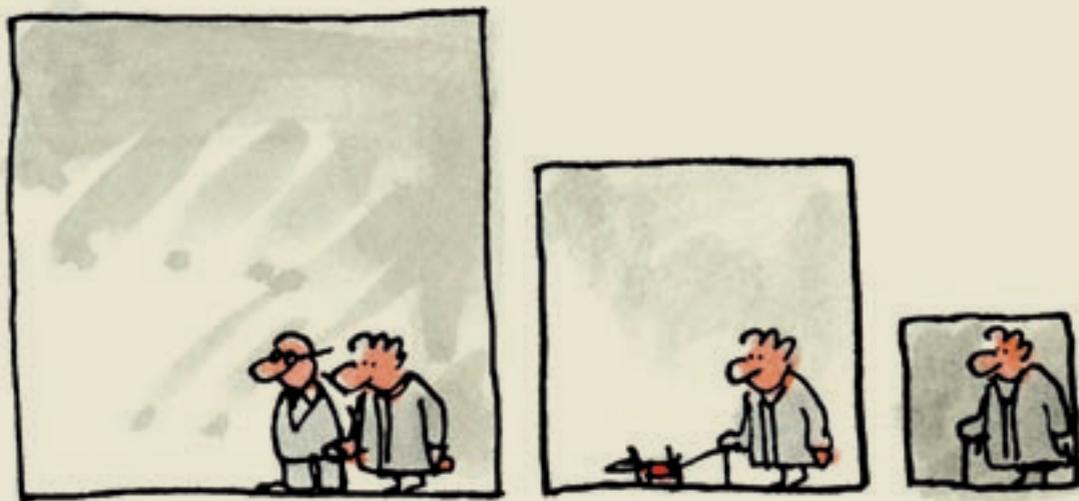


# *Seniors admis, seniors amis*

20 PROJETS POUR LUTTER  
CONTRE L'ISOLEMENT DES PLUS AGES



Kroll-



# *Seniors admis, seniors amis*

**20 PROJETS POUR LUTTER  
CONTRE L'ISOLEMENT DES PLUS AGES**

## SOMMAIRE

A table	4
Alarme	6
Au théâtre ce soir !	8
Bienvenue à la maison	10
Mémoire vivante	12
Journée cajolerie	14
Apprends-moi ce que tu sais	16
Noël pour tous	18
Prendre la plume pour mamy	20
Dis-moi ce que tu mangeais	22
Le médecin votre ami	24
Étoile téléphonique	26
Le temps des Troubadours	28
Bob le bricoleur	30
Hep taxi !	32
D'énormes petits services	34
Qui est parrain de qui ?	36
Le besoin de se raconter	38
Dehors!	40
Les Passeurs de temps	42

Cette publication est également disponible en néerlandais sous le titre: *'Met z'n allen, niet alleen'*

Une publication de la Fondation Roi Baudouin,  
Rue Brederode 21 - 1000 Bruxelles

*Rédaction* Michel Teller et Isa Van Dorsselaer

*Traduction* Marielle Goffard et Erik Tack

*Coordination pour la Fondation Roi Baudouin*

Françoise Pissart *directrice*  
Sabine Denis *conseiller de programme*  
Ann Vasseur *assistante de direction*

*Graphisme* MEGALUNATRIUMVIRAAT

*Impression* Arte-Print

*Illustrations* Pierre Kroll

Cette publication peut être téléchargée  
gratuitement sur notre site internet [www.kbs-frb.be](http://www.kbs-frb.be)

Elle peut être commandée (gratuitement)  
via [www.kbs-frb.be](http://www.kbs-frb.be)

par e-mail à l'adresse [publi@kbs-frb.be](mailto:publi@kbs-frb.be)

par téléphone au Centre de contact

de la Fondation Roi Baudouin,

tél +32 70 233 728

fax +32 70-233 727

*Dépôt légal* D / 2007 / 2848 / 12

*ISBN -13* 978 - 2 - 87212 - 517 - 3

*EAN* 9782872125173

Juin 2007

Avec le soutien de la Loterie Nationale

## AVANT-PROPOS

Le monde de nombreuses personnes âgées ne cesse de se rétrécir. La mort les sépare de leur bien-aimé, de leur famille, de vieux amis et voisins. La solitude les guette.

L'intimité constitue le meilleur rempart contre ce vide émotionnel. Un partenaire, un bon ami, un voisin sympathique – des gens sur qui on peut compter. Plus ces liens sont étroits, mieux les personnes âgées sont armées.

Mais nombreux sont les plus de 80 ans qui n'ont plus de réseau pour agrémenter leur vie lors des bons jours et les soutenir lors des mauvais. Bon nombre de ces personnes âgées vivent seules. Elles voient l'aide ménagère, l'aide soignante et le kinésithérapeute. Mais une fois les genoux massés, pour peu que leur maison soit isolée, elles restent seules.

Elles sont trop mal en point ou trop malades pour se risquer dans le monde. Ou elles ne se sentent nulle part bienvenues. Parfois, elles n'aiment plus sortir ou sont tellement recroquevillées sur elles-mêmes qu'elles ne peuvent plus sortir seules.

Le monde extérieur peut les aider, en les sortant de leur solitude et en faisant avec elles des choses qu'elles aiment. Ou simplement en passant du temps chez elles et en leur donnant le sentiment que vieux ne veut pas nécessairement dire exclu.

La Fondation Roi Baudouin soutient des petits réseaux locaux de bénévoles ou des organisations qui rompent l'isolement des plus de 80 ans. En 2004, 75 initiatives ont bénéficié d'un soutien financier de 500 à 1.500 euros; en 2005, elles étaient 79.

Que font ces réseaux et comment fonctionnent-ils? Quels sont les atouts et les points faibles de leur projet? A-t-il eu le succès escompté? Et vous, comment pouvez-vous y arriver?

La Fondation Roi Baudouin espère que ces vingt exemples en inspireront d'autres.

***Fondation Roi Baudouin***  
***Juin 2007***

# A table

Il n'y a pas si longtemps, Fina (77 ans) était encore seule chez elle à dépérir après la mort de son mari. "Je m'étais repliée sur moi-même." Jusqu'à ce que des volontaires du Ziekenzorg l'arrachent à sa solitude et l'emmènent au Den Tleer à Schoonbeek. "Il fallait à nouveau que je 'm'habille' pour être convenable en société. Je papote à chaque fois avec des gens que je connaissais mais avec qui je n'avais plus de contact. Je fais davantage attention à moi maintenant."



**Quoi?** Le restaurant communal Den Tleer propose aux personnes du quatrième âge de Schoonbeek un repas chaud et équilibré, pendant qu'elles discutent avec d'anciennes ou de nouvelles connaissances. "Cuisiner à la maison n'est plus évident pour elles" explique Jenny Panis du Ziekenzorg. Elles se déplacent trop difficilement pour préparer de bons petits plats ou ne sont plus aussi habiles avec un couteau de cuisine. De plus, elles n'ont souvent plus envie de cuisiner pour elles seules. Depuis fin 2004, elles peuvent se rendre deux fois par semaine, le lundi et le vendredi, au restaurant du village.

**Comment?** Un traiteur livre les repas chauds; ils sont présentés sur des assiettes dans la cuisine du Den Tleer et servis par les volontaires. Ces derniers font également la publicité du restaurant auprès des seniors, transportent les moins mobiles, aident à dresser et à débarrasser les tables et discutent avec les invités.

Deux personnes de la ville de Bilzen s'occupent des finances et des inscriptions et veillent à l'hygiène de la cuisine. Den Tleer est un local communal.

Un repas – soupe, plat principal et dessert – coûte quatre euros cinquante. Les personnes qui ont des difficultés financières ne paient que deux euros cinquante. Celles qui suivent un régime spécial sont également les bienvenues.

**Partenaires?** Des volontaires de Ziekenzorg, Rimo-Limburg (service socioculturel), la ville de Bilzen, le comité de quartier, le traiteur De Zwaan.

**Atouts?** Den Tleer réunit non seulement des seniors jeunes et plus âgés mais également des mères, par exemple, désireuses de manger avec leur enfant qui fréquente l'école voisine.

Les utilisateurs ne veulent donc pas que Den Tleer acquière l'étiquette de restau-

rant social. "Nous voulons réunir tout le village" déclare Panis.

Les participants se voient régulièrement servir une enquête avec le poisson et les croquettes! Qu'est-ce qui est bien, qu'est-ce qui peut être amélioré? "Les personnes âgées apprécient énormément qu'on leur demande encore leur avis."

**Difficultés?** Cela n'a pas été évident de motiver les personnes du quatrième âge. Elles se méfiaient du prix peu élevé du repas. Ou elles avaient peur de faire le premier pas: connaîtraient-elles quelqu'un? Pour les encourager, le premier repas est gratuit. Dès qu'elles connaissent le restaurant, bon nombre d'entre elles ne savent plus s'en passer. Elles digèrent mal la pause forcée en été – le local est alors utilisé pour accueillir des enfants.

Certains seniors moins mobiles ne franchissent toutefois pas le pas malgré le transport gratuit.

**Succès?** Actuellement, Den Tleer accueille soixante personnes deux fois par semaine. C'est beaucoup plus que les trente seniors, une fois par mois, que Ziekenzorg envisageait au départ. Dans la commune voisine de Munsterbilzen, Okra a ouvert un restaurant similaire; d'autres communes ne cachent pas non plus leur intérêt.

**Et vous?** Sans bons partenaires, ce type de restaurant n'est pas possible. Il faut un local fixe, de préférence municipal. La commune peut apporter une aide financière car sur un plan purement économique, Den Tleer est déficitaire. Il est préférable de chercher un traiteur – cuisiner soi-même est contraignant. Enfin, il faut de nombreux volontaires pour faire tourner le restaurant et lui donner le côté humain qui le rend si spécial.

# Alarme

“C’est Télésecours. Tout va bien?” demande gentiment une voix féminine. Maria (94 ans) fait un signe de la tête à Arthur assis à table à côté d’elle. “Tout va bien. C’est un test.” “Cet appareil fonctionne à la perfection. Bonne journée!” dit la voix. Et c’est comme ça toutes les six semaines. Arthur vient contrôler l’alarme personnelle que Maria porte autour du cou. “Je me sens plus sûre comme ça” dit-elle. Arthur lui demande si elle n’a besoin de rien. “Et nous discutons, du passé ou des cours” dit Maria. Elle n’aime pas avoir trop d’agitation autour d’elle. Mais une petite discussion avec Arthur lui fait toujours du bien.



**Quoi?** La commune de Bredene loue des appareils d'alarme personnelle à des seniors isolés – souvent des plus de 80 ans. Grâce à cet appareil, ils peuvent avertir une centrale en appuyant sur un bouton. Le service social de la commune n'arrivait pas à assurer le contrôle technique indispensable des appareils. De jeunes seniors volontaires rendent visite à leur place aux personnes âgées.

**Comment?** Les volontaires s'occupent chacun de quatre à six personnes âgées. Toutes les six à huit semaines, ils frappent à leur porte. "Je contrôle si l'appareil fonctionne bien et si les piles ne doivent pas être changées" déclare Arthur, un prépensionné qui se consacre avec plaisir à 'ses' plus de 80 ans. "J'aime me rendre utile."

Les volontaires font la causette avec la personne âgée "si elle en éprouve le besoin". Ils donnent des informations de la commune, sur des aides financières ou autres nouveautés. Ils évaluent si la personne a besoin d'une aide à domicile supplémentaire sont à l'écoute de leurs autres questions. Dans ce cas, ils le signalent au service social, qui passera à son tour.

**Partenaires?** Le service social de Bredene, des volontaires.

**Atouts?** "Le contrôle des appareils ouvre des portes" déclare Dominique Van Deursen du service social. C'est un bon moyen de briser la glace. "Nous reprenons contact avec des seniors isolés. Notre commune a bien des conseils de quartier mais ces réunions se déroulent en soirée et les personnes âgées ne peuvent généralement pas y assister. De cette façon, nous entendons quand même leur voix."

**Difficultés?** "Sélectionner les bons volontaires, affirme Van Deursen. Vous ne savez en fait jamais qui répond à cet appel aux volontaires. Il y a des gens qui sont à l'affût de personnes âgées vulnérables." "Il est parfois étonnant de voir combien les personnes âgées ouvrent vite leur porte, même aux gens qu'elles ne connaissent pas" dit Arthur. Pour rassurer les seniors, la commune de Bredene leur a envoyé une lettre au préalable. Les volontaires possèdent également une carte.

**Succès?** Bredene dispose actuellement de 55 appareils qui sont presque toujours loués. Douze volontaires font les contrôles. Depuis, la commune utilise ce canal pour d'autres initiatives, comme la prévention des chutes: les volontaires donnent des conseils aux personnes âgées afin de rendre leur maison plus sûre et ainsi éviter d'éventuelles chutes.

**Et vous?** Ce service n'est pas onéreux. Les volontaires ont besoin d'un compteur électrique, d'un tournevis et de nouvelles piles. Ils ont eu une brève formation à Bredene. Ils ne sont pas rémunérés. "Nous les gâtons autrement, par des formations entre autres."

# Au théâtre ce soir!

Aller voir une pièce de théâtre, un spectacle ou une opérette? Assister à une conférence? Souvent, ce n'est pas l'envie qui manque, mais au-delà d'un certain âge, on hésite à sortir seul, on n'aime plus beaucoup conduire et on se sent moins en sécurité, surtout le soir. La participation à la vie culturelle, et donc aussi à la vie sociale, se réduit alors à sa plus simple expression: on reste chez soi et on se coupe du monde. C'est ce qui a amené l'administration communale de Ham-sur-Heure-Nalinnes, près de Charleroi, à mettre sur pied le projet 'Quatrième jeunesse'.



**Quoi?** Un système de transport collectif est mis en place pour permettre à des personnes âgées de la commune de se rendre à une série de spectacles, choisis par elles: plusieurs fois par an, un car vient les prendre à différents endroits et les dépose au retour. De plus, un cycle de conférences sur des sujets divers est organisé dans la maison communale.

**Comment?** “Le choix des spectacles est fait par les seniors eux-mêmes, qui votent parmi une série de propositions qui leur sont faites”, précise Marie-Astrid Attout-Berny, échevin des Affaires sociales et coordinatrice du projet. “Pour les conférences, nous choisissons presque toujours des orateurs qui habitent dans la commune ou qui en sont originaires. Ils viennent parler bénévolement d’un sujet qu’ils connaissent bien: le diabète, les OGM, l’histoire des charbonnages... Cette proximité est importante: les seniors apprécient le fait que le conférencier soit quelqu’un d’ici et qu’ils connaissent souvent.”

**Partenaires?** Le projet est mené par l’administration communale avec le Comité Seniors, qui est lui-même une instance paracommunale regroupant plusieurs amicales de pensionnés. Il n’y a pas de partenaires extérieurs structurels.

**Atouts?** Le trajet en car est non seulement plus sécurisant, mais est aussi un moment de convivialité, avant et après le spectacle. Les liens qui se nouent à cette occasion entre les aînés trouvent souvent un prolongement plus large.

**Difficultés?** En négociant avec la salle de spectacle, il est possible d’obtenir un prix de groupe intéressant (de l’ordre de 50 euros pour 4 spectacles). Les personnes âgées à revenus modestes peuvent en outre bénéficier de chèques-culture, par l’intermédiaire du CPAS. Le coût du car, couvert la première année grâce à l’aide de la Fondation Roi Baudouin, est à présent partagé entre une intervention communale et une participation assez modique demandée aux seniors. Tout ceci permet de contourner dans une large mesure l’obstacle financier.

**Succès?** “L’enthousiasme des participants est très grand”, affirme Marie-Astrid Attout-Berny. “Lors de chaque déplacement, le car de 60 places est rempli presque exclusivement par un public de plus de 75 ans qui ne sortait presque plus de chez lui. Certains n’avaient même jamais été au théâtre de leur vie! Nos conférences attirent entre 50 et 120 personnes, qui sont souvent des seniors un peu plus jeunes et plus mobiles. Tout cela crée une dynamique, car les aînés ont du plaisir à se retrouver et reprennent l’habitude de sortir de chez eux. Cette année, nous organisons aussi une série d’excursions, dont une croisière sur le Rhin.”

**Et vous?** Pour les spectacles, l’encadrement du groupe peut être assez léger (deux ou trois personnes), mais il est indispensable, notamment pour régler tous les petits problèmes pratiques qui peuvent se poser, comme aider des personnes peu valides à descendre du car ou à prendre place dans la salle. Songez aussi à la question du retour, surtout si le spectacle a lieu en soirée: il faut qu’aux différents endroits où le car dépose les participants, il y ait des bénévoles ou des seniors actifs qui puissent reconduire les personnes âgées jusqu’à leur domicile.

# Bienvenue à la maison

“Je n’arrive pas à rester seule à la maison.”

Avant, Ria (68 ans) allait au café et dilapidait son argent en payant des tournées. Maintenant, elle économise pour passer deux mardis par mois chez Ludwien. Le matin, elles font des courses, préparent de la tarte ou de la confiture; l’après-midi, elles vont se promener. Ria, qui adore les animaux, peut choisir les poissons du nouvel étang de Ludwien.

Et Ludwien l’a incitée à tricoter. Après le tremblement de terre au Pakistan, elle a fait des tas de petites couvertures. “Regardez”, dit-elle en montrant fièrement une carte qu’elle a reçue en remerciement. Elle regarde Ludwien par dessus son morceau de tarte aux pommes. “Je suis heureuse quand il y a du monde.”



## Bienvenue à la maison

**Quoi?** Une solution alternative à l'accueil de jour ou à un court séjour dans une maison de repos pour des plus de 80 ans ou des personnes âgées seules qui ont besoin d'aide. "Tout le monde n'apprécie pas l'accueil collectif" explique Bart Beeckmans de Welzijn voor Ouderen. La personne âgée peut passer un ou plusieurs jours dans la famille d'accueil. "Elle fait partie d'une famille. Comme cela, la vie continue."

**Comment?** Toutes les familles peuvent accueillir, que ce soit un jeune couple avec trois enfants ou un pré-pensionné isolé. Ludwien par exemple est en incapacité de travail mais veut se rendre utile. "Nous demandons juste que les accueillants aient un grand cœur et qu'ils s'engagent à long terme" poursuit Beeckmans. Il cherche la famille idéale pour chacun. "Le courant doit passer." Il regarde ce que la personne désire et ce que la famille a à offrir, quelles sont les possibilités et les limites. La personne âgée peut-elle passer la nuit? Veut-elle des enfants autour d'elle ou justement pas? La famille peut-elle s'occuper d'une personne sénile? Welzijn voor Ouderen encadre les familles, si nécessaire. Elles sont alors aidées par les services de soins à domicile.

**Partenaires?** Les familles d'accueil volontaires, Welzijn voor Ouderen, les CPAS, les services de soins à domicile.

**Atouts?** "Tout le monde peut être soi-même. La personne âgée ne doit rien faire contre son gré, la famille non plus." L'invité est stimulé: des enfants, un nouveau hobby, de nouvelles impressions. "Ou il peut simplement profiter de l'attention et de la compagnie."

**Difficultés?** La personne âgée donne dix euros à la famille pour une demi-journée – tout compris – et ce n'est pas rien pour une bourse moyenne. Deux des trois mutualités remboursent l'accueil. Pour ceux qui ont vraiment des difficultés, le CPAS peut intervenir.

**Succès?** Il y a actuellement neuf familles d'accueil dans le Meetjesland. La Fondation Welzijn voor Ouderen souhaite bientôt lancer un nouvel appel. Elle aimerait aussi que les autorités flamandes incluent cet accueil de jour alternatif dans le décret sur les soins à domicile.

**Et vous?** Une personne s'occupant à temps plein d'un tel projet n'est pas un luxe. Il faut du temps pour trouver la bonne famille et l'encadrer. Et pour convaincre la famille de la personne âgée et les aidants à domicile. "Ces familles d'accueil vont à l'encontre de l'idée selon laquelle il est préférable de ne pas larguer les plus de 80 ans dans un environnement 'étranger'. Certaines familles ne souhaitent pas confier leur mère ou leur père à une famille qui n'a pas suivi de formation. D'autres ont le sentiment d'être pointées du doigt lorsque leur père passe une journée dans une autre famille."

# Mémoire vivante

“L’autre jour, j’ai croisé Fatima dans la rue. Elle m’a embrassée, mais moi, avec son voile, je ne l’avais pas reconnue !”, raconte en riant Marguerite, 88 ans. Depuis que des aînées belges et des femmes d’origine immigrée se retrouvent chaque mois autour d’activités communes, les unes et les autres ont appris à mieux se connaître et à s’apprécier. Aujourd’hui, c’est justement l’anniversaire de Leila, une Colombienne de 30 ans. Angèle a apporté un cake maison, Zohra a fait des biscuits marocains. Toutes les femmes entonnent ‘bon anniversaire’ en français et en arabe. Ensuite, on parle des choses de la vie. Comme Hafida a choisi de mettre ses enfants dans l’enseignement néerlandophone, une discussion s’engage sur la situation linguistique en Belgique...



**Quoi?** Le projet 'Mémoire vivante', de l'asbl La Gerbe à Schaerbeek, comprend toute une série d'activités intergénérationnelles qui visent à valoriser la personne âgée en lui donnant une place dans un tissu social actif. L'une des initiatives consiste à organiser des rencontres multiculturelles entre des dames belges âgées et des femmes plus jeunes d'origine immigrée.

**Comment?** Les femmes se retrouvent un mardi après-midi par mois. "En principe, un thème différent est chaque fois choisi en commun", dit Aïcha Bentebbouche, une des coordinatrices du projet. "Par exemple, le vote des étrangers, les mutuelles ou la journée de la femme. Mais ce n'est qu'un point de départ et à partir de là, les femmes parlent de tout ce qui fait leur vie: la famille, les enfants, la santé, le logement, l'école... Et nous laissons une large place à la convivialité: on boit le thé, on fait des crêpes, l'une montre des photos de ses petits-enfants qui habitent en France, l'autre fête un événement familial."

**Partenaires?** Le projet est un partenariat entre les asbl La Gerbe et Maison Mo-saïque (antenne locale de Vie Féminine), où des femmes d'origine étrangère suivent des cours d'alphabétisation et de couture. L'asbl Rasquinet met à sa disposition un espace de rencontre neutre et bien situé.

**Atouts?** Comme la plupart des femmes immigrées sont venues ici sans leurs parents, elles retrouvent dans ces femmes belges plus âgées qu'elles des figures de mère ou de grand-mère à qui elles peuvent confier certains problèmes ou poser des questions.

**Difficultés?** C'est surtout la mobilité qui pose problème. Les femmes immigrées habitent généralement le quartier, mais certaines participantes âgées viennent de plus loin ou ont des difficultés pour se déplacer en transport en commun. L'idéal serait de pouvoir aller les chercher chez elles en minibus.

**Succès?** Toutes les participantes prennent un plaisir manifeste à se retrouver, explique Aïcha Bentebbouche: "Le courant passe vraiment bien entre elles. En tant qu'animatrice du groupe, je n'ai pratiquement plus rien à faire. Parfois, je me dis qu'elles n'ont plus besoin de moi et que je pourrais les laisser toutes seules. Je reste là plutôt comme un repère."

Et vous? Selon Aïcha Bentebbouche, une des clés de la réussite est de jouer sur la transmission de savoirs: "Les aînées se sentent valorisées parce qu'elles peuvent expliquer à ces femmes étrangères un tas de petites choses pratiques à propos de la vie en Belgique. Elles ont ainsi le sentiment d'être utiles, de leur faire partager l'expérience de toute une vie. Mais c'est véritablement un échange et il y a des apprentissages dans les deux sens. Une autre fois, c'est une femme immigrée qui apporte des babouches qu'elle a crochétées elle-même ou une robe qu'elle vient de coudre. Et les aînées belges l'assaillent alors de questions pour savoir comment elle s'y est prise." Une des conditions pour cela est de ne pas enfermer les échanges dans un carcan trop rigide: le thème choisi est avant tout un prétexte à la rencontre.

# Journée cajolerie

La boule disco fait danser la lumière sur le plafond et les murs de la salle de bains du home de Kapelle-op-den-Bos. Mitteke (81 ans) se prélassait dans un bain à bulles aux fragrances de lavande tout en écoutant une musique d'opérette. "J'ai joué du piano, Vera" dit-elle en riant. Vera, son aide soignante attirée masse ses articulations et ses muscles. Suite à une sérieuse attaque de SEP il y a vingt ans, Mitteke ne peut plus vivre seule. Un bon bain chaud était depuis longtemps un rêve inaccessible. Maintenant qu'elle y est, rien ne peut venir entacher son humeur. C'est du plaisir à l'état pur.



**Quoi?** L'homme ne se nourrit pas que de pain. "Un contact doux, une odeur agréable, de la chaleur", dit Lut Huveners, coach confort au Landelijke Thuiszorg. Une chose aussi simple et agréable qu'un bain relaxant à domicile est devenue impossible pour de nombreuses personnes du quatrième âge. "Leur salle de bains n'est pas adaptée, l'infirmière n'a pas le temps."

Lors de la journée cajolerie, des personnes âgées séniles ou en état de dépendance sévère peuvent se faire dorloter avec un bain relaxant, une coupe de cheveux, par une pédicure, une manucure. Elles ont ainsi l'occasion de rencontrer de nouveaux amis en buvant un café ou pendant le lunch.

**Comment?** La personne organise elle-même sa journée. Veut-elle la journée complète ou seulement un bain relaxant? Quelle huile désire-t-elle et quelle musique? "Ce moment leur appartient", déclare Huveners.

La journée cajolerie se déroule dans un home. On y trouve en effet l'infrastructure adéquate comme une baignoire avec soulève-personne. Le trajet entre le home et le domicile est organisé. Le client profite de la compagnie de son aide soignante attirée; il y a aussi une infirmière spécialement formée pour les massages et l'aromathérapie. Landelijke Thuiszorg paie le home entre 39 et 44 euros pour couvrir les frais. La personne âgée paie 22 euros pour toute une journée, 5 euros pour un bain et un repas. "Cela doit rester abordable. Nous ne voulons pas qu'ils décrochent pour des raisons financières."

**Partenaires?** Landelijke Thuiszorg et actuellement 23 homes.

**Atouts?** Tout le monde est heureux! La personne âgée est dorlotée toute une journée. L'entourage de la personne peut re-

charger ses batteries. L'aide soignante peut s'occuper de 'sa' personne âgée sans être pressée par le temps ou par des soucis pratiques. Et le home a l'opportunité de présenter ses possibilités à un nouveau public. "Le fait que la journée cajolerie ait lieu dans un home effraie de prime abord certains seniors. Mais entre-temps, cette découverte est souvent l'occasion d'un passage à l'accueil de jour ou à un court séjour."

**Difficultés?** Convaincre l'entourage – le partenaire, la famille – que ce type de journée est précisément ce dont la personne âgée a besoin. Surtout pour les personnes séniles. "Ils ne veulent pas briser la routine des vieilles personnes", dit Huveners. Pour les rassurer, l'entourage est convié à la première journée. "Pour calmer la personne âgée, disons-nous, mais c'est en fait aussi pour les rassurer."

**Succès?** Tout a commencé avec le désir d'une femme, Mitteke, de profiter une fois d'un bain chaud. Depuis, 86 personnes âgées passent régulièrement une journée à se faire dorloter dans 23 homes de trois provinces. Et ce concept de journée cajolerie ne cesse de s'étendre. "De nombreux centres d'aide sociale nous ont déjà demandé comment nous y sommes pris et voudraient débiter un projet similaire."

**Et vous?** Pas évident vu l'infrastructure et les coûts. Peu de volontaires sont impliqués, excepté pour le transport. "C'est davantage quelque chose pour le home, pour les centres d'aide sociale." Ce qui devrait être possible, selon Huveners, c'est que l'entourage puisse, en concertation avec des homes, utiliser la baignoire avec soulève-personne pour la personne âgée qui habite encore chez elle par exemple.

# Apprends-moi ce que tu sais

“Les élèves sont contents: pour une fois, ils vont pouvoir utiliser leur GSM en classe!” dit avec un sourire le directeur de l’école technique de Bertrix. Aujourd’hui, la classe de quatrième initie en effet un groupe de seniors aux subtilités du téléphone portable. Autour des tables, questions et réponses fusent entre les professeurs d’un jour et leurs élèves, qui retrouvent les bancs de l’école. “Il me dit ‘Contacts’, qu’est-ce que je fais?” “Mais votre boîte de messageries est pleine, il faut la vider!”... Juste retour des choses, car l’année précédente, ce sont les aînés qui ont transmis leurs connaissances aux plus jeunes.



## Apprends-moi ce que tu sais

**Quoi?** Il s'agit d'un projet à long terme d'échanges de savoirs d'hier et d'aujourd'hui. Chaque génération est amenée à communiquer ses connaissances tandis que des liens intergénérationnels durables se créent.

**Comment?** La première année, des personnes âgées, souvent isolées, ont pu rencontrer des enfants et répondre à toutes leurs questions: sur la vie au temps de leur jeunesse, sur leur métier ou leur passion, sur la guerre... En 2006-2007, ce sont les plus jeunes qui leur ont communiqué leurs compétences dans le domaine des nouvelles technologies: ordinateur, GSM, appareil photo numérique... Des formations au self-banking sont aussi organisées en collaboration avec les agences bancaires locales.

**Partenaires?** Le projet est le fruit d'un partenariat entre le Centre culturel de Bertrix et l'antenne locale de la Ligue des Familles. Il bénéficie de la collaboration de plusieurs écoles et institutions de la commune.

**Atouts?** Les échanges sont riches et les contacts très spontanés, les rencontres se déroulent dans un climat général de bonne humeur. Les jeunes taquinent gentiment les seniors ("Ouh là, c'est une antiquité, votre téléphone!"), mais font preuve d'une grande patience et ne ménagent pas leurs efforts. Dans une autre école, une classe de deuxième professionnelle a même composé une petite scène en wallon pour familiariser les aînés avec l'usage du GSM! "L'activité se prête d'ailleurs à de nombreuses exploitations pédagogiques", dit la professeur de français. "Je vais par exemple demander à mes élèves de rédiger un récapitulatif des principales fonctions et nous l'enverrons aux seniors qui sont venus ici."

**Difficultés?** Une fois par an, un dépliant en quadrichromie est distribué dans toutes les boîtes aux lettres de la commune pour présenter le travail qui a été fait. "La présentation est soignée, parce que c'est un peu une carte de visite qui permet de toucher de nouveaux participants", explique Marianne Haineaux, du Centre culturel de Bertrix. "Mais tout cela coûte cher, et comme toujours, l'argent est le nerf de la guerre!"

**Succès?** Ces confrontations ont décloisonné les relations entre les générations. "Quand j'ai raconté aux gosses qu'à leur âge, je me levais à 4 heures du matin pour traire les vaches avant d'aller à l'école, ils m'ont regardé avec des yeux tout ronds. Certains pensaient même que je blaguais! Mais je crois tout de même qu'ils nous regardent aujourd'hui avec d'autres yeux", témoigne Raphaël. Des liens se sont créés et beaucoup d'enfants ont écrit une carte à 'leur' personne âgée quand ils étaient en classe verte. Tout le monde s'est retrouvé à la fin de l'année scolaire pour une exposition et un goûter qui a rassemblé 250 personnes.

**Et vous?** "Les échanges intergénérationnels doivent être soigneusement préparés", précise Marianne Haineaux. "Avant d'aller dans les classes, nous avons rencontré les personnes âgées intéressées pour les aider à mettre de l'ordre dans leurs souvenirs ou à retrouver des photos. Pour le volet nouvelles technologies, nous sommes allés expliquer la démarche dans les écoles pour que les adolescents y adhèrent et aient vraiment envie de partager leurs savoirs. Ce ne sont pas seulement les enseignants qui doivent être convaincus!"

# Noël pour tous

Une grande boîte de biscuits. C'est ce qu'Eddy a offert à Ab (90 ans) pour Noël. Il n'en est vite plus resté une miette. Dès que les hommes se mettent à discuter devant une tasse de café, ils oublient l'heure. Ab cherchait depuis longtemps quelqu'un

avec qui avoir une bonne conversation. Il se déplace trop difficilement pour pouvoir sortir et ses yeux ne lui permettent plus de lire correctement. Son fils habite la maison voisine mais on ne parle pas de la même façon à ses enfants. "Il y a des choses que l'on ressent au plus profond de soi dont on parle difficilement" dit Ab. Heureusement, il y a Eddy, un ancien journaliste qui lui rend visite une fois par semaine. Eddy: "Ab est un ami maintenant."



**Quoi?** Les plus de 80 ans ont souvent déjà vécu plusieurs séparations. Du partenaire, de certains membres de la famille ou de bons amis. “Il y a un vide émotionnel”, déclare Tom Claus d’Aandacht voor Senioren. Afin de l’atténuer, ses volontaires se rendent une fois par semaine chez la personne âgée.

En période de Noël, ils passent avec un petit cadeau. “L’ambiance de Noël plonge encore davantage les seniors dans leur solitude. Et de nombreux services auxquels ils font normalement appel sont moins actifs pendant les vacances de Noël. Notre visite leur fait vraiment du bien.”

**Comment?** Le secret réside dans la bonne combinaison personne âgée/volontaire. “Le courant doit passer. Nous savions qu’Ab souhaitait un homme qui lui parlerait d’autre chose que de la pluie et du beau temps.” Comme le volontaire connaît bien ‘sa’ personne âgée, il n’a pas de mal à lui trouver un petit cadeau. “Il ne doit pas être cher. Simplement quelque chose sur la liste des souhaits ou qui fera plaisir à la personne.”

Le volontaire reçoit 12,50 euros pour le cadeau. La personne âgée ne doit rien payer pour les visites.

**Partenaires?** Aandacht voor Senioren et des volontaires, des services de soins à domicile, des organisations sociales.

**Atouts?** ‘Sortez, monsieur’. Voilà le conseil que l’on donne aux seniors qui se sentent seuls. “Mais ce n’est pas toujours ce qu’ils veulent.” Parfois, ils ne trouvent pas ce qui leur convient dans un centre d’aide sociale ou dans une organisation. Il arrive qu’ils ne se sentent pas les bienvenus. Et parfois, ils n’aiment tout simplement plus sortir.

“Aandacht voor Senioren tient compte de ce que la personne âgée désire. Nous ne la poussons pas dans une structure. Nous écoutons et nous cherchons une solution sur mesure. Souvent, ils veulent simplement une bonne conversation et de l’amitié. La solitude provient du manque de qualité dans les relations personnelles.”

**Difficultés?** “Les volontaires peuvent apporter beaucoup mais cela prend aussi beaucoup de temps et d’énergie.” Aandacht voor Senioren ne paie pas les volontaires mais les chouchoute. Des formations sont organisées et ils peuvent s’adresser à un numéro gratuit lorsqu’ils ont quelque chose sur le cœur, de bien ou de mal. “Vous n’avez pas besoin de les payer pour les motiver. Ils veulent de la considération.”

**Succès?** À Anvers, 90 volontaires rendent actuellement visite chaque semaine à leur personne âgée. Le service va s’étendre aux seniors allochtones.

**Et vous?** Cherchez des bénévoles seniors, dit Claus. “Ils ont du temps et veulent s’engager.” En étant choisis, ils apprennent à connaître de nouvelles personnes et à constituer leur propre réseau. “Nous espérons qu’ainsi, ils ne seront pas isolés plus tard.”

# Prendre la plume pour mamy

Son flat dans la résidence Berkenhof est un peu plus vide cette année. Plus de bricolage ou de dessins maintenant que 'ses' enfants sont montés d'une année. L'année dernière, c'était le bonheur, dit Simone (87 ans). Tout a commencé par une lettre d'une classe d'Oostkamp. "Ils demandaient comment je m'appelais et ce que je faisais."

Des dessins arrivaient régulièrement par la poste. Et un jour, elle a été invitée à visiter la classe. Sa photo était accrochée au tableau, il y avait du cake et du café et les enfants ont chanté des chansons. À son tour, Simone leur a fait visiter le home.

"Ils rendaient tout le monde heureux. Car qui n'aime pas voir des enfants?"



## Prendre la plume pour mamy

**Quoi?** Une classe 'a adopté' une vieille personne et a pris la plume pour ce papy ou cette mamy. "Bon nombre des plus de 80 ans, tout particulièrement dans un home ou une résidence-services, voient rarement des enfants, affirme Gracienne De Bruyn de Verbond van Senioren. Ils aiment pourtant leur compagnie. Les enfants sont gentils et spontanés." Le courrier de la classe égayait le séjour et donnait à la personne le sentiment qu'elle n'était pas oubliée.

**Comment?** Les enfants envoyaient régulièrement des lettres, des dessins et des bricolages. La personne âgée choisissait elle-même jusqu'où le contact avec les enfants allait. Voulait-elle uniquement du courrier ou voulait-elle aussi se rendre à l'école? Répondait-elle souvent ou envoyait-elle de temps à autre une carte? Invitait-elle les enfants à domicile ou dans le home?

Les classes participantes étaient des premières années primaires. "Face à des personnes âgées, les enfants de onze ou douze ans ont tendance à réagir comme des adolescents."

**Partenaires?** Verbond van Senioren et ses sections et des écoles primaires de Flandre et de Bruxelles.

**Atouts?** L'idée est aussi simple que séduisante et réunit différentes générations.

**Difficultés?** Trouver des papys et des mamys. "Nous avons de nombreuses écoles enthousiastes mais trouver des personnes âgées a été moins évident." Pour les atteindre, le Verbond van Senioren a mis ses clubs de seniors à contribution. La façon d'approcher la personne fait toute la différence, déclare De Bruyn. "Ne dites pas que vous le faites parce qu'ils sont seuls. Beaucoup ne veulent pas l'admettre ouvertement."

Certaines personnes âgées ont été effrayées à l'idée de ce que cela leur demanderait. "Qu'elles allaient devoir écrire de longues épîtres. Nous avons été très discrets au début. Nous les encourageons toutefois à renvoyer un petit mot."

**Succès?** L'année dernière, vingt-cinq seniors avaient des correspondants dans 23 écoles de Flandre et de Bruxelles.

Les demandes ont afflué, surtout suite à la présentation de l'initiative lors de l'émission Sam à la VRT.

**Mais que faire maintenant?** Le Verbond van Senioren avait planifié l'initiative pour une année scolaire. Certaines écoles primaires continuent d'elles-mêmes, d'autres pas. "Cela se comprend. On demande beaucoup au corps professoral. Mais les personnes âgées tombent souvent dans l'oubli."

De Bruyn espère que Prendre la plume pour mamy a incité les clubs de seniors et les écoles à lancer leurs propres projets.

**Et vous?** Simple et facile à mettre en œuvre. Cherchez quelques volontaires motivés pour réunir les classes et les plus de 80 ans et assurer le suivi.

# Dis-moi ce que tu mangeais

À 78 ans, Estelle se souvient encore très bien de la façon dont on se nourrissait dans sa famille quand elle était toute petite: “Nous allions rarement faire les courses. Nous cultivions un potager, ma mère faisait elle-même des conserves et des confitures, nous élevions une vache qui nous permettait d’avoir du lait et de faire notre beurre...Quand nous allions au magasin, c’était seulement pour acheter 200 grammes de café ou un paquet de farine.” Ces souvenirs d’enfance, elle les a confiés à un visiteur pas comme les autres: une personne handicapée mentale venue lui poser un tas de questions sur les traditions culinaires d’hier et d’aujourd’hui. Un moyen efficace pour nouer des relations et impulser des initiatives nouvelles à Sambreville.



## Dis-moi ce que tu mangeais

**Quoi?** Des personnes âgées vivant seules ont accueilli à plusieurs reprises des personnes handicapées mentales venues les interviewer sur l'évolution de leurs habitudes alimentaires depuis leur enfance. Ces rencontres ont intensifié les liens entre les deux publics: contacts informels, réunions régulières, repas communs...

**Comment?** Les interviews se déroulent en présence de l'aide familiale et de la coordinatrice du projet, à raison d'une rencontre par semaine en général. Les recettes d'antan, les photos, les anecdotes, les conseils que transmettent les personnes âgées ont servi à la réalisation d'un recueil.

**Partenaires?** Le projet 'METSMoires' est une initiative du Centre régional d'Action culturelle de Sambreville. Il a pu être mené à bien avec La Bavette, un service de réinsertion professionnelle pour handicapés mentaux, et avec le soutien du service d'aide aux familles du CPAS de Tamines.

**Atouts?** Pour Dominique Godard, animatrice au Centre culturel de Sambreville, le projet a permis de remobiliser des personnes isolées: "Non seulement elles se sentent valorisées, mais elles ont aussi un petit objectif concret à poursuivre chaque semaine: retrouver de vieilles recettes, rechercher des informations pour répondre à certaines questions, en parler avec des proches ou des voisins, préparer le café et les biscuits pour la rencontre hebdomadaire..."

**Difficultés?** Il a fallu quelque peu réorienter le projet initial, explique Dominique Godard: "Nous avons obtenu l'accord d'une série de personnes âgées isolées, mais elles se sont finalement toutes désistées les unes après les autres. Malgré leur besoin de contacts, beaucoup d'entre elles sont aussi en proie à une certaine résignation et ont peur de s'engager dans une action, aussi minime soit-elle. Nous avons décidé de respecter ce choix, mais de ne pas baisser les bras et d'en tirer les leçons. Pour mettre le maximum de chances de notre côté, nous avons fait appel à l'intervention d'un service d'aide aux familles. Les aides familiales ont pu expliquer tranquillement le projet aux personnes âgées et les rassurer par leur présence lors de l'interview."

**Succès?** Tous les participants se sont retrouvés lors d'une réunion commune qui a permis de tisser des contacts. "J'y ai par exemple rencontré une dame d'Auvellais à qui je téléphone régulièrement depuis lors", témoigne Estelle. Un banquet final sera aussi organisé lors de la présentation du recueil. Tout le monde demande que ces échanges se poursuivent à plus long terme et il est prévu entre autres que les personnes handicapées organisent tous les deux mois un repas pour les seniors.

**Et vous?** "Les rencontres entre ces deux publics très sensibles donnent lieu à des échanges d'une grande richesse humaine et teintés de beaucoup d'émotion", dit Dominique Godard. "Il faut bien sûr aider la personne handicapée à préparer l'entretien, mais en lui laissant poser les questions qu'elle veut et qui sont souvent inattendues. D'autre part, l'intervention de l'aide familiale permet aussi de revaloriser celle-ci dans sa fonction de médiatrice."

# Le médecin votre ami

Ce sont leurs clients les plus fidèles. Tous les médecins le savent. “Nous sommes souvent les premiers et les seuls que les personnes du quatrième âge voient encore, dit le médecin gantois Mich Van Staey. Nous savons ce qu’il se passe dans leur vie. Nous savons qui est isolé.” Elle essaye d’encourager les patients âgés et isolés à accueillir les volontaires de Kontakt qui veulent leur rendre visite. “La réponse, même de personnes vraiment seules, est parfois décevante.”



**Quoi?** L'association de volontaires Kontakt-Bejaarden cherche des personnes âgées qui vivent seules pour un brin de causerie ou une promenade toutes les deux semaines. Deux fois par an, elle les réunit pour un repas, à Noël et à Pâques, il y a une fête et en été, deux excursions sont organisées.

"Gand a de nombreuses activités pour les seniors actifs mais les plus de 80 ans qui ne peuvent ou ne veulent plus sortir sont oubliés. Et ils ne savent pas non plus à qui s'adresser", déclare Gerlinde De Lange. Kontakt compte sur les médecins pour parler de leur association et de leurs visites aux personnes âgées.

**Comment?** L'année dernière, trois cent quarante médecins de la région gantoise ont reçu une lettre dans laquelle Kontakt leur demandait de transmettre le dépliant de l'association à des patients âgés isolés. Mieux encore: de transmettre l'adresse de ces seniors à Kontakt. "Pour ces personnes, faire le premier pas et nous appeler est souvent trop dur, affirme De Lange. Nous n'obtenons l'adresse naturellement que si la personne âgée accorde son autorisation expresse."

La lettre comprenait aussi un poster à afficher dans la salle d'attente, destiné à recruter de nouveaux volontaires.

**Partenaires?** Kontakt-Bejaarden, des médecins de la région gantoise.

**Atouts?** Les médecins jouent un rôle important dans la vie des aînés. Ils sont la personne de confiance. Ils viennent souvent à domicile et connaissent les problèmes. Si le senior est isolé, ils l'ont vu.

**Difficultés?** Écrire une lettre ne suffit pas pour mobiliser un médecin fort occupé. Il faut une deuxième et une troisième tentative, lors desquelles on téléphone au médecin. Pour une association de volontaires comme Kontakt, c'était viser trop haut. "Après avoir mis les lettres et les affiches dans la boîte aux lettres, nous n'avions plus d'énergie pour le suivi." Il faudrait une équipe capable de prendre le relais pour une seconde campagne.

**Succès?** Il y a eu peu de réaction de la part des médecins, déclare De Lange. Cinq seniors sont arrivés chez Kontakt par ce biais. "Les médecins ont aussi peu de temps pour présenter l'association lors d'une visite à domicile." Sensibiliser le médecin à chaque fois: voilà la clé du succès selon Kontakt. Kontakt s'adresse maintenant aussi à d'autres organisations, comme les services de soins à domicile, en leur demandant de parler d'elle aux personnes âgées isolées.

Selon le médecin de famille Mich Van Staey, les personnes âgées n'ont pas toujours bondi sur l'occasion. "Certaines sont nerveuses à l'idée d'accueillir encore un 'étranger' à domicile, en plus du kinésithérapeute, de l'infirmière et de l'aide ménagère. Peut-être les volontaires pourraient-ils accompagner une fois le médecin en visite pour se présenter personnellement au senior?"

**Et vous?** Les médecins sont assaillis par le courrier et les coups de téléphone. "Faites attention à la façon de les aborder", dit De Lange. Kontakt a envoyé une enveloppe écrite à la main pour qu'elle ressorte dans le tas de courrier. "Les médecins se sentent davantage concernés."

# Étoile téléphonique

Tous les matins, Germaine Van Hoey (83 ans) se poste fidèlement à 9h30 devant son téléphone. Et tous les matins, à 9h30, une volontaire de Telefoonster (étoile téléphonique) l'appelle tout aussi fidèlement. "Depuis deux ans déjà. Chaque jour. Même le samedi, le dimanche et les jours fériés. Et toujours très gentiment", dit Germaine. Comment ça va, demande la personne, y a-t-il un problème, voulez-vous en parler, que pensez-vous du temps? "Je suis toute seule. Comme je sais que quelqu'un téléphone tous les jours, je suis plus à l'aise. Et ça me fait plaisir. Les journées sont longues quand vous êtes seule."



**Quoi?** Chaque jour, les plus de 80 ans reçoivent le coup de téléphone d'un volontaire. Celui-ci discute un peu et vérifie que tout est en ordre. "Il s'agit de vieilles personnes isolées, dit Roos Collaert du CPAS de Termonde. Cet appel leur donne un sentiment de sécurité." Les volontaires et les personnes âgées se rencontrent aussi régulièrement dans le local du centre d'aide sociale, développant ainsi un nouveau réseau.

**Comment?** En fait, l'étoile téléphonique de Termonde a commencé comme un cercle. Un volontaire a appelé une personne âgée qui à son tour a appelé quelqu'un jusqu'à ce que la chaîne revienne chez le volontaire. "Ce concept s'est avéré trop difficile."

C'est donc devenu une étoile. Chaque jour, un bénévole appelle toutes les personnes âgées affiliées. L'étoile compte sept seniors et huit volontaires. Les volontaires changent chaque semaine et font une tournante de quatre à cinq semaines. "Quand la tournante est plus longue, le lien avec les personnes âgées s'étiole." Le CPAS rembourse les frais de téléphone des volontaires.

"Les seniors apprécient davantage l'étoile car le volontaire écoute leur histoire. Et les volontaires apprécient que la relation soit plus personnelle, puisqu'ils appellent tous les jours pendant une semaine."

**Partenaires?** Le CPAS de Termonde et des volontaires.

**Atouts?** Un coup de téléphone peut faire des miracles. Pour les plus de 80 ans, c'est un stimulant. "Ils sont enthousiastes. Certains ont même commencé à s'appeler entre eux."

**Difficultés?** Certaines personnes âgées trouvent trop cher de téléphoner tous les jours, même si la plupart d'entre elles bénéficient d'un tarif social pour le téléphone.

Trouver des candidats n'a pas été évident, aux dires de Roos Collaert. "Les gens se méfiaient. Les seniors faisaient comprendre qu'ils souhaitaient un contact, mais avaient quand même des difficultés à faire le pas." Le CPAS a cherché des usagers via la presse, les centres d'aide sociale, le magazine municipal et les organisations socioculturelles. Les réactions se sont fait attendre jusqu'à ce qu'il opte pour des contacts plus personnels pour aider les seniors à faire le pas.

**Succès?** Après un début mitigé, il y a actuellement une étoile téléphonique pour trois entités de Termonde avec un centre d'aide social local. "Nous avons presque suffisamment d'utilisateurs pour une deuxième étoile. Le bouche-à-oreille porte enfin ses fruits." Les rencontres sont également appréciées, la plupart des utilisateurs y viennent.

**Et vous?** Réunissez une fois au préalable toutes les personnes participant à l'étoile ou au cercle pour qu'elles aient déjà toutes fait connaissance. N'hésitez pas à faire des essais. Formez les volontaires. "Comment se présenter au téléphone, comment tenir une conversation, comment parler avec un senior sénile. Nos membres l'ont demandé."

# Le temps des troubadours

“Je fais partie de la toute première promotion des Troubadours, en 2002”, déclare non sans fierté Ferdinand (72 ans). Des troubadours ?

“Nous sommes des lecteurs seniors bénévoles,” explique-t-il. “Chaque semaine, nous allons faire un peu de lecture à des personnes du quatrième âge qui ne reçoivent presque pas de visites. On s’adapte à leurs goûts: certains préfèrent la fiction, d’autres demandent des récits de voyage, des souvenirs de guerre ou des articles d’actualité. Et après, si la personne le désire, on parle de ce qu’on a lu ou bien on discute de choses et d’autres.”



## Le temps des troubadours

**Quoi?** Des seniors actifs, formés à l'écoute et à la lecture vivante, se rendent auprès de personnes âgées pour leur lire, selon leurs souhaits, des livres, des journaux, des récits... Au-delà de la lecture proprement dite, l'objectif est aussi de tisser des liens, de stimuler la curiosité et de favoriser une ouverture sur le monde extérieur.

**Comment?** Les Troubadours suivent une formation initiale de neuf demi-jours, précise Renée Coen, secrétaire nationale d'Espace Seniors: "Cette formation aborde une série d'aspects techniques (quelles lectures choisir, comment bien poser sa voix pour ne pas la fatiguer), mais aussi psychologiques: le futur Troubadour apprend à gérer les relations avec une personne du quatrième âge, avec laquelle il peut parfois y avoir une génération d'écart. Des moments de supervision sont prévus environ tous les deux mois pour permettre aux Troubadours de mettre leurs expériences en commun et de débattre des problèmes qu'ils peuvent rencontrer."

**Partenaires?** Il s'agit d'une initiative d'Espace Seniors, l'association pour seniors de la Mutualité socialiste, qui est menée en collaboration avec les sections régionales de la mutualité et une soixantaine de maisons de repos.

**Atouts?** Si le projet vise en premier lieu à briser la solitude de personnes très âgées, les seniors actifs qui s'engagent comme Troubadours se montrent eux aussi très enthousiastes. "Il y a des personnes qui ne peuvent presque plus parler, mais un signe de tête, un sourire, un éclat dans les yeux me montrent que cela leur fait du bien. Et à moi aussi, car je me sens utile et je ne m'ennuie jamais", affirme Fernand.

**Difficultés?** Les promoteurs du projet souhaitent l'étendre au public des personnes isolées à domicile, mais ils se heurtent à certaines difficultés. "Nous nous posons d'abord des questions de sécurité: comment former nos bénévoles pour bien réagir en cas d'incident (chute, problème de santé de la personne âgée) puisqu'il n'y a pas de personnel soignant à domicile? Nous sommes aussi à la recherche de partenaires pour nous aider à gérer le projet. Nous avons engagé des négociations avec des centrales de services à domicile, mais elles sont déjà très sollicitées par ailleurs", dit Renée Coen.

**Succès?** En maison de repos, le défi pour Espace Seniors consiste surtout à coordonner ce réseau d'une centaine de bénévoles dans toute la Communauté française: organiser les supervisions et les recyclages, faire coïncider l'offre et la demande, savoir qui va où, être informé qu'un Troubadour a dû interrompre son activité pour une raison de santé ou autre...

**Et vous?** De nouvelles formations sont régulièrement mises sur pied pour les bénévoles intéressés. Les maisons de repos peuvent également s'adresser à Espace Seniors pour voir si des Troubadours sont disponibles dans la région. "Nous travaillons avec des institutions qui croient au projet et qui veulent s'y investir un minimum. D'autre part, nous sommes ouverts à toute offre de collaboration pour développer cette formule auprès des personnes âgées à domicile."

# Bob le bricoleur

Ashley a tenu le plus longtemps. Toute une année comme homme à tout faire dans un centre d'aide sociale du CPAS d'Anvers. Trois autres élèves ont baissé les bras plus vite. Des bricolages pour et avec les plus de 80 ans, tel était l'objectif mais en fin de compte, ils ont eu peu de contact avec les résidents. À leur grand regret.



**Quoi?** Faire faire des petits travaux à des élèves du Centre d'enseignement à temps partiel d'Antwerpen-Noord au domicile des plus de 80 ans. Telle était l'idée de What a Match. Aider à faire les courses ou la vaisselle, des petits travaux à la maison, couper les cheveux. Les seniors profiteraient de l'aide et de la compagnie de jeunes; les élèves pouvaient acquérir de l'expérience. "Il s'agit d'élèves qui n'arrivent pas trouver un emploi ou un contrat d'apprentissage parce qu'ils ne sont pas assez mûrs ou qu'il leur manque des aptitudes sociales", commente l'accompagnateur Jan Bettens de CDO-Noord. What a Match devait leur permettre de les acquérir.

**Comment?** Les jeunes ont finalement commencé comme volontaires dans deux centres d'aide sociale du CPAS. Ils y faisaient le nettoyage, apportaient les repas ou travaillaient en cuisine. Afin de les motiver, ils recevaient un euro de l'heure pour ce travail. Ils étaient assurés par l'école. Les tâches étaient finalement plus éloignées que prévu de leur formation d'aide à domicile. "Et le contact avec les seniors était trop distant", déclare Bettens. De plus, le home n'avait ni le temps ni le personnel pour encadrer les jeunes.

**Partenaires?** Le CDO-Noord, Riso Antwerpen (centre socioculturel), Youth Empowerment and Partnership Programme et le CPAS.

**Atouts?** Les préjugés réciproques entre seniors et adolescents sont importants. Les personnes âgées sont méfiantes, les adolescents pensent parfois qu'ils n'ont que faire de ces 'vieux'. What a Match veut leur prouver qu'ils ont tort.

**Difficultés?** What a Match a directement été confronté à des obstacles et a dû s'adapter, passer de tâches au domicile des personnes âgées à des tâches dans un centre d'aide sociale. Il y avait entre autres un problème avec l'assurance et la responsabilité civile des mineurs. Les accompagnateurs craignaient également que la différence d'âge et le manque d'aptitudes sociales de certains jeunes ne compromettent le projet au domicile des personnes âgées. Dans le home, les tâches prévues se heurtaient aux structures existantes, comme le salon de coiffure.

**Succès?** What a Match a été un échec en 2006. CDO-Noord ne baisse pas les bras pour autant et va retenter l'expérience avec une formule plus proche de l'objectif initial: les contacts avec les personnes âgées et des tâches dans le droit fil de la formation d'aide ménagère.

CDO-Noord désire maintenant occuper les élèves deux jours dans un home, via un travail qui les mette directement en contact avec les seniors comme le transport entre le home et le restaurant ou l'aide lors des repas. L'encadrement des jeunes sur place sera plus intensif.

**Et vous?** Comme les jeunes doivent être assurés, bien encadrés et suivis, il vaut mieux recourir à une structure importante: un home, des appartements-services ou un centre d'aide sociale.

# Hep taxi!

Comme chaque mercredi, un véhicule monospace s'arrête devant la maison de Célestine (73 ans) à Grand Hallet. Frédéric, le chauffeur, l'aide à monter à bord, où elle rejoint les habitués: une demi-douzaine de pensionnés qui vont jouer aux cartes une après-midi par semaine. Tous sont unanimes pour vanter les avantages du Taxi-Seniors: "Sans lui, on ne pourrait pas se retrouver ainsi, on ne sortirait presque plus de chez soi. Et les chauffeurs sont si aimables!" C'est vrai que Frédéric et ses collègues sont bien plus que de simples conducteurs: "On aide aussi les gens à descendre les escaliers ou à monter leurs courses. Il y a par exemple une dame âgée qui achète des aliments pour ses volailles: eh bien, on transporte le sac de 25 kilos jusque dans la grange et on l'ouvre pour elle !"



**Quoi?** Le Taxi-Seniors est un service de transport bon marché destiné aux personnes âgées (60 ans et plus) qui habitent à Hannut ou dans l'un des 17 villages de l'entité. Pour un prix symbolique de 1 euro par trajet aller-retour, il leur permet de faire toutes sortes de déplacements (courses, visites, loisirs, examens médicaux...) sur le territoire de la commune.

**Comment?** Le service fonctionne en journée, du lundi au vendredi, depuis janvier 2006. Les chauffeurs sont en partie de salariés à temps partiel (3 contrats ALE) et en partie des bénévoles plus âgés. En moyenne plus de 200 trajets par mois sont actuellement assurés.

**Partenaires?** Taxi-Seniors est une asbl qui est principalement subsidiée par la Ville de Hannut. Le service est assuré en partenariat avec l'asbl Bon Pied Bon Œil (transport de personnes à mobilité réduite), qui met à la disposition de l'initiative un local, une permanence téléphonique et des outils informatiques.

**Atouts?** Au fil des transports, des liens se tissent, non seulement entre les bénéficiaires mais aussi avec leurs chauffeurs. "Le Taxi-Seniors est un moyen de transport convivial qui pousse des personnes âgées à ne pas rester cloîtrées chez elles", explique Bernard Bessemans, vice-président de l'asbl. "Par exemple, ce petit club de joueurs de cartes s'est élargi à de nouveaux membres. Il arrive aussi qu'un chauffeur contacte le service social parce qu'il s'inquiète pour une personne âgée qui ne va pas bien ou qu'il n'a plus vue depuis un certain temps."

**Difficultés?** Le système fonctionne bien et ne rencontre pas de grosses difficultés. "Il faut parfois remotiver des bénévoles ou en recruter de nouveaux", dit Bernard Bessemans. "Conduire le Taxi-Seniors et gérer toutes les petites situations qui peuvent se présenter demande beaucoup de disponibilité. Une certaine lassitude peut donc s'installer au fil du temps. Or, nous avons impérativement besoin des bénévoles pour pouvoir faire fonctionner le système. Ainsi, bien sûr, que du soutien de nos sponsors: la province de Liège, le Kiwanis, la Fondation Roi Baudouin et en premier lieu de la commune. À 1 euro le trajet, inutile de dire que le service n'est pas rentable financièrement!"

**Succès?** Le taxi est presque victime de son succès: certains souhaiteraient qu'il fonctionne aussi le samedi, il y a des demandes pour conduire des personnes dans des centres hospitaliers en dehors de la commune... De tels développements ne sont pas exclus, mais les responsables ne veulent pas brûler les étapes et il y a des contraintes financières évidentes à respecter.

**Et vous?** La planification des trajets exige un subtil mélange de rigueur et de souplesse: "D'un côté, il faut un minimum de discipline. Par exemple, personne ne peut adresser une demande de transport directement au chauffeur: toutes les réservations doivent être centralisées, sinon c'est l'anarchie. C'est d'autant plus important que les personnes âgées sont très sensibles au respect des horaires. Si le taxi a cinq minutes de retard, elles téléphonent parfois en pensant qu'on les a oubliées! Mais en même temps, la planification doit aussi laisser une certaine souplesse pour pouvoir gérer les cas urgents, les désistements ou les demandes de dernière minute."

# *D'énormes petits services*

Chaque mercredi à dix heures précises, Georgette (88 ans) s'habille et prend l'ascenseur. En bas, Nicole l'attend et l'emmène faire des courses au supermarché. "C'est ma sortie de la semaine", dit Georgette. "En chemin, on bavarde de tout et de rien, de ce qu'on a vu à la télé, de l'actualité... Nicole m'aide ensuite à ranger mes provisions et nous prenons un café avec un morceau de gâteau." Ces retrouvailles hebdomadaires, Nicole les attend aussi avec un plaisir non dissimulé: "Les courses du mercredi sont vraiment devenues un repère dans ma vie et j'organise mon emploi du temps en conséquence. Je peux dire qu'une relation d'amitié s'est nouée entre nous. J'ai d'ailleurs invité Georgette au mariage de ma fille."



## D'énormes petits services

**Quoi?** Des bénévoles visitent régulièrement des personnes âgées isolées ou handicapées, aussi bien pour leur rendre de petits services pratiques (aide aux courses, transport) que pour passer un moment avec elles: promenade, discussion, lecture, jeux de carte ou de scrabble...

**Comment?** Lorsqu'elle reçoit une nouvelle demande, la présidente du Réseau Santé, Claire Rossomme, se rend au domicile de la personne âgée pour voir quel est son besoin précis et quel bénévole pourrait le mieux y répondre. Une fois que le contact s'est établi entre le bénévole et la personne âgée, ils conviennent entre eux du rythme et du contenu de leurs rencontres. Le service est gratuit, hormis une intervention modique dans les frais d'essence en cas de déplacement.

**Partenaires?** Le Réseau Santé de Watermael-Boitsfort est une asbl indépendante, mais bien connue des services sociaux de la commune, qui lui adressent régulièrement des demandes.

**Atouts?** La formule séduit par sa simplicité et sa flexibilité, parce qu'elle peut s'adapter aux besoins des bénéficiaires et aux disponibilités des bénévoles. "Mais il faut éviter toute confusion avec les services d'aide familiale ou de repas à domicile", affirme Claire Rossomme. "En fait, nous sommes là pour faire ce que les autres ne font pas: nous rendons d'énormes petits services." Ce que confirme Georgette: "Vous savez, quand on vieillit, il y a une foule de détails insignifiants qui peuvent devenir de gros problèmes: un médicament qu'on ne parvient pas à ouvrir, des paquets trop lourds ou des produits placés trop haut dans les rayons des magasins, un bulletin de virement qu'on remplit mal... Avec Nicole, je sais que j'ai quelqu'un sur qui compter".

**Difficultés?** En ville, la principale difficulté consiste à recruter des bénévoles qui ont une voiture et qui sont à l'aise dans le trafic urbain. En effet, bon nombre de demandes de personnes âgées impliquent un déplacement, surtout pour aller faire des courses ou se rendre chez un médecin. "Mais nous devons aussi veiller à ne pas devenir un simple service de taxi!", dit Claire Rossomme. Vu l'étendue de la commune, elle aimerait pouvoir disposer de suffisamment de personnes pour pouvoir instaurer un fonctionnement par îlots, avec deux ou trois bénévoles par quartier.

**Succès?** Le réseau s'est progressivement étendu et compte aujourd'hui environ 25 bénévoles, qui consacrent en moyenne 2 heures par semaine à cette activité. La plupart d'entre eux sont des seniors encore actifs qui veulent se rendre utiles. Il est très important de leur donner l'occasion de se retrouver entre eux, estime Claire Rossomme: "Nous nous réunissons une fois par mois pour communiquer des informations et faire part de nos expériences. C'est un moment où les bénévoles peuvent s'échanger des conseils sur la manière de faire face à certaines situations."

**Et vous?** Le concept est aisément reproductible dans d'autres communes ou quartiers. À sa création en 2001, le projet de Watermael s'est d'ailleurs lui-même inspiré d'une initiative similaire qui existe depuis longtemps à Auderghem.

# Qui est parrain de qui ?

Aujourd'hui, la classe de troisième et quatrième primaire de madame Christine va visiter une exposition. Mais pas toute seule: le bus scolaire s'arrête devant la maison de repos du Foyer Saint-Antoine. Chaque enfant, muni d'une étiquette avec son prénom, va chercher la personne âgée qu'il parraine, l'aide à monter dans le car, prend place à ses côtés et discute avec elle. Pendant la visite, ils répondent ensemble à un questionnaire préparé par l'institutrice: l'enfant apporte sa vivacité, son imagination et le senior ses connaissances, sa culture. Un petit goûter réunit ensuite tout le monde, puis on se dit au revoir. Jusqu'à la prochaine fois.



## Qui est parrain de qui?

**Quoi?** Tout au long de l'année, différentes activités réunissent des enfants d'une école communale et des pensionnaires d'une maison de repos: atelier cuisine, jeux de société, visites, chant, théâtre... Selon le cas, les rencontres ont lieu à la maison de repos, à l'école ou dans un lieu extérieur.

**Comment?** Le projet intergénérationnel concerne toutes les classes de l'école, de la maternelle à la sixième primaire. Les activités sont bien sûr adaptées à l'âge des enfants: les plus jeunes participent par exemple à une chasse aux œufs ou font des dessins.

**Partenaires?** Les deux partenaires opérationnels sont l'école communale de l'Envol, à Faulx-les-Tombes, et la maison de repos du Foyer Saint-Antoine, à Gesves. L'asbl 'La Fête de Mai' (promotion des échanges en milieu rural) assure la coordination du projet.

**Atouts?** Pour le directeur de l'école, Christian Deglim, le but n'est pas de faire une 'bonne action' en allant rendre visite à des personnes âgées: "Cela va bien au-delà, car les plus âgés ont énormément de choses à transmettre aux enfants. Ils leur ont par exemple appris des chants en wallon ou d'anciens jeux de société. Plus largement encore, nous voulons que les citoyens de demain soient sensibilisés à des choses telles que la vieillesse, la maladie, le handicap et même parfois la mort. Parce que ce sont des réalités que nos sociétés modernes ont un peu trop tendance à vouloir occulter."

**Difficultés?** "Il faut préparer les enfants à la rencontre avec les personnes âgées et répondre à leurs nombreuses questions avant et après l'activité. Qu'est-ce qu'une

perfusion, comment réagir quand une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer demande dix fois à l'enfant comment il s'appelle? Il arrive que des élèves refusent de participer à l'activité et nous respectons ce choix", explique Christine Pitance, institutrice. Il y a parfois aussi des réticences chez certains seniors, qui craignent que les enfants soient trop bruyants ou turbulents. "Mais au final, c'est toujours un moment exceptionnel et je suis chaque fois épatée en voyant le grand respect dont font preuve les uns et les autres."

**Succès?** Au fil des activités, des liens affectifs parfois très forts se créent. Ainsi, des enfants ont décoré un pot de fleurs pour 'leur' senior et y ont mis une plante. "Ils savent que la personne âgée garde cette fleur dans sa chambre et l'entretient en pensant à eux."

**Et vous?** L'école de Faulx-les-Tombes mène un projet global de pédagogie ouverte. Les enfants ont donc l'habitude, depuis leur plus jeune âge, de prendre part à des activités qui visent à faire d'eux des acteurs responsables et ouverts au monde qui les entoure. Une école ne doit pas nécessairement adopter cette vision éducative pour développer un projet intergénérationnel, mais un minimum de continuité semble tout de même indispensable: "Pour être 'rentable', une telle initiative doit s'inscrire dans le temps. Il faut créer une tradition qui finit par rendre ces rencontres naturelles. Plus on le fait, mieux ça marche", estime Christian Deglim. Un conseil encore: ne pas surcharger le programme. "Mieux vaut centrer la rencontre sur une seule activité qui laisse une place aux échanges que de vouloir faire trop de choses à la fois."

# Le besoin de se raconter

“Aujourd’hui, tout le monde est pressé, on ne prend plus le temps de nous écouter. D’ailleurs, ce que nous avons à dire n’intéresse plus personne”. Ce sentiment, très souvent exprimé par des personnes âgées, est une composante essentielle de leur solitude intérieure. “Et cela même lorsque la famille s’occupe relativement bien des questions matérielles”, affirme Marie-Paule Mandy, présidente de Cep-âge et initiatrice du projet. “Car la personne âgée n’est pas uniquement un objet de soins. C’est aussi quelqu’un qui ressent ce besoin fondamental de tout être humain: l’estime de soi. Pouvoir raconter sa vie à quelqu’un qui est là, rien que pour elle, lui permet de retrouver une identité. Et parfois aussi, au soir de son existence, de remettre de l’ordre dans son passé.”



## Le besoin de se raconter

**Quoi?** Des personnes âgées racontent leur histoire de vie à des bénévoles formés à l'écoute. Cette relation brise leur solitude et les resocialise, mais leur permet aussi et surtout de renouer avec leurs racines et leur identité profonde. Dans certains cas, la personne peut même faire la paix avec un passé douloureux.

**Comment?** "Je me suis rendue à trois reprises chez une personne âgée qui ne pouvait plus sortir de chez elle", témoigne Monique, une bénévole. "Mon rôle a surtout été de recueillir sa parole, sans jugement ni parti pris. Parfois, j'ai aussi été amenée à me livrer un petit peu, quand elle me demandait ce que je pensais de ceci ou de cela, mais ce n'est pas un véritable échange, car l'accent est toujours mis sur l'écoute. À l'issue de nos entretiens, elle m'a dit que cela lui avait fait voir sa vie autrement: elle se sentait apaisée, elle avait décidé de ne plus rester dans la colère."

**Partenaires?** Le projet a été mené par l'association Cep-âge (Centre d'écoute et d'accompagnement des personnes âgées), sans la participation d'un partenaire structurel.

**Atouts?** La relation qui s'instaure est très différente de celle avec un membre de la famille, dit Marie-Paule Mandy: "Aucun passé affectif commun n'entre en jeu, il n'y a donc pas de règlement de compte ou de non-dits: le bénévole est uniquement là pour assurer une écoute empreinte d'humanité. Le but n'est pas non plus de produire une trace concrète, comme un livre de souvenirs, ce qui obligerait à restituer fidèlement la parole de la personne. À la limite, peu importe si ce qu'elle dit est vrai ou faux, du moment que ça lui fait du bien de le dire."

**Difficultés?** Bien qu'elle réponde à un besoin fondamental, cette démarche peut surprendre ou même déstabiliser. "Au début, nous avons essuyé un certain nombre de refus. Beaucoup de personnes âgées sont elles-mêmes prisonnières du stéréotype selon lequel elles n'ont plus rien d'intéressant à dire. D'autres jugent la démarche trop personnelle, ce qu'il convient bien sûr de respecter."

**Succès?** Petit à petit, ce projet expérimental trouve son public, même si, par nature, il se déroule à petite échelle. Un certain nombre de personnes âgées intéressées ont été renseignées à l'association par l'intermédiaire d'infirmières à domicile. Les maisons de repos peuvent aussi être de précieux partenaires. Une nouvelle formation de volontaires est prévue en 2007. Cep-âge espère constituer un réseau d'une vingtaine de bénévoles (de tout âge, même si les seniors actifs sont les plus nombreux) afin de mieux faire coïncider l'offre et la demande.

**Et vous?** Marie-Paule Mandy insiste sur l'importance cruciale de la formation et de la supervision pour tous ceux qui voudraient s'engager dans cette approche: "Les bénévoles doivent non seulement avoir suivi une formation à l'écoute, mais aussi avoir fait un véritable travail sur eux-mêmes avant de pouvoir recueillir des récits de vie. En cours de projet, il faut également prévoir des moments où les volontaires peuvent partager, en toute confidentialité, les moments parfois très intenses ou même poignants dont ils sont les témoins."

# Dehors !

“Tu veux voir la mer?” Le visage de Simone (83 ans) s’éclaire. Elle a toujours aimé voyager, il était impossible de la garder à l’intérieur. Jusqu’à ce qu’elle se retrouve clouée sur un fauteuil roulant. Mais même sans son fauteuil, elle ne pourrait plus sortir seule. Simone ne trouve plus son chemin, elle ne le retient plus. Heureusement, il y a sa “bibiche”, Christiane. Deux fois par semaine, elle emmène Simone. À l’après-midi créatif au centre de rencontre ou simplement pour une promenade sur la digue et une gaufre. “Quand Simone ne peut pas sortir, elle se sent enfermée.”



**Quoi?** Les plus de 80 ans qui ne savent plus sortir seuls parce qu'ils ont besoin de leur fauteuil roulant sont aidés et accompagnés par un volontaire de Thuisoppas qui les extrait de leur isolement.

**Comment?** Les personnes âgées qui veulent sortir prennent rendez-vous via Thuisoppas. Elles choisissent elles-mêmes quand, combien de fois et où elles veulent aller. On leur attribue un bénévole attiré que Thuisoppas choisit avec soin, aux dires de Chantal Falin et d'Ann Van Kerschaver de l'asbl.

Les seniors paient cinq euros pour deux heures de compagnie. Les volontaires ont appris à manipuler un fauteuil roulant. Ils doivent avoir une bonne condition physique. "C'est relativement lourd et pénible pour le dos" déclare Christiane, une volontaire.

**Partenaire?** Thuisoppas et des volontaires, le Thuiszorgwinkel (Mutualités chrétiennes), Familiehulp.

**Atouts?** Le sentiment de contrôler à nouveau leur vie est inestimable. "Cela leur donne une certaine liberté, dit Falin. Ils peuvent sortir faire un brin de causette avec leur voisin, choisir eux-mêmes leurs pommes chez l'épicier ou essayer une blouse dans un magasin de vêtements." La famille, le soignant à domicile ou le volontaire doit parfois faire preuve de persuasion. "Celui qui sort pour la première fois en fauteuil roulant est parfois embarrassé. Il a besoin de temps pour surmonter cette gêne."

**Difficultés?** Une demande supérieure à l'offre. Ils sont nombreux, les plus de 80 ans en fauteuil roulant qui aspirent à sortir. "Nous devons limiter le nombre de sorties par personne âgée afin de donner une chance à tous."

Les envies de dernière minute ne sont pas non plus prises en considération. "Le client ne peut pas nous appeler le matin d'une belle journée d'été pour partir sur-le-champ." Il ou elle doit réserver deux jours à l'avance. "Sinon, ce n'est pas faisable, ni pour les volontaires, ni pour nous. Cela demande pas mal d'organisation."

**Succès?** Ce sont les clients de Thuisoppas qui ont eux-mêmes suggéré l'idée. Pourquoi ne pourrions-nous pas sortir avec le volontaire qui nous tient compagnie, ont-ils demandé. Les chiffres sont là pour prouver leur enthousiasme. La première année, 2006, s'est clôturée sur 1.172 sorties pour 31 personnes âgées et 36 volontaires. Thuisoppas a présenté l'idée à d'autres services de garde dans l'espoir de servir d'exemple.

**Et vous?** "Les volontaires n'étaient guère enchantés de sortir avec un fauteuil roulant, déclare Falin. Ils étaient hésitants, avaient peur de faire des bêtises." Une formation est donc essentielle. Ils y ont appris comment monter et descendre d'un trottoir ou comment utiliser les repose-pieds et les freins ou plier le fauteuil. "La personne âgée et le volontaire ont tous deux gagné en confiance." La formation est répétée chaque année afin d'attirer de nouveaux volontaires.

# Les passeurs de temps

Sous l'œil attentif de Colette, Edouard achève de décorer une pince en bois. "Elle me servira de pince à courrier", dit-il fièrement. Sur d'autres tables s'étalent les créations des semaines précédentes: coussins aux initiales de leur propriétaire, boîtes à bijoux, poteries, petites maisons en porcelaine... "Même mon mari, qui n'était pas du tout habile de ses mains, a réussi à faire un sac", raconte Germaine. "Oui, mais en me piquant dans le doigt!", ajoute Colette en riant. Institutrice retraitée, elle anime cet atelier créatif dans la résidence des Prés Brions, près de Huy. Elle fait partie des 'Passeurs de temps': des bénévoles qui mettent leurs compétences à la disposition des résidents de la maison de repos.



**Quoi?** Un programme d'animations très diversifié est proposé chaque semaine aux résidents de la maison de repos: yoga, peinture, théâtre, atelier créatif, relaxation... Certaines de ces activités sont encadrées par du personnel des Prés Brions, mais pour d'autres, un appel a été lancé à des bénévoles de tout âge qui ont des talents artistiques ou autres: les 'Passeurs de temps'.

**Comment?** Les 'Passeurs de temps' fonctionnent en principe par équipes de deux: chacun vient animer son atelier une fois tous les quinze jours. "Cela instaure une certaine régularité sans épuiser les bénévoles, qui peuvent aussi plus facilement se remplacer en cas de maladie ou de congé", explique Christine Bianchet, la directrice des Prés Brions.

**Partenaires?** Le projet fait appel au monde associatif et scolaire local: les bénévoles ont été en partie recrutés par l'intermédiaire de diverses associations et l'école primaire de Ben-Ahin est un partenaire actif de la maison de repos.

**Atouts?** Les résidents entretiennent un autre rapport avec un bénévole qu'avec un membre du personnel: ils sont sensibles au fait que quelqu'un vienne leur consacrer du temps et peuvent parfois se confier à lui. Ils sont aussi associés au choix des activités: "Il faut savoir innover, être à leur écoute. On peut avoir des surprises: dernièrement, plusieurs résidents ont demandé à pouvoir faire du badminton !"

**Difficultés?** Le principal écueil est d'ordre financier, selon Christine Bianchet: "Nous tenons à proposer des activités de qualité. C'est une marque de respect envers les personnes âgées: nous ne voulons pas

les infantiliser en faisant du 'bricolage'. L'achat de matériel ou les sorties (théâtre, visites...) pèsent donc lourdement sur notre budget animation." D'autre part, la recherche de bénévoles disponibles, qui ont des compétences 'intéressantes' et qui peuvent se déplacer aisément reste un problème en milieu semi-rural.

**Succès?** La résidence des Prés Brions, à Ben-Ahin, est une toute nouvelle maison de repos, inaugurée en 2005. "Dès le départ, nous avons voulu en faire un lieu de rencontre et d'échanges avec la population extérieure: il y a par exemple une cafétaria qui est fréquentée par les habitants du village et une salle de sport accessible à tous sera prochainement construite sur le site", indique Marie-Eve Haidon, directrice du département Communication du Centre hospitalier de Huy, dont dépend la résidence. "Le concept des 'Passeurs de Temps' s'inscrit dans cette volonté d'ouverture des autorités communales de Huy. Il contribue à faire de la maison de repos un lieu de vie où se mêlent des publics différents."

**Et vous?** Même si, par sa conception novatrice, la résidence des Prés Brions bénéficie de conditions favorables, rien n'empêche d'expérimenter la formule des 'Passeurs de temps' dans un environnement plus classique. Mais l'implication de la direction et de toute l'équipe apparaît en tout cas comme une condition essentielle de succès: "Le projet exige une attention quotidienne. Les bénévoles sont très sensibles à l'intérêt qu'on porte à leur activité. Il faut passer régulièrement voir ce qu'ils font et parfois les rassurer ou leur remonter le moral quand ça marche un peu moins bien. C'est vraiment une gestion sur mesure."

## Fondation Roi Baudouin

*Agir ensemble pour une société meilleure*

*www.kbs-frb.be*

La Fondation Roi Baudouin soutient des projets et des citoyens qui s'engagent pour une société meilleure. Nous voulons contribuer de manière durable à davantage de justice, de démocratie et de respect de la diversité.

La Fondation Roi Baudouin est indépendante et pluraliste. Nous opérons depuis Bruxelles et agissons au niveau belge, européen et international. En Belgique, la Fondation mène aussi bien des projets locaux que régionaux et fédéraux. Elle a vu le jour en 1976, à l'occasion des vingt-cinq ans de l'accession au trône du Roi Baudouin.

Pour atteindre notre objectif, nous combinons plusieurs méthodes de travail. Nous soutenons des projets de tiers, nous développons nos propres projets, nous organisons des ateliers et des tables rondes avec des experts et des citoyens, nous mettons sur pied des groupes de réflexion sur des enjeux actuels et futurs, nous rassemblons autour d'une même table des personnes aux visions très différentes, nous diffusons nos résultats au moyen de publications (gratuites),... La Fondation Roi Baudouin collabore avec des autorités publiques, des associations, des ONG, des centres de recherche, des entreprises et d'autres fondations. Nous avons conclu un partenariat stratégique avec le European Policy Centre, une cellule de réflexion basée à Bruxelles.

Nos activités sont regroupées autour des thèmes suivants:

*Migration & société multiculturelle* – favoriser l'intégration et la cohabitation multiculturelle en Belgique et en Europe

*Pauvreté & justice sociale* – détecter de nouvelles formes d'injustice sociale et de pauvreté; soutenir des projets qui renforcent la solidarité intergénérationnelle

*Société civile & engagement citoyen* – promouvoir les valeurs démocratiques auprès des jeunes; appuyer des projets de quartier

*Santé* – encourager un mode de vie sain; contribuer à un système de soins de santé accessible et socialement accepté

*Philanthropie* – contribuer à un développement efficace de la philanthropie en Belgique et en Europe

*Balkans* – protéger les droits de minorités et de victimes de la traite des êtres humains; mettre sur pied un système de visas pour étudiants

Afrique centrale – soutenir des projets de prévention du sida et de prise en charge de malades du sida

Le Conseil d'administration de la Fondation Roi Baudouin trace les lignes de force de la politique à mener. Celle-ci est mise en oeuvre par une soixantaine de collaborateurs – hommes et femmes, d'origine belge et étrangère, wallons, flamands et bruxellois.

Les dépenses annuelles de la Fondation sont de quelque 40 millions d'euros. Outre notre propre capital et l'importante dotation de la Loterie Nationale, il existe aussi des fonds de personnes, d'associations et d'entreprises. La Fondation Roi Baudouin reçoit également des dons et des legs.

Vous trouverez de plus amples informations sur nos projets et nos publications sur le site [www.kbs-frb.be](http://www.kbs-frb.be)

Une e-news vous tiendra informé(e). Vous pouvez adresser vos questions à [info@kbs-frb.be](mailto:info@kbs-frb.be) ou au 070-233 728.

Fondation Roi Baudouin, rue Brederode 21, B-1000 Bruxelles  
tél +32-2-511 18 40, fax +32-2-511 52 21

Les dons de 30 euros minimum versés sur notre compte 000-0000004-04 sont déductibles fiscalement.

  
**Loterie Nationale**  
VOUS JOUEZ, VOUS AIDEZ

  
Fondation  
Roi Baudouin

*Agir ensemble pour une société meilleure*