importants. Celui des habitants, représentant les commissions de quartier, est particulièrement actif.

DES RÉALISATIONS QUI DONNENT DU SENS

L'observatoire 2016 a porté de nombreux projets. Les membres se sont réunis en assemblée plénière en mars 2016 afin de faire le bilan des actions menées et de déterminer les nouvelles thématiques. Quatre thématiques ont été retenues :

- **La lutte contre l'isolement des personnes âgées :** "Quelles actions pour quels publics ?". Grâce à ce groupe de travail, une journée de l'audition a été organisée ainsi qu'une enquête sur le recyclage des prothèses auditives. Le groupe a également permis l'évolution d'un certain nombre de projets tels que Monalisa, seniors en contact, restos seniors, café RESEDA...

- **L'offre culturelle :** "Faut-il une programmation spécifique seniors ? Comment favoriser l'accès au spectacle en termes d'information, d'horaires et d'accompagnement ?". Suite à ses réflexions, le groupe a souhaité le déploiement d'actions en faveur d'un public éloigné de la culture grâce à des visites des établissements culturels, à une présentation de la saison 2016/2017 ou encore via l'exposition éphémère des travaux d'artistes seniors.

- **Le logement :** "Quels lieux de vie pour les seniors autonomes et dépendants ? Quelles adaptations à envisager ?". Dans ce cadre, une séance thématique sur les dispositifs d'adaptation des logements a été organisée ainsi qu'un diagnostic en matière d'habitat élaboré avec l'université.

- **La mobilité dans la ville.** Une présentation des ambitions portées par la ville dans le cadre des déplacements (zones apaisées, secteurs piétonniers, modes de déplacement) a été proposée au groupe ainsi qu'une visite des ateliers du tramway.

Chaque thématique a été portée par un groupe de travail composé de membres des six collèves. Au total, six rencontres ont été nécessaires pour mener à bien les réflexions autour d'experts sollicités en fonction du sujet traité. Les services de la culture, des déplacements, de la sécurité, du CCAS et des partenaires associatifs (services civiques, "Petits frères des pauvres", "Agir ABCD"...) ont ainsi pu apporter les éclairages utiles aux réflexions.

En 2017, les membres de l'observatoire ont poursuivi leurs travaux en direction des trois thématiques retenues en plénière. Le mandat de l'observatoire actuel se terminant en fin d'année, il conviendra de prévoir l'organisation du renouvellement de l'observatoire de l'âge sans doute sous un nouveau format, par exemple, en revoyant le nombre de ses collèves et en renforçant la participation des habitants des commissions des quartiers.



LA MOBILITÉ À 2 OU 3 ROUES À TOUT ÂGE !

OBJECTIFS

- ◆ Encourager le mouvement et la mobilité des seniors avec l'avancée en âge.
- ◆ Maintenir ou soutenir le mouvement en zone urbaine par des modes de déplacement non polluants et offrant une possibilité de circulation sur des trajets de courtes ou moyennes distances.
- ◆ Faire découvrir différents modes de déplacement.
- ◆ Offrir une possibilité d'apprentissage ou de réassurance à l'utilisation du vélo.

PRATIQUE

- ◆ Repérer un lieu afin de permettre une pratique sécurisée des divers modes de déplacement.
- ◆ Solliciter des partenaires et des financements.
- ◆ Élaborer un programme.
- ◆ Réaliser des outils de communication.

UNE JOURNÉE DE LA MOBILITÉ

Dans le cadre de l'observatoire de l'âge (voir "Observatoire de l'âge : améliorer la ville ensemble"), le thème de la mobilité a été énoncé comme une priorité pour 2017. Un groupe thématique formé d'élus, d'habitants, d'experts et de représentants des retraités est à l'initiative de ce projet. L'importance du mouvement dans le parcours de vie des seniors et l'intérêt de sensibiliser le public à la mobilité ont été les moteurs de l'action. Une journée spécifique autour de la mobilité à deux ou trois roues a été mise en place en septembre 2017. Plusieurs étapes ont été nécessaires pour l'organiser. Il a fallu dans un premier temps repérer un espace propice afin de permettre une pratique sécurisée des divers modes de déplacement, en concertation avec les services concernés, puis recenser les fournisseurs, les associations et les partenaires en capacité d'intervenir sur cette journée. Un recensement des besoins en matériel et en équipements pour installer cette piste d'expérimentation, de démonstration et d'information a été réalisé. Des financements ont été sollicités afin de permettre un accès libre à la journée. Enfin, l'information a été diffusée largement auprès du public par le biais de différents supports : flyers, affiches, articles...

FONCTIONNEMENT

Les partenaires de l'action (les associations dijonnaises concernées par la mobilité à vélos, les acteurs de la prévention routière, les fournisseurs de scooters seniors, de vélos à assistance électrique, de vélos, de tricycles, les habitants qui possèdent un vélo à assistance électrique, l'OPAD (association des seniors dijonnais), le gestionnaire des vélos en libre-service de la ville) ont été contactés pour l'organisation de cette journée afin que chacun puisse apporter les éléments utiles pour soutenir, pour encourager, pour motiver le mouvement des seniors et pour faire de cet événement un temps festif d'information et d'apprentissage. Cette journée a vocation à faire valoir les modes de déplacement doux, efficaces et adaptés à la circulation en zone urbaine. Dijon, forte de ses 250 kilomètres de pistes cyclables a ouvert un bel espace des déplacements jusqu'au centre-ville. Chacun est invité à l'emprunter pour mieux agir, circuler et redécouvrir le plaisir de pédaler. De plus, cette activité physique mobilise de nombreux muscles dont le cœur. Une réunion-bilan a été organisée pour faire le point de la journée de septembre. Tous les intervenants ont été invités, ainsi que quelques participants qui souhaitaient rejoindre le groupe, pour accompagner la progression de l'organisation de cette journée. Cette action a été réalisée avec le financement de la conférence des financeurs de la Côte-d'Or dans le cadre du contrat local de la santé de Dijon métropole.





GROUPES D'ÉCHANGES : DE L'AIDE AUX AIDANTS EN ACCUEIL DE JOUR

OBJECTIFS

- ◆ Permettre une rencontre entre les aidants des personnes accueillies au centre d'accueil de jour et des professionnels du médical et du social.
- ◆ Soutenir les échanges et le partage d'expériences des aidants.
- ◆ Encourager l'expression des problématiques liées à la maladie d'Alzheimer.
- ◆ Transmettre les informations utiles en faveur de l'accès aux droits des usagers.
- ◆ Accompagner l'évolution de la prise en charge de la maladie à domicile par et pour le couple aidant/aidé.

PRATIQUE

- ◆ Organiser des rencontres entre aidants de personnes accueillies au centre d'accueil de jour.
- ◆ Préparer la séance et déterminer le contenu de l'intervention.
- ◆ Solliciter, si besoin, un partenaire compétent en fonction du thème choisi.
- ◆ Répondre aux questions des participants et motiver l'expression des personnes présentes pour alimenter les débats au plus proche des préoccupations de chacun.

DU RÉPIT POUR LES AIDANTS

Le centre d'accueil de jour "Les Marronniers" accueille quotidiennement des personnes atteintes d'une maladie neurodégénérative, type Alzheimer. L'intervention de l'équipe pluridisciplinaire est centrée sur la personne malade, "l'aidé", tout en offrant au conjoint, au parent, "l'aidant", un temps de répit. Cependant, lorsque la maladie apparaît, l'aidant et l'aidé se retrouvent dans une relation nouvelle qui est reconnue aujourd'hui comme vecteur de fragilité voire de souffrance de la part des deux protagonistes.

L'équipe ne cesse de soutenir l'intervention des aidants dans la vie de la structure. Ainsi, des réunions de familles sont proposées deux fois par an autour du personnel, des responsables, du médecin coordonnateur et de la vice-présidente du CCAS pour échanger sur les activités du semestre et transmettre les informations nouvelles. La directrice, l'infirmière et tous les membres de l'équipe sont à disposition de chaque proche pour écouter, pour informer et pour orienter en fonction de la situation et des besoins. Un journal trimestriel est également réalisé et diffusé à toutes les familles pour leur proposer une information sur la vie au centre. C'est un outil de communication très attractif, entre l'aidé, l'aidant et les membres de l'équipe du centre.

À l'occasion d'une réunion des familles, les personnes présentes ont manifesté leur besoin de rencontres, d'échanges et d'information.

Interpellée par diverses difficultés vécues au quotidien par les aidants des personnes accueillies, l'équipe du centre souhaitait répondre à cette demande de compréhension, d'analyse de la situation. Le CCAS ayant un service social gérontologique de douze travailleurs sociaux, une assistante sociale s'est portée volontaire pour participer à la réflexion et au montage de ce projet avec l'infirmière du centre. Ensemble, elles l'ont mis en œuvre et l'ont construit avec les familles au fur et à mesure des séances. Par la suite, le nouveau médecin coordonnateur s'est associé à cette action pour couvrir le champ du médical et ainsi compléter les réponses aux diverses problématiques rencontrées par les aidants. La parole du médecin est entendue et respectée par la richesse de son contenu.

Aider un proche malade d'Alzheimer est une mission difficile que de nombreux aidants accomplissent par devoir, par amour, par obligation... Le groupe d'échanges entre aidants et professionnels a pour objet d'accompagner ces proches dans l'exercice de ce rôle complexe d'aidant en leur proposant un espace de parole, de rencontre, d'information et de réflexion. Ce temps de répit, d'analyse, propice à une meilleure compréhension de la situation, est un outil de prévention face aux risques d'usure de l'aidant et de maltraitance du couple aidant/ aidé. Il s'agit d'écouter, d'encourager l'échange entre aidants, d'apporter des pistes de réponses ou de proposer des orientations en valorisant le partage d'expériences.



CRÉER UN CLIMAT DE CONFIANCE

Pour mobiliser les proches aidants, un courrier est envoyé à tous les aidants des personnes accueillies, désignés lors de l'inscription. Il mentionne la date et le thème qui sera développé et qui a été choisi lors de la dernière rencontre. En fonction du sujet, un intervenant peut être sollicité pour un éclairage spécifique.

Une rencontre est programmée tous les deux ou trois mois et ne dépasse pas le **nombre de douze participants. La réunion s'organise en deux temps : un premier temps consacré à l'information puis un second temps d'échange libre.** L'objectif est de favoriser la création de liens entre les aidants, qui peuvent déboucher sur de l'entraide, voire des rendez-vous en dehors de ces réunions (café des proches aidants, sorties de loisirs). L'entrevue se termine avec un moment de convivialité propice à des discussions plus individuelles, voire des orientations ou d'éventuelles rencontres personnalisées. Pour soutenir la participation de l'aidant et faciliter son organisation, l'aidé est accueilli au centre.

DES PROFESSIONNELS ÉCLAIRÉS POUR ACCOMPAGNER LES AIDANTS

L'idée, au sein de ces groupes, est d'instaurer un climat de confiance propice à l'expression des difficultés, des inquiétudes et des incompréhensions de chacun. **Les familles apprécient se rencontrer autour d'un médecin, d'une infirmière et d'une assistante sociale. Elles trouvent dans ce groupe une écoute professionnelle, une attention bienveillante et constructive, un lieu de parole libre en confiance et une source d'informations précises et adaptées aux besoins. La présence du médecin, de l'infirmière et de l'assistante sociale offrent une complémentarité des compétences qui assurent des réponses concrètes et adaptées aux diverses situations dans un cadre respectueux des règles de confidentialité. La personne malade, étant accueillie au centre, est connue de l'infirmière et du médecin.** Lorsque les proches aidants évoquent les changements de comportement ou/et de raisonnement vécus à domicile, ils trouvent auprès des professionnels une écoute particulièrement sensible. Ces constats croisés contribuent à mieux adapter la prise en charge de la personne malade au centre et à domicile, tout en préservant et en respectant le secret médical. Les familles se sentent ainsi soutenues dans le temps et à travers les différentes phases de la maladie et ses conséquences sur la vie au quotidien. Elles se préparent avec d'autres à toutes les étapes du maintien à domicile jusqu'à l'entrée en établissement. Cet espace est également un lieu de réconfort et d'accompagnement de la prise de conscience du rôle de l'aidant. C'est un groupe facile à mettre en place au sein d'une structure grâce à l'intervention de deux, voire trois, professionnels complémentaires dans leurs compétences (sociales et médicales) et dans leur approche.

AUTONOMIE, SERVICES ET SOINS
LIEN SOCIAL ET SOLIDARITÉ
INFORMATION ET COMMUNICATION

UN CAFÉ DES AIDANTS DE PERSONNES MALADES D'ALZHEIMER

OBJECTIFS

- ◆ Soutenir l'aidant dans son accompagnement de la personne malade et l'aider à trouver des pistes d'amélioration face à des situations complexes ou difficiles.
- ◆ Proposer une formule de répit à l'aidant, accompagner la prise de recul nécessaire.
- ◆ Agir en prévention de l'épuisement de l'aidant et de l'isolement social.
- ◆ Favoriser le partage et l'échange d'expériences.
- ◆ Informer, transmettre des connaissances sur la maladie d'Alzheimer et sur les dispositifs existants.

PRATIQUE

- ◆ Créer un partenariat entre le CCAS et le réseau Alzheimer RESEDA.
- ◆ Choisir les intervenants, le lieu et le rythme des séances. Gérer l'inscription des aidants.
- ◆ Constituer un groupe d'une dizaine de personnes qui se réunit une fois par mois.
- ◆ Grâce à l'animation par un travailleur social et un psychologue, apporter un soutien et une information aux proches aidants des malades d'Alzheimer.

JOUER SUR LA COMPLÉMENTARITÉ

Le Réseau RESEDA est un réseau de santé qui regroupe des professionnels impliqués dans la prise en charge des problématiques liées à la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées. Il joue un rôle d'expert et de coordination des acteurs, de formation des professionnels et d'harmonisation des pratiques, de sensibilisation du public et des aidants. Le CCAS de Dijon est, quant à lui, très impliqué dans les actions de prévention et d'accompagnement des seniors et de leur famille. Il gère des services et propose des prestations dont la Maison des seniors, le centre d'accueil de jour "Les Marronniers", un service social gérontologique, un service de repas à domicile, un service d'animation... Particulièrement sensibilisé par la problématique Alzheimer, le CCAS a souhaité créer un café des aidants avec le réseau RESEDA pour compléter les dispositifs déjà existants. En effet, actuellement, il existe sur Dijon différentes formules de soutien et de répit les unes sont destinées aux couples aidants/aidés, d'autres aux personnes malades uniquement, certaines aux aidants de structures (Les Marronniers) mais peu sont destinées aux aidants d'un proche atteint de maladie d'Alzheimer.

SOUTENIR LES AIDANTS

L'action envisagée vise donc à réunir autour d'un café au maximum douze aidants afin qu'ils puissent aborder et trouver au sein de cette rencontre à la fois des informations et du soutien quant aux difficultés du quotidien liées à leur rôle. Elle s'adresse aux aidants ayant un proche aidé dijonnais de plus de 60 ans concerné par la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie apparentée.

Une convention de partenariat a été signée fin 2015 entre le CCAS et le réseau RESEDA et le café des aidants s'est ainsi installé à la Maison des seniors en 2016. Ce dernier se tient tous les deuxièmes jeudis après-midi de chaque mois. Au départ de l'action, une séance de présentation du dispositif a été proposée aux travailleurs sociaux du CCAS afin d'assurer la diffusion de l'information. Tous les acteurs et partenaires locaux concernés par la gérontologie et les maladies neurodégénératives ont également été alertés et sont relais d'information et d'orientation.



UNE SÉANCE MENSUELLE

Pour chaque demande d'inscription, le psychologue du réseau RESEDA propose un entretien téléphonique afin de valider ou non l'inscription au café (critères d'inclusion). Avant chaque séance, le secrétariat du réseau contacte chaque personne inscrite afin de valider ou non sa présence. La Maison des seniors du CCAS, quant à elle, diffuse l'information, transmet les renseignements aux personnes intéressées et enregistre les inscriptions puis transfère toute demande d'inscription au réseau. La Maison des seniors participe à l'accueil des proches aidants avec le travailleur social et le psychologue en mettant à disposition des participants un espace dédié, des boissons, des gâteaux pour assurer la convivialité des rencontres.

Le travailleur social du CCAS et le psychologue de RESEDA sont à l'écoute des personnes et en fonction des sujets abordés, la communication se développe autour du thème retenu. Pour mieux répondre à des demandes précises, les professionnels interviennent dans leur domaine de compétence et se complètent au fur et à mesure de la relation. Si besoin, le thème peut également faire l'objet d'une réunion thématique ultérieure afin de recueillir et de transmettre une documentation plus complète.

BILAN ET PERSPECTIVES

Un bilan est rédigé par le CCAS et le réseau en fin de saison à l'aide d'un recueil des échanges de la dernière séance de la saison. Le travailleur social et le psychologue appuient leur analyse sur les retours des questionnaires individuels et anonymes envoyés à tout aidant ayant participé au moins une fois à l'une des rencontres. La synthèse de l'action est ensuite rédigée par la psychologue du réseau. Elle reprend les modalités de l'action et présente les résultats descriptifs et qualitatifs sur une année de fonctionnement. La participation des "proches aidants", la fréquentation régulière et progressive du groupe, la satisfaction du public et des professionnels de ce mode d'intervention et la relation de confiance qui s'instaure sont autant d'indices qui confirment le succès de cette action. Celle-ci a été reconduite en 2017 et se poursuit en 2018.



MIJOTONS LE LIEN SOCIAL : LES RESTOS SENIORS

OBJECTIFS

- ◆ Soutenir le maintien ou le développement de la vie sociale des personnes en perte d'autonomie.
- ◆ Lutter contre l'isolement des personnes âgées.
- ◆ Encourager la participation des seniors à des animations proposées sur la ville ou à l'élaboration et à la réalisation de projets collectifs : "rompre l'ennui et se divertir ensemble".
- ◆ Créer une dynamique entre seniors accompagnés et bénévoles pour progresser dans "le vivre ensemble sur les quartiers".
- ◆ Soutenir le plaisir de partager un repas et stimuler l'appétence.

PRATIQUE

- ◆ Élaborer le projet en concertation avec le service social gérontologique et le service accompagnement personnalisé.
- ◆ Rechercher des bénévoles pour accompagner le transport des personnes du domicile au lieu de restauration.
- ◆ Informer le public fragilisé de cette nouvelle proposition de restauration et d'animation.
- ◆ Élaborer des outils de suivi entre le service social et le service accompagnement personnalisé.
- ◆ Expérimenter le projet au sein du foyer restaurant du CCAS, en étroite relation avec les services impliqués sur un quartier.
- ◆ Sortir des murs du CCAS et s'aventurer vers d'autres formules de restauration.
- ◆ Proposer un temps d'animation en fonction des souhaits des personnes.
- ◆ Rechercher des restaurants attractifs.

LE REPAS : UN TEMPS CONVIVAL QUI FAVORISE LE LIEN SOCIAL

Le service social gérontologique a pu observer, parmi les personnes suivies, un nombre important de personnes en situation d'isolement avec parfois une perte d'appétence, entraînant un risque de fragilité. Le service accompagnement personnalisé a, quant à lui, vocation à accompagner individuellement des personnes âgées, orientées par le service social, dans des démarches administratives ou d'accès aux soins. **Depuis deux ans, et dans l'objectif de faire se rencontrer ce public isolé, il a été décidé d'organiser des temps d'échange autour d'un repas pris dans le foyer restaurant géré par le CCAS. L'accompagnement du domicile jusqu'au foyer a permis à des petits groupes de se restaurer ensemble entre seniors d'une même génération et d'échanger sur le vécu de chacun pour ensuite envisager de participer à des temps d'animation proposés sur la ville. Pour aller plus loin et dans le cadre de l'évolution des propositions de restauration (dans le contexte de fermeture du foyer-restaurant), depuis octobre 2016, il a été tenté de diversifier cette proposition de restauration, en s'appuyant sur des restaurants solidaires et en recherchant des menus à faibles coûts et des formules de restauration attentives aux aînés ou porteurs de liens intergénérationnels (restaurants pédagogiques, EHPAD avec animations, restaurants de collectivités...). Enfin, ce temps du repas a vocation à s'inscrire dans un projet de sortie détente ou culturelle.**

Les travailleurs sociaux, qui interviennent

à domicile auprès des personnes âgées, sont attentifs à l'isolement et à la solitude subis par certaines. Ces professionnels sont les premiers relais de l'information et de l'accompagnement de la personne vers le projet de sortir. Puis, lorsque l'idée de participer à une activité est validée par la personne, le service accompagnement est informé et prend le relais. L'étape la plus difficile, qui peut parfois mettre plusieurs semaines, est d'accompagner la prise de décision de la première sortie. L'accompagnateur social rencontre alors la personne et lui présente l'activité des restos seniors.

La personne choisit ensuite la sortie restaurant de son choix puis s'inscrit à la date retenue. Le service rappelle la personne quelques jours avant pour confirmer la commande du repas. La veille de la sortie, la personne est à nouveau contactée pour être informée de l'heure de passage du minibus qui la transportera de son domicile au lieu de restauration. Un calendrier des restos seniors est établi et diffusé aux bénévoles afin qu'ils s'engagent pour les accompagnements, en fonction de leurs disponibilités. Les repas sont commandés puis le circuit de ramassage est établi par quartier. Le jour de restaurant, le minibus, conduit par un professionnel accompagné d'un bénévole, sillonne la ville pour accueillir les personnes âgées et les conduire sur le lieu de restauration. À domicile, l'accompagnateur s'assure que la personne est prête à partir (vêtements adaptés, médicaments, clés, cannes...).



UN TRAVAIL PARTENARIAL POUR FAVORISER L'ACCÈS AU DISPOSITIF

Afin de faciliter l'accès des personnes âgées aux restos seniors, plusieurs professionnels se relaient. Tout d'abord, les travailleurs sociaux interviennent à domicile, proposent l'activité aux personnes qui expriment leur ennui, leur solitude et leur envie ou souhait de rompre leur isolement. La responsable du service "accompagnement personnalisé" organise le calendrier des sorties restaurants, assure le repérage et le lien avec les restaurants et les lieux d'animation. Elle est la référente des bénévoles : dans ce cadre, elle se charge de leur recrutement et de leur formation. Elle coordonne l'action avec les services. Enfin, elle gère l'équipe des accompagnateurs sociaux. Ces derniers interviennent auprès des personnes âgées sur orientation du travailleur social. Ils appellent les personnes et se rendent à domicile pour proposer et pour expliquer l'organisation de l'activité. Ils accompagnent la prise de décision de la sortie, encouragent le risque, soutiennent et motivent l'envie... Puis, ils sont présents, en binôme avec un bénévole, lors de l'activité

pour mieux rassurer. Les bénévoles participent, quant à eux, à l'encadrement des sorties. Ils accompagnent physiquement les personnes, transmettent les informations, créent du lien entre les personnes et sur les quartiers. C'est la secrétaire du service qui téléphone aux personnes déjà connues pour proposer le planning des sorties au restaurant et s'assurer de l'inscription et de la présence des nouvelles personnes le jour J. Enfin, les associations de service civique sont des partenaires qui contribuent à développer la dimension intergénérationnelle de l'action.

Le service social gérontologique du CCAS et le service d'accompagnement personnalisé tissent des liens permanents et étroits avec de nombreuses associations, institutions et structures concernées par les domaines de la gérontologie, de l'animation, du soin... Ces partenaires vigilants sont des acteurs du repérage et de l'orientation des situations de fragilité et d'isolement vers le service social.

UNE ACTION VICTIME DE SON SUCCÈS

Un flyer d'information et un planning mensuel du programme des restos seniors sont transmis aux personnes âgées, aux travailleurs sociaux et aux bénévoles. Le magazine municipal de la ville de Dijon peut aussi être porteur d'articles sur cette activité. **L'action se poursuit grâce au soutien d'un réseau de bénévoles. Pour développer cette action, un recrutement de bénévoles est à prévoir dans l'objectif de soutenir l'action d'accompagnement inhérente aux restos seniors mais aussi pour encourager ces liens de solidarité, de proximité entre les personnes et les bénévoles.** Le resto a actuellement lieu deux à trois fois par mois, ce qui oblige le service à réaliser un planning pour satisfaire les demandes de plus en plus nombreuses. Le développement de l'action, qui viserait à répondre à cette demande de fidélisation du groupe, nous amène à réfléchir avec les partenaires des quartiers pour organiser le relais. Ce travail collectif offre l'opportunité de la rencontre et de la formation de liens entre des personnes (âgées et bénévoles) d'un même quartier. Cet axe d'intervention est une priorité.

INFORMATION ET COMMUNICATION
CULTURE ET LOISIRS
LIEN SOCIAL ET SOLIDARITÉ

de l'Opé



À DIJON, UN CALENDRIER DES MANIFESTATIONS

OBJECTIFS

- ◆ Diversifier les activités proposées aux retraités.
- ◆ Mieux informer sur les manifestations se déroulant dans la ville.
- ◆ Faciliter l'accès aux activités pour maintenir le lien social.

PRATIQUE

- ◆ Initier une dynamique partenariale afin de diversifier les activités proposées.
- ◆ Réaliser un support de communication adapté pour informer les retraités des activités organisées.

ENCOURAGER LES SORTIES POUR MAINTENIR LE LIEN SOCIAL

Chaque semaine, le service "Accueil-information-animation" propose une animation aux Dijonnais âgés de plus de 60 ans. **L'objectif est d'agir dans le cadre de la prévention d'un vieillissement actif, en luttant contre l'isolement des seniors et en motivant le maintien d'une vie sociale. En effet, se rendre à une animation permet aux personnes d'avoir un objectif, de se préparer, de sortir de chez elles, de faire des rencontres ou de se retrouver afin de créer ou maintenir du lien social.** Thé dansant, surprise partie, visite sur site, causerie, spectacle musical, concert, exposition, rencontre intergénérationnelle et cinéma sont proposés toute l'année, à l'exception des mois de juillet et d'août.

UNE DYNAMIQUE TRANSVERSALE POUR GARANTIR LA VARIÉTÉ DES ACTIVITÉS PROPOSÉES

Une animation dansante mensuelle était proposée depuis plusieurs années par la ville de Dijon. En 2001, il a été retenu que la danse répondait certes à une forte demande des seniors présents mais ne correspondait sans doute pas à d'autres qui pourtant souffraient peut-être de solitude. **Diversifier la nature des animations proposées afin de motiver un autre public devenait une priorité. Une réflexion a été engagée afin de recueillir les centres d'intérêt des seniors. Puis certains services de la ville (bibliothèques, musées, espaces verts, animations...) et des partenaires locaux ont été sollicités afin de développer des animations diverses et variées.**

Ces animations (causeries, visites d'expositions, d'entreprises...) ont rapidement trouvé leur public. **Un outil de communication a été élaboré pour mieux informer les Dijonnais. Ce document a été réalisé avec soin. Il devait être pratique, facile à lire, coloré pour être mieux repéré et conservé dans une poche, disponible à tout moment.** Le calendrier semestriel des manifestations est ainsi apparu et largement diffusé (4 000 à 8 000 exemplaires). De trois volets en 2004, il est passé à six en 2017.

INFORMER ET SIMPLIFIER LES SORTIES

Les structures associatives et institutionnelles de la ville de Dijon offraient déjà un large panel d'activités culturelles et de loisirs à destination de tous les publics ou des seniors (association des seniors dijonnais). La structuration administrative de ces lieux d'animation obligeait : adhésion, inscription à l'activité, engagement annuel et coût plus ou moins élevé. Cette organisation satisfaisait certains publics seniors mais était reconnue par d'autres comme source de freins. Parallèlement, la ville proposait un thé dansant mensuel. **Pour offrir aux seniors une proposition diversifiée d'activités sans trop de contraintes, il a été décidé de mettre en place une animation par semaine à destination des Dijonnais âgés de 60 ans et plus. Ces animations gratuites devaient permettre une fréquentation libre, favorable à la rencontre, aux échanges et à la création de lien social.** Au fil des années, elles sont également devenues un support d'information. **Chaque semaine, l'actualité culturelle et sociale est délivrée aux participants (manifestations organisées par d'autres services ou associations, séances de prévention sur les thèmes de la vie quotidienne, dispositifs canicule, déneigement...).** Les animations ont évolué au cours des années en fonction des envies et des besoins du public.

À DIJON, UNE JOURNÉE DE L'AUDITION

OBJECTIFS

- ◆ Lutter contre l'isolement des aînés en soutenant la prévention de la perte d'audition.
- ◆ Proposer une information large, lors de la "Journée nationale de l'audition", sur le vieillissement de l'appareil auditif, ses conséquences et les solutions existantes.
- ◆ Contribuer au dépistage précoce de la perte d'audition.

PRATIQUE

- ◆ Organiser une journée d'information et de prévention sur la perte d'audition.
- ◆ Faire intervenir des experts sur le sujet.
- ◆ Proposer des tests de dépistage par des professionnels.

PERTE D'AUDITION ET ISOLEMENT DES AÎNÉS

Dans le cadre du travail conséquent, initié par l'observatoire de l'âge de la ville de Dijon, sur le thème de la lutte contre l'isolement, la perte d'audition a été identifiée comme étant un facteur de risque important. Pourtant, de nombreuses personnes négligent ce problème auditif et refusent l'appareillage. Une enquête réalisée par une étudiante a mis en évidence la gêne ressentie par les seniors lors de la perte d'audition tout en soulignant l'importance du non-recours à l'appareillage. Les membres de l'observatoire de l'âge ont souhaité que la question soit étudiée en faveur d'une sensibilisation du public. Bien au-delà de la question du dépistage, un travail a été accompli autour d'une meilleure connaissance de la perte d'audition avec l'avancée en âge, des solutions de prise en charge et des contrats de mutuelles.

UNE JOURNÉE D'INFORMATION ET DE DÉPISTAGE

Plusieurs rencontres du groupe de travail ont été nécessaires pour préparer la journée de sensibilisation des seniors ainsi que des rencontres entre bénévoles et professionnels.

La journée de l'audition existe depuis 2016. Elle est rythmée par les interventions d'experts divers : gériatres, audioprothésistes ou encore associations impliquées (information sur les prises en charge financières, mutuelles). En complément, une diffusion de documentation, des entretiens individuels au sujet des mutuelles et des tests de dépistage non médicaux sont proposés aux seniors afin de lutter concrètement contre la perte d'audition. Pour cela, une collecte de documentation pour diffusion et pour exposition, en lien avec l'institut de recherche et de prévention santé (IRPS), est organisée en amont.

UNE ACTION RÉUSSIE

Le bilan est positif puisqu'en progression depuis 2016. En effet, en 2017, 120 personnes ont assisté aux conférences, 50 personnes ont bénéficié des tests et 15 bénévoles se sont mobilisés pour faire vivre l'événement. En tout, ce sont 187 personnes qui ont été accueillies sur la journée. Cette opération sera reconduite en 2018 en faveur de la prévention de la perte d'audition et dans l'objectif de souligner l'importance d'un appareillage le plus précoce possible.

INFORMATION ET COMMUNICATION
CULTURE ET LOISIRS
LIEN SOCIAL ET SOLIDARITÉ



À DIJON, "L'INSTANT CAFÉ"

OBJECTIFS

- ◆ Proposer une rencontre : public/professionnels, hors du cadre institutionnel.
- ◆ Favoriser l'échange et l'entraide intergénérationnels pendant, voire en dehors, de "L'instant café".
- ◆ S'approprier "sa semaine", se faire plaisir, se donner envie, retrouver un appétit social, avoir des projets et remobiliser l'énergie pour accomplir ses impératifs.

PRATIQUE

- ◆ Partager un espace, le café, entre professionnels et usagers pour ensemble échanger, pour s'informer et pour permettre à chacun de retrouver le goût, l'envie de construire son agenda de la semaine.

BIEN DÉMARRER LA SEMAINE

Ce projet, initié par le CCAS de Dijon, a pour objectif de proposer, dans un environnement hors institution, un espace d'intervention collective propice à développer des liens sociaux entre les usagers, à accompagner l'élaboration de projets (sorties de la semaine...) et à définir un mode relationnel, entre travailleurs sociaux et usagers, centré sur l'échange et la volonté de construire un projet (agenda de la semaine) ensemble. L'activité se déroule le lundi matin : ce jour a été déterminé pour marquer le début de la semaine et pour accompagner l'organisation de celle-ci. L'idée est en effet de prendre ensemble le premier café de la semaine dans un bar du centre-ville : premier rendez-vous, première sortie, premier lien avec l'extérieur, premier objectif. Il s'agit, notamment pour les personnes qui n'ont ni repère, ni projet, d'échanger sur les bons plans de la semaine : culture, activités, loisirs... et de prévoir des activités en fonction des envies.

VERS PLUS DE LIEN SOCIAL

La phase expérimentale de ce projet a été initiée sur 6 mois, de février à juin 2016. Puis, une nouvelle phase de mise en œuvre a été proposée de novembre 2016 à juin 2017, soit 17 séances. Globalement, le public qui participe à "L'instant café" correspond à celui pour lequel le CCAS est compétent, soit : les Dijonnais seuls ou en couples sans enfant mineur à charge, qui rencontrent des difficultés d'ordre social. Il peut être informé et orienté par les travailleurs sociaux ou le personnel d'accueil du CCAS.

Deux travailleurs sociaux (l'un du service social général et l'autre du service social gériatrique) interviennent à chaque "Instant café". En tout, ce sont six travailleurs sociaux qui animent en alternance en créant le lien, en faisant circuler la parole, en recherchant ensemble des activités à réaliser sur la semaine à venir... Un référent administratif suit, quant à lui, le projet et établit le bilan statistique. Un compte-rendu est rédigé à la fin de chaque séance et est envoyé par mail à l'ensemble des travailleurs sociaux des deux services. Cette communication régulière a vocation à les informer et à maintenir le lien, indispensable pour soutenir leur rôle de vigilance, d'attention et d'orientation des personnes vers "L'instant café".

SORTIR DU CADRE

Le public qui franchit la porte du café participe en fonction de ses capacités, de ses goûts, de ses envies et contribue à faire de cet instant un lieu d'échange et de construction de calendriers hebdomadaires personnels. "L'instant café" reflète une conception différente de l'accueil du public, de l'accompagnement social, de la relation d'aide et se veut être porteur d'une autre image de la relation usager/travailleur social. Le taux de participation aux rencontres témoigne d'un intérêt certain de "L'instant café" (26 personnes différentes ont participé sur la saison 1). Les bénéfices constatés auprès du public sont nombreux et motivent le développement de l'action. À titre d'exemples, on peut citer : la rencontre intergénérationnelle, la bienveillance, la joie partagée à travers ce moment, l'entraide, la création de liens sociaux voire amicaux, le développement de nouveaux élan en faveur de la réalisation d'actions concrètes : faire, sortir, partager, être, rencontrer, découvrir, s'exprimer, prendre la parole, oser l'initiative, s'autoriser à proposer, faire partie d'un groupe, l'acquisition de nouvelles attitudes en faveur de l'autonomie, la confiance en soi, le mieux-être...



UN PROJET INTERGÉNÉRATIONNEL AUTOUR DE L'OPÉRA LITTLE NEMO

OBJECTIFS

- ◆ Réunir une classe d'école primaire et un groupe de personnes âgées autour d'une thématique commune : l'opéra.
- ◆ Coordonner la création collective d'un opéra-radio.
- ◆ Découvrir collectivement un opéra et les coulisses de sa production.
- ◆ Maintenir le lien social.

PRATIQUE

- ◆ Créer un groupe composé de personnes âgées et d'écoliers.
- ◆ Sensibiliser le groupe à l'univers de l'opéra.
- ◆ Coordonner la reconstruction intergénérationnelle d'une œuvre musicale jusqu'à son enregistrement.

L'INTERGÉNÉRATION À L'OPÉRA

Chaque saison depuis 2012-2013, l'Opéra de Dijon mène un projet intergénérationnel rassemblant une classe d'école primaire et un groupe de personnes âgées autour de la découverte de l'opéra. Au cours des cinq dernières saisons, deux programmes illustrés (les enfants enrichissent le texte réécrit par les personnes âgées) et trois opéra-radio ont été réalisés dans le cadre de ces projets. L'opéra familial "Little Nemo", créé en janvier 2017 à Angers-Nantes Opéra et coproduit par l'Opéra de Dijon, a inspiré l'équipe d'action culturelle à reconduire ce projet pour inciter petits et grands à suivre Nemo dans ses aventures extraordinaires au cœur du monde des rêves.

De septembre 2016 à février 2017, un groupe composé de personnes âgées volontaires du centre social d'un quartier de Dijon et des élèves d'une classe de CE2 s'est réuni dans le but de reconstruire cette œuvre à leur manière.

RÉUNIR JEUNES ET MOINS JEUNES AUTOUR DE LA RECONSTRUCTION D'UNE ŒUVRE MUSICALE

Plusieurs étapes sont mises en œuvre tout au long de l'année afin de permettre au groupe de s'approprier l'œuvre et de travailler autour de cette dernière. En premier lieu, le projet est présenté et une action de sensibilisation des élèves et des personnes âgées à l'opéra est menée. **Une première rencontre est organisée entre les deux groupes lors d'une visite des coulisses de l'auditorium. Par la suite, des ateliers d'écriture sont organisés avec les personnes âgées dans le but de réécrire le livret de l'opéra "Little Nemo" avec leurs propres mots. Des ateliers "création sonore" sont organisés avec les élèves pour explorer les sons du quotidien et imaginer des sons pour illustrer le texte réécrit par les personnes âgées.**

Une fois ce travail réalisé, le texte lu par les personnes âgées est enregistré avec le régisseur son de l'Opéra de Dijon permettant ainsi le montage de l'opéra-radio "Little Nemo". À la fin, une découverte scénographiée de ce dernier a été organisée dans les coulisses de l'auditorium pour tous les participants puis la représentation de l'opéra "Little Nemo".

UNE ACTION INNOVANTE QUI FONCTIONNE

Cette nouvelle édition autour de l'opéra "Little Nemo" a confirmé la réussite de ce projet : les personnes âgées découvrent et s'approprient l'histoire de l'opéra avec enthousiasme. Elles se confrontent, souvent pour la première fois, à l'écriture qui ne fait pas toujours partie de leur quotidien. Les enfants explorent les sons et s'éveillent au monde de l'opéra. La rencontre entre les deux générations se fait avec beaucoup de bienveillance et de respect. Les uns et les autres sont heureux de se retrouver à chaque fois.

Cette année, le projet a pris une plus grande ampleur grâce à l'implication de l'enseignante et de la direction de l'école qui ont construit autour tout un programme pédagogique pour valoriser le travail réalisé par la classe et pour impliquer tous les élèves de l'école.

L'équipe d'action culturelle de l'Opéra de Dijon prévoit un nouveau projet intergénérationnel de création d'un opéra-radio pour la saison 2017-2018 autour de l'opéra "Pygmalion" de Rameau.



LA MAISON DES SENIORS (MDS), UN ESPACE DÉDIÉ AU COEUR DE LA VILLE

OBJECTIFS

- ◆ Centraliser et transmettre l'information.
- ◆ Accueillir, orienter et accompagner les seniors et leur entourage.
- ◆ Proposer un lieu ressource sur les questions liées au vieillissement.
- ◆ Créer du lien social.
- ◆ Lutter contre l'isolement.

PRATIQUE

- ◆ Identifier les circuits d'information à destination des seniors.
- ◆ Recenser les types de questionnements et de demandes des seniors et de leurs proches.
- ◆ Identifier les moyens existants.
- ◆ Constituer un groupe thématique au sein de l'observatoire de l'âge pour dégager les axes d'orientation.
- ◆ Mettre en place un groupe de travail composé d'agents des différents services du CCAS pour étude, pour rédaction et pour mise en œuvre opérationnelle du projet.
- ◆ Déterminer les missions de la structure en réponse aux besoins identifiés sur le territoire.
- ◆ Reconfigurer le lieu choisi pour le rendre accessible.
- ◆ Recruter un responsable et une équipe de quatre agents d'accueil polyvalents.
- ◆ Informer les partenaires institutionnels et associatifs de l'ouverture de la structure, ses missions et sa volonté de travailler en partenariat.
- ◆ Élaborer un plan de communication pour annoncer l'ouverture de ce nouveau service et ses missions.

UNE MAISON DES SENIORS OUVERTE À TOUS

Dans le cadre du diagnostic préparatoire à l'entrée de Dijon dans la démarche "Villes amies des aînés", un état des lieux a été réalisé. Parmi les propositions dégagées, la création d'une maison des seniors a été énoncée comme étant un axe prioritaire. Une étude a été réalisée afin de constituer le dossier de réalisation de ce projet. Le conseil municipal a voté la création d'une Maison des seniors puis sa mise en œuvre a été confiée au CCAS.

Depuis 2013, la Maison des seniors accueille physiquement et/ou par téléphone les seniors qui recherchent une information liée au vieillissement ou une réponse relative à une question liée à la vie quotidienne, aux loisirs, à la culture... (accès aux droits, aux soins, à l'hébergement, au maintien à domicile, aux activités d'animation, à l'offre culturelle...).

Ce lieu devait être facilement accessible, clairement identifiable et assurer la centralisation et la diffusion des informations relatives au vieillissement et aux seniors. L'objectif était ainsi de réduire les circuits administratifs et faciliter les recherches des retraités et de leurs familles. La MDS s'adresse à tous les seniors dijonnais et leurs proches (qui cherchent une réponse dans les domaines du maintien à domicile, du logement, de la culture, des loisirs...). Elle est également ouverte aux partenaires associatifs, institutionnels ou professionnels de la gérontologie qui souhaitent faire connaître leurs actions et engager des projets de partenariats ou collaboratifs. Les étudiants qui recherchent des informations dans ce domaine y sont également les bienvenus.

ACCUEILLIR, INFORMER ET ORIENTER

La MDS est un lieu ressource. Elle recherche, collecte et diffuse une importante documentation liée aux domaines du vieillissement. Elle dispose de nombreuses plaquettes et autres documentations émanant de différents types de structures (associations, organismes publics, entreprises) laissées à disposition du public. C'est également un lieu de mise à disposition du journal local, de revues et de bornes internet en libre-service. Elle diffuse aussi des informations culturelles et de loisirs en faveur de la promotion des manifestations organisées par les services de la ville de Dijon, les partenaires, les commissions de quartier mais aussi les communes de la métropole.

En fonction de la demande ou de la situation présentée, le personnel d'accueil a vocation à orienter les personnes vers les services du CCAS et l'ensemble des partenaires associatifs ou institutionnels en capacité de répondre aux besoins exprimés. En cas de situation plus fragile ou complexe, la proposition de rencontrer un travailleur social est présentée et encouragée. Le rendez-vous peut alors être aussitôt proposé à la personne sur une plage de permanence. En cas de besoin de visite à domicile, l'information sera transmise au travailleur social pour prise de rendez-vous.

LA PRÉVENTION POUR UN VIEILLISSEMENT EN BONNE SANTÉ

Afin de dispenser une information précise et pour participer à la prévention d'un vieillissement en bonne santé, la Maison des seniors organise des séances thématiques animées par ses partenaires. Les domaines d'information concernent la santé, le vieillissement, l'accès aux droits, l'habitat, la dépendance, la retraite...

Des actions de prévention sont également organisées avec des partenaires ou des services du CCAS, soit sur proposition de ceux-ci, soit dans le cadre des préconisations de l'observatoire de l'âge. En effet, la mise en œuvre des actions portées par l'observatoire de l'âge est placée sous la responsabilité du responsable de la MDS. Pour cela, il travaille en collaboration avec les services du CCAS, de la ville de Dijon et les partenaires institutionnels ou associatifs.

La MDS est aussi le siège du dispositif d'accompagnement des personnes à mobilité réduite aux bureaux de vote lors des élections. Elle inscrit, informe et organise les circuits de transports des personnes vers les bureaux concernés.

Enfin, la Maison des seniors accueille, par ailleurs, les permanences des travailleurs sociaux des secteurs limitrophes et des partenaires qui proposent une action en faveur des seniors.



LA LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT DES PLUS ÂGÉS

Le personnel d'accueil est attentif à chaque senior qu'il reçoit. Particulièrement alerté sur la problématique de l'isolement, il encourage la participation des personnes aux actions d'animation disponibles sur la ville. La personne est également invitée à revenir à la MDS pour s'informer, ou simplement pour lire le journal, ou pour rencontrer les agents d'accueil. Via le dispositif "Seniors en contact", une équipe de bénévoles du CCAS appelle chaque semaine des personnes âgées isolées et inscrites. Le dispositif a pour objectif de rompre la solitude des aînés grâce à un contact téléphonique hebdomadaire et une conversation sympathique axée sur l'actualité. L'équipe de bénévoles a été renforcée par des jeunes en service civique de l'association UnisCité.

Toujours dans cet objectif de lutter contre l'isolement, la Maison des seniors accueille, une fois par mois, le café d'aide aux aidants en partenariat avec le réseau RESEDA.

Enfin, la Maison des seniors est le siège de l'enregistrement des inscriptions et de la transmission des cartons d'invitation des grandes manifestations offertes aux Dijonnais (spectacle de la semaine bleue, repas de Noël soit plus de 3000 places distribuées). Elle est également chargée de la mise à jour du registre nominatif communal dans le cadre du dispositif canicule.

UN LIEU BIEN IDENTIFIÉ

Les objectifs de la Maison des seniors sont atteints : elle est aujourd'hui bien identifiée comme l'espace dédié au public senior, à leurs proches et aux partenaires. Ce lieu répond à un grand nombre de questions relatives aux aînés de 50 à 110 ans. Il s'ouvre, de plus en plus, à des actions de partenariats et intervient dans la mobilisation des bénévoles afin d'être au plus près des besoins des habitants des territoires.

À l'écoute de tous, il est le siège de la collecte des remarques et des suggestions des Dijonnais pour mieux les faire valoir et soutenir des réponses adaptées par les services concernés.

À présent, la MDS a pour projet de se déployer sur les quartiers afin de proposer une information de proximité auprès des habitants (projet en cours d'étude et en concertation avec les structures de quartier). **Autre axe en perspective** : la mise en place d'un "conseil de maison", au sein de la Maison des seniors, afin de renforcer la dynamique participative.



LES MAMIES GUITARES OU LE TONNERRE ÉLECTRIQUE

OBJECTIFS

- ◆ Favoriser la rencontre entre seniors et artistes.
- ◆ Encourager la rencontre et le lien social autour de la musique.
- ◆ Initier un travail personnel et collectif grâce à la musique et à l'écriture.

PRATIQUE

- ◆ Organiser des ateliers à destination des seniors autour de la musique grâce à la contribution de musiciens.
- ◆ Coordonner un travail d'écriture et de restitution au public.

RÉUNIR AUTOUR DE LA MUSIQUE

Ce projet, porté par *La Vapeur* (scène de musiques actuelles), *La Maison-phare* (structure de quartier) et un producteur, a pour objectif de favoriser la rencontre entre seniors et artistes autour de la réalisation d'une œuvre collective sonore. Il s'agit d'inventer une forme d'intervention où se conjuguent création artistique et action culturelle. Elle se traduit par plusieurs rencontres autour de la guitare électrique et de l'écriture. Pendant quatre jours d'ateliers, sept seniors "non musiciens" collaborent avec les deux artistes et prennent part au processus de création d'une performance sonore. À l'issue de ces journées d'ateliers, une représentation publique est donnée. Les deux musiciens animent les ateliers et sont présents les jours de restitution. La Vapeur et La Maison-phare sont investis dans la coordination, dans la relation avec les participants et dans la communication autour du projet.

DE CHAQUE SON NAÎT LA MUSIQUE, COMME DE CHAQUE SILENCE

Cette rencontre commence par une découverte sonore, où il est question de fermer les yeux, de reconnaître la place de petits bruits et du silence, d'affirmer, de croire et de sentir ces sons quotidiens qui peuvent devenir musique. Le travail de direction musicale se rapproche des codes d'une chorale. Il s'agit pour les participantes d'apprendre les signes utilisés par le guitariste : faire résonner toutes les cordes en une fois, gratter toutes les cordes en continu, faire résonner une seule corde, déplacer au hasard sa main sur le manche, laisser résonner, plus fort, moins fort, arrêter le son, changer d'objet...

UN ATELIER D'ÉCRITURE

Le travail d'écriture se fait en deux temps.

Dans un premier temps, l'écriture collective. Qui sont "Les mamies guitares" ? Le groupe commencera par s'inventer une identité commune. Est-ce que c'est un collectif de femmes activistes qui s'est fait remarquer à travers le temps par son engagement politique ? Poétique ? Par sa volonté de développer des actions hors du commun ? Est-ce un ancien groupe de music-hall reconverti dans la musique improvisée ? Un groupuscule féministe ? Une association visant à faire de l'utopie une réalité réinventée quotidiennement ? L'imaginaire et le fantasme sont les maîtres-mots de cette première étape.

Dans un second temps, chacune aura une identité propre à dépeindre. Son nom, ses origines, son parcours, ses déboires, ses joies, sa relation aux autres... Tout cela éclairé par la trame commune choisie par le groupe. Là aussi, la règle est de dire le vrai et le faux et ainsi permettre à l'indicible de s'exprimer sans pathos et sans retenue aucune. **Redire le passé, s'en moquer, le réinventer, le chérir, le rejeter, l'accepter... pour pouvoir dire le présent et pour se faire un avenir collectivement comme un rêve général.**



Dijon

VILLE AMIE DES AÎNÉS

Une démarche au service de
la ville où il fait bon vieillir
jusqu'au plus grand âge

JANVIER 2018
MANDAT DE L'OBSERVATOIRE DE L'ÂGE
