

Webinaire 29 mars 2021

« Aînés, à vous de jouer !  
Des intentions aux réalités »



## Quels leviers pour soutenir la participation des aînés ?

Valentine Charlot  
Docteur en psychologie



# Leviers

- En général, on parle des freins à la participation, on se centre sur ce qui dysfonctionne.

On vous propose de changer de point de vue !

➔ Identifier et renforcer les leviers. C'ad ?

- Point d'appui qui permet aux étapes qui suivent de se déployer plus sereinement.
- Des éléments fondamentaux, un bon ancrage, une base solide.

**« *Donnez-moi un point d'appui : je soulèverai le monde* »**

***Archimède***





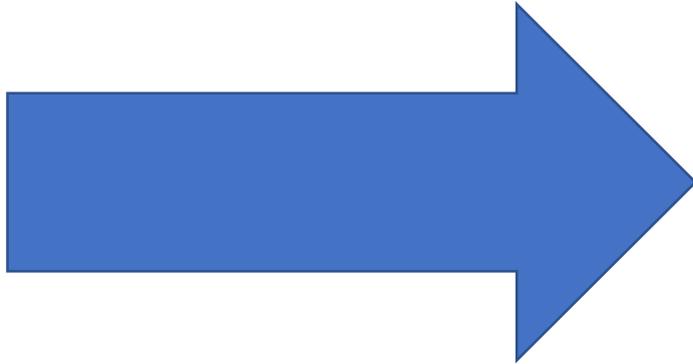
« A quoi ça sert de demander leur avis, quand on le fait on n'a aucun retour ... la boîte à suggestions est toujours vide ... c'est toujours les mêmes qui parlent ... que des demandes sur la nourriture ... rien de rien ! Ils sont trop vieux, plus l'habitude ...»

## Levier 1

Soutenir l'émergence des idées. Observer. Oser.  
Proposer

# Soutenir l'émergence des idées.

- Âgisme
- Défaitisme
- Conformisme/impuissance



IMPASSE !

**À quoi ça sert de solliciter l'avis ?**



Se donner les moyens de ses  
ambitions !

Comment ?

# Diversification – créativité

Moyens

Langages

Moments

Choix

Ensemble  
ou pas

# Observation - écoute – hypothèse – proposition



Donner l'impulsion pour rebondir !



Donc, pour soutenir  
la participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton  
PROPOSITION

Une inspiration ? Les cartons de  
préoccupation des P'tits  
travaux d'Enéo

« On avait bien défini le projet au départ et puis un moment, patatras, tout dégringole comme un château de cartes ...  
Marre de tout porter toujours sur mon dos, j'ai l'impression de devoir toujours les tirer tous ... »

## Levier 2

Assurer la perméabilité du projet et sa capacité à se transformer



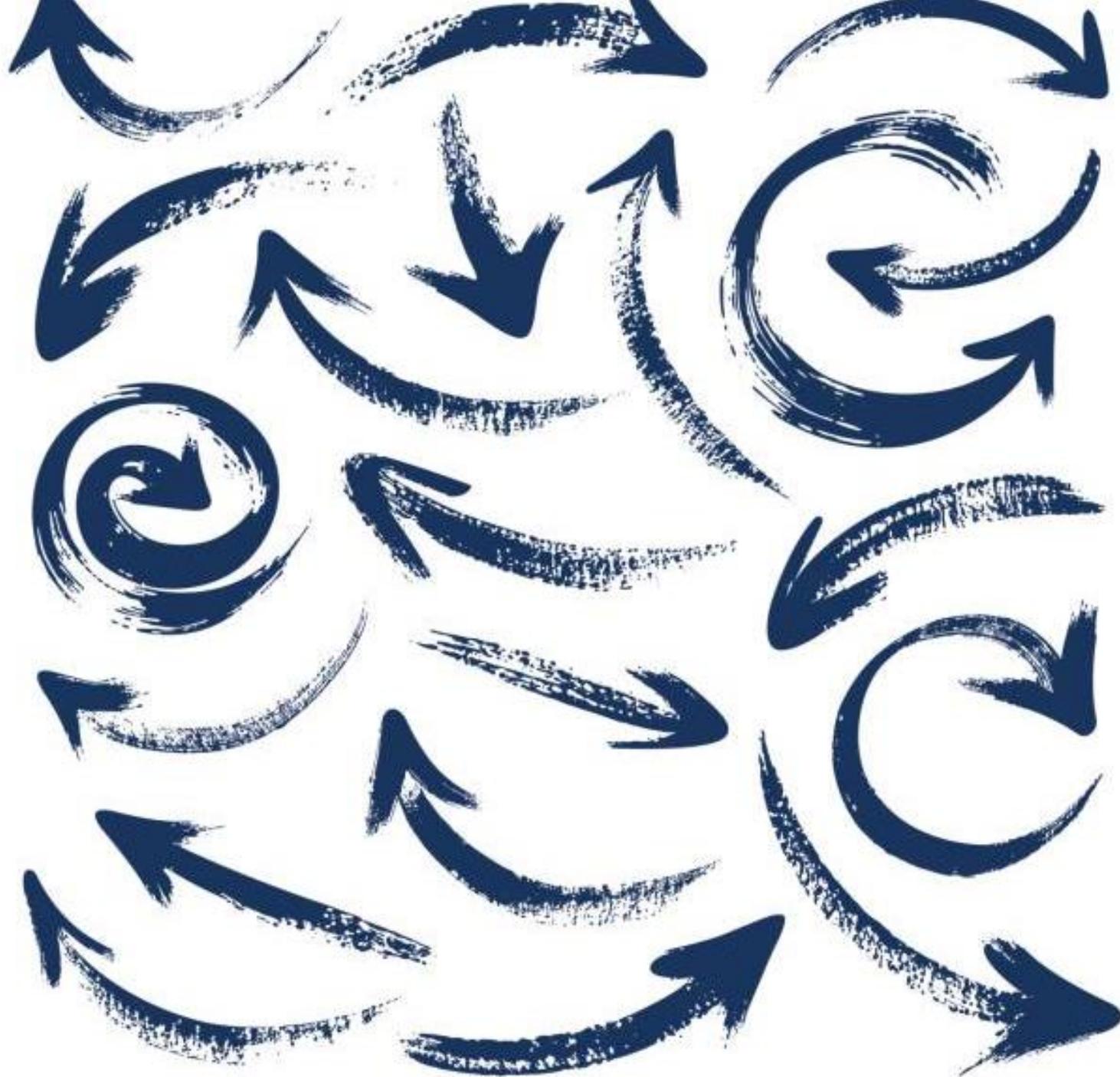
# La perméabilité du projet.

- Sa porosité
- Ouverture aux idées, aux critiques, aux suggestions, aux nouveaux venus
- Un guide qui accompagne et qui ne brime pas



# Les capacités du projet à se transformer.

- Trop de cadre tue la participation !
- Appropriation par les différents acteurs
- Oser sortir des lignes de départ ... et même plus : pas de route toute tracée!
- Tester des voies nouvelles qui correspondent mieux au groupe présent
- Revenir en arrière, pour mieux redémarrer
- Faire confiance





Donc, pour soutenir  
la participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton  
TRANSFORMATION

Une inspiration ? Le projet de  
concertation familiale de SENOAH



Please wait

« J'ai plein d'idées, je vois où je vais mais on y arrive jamais ... faut toujours que je finisse toute seule ... à ce train là on n'aura jamais décoré la salle pour Noël ! »

## Levier 3

Porteur de projet,  
professionnels,  
volontaires ... il est urgent  
de prendre son temps !



# S'ajuster au rythme des uns et des autres

---

- Rythme
- Aller/retour
- Ralentir
- Prendre en compte les silences,
- Venir ou se retirer un moment, revenir ensuite
- Murir, murer : laisser des temps de pause et d'incubation nécessaires à la prise de décisions,
- L'expérience est un grade !



Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton FREIN

Une inspiration ? Le projet  
Neruda de l'asbl Entr'âges



« On invite les gens et ils ne viennent pas, on organise un goûter et un spectacle, un atelier gestion des déchets ou informatique et finalement ... très peu de personnes sont présentes ! »

## Levier 4.

Soigner l'ambiance de convivialité et la création de liens pour participer avec plaisir



- Qu'est ce qui fait que vous participez à des activités ?
- Qu'est-ce qui vous donne envie de tester ?
- Qu'est-ce qui vous donne envie de rester ?
- Qu'est-ce qui fait que vous recommandez cette activité ?

# Pourquoi ce serait différent pour les aînés ?

- Se sentir moins seuls
- Se rendre utiles
- Apprendre
- Avoir de l'aide

⇒ Surtout un besoin d'être en relation !

⇒ Dans une ambiance conviviale

⇒ Donner et recevoir, être valorisé





## Soignez l'ambiance c'est ...

---

- Rendre possible la convivialité
- Accueil / lieu / bonne odeur / avoir chaud (ou frais) / s'entendre
- Valoriser les capacités et les expertises
- Rôle de tisseur des liens, d'entremetteur
- Éviter les « trucs de vieux » dont « personne ne veut » ;-)
- Éviter les « on se sent obligés »
- Prévoir le moment de clôture dès le départ





Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton PLAISIR  
Une inspiration ? Le projet de  
solidarité de Bras Dessus Bras  
Dessous



« Ceux du troisième étage sont trop confus, plus moyen de les faire participer ... si on lui demande son avis à la voisine, elle va partir dans tous les sens, et puis on va en faire quoi ? Il est trop dépendant, je crains de l'attrister encore plus en lui demandant de participer. J'ai peur de mal faire »

## Levier 5

Concevoir la participation dans tous ses aspects

# Diversité des personnes âgées

Diversités de ressources et des situations de fragilités, physiques, psychologiques, cognitives, sociales

Qui varient dans le temps, parfois brutales ou passagères

Des histoires de vie chaque fois particulières, avec habitudes ou pas de participer



# S'ajuster à la diversité

- Rassembler suffisamment de personnes
- Assurer des relais ou prévoir des binômes
- Acceptez des engagements variables, des allers retours dans le niveau de participation ;
- En faisant une place aux diverses formes de participation
  - ✓ Semer, réfléchir
  - ✓ Créer et argumenter
  - ✓ Concrétiser
  - ✓ Tester et faire vivre
  - ✓ Regarder, observer
  - ✓ Encourager
  - ✓ Communiquer son plaisir à être là
- Veiller à l'accessibilité

Et les plus fragiles ? Les plus éloignés de la participation ?

---

Évoquer ensemble les freins potentiels liés à la santé

S'assurer des raisons qui éloignent de la participation

Définir des fonctions et des backup

Privilégier les petits groupes qui s'entraident

Faire appel à des accompagnants

Faire place à des engagements variables

Faire un retour aux absents et prendre des nouvelles

Soutenir les liens quand ils se relâchent

S'adresser aux proches



Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton  
SUBSIDIARITE

Une inspiration ? Le projet d'accueil  
de jour du Nouveau Chapitre



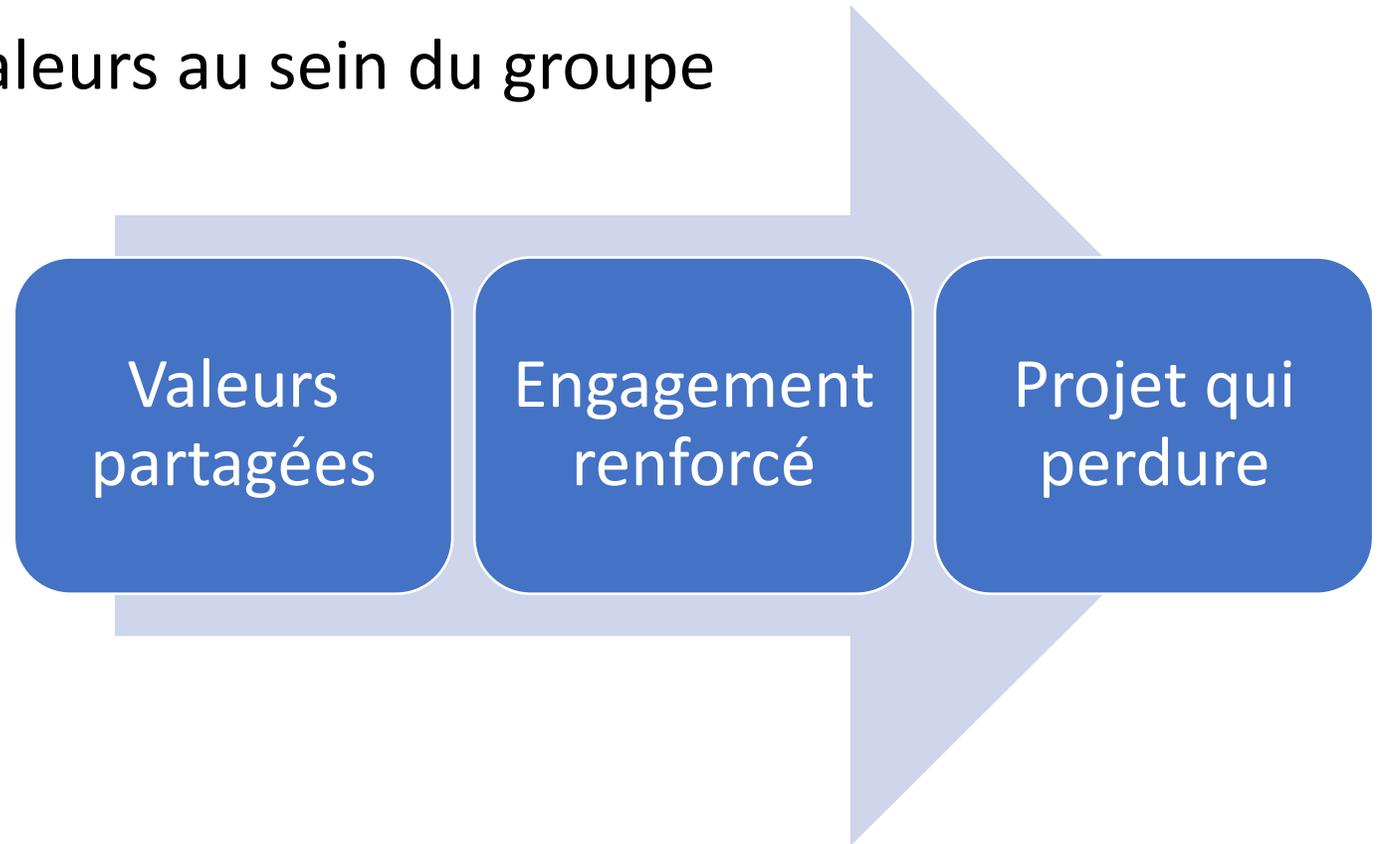
« Je croyais qu'on était sur la même longueur d'ondes et à un moment ça a buggé, les personnes ne sont plus venues et je n'ai pas compris pourquoi »

## Levier 6

Partager des valeurs commune pour renforcer la cohérence

# Valeurs

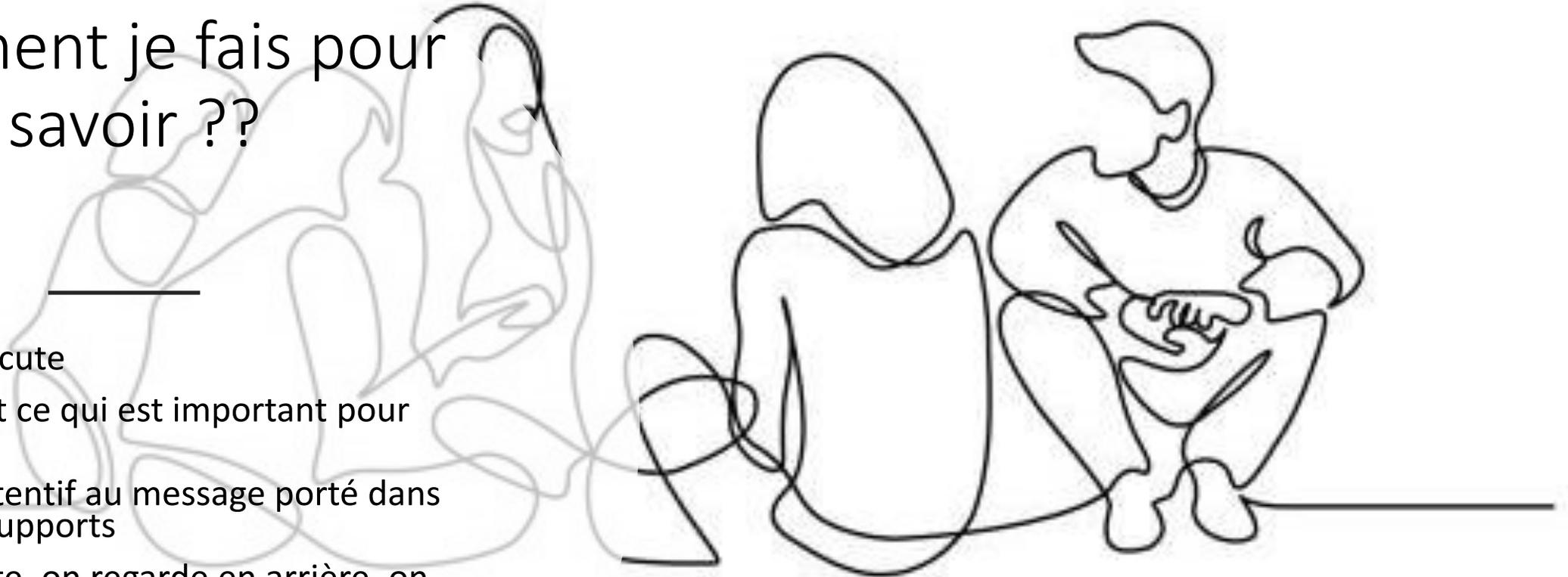
- Tout projet est ancré dans des valeurs et porte un message
- Enjeu de partager ses valeurs au sein du groupe



# Comment je fais pour savoir ??

- On en discute
- On définit ce qui est important pour chacun
- On est attentif au message porté dans tous les supports
- On s'arrête, on regarde en arrière, on s'assure qu'on s'est senti à l'aise
- On redéfinit sa direction avec des ajustements

➔ DIALOGUE !!





Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton VALEUR

Le projet d'habitat groupé, maisons  
de mourance et naissance de Pass-  
âges



« Pourquoi j'y viendrais ? qu'est ce que ça va m'apporter ? Je serai mort depuis longtemps quand ça va aboutir ! »

## Levier 7

Assurer une perspective. Les « pourquoi » et les « quoi » de chacun.



## La notion de perspective / le sens

---

- La place et le rôle dans le projet : s’amuser, relever un défi, prouver aux autres, me sentir vivant, rencontrer du monde, retrouver confiance, changer les choses, etc.
  - Thèmes pas nécessairement conscientisés/formulés
  - Sentiment de finitude qui vient impacter la participation
  - A quoi ça sert ?
- ➔ Quid ? Forcer, entraîner, argumenter, séduire ?

# Comment nourrir ces perspectives ?

- Moments de rencontre et de discussion, ensemble ou en individuel
- Faire le lien avec ce qui a fait sens dans sa vie
- Faire le lien avec le projet du lieu de vie
- Inscrire le projet dans une ligne du temps avec des étapes
- Évaluer à différents moments
- S'auto-féliciter
- Souligner l'impact de la présence de chacun



Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

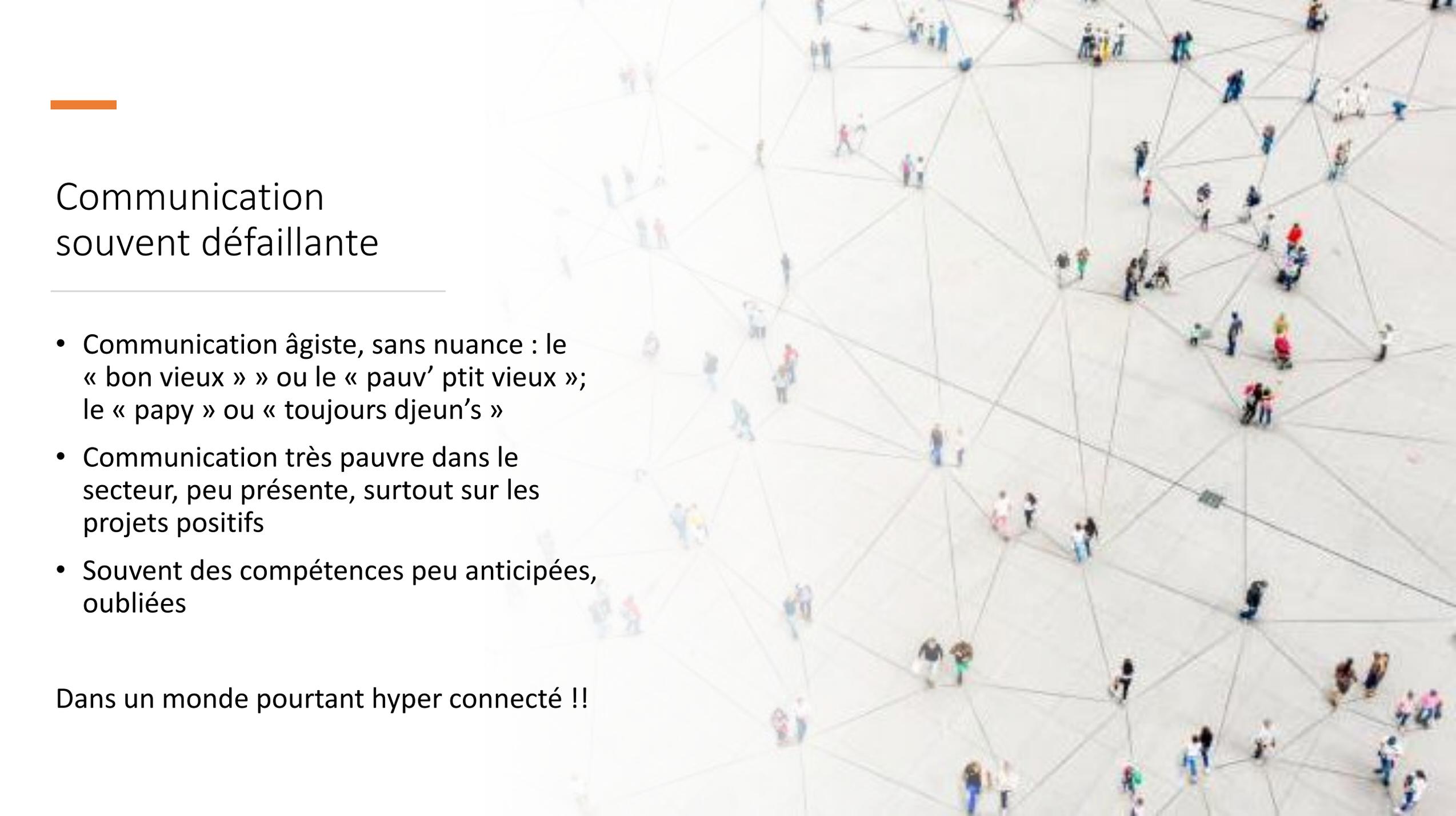
J'appuie sur le bouton SENS  
Une inspiration ? Le projet du  
partage autour de la table de la  
MRS Les Charriers



« Moi, quand j'entends ce qu'ils en disent, j'ai l'impression que c'est vraiment pour les vieux et ça ne me donne pas envie »

## Levier 8

Communiquer adéquatement pour diffuser une vision capacitaire.



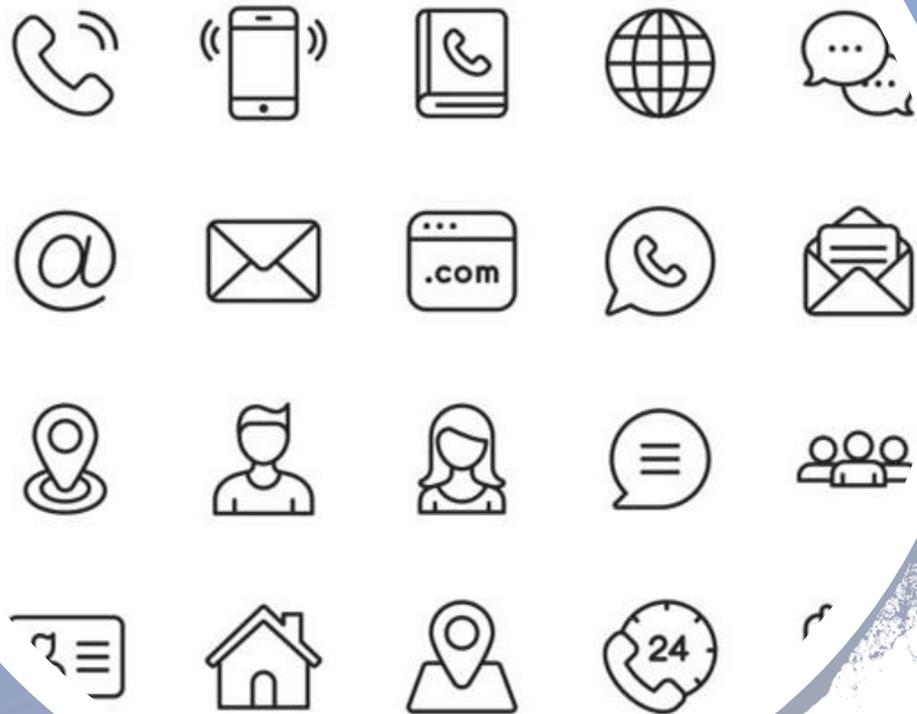
Communication  
souvent défailante

---

- Communication âgiste, sans nuance : le « bon vieux » ou le « pauvre petit vieux » ; le « papy » ou « toujours jeune »
- Communication très pauvre dans le secteur, peu présente, surtout sur les projets positifs
- Souvent des compétences peu anticipées, oubliées

Dans un monde pourtant hyper connecté !!

## CONTACT



## Cultiver les nuances, éliminer les injonctions

- Cultiver les nuances
- Éliminer les injonctions
- Faire la chasse au vocabulaire, scruter son lexique
- Utiliser toutes les ressources pour communiquer à tous les publics
- De belles images, des supports musicaux, des récits plus longs
- La radio, l'ascenseur, le salon de coiffure, ...
- Laisser des traces à tous les moments



Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton  
COMMUNICATION

Une inspiration ? Le projet de jardin  
partagé de la MRS AS Mouzon



« On fait tous appel aux mêmes subsides et les partenaires potentiels sont débordés, comment faire ? »

## Levier 9

Établir des partenariats qui ont du sens et dans lesquels chacun s'engage.

# Des partenariats ... oui, mais !

- Partenariats intersectoriel précieux et efficaces mais qqz limites : regard dans la même direction
- Sortir du secteur ... sortir des sentiers battus !
- Pour cumuler les expériences et tirer le projet vers des directions inattendues mais qui permettent de grandir
  - ✓ Des étudiants en art, cinéma,
  - ✓ Des voisins « zéro déchets »
  - ✓ Une entreprise pour des financements
  - ✓ Un partenaire avec un service graphique efficace
  - ✓ Une communauté qui dispose de lieux de rencontre
  - ✓ ...



Donc, pour  
soutenir la  
participation des  
aînés ...

J'appuie sur le bouton  
COLLABORATION

Une inspiration ? Le projet de mini  
ferme de la MRS Ste Joséphine



# Conclusions

---

Ce que je retiens, et vous ?

Proposition



Transformation



Frein



Plaisir



Subsidiarité



Valeur



Sens



Communication

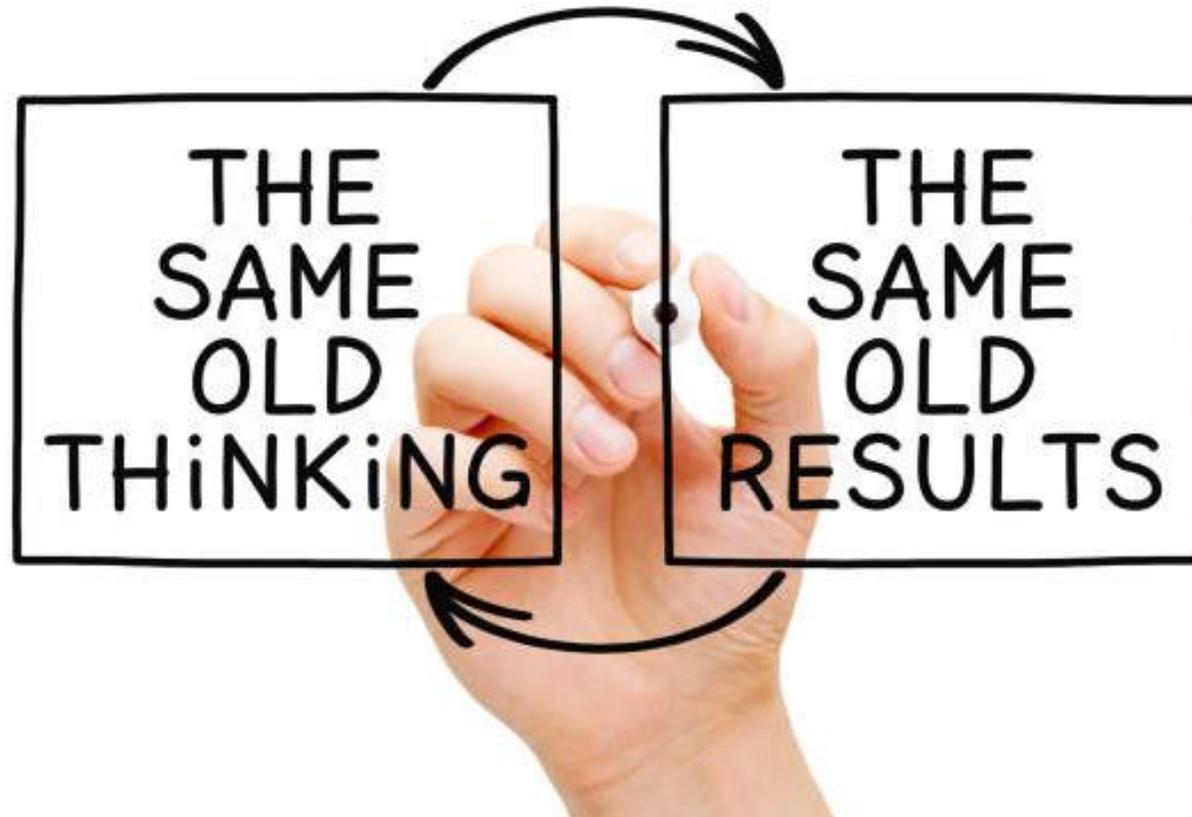


collaboration



Participons tous à un  
changement de paradigme !

« La folie, c'est de faire toujours la  
même chose et de s'attendre à un  
résultat différent » A. Einstein



Participons tous à  
un changement de  
paradigme !



Merci !  
Et à bientôt ...

