

# Participation des aînés dans les communes: Exemple du world café «Sur qui "Conthey" pour bien vieillir?»

5<sup>ème</sup> Conférence des parties prenantes de la stratégie de prévention des maladies non transmissibles (MNT) et 3<sup>ème</sup> Conférence de la stratégie nationale Addictions  
Vieillir en bonne santé – une contradiction?  
Berne, 6 mai 2019

**Delphine Maret Brülhart**  
**Responsable Commune en santé et Plateforme 60+**  
**Promotion santé Valais**



# Programme Commune en santé

Développé par Promotion santé Valais d'abord dans le cadre du Centre alimentation et mouvement puis comme programme de PSV

Disponible dans les cantons du Jura, de Vaud, de Genève

But: valoriser les initiatives communales en faveur de la promotion de la santé en s'appuyant sur les bonnes pratiques des uns et des autres

[www.labelcommunesante.ch](http://www.labelcommunesante.ch)





# La commune de Conthey

Commune valaisanne d'environ 8'800 habitants

Entre plaine, coteau et montagne

Plusieurs villages composent la commune avec une grande zone commerciale en plaine

Volonté d'entrer dans la démarche de labellisation «Commune en santé»

En amont de la labellisation: démarche pour mieux connaître les besoins des seniors dans la commune



© Commune Conthey

# World Café des seniors

INVITATION  
À UNE MATINÉE D'ÉCHANGES  
AUTOUR D'UN CAFÉ/CROISSANT

**SUR QUI  
«CONTHEY»  
POUR BIEN  
VIEILLIR?**

MERCREDI 30 AOÛT  
RENDEZ-VOUS À 8H30  
PLACE DE LA TOUR LOMBARDE

**BIENVENUE  
À TOUS**

INFOS & INSCRIPTIONS  
SECRETARIAT@CONTHEY.CH  
027/345.45.20

COMMUNE DE  
Conthey

Conth'ACT

Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis

Une collaboration entre

- Commune de Conthey: Commission Santé, social et Intégration (mandant)
- Promotion santé Valais (mandataire)

Avec le soutien de Conth'Act, animation socioculturelle

# Préalables

## Implication de la commune

Intention politique

Mise à disposition du personnel

Invitations à la population

Coût de la démarche

Apéritif offert

Lien avec la population

## Définition des questions et organisation

Co-construction des questions

Lieu adéquat, tente

Samaritains

Déplacement des seniors

Accueil

Définition des rôles de chacun

Spécificités des seniors

Inscriptions!

## Communication

Lettre aux seniors

Flyers sur les marchés d'été

Collaboration avec le CMS et Pro Senectute

Collaboration avec le club des aînés

Collaboration avec l'animation socio-culturelle

Article dans le Journal local

Bouche à oreille

Répondante communale pour inscriptions



# World Café

**« Sur qui « Conthey » pour bien vieillir ? »**

Août 2017



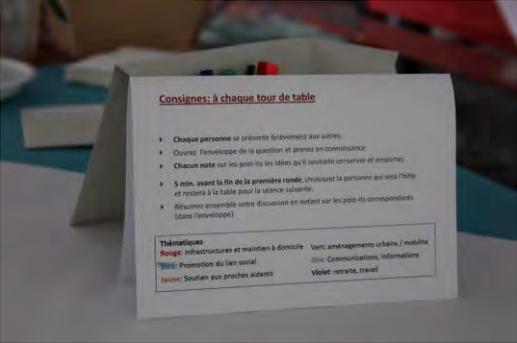
Promotion santé Valais  
Gesundheitsförderung Wallis



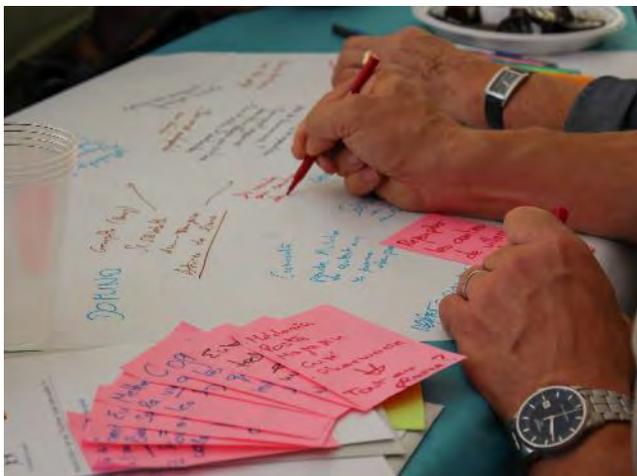
Commune en santé



# Accueil et organisation



# Récolte des données



# Un rôle pour chacun



# Thématiques et questions

## Thématiques

1. Politique communale : infrastructures et maintien à domicile
2. Promotion du lien social
3. Soutien aux proches aidants
4. Aménagements urbains / mobilité
5. Communications (sur les activités, les ressources, les aides, les questions de santé,...)
6. Employabilité des personnes âgées et préparation à la retraite

## 3 rondes/questions

1. Ce que j'apprécie dans ma commune
2. Les obstacles
3. Ce que la commune pourrait mettre en place



# Principaux résultats

- **Maintien de la vie à domicile: favoriser les services à domicile**
  - soutiens financiers pour adapter le logement
  - plus de présence des aides à domicile
  - services bénévoles pour les courses, les déplacements chez le médecin, etc.
- **Transport et mobilité: permettre le maintien à domicile et adapter les transports**
  - transports organisés pour les courses, déplacements chez le médecin, activités
  - co-voiturage
  - navettes gratuites / baisse du prix des transports
  - abris de bus couverts



# Principaux résultats

- **Soutien social et solidarité: favoriser les déplacements pour rompre l'isolement**
  - réseau de bénévoles pour repérer les gens seuls et organiser des visites
  - entraide spontanée ou organisée pour les courses
  - lieux de rencontre, comme des places extérieures, pour rompre la solitude
  - soutien financier (frais de logement, transports,...)
- **Information: disposer d'une information centralisée et facile d'accès**
  - liste de contacts (urgence, soutien, remplacements, chauffeurs,...)
  - possibilité d'organiser des «portes-ouvertes» de la commune sur des thématiques (impôts, AVS, soins,...)
  - Formation pratique sur les démarches administratives
  - brochures informatives

# Principaux résultats

- **Activités: besoin de rencontrer des gens, participer à la vie de la commune et se rendre utile**
  - liste de seniors effectuant du travail bénévolement ou à faible rétribution
  - salle adaptée à disposition pour des repas, activités, rencontres
  - activités gratuites
  - rencontres intergénérationnelles



# Et après? Les engagements de la commune

Mise en place d'une **culture de la participation** dans la commune (conviction du Conseil communal, méthode réutilisée)

**Intégration des résultats et propositions** dans l'élaboration des projets futurs (Agglo Valais Central pour la mobilité, par exemple)

**Réunion des partenaires** Communes-EMS-CMS de la région pour l'amélioration de la réorientation de la personne âgée dans le système de santé/soins

Renforcement du **soutien et des activités de Conth'Act**, animation socio-culturelle (secteur aînés)



# Et après? Les engagements de la commune

## Des actions concrètes:

- **Balades citoyennes:** amélioration de l'espace public, ce projet vise à transformer l'environnement urbain des citoyens à travers leur regard et la perception qu'ils ont de leur lieu de vie (réfection fontaines, trous dans la chaussée...)
- **Aînés 2.0:** cours informatiques
- Nouvelles lignes de **bus**

## Des projets en cours:

- Points rencontres dans les villages
- Centralisation des activités de bénévolat (CMS)



# Autres exemples de bonnes pratiques

## Pro Senectute Valais – Apéro citoyen à Bagnes

- En collaboration avec la commune (Commission sociale)
- Ateliers de discussion autour de 3 thématiques: mobilité, accès à l'information, maintien du lien social
- 120 seniors présents
- Mandat donné à Pro Senectute pour le développement des mesures issues de la démarche



© Commune de Bagnes – Bagnes info no40 Décembre 2018

# Autres exemples de bonnes pratiques

## Commune de Nendaz – Mon village a une âme

- Rencontres intergénérationnelles des citoyens
- Objectif: développer des projets autogérés par les citoyens – gouvernance horizontale
- Initiatives dans les différents villages
- Coopérative «O byô local»
- «Cavoeuvoeu» – fête traditionnelle villageoise organisée avec l'appui des aînés
- «Passe boire un verre» : rencontre conviviale



© [www.lenouvelliste.ch](http://www.lenouvelliste.ch)



© Cavoeuvoeu 2018\_Sonia Délèze

# Enjeux de la participation

- Comment répondre à tous les besoins exprimés? Comment communiquer sur les résultats et les engagements de la commune?
- Comment atteindre les plus vulnérables? Ont-ils envie de s'exprimer? Savent-ils comment le faire?
- Quels moyens de communications privilégier?
- Comment parler du vieillissement et des difficultés liées à l'âge?



# Merci pour votre attention



Commune en santé



Gesunde Gemeinde

Delphine Maret Brülhart  
Responsable Commune en santé  
Promotion santé Valais  
027 329 63 44  
delphine.maret@psvalais.ch  
[www.labelcommunesante.ch](http://www.labelcommunesante.ch)

