

ACTUALITÉ DE L'ASSOCIATION

Premier colloque Citoyennage Seine-Maritime



1^{ER} COLLOQUE DÉPARTEMENTAL

LES CONTRAINTES DE LA VIEILLESSE
2024

Ce premier colloque départemental « Citoyennage » de Seine-Maritime, sur le thème des CONTRAINTES du VIEILLISSEMENT, a réuni 80 personnes (personnes âgées des résidences, du domicile, professionnels de la gérontologie et citoyens) le jeudi 26 septembre 2024, à l'hôtel Hyatt de Rouen.

Cette première expérience a été un franc succès. Vous trouverez un petit retour en images du colloque en vidéo ici. <https://youtu.be/pfAiv2KyHZU> en scannant ce QRcode :



Une quarantaine de personnes âgées, de résidences et du domicile, se sont réunies en petits groupes, environ une fois par mois, afin de discuter autour du thème choisi et de préparer le colloque. Ces réunions étaient également l'occasion de se retrouver, de créer du lien, et de partager un moment de convivialité autour d'un repas.

Retrouvez-en la synthèse dans le livret réalisé pour cette occasion, dans les pages suivantes de ce numéro des eChos.

Le groupe est prêt à réitérer l'expérience en 2025, et sera rejoint par des personnes âgées d'autres résidences !

CITOYENNAGE

les actes



1^{ER} COLLOQUE DÉPARTEMENTAL
LES CONTRAINTES DE LA VIEILLESSE
2024



Ce premier colloque départemental « Citoyennage » de Seine-Maritime, sur le thème des CONTRAINTES du VIEILLISSEMENT, a réuni 80 personnes (personnes âgées des résidences, du domicile, professionnels de la gérontologie et citoyens) le jeudi 26 septembre 2024, à l'hôtel Hyatt de Rouen.

Citoyennage est une association qui a pour vocation d'allier citoyenneté et grand âge. C'est donc naturellement que le Trait d'Union du Cailly a choisi de promouvoir la démarche au sein de ses résidences et de ses services tournés vers le domicile, afin que la parole des aînés soit au cœur de nos débats. Ils sont des citoyens à part entière et peuvent, mieux que personne, parler de la vieillesse, de leurs difficultés et de leurs attentes.

Ainsi, une quarantaine de personnes âgées, de nos résidences et du domicile, se sont réunies en petits groupes, environ une fois par mois, afin de discuter autour du thème choisi et de préparer le colloque. Ces réunions étaient également l'occasion de se retrouver, de créer du lien, et de partager un moment de convivialité autour d'un repas.

L'avis et le vécu des personnes âgées retransmis lors de ces travaux permettent aussi de nourrir la réflexion des professionnels et d'alimenter le projet d'établissement, pour toujours aller plus loin dans une démarche participative d'amélioration constante de nos services et de la vie quotidienne en résidences.

Enfin, la synthèse des propositions émises par les personnes sera diffusée dans les résidences, dans les médias (notamment *Echos de Citoyennage*), sur les réseaux sociaux, puis sera envoyée aux élus locaux, aux instances départementales et régionales afin de faire valoir leurs droits et faire remonter les besoins des aînés.

Le groupe est prêt à réitérer l'expérience en 2025, et sera rejoint par des personnes âgées d'autres résidences !

Témoignages

*Après cette première année dans l'aventure Citoyennage
(propos recueillis un mois après le colloque) :*

“ Avec le groupe, on a
un impact, ça fortifie
notre discours ”

“ Par le biais de
Citoyennage, j'ai ouvert
les yeux... oui, nous
avons le droit de nous
exprimer... ”

“ C'est une vraie
fierté d'être
porte-parole ”

On perd la confiance en soi en vieillissant, je me suis sentie vivante et en droit de dire ce que j'avais à dire !

Quel rôle !

On est encore là, avec nos personnalités, pas juste un vieux parmi d'autres !

C'était une journée formidable, enrichissante et très émouvante

Mots des présidentes de Citoyennâge Seine-Maritime Mme Lecomte et Mme Poultier :

On nous offre la parole... Osez-la !... et rejoignez-nous !





Synthèse

Pour cette première année, le comité Citoyennage a choisi le thème des contraintes du vieillissement, comme une belle entrée en matière dans la démarche ! En effet, chaque âgé, qu'il soit à domicile ou en résidence, s'accorde sur le fait que tout devient plus contraignant avec l'âge...

Les contraintes en vieillissant sont pour un grand nombre liées aux difficultés de déplacement, à la dépendance des autres, à la solitude, aux pertes sensorielles et à la contrainte financière.

Lors de sa présentation, un groupe fait également remonter, avec émotions, l'accumulation des dépossessions et pertes subies :

dépossession de son corps, de sa maison, de son linge, de ses capacités de gestion, de sa liberté de choisir, de son intimité, de l'être cher, de ses habitudes, de ses envies, de ses possibilités de voyager, de ses loisirs et parfois de ses souvenirs...

Passés ces difficiles constats de deuils à faire, l'acceptation de sa condition - entourée par des professionnels ayant un savoir-faire et un savoir-être - semble être la clé...

L'empathie des professionnels fait du bien. Mais être accompagné, avoir besoin d'aide, ne signifie pas faire à la place des âgés... Une vigilance est aussi portée à la connaissance des professionnels concernant la communication, avec la nécessité de parler doucement et surtout d'articuler lorsque nous nous adressons aux personnes que nous accompagnons. Effectivement, les pertes auditives apparaissent comme un véritable handicap social.

Le lien et la vie sociale aide à avancer malgré les contraintes. Se sentir attendu, reconnu permet de maintenir une estime de soi et surtout de rassurer... Avoir une personne « tutrice » à l'arrivée, un interlocuteur privilégié en résidence permettrait de démystifier l'emménagement et d'aider aux repérages des lieux et des personnes dans les premiers moments, tout en recréant une vie sociale qui s'amenuise souvent avec les années...

De cette même manière, les accompagnateurs sociaux sur le territoire sont une richesse pour les personnes à domicile. Ces derniers font état d'une carence majeure : le manque d'accès aux informations et aux droits les concernant...

Il apparaît donc nécessaire de créer des pôles d'aide aux personnes âgées dépendantes, au niveau municipal. Des permanences avec un référent social pour les personnes âgées et des ordinateurs à disposition ou des réunions régulières d'informations dans chaque ville pourraient permettre de couvrir ce droit à l'information sur les aides existantes et faciliter les démarches administratives.

De plus, la société se dématérialisant, un partage de données entre les organismes serait le bienvenu (comme entre les impôts et la caf par exemple) afin d'éviter de démultiplier les démarches...

Si la contrainte financière apparaît pour les habitants des résidences, certains estiment que le prix de celles-ci devrait être financé en partie par les caisses de retraites, mutuelles ou organismes, par un juste retour des cotisations de toute une vie. Selon ces personnes, une société solidaire devrait

accompagner et aider financièrement car « *ce n'est jamais un choix que d'être malade* »... La société devrait venir au devant des aînés plutôt que ce soit aux aînés de batailler administrativement pour faire valoir leurs droits.

Il semble donc urgent qu'on parle enfin du grand âge au gouvernement et que les aides soient harmonisées sur le territoire. L'inégalité des aides et des services existants entre les départements est injuste selon le comité Citoyennage.



Avec de plus en plus de soucis de santé, et au-delà du coût que cela peut représenter, il y a la contrainte de la dépendance... Certains estiment négliger leur santé du fait de l'organisation que nécessite un rendez-vous chez le spécialiste. Avec la désertification médicale et les contraintes liées au grand âge, il faut réfléchir à un service d'aide au déplacement, c'est à dire un service spécifique avec de vraies personnes offrant un accompagnement adapté aux besoins des personnes âgées et/ou dépendantes. Un genre de « *taxi adapté, avec des professionnels qui conduisent et nous parlent, nous aident et nous rassurent pour nos rendez-vous !* »

Cet avis est partagé aussi par les habitants en résidence pour qui, la création d'un poste de chauffeur avec véhicule adapté, pouvant ainsi assurer un accompagnement physique et de soutien aux RDV médicaux, visites ou petites courses, apparait primordial.

En conclusion, ce premier colloque a permis de mettre en mouvement les âgés du territoire du Cailly, rassemblant une quarantaine de personnes de 3 résidences et du domicile dans cette belle démarche citoyenne.

Ce premier sujet des contraintes du vieillissement a délié les langues et offert l'espace de parole qui manquait. Tous se disent prêts à réitérer l'expérience pour 2025 avec plein d'autres idées de thèmes qui, à coups sûrs, nous permettront à tous, professionnels de la gérontologie, politiques, citoyens que nous sommes, de réfléchir et d'envisager nos pratiques sous un autre angle...

A l'heure de la tant attendue loi Bien Vieillir et du chantier sur le grand âge, les personnes réclament à vieillir dans une société solidaire qui serait à l'écoute des besoins de ses aînés.



Propositions concrètes pour la résidence Les Myosotis, Montville :

Avoir plus de personnel et notamment, une personne dédiée aux déplacements pour nos démarches, nos rendez-vous ou pour des loisirs.

*

Pour pallier aux pertes sensorielles, envisager des cours de braille en résidence et réfléchir aux appareils connectés en résidences.



Propositions concrètes pour la résidence La Côte de Velours, Notre-Dame de Bondeville :

Equiper les logements de téléphones « adaptés »
(grosses touches et numéros principaux
pré-enregistrés) ou à reconnaissance vocale.

*

Faire appel à un professionnel administratif, pour
nous aider dans nos démarches ou lorsqu'on
souhaite écrire à quelqu'un.

*

Créer un poste de chauffeur avec véhicule adapté
pour les 3 résidences. Il pourrait ainsi assurer
certains RDV médicaux, les visites au cimetière,
les petites courses, les sorties organisées par
l'animation, les sorties familiales...

*

Créer un atelier cuisine avec nos recettes à nous, à l'ancienne. Prendre en compte nos envies de repas et rendre possible l'accès aux cuisines de temps en temps pour confectionner nos plats, de l'entrée au dessert, lorsqu'on veut recevoir nos familles par exemple.

*

Ouvrir un partenariat avec les bénévoles de la paroisse voisine qui nous accompagneraient à la messe ou organiseraient des messes au sein de la résidence.



Propositions concrètes pour la résidence Le Villâge des Aubépins, Maromme :

Avoir un « tuteur » d'entrée en résidence parmi les habitants (et que le référent soignant nous soit présenté dès le début et soit notre interlocuteur privilégié).

*

Créer un service d'aide au déplacement, c'est à dire un service spécifique avec de vraies personnes offrant un accompagnement adapté à nos besoins (notamment pour les rdv médicaux, sans nécessité de bon de transport). Un genre de « taxi adapté, avec des professionnels qui conduisent et nous parlent, nous aident et nous rassurent pour nos rendez-vous ! » Ce chauffeur pourrait être commun aux trois maisons, qui doivent avoir les mêmes besoins.



Propositions concrètes des personnes du domicile accompagnés par les animateurs de lien social :

Faciliter l'accès à l'information et aux droits des personnes âgées avec des réunions d'information et un référent personnes âgées au niveau municipal. Les mairies devraient être un interlocuteur phare pour les âgés.

*

Créer une plateforme généraliste qui centralise tous les droits des personnes âgées comme les sites officiels [xxx.gouv] adaptés à notre situation.

*

De même, avec les démarches dématérialisées, nous avons besoin de formation en informatique. (Mais il faut quand même des alternatives au numérique pour les gens qui ne voient pas clair par exemple !).

*

Il faut que les organismes communiquent entre eux pour que les démarches soient simplifiées (réunir les informations à la manière des cases pré-remplies sur la déclaration d'impôts, APA, complémentaires santé, caisses de retraite...)

