

Septembre 2019



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

Guide de planification

Les personnes intéressées peuvent s'adresser à:
Hilde Schäffler, Public Health Services
E-mail: info@public-health-services.ch, tél. +41 31 331 21 22

Impressum

Éditrice

Promotion Santé Suisse

Auteurs

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

Crédit photographique des images

Promotion Santé Suisse/Peter Tillessen

Renseignements et informations

Promotion Santé Suisse, Wankdorffallee 5, CH-3014 Berne, tél. +41 31 350 04 04,
office.bern@promotionsante.ch, www.promotionsante.ch

Numéro de commande

02.0291.FR 09.2019

Télécharger le PDF

www.promotionsante.ch/publications


© Promotion Santé Suisse, septembre 2019

Table des matières

1 Introduction	4
2 Objectifs et impacts	6
2.1 Vision	6
2.2 Objectifs	6
2.3 Résultats et avantages	7
3 Groupes cibles / multiplicateur-trice-s / setting	8
3.1 Description du/des groupe(s) cible(s) primaire(s) / des multiplicateur-trice-s	8
3.2 Setting(s)	8
4 Méthodologie	9
4.1 Mesures concrètes: étape par étape	9
5 Organisation et gestion du projet	13
5.1 Acteurs, rôles et missions	13
5.2 Autres partenaires de coopération possibles (liste non exhaustive)	14
5.3 Rapport avec d'autres approches et projets partiels	14
5.4 Ressources	14
5.5 Déroulement chronologique	16
6 Durabilité et concept directeur de la promotion de la santé	17
6.1 Durabilité et ancrage	17
6.2 Égalité des chances	18
6.3 Participation	18
6.4 Empowerment	19
7 Enseignements et recommandations	20
7.1 Facteurs de succès et résultats	20
7.2 Obstacles	20
7.3 Recommandations	20
8 Documents et outils existants	21

1 Introduction

La solitude* 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 reconstruire leur réseau social en nouant de nouveaux contacts, grâce à un soutien approprié. La promotion ciblée de l'intégration sociale peut prévenir la solitude des personnes âgées et 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'ami-e-s ainsi qu'à leur intégration au sein de la communauté dans laquelle elles vivent et dans la société dans son ensemble» [1]. 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 la réactivation) d'un réseau (→ voir  *Outil XIX Guide de planification «Réseaux communaux d'activité physique et de rencontres pour les personnes âgées»*).

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).


* 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.

[1] 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»*. Rapport 5. Berne et Lausanne: Promotion Santé Suisse.

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 les 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 (p. ex. une formation des multiplicateur-trice-s pour les professionnel-le-s 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 professionnel-le-s 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 et outils existants».*



2 Objectifs et impacts

2.1 Vision

Il faut renforcer l'intégration sociale et la mise en réseau des personnes âgées au niveau communal, et prévenir leur isolement. 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 si elles prennent en charge un-e proche. Les prestataires dans le domaine de la vieillesse, en particulier les services d'aide et soins 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.

2.2 Objectifs

Personnels/individuels

- Accroître la prise de conscience concernant l'importance de l'intégration sociale des personnes âgées
- En savoir plus sur les possibilités existantes concernant l'entretien et la création de contacts sociaux (offres/prestations/engagement social/bénévolat)

Environnement social/setting

- Créer les conditions d'un développement optimal des liens sociaux pour les personnes âgées
- Sensibiliser les services à domicile et les responsables de cours/manifestations et de rencontres au thème de l'intégration sociale et leur donner les moyens de motiver les personnes âgées à entretenir ou à créer des relations sociales
- Optimiser la collaboration et la communication entre les acteurs du domaine de la vieillesse et la garantir au travers d'un réseau

Société/politique

- Sensibiliser les décideur-euse-s et la population au thème de l'intégration sociale et de l'isolement des personnes âgées
 - 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.)
 - Renforcer les services de maintien à domicile (p. ex. au niveau du triage des personnes âgées isolées et de l'activité de mise en réseau)
-

2.3 Résultats et avantages

Commune/prestataires/organisations

- 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).
- 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.
- Les acteurs et les professionnel-le-s de différentes organisations s'intéressent à l'intégration sociale des personnes âgées, puisent des idées nouvelles pour leur activité et les reprennent dans leur propre organisation.
- Une liste des offres, manifestations et prestations destinées à la population âgée de la commune est établie.
- L'implication active des seniors 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 à mobilité réduite sont incitées et soutenues par les services de maintien à domicile pour entretenir leurs relations sociales ou 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).

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



3 Groupes cibles / multiplicateur-trice-s / setting

3.1 Description du/des groupe(s) cible(s) primaire(s) / des multiplicateur-trice-s

Groupe cible

Personnes âgées vivant à domicile

Multiplicateur-trice-s

Professionnel-le-s, 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, Croix-Rouge, Caritas, églises, associations de femmes, médecins, travailleuses et travailleurs sociaux)

3.2 Setting(s)

Commune



4 Méthodologie

4.1 Mesures concrètes: étape par étape

1. Phase de lancement

1^{re} étape

Première consultation et clarification de la direction de projet locale

- Une première consultation avec des représentant-e-s intéressé-e-s 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 locale du projet.
- 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 bénéfiques»;

VIII «Construire un réseau local pour les seniors. Une brochure pour promouvoir la santé et la qualité de vie des personnes âgées dans les communes»;

I «Rapport 5 Santé et qualité de vie des personnes âgées (chapitre 19, Promotion de la santé psychique axée sur l'intégration sociale)»

2^e étape

Engagement politique et début d'ancrage

- 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.
- 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.

➔ *Voir également le chapitre 6.1 Durabilité et ancrage*

 *Outils: XIII «Objectifs de la législature 2015-2018 (exemple de Cham)»;*

XIV «Plan de mesures 2016-2019 (exemple d'Ittigen)»

3^e étape

État des lieux et entretiens avec des expert-e-s

- Un état des lieux est effectué, qui recense les prestataires, les offres et prestations intégratives pour les personnes âgées disponibles dans la commune ou la région. L'état des lieux peut être dressé par des employés et 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.
- Les premiers entretiens sont menés avec les acteurs et prestataires principaux pour clarifier les actions nécessaires et les possibilités d'action.

 *Outils: II «Guide d'analyse de la situation et des besoins»; III «Grille d'inventaire»; V «Outils pour établir un état des lieux avec les communes»*

4^e étape

Établissement d'un concept global

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 étapes formulées ici (5-12) sont des idées de mesures potentielles pouvant être reprises sous cette forme ou adaptées.

 *Outil VI «Concept d'approche (exemple de Cham)»*

2. Phase de constitution

5^e étape

Identification des besoins (manifestation participative pour les personnes de 65 ans et plus)

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 participant-e-s 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.

 *Outil IV «Guide et boîte à outils pour la participation citoyenne»*

6^e étape

Soutien et accompagnement de la création d'un groupe de seniors

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). Dans la mesure du possible, le groupe devrait participer activement à la suite du processus.

3. Phase de mise en œuvre

7^e étape

Constitution et exploitation d'un réseau local

Pour améliorer la coopération locale et la coordination des offres et prestations, et pour lancer des mesures communes contre l'isolement des personnes âgées, un réseau local réunissant tous les acteurs du secteur de la vieillesse est mis sur pied:

- Pour commencer, tous les acteurs et tous les prestataires identifiés à la 3^e étape ainsi que d'autres membres du réseau sont contactés et incités à participer.
- 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.
- La première rencontre du réseau permet aux participant-e-s d'apprendre à se connaître. Les membres du réseau reçoivent, de la part de professionnel-le-s, 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^e étape) leur sont également présentés. Par ailleurs, les intérêts communs et les objectifs du réseau sont abordés.

Contenu/objectifs des rencontres suivantes du réseau

- Un document de base sur les objectifs et les principes du réseau est élaboré.
- 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 de favoriser leur accessibilité. Des idées de mesures concrètes sont formulées et priorisées. Un plan de mesures concret est établi.

- Il est possible de s'appuyer sur les étapes 8 à 12 formulées ici pour définir et proposer des mesures concrètes.
- Des groupes de travail sont créés pour la mise en œuvre des différentes mesures. La direction de projet locale et le/la responsable cantonal-e (ou le/la professionnel-le externe) soutiennent les groupes de travail.
- Après un an d'expérimentation 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.

 *Outil VIII «Construire un réseau local pour les seniors. Une brochure pour promouvoir la santé et la qualité de vie des personnes âgées dans les communes»*

8^e étape





Établissement et mise à jour d'une liste d'offres




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 des personnes âgées. 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 www.infosenior.ch, une plateforme de différentes organisations de Pro Senectute, par exemple, propose une possibilité simple et peu coûteuse pour élaborer et actualiser une telle liste.

9^e étape

Information au public

Les manifestations publiques offrent la possibilité de faire mieux connaître les offres existantes dans la commune et d'inciter les personnes âgées à y participer et à faire du bénévolat. Il semble en outre pertinent de sensibiliser à la thématique de l'intégration sociale, en particulier par rapport aux phases de transition, comme le départ à la retraite.

- 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.  *Outil XV «Réunion d'information pour les nouveaux retraités (exemple de Cham)»*
 - 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 participant-e-s la possibilité de s'inscrire directement à un cours/une manifestation, de s'affilier ou de participer activement en tant que bénévoles.  *Outil XVI «Programme de la manifestation Ensemble plutôt que seuls (exemple d'Ittigen)»*
 - Relations médias: articles dans des quotidiens et des journaux locaux  *Outil XI «Astuces et textes bruts pour le travail avec les médias»*
 - Information générale au public: journées d'action, campagnes, etc.  *Outil X «Témoignages»*
-

<p>10^e étape Formation des multiplicateur-trice-s «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 professionnel-le-s de ces services 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-trice-s. La collaboration entre les différentes organisations et institutions locales est renforcée:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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). • La promotion de la formation est assurée via le réseau existant. • Les deux demi-journées de formation devraient être prévues à 3-5 semaines d'intervalle. • Environ six mois après la formation, une rencontre d'échange d'expériences est organisée (annonce de la date au moment de la formation). <p> <i>Outil Formation des multiplicateur-trice-s: XII «Description»</i></p>
<p>11^e 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/nouvelles) participant-e-s et l'échange social entre participant-e-s. 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. Pour l'organisation et la réalisation de l'échange entre pairs, il est fait appel à des représentant-e-s d'organisations qui proposent des cours ou des rencontres pour les personnes âgées ou qui sont intéressées par la thématique.</p> <p> <i>Outil XVII «Mise au concours pour les responsables de cours ou de rencontres»</i></p>
<p>12^e 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 isolement.</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 XVIII «Promising approaches to reduce loneliness»</i></p>



5 Organisation et gestion du projet

5.1 Acteurs	Rôles et missions
Responsables cantonaux (éventuellement professionnel-le externe) ou initiateur-trice local-e	<ul style="list-style-type: none"> • Initiation du point fort thématique • Tout au long du déroulement du processus: accompagnement et soutien technique, notamment pour l'état des lieux, les entretiens avec des expert-e-s, l'élaboration du concept global et la manifestation participative (en particulier l'évaluation) ainsi que les interventions professionnelles et l'évaluation intermédiaire • Élaboration d'outils
Organe responsable: commune/ville <i>(si possible: président-e de la commune ou membres du Conseil communal ou responsables du département Vieillesse ou Activités communautaires)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • «Leadership» stratégique (planification et pilotage du processus) • Soutien de la direction de projet • Soutien de l'ancrage politique • Garantie des finances
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>	<ul style="list-style-type: none"> • «Leadership» 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 décideur-euse-s ainsi que celui du Conseil communal) • Direction du réseau • Mise en réseau et coordination des différents niveaux et acteurs impliqués (groupe de seniors, prestataires, commune, canton) • Planification et mise en œuvre de l'information au public • Documentation et vérification des résultats
Partenaires du réseau	<ul style="list-style-type: none"> • 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 • Perfectionnement/qualification des collaborateur-trice-s et des acteurs

5.2 Autres partenaires de coopération possibles (liste non exhaustive)

Promotion Santé Suisse	<ul style="list-style-type: none"> • Promotion de l'échange intercantonal, soutien au développement et au perfectionnement de nouvelles approches et de nouveaux outils
Réseau Santé Psychique Suisse	<ul style="list-style-type: none"> • Plateforme pour les acteurs et leurs offres dans le domaine de la santé psychique
Alliance contre la dépression	<ul style="list-style-type: none"> • Soutien d'activités • Fourniture d'informations et d'outils sur le thème de la santé psychique et de la dépression
Ligues et fédérations régionales/cantonales/nationales (p. ex. Pro Senectute, CRS)	<ul style="list-style-type: none"> • Institutions partenaires possibles pour réaliser la formation des multiplicateur-trice-s «La solitude des personnes âgées» et des manifestations • Matériel d'information et ressources (p. ex. personnelles et infrastructurelles)
Médias (presse locale, radio, TV)	<ul style="list-style-type: none"> • Partenaires pour l'information et la sensibilisation
Association des communes suisses / Union des villes suisses	<ul style="list-style-type: none"> • Légitimation • Mise en réseau et échange d'expériences entre les communes, formations continues • Réseau Quartiers vivants

5.3 Rapport avec d'autres approches et projets partiels

- 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.
 *Outil XIX Guide de planification «Réseaux communaux d'activité physique et de rencontres pour les personnes âgées»*
- Quartiers Solidaires (www.quartiers-solidaires.ch, sur demande documentation du projet disponible en allemand)
- Tavolata (www.tavolata.ch, réseau de tables communautaires du Pour-cent culturel Migros)
- Vous trouverez en outre des **outils utiles sur le thème «Manifestations et cours»** dans la liste d'outils du document de travail 16 – Manifestations et cours
 *Outil XXIII «Outils Manifestations et cours»*

5.4 Ressources

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.

1. Ressources en personnel

- Direction de projet/de réseau (professionnelle)
- Coordination des organes (professionnelle)
- État des lieux (collaborateur-trice-s de la commune, bénévoles)
- Organisation et animation de manifestations et rencontres
- Prestations de soutien et de conseil (professionnelles), du canton ou d'un-e professionnel-le ou d'une organisation mandaté-e

2. Moyens matériels et infrastructure

- Locaux pour les rencontres, manifestations et formations continues (p. ex. salles de réunion ou communales/paroissiales, locaux des partenaires de réseau, locaux associatifs)
- Frais de restauration lors de rencontres et manifestations
- Supports de communication pour les manifestations (circulaires, dépliants, affiches, etc.)

3. Coûts évalués

Charges de personnel, direction de projet communale

- Constitution 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 d'assistance et de conseil assurés par l'échelon cantonal ou par 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 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 5000 à CHF 10 000 par an, plus moyens éventuels pour des projets de mise en œuvre et divers dépens (p. ex. frais d'envoi, publicité et communication, frais de restauration lors de manifestations, animation professionnelle, frais de stand).
 - Coûts d'organisation par rencontre du réseau: entre CHF 100 et CHF 200, hors frais de personnel
 - Formation des multiplicateur-trice-s: en plus des coûts d'infrastructure (salles pour deux demi-journées), coûts pour l'animation et les intervenant-e-s professionnel-le-s
 - Les grandes manifestations pour la population (p. ex. forum seniors ou manifestation «Ensemble plutôt que seuls») sont onéreuses: jusqu'à plusieurs milliers de francs selon le nombre de participant-e-s et l'offre (restauration, animation, etc.).
 - Coûts pour une animation professionnelle de manifestations de grande ampleur: env. CHF 1500 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 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 chronologique

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

Période	Étape
6 mois à 1 an	Phase de lancement (étapes 1 à 4)
Année 2	Phase de constitution (étapes 5 et 6) et début de la phase de mise en œuvre (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	Phase de mise en œuvre (étapes 8 à 12): autres rencontres du réseau, information/sensibilisation du public, formation des multiplicateur-trice-s «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 concept directeur de la promotion de la santé

6.1 Durabilité et ancrage

Mesures visant à garantir la durabilité:

- Intégration de la thématique 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)
- 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: XIII «Objectifs de la législature 2015-2018 (exemple de Cham)»; XIV «Plan de mesures 2016-2019 (exemple d'Ittigen)»



6.2 Égalité des chances

On sait que les migrant-e-s âgé-e-s sont particulièrement menacé-e-s par l'isolement. 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.

 *Outil XX «Liste de contrôle Groupes cibles difficilement atteignables»*

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. À 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 sexo-spécifique certaines mesures axées sur les besoins des hommes à atteindre.

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

Les proches aidant-e-s constituent un groupe à risque en termes d'isolement. 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.

 *Outil XXII «Promotion de la santé psychique des proches aidant-e-s de personnes âgées. Un guide pour la promotion de la santé des personnes âgées»*

Les personnes touchées par la pauvreté et celles atteintes dans leur santé physique font aussi partie des groupes à risque d'isolement. 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.

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: VIII «Construire un réseau local pour les seniors. Une brochure pour promouvoir la santé et la qualité de vie des personnes âgées dans les communes»; IV «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 acteurs dans le domaine de la promotion de la santé des personnes âgées.



7 Enseignements et recommandations

7.1 Facteurs de succès et résultats

- Engagement de la direction de projet locale et des acteurs impliqués
- Ancrage du thème au niveau politique dans la commune (objectifs de la législature, principes directeurs de la politique de la vieillesse, etc.)
- 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.)
- Réseau solide axé sur la thématique de la «Promotion de l'intégration sociale»
- Enthousiasme du Conseil communal (et de membres engagés du Conseil communal) pour la thématique
- Rencontres régulières (assurer une continuité et une confiance mutuelle)
- Réflexion et action durables



7.2 Obstacles

- Méfiance vis-à-vis de la nouveauté et du soutien de tiers extérieurs à la commune (canton/prestataires externes)
- Communication du projet défailante au début de la phase de lancement vis-à-vis des acteurs/personnes clés de la commune
- «Esprit de clocher» et manque de volonté de collaborer
- Approche descendante (de haut en bas)
- Manque de volonté de fournir des ressources en personnel et financières


7.3 Recommandations

- 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.
 - 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).
 - 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).
 - Les ressources en personnel et financières doivent être garanties suffisamment tôt.
 - Il est important d'impliquer le Conseil communal (président-e de la commune, conseiller-ère de la commune, décision du Conseil communal).
 - Il faut du temps et de la patience pour ancrer la thématique et mettre en œuvre des mesures durables.
 - Il convient d'impliquer les acteurs/personnes clés dès le début du projet et d'en faire des alliés (avant que la demande ou le projet ne soit discuté au sein des organes existants).
-

8 Documents et outils existants

	 Documents et outils existants	Année	Langue(s)	Obtention
 Outils pour la gestion de projet				
I	Rapport 5 «Santé et qualité de vie des personnes âgées» (chapitre 19, Promotion de la santé psychique axée sur l'intégration sociale) (Promotion Santé Suisse)	2016	D/F	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/berichte/Rapport_005_PSCH_2016-03_-_Sante_et_qualite_de_vie_des_personnes_agees.pdf
II	Guide pour l'analyse de la situation et des besoins dans les communes	2015	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
III	Grille pour l'inventaire des offres spécifiques pour la promotion de la santé des personnes âgées	2013	D/F	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
IV	Guide et check-liste pour la participation citoyenne dans les communes «Mitmischen, bitte!»	2019	D/I	Guide, à commander: www.bischfit.ch/shop/mitmischen-bitte/ Check-liste: https://bischfit.ch/app/uploads/ga-checkliste-a4-web-1.pdf
V	Votre commune est-elle conviviale pour les personnes âgées? Outils pour faire un état des lieux avec les communes (Département Santé et affaires sociales, canton d'Argovie)	-	D	www.ag.ch/de/dgs/gesellschaft/alter/standortgesprach_gemeinden/standortgesprach_gemeinden_1.jsp
VI	Concept d'approche (exemple de Cham)	2015	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
VII	Rapport final Projet partiel Intégration sociale	2017	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch

	 Documents et outils existants	Année	Langue(s)	Obtention
 Outils pour la communication				
VIII	«Construire un réseau local pour les seniors. Une brochure pour promouvoir la santé et la qualité de vie des personnes âgées dans les communes»	2017	D/F	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/broschueren/Brochure_reseau_local.pdf
IX	«La promotion de la santé des personnes âgées – de réels bénéfiques», argumentaire	2014, en révision	D/F	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/faktenblaetter/Via_-_Argumentaire_De_reels_benefices.pdf
X	«Témoignages», guide pour les professionnel-le-s et pour le groupe cible	2015	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XI	Astuces pour le travail avec les médias régionaux et textes bruts pour le travail avec les médias	–	D/F	CUG Toolbox Textes bruts pour le travail avec les médias ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
 Outil Formation des multiplicateur-trice-s				
XII	Description de la formation des multiplicateur-trice-s	2016	D	Des informations supplémentaires sur la formation des multiplicateur-trice-s peuvent être obtenues à l'adresse kommunikation@promotionsante.ch
 Outils pour d'autres mesures concrètes				
XIII	Objectifs de la législature 2015-2018 (exemple de Cham)	2015	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XIV	Plan de mesures 2016-2019 (exemple d'Ittigen)	2016	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XV	Invitation «Réunion d'information pour les nouveaux retraités» (exemple de Cham)	2016	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XVI	Programme de la manifestation «Ensemble plutôt que seuls» (exemple d'Ittigen)	2016	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XVII	Mise au concours pour les responsables de cours et de rencontres	2017	D	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch

	 Documents et outils existants	Année	Langue(s)	Obtention
XVIII	Publication «Promising approaches to reduce loneliness»	2015	E	CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch
XIX	Guide de planification «Réseaux communaux d'activité physique et de rencontres pour les personnes âgées»	2017	D/F	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/tools/Guide_de_planification_Reseaux_communaux_d_activite_physique_et_de_rencontres_pour_les_personnes_agees.pdf
XX	Liste de contrôle «Groupes cibles difficilement atteignables et défavorisés»	En	D/F	révision www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/checklisten/Via_-_Check-list_Groupes_cibles_difficilement_atteignables.pdf
XXI	Guide «Comment atteindre les hommes de 65 ans et plus?» Promotion de la santé des personnes âgées adaptée aux genres	2019	D/F/I	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/gfia/tools/Guide_Comment_atteindre_les_hommes_de_65_ans_et_plus.pdf
XXII	«Promotion de la santé psychique des proches aidant-e-s de personnes âgées» Un guide pour la promotion de la santé des personnes âgées	2019	D/F/I	www.promotionsante.ch/assets/public/documents/fr/5-grundlagen/publikationen/psychische-gesundheit/Brochure_PSCH_2019-02_-_sante_psychique_des_proches_aidant-e-s.pdf
XXIII	Outils accompagnant le document de travail 16 – Manifestations et cours (13 outils)	En	D	révision CUG Toolbox Guide de planification intégration sociale des personnes âgées ou sur demande kommunikation@promotionsante.ch