

## Guide de planification

# Promotion de l'intégration sociale des personnes âgées dans les communes

Hilde Schäffler, Public Health Services (sur mandat de Promotion Santé Suisse)  
Berne, septembre 2017



(Source: @ Promotion Santé Suisse / Peter Tillessen)

Les acteurs cantonaux et communaux trouveront dans ce guide les principes de planification de mesures pour promouvoir de manière ciblée l'intégration sociale des personnes âgées. Le présent guide s'adresse à la fois aux responsables de programmes cantonaux qui promeuvent des projets communaux, et aux acteurs communaux chargés de planifier et de mettre en œuvre de tels projets dans leur commune. Il sert d'aide à la conception, au lancement, à la mise en œuvre et à l'accompagnement de mesures communales visant à lutter contre la solitude des personnes âgées.

La méthodologie et les recommandations formulées ici s'appuient sur la littérature scientifique consacrée à la solitude des personnes âgées et sur les expériences tirées de deux projets-pilotes réalisés dans le cadre du projet « Via – Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées », menés dans les cantons de Berne (commune d'Ittigen) et de Zoug (commune de Cham).

**Les personnes intéressées peuvent s'adresser à:**

Jean-Pierre Lugon, responsable de projets Programmes d'action cantonaux, Promotion Santé Suisse



E-mail: [jean-pierre.lugon@promotionsante.ch](mailto:jean-pierre.lugon@promotionsante.ch), tél. 021 345 15 46

## Introduction

La solitude<sup>1</sup> représente un risque sérieux pour la santé, en particulier au niveau psychique. Ainsi, les personnes âgées qui se sentent seules présentent fréquemment des symptômes dépressifs, des troubles du sommeil et un stress accru. Elles souffrent également davantage de démence (notamment de la maladie d'Alzheimer). Mais leur santé physique est également touchée. Elles ont ainsi souvent de l'hypertension et leur espérance de vie est globalement plus courte que celle des personnes qui se sentent bien intégrées socialement.

La solitude ne doit toutefois pas être une fatalité. Même les personnes âgées souffrant d'une absence de relations de confiance peuvent lutter contre la solitude grâce à un soutien approprié et reconstruire leur réseau social en nouant de nouveaux contacts. La promotion ciblée de l'intégration sociale peut prévenir la solitude des personnes âgées et, ainsi, renforcer leur santé psychique. La notion d'intégration sociale est utilisée ici par opposition à la solitude et «se réfère à l'intégration des personnes âgées dans les réseaux sociaux de familles et d'amis ainsi qu'à leur intégration au sein de la communauté dans laquelle elles vivent et dans la société dans son ensemble»<sup>2</sup>.

C'est là qu'intervient la thématique « Promotion de l'intégration sociale » dans les communes.

La méthodologie utilisée pour mettre en œuvre cette thématique est très similaire, surtout dans la phase initiale, à la constitution d'un réseau communal de promotion de l'activité physique et des rencontres, car les deux approches ont pour objectif la création (ou réactivation) d'un réseau (→ voir  *Outil XXIV Guide de planification « Personnes âgées: bouger et se rencontrer grâce aux réseaux communaux »*). La procédure décrite ici couvre le traitement systématique et l'ancrage du thème de l'intégration sociale/la solitude des personnes âgées à plusieurs niveaux (commune, prestataires, personnes âgées). Résultats du processus décrit → voir le chapitre 2.3 *Résultats et avantages*, et  *l'outil VII « Rapport final Intégration sociale »*.

### 1 Brève description

Le présent guide de planification regroupe les principales données sur la mise en œuvre de la thématique « Promotion de l'intégration sociale » dans les communes. Des mesures concrètes sont développées et un réseau axé sur la promotion de l'intégration sociale est constitué, sur la base d'un processus participatif, dans lequel sont impliqués tant le groupe cible des personnes âgées que les acteurs et prestataires principaux dans le secteur de la vieillesse.

Le guide de planification décrit, à partir d'exemples, des mesures possibles (par exemple, une formation des multiplicateurs pour les professionnels des services à domicile) et aborde d'autres champs thématiques et approches pour renforcer l'intégration sociale des personnes âgées. Le processus a pour objectif non seulement la mise en œuvre de mesures concrètes et la constitution d'un réseau, mais surtout l'ancrage du thème dans la commune de la manière la plus durable possible. Si la commune se doit de piloter ce processus, l'expérience montre que l'intervention de professionnels externes (fourniture de conseils et soutien) facilite le lancement et la mise en œuvre de la thématique.

→  *Tous les outils cités dans le guide de planification sont répertoriés au chapitre 8 « Documents/outils existants ».*

<sup>1</sup> La solitude va au-delà de l'esseulement. Elle ne résulte pas forcément de conditions objectives car, d'une part, on peut se sentir seul même entouré et, d'autre part, les personnes qui sont et souhaitent souvent être seules ne sont pas forcément isolées. La recherche gérontologique fait par conséquent la distinction entre la solitude subjective, le plus souvent non voulue, et l'esseulement, décelable objectivement.

<sup>2</sup> Weber, D. et al. (2016). Santé et qualité de vie des personnes âgées. Bases pour les programmes d'action cantonaux « Santé et qualité de vie des personnes âgées ». Promotion Santé Suisse Rapport 5, Berne et Lausanne

<b>2</b>	<b>Objectifs et impacts</b>
<b>2.1</b>	<b>Vision</b>
<p>Il faut renforcer l'intégration sociale et la mise en réseau des personnes âgées dans la commune, et endiguer leur solitude. Les personnes âgées de la commune doivent pouvoir maintenir leur réseau social, participer à la vie publique et nouer de nouvelles relations sociales, même si elles connaissent des limitations en termes de mobilité, de santé, de barrières linguistiques ou culturelles, ou encore si elles prennent en charge un proche. Les prestataires dans le domaine de la vieillesse, et surtout les services d'aide à domicile, sont sensibilisés au thème de la solitude et ont les moyens d'y réagir et de motiver les personnes concernées à entretenir ou créer des relations sociales. C'est ainsi que la cohésion sociale au sein de la commune doit être renforcée à long terme.</p>	
<b>2.2</b>	<b>Objectifs</b>
<p><b>Au niveau individuel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Accroître la prise de conscience concernant l'importance de l'intégration sociale des personnes âgées</li> <li>• En savoir plus sur les possibilités existantes concernant l'entretien et la création de contacts sociaux (offres / prestations / engagement social / bénévolat)</li> </ul> <p><b>Environnement social/setting</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Créer les conditions d'un développement optimal des liens sociaux pour les personnes âgées</li> <li>• Sensibiliser les services à domicile et les responsables de cours/manifestations et de rencontres au thème de l'intégration sociale/la solitude et leur donner les moyens de motiver les personnes âgées à entretenir ou créer des relations sociales</li> <li>• Optimiser la collaboration et la communication entre les acteurs du domaine de la vieillesse et la garantir au travers d'un réseau</li> </ul> <p><b>Société/politique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibiliser les décideurs et la population au thème de l'intégration sociale et de la solitude des personnes âgées</li> <li>• Ancrer le thème au niveau politique, dans la commune (dans les objectifs de la législature, les principes directeurs de la politique de la vieillesse, etc.)</li> <li>• Renforcer les services à domicile (p. ex. au niveau du triage des personnes âgées isolées et de l'activité de mise en réseau)</li> </ul>	
<b>2.3</b>	<b>Résultats et avantages</b>
<p><b>Commune / prestataires / organisations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans le cadre de la fixation des priorités thématiques, il est possible d'élaborer dans les communes un concept global intégratif sur le « travail avec les personnes âgées » qui convienne à tous les acteurs en présence, puis de l'ancrer (p. ex. dans les objectifs de la législature, les principes directeurs de la politique de la vieillesse).</li> <li>• La mise en réseau des acteurs et des organisations est ainsi renforcée, ce qui favorise la confiance mutuelle, améliore la collaboration et optimise le triage des personnes âgées isolées.</li> <li>• Les acteurs et les professionnels de différentes organisations s'intéressent à l'intégration sociale/la solitude des personnes âgées, puisent des idées nouvelles pour leur activité et les reprennent dans leur propre organisation.</li> <li>• Une liste des offres, manifestations et prestations destinées à la population âgée de la commune est établie.</li> </ul>	

- L'implication active des séniors dans le processus permet à la commune, aux prestataires et aux autres acteurs de mieux connaître les exigences et besoins des personnes âgées de la commune.

### Personnes âgées

- Lors de différentes manifestations, la population âgée est informée des possibilités de bénévolat, de l'offre existante et des prestations disponibles dans la commune, et elle est sensibilisée à l'importance de la constitution et de l'entretien de son réseau de relations sociales.
- Les personnes âgées limitées dans leur mobilité et bénéficiant de prestations à domicile sont incitées et aidées, par des services à domicile qui y ont été sensibilisés, à entretenir leurs relations sociales ou à nouer de nouveaux contacts (p. ex. grâce à des services de visite et d'accompagnement et par la participation à des rencontres, tables de midi, etc.).

L' *outil VII « Rapport final Intégration sociale »* montre comment l'avantage qui en résulte se manifeste concrètement dans les communes-pilotes.

## 3 Groupes cibles / multiplicateurs / settings

### 3.1 Description du/des groupe(s) cible(s) primaire(s)/des multiplicateurs

#### Groupe cible

Personnes âgées à la retraite vivant à domicile

#### Multiplicateurs

Professionnels, acteurs et responsables d'associations et d'autres organisations, qui proposent des offres et prestations pour les personnes âgées ou travaillent dans le domaine de l'accompagnement des personnes âgées (p. ex. Soins à domicile, Pro Senectute, CRS/Caritas, églises, associations de femmes, médecins, travailleurs sociaux, etc.)

### 3.2 Setting(s)

Commune

## 4 Méthodologie


### 4.1 Mesures concrètes: étape par étape





#### Description


#### 1. Phase de lancement





1<sup>re</sup> étape:  
première consultation et clarification de la direction de projet locale

- Une première consultation avec des représentants intéressés de la commune permet de clarifier les conditions cadres et les méthodologies possibles.
- Une personne engagée, dotée des ressources et compétences suffisantes (au niveau technique et organisationnel), est choisie pour assumer la direction de projet locale.
- Le processus est soutenu sur les plans du contenu et de l'organisation par le canton et par un-e professionnel-le mandaté-e à cet effet.

 *Outils visant à faciliter le premier contact avec une commune: IX « La promotion de la santé des personnes âgées – de réels bénéfices! »; VIII « Fascicule sur la constitution de réseaux communaux »; I Rapport 5 « Santé et qualité de vie des personnes âgées » (voir → le chapitre 19 Promotion de la santé psychique axée sur l'intégration sociale)*

<p>2<sup>e</sup> étape: engagement politique et début d'ancrage</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Il faudrait obtenir une décision du conseil communal concernant la fixation de la priorité thématique « Promotion de l'intégration sociale » et si possible également le recours à un groupe de pilotage. Cela donnera à l'initiative l'appui nécessaire dans la commune et aidera à garantir les ressources en personnel et financières pour la mise en œuvre.</li> <li>• L'ancrage du thème au niveau de la politique communale devrait être lancé le plus tôt possible. Un tel ancrage peut par exemple se faire en intégrant le thème dans les objectifs de la législature de la commune ou dans les principes directeurs de la politique de la vieillesse et dans le plan de mesures qui y est lié. → <i>Voir également le chapitre 6.1 Durabilité et ancrage</i></li> </ul> <p> <i>Outils: XVII « Objectifs de la législature 2015 – 2018 (exemple de Cham) », XVIII « Plan de mesures 2016 – 2019 (exemple d'Ittigen) »</i></p>
<p>3<sup>e</sup> étape: état des lieux et entretiens avec des experts</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un état des lieux est effectué, qui recense les prestataires, les offres et prestations intégratives pour les personnes âgées existant dans la commune ou la région. L'état des lieux peut être dressé par des employés communaux ou par un service professionnel externe. La charge de travail consécutive représente entre deux et trois journées de travail pour des personnes ou institutions connaissant bien le tissu local.</li> <li>• Les premiers entretiens sont menés avec les acteurs et prestataires principaux pour clarifier les actions nécessaires et les possibilités d'action du point de vue des experts.</li> </ul> <p> <i>Outils: II « Guide d'analyse de la situation et des besoins »; III « Grille d'inventaire »; V « Outil pour établir un état des lieux avec les communes »</i></p>
<p>4<sup>e</sup> étape: établissement d'un concept global</p>	<p>Sur la base de cet état des lieux et des entretiens effectués, un concept global est établi pour définir la procédure à suivre ainsi que de premières mesures possibles. Toutes les autres mesures formulées ici (5 - 12) sont des idées de mesures potentielles pouvant être reprises sous cette forme ou adaptées.</p> <p> <i>Outil VI « Concept d'approche (exemple de Cham) »</i></p>
<p>2. Phase de constitution</p>	
<p>5<sup>e</sup> étape: identification des besoins (manifestation participative pour les personnes de 65 ans et plus)</p>	<p>Les besoins de la population âgée de la commune sont recensés dans le cadre d'une manifestation spécialement organisée à leur intention (manifestation participative). Cette manifestation peut par exemple prévoir une discussion animée sous forme de table ronde pour répondre à la question: « De quoi a-t-on besoin pour vieillir heureux dans la commune? ». Cela permet aux participants d'exprimer non seulement leurs demandes en matière de promotion de l'intégration sociale, mais aussi leurs souhaits dans d'autres domaines. Il est important d'assurer un transfert des demandes aux services compétents de l'administration communale et aux organisations actives dans ce secteur. Les demandes liées à l'intégration sociale sont prises en compte pour la planification ultérieure de mesures.</p> <p> <i>Outil IV « Guide et boîte à outils pour la participation citoyenne »</i></p>



<p>6<sup>e</sup> étape: soutien et accompagnement de la création d'un groupe de seniors</p>	<p>Si la commune ne possède pas encore de groupe de seniors actif ayant été impliqué dès le début dans le projet, il est possible d'en suggérer la création lors de la manifestation participative. Idéalement, sa constitution est accompagnée et soutenue par la commune (p. ex. activités communautaires). Le groupe devrait si possible participer activement à la suite du processus.</p>
<p>3. Phase de mise en œuvre</p>	
<p>7<sup>e</sup> étape: constitutions et exploitation d'un réseau local</p>	<p>Pour améliorer la coopération locale et la coordination des offres et prestations, et pour lancer des mesures communes contre la solitude des personnes âgées, un réseau local réunissant tous les acteurs du secteur de la vieillesse est mis sur pied:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pour commencer, tous les acteurs et tous les prestataires identifiés à la 3<sup>e</sup> étape ainsi que d'autres membres du réseau sont contactés et incités à participer.</li> <li>• L'expérience a montré qu'il est recommandé, dans la phase de constitution, que le réseau se rencontre 3 ou 4 fois par an afin de mettre le processus en branle et de promouvoir la construction de relations de confiance informelles entre les membres.</li> <li>• La première rencontre du réseau permet aux participants d'apprendre à se connaître. Les membres du réseau reçoivent, de la part de professionnels, des informations sur la thématique de l'intégration sociale/la solitude des personnes âgées et expérimentent des approches de solution (good practice). Les résultats de l'identification des besoins (5<sup>e</sup> étape) leur sont également présentés. Par ailleurs, les intérêts communs et les objectifs du réseau sont abordés</li> </ul> <p>Contenu/objectifs des rencontres du réseau:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un document de base sur les objectifs et les principes du réseau est élaboré.</li> <li>• La discussion porte sur la manière dont les offres et prestations existantes peuvent contribuer davantage encore à la promotion de l'intégration sociale des personnes âgées et sur la manière favoriser leur accessibilité. Des idées de mesures concrètes sont formulées et priorisées. Un plan de mesures concret est établi.</li> <li>• Il est possible de s'appuyer sur les étapes 8 à 12 formulées ici pour définir et proposer des mesures concrètes.</li> <li>• Des groupes de travail/de projet sont créés pour la mise en œuvre des différentes mesures. La direction de projet locale et le/la responsable cantonale (ou le/la professionnel-le extern-e) soutiennent les groupes de travail là où cela est nécessaire.</li> <li>• Après un an d'exploitation du réseau, il est recommandé de procéder à une évaluation intermédiaire pour faire le bilan de ce qui a été réalisé dans le cadre du réseau et d'en tirer des conclusions pour la suite de la procédure.</li> </ul> <p> <i>Outil VIII « Fascicule sur la constitution de réseaux communaux »</i></p>

<p>8<sup>e</sup> étape: établissement et mise à jour d'une liste d'offres</p>	<p>Il est important que les personnes âgées, mais aussi les prestataires locaux disposent d'une liste à jour des prestations, cours et conseils répondant aux besoins spécifiques d'une population d'âge avancé. Il faut si possible impliquer l'ensemble du réseau dans l'élaboration (ou la révision) de cette liste. Celle-ci devrait être disponible sous forme électronique mais aussi en version papier. De tels aperçus sont rapidement obsolètes et doivent donc être régulièrement mis à jour. Il convient à cet effet de mettre des ressources à disposition au niveau de la commune. Le site web <a href="http://www.infosejour.ch">www.infosejour.ch</a> de Pro Senectute, par exemple, propose une possibilité simple et peu coûteuse pour élaborer et actualiser une telle liste.</p>
<p>9<sup>e</sup> étape: information au public</p>	<p>Les manifestations publiques offrent la possibilité de faire mieux connaître les offres existantes dans la commune et d'inciter les personnes âgées à profiter activement des cours et des autres offres, et à faire du bénévolat. Il semble en outre pertinent de sensibiliser à la thématique de l'intégration sociale/la solitude des personnes âgées, en particulier par rapport aux phases de transition, comme le départ à la retraite:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dans le cadre d'une « réunion d'information pour les nouveaux retraités », il est par exemple possible de présenter l'offre locale à disposition des personnes âgées ainsi que les différentes possibilités de s'engager. Une telle manifestation peut également servir à sensibiliser à l'importance de l'intégration sociale des personnes âgées.  <i>Outil XIX « Réunion d'information pour les nouveaux retraités (exemple de Cham) »</i></li> <li>• Manifestation pour la population âgée de la commune consacrée à l'« intégration sociale/la solitude » (p. ex. selon le mot d'ordre: « Ensemble plutôt que seuls»). Pour concevoir une telle manifestation de manière la plus durable possible, des associations et organisations offrent à cette occasion aux participants la possibilité de s'inscrire directement à un cours/une manifestation, de s'affilier ou de participer activement en tant que bénévoles.  <i>Outil XX « Programme de la manifestation Ensemble plutôt que seuls (exemple d'Ittigen) »</i></li> <li>• Relations médias: articles dans des quotidiens et des journaux locaux  <i>Outil XI « Astuces et textes bruts pour le travail avec les médias »</i></li> <li>• Information générale au public: journées d'action, campagnes, etc.  <i>Outil X « Témoignages »</i></li> </ul>
<p>10<sup>e</sup> étape: formation des multiplicateurs «La solitude des personnes âgées»</p>	<p>Les services à domicile comme les Centres médico-sociaux, les services de livraison de repas ou les services de visite et d'accompagnement ont accès à des personnes âgées fragiles, qui quittent rarement leur logement et sont particulièrement exposées à la solitude.</p> <p>La formation sensibilise les professionnels des services à domicile, les organisateurs de services de visite et d'autres travailleurs bénévoles au thème de la solitude des personnes âgées. On leur donne en outre les moyens d'agir et on les incite à transmettre leurs connaissances spécialisées à leurs propres collaborateurs. La collaboration entre les différentes organisations et institutions sur place est renforcée:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il est fait appel dans la mesure du possible à une grande organisation pour réaliser la formation (organisation/animation) (p. ex. CRS, Pro Senectute, Centre médico-social, etc.).</li> <li>• La promotion de la formation est assurée via le réseau existant.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les deux demi-journées de formation devraient être prévues à 3 - 5 semaines d'intervalle.</li> <li>• Environ six mois après la formation, une rencontre d'échange d'expériences est organisée (annonce de la date au moment de la formation).</li> </ul> <p><i>📖 Outil Formation des multiplicateurs XII « Description de la formation des multiplicateurs »; XIII « Déroulement de la formation des multiplicateurs »; XIV « Mise au concours de la formation des multiplicateurs »; XV « Modules de la formation des multiplicateurs »; XVI « Feuille d'évaluation de la formation des multiplicateurs »</i></p>
<p>11<sup>e</sup> étape: échange pour les responsables de cours</p>	<p>Les responsables de cours et de rencontres et manifestations s'adressant aux personnes âgées ont une fonction importante en ce qui concerne l'intégration de (nouveaux) participants et l'échange social des participants entre eux. Les cours et manifestations peuvent être conçus de sorte à ce que l'échange social et l'intégration de nouvelles personnes ou de personnes considérées comme « difficiles » soient encouragés et, qu'ainsi, la possibilité de créer de nouvelles relations sociales augmente elle aussi pour les personnes peu intégrées jusque-là.</p> <p>Pour l'organisation et la réalisation de l'échange entre pairs, il est fait appel à des représentants d'organisations qui proposent des cours ou des rencontres pour les personnes âgées ou qui sont intéressées par la thématique.</p> <p><i>📖 Outils: XXI « Réseau d'échange »; XXII « Mise au concours pour les directeurs de cours ou de rencontres (exemple d'Ittigen) »</i></p>
<p>12<sup>e</sup> étape: adaptation et développement</p>	<p>Au cours du processus décrit ici, d'autres mesures adaptées au plan local sont définies pour renforcer l'intégration sociale des personnes âgées et prévenir leur solitude.</p> <p>Il convient de penser par exemple à d'autres mesures qui ciblent les phases de transition (p. ex. lieu de rencontres pour les personnes en deuil). De même, l'implication active des médecins constituerait une autre approche importante pour élaborer des mesures concrètes. Citons ici pour finir le renforcement des services de visite et des services de transport peu coûteux favorisant la participation à des activités sociales.</p> <p>Il est également possible de s'inspirer par exemple d'une publication de la « Campaign to end loneliness » de Grande-Bretagne pour développer d'autres mesures.</p> <p><i>📖 Outil XXIII « Promising approaches to reducing loneliness »</i></p>

5 Organisation et gestion du projet		
5.1	Parties prenantes	Rôles et missions
Responsables cantonaux (éventuellement professionnel-le externe) ou initiateur/initiatrice local-e	Lancement de la priorité thématique	
	Tout au long du processus qui s'en suit: accompagnement et soutien professionnels, notamment pour l'état des lieux, les entretiens avec des experts, l'élaboration du concept global et la manifestation participative (en particulier l'évaluation) ainsi que les interventions professionnelles et l'évaluation intermédiaire	
	Elaboration d'outils	
Organe responsable: commune/ville <i>(si possible: président-e de la commune ou conseillers communaux ou responsable du département Vieillesse ou Activités communautaires)</i>	«Lead» stratégique (planification et pilotage du processus)	
	Soutien de la direction de projet	
	Soutien de l'ancrage politique	
Direction de projet communale <i>(p. ex. par la direction du département Vieillesse/Santé/Affaires sociales/Sport; au choix par des organisations, associations ou prestataires mandatés)</i>	Garantie des finances	
	«Lead» opérationnel (garantit la cohérence du processus)	
	Implication de principaux acteurs; pilotage, gestion du processus et du projet	
	Ancrage politique (obtenir l'engagement des services communaux compétents et des décideurs ainsi que celui du conseil communal)	
	Direction du réseau	
	Mise en réseau et coordination des différents niveaux et parties prenantes impliqués (groupe de seniors, prestataires, commune, canton)	
	Planification et mise en œuvre de l'information au public	
Membres du réseau	Documentation et vérification des résultats	
	Participation aux rencontres du réseau et à des manifestations	
	Adaptation de l'offre et des prestations	
	Participation à des activités du réseau et à des groupes de projet	
	Mise en œuvre de projets partiels	
5.2	Autres partenaires de coopération possibles <i>(liste non exhaustive)</i>	Formation continue/qualification de leurs collaborateurs
		Promotion Santé Suisse <ul style="list-style-type: none"> <li>Promotion de l'échange intercantonal, soutien au développement et au perfectionnement de nouvelles approches et de nouveaux outils</li> </ul>

Réseau Santé Psychique Suisse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plateforme pour les acteurs et leurs offres dans le domaine de la santé psychique</li> </ul>
Alliance contre la dépression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soutien d'activités</li> <li>• Fourniture d'informations et d'outils sur le thème de la santé psychique et de la dépression</li> </ul>
Ligues et associations régionales/cantonales/nationales (p. ex. Pro Senectute, CRS, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Institutions partenaires possibles pour réaliser la formation des multiplicateurs « La solitude des personnes âgées » et des manifestations</li> <li>• Matériel d'information et ressources (p. ex. personnelles et infrastructurelles)</li> </ul>
Médias (presse locale, radio, TV)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partenaires pour l'information et la sensibilisation</li> </ul>
Association des communes suisses/ Union des villes suisses	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Légitimation</li> <li>• Mise en réseau et échange d'expériences entre les communes, formations continues</li> <li>• <a href="#">Réseau Quartiers vivants</a></li> </ul>
<b>5.3 Rapport avec d'autres approches et projets partiels</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le renforcement de l'intégration sociale repose pour une bonne part sur la promotion des rencontres. Il peut aussi être combiné avec des offres d'activité physique.  <i>Outil XXIV Guide de planification « Personnes âgées: bouger et se rencontrer grâce aux réseaux communaux »</i></li> <li>• Quartiers Solidaires (<a href="http://www.quartiers-solidaires.ch">www.quartiers-solidaires.ch</a>, sur demande documentation du projet disponible en allemand)</li> <li>• Tavolata (<a href="http://www.tavolata.ch">www.tavolata.ch</a>, réseau de tables communautaires du Pour-cent culturel Migros)</li> <li>• Vous trouverez en outre des <b>outils</b> utiles <b>sur le thème «Manifestation et cours»</b> dans la liste d'outils du document de travail VIA 16 – Manifestations et cours  <i>Outil XXIII « Outils Via Manifestations et cours »</i></li> </ul>	
<b>5.4 Ressources</b>	
<p>Il n'est pas possible d'avoir des indications précises valables pour toutes les communes. Les ressources nécessaires varient en effet fortement en fonction de la situation de départ dans la commune ainsi que des possibilités d'utiliser les structures existantes et d'impliquer des personnes/organisations engagées ou intéressées. Les données suivantes représentent une évaluation grossière.</p>	
<b>1. Ressources en personnel</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Direction de projet/de réseau (professionnelle)</li> <li>• Coordination des organes (professionnelle)</li> <li>• Etat des lieux (collaborateurs de la commune, bénévoles)</li> <li>• Organisation et animation de manifestations et rencontres</li> <li>• Prestations de soutien et de conseil (professionnelles), du canton ou d'un-e professionnel-le/d'une organisation mandaté-e</li> </ul>	
<b>2. Moyens matériels et infrastructure</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Locaux pour les rencontres, manifestations et formations continues (p. ex. salles de réunion ou communales/paroissiales, locaux des partenaires de réseau, locaux associatifs, etc.)</li> <li>• Frais de restauration lors de rencontres et manifestations</li> <li>• Matériel de communication pour les manifestations (lettres-circulaires, dépliants, affiches, etc.)</li> </ul>	

### 3. Coût évalués

#### **Charges de personnel, direction de projet communale**

- Phase de lancement et début de la phase de mise en œuvre: env. 20% de taux d'occupation
- Plus tard, env. 10 à 20% selon le nombre et l'ampleur des projets de mise en œuvre et des manifestations

#### **Charges de personnel, direction de projet cantonale, services de soutien et de conseil assurés par l'échelon cantonal ou des prestataires externes**

- Env. 5 à 10% de taux d'occupation par commune (si le suivi porte sur davantage de communes, le travail peut être plus efficient)
- En guise d'incitation, les responsables cantonaux peuvent s'ils le souhaitent mettre à la disposition des communes un budget temps pour un conseil technique, p. ex. de deux demi-journées par an.
- Après un à deux ans, le réseau devrait être ancré au niveau local et un plan de mesures concret devrait avoir été élaboré pour la mise en œuvre de la thématique. Les premières mesures devraient déjà se trouver en phase de mise en œuvre, d'autres devraient être traitées par des groupes de projet; la charge initiale liée au soutien baisse par la suite.

#### **Autres coûts**

- Constitution et début de la phase de mise en œuvre: env. CHF 5'000 à CHF 10'000 par an, plus moyens éventuels pour des projets de mise en œuvre (p. ex. frais d'envoi, publicité et communication, frais de restauration lors de manifestations, animation professionnelle, frais de stand, etc.). Plus tard, les coûts d'exploitation du réseau baissent. Ultérieurement, en fonction des projets de mise en œuvre prévus
- Coûts d'organisation par rencontre du réseau: entre CHF 100 et CHF 200 env., hors frais de personnel
- Formation des multiplicateurs: en plus des coûts d'infrastructure (salles pour deux demi-journées), coûts pour l'animation et les intervenants professionnels
- Les manifestations de grande ampleur pour la population (p. ex. forum seniors ou manifestation « Ensemble plutôt que seuls ») entraînent, en fonction du nombre de participants et de l'offre (restauration, animation, etc.), des frais de plusieurs milliers de francs.
- Coûts pour une animation professionnelle de manifestations de grande ampleur: CHF 1'500 env. par demi-journée, préparation et traitement ultérieur inclus

### 4. Financement

Il faut viser un cofinancement par la commune, le canton et d'autres partenaires de projet/de coopération possibles. La direction de projet ainsi que les éventuels projets de mise en œuvre doivent être financés par le biais de la commune, dans un esprit de pérennisation. Il faut à cet endroit veiller à une intégration rapide dans le budget communal.

Possibilités de réduire les coûts:

- Financement des services de soutien et de conseil par le biais d'un programme d'action cantonal en collaboration avec Promotion Santé Suisse
- Contributions financières par des fondations et des bailleurs de fonds locaux
- Traitement des envois par le biais de canaux existants
- Utilisation gratuite de locaux
- Sponsoring des boissons et de la restauration par des entreprises locales

- Cofinancement de matériel d'information et de manifestations de grande ampleur par des membres du réseau (p. ex. dépliants, place de marché pour les prestataires)
- Utilisation de ressources en personnel des membres du réseau
- Engagement de bénévoles et de personnes âgées

## 5.5 Déroulement temporel

Le déroulement temporel doit être adapté à la situation spécifique de chaque commune. Il serait contre-productif d'utiliser un agenda normé pour toutes les communes.

Période	Etape
6 mois à 1 an	<b>Phase de lancement</b> (étapes 1 à 4)
Année 2	<b>Phase de constitution</b> (étapes 5 et 6) et début de la <b>phase de mise en œuvre</b> (étapes 7 à 9): Première rencontre du réseau; constitution de groupes de travail/projet; élaboration de la liste d'offres; information et sensibilisation du public; état des lieux/évaluation intermédiaire du réseau
Année 3	<b>Phase de mise en œuvre (étapes 8 à 12):</b> Autres rencontres du réseau, information/sensibilisation du public, formation des multiplicateurs «La solitude des personnes âgées»; échange pour les responsables de cours; élaboration et mise en œuvre, par les groupes de travail, d'autres mesures
Année 4	Autres rencontres du réseau et manifestations pour le groupe cible; consolidation et ancrage durable du réseau dans les structures réglementaires

### Remarque:

L'horizon temporel pour l'élaboration, la mise en œuvre et l'ancrage de la thématique «Promotion de l'intégration sociale», y compris d'un réseau communal, est d'au moins 3 à 4 ans. Tous les acteurs concernés doivent s'engager à moyen et long terme. L'expérience montre cependant que les premiers résultats et avantages sont visibles très rapidement.

## 6 Durabilité et concepts directeurs de la promotion de la santé

### 6.1 Durabilité et ancrage

#### Mesures visant à garantir la durabilité:

- Intégration de la thématique (promotion de l'intégration sociale/mesures contre la solitude des personnes âgées) dans les objectifs de la législature ou dans les principes directeurs de la politique de la vieillesse de la commune
- Direction de projet/direction de réseau reprises par la commune (p. ex. poste pour les activités communautaires, service social, poste au département Vieillesse, etc.)
- Planification, dans le budget de la commune, des ressources financières et en personnel pour la direction de projet et de réseau comme postes fixes
- Intégration des résultats et des projets issus de la manifestation participative et du processus de réseau dans les tâches des autorités compétentes
- Rattachement à des structures et projets existants, exploitation de synergies avec d'autres projets (il existe éventuellement déjà un réseau communal, via lequel il est possible de planifier les mesures d'intégration sociale)

Le réseau doit être ancré à l'échelle locale au bout de 1 ou 2 ans.

 *Outils: XVII « Objectifs de la législature 2015 – 2018 (exemple de Cham) », XVIII « Plan de mesures 2016 – 2019 (exemple d'Iltigen) »*

## 6.2 | Egalité des chances

On sait que les migrants âgés sont particulièrement menacés par la solitude. Lorsqu'un grand nombre de personnes issues de l'immigration vivent dans une commune, il faudrait aborder activement cette communauté pour s'assurer de leur participation.

 *Outils: XXV « Check-list Groupes cibles difficilement atteignables »; XXVII « Migration, santé et vieillesse »*

Statistiquement, les femmes âgées sont plus touchées par la solitude que les hommes de leur génération. Il convient donc de penser que les mesures prises doivent surtout atteindre les femmes âgées. A cet égard, l'implication des associations de femmes dans le réseau et dans la planification de projet est par exemple un point important.

Généralement, les mesures de promotion de la santé atteignent cependant plus les femmes que les hommes; le domaine des offres de groupe ou d'autres offres de rencontres intéresse d'ailleurs plus les femmes, qui y ont davantage recours. Il est donc recommandé ici de concevoir de manière sexospécifique certaines mesures allant au-delà des besoins des hommes à atteindre.

 *Outil XXVI Guide « Comment atteindre les hommes de plus de 65 ans? »*

Les proches aidants constituent un groupe à risque en termes de solitude. Compte tenu de leur activité de soins, leur intégration sociale est souvent fortement limitée. La plupart du temps, les offres existantes visant à les décharger ne sont que peu connues et il existe des obstacles à leur recours. D'autres mesures pourraient être appliquées ici de manière judicieuse pour renforcer l'intégration sociale et les ressources en personnel.

Les personnes touchées par la pauvreté et celles atteintes dans leur santé physique font aussi partie des groupes à risque en ce qui concerne la solitude des personnes âgées. Dans ce contexte, il convient surtout de veiller à ce que les offres soient financièrement accessibles et à ce que des services de transport gratuits soient mis à disposition, même pour la participation à des activités sociales (et sans «mendier» auprès de la commune).

## 6.3 | Participation

Les personnes âgées sont dans la mesure du possible intégrées à toutes les étapes et accompagnées de manière à ce qu'elles s'impliquent activement dans la planification et la mise en œuvre de mesures. La manifestation participative (forum seniors) est particulièrement adaptée pour mobiliser la population âgée et s'assurer de sa participation active. Tout groupe de seniors existant dans la commune est également impliqué dans le processus et invité à une collaboration active. S'il n'y en a pas, la manifestation participative peut également servir à inciter à la création d'un tel groupe de seniors. Ce processus peut être soutenu par la commune (p. ex. par les activités communautaires).

 *Outils VII « Fascicule sur la constitution de réseaux communaux »; VI « Guide et boîte à outils pour la participation citoyenne »*

## 6.4 | Empowerment

Le processus décrit ici non seulement incite les personnes âgées et leur donne les moyens d'entretenir leurs réseaux sociaux ou d'en constituer de nouveaux (réunions d'information, listes d'offres, contact personnel par des collaborateurs qualifiés de services à domicile, etc.), mais il les pousse aussi surtout à s'impliquer davantage dans la vie politique et sociale de la commune (manifestations participatives, groupe de seniors et collaboration au réseau).

De plus, le processus de réseau génère une sensibilisation et une qualification des responsables communaux, prestataires et autres parties prenantes dans le domaine de la promotion de la santé des personnes âgées.

<b>7</b>	<b>Enseignements et recommandations</b>
<b>7.1</b>	<b>Facteurs de succès et faits éprouvés</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement de la direction de projet locale et des acteurs impliqués</li> <li>• Ancrage du thème au niveau politique dans la commune (objectifs de la législature, principes directeurs de la politique de la vieillesse, etc.)</li> <li>• Adaptation aux agendas internes de la commune (élaboration de nouveaux principes directeurs de la politique de la vieillesse, réorganisation du travail avec les personnes âgées, projet de constitution d'un réseau, etc.)</li> <li>• Réseau solide axé sur la thématique de la « Promotion de l'intégration sociale »</li> <li>• Enthousiasme du conseil communal (et de membres engagés du conseil communal) pour la thématique</li> <li>• Rencontres régulières (assurer une continuité et une confiance mutuelle)</li> <li>• Réflexion et action durables</li> </ul>
<b>7.2</b>	<b>Obstacles</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Méfiance vis-à-vis de la nouveauté et du soutien de tiers externes (canton/prestataires externes)</li> <li>• Communication du projet défailante au début de la phase de lancement vis-à-vis des acteurs / personnes clés / « éminences grises » de la commune</li> <li>• « Esprit de clocher » et manque de volonté de collaborer</li> <li>• Approche descendante (de haut en bas)</li> <li>• Manque de volonté de fournir des ressources en personnel et financières</li> </ul>
<b>7.3</b>	<b>Recommandations/enseignements</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En règle générale, une stimulation et des suggestions externes sont nécessaires: le canton ou une organisation professionnelle prend l'initiative et soutient le processus avec son savoir-faire technique.</li> <li>• La direction du processus (direction de projet et direction de réseau) devrait être entre les mains de la commune (cela permet d'éviter les craintes liées à la concurrence entre les prestataires; garantie de la durabilité)</li> <li>• L'adaptation aux agendas internes de la commune est essentielle (p. ex. à l'occasion du remaniement des principes directeurs de la politique de la vieillesse ou de la constitution du réseau)</li> <li>• Les ressources en personnel et financières doivent être garanties suffisamment tôt.</li> <li>• Il est important d'impliquer le conseil communal (président-e de la commune, conseiller/ère de la commune, décision du conseil communal).</li> <li>• Il faut du temps et de la patience pour ancrer la thématique et mettre en œuvre des mesures durables.</li> <li>• Il convient d'impliquer les parties prenantes / personnes clés / «éminences grises» dès le début du projet et d'en faire des alliées (avant que la demande/le projet ne soit discuté-e dans les organes existants).</li> </ul>

8	Documents/ 📖 outils existants	Année	Langue(s)	Obtention
<b>📖 Outils pour la gestion de projet</b>				
I.	Rapport 5 « Santé et qualité de vie des personnes âgées » (chapitre 19. Promotion de la santé psychique axée sur l'intégration sociale) ( <i>Promotion Santé Suisse</i> )	2016	D/F	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
II.	Guide pour l'analyse de la situation et des besoins dans les communes	2015	D	Sur demande
III.	Grille pour l'inventaire des offres spécifiques pour la promotion de la santé des personnes âgées	2013	D/F	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
IV.	Guide « Merci de participer! » et boîte à outils « Comment ça marche » pour la participation citoyenne dans les communes ( <i>Office de prévention en matière de santé des Grisons et Fondation Vital</i> )	2012/ 2013	D/I	<a href="http://graubuendenbewegt.ch/shop/">http://graubuendenbewegt.ch/shop/</a>
V.	Votre commune est-elle conviviale pour les personnes âgées? Outils pour faire un état des lieux avec les communes ( <i>Département Santé et affaires sociales, canton d'Argovie</i> )	--	D	<a href="https://www.ag.ch/fr/dgs/gesellschaft/alter/standortgespraech_gemeinden/standortgespraech_gemeinden_1.jsp">https://www.ag.ch/fr/dgs/gesellschaft/alter/standortgespraech_gemeinden/standortgespraech_gemeinden_1.jsp</a>
VI.	Concept d'approche (exemple de Cham)	2015	D	Sur demande
VII.	Rapport final Projet partiel Intégration sociale	2017	D	Sur demande
<b>📖 Outils pour la communication</b>				
VIII.	Fascicule pour la constitution de réseaux communaux à l'intention des communes « Promouvoir la santé et la qualité de vie des personnes âgées »	2017	D / F (à suivre)	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
IX.	« La promotion de la santé des personnes âgées – de réels bénéfiques », argumentation et présentation PowerPoint	2014	D/F	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
X.	« Témoignages », guide pour les professionnels et pour le groupe cible	2015	D	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
XI.	Astuces pour le travail avec les médias régionaux et textes bruts pour le travail avec les médias sur le thème de l'intégration sociale	2016	D	Sur demande



<b>📖 Outil Formation des multiplicateurs</b>				
<b>XII.</b>	Description de la formation des multiplicateurs	2016	D	Sur demande
<b>XIII.</b>	Déroulement de la formation des multiplicateurs (exemple): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feuille de travail Entrée en matière biographique</li> <li>• Exemples de cas Formation multiple</li> </ul>	2016 2016 2016	D	Sur demande
<b>XIV.</b>	Mise au concours de la formation des multiplicateurs (exemple)	2016	D	Sur demande
<b>XV.</b>	Modules de la formation des multiplicateurs: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Outils de travail sur la planification de la formation</li> <li>• Brochure « Ensemble plutôt que seuls » (ville de Zurich)</li> <li>• Des recettes contre la solitude (ville de Berne)</li> </ul>	2015 2015 2007 2015	D	Sur demande
<b>XVI.</b>	Feuille d'évaluation de la formation des multiplicateurs	2015	D	Sur demande
<b>📖 Outils pour d'autres mesures concrètes</b>				
<b>XVII.</b>	Objectifs de la législature 2015 – 2018 (exemple de Cham)	2015	D	Sur demande
<b>XVIII.</b>	Plan de mesures 2016 – 2019 (exemple d'Ittigen)	2016	D	Sur demande
<b>XIX.</b>	Invitation « Réunion d'information pour les nouveaux retraités » (exemple de Cham)	2016	D	Sur demande
<b>XX.</b>	Programme de la manifestation « Ensemble plutôt que seuls » (exemple d'Ittigen)	2016	D	Sur demande
<b>XXI.</b>	Réseau d'échange	2015	D	Sur demande
<b>XXII.</b>	Mise au concours pour les directeurs de cours et de rencontres	2017	D	Sur demande
<b>XXIII.</b>	Publication « Promising approaches to reduce loneliness »	2015	E	Sur demande
<b>XXIV.</b>	Guide de planification « Personnes âgées: bouger et se rencontrer grâce aux réseaux communaux »	2017	D/F	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
<b>XXV.</b>	Check-list « Groupes cibles difficilement atteignables et défavorisés »	2013	D/F	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>
<b>XXVI.</b>	Guide « Comment atteindre les hommes de plus de 65 ans? » Promotion de la santé des personnes âgées adaptée aux genres	2016	D	<a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>

<b>XXVII.</b>	« Migration, santé et vieillesse » (présentation d'Hildegard Hungerbühler, CRS)	2016	D	sur demande Autre matériel sur ce thème, voir <a href="http://www.migesplus.ch/fr/publications/vieillesse/">http://www.migesplus.ch/fr/publications/vieillesse/</a>
<b>XXVIII.</b>	Outils Via accompagnant le document de travail 16 – Manifestations et cours (13 outils)	2014	D/F	Sur demande
<p><b>Remarque:</b> Autres outils et documents, voir <a href="http://www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees">www.promotionsante.ch/bases/publications/sante-des-personnes-agees</a>.</p>				