

Réseau de soutien aux seniors : favoriser les liens pour renforcer la santé



Photo : Phuong Toan Tran

L'isolement social représente un risque pour la santé, l'âge amplifie ce risque. Le projet « Réseau de soutien aux seniors » montre comment différentes ressources communales et individuelles peuvent être utilisées pour créer, dans les communes, une diversité d'offres adaptées aux besoins tout en tenant compte à la fois des spécificités locales et des questions globales liées au vieillissement.

Réseau de soutien aux seniors : favoriser les liens pour renforcer la santé

Avec l'avancée en âge, le risque d'isolement social augmente sensiblement et a potentiellement un impact sur l'état de santé et la qualité de vie des seniors. L'isolement social peut se mesurer notamment par la taille du réseau social (OFS, 2006). Or, la perte d'un-e conjoint-e, le décès d'ami-e-s, l'éloignement des enfants sont autant de facteurs liés au vieillissement réduisent la taille de ce réseau et affectent ainsi la qualité de vie des seniors.

Les communes peuvent jouer un rôle central ! Que ce soit pour identifier les causes de l'isolement, les vulnérabilités ou pour agir et entretenir les liens sociaux au niveau local et ainsi soutenir la qualité de vie des seniors. L'échelon communal se révèle en effet particulièrement adapté pour mettre en œuvre diverses initiatives pertinentes renforçant les liens communautaires et s'engageant ainsi activement pour le maintien des liens sociaux.

Les communes s'engagent avec l'appui de RADIX

Les communes sont en première ligne dans de nombreux domaines et ceci avec des ressources limitées. C'est dans ce contexte que la Fondation suisse pour la santé RADIX propose un soutien dans la réalisation de projets dans le domaine de la prévention et la promotion de la santé. Une phase pilote de trois ans, soutenue par Promotion

Santé Suisse, a permis à trois communes romandes, de taille différente et dans des cantons variés, de placer la question de l'isolement social et de la qualité de vie des seniors au cœur de leurs priorités.

Trois communes pilotes dans trois cantons différents

Il est 9h, derrière son ordinateur, Sabrina Babecki, animatrice socio-culturelle à Riddes, a rendez-vous avec l'équipe de RADIX. À l'ordre du jour : l'analyse des entretiens réalisés dans le cadre du projet Réseau de soutien aux seniors, baptisé « DéRidd'âge ». Dans cette petite commune du Valais, un groupe de travail coordonné par l'animatrice socio-culturelle a identifié tous les seniors de plus de 65 ans. Toutes les personnes qu'aucun-e membre du groupe ne connaissait ont été contactées. Les membres du groupe de travail sont ensuite allés à la rencontre de toutes les personnes « inconnues » de la localité pour présenter ses actions et s'assurer que leurs besoins étaient pris en compte. Ces entretiens ont été menés par des personnes retraitées, elles-mêmes impliquées dans le groupe de travail. On retient de ces échanges quels sont les obstacles éventuels à l'accès à certaines offres. Par exemple, il est difficile de traverser le village car il manque d'espaces de repos. De plus, la commune souffre d'un manque de rencontres informelles, les habitant·e·s ne se connaissant plus. RADIX collabore avec Sabrina pour réfléchir à la manière de valoriser ces résultats et les traduire en propositions concrètes.

Pendant ce temps à Marly, commune fribourgeoise, Florence Bornex, collaboratrice administrative récemment nommée coordinatrice seniors, se consacre à l'élaboration d'une brochure destinée aux retraité·e·s de la localité dans le cadre du projet « SenioraMa ». Un questionnaire co-construit avec l'équipe de RADIX, et ayant obtenu un taux de retour significatif, a révélé notamment que la proportion de germanophones parmi la population âgée est bien plus élevée que dans l'ensemble de la population de Marly. Bien que la population âgée germanophone de Marly maîtrise le français à l'oral, cette maîtrise ne se transpose pas à l'écrit. Ceci impacte toute la communication adressée à cette tranche d'âge. La brochure sera ainsi bilingue pour garantir d'atteindre un large public. Les traductions seront assurées par un groupe de travail composé de jeunes aînés. Au-delà de la question de langue, cette brochure répond également au besoin global d'informations de la population senior. La commune a en effet régulièrement fait le constat que nombre d'activités/prestations proposées par la commune aux seniors sont peu connues et donc peu utilisées. Cette brochure, plébiscitée par le réseau de partenaires, sera actualisée régulièrement et remise à tous les seniors de la commune. Elle sera également distribuée accompagnée d'un biscuit, à l'occasion de chaque anniversaire à partir de 65 ans.

Il est 18h au Grand-Saconnex. L'équipe de RADIX a été invitée à animer une soirée réunissant différents partenaires de la commune. Une check-list a soutenu la responsable du service et ses collaborateur·trices dans l'identification et l'invitation des acteurs formels (établissements médicaux sociaux, homes, soins à domicile, autres services de la commune) et informels (coiffeurs, commerçants) en lien avec les seniors de la commune. Ces personnes ont été conviées à se réunir pour poser un regard commun sur la problématique de l'isolement des seniors. C'est la première fois que cette vingtaine de professionnel·le·s sont réunis dans la même pièce et prennent le temps d'échanger et de partager leurs constats. Grâce à l'animation des collaboratrices de RADIX, Joël Stamm, le travailleur social communautaire, Silvia Antelo, l'assistante sociale en charge des seniors et Nicole Hauck-Bernard, responsable du service social, peuvent participer activement à cette première séance d'échanges entre partenaires.

Dans ces trois communes, l'organisation administrative diffère, de même que le contexte et la répartition des tâches avec le canton. Néanmoins, elles ont toutes réussi à impliquer les seniors, mettant ainsi en valeur leurs ressources et clarifiant leurs besoins. Un réseau de partenaires a également été constitué et est désormais coordonné par la commune. Il sera régulièrement invité par les communes à se réunir afin de soutenir et contribuer aux actions déployées avec et pour les seniors. Grâce à ces projets, ces trois communes se positionnent et sont perçues par les habitant·e·s et par le réseau comme coordinatrices des initiatives destinées aux seniors.

« Des actions et un accompagnement sur mesure »

Malgré les différences de taille et de contexte politique entre les trois communes, les cheffes de projet constatent que les préoccupations des seniors sont plutôt similaires. C'est pour cette raison que des rencontres ont été

prévues pour échanger sur l'avancement des trois projets. « Les rencontres intercommunales ont été très riches, très bienveillantes. Malgré les différences géographiques ou de taille des communes, les questions centrales ont été les mêmes dans les trois démarches » soulignent les cheffes de projet. La promotion de la mobilité pour un accès facilité aux services s'avère par exemple être une préoccupation commune. Lors de ces rencontres semestrielles, des contributions thématiques variées ont permis un échange d'expériences et de connaissances sur des sujets tels que la participation des seniors, la communication entre les partenaires et avec les seniors, ainsi que l'ancrage des mesures et des processus au niveau politique. Des acteurs cantonaux, impliqués dans la promotion de la santé des seniors, étaient également présents pour en savoir plus sur les démarches et apporter leur expertise sur les différentes actions.

Toutefois bien que les problématiques soient récurrentes, les solutions apportées s'appuient sur l'existant et sur les expertises locales. À titre d'exemple, à Riddes, l'aménagement d'un espace convivial nommé le « Coin bla-bla » au cœur de la commune, avec du mobilier adapté, offre aux retraité·e·s un lieu central pour se retrouver et faire une pause lors de leurs déplacements. Un bus scolaire a été mis à disposition pour déposer les retraité·e·s aux nombreuses activités proposées par la commune. À Marly, la brochure SenioraMa facilite l'accès aux nombreuses offres déjà organisées. Au Grand Saconnex, l'organisation de rencontres informelles en extérieur, au pied des immeubles plutôt qu'à la « Ferme Pommier », la maison de quartier communale, permet d'atteindre les quartiers les plus éloignés, au plus près des seniors.

Dans toutes ces démarches, les communes ont bénéficié du soutien de RADIX : « RADIX nous a obligé·e·s à garder le dossier et les enjeux des seniors en haut de la pile et à pouvoir avancer en continu », déclare la responsable du service social du Grand-Saconnex.

Un suivi serré pour relever les défis ensemble

La participation des seniors représente une plus-value considérable mais elle ne va pas de soi pour des professionnel·le·s très occupé·e·s par des tâches multiples. Dans ce contexte, poser un cadre clair pour la collaboration, et le rappeler régulièrement a été un facteur de succès dans les communes pilotes. De plus, une grande transparence au niveau de l'administration communale, notamment en ce qui concerne les ressources disponibles et le rythme de développement des actions a contribué à limiter les tensions ou les frustrations.

Le suivi serré de RADIX a aidé les trois communes pilotes à garder le dossier du bien-vivre des seniors au sommet des priorités pendant trois ans et à ne pas se laisser décourager malgré les défis constants. En effet, face l'ampleur de la tâche ainsi qu'à l'incertitude des résultats, maintenir la motivation des responsables des projets a représenté un effort constant.

Ancrage et perspectives

Trois ans après le lancement du projet, les processus et mesures instaurées avec l'impulsion de RADIX se poursuivront. Pour clore le projet en beauté, un partage d'expériences a été organisé le 1^{er} décembre 2023 à Lausanne et a mis à l'honneur l'engagement des communes pilotes ainsi que d'autres communes invitées à présenter leurs actions à cette occasion.

L'accompagnement de RADIX se poursuit : un recueil d'outils et de bonnes pratiques sera disponible dès janvier 2024, offrant ainsi à d'autres communes romandes la possibilité de s'engager pour lutter contre l'isolement des seniors et favoriser le maintien des liens sociaux. Cependant, un accompagnement professionnel demeure précieux, et RADIX reste disponible pour toute collaboration future, avec le soutien de la Fondation Promotion Santé Suisse.

Contacts : Florence CHENAUX chenaux@radix.ch, Louisa SANG sang@radix.ch

www.radix.ch/reseau-soutien-seniors

<https://www.marly.ch/social-et-sante/seniors>

<https://www.riddes.ch/commune/deridd-1766.html>

<https://www.grand-saconnex.ch/fr/vivre-au-Grand-Saconnex/aines/actions-pour-les-seniors-0-47>