

Rapport d'activités 2018

WWW.LEBIENVIEILLIR.COM

2018 en un clin d'oeil

Un catalogue de 28 formations

119 personnes formées au cours de 10 formations ouvertes

30 personnes de référence pour la démence formées sur 2 modules de 10 jours

122,5 journées de formation délivrées sur site ou ouvertes dont 43 pour le Fonds sectoriel Fe-Bi

Les faits marquants :

- Un paysage qui évolue : étoffement de l'offre de psychologues pour personnes âgées
- Projet Interreg
- Consultations payantes à partir de mai 2018
- Elargissement des motifs de consultations : toutes les difficultés psychologiques liées au vieillissement
- Le refus de subventionnement par le Cabinet Greoli
- Lancement des interventions de psychologues

3^{ème} année du projet « aînés à vous de jouer »

La collaboration avec le CPAS de La Bruyère : les 2 conférences, les consultations psychologiques en binôme avec l'assistante sociale référente, la réalisation de la recherche sur les personnes âgées isolées



6 conférences touchant 310 personnes

Le colloque « Vieux clichés, c'est dépassé ! » avec 175 participants

Un stand au salon Envie d'amour pendant 3 jours

35 Unes sur notre site internet qui sont systématiquement envoyées à nos abonnés par newsletter

127 publications sur FB

De 276 abonnés au 01/01/2018 à 732 31/12/2018, de 265 mentions J'aime à 697



FORMATIONS

Un catalogue de 28 formations

Envoyé à tout le secteur et mis en ligne sur notre site au mois de mars 2017. Un formulaire d'inscription en ligne mais surtout des demandes par mail.



1	Le plan d'action pour les personnes de référence pour la démence
2	Comprendre les vieillesse
3	Vous avez dit « Alzheimer » ? Comprendre et accompagner les personnes âgées ayant des difficultés cognitives
4	Comprendre les personnes âgées souffrant de dépression
5	Comprendre les émotions des personnes âgées
6	Vous avez dit « Agressivité » ? Comprendre les comportements des personnes âgées ayant des difficultés cognitives
7	DECODE : une méthode en équipe pour investiguer les comportements troublants
8	Soutenir la communication avec des personnes en difficultés cognitives.
9	Quels lieux de vie pour des personnes âgées au vieillissement cognitif plus difficile ?
10	Comprendre le vécu de l'entrée en institution.
11	Des activités porteuses de sens pour tous ?
12	Questions de droit et d'éthique autour de l'accompagnement des personnes âgées vulnérables.
13	Soutenir le travail en équipe et l'interdisciplinarité.
14	La personne âgée au cœur de notre travail : quels outils utiliser ?
15	De nouvelles politiques d'accueil en institution.
16	L'agressivité dans les équipes : être en relation et communiquer autrement.
17	De la maltraitance à la bientraitance.
18	La contention : la dernière alternative de soins.
19	Les enjeux des relations personnes âgées, familles et professionnels.
20	Pour un accompagnement bientraitant de tous la nuit
21	Prendre du recul pour prendre soin des autres.
22	Un projet de vie porteur de sens en institution.
23	Parler de la mort en institution.
24	Accompagner au quotidien les personnes au vieillissement cognitif difficile.
25	Quand la psychiatrie s'invite en maison de repos et à domicile.
26	Accompagner la vie affective et sexuelle des résidents en institution
27	Suicide et dépression
28	Entre le domicile et l'institution : décrypter le paysage de l'accompagnement des personnes âgées



119 personnes formées au cours de 10 formations ouvertes

Au programme au Bien Vieillir : les formations les plus demandées, celles qui rassemblent des professionnels peu nombreux au sein d'un même établissement, celles qui s'enrichissent du partage d'autres pratiques :

- Le Plan d'action pour les « personnes de référence pour la démence » ;
- Des activités porteuses de sens pour tous ;
- Pour un accompagnement bientraitant de tous la nuit ;
- Prendre du recul pour prendre soin des autres – **NEW** ;
- Suicide et dépression : une collaboration exclusive avec Un pass dans l'impasse – **NEW** ;
- De nouvelles politiques d'accueil en institution.



Un bilan positif des choix que nous avons posés :

Les formations proposées au Bien Vieillir			
Formations proposées Une fois au 1 ^{er} semestre et une fois au 2 ^{ième}	Formations dispensées en 2018	Personnes formées en 2018	Personnes formées en 2017
6 formations x 2	10 <i>Pas de demande pour les nouvelles politiques d'accueil en institution - annulation</i>	119	29 X4 !!

La répartition est très variable par thème mais nous pouvons dire que ces participants sont 46 à provenir du secteur public et 73 du secteur privé.

122,5 journées de formation délivrées sur site ou ouvertes dont 43 pour le Fonds sectoriel Fe-Bi

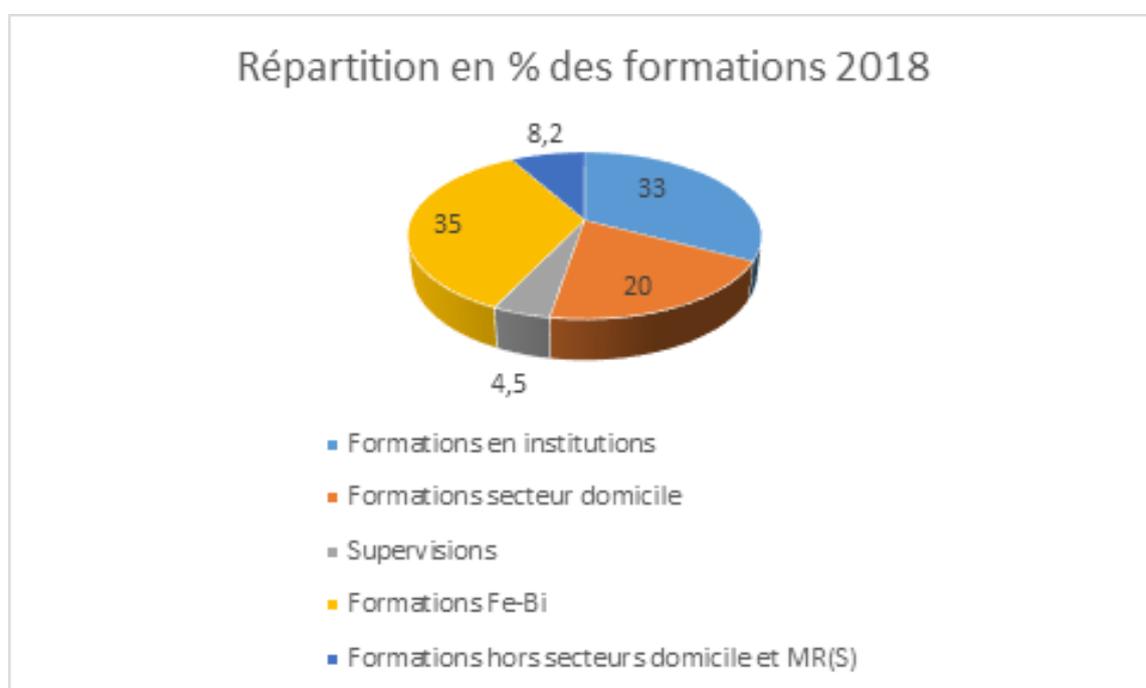
	Autre	Domicile		Institution		Total
2016	3,5	49,5		114,5		167,5
2017	Acc projets	Classiques	Supervisions	BV	FE-BI	
		37,5	31 (en 62 demis)	47,5	31	
2017 total	16	68,5		78,5		163
2018		24	5,5	40	43	
2018 total	10	29,5		83		122,5
2018 %	8,2%	20%	4,5%	33%	35%	100%



En 2018, le nombre de formations demandées a diminué, passant de 163 en 2017 à 123 en 2018. La baisse provient du secteur du domicile, et particulièrement des supervisions. Les 5,5 journées sont les supervisions chez Steppe et le soutien à la réflexion du service sécurisé Le Clairval, et l'accompagnement d'ENE0. Les demandes de institutions ont quant à elles progressé, passant de 78,5 à 83.

Les 10 journées « Autre » comprennent les 6 formations sur site hors institution et domicile et 4 journées d'accompagnement : accompagnement Perruche, accompagnement La Bruyère.

La Présentation en graphique nous montre cette répartition, où l'on voit bien la place prise par les formations en institution (68%) dont plus de la moitié pour le Fe-Bi. Dans les 40 journées de formation délivrées en institution, 15 l'ont été au secteur public. A noter plusieurs appels d'offres du CPAS de Bruxelles (Dépression, Démence, Bienveillance, Perruche) qui nous ont été attribués en 2018 pour plusieurs années.



Effectivement, la collaboration avec le Fe-Bi se renforce et fait progresser le nombre de journées délivrées dans ce cadre de 31 à 43 journées.



27 journées délivrées sur site et 16 en offre ouverte pour le Fonds Sectoriel Fe-Bi en 2018 pour notre offre constituée d'une journée de base et un training (approfondissement) de 3 jours sur le thème de la « désorientation ». Ces formations sont destinées au secteur privé qui y a accès gratuitement.



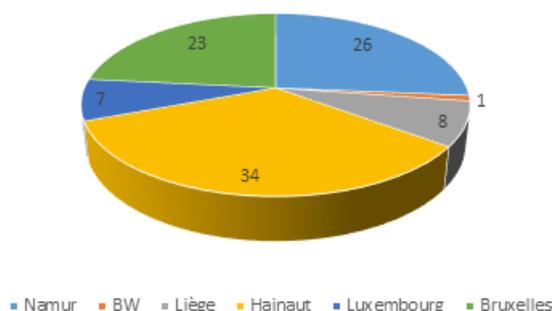
Formations données dans le cadre du FEBI - 2016			
	Bases	Trainings de 3 jours	Total
Formations in situ	11	3 soit 9 jours	20 journées
Formations ouvertes (Namur et Liège)	7	3 soit 9 jours	16 journées
TOTAL	18	6 soit 18 jours	36 journées
Formations données dans le cadre du FEBI - 2017			
	Bases	Trainings de 3 jours	Total
Formations in situ	6	3 soit 9 jours	15 journées
Formations ouvertes (Namur et Liège)	7	3 soit 9 jours	16 journées
TOTAL	13	6 soit 18 jours	31 journées
Formations données dans le cadre du FEBI - 2018			
	Bases	Trainings de 3 jours	Total
Formations in situ	18	3 soit 9 jours	27
Formations ouvertes (Namur et Liège)	7	3 soit 9 jours	16
TOTAL	25	6 soit 18 jours	43 journées

En ce qui concerne l'origine géographique des demandes de formations, il est intéressant de constater la place importante du Hainaut ainsi que de Bruxelles, cette dernière région nous demandant de plus en plus de formations d'années en années.

Ces 102,5 journées représentent les 122,5 journées de formations proposées par le Bien Vieillir déduction faites des 16 journées ouvertes (qui se donnent soit à Namur soit à Liège et rassemblent des professionnels de partout) et des 4 journées d'accompagnement de projet.

Namur	27	26
BW	1	1
Liège	8	8
Hainaut	35	34
Luxembourg	7,5	7
Bruxelles	24	23
Total	102,5	100

Répartition en % de la provenance des demandes de formation



30 personnes de référence pour la démence formées sur 2 modules de 10 jours

Un module au printemps et un deuxième en automne, des professionnels diversifiés en compétences de base et en expérience, mais ayant tous soif d'apprendre et de partager. 10 journées intenses en matières, alternant théorie, exercices, témoignages, travaux de groupe. Une immersion d'un jour par personne dans un lieu accueillant des personnes âgées au vieillissement cognitif difficile.

FORMATION DES PERSONNES DE REFERENCE POUR LA DEMENCE

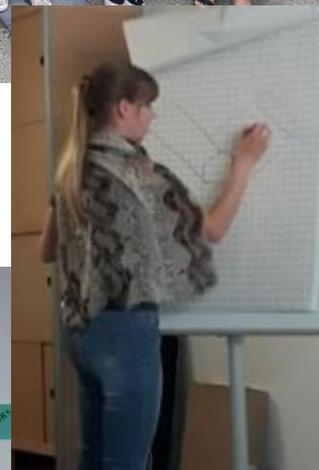
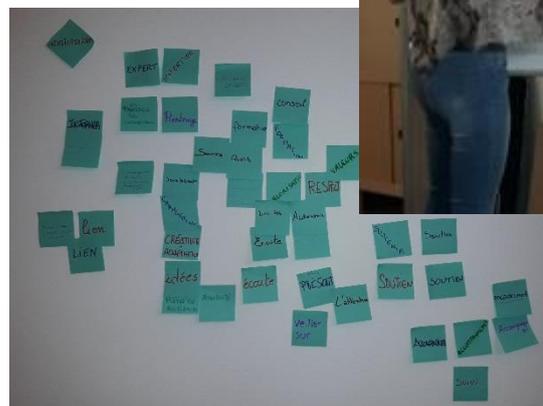
Programme automne 2018

LE BIEN VIEILLIR

Asbl Le Bien Vieillir
Centre d'accompagnement en
vieillesse
L'IMPATIENCE KRAMBERTI

Vous avez dit « Démence » ? Au Bien Vieillir, nous proposons une approche différente des personnes âgées au vieillissement cognitif difficile. Une vision réaliste mais optimiste qui considère l'humain et ses capacités tout en tenant compte de ses difficultés. Nous sommes conscients de l'impact de nos pratiques et de l'environnement sur l'évolution de la personne, sur son bien-être et celui de son entourage, c'est pourquoi nous y consacrons tant d'attention. Notre programme est construit pour vous former et vous outiller mais aussi pour vous inciter à réfléchir, à vous poser des questions et à prendre votre place de référent.

- Le référent : ses rôles en théorie et en pratique, plan d'action, plan de formation et place dans l'équipe.
- Le cadre d'exercice de la fonction : les législations relatives aux MR et MRS, les obligations et responsabilités des différents professionnels, le dossier de soins et l'interdisciplinarité.
- Les droits des personnes âgées : représentation, protection, autonomie, libéré, choix, risque et équilibre collectif.
- Le débat sécurité/liberté et les valeurs d'un accompagnement respectueux.
- Ancrage démographique : contexte social, regards et stéréotypes autour de la vieillesse.
- L'entrée en institution : la préparation et les liens avec les partenaires du domicile, le choix, le moment, le dialogue, l'impact, l'orientation, l'entrée.
- Le vécu, la place et le soutien des proches.
- Différents points de vue et regards critiques sur le vieillissement cognitif difficile et ses conséquences.
- Les comportements vécus comme problématiques : contexte d'apparition, sens, anticipation et méthode d'analyse en équipe en 6 étapes.
- La communication au sens large, verbale et non verbale et les outils.
- Les lieux de vie : impact de l'environnement sur les symptômes et le bien-être, espace fermé ou mixité, clés de réflexions et illustrations.
- L'organisation de l'institution et ses pratiques, particulièrement la convention; les différents moments de la journée du résident et l'organisation du travail autour de ces moments.



CONSULTATIONS

Les faits marquants :

- Un paysage qui évolue : étoffement de l'offre de psychologues pour personnes âgées
- Projet Interreg
- Consultations payantes à partir de mai 2018
- Elargissement des motifs de consultations : toutes les difficultés psychologiques liées au vieillissement
- Le refus de subventionnement par le Cabinet Greoli
- Lancement des interventions de psychologues

Le centre de consultations : élargissement des sujets et abandon de la gratuité



Jusqu'en 2017, le centre de consultations psychologiques (C'est Ma vie !) proposait gratuitement un accompagnement psychologique exclusivement réservé aux personnes

concernées par un vieillissement cognitif difficile. Depuis mai 2018, le centre de consultations C'est Ma vie ! se met à la disposition des personnes qui souhaitent évoquer des difficultés liées au vieillissement, de façon plus globale et sans se limiter aux difficultés cognitives. Des thématiques telles que le deuil, la dépendance,... peuvent donc désormais être abordées lors des consultations. Les consultations sont toujours à destination des personnes âgées ou de leurs proches, sous la forme de consultations individuelles, de famille ou de groupes de parole. 50 euros sont facturés pour les consultations d'une heure au Bien Vieillir 60 euros pour les consultations à domicile. Ces tarifs ont été décidés au vu de ceux pratiqués par le secteur sur Namur et ses environs.

Au cours de l'année 2018, nous avons tenu 47 consultations entre janvier et fin avril (gratuité) et 84 consultations de début mai à fin décembre (total de 131) ; avec une répartition de 2/3 au domicile et 1/3 au Bien Vieillir. En 2017, le total des consultations était de 172. La baisse de



fréquentation nous semble davantage liée à l'arrêt de plusieurs suivis réguliers (décès des personnes concernées, entrées en maison de repos, etc.) plutôt qu'à l'arrêt de la gratuité et sera à analyser plus finement sur une année complète (2019). Le public s'est montré généralement compréhensif face à nos tarifs.

La moitié de ces consultations sont de nouvelles demandes, les autres sont des accompagnements débutés en 2017.

Je viens chercher de l'aide pour parler de ce que je vis avec quelqu'un qui peut réellement se rendre compte de ce qui se passe chez moi. Mes amis sont gentils mais je vois bien qu'ils ne comprennent pas vraiment. Ils me disent que mon mari n'est pas si mal que ça, que ça a l'air d'aller. Mais c'est le soir, quand les portes sont fermées que les choses dégènèrent. Et ça il n'y a que moi pour le vivre et m'en souvenir. Lui, le lendemain, il a tout oublié

J'ai beau être entourée de plein de maisons autour de la mienne, je me sens quand même toute seule avec mon cerveau qui débloque

Depuis qu'on m'a dit que j'avais la maladie d'Alzheimer, j'ai peur de ce qui va m'arriver, dites-moi ce que je vais devenir ?

Comment réfléchir à une maison de repos pour papa si dès que j'aborde ce sujet il s'énerve et me rétorque que je veux me débarrasser de lui ? En tant que fille unique, je me sens très seule pour prendre la décision

Je lui répète, je lui explique, j'essaie de ne pas m'énerver, mais il y a un moment, ça déborde, je n'y arrive pas. Alors je lui crie dessus, pour qu'il arrête de me suivre ou qu'il éteigne enfin la lampe quand il revient se coucher, mais ça ne sert à rien. On finit par pleurer tous les deux et je me sens coupable

Je ne reconnais plus mon mari, c'est vrai il est là, toujours aussi doux qu'avant, mais je ne peux plus me confier à lui et j'ai pris le relais sur tout ce qu'il gèrait



Les interventions de psychologues : 10 psy, 5 séances de juin à décembre

INTERVISION DE PSYCHOLOGUES SPÉCIALISÉS EN VIEILLESSEMENT



DECODONS ENSEMBLE LES SITUATIONS COMPLEXES

Echanges autour d'une situation difficile amenée par les participants et pour laquelle une démarche de résolution de problème est indiquée : réflexion en groupe, soutien émotionnel et partage de pratiques.

Public :
Psychologues spécialisés en vieillissement, pratiquant en libéral, en institution, à l'hôpital, etc.

Thématiques :
Deuil, dépression, mise en place d'aides, comportements vécus comme difficiles par les proches, rôle des aidants, conduite automobile, fin de vie, médicaments, maltraitance, autonomie, lieu de vie, etc.

Animation :
Valentine Charlot, neuropsychologue, docteur en psychologie, responsable des consultations « C'est Ma vie ! ».

Organisation :
Le Bien Vieillir et son équipe de psychologues spécialisés et expérimentés en vieillissement, en éthique et gériatrie avec un focus particulier sur le vieillissement cognitif difficile.



INFOS PRATIQUES

Inscription obligatoire par mail ou téléphone

80 euros pour le module de 4 séances

Un lundi tous les 2 mois, de 19h à 21h les
18/06, 10/09, 22/10, 10/12/2018

Intervention en individuel sur demande

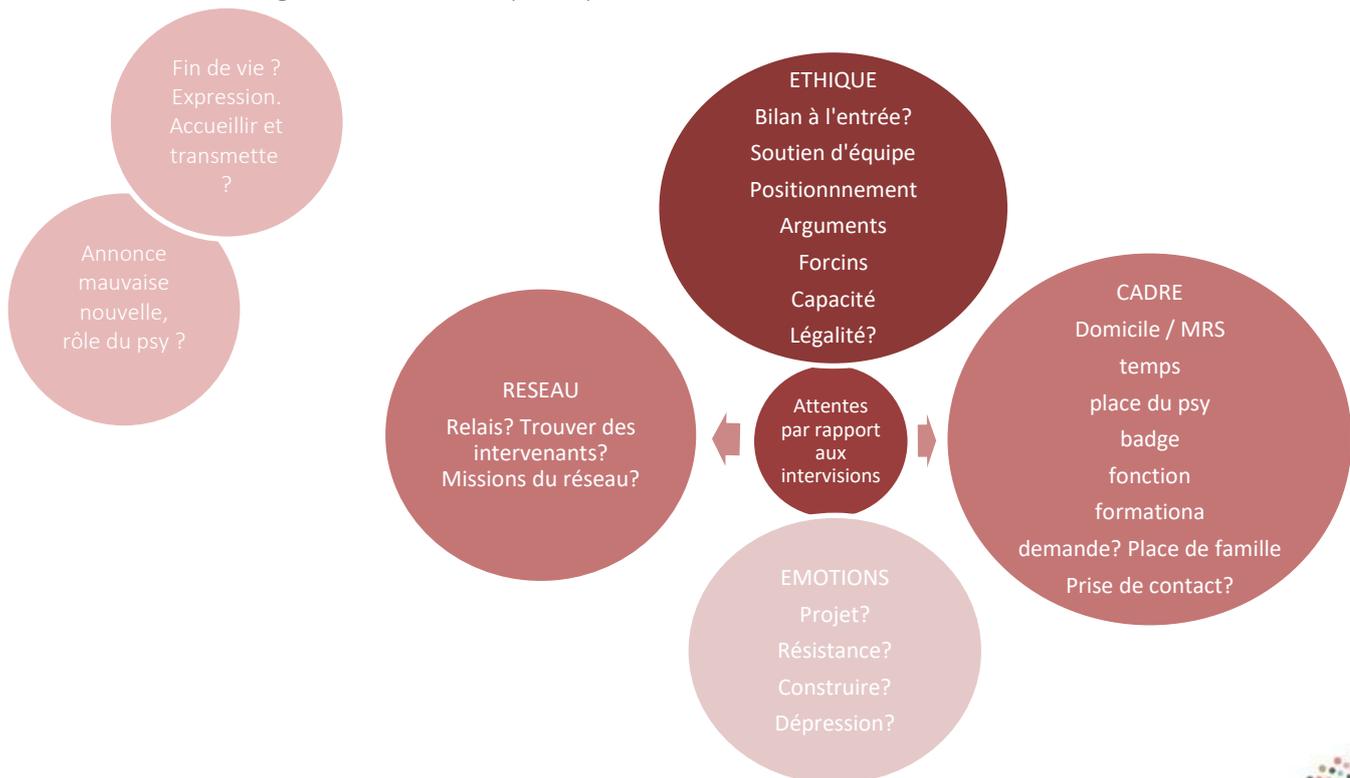
ASBL LE BIEN VIEILLIR
Rue Lucien Namèche, 2 bis
5000 Namur
www.lebienvieillir.be
lebienvieillir@skynet.be
081/65.87.00

Editeur responsable : Valentine Charlot, rue Lucien Namèche 2bis, 5000 Namur © Le Bien Vieillir - mai 2018 - Ne pas jeter sur la voie publique

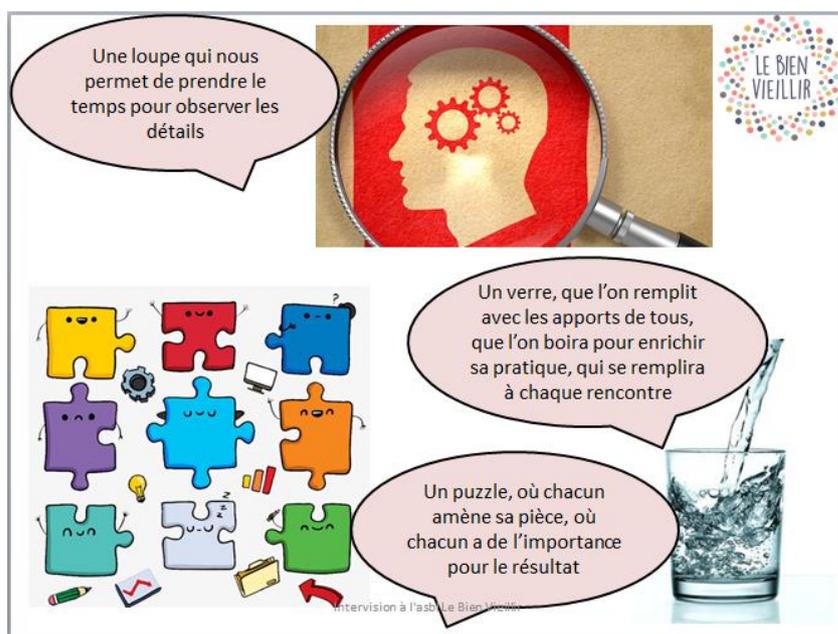
2018 a vu le lancement d'un groupe de supervision de psychologues par Valentine Charlot. Il poursuit les objectifs de

- permettre aux psychologues de partager leur vécu et leurs émotions liées aux consultations ;
- leur permettre de partager, et dès lors d'harmoniser, leurs pratiques ;
- approfondir le travail clinique, d'aller plus loin dans les hypothèses, les analyses et les prises d'accompagnement ;
- garantir son cadre.

Ce projet a rassemblé un groupe de 10 psychologues et/ou neuropsychologues soit indépendantes, soit travaillant pour des services hospitaliers de gériatrie ou de réhabilitation neurologique. Ces professionnelles proviennent de Namur, du Brabant Wallon et du Hainaut. Au démarrage, les attentes des participantes sont :



Les mots de la fin pour qualifier l'intervention :

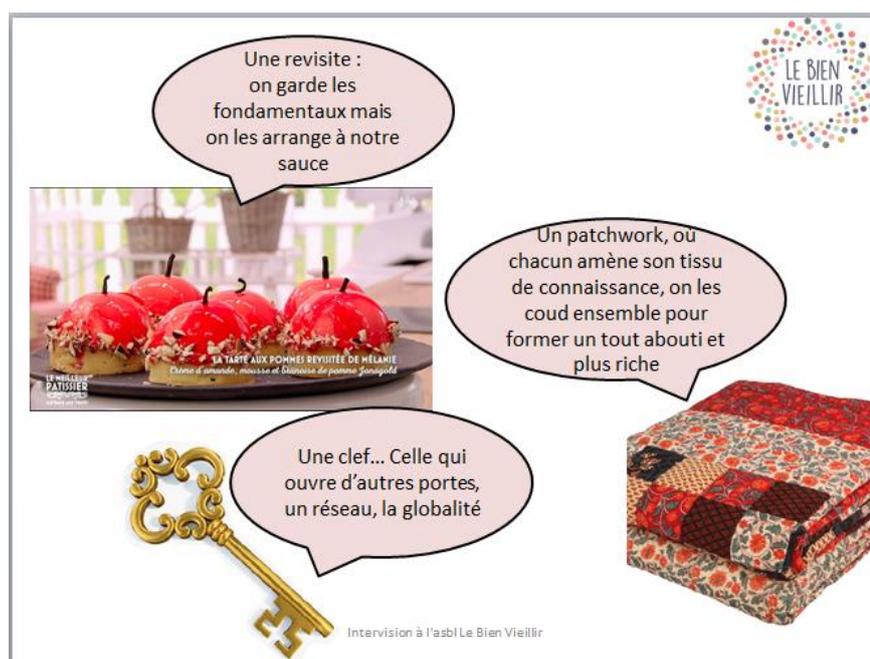


Une loupe qui nous permet de prendre le temps pour observer les détails

Un verre, que l'on remplit avec les apports de tous, que l'on boira pour enrichir sa pratique, qui se remplira à chaque rencontre

Un puzzle, où chacun amène sa pièce, où chacun a de l'importance pour le résultat

Intervention à l'asbl Le Bien Vieillir



Une revisite : on garde les fondamentaux mais on les arrange à notre sauce

Un patchwork, où chacun amène son tissu de connaissance, on les coud ensemble pour former un tout abouti et plus riche

Une clef... Celle qui ouvre d'autres portes, un réseau, la globalité

Intervention à l'asbl Le Bien Vieillir

L'engouement pour ce projet montre la nécessité de soutien des psychologues spécialisés en vieillissement, mais aussi d'approfondissement des connaissances de base en éthique et droit.

SENSIBILISATION

La sensibilisation en 2018, c'est :

- 6 conférences touchant 310 personnes
- Le colloque « Vieux clichés, c'est dépassé ! » avec 175 participants
- Un stand au salon Envie d'amour pendant 3 jours
- 35 Unes sur notre site internet qui sont systématiquement envoyées à nos abonnés par newsletter
- 5 mailings à notre listing de 1500 contacts
- 127 publications sur FB
- De 276 abonnés au 01/01/2018 à 732 31/12/2018, de 265 mentions J'aime à 697
- La distribution de la brochure conduite automobile.

6 conférences

- 2 avec le CPAS de La Bruyère
- Une à Marseille dans le cadre du Colloque Institut de Gérontologie Sociale et Master AGIS 2018
- 1 avec la Haute Ecole Henalux
- 2 sur la conduite automobile, en collaboration avec ENEO, subventionnées par le Cabinet Di Antonio.



Thème	Date	Bénéficiaire ou organisateur	Public	Participants
L'Atelier « les enjeux des relations personnes âgées, familles et professionnels en maison de repos »	6/02	Colloque de l' HENNALUX sur l'interdisciplinarité.	Etudiants	20
Le Bien Vieillir nouveau	19/04	CCCA La Bruyère	Professionnels, aînés, proches..	50
Bien Vieillir à domicile et en institution : analyse des tendances innovantes en Belgique	24/05	Colloque Institut de Gérontologie Sociale (Marseille)	Professionnels belges et français	100
Oubli, confusion, pertes de repères ? Entre mentir	1/9	CCCA de La Bruyère	Professionnels, aînés, proches et un groupe d'étudiants en techniques sociales	50
Vieillir avec des difficultés cognitives et conduire ? Ne perdons pas les pédales	15/11	ENEO Philippeville	Professionnels, aînés, proches.	50
Vieillir avec des difficultés cognitives et conduire ? Ne perdons pas les pédales	26/11	ENEO Namur	Professionnels, aînés, proches.	40



Soit un total de près de 310 personnes touchées par nos 6 conférences.



Le colloque

Nous avons organisé, le 21 septembre 2018, un colloque sur le sujet du changement de regard sur les vieillesse, en collaboration avec l'asbl Senior Montessori. Le 21 septembre est la journée mondiale de la Maladie d'Alzheimer. Nous voulions montrer qu'il est possible de prendre en considération les difficultés des personnes âgées, de quelque nature qu'elles soient, sans les y résumer. En cette journée mondiale, nous nous sommes adressés à tous les aînés.

Ce colloque a rassemblé 175 personnes à Créagora.

**Vieux clichés:
c'est dépassé !**

Une journée de partage
entre Senior Montessori, le Bien Vieillir
... et vous !

Le 21 septembre 2018 de 8h30 à 15h30	Créagora Namur	Tarif: 55 euros
Inscriptions: lebienvieillir@skynet.be		



LE BIEN VIEILLIR

SENIOR MONTESSORI





Une journée participative avec des pauses intelligentes, des travaux en sous-groupe, des votes, des avis sur post it, une séance de yoga du rire et une capture graphique des interventions par Innerfrog.

La clôture du colloque fut le lancement de la campagne « Pour vous, c'est quoi vieillir ? »



Vous êtes déjà nombreux à nous avoir manifesté votre intérêt pour la campagne inédite "... Et pour vous, c'est quoi vieillir?" et nous vous en remercions!
 Notre objectif? Recueillir vos avis, vos témoignages et idées autour de l'image des personnes âgées dans la société d'aujourd'hui.
 Vous pouvez donc, TOUS ET TOUTES, professionnels ou non, directement concernés ou non, contribuer à cette vaste collecte d'informations! Comment? Cliquez sur le lien ci-dessous et complétez le formulaire en ligne. Cela ne vous prendra que 5 minutes!
 N'hésitez pas à partager à votre tour ce lien! Nous nous réjouissons de vous lire et comptons sur votre participation!
 D'ores et déjà, un grand MERCI!

Dans le cadre de cette campagne, du 21 septembre au 30 novembre, nous avons recueilli :

- 82 réponses au questionnaire en ligne sur facebook,
- 5 entretiens de personnes âgées,
- 8 témoignages de résidents d'un Cantous et 25 des professionnels les accompagnant,

Pour nous permettre de constituer les images à diffuser en 2019.



Le salon Envie d'Amour



L'équipe du Bien Vieillir était présente lors du salon Envie d'amour les 27, 28 et 29 avril. Une Causerie sur le thème « Oui les aînés peuvent être amoureux ! » avait été animée par Myriam TONUS et Nathalie DEHARD.

Lors de ce salon, le Bien Vieillir (Valentine CHARLOT et Nathalie DEHARD) a également présenté DECODE en tant qu'outil pour la réflexion d'équipe autour des comportements vécus difficilement.

35 Unes sur notre site internet : Un mixte de nouvelles concernant les activités du Bien Vieillir et des projets du secteur.

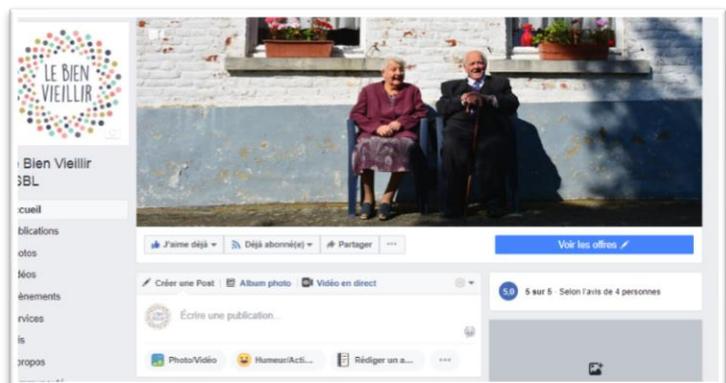
A LA UNE

Sur la première page, tous les mois, 3 news liées à nos événements sont particulièrement mis en évidence. Ceci nous permet de communiquer à nos publics des informations diverses sur nos activités. Nous y exposons également des projets à l'honneur dans le cadre d'« aînés! à vous de jouer ».

5 mailings à notre listing de 1500 contacts

Pour les informer de notre actualité

Une page facebook active



En 2018, Nous avons particulièrement veiller à alimenter la page Facebook du Bien Vieillir afin de profiter un maximum de ce moyen de communication avec pour objectif d'atteindre un réseau de plus en plus étendu.

Au premier semestre ce n'est pas moins de 82 publications qui ont été partagées par le Bien Vieillir via Facebook, et jusqu'à 127 pour l'année complète, dont certaines allant toucher jusqu'à plus de 8000 personnes. Ce qui nous a permis de doubler le nombre d'abonnés durant cette période, passant de 276 abonnés au 01/01/2018 à 732 31/12/2018, de 265 mentions J'aime à 697.

Total des abonnés à la Page depuis aujourd'hui : 732



La brochure conduite automobile

Diffusée largement lors de tous nos événements et spécialement les 2 conférences sur le sujet. Cette diffusion a fait l'objet d'un soutien ponctuel du Cabinet Di Antonio.



ETUDES ET PROJETS

Ce cinquième service englobe les études qualitatives sur les enjeux du vieillissement et l'accompagnement de projets. A ce titre, des projets d'ampleur différente sont à pointer pour 2018 :

- La 3^{ème} année du projet « aînés à vous de jouer »
- La collaboration avec le CPAS de La Bruyère

3^{ème} année du projet « aînés à vous de jouer »



Aînés à vous de jouer, en 2018, c'est :

Aînés, à vous de jouer!
Tournée des lauréats
21 mars 2018

MAISON STE JOSEPHINE - THEUX

MAISON ANNE-SYLVIE MOUZON
SAINT-JOSSE-TEN-NOODE



Le 21 mars 2018

La tournée des lauréats qui nous a fait traverser la Belgique pour visiter la maison Sainte Joséphine à Theux et Anne-Sylvie Mouzon à Saint-Josse : partage, découvertes, rencontres, moments de travail mais aussi de foudres !



Lancée le 1^{er} octobre 2018, la 2^{ème} édition de la Mosaïque reprenant des nouvelles des 9 projets.



AÎNÉS, À VOUS DE JOUER !

Depuis septembre 2016, neuf initiatives porteuses de visions innovantes du vieillissement sont soutenues par la coopérative Cera et Le Bien Vieillir grâce au projet «Aînés, à vous de jouer!».

Ce programme d'envergure les accompagne pendant trois ans dans les nombreux défis qu'elles relèvent chaque jour pour s'investir positivement dans la société et répondre aux besoins cruciaux des seniors vulnérables.

Dans ce document, nous vous invitons à suivre l'évolution de ces neuf projets lauréats et à partager leurs difficultés, leurs expériences et leurs aspirations.

Ce qui réunit les 9 projets réalisés, c'est cette volonté d'ouvrir pour une meilleure qualité de vie des aînés malgré les contraintes physiques, psychiques et sociales qui peuvent surgir avec l'âge.

Pour une période de trois ans (2017-2019), le programme «Aînés, à vous de jouer!» apporte son soutien aux projets sélectionnés. Cera les aide sur le plan financier et communicationnel tandis que Le Bien Vieillir, centre de ressources sur les vieillissements basé à Namur, assure la coordination générale et l'accompagnement scientifique.

En 2020, un colloque bilingue réunira ces 9 projets de la Fédération Wallonie-Bruxelles ainsi que 8 ini-

tatives similaires soutenues par Cera en Flandre, afin de renforcer la démarche et d'inspirer d'autres acteurs autour du concept de santé positive développé aux Pays-Bas (www.mezanteopositive.be).

Comment les 9 projets évoluent-ils ? Ont-ils des moments étonnants à nous raconter ? Quelles astuces ont-ils à nous donner ? Quels sont leurs souhaits ? Mais aussi, ont-ils un message qu'ils aimeraient faire passer aux politiques à l'approche des élections sur la politique envers les personnes âgées ?

Vous allez tout découvrir dans ces pages...



Mosaïque Saison 2 Octobre 2018

Les p'tits travaux d'Enéo

Les personnes âgées ont souvent besoin d'un petit coup de main pour effectuer une réparation dans leur maison : réparer un interrupteur qui ne fonctionne plus, serrer les vis d'une armoire chancelante, changer la poignée d'une porte... Quand on n'a pas les capacités physiques pour le faire soi-même en tant que senior, encore faut-il en avoir le budget! Eh bien non! Plus maintenant! Grâce aux P'tits travaux d'Enéo!

«Éviter cassé ou aînés isolés, la Solidarité des P'tits Travaux peut tout réparer.»

Ce projet de solidarité locale permet, entre autres, aux seniors de suivre des formations en bricolage pour pouvoir trouver des solutions aux problèmes logistiques ou domestiques qu'ils rencontrent. Mais en créant un réseau de volontaires bricoleurs formés, l'idée est surtout de permettre à des seniors d'assister d'autres seniors dans tout type de réparation légère et ainsi répondre à une réelle demande de solidarité. Un moyen idéal de créer du lien social, et de favoriser le maintien à domicile des personnes fragilisées avec une bonne qualité de vie.

Le Jardin des délices

Biodiversité et mise en valeur de la nature en centre-ville, lieu de rencontre entre seniors et jeunes du quartier, toutes cultures confondues, voilà en quelques mots la spécificité du Jardin des délices. Un jardin ouvert à tous!

Une multitude d'acteurs et de partenaires sont réunis autour de ce projet très cohérent avec la philosophie de vie de la maison de repos. Le tout avance bien, ponctué de fêtes de saison.

«Nous venons de faire une fête de fête dans le jardin qui nous a permis également de jeter le fin du ramdam. Le jardin devient vraiment LE lieu des rencontres tant interculturelles qu'intergénérationnelles.»

Tous les mercredis après-midi, des ateliers intergénérationnels sont organisés. Un atelier fleurs comestibles a récemment été donné par Bruxelles Environnement et d'autres sont prévus prochainement : 3 ateliers pour confectionner des vinaigres et huiles avec les aromates du jardin, un atelier confiture... Le dimanche 23 septembre fut l'occasion d'une Journée portes ouvertes bien animée.

«Moi, j'ai choisi la maison de repos pour son jardin! Je voulais absolument un jardin!»



Un Nouveau Chapitre

Un Nouveau Chapitre est une maison familiale qui ouvre ses portes chaque vendredi à des personnes vivant des difficultés cognitives évolutives. C'est un lieu où bénéficiaires, professionnels et volontaires de tous âges et de tous horizons écrivent une histoire plus nuancée sur ce qui est communément appelé «Alzheimer».

Car vivre avec un diagnostic de «maladie d'Alzheimer», c'est encore désirer, être en lien, avoir des projets, pouvoir prendre des risques, être accompagné dans ses questionnements.

Depuis le début de l'aventure, Un Nouveau Chapitre a organisé...



Le projet annexe du Nouveau Chapitre «Pronoms sans d'œufs», c'est...



Les aînés très positifs des bénéficiaires montrent que le projet répond à un réel besoin.

«Ici, on peut être qui on est.»

«J'aime qu'on me propose des choses sans jamais rien m'imposer.»

Le défi à relever dans le futur reste cependant la pérennité financière du projet: le retrait des points APE et la réponse négative de l'AMIQ fragilisent le projet.



Le 22 septembre, un festival de musique a été organisé au profit du Nouveau Chapitre, avec trois groupes composés d'artistes locaux.

Le Nouveau Chapitre a participé à une émission «Je voudrais devenir», qui montre aux enfants différents métiers. La sortie de cette émission est prévue à la rentrée et mettra à l'honneur le travail fait au Nouveau Chapitre.

Conseils

à nos femmes et hommes politiques:

- Soutenir les actions locales qui prônent une attention envers les aînés.
- Inclure toutes les générations dans les réflexions. Aller à la rencontre des aînés pour écouter leurs besoins sans les identifier à leur place.

Une initiative de [l'Atelier Un Nouveau Chapitre](#) avec [le CCCEA](#) et [le CPAS de Sommelet](#).

140 échanges téléphoniques
30 interventions

En octobre des formations seront offertes pour les seniors qui désirent bricoler seuls (plomberie, utilisation de la foreuse, électricité...).

«Si le politique n'investit pas dans l'aide, qui va s'en préoccuper? Les ados? Ils sont investis dans leurs études et n'ont pas le temps. Les jeunes actifs? Ils sont pris par leur travail et leurs enfants. Il reste donc les seniors. Les politiques devraient nous soutenir beaucoup plus. On a le sentiment qu'ils n'ont aucune conscience de notre réalité de vie dans leurs communes.»

Francis, volontaire du groupe de pilotage, qui a développé l'axe formation.

Une initiative d'[Enéo](#) (Ourthe-Ambève/région de Liège), mouvement social des Aînés (partenaire de la [Maison de la Vieillesse](#)).

Aînés et générations futures, tous autour de la table!

Cuisiner, partager... le bonheur au bout des doigts! Cette phrase résume parfaitement le projet lancé par la maison de repos Les Chartiers de Mons en partenariat avec l'école primaire Les Arquabusses.

Cuisiner des recettes en faisant se côtoyer des élèves de 4^e primaire et des personnes âgées, c'est un fameux défi qu'a relevé, pour sa deuxième saison, cet étonnant projet intergénérationnel. Une belle occasion pour les uns de se remémorer et de partager des plats qu'ils savaient et pour les autres d'apprendre à goûter certains légumes locaux qu'ils ne connaissaient pas. C'est aussi un moment privilégié où des générations différentes, mais si complémentaires, partagent non seulement un repas, mais surtout des anecdotes et une complicité qui se construit intelligemment autour d'un projet concret.

«Quand on a fait de la tarte aux pommes (la tarte Tatin), beaucoup de souvenirs me sont revenus!»

Conseils

à nos femmes et hommes politiques:

- Déclotter les institutions.
- Revaloriser le volontariat.
- Soutenir les entreprises éco-dynamiques.

Une initiative de [la maison de repos Les Chartiers de Mons](#) en partenariat avec [le CPAS de Sommelet](#) et [le CPAS de Sommelet](#).



Une quarantaine d'heures passées ensemble, 24 recettes réalisées... La soif d'apprendre des élèves, le souhait de partager des seniors, le sourire et l'attention de tous sont les signes évidents que le projet fonctionne et a pu s'adapter aux réalités de terrain. Au final, un livre de recettes a été réalisé et distribué en juin et le projet a redémarré en septembre avec les résidents et une nouvelle classe de 4^e primaire.

Une initiative de [la maison de repos Les Chartiers de Mons](#) -réseau senior Jolimont et de [la maison de repos Les Chartiers de Mons](#) en partenariat avec [le CPAS de Sommelet](#).

Un tuyau?

Avec sur le pratico-pratique: favoriser les échanges lors d'ateliers culinaires est plus efficace que lors d'échanges théoriques.



La deuxième intervention des porteurs de projets, le 15 octobre 2018, à Creagora



Des thèmes travaillés en sous-groupes :

- La création de liens au-delà de la rencontre
- La perrenité des projets au-delà du financement de Cera.

Projet CPAS de La Bruyère



Une importante collaboration, démarrée en 2017, entre le CPAS de La Bruyère et le Bien Vieillir s'est poursuivie en 2018 avec :

- La formation et la supervision des travailleurs sociaux ;
- La diffusion de conférences en lien avec le CCCA ;

C'est au cours d'une réunion avec le CCCA que les thématiques des conférences de l'année ont été choisies :

- « Le Bien Vieillir nouveau est arrivé. »
- « Oubli, confusion, pertes de repères ? Entre mentir et raisonner, d'autres attitudes sont possibles ! »





Le C.C.C.A. vous convie à une
CONFERENCE
Animée par le Bien Vieillir asbl

« Le Bien Vieillir nouveau est arrivé »

Judi 19 Avril 2018
19 H

Salle Nosse Majone
Rue du village, 2
5081 Meux

Plus qu'un « Beaujolais nouveau », le Bien Vieillir nouveau vous invite à changer votre regard sur le vieillissement dans la durée et à choisir vos propres chemins de traverse ! Osez-vous vous lancer dans l'aventure ?

Inscription vivement recommandée par téléphone:
081/559.238 ou 0476/89.01.64
par mail à peggy.robert@labruyere.be

Le C.C.C.A. vous convie à une
CONFERENCE
Animée par le Bien Vieillir asbl

**« Oubli, confusion, pertes de repères ?
Entre mentir et raisonner,
d'autres attitudes sont possibles ! »**

Lundi 1er Octobre 2018

14h-15h30 Conférence/Débat
15h30-17h : Goûter d'échanges et ateliers
"Bien-être"

Inscription vivement recommandée
par téléphone: 081/559.238 ou 0476/89.01.64
par mail à peggy.robert@labruyere.be

- La mise sur pied de permanences spécialement dédiées aux personnes âgées ;

Ce service fonctionne sur demande des travailleurs sociaux. Six rencontres de familles confrontées à des questions difficiles et dépassant les compétences des assistants sociaux ont eu lieu avec une des psychologues du Centre C'est Ma Vie ! Ces rencontres ont lieu en binôme entre la psychologue et l'assistante sociale référente pour le projet, chacun y trouvant progressivement sa place. Pendant cette année, cette dernière a aussi été formée comme personne de référence pour la démence au Bien Vieillir.

- La réalisation d'une étude en 2018.



Le CPAS de la Bruyère a fait appel au bien vieillir suite à sa démarche de remises en question de l'adéquation entre les services proposés et les besoins des aînés à La Bruyère. Cette étude avait pour objectif d'éclairer le CPAS sur les projets à développer à destination des aînés en questionnant les besoins de ceux-ci sans oublier les plus isolés d'entre eux. Cette étude a donc mené les chercheuses du Bien Vieillir à la rencontre des personnes âgées les plus isolées de la Commune, celles que l'on voit le moins, qui s'expriment le moins, afin de recueillir leurs attentes en termes de services et d'accompagnement.

Un reportage de Canal C met cette recherche et ses objectifs en lumière.



TRAVAILLER AVEC LE BIEN VIEILLIR C'EST FAIRE LE CHOIX :

- D'une **approche résolument humaniste et individualisée** qui voit l'homme au-delà des maladies ou dépendances ;
- De **connaissances rigoureuses et scientifiques** qui se vulgarisent sans se dénaturer pour être accessibles au plus grand nombre ;
- De **valeurs incontournables** et d'un questionnement éthique quotidien ;
- D'une **conscience des réalités et des contraintes** de l'hébergement en collectivité ;
- D'une **méthode innovante** de réflexion et de résolution de problèmes qui se base sur l'observation, le questionnement en équipe et les ressources disponibles ;
- De compétences **plurielles** qui se croisent et s'enrichissent : gérontologie, psychologie, droit, gestion de maison de repos, éthique, management, communication, gestion du stress, organisation, systémique ;
- De visions différentes, parfois opposées, mises en commun pour une **approche nuancée** : la vision des résidents, de leurs proches, des professionnels du domicile ou de l'institution qui les accompagnent et de leurs responsables ;
- D'une **réflexion** et d'un **regard critique** sur les enjeux sociétaux du vieillissement, tout en étant conscient des attentes et des réalités politiques.



LE BIEN VIEILLIR ASBL

Rue Lucien Namêche, 2bis
5000 Namur

E-mail : lebienvieillir@skynet.be
Tél. : 081/65.87.00

Du lundi au vendredi de 9h à 16h

 Rejoignez-nous sur
Facebook