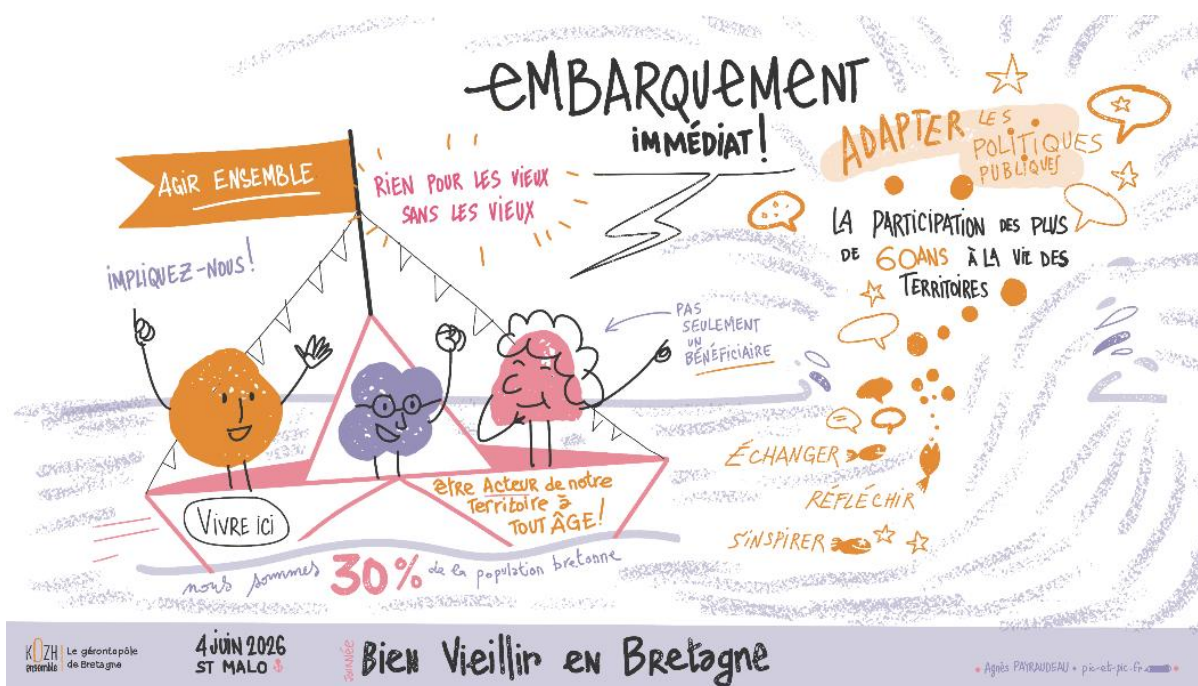


Kozh Ensemble – le gérontopôle de Bretagne

Vivre ici, agir ensemble. La participation des plus de 60 ans à la vie des territoires.

Synthèse de la journée du 4 juin 2026 à Saint-Malo



Une journée permise grâce au soutien de

Introduction

La participation sociale des personnes âgées est bien plus qu'un enjeu sectoriel : elle constitue un **levier essentiel de cohésion sociale, de vitalité démocratique et de qualité de vie dans notre région**. À l'heure où le vieillissement de la population transforme durablement la Bretagne (29% de la population bretonne aura plus de 65 ans en 2040¹), il apparaît indispensable de reconnaître et de soutenir la capacité des personnes âgées à prendre part à la vie sociale, citoyenne, culturelle et solidaire, selon leurs envies et leurs possibilités.

C'est dans cette perspective que Kozh Ensemble – le gérontopôle de Bretagne a organisé cette journée régionale dédiée à la participation sociale des personnes âgées. En réunissant élus et techniciens des collectivités, acteurs associatifs, professionnels, chercheurs et personnes âgées elles-mêmes, cette rencontre a permis de croiser les regards, de partager des expériences et de nourrir une réflexion collective ancrée dans les réalités bretonnes.

Fidèle à sa mission, Kozh Ensemble – le gérontopôle de Bretagne œuvre à faire le lien entre la recherche, les politiques publiques et les initiatives de terrain, afin d'accompagner les territoires dans la construction de réponses adaptées aux enjeux du vieillissement. Cette journée s'inscrit pleinement dans cette dynamique régionale, en valorisant les perspectives d'action et les leviers concrets en faveur d'une participation sociale effective et choisie des personnes âgées.

La présente synthèse vise à restituer les principaux enseignements, questionnements et pistes d'action issus des échanges. **Elle s'adresse à tous les acteurs bretons, avec l'ambition de nourrir les réflexions locales, d'inspirer les pratiques et de soutenir le développement de politiques favorisant l'engagement, la citoyenneté et l'inclusion sociale des personnes âgées sur l'ensemble du territoire.**

La journée en quelques messages clés

1. Les personnes de plus de 60 ans sont des actrices à part entière de la vie des territoires

Les échanges ont rappelé que les personnes âgées contribuent déjà largement à la vie collective : engagement associatif, soutien aux proches, solidarité de voisinage, participation citoyenne, transmission des savoirs et des expériences. La participation sociale ne consiste pas à « occuper » les personnes mais à reconnaître et soutenir leur rôle dans la société.

2. La participation sociale est un enjeu démocratique

Participer, c'est pouvoir choisir, décider, contribuer et être reconnu. Au-delà de ses effets positifs sur le bien-être et la santé, la participation sociale constitue une question de citoyenneté et de pouvoir d'agir. Les personnes âgées souhaitent légitimement être associées aux réflexions et aux décisions qui concernent leur quotidien, mais aussi l'avenir de la société.

3. Les freins à la participation sont connus

Les difficultés de mobilité, l'isolement, le manque d'information, la fracture numérique, les problèmes de santé ou encore le sentiment de ne pas être légitime constituent les principaux obstacles identifiés au cours de la journée. Ces freins se cumulent souvent et touchent particulièrement les personnes les plus éloignées des espaces habituels de participation.

4. La participation se construit dans la proximité et le temps long

¹ <https://www.bretagne.developpement-durable.gouv.fr/veillissement-de-la-population-et-mobilite-en-a5926.html>

La confiance, la convivialité et les démarches d'aller-vers apparaissent comme des conditions indispensables à l'engagement. Les expériences présentées montrent que les dynamiques collectives naissent rarement d'une simple invitation. Elles demandent du temps, une présence régulière et des espaces où chacun peut trouver progressivement sa place.

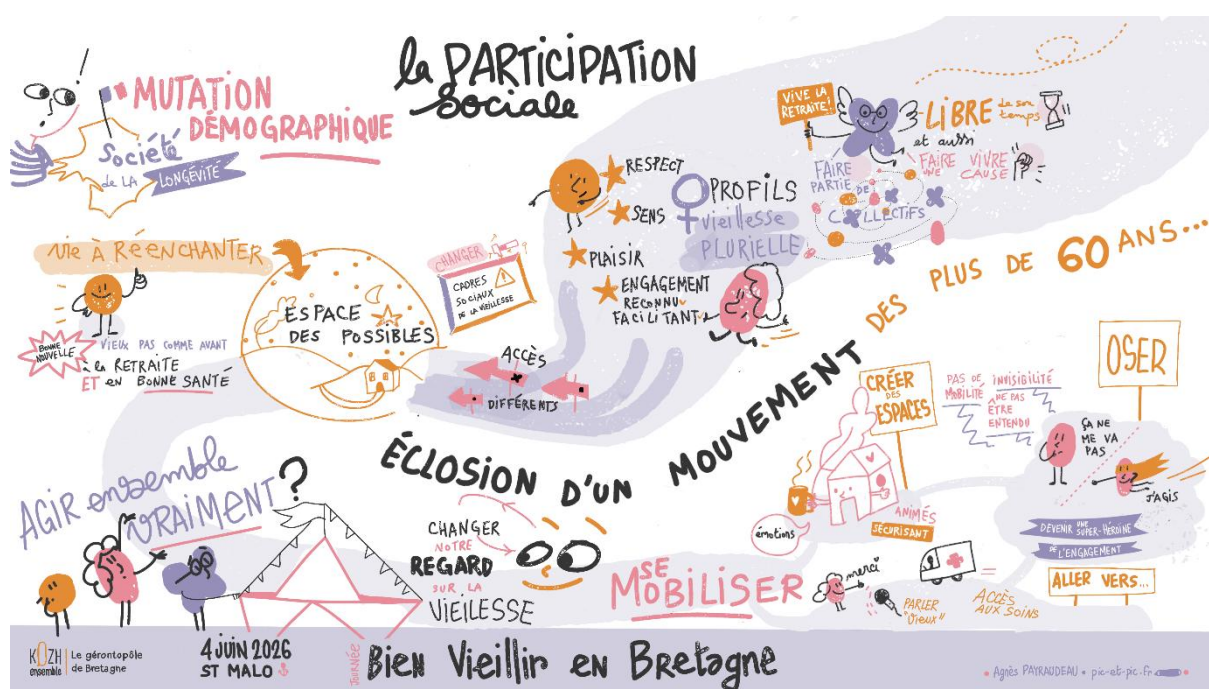
5. Les collectivités ont un rôle déterminant à jouer

Sans se substituer aux habitants, les collectivités peuvent créer les conditions favorables à la participation : soutenir les initiatives locales, faciliter les rencontres, investir dans l'animation et la coordination, adapter les modes de communication et garantir l'accessibilité des démarches. Leur rôle est moins de diriger que de favoriser des opportunités.

Une conviction partagée

La participation sociale n'est ni une activité ni outil de prévention de l'isolement. Elle constitue un levier de cohésion sociale, de solidarité et de vitalité démocratique pour l'ensemble des territoires.

Vivre ici, agir ensemble... vraiment ? Paroles croisées sur la participation sociale



Synthèse de l'intervention d'Arnaud Campéon – sociologue, enseignant/chercheur

Une société de la longévité en pleine transformation

Nous sommes entrés dans ce que certains chercheurs appellent une société de la longévité. **L'allongement de l'espérance de vie constitue l'une des mutations majeures de notre époque.** Nous avons gagné près de 35 années d'espérance de vie en un siècle, et cette progression se poursuit encore aujourd'hui : depuis les années 2000, l'espérance de vie a augmenté de 3 ans pour les femmes et de 4,7 ans pour les hommes. L'émergence d'une nouvelle population de plus de 32 000 centenaires en France (ils seront 125 000 en 2050) illustre également cette transformation démographique sans précédent.

Cette évolution transforme profondément nos parcours de vie. Désormais, **près d'un tiers de notre existence se déroule après 60 ans**. Surtout, les années gagnées sont majoritairement des années vécues en bonne santé. Cette période de vie ne doit plus être perçue comme un temps de retrait, mais comme une phase qui peut être **investie, réinventée et réenchantée**.

Les générations actuelles de retraités disposent souvent de ressources, de compétences et de capitaux sociaux plus importants que celles qui les ont précédées.

Un nouvel imaginaire de la vieillesse

Face à cette réalité, un nouvel imaginaire du vieillissement est en train d'émerger. Certains auteurs parlent désormais d'un « **âge expérimental** », **une période de la vie où chacun peut explorer de nouvelles manières d'être, d'agir et de contribuer à la société**. Dans cette perspective, les personnes âgées deviennent des « **gérontonautes** », c'est-à-dire des explorateurs de cette nouvelle vieillesse, inventant des façons inédites de vivre cette longue période de l'existence.

Un enjeu collectif et démocratique

L'allongement de la vie ne concerne pas seulement les individus : **c'est un phénomène collectif**. Nous sommes de plus en plus nombreux à vieillir, ce qui soulève de nouvelles questions pour notre société. Cette transformation peut susciter des inquiétudes et des incompréhensions, mais elle ouvre également des perspectives positives. Elle nous invite aussi à **repenser l'organisation de notre société, les liens entre les générations, les formes de solidarité, la participation citoyenne et la place accordée aux personnes âgées dans la vie collective**.

Des vieillesse multiples

Il n'existe pas une vieillesse mais des vieillesse.

Les parcours de vieillissement sont fortement marqués par les inégalités accumulées au cours de la vie. **Les conditions sociales, le genre, l'état de santé, les trajectoires professionnelles, les choix de vie ou encore l'environnement influencent fortement les expériences du vieillissement**. La population âgée est ainsi particulièrement hétérogène. Majoritairement féminine, elle présente des attentes, des aspirations et des besoins très diversifiés. Cette diversité doit être reconnue et prise en compte dans les politiques et les actions qui lui sont destinées.

La participation sociale : une dimension essentielle

Dans ce contexte, la participation sociale apparaît comme un enjeu central.

Participer socialement, c'est pouvoir occuper une place dans la société, exercer un rôle, contribuer à la vie collective et **conserver un pouvoir d'agir**. C'est aussi se sentir acteur, utile, valorisé et reconnu. La participation sociale ne se limite pas à l'engagement formel. Elle renvoie à toutes les formes de contribution qui permettent de maintenir ou de construire des liens avec les autres et avec la société. Au-delà de ses bénéfices individuels, elle constitue un **véritable enjeu citoyen** : elle donne du sens à l'existence, procure du plaisir et permet une reconnaissance sociale de l'engagement.

L'allongement de la vie constitue bien plus qu'une transformation démographique. Il s'agit avant tout d'une mutation démocratique qui nous invite à changer notre regard sur l'âge et sur la place des personnes âgées dans la société. L'enjeu n'est pas seulement de vivre plus longtemps, mais de permettre à chacun de continuer à être pleinement acteur de sa vie et de la vie collective tout au long de son parcours.

Les six dimensions de la participation sociale

1. **Reconnaître les contributions déjà existantes** : Le soutien apporté aux proches et aux familles, les solidarités de voisinage, la participation associative, l'engagement bénévole et citoyen.
2. **Aller vers les personnes les plus éloignées** : La participation sociale ne doit pas concerner uniquement les personnes déjà engagées. Une attention particulière doit être portée aux personnes isolées, fragilisées ou éloignées des espaces de participation.
3. **Personnaliser les formes d'engagement** : Les possibilités de participation doivent être adaptées aux envies, aux capacités et aux parcours de chacun. Cette personnalisation est une condition essentielle pour permettre un engagement durable.
4. **Créer des environnements favorables** : La participation sociale nécessite un soutien collectif. Les environnements sociaux, numériques, institutionnels et territoriaux doivent être pensés pour faciliter l'engagement et créer des opportunités accessibles à toutes et tous.
5. **Reconnaître et valoriser les initiatives** : Les expériences de terrain et les initiatives portées par les personnes âgées doivent être reconnues, encouragées et valorisées. L'expérimentation constitue un levier important pour faire émerger de nouvelles formes de participation.
6. **Encourager sans imposer** : La participation sociale doit être encouragée, mais elle ne peut devenir une injonction ou une obligation morale. Chacun doit pouvoir choisir librement son niveau et ses modalités d'engagement.

Synthèse des échanges avec les membres du Comité National autoproclamé de la Vieillesse

À la suite de l'intervention d'Arnaud Campéon, Muriel Siméon, Alexia Guignard, Sophie Tricot, membres du Comité national autoproclamé de la vieillesse (CNaV) ont partagé leurs parcours, leurs engagements et leur vision du vieillissement.

Affirmer une identité et défendre le pouvoir d'agir

Pour Murielle Siméon, référente du Comité dans les Côtes-d'Armor, l'engagement est né d'une volonté de **faire évoluer les regards portés sur la vieillesse**. Dès sa création, le collectif s'est donné pour objectif d'affirmer une **identité de « vieux et vieilles » assumée et revendiquée** afin de transformer les mentalités. Cette démarche repose sur une conviction forte : les personnes âgées doivent pouvoir rester actrices de leur vie jusqu'au bout, conserver leur capacité de décision et voir leur parole reconnue. Les membres du CNaV expriment notamment une **vigilance face à une approche trop médicalisée** du vieillissement. Ils refusent d'être réduits à des patients ou à des personnes dépendantes, tout en revendiquant la prise en compte de leurs vulnérabilités lorsqu'elles existent. Au-delà des situations individuelles, **l'enjeu est également politique : rendre les personnes âgées visibles dans l'espace public et leur permettre de participer aux débats qui concernent l'ensemble de la société**.

« On n'a pas envie d'être des vieux comme avant, on veut être debout, participer, être de nouveau visibles, qu'on nous écoute et nous entende surtout en termes de politiques publiques »

Une personne dans la salle

Des parcours d'engagement diversifiés

Les échanges ont montré que les chemins qui conduisent à l'engagement sont multiples. Pour Sophie Tricot (CNaV 35), l'engagement est arrivé au moment de la préparation de sa retraite. Participante à un groupe de parole initié aux Champs Libres (Rennes) autour du passage à la retraite

(« Dessine-moi un retraité »), elle y a trouvé **une manière de rester connectée au monde tout en respectant son besoin de moments à soi, « dans sa bulle »**. Ce qui a rendu son implication possible est la liberté laissée à chacun de **choisir son niveau d'investissement, dans un cadre accueillant et bienveillant** où chaque participant se sent reconnu. Ce groupe a d'ailleurs donné naissance à une exposition photographique et à une série de podcasts. Présentés depuis deux ans dans différents lieux de Rennes et de ses environs, ces supports contribuent à rendre visibles des expériences souvent peu entendues.

Pour Alexia Guinard, membre du CNaV 29 et de l'association « Pourquoi Pas Vieille », l'intérêt pour les questions du vieillissement est né de **rencontres intergénérationnelles**. Les interrogations d'une amie de 70 ans sur la place que la société lui attribuait l'ont amenée à explorer les questions liées à l'avancée en âge, au rôle de la famille, aux représentations sociales et à la **honte parfois associée au fait de vieillir**. Son engagement s'est notamment traduit par des ateliers radio, des projets d'exposition et des démarches visant à donner la parole à des personnes peu visibles ou éloignées des espaces d'expression habituels.

Murielle Siméon a quant à elle inscrit son engagement dans la continuité d'un **parcours militant plus ancien** pour le droit des femmes, des homosexuels et plus généralement en faveur de l'égalité et du respect des personnes dans toute leur diversité.

Une nouvelle place pour la vieillesse dans la société

En réaction à ces témoignages, Arnaud Campéon a souligné l'émergence d'un mouvement inédit. Si la retraite était, jusqu'à récemment, perçue comme une forme de « mort sociale », les collectifs d'aujourd'hui révèlent une toute autre réalité. **La vieillesse apparaît désormais comme une période de socialisation, de projets et de construction collective**. Les initiatives citoyennes contribuent à faire sortir les questions liées au vieillissement du seul champ social ou médico-social pour les inscrire pleinement dans la vie démocratique. Les échanges montrent aussi que **« l'identité de retraité » ne se construit pas en rupture avec la vie antérieure, mais bien dans la continuité des parcours, des expériences et des engagements accumulés tout au long de la vie**.

« On est (si tout va bien) tous amené à être vieux et quand on parle de la vieillesse on peut aussi parler de celle de demain : les actions d'aujourd'hui nous aiderons demain »
Une personne dans la salle

Les freins à la participation restent nombreux

Les intervenantes ont néanmoins identifié plusieurs obstacles qui limitent encore l'engagement des « vieilles et vieux ».

- **L'entrée dans un collectif** peut être difficile pour des personnes qui n'ont jamais participé à une démarche de groupe ou qui ont vécu des expériences décevantes. La crainte de ne pas trouver sa place, la gestion des émotions ou le sentiment d'illégitimité constituent des freins fréquemment rencontrés.
- **L'isolement, les difficultés de mobilité, l'accès aux transports ou encore la multiplication des contraintes médicales** peuvent également limiter la participation.
« Est-ce que je sors faire mes rendez-vous de santé ou est-ce que je vais rencontrer d'autres personnes ? »
- **Des conditions d'expérience pas toujours réunies**. Certaines personnes hésitent à franchir le pas de la rencontre, surtout lorsque les espaces proposés semblent peu accessibles, pas assez sécurisant ou insuffisamment accueillants.

« Dès que l'on parle de vieillesse, les élus ont peur. La peur renvoie à notre imaginaire collectif de vulnérabilité » -

Une personne dans la salle

En conclusion

Les « vieilles et vieux » ne sont pas seulement bénéficiaires d'actions ou de politiques publiques : elles en sont également les actrices, les conceptrices et parfois les initiatrices. Les échanges ont permis d'identifier plusieurs conditions favorables à la participation : la reconnaissance de la parole, l'accessibilité des dispositifs, la création d'espaces sécurisants de rencontre, le développement de démarches d'aller-vers... Au-delà des dispositifs, c'est bien **un changement de regard qui est en jeu** : reconnaître les « vieilles et vieux » comme des citoyens à part entière, porteurs d'expériences, de compétences et d'une capacité d'action qui demeure tout au long de la vie.

Ateliers

Une vision partagée de la participation



La participation ne se limite pas à être consulté ou informé. Elle renvoie à des notions d'engagement, de citoyenneté, de pouvoir d'agir et de contribution à la vie collective. Elle s'appuie sur des valeurs de convivialité, d'entraide, de respect mutuel et de coopération entre habitants, associations, professionnels et élus. **La participation est également perçue comme un levier de lien social et de solidarité intergénérationnelle, permettant à chacun de transmettre ses savoirs, ses expériences et ses compétences.**

Les principales conditions de réussite issues des ateliers

1. Partir des besoins, des envies et des ressources des habitants

Les participants soulignent l'importance de construire les projets à partir des besoins, des envies et des ressources des habitants. Cela implique d'aller à leur rencontre, de mieux connaître leurs attentes et de reconnaître leurs capacités de contribution afin de développer **des projets co-construits plutôt**

que des réponses prédéfinies. L'idée centrale est de passer d'une logique de « bénéficiaire » ou de « consommateur d'activités » à une logique de contribution et de co-construction.

2. Aller vers les personnes plutôt que les attendre

Les échanges ont montré que les personnes les plus éloignées de la participation sont souvent celles qui se déplacent le moins ou qui fréquentent peu les espaces de concertation habituels.

Les participants soulignent l'importance :

- D'organiser des temps de rencontre dans les quartiers, villages et hameaux,
- D'investir les lieux de vie existants (commerces, associations, écoles, lieux publics, établissements médico-sociaux, EHPAD, résidences),
- De délocaliser les réunions et temps de concertation au plus près des habitants,
- De s'appuyer sur les aides à domicile, les aidants, les professionnels de santé, les associations et les habitants-relais pour toucher les publics les plus isolés.

Cette démarche « d'aller vers » est jugée indispensable mais également exigeante en temps et en moyens.

3. Développer une communication accessible et diversifiée

La communication apparaît comme un enjeu majeur. Les participants insistent sur la nécessité de :

- Multiplier les supports de communication (bulletin municipal, presse locale, radios locales, l'affichage, réseaux sociaux, commerces, écoles et associations),
- Ne pas se limiter au numérique,
- Utiliser un vocabulaire simple et compréhensible (pas de termes technique, institutionnels ou d'acronymes),
- Proposer des supports en FALC (Facile à lire et à comprendre) lorsque nécessaire,
- Créer des temps d'échanges informels et conviviaux permettant de parler du projet.

4. Faire de la convivialité un levier d'engagement

La participation est davantage facilitée lorsqu'elle s'inscrit dans des moments agréables et accessibles. Les participants évoquent :

- Les cafés-rencontres,
- Les repas solidaires,
- Les fêtes de voisins,
- Les événements culturels,
- Les ateliers partagés,
- Les projets autour du jardinage, du patrimoine ou de la transmission des savoirs.

Ces temps conviviaux permettent de créer de la confiance, de favoriser les rencontres et de susciter progressivement l'engagement.

5. Reconnaître chacun comme acteur légitime

Plusieurs groupes ont identifié un frein récurrent : de nombreuses personnes ne se sentent pas légitimes pour participer. Cette autocensure peut être liée à l'âge, au niveau de ressources, au handicap, à la situation d'aidant, à la langue (pour des personnes d'origines étrangères), à la peur du jugement ou au sentiment de ne pas avoir les compétences nécessaires.

Pour lever ces freins, les participants recommandent :

- De valoriser les expériences et les savoir-faire des habitants,
- De remercier et reconnaître les contributions,
- De proposer différents niveaux d'implication,
- De permettre une participation progressive,

- De créer un climat de bienveillance et d'écoute,
- De favoriser la réciprocité entre participants.

L'objectif est de passer « *d'un regard qui dévisage à un regard qui envisage* ».
Un groupe lors des ateliers

6. Prendre en compte les questions de mobilité

La mobilité apparaît comme l'un des principaux obstacles à la participation, notamment dans les territoires ruraux ou pour les personnes en situation de fragilité.

Les pistes proposées sont :

- De renforcer les dispositifs de transport solidaire,
- De mieux comprendre les raisons de leur faible utilisation (si cela est le cas),
- De mutualiser les moyens de transport existants (par exemple entre plusieurs structures),
- D'accompagner les personnes dans l'utilisation de ces solutions de mobilité,
- D'organiser les activités au plus près des habitants

7. Construire des projets dans le temps long

Les participants insistent sur la nécessité de sortir de la logique du « coup ponctuel » ou du projet éphémère.

La participation demande du temps pour créer la confiance, du temps pour faire émerger un collectif, du temps pour permettre à chacun de trouver sa place. Plusieurs groupes estiment qu'il faut souvent entre un an et dix-huit mois pour construire une dynamique citoyenne solide.

Cette temporalité peut parfois entrer en tension avec les calendriers institutionnels ou les exigences des financeurs.

Le rôle des élus et des professionnels.

Vers une posture de facilitation

Les échanges convergent vers une même idée : les élus et les professionnels doivent être des partenaires du projet, non ses seuls pilotes. Leur rôle consiste notamment à :

- Soutenir les initiatives citoyennes,
- Faciliter les rencontres entre les citoyens,
- Mettre à disposition des moyens (financiers, matériels),
- Accompagner dans les démarches administratives,
- Faciliter la concertation.

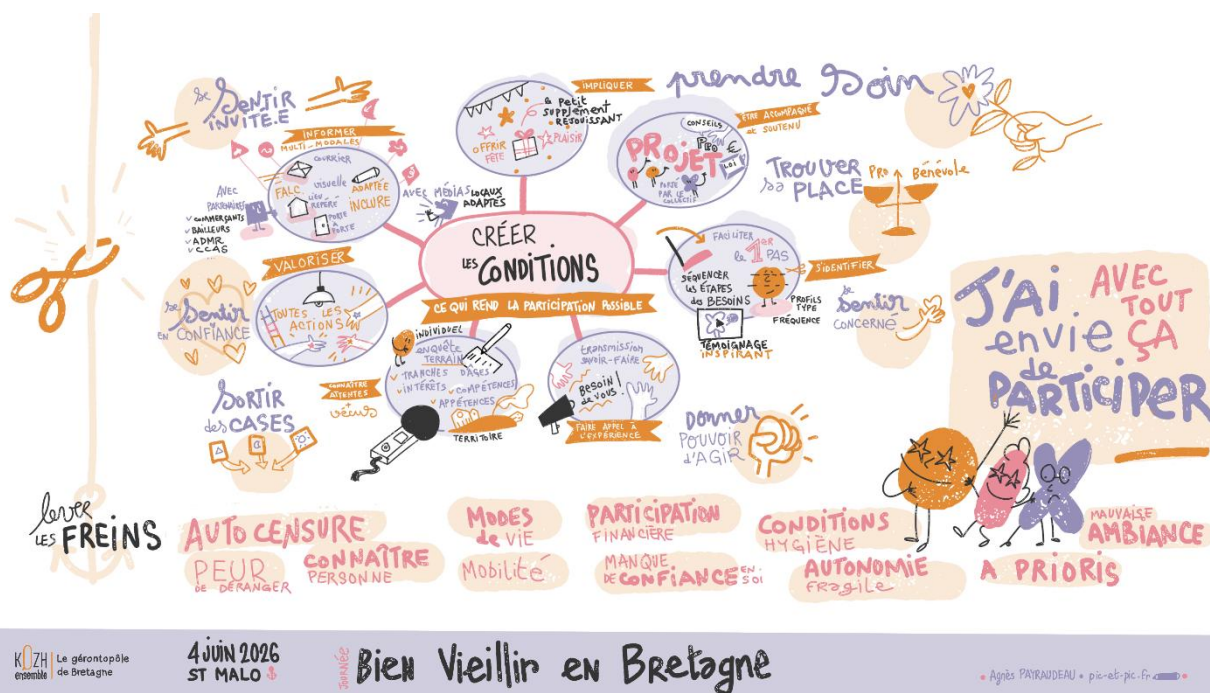
Les habitants doivent rester au cœur des décisions et de la dynamique du projet.

L'importance d'une gouvernance claire

Les participants soulignent la nécessité :

- De clarifier les rôles de chacun dans un projet,
- D'éviter la confiscation du projet par les institutions ou les professionnels,
- De construire des espaces citoyens pérennes,
- D'assurer une continuité au-delà des mandats politiques.

La recherche d'un équilibre entre soutien institutionnel et autonomie citoyenne apparaît comme un enjeu central.



La nécessité d'une fonction de coordination

Plusieurs groupes ont mis en avant le besoin d'un coordinateur ou d'un animateur de projet.

Cette fonction permet :

- D'organiser la dynamique collective,
- D'assurer le lien entre les acteurs,
- De rechercher des financements,
- De soutenir les bénévoles,
- De garantir la continuité du projet.

Le coordinateur est perçu comme un facilitateur au service du collectif et non comme un décideur.

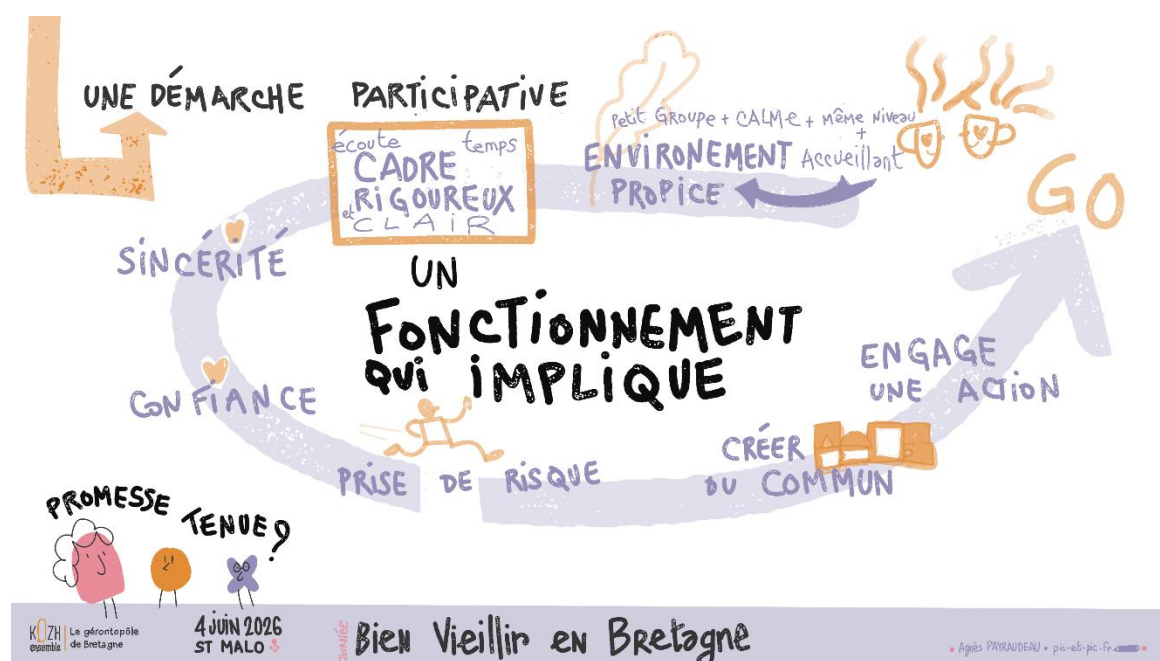
Les principaux freins identifiés à la participation

- Les difficultés de mobilité,
- La fracture numérique,
- Les problèmes d'accessibilité,
- Le manque d'information ou de l'information non adaptée,
- Le manque de confiance en soi,
- La peur du jugement,
- Le manque de convivialité,
- Le sentiment de ne pas être légitime,
- La situation des aidants,
- Les difficultés liées au handicap ou à la santé,
- Les postures institutionnelles parfois peu ouvertes à la participation

Au-delà des projets imaginés (tiers-lieux, jardins partagés, actions intergénérationnelles, cantines associatives ou espaces de rencontre), les ateliers montrent que la participation des personnes de plus de 60 ans **repose avant tout sur la création d'un environnement de confiance : proximité, écoute, convivialité, accessibilité, reconnaissance des compétences de chacun et inscription dans le temps long**. La participation ne se décrète pas ; elle se construit progressivement grâce à des démarches d'aller-vers, à une gouvernance ouverte et à une coopération équilibrée entre habitants, associations, professionnels et élus.

Participer, contribuer, s'engager... quand les conditions sont réunies

Retour sur l'expérience des forums citoyens « A quoi ça sert les vieux ? »



Le retour d'expérience du **forum citoyen « À quoi ça sert les vieux ? »**, initié par le CLIC de Saint-Aubin-d'Aubigné (35) et animé par Trame de Vie, a mis en évidence plusieurs enseignements sur les conditions favorisant l'engagement des habitants.

Le choix du titre, volontairement interpellant, a suscité la curiosité et encouragé la participation de personnes qui ne se seraient pas nécessairement mobilisées pour une rencontre plus classique. Derrière cette question provocatrice se trouvait une ambition claire : inviter les participants à réfléchir collectivement à leur place dans la société, à leur utilité sociale et à leur capacité d'agir.

Les organisateurs ont constaté que de nombreux participants s'attendaient initialement à assister à une conférence. Ils ont découvert, parfois avec surprise mais souvent avec satisfaction, **une démarche fondée sur l'échange, la réflexion collective et la production d'une parole commune**. Cette dimension collaborative a contribué à renforcer l'implication des participants.

L'une des clés de réussite identifiées réside dans la capacité à proposer des perspectives concrètes d'engagement à l'issue de la démarche. Un appel à volontaires a ainsi été lancé afin de permettre aux personnes souhaitant poursuivre la réflexion ou s'investir davantage de rejoindre la dynamique engagée.

L'expérience souligne également l'importance d'accepter une part d'incertitude dans les démarches participatives. Le comité de pilotage a fait le choix d'accompagner le processus sans en définir à l'avance tous les résultats, en acceptant de ne pas savoir précisément où conduiraient les échanges. Cette posture d'ouverture a favorisé l'émergence d'initiatives et de propositions portées par les participants eux-mêmes. Enfin, cette démarche rappelle que la participation se construit dans le temps. Chaque étape prépare la suivante et contribue progressivement à l'émergence d'une dynamique collective. **L'engagement citoyen ne se décrète pas, il se nourrit de la confiance, de l'expérimentation et de la continuité des échanges.**

Table ronde : des exemples concrets de participation



La table ronde a illustré différentes formes de participation sociale des personnes âgées à travers des témoignages d'habitants, de bénévoles, de professionnels et de représentants associatifs.

Plusieurs initiatives ont montré comment la participation sociale peut améliorer la qualité de vie des personnes.

Le dispositif TaPas² sur le quartier de Villejean (Rennes)

Porté par le **CCAS de Rennes**, l'expérimentation TaPasS développé sur le quartier Villejean à Rennes permet à des personnes parfois isolées de construire elles-mêmes leur programme d'activités à partir de leurs envies et besoins.

Les habitantes présentes ont témoigné de changements importants : sortie de l'isolement, reprise de confiance en soi, nouvelles rencontres, ouverture vers de nouvelles activités et vers le quartier.

² Temps d'accompagnement Prévention activités signifiantes et Santé

L'approche repose sur l'écoute des personnes et leur capacité à décider elles-mêmes des projets à mener. L'expérience montre également l'efficacité d'une communication simple et de proximité : commerçants, marché, bouche-à-oreille et d'un accueil bienveillant.

L'habitat inclusif du Courtil Noé

À Québriac, l'habitat inclusif du Courtil Noé favorise la participation des habitants à travers une vie collective construite ensemble : animations, jardin partagé, poulailler, fêtes de voisinage ou temps d'échange. Les habitants sont les principaux acteurs des projets. Cette organisation permet de maintenir les liens sociaux, prévenir l'isolement et renforcer l'estime de soi.

La cohabitation intergénérationnelle solidaire

Le dispositif Breizh Cohabilis met en relation des personnes de plus de 60 ans disposant d'une chambre libre dans leur domicile avec des jeunes de moins de 30 ans en recherche de logement. Au-delà de la réponse au besoin de logement, cette démarche crée des rencontres, du soutien mutuel et une nouvelle forme de participation sociale. Accueillir un jeune devient déjà un acte d'engagement citoyen.

Le service civique seniors

Le témoignage d'un volontaire en service civique a mis en lumière l'importance de « l'aller-vers ». Les visites à domicile permettent de créer une relation de confiance, d'accompagner les personnes dans leurs démarches, de favoriser les sorties et de les reconnecter progressivement à la vie sociale.

Les représentants des usagers

Le rôle des représentants des usagers est de défendre les intérêts de tous les usagers du système de santé. Ils interviennent dans les établissements de santé.

Les conditions de réussite

Plusieurs leviers ont été identifiés pour favoriser la participation sociale :

- aller vers les personnes et prendre le temps de créer la confiance ;
- écouter en priorité celles qui s'expriment peu ;
- partir des envies et besoins réels des personnes âgées ;
- développer des méthodes de participation adaptées ;
- valoriser les expériences et le rôle d'ambassadeur des pairs ;
- favoriser les rencontres entre habitants ;
- simplifier les démarches et les modes de communication ;
- renouveler régulièrement les actions proposées ;
- soutenir les temps de vie sociale comme véritable enjeu de prévention.

La participation sociale ne se décrète pas : elle se construit dans la durée, grâce à l'écoute, à la confiance et à la reconnaissance de la capacité d'agir des personnes âgées. Les témoignages ont montré qu'en créant les bonnes conditions, chacun peut trouver sa place, contribuer à la vie collective et renforcer son pouvoir d'agir, quel que soit son âge.

Conclusion

Cette journée a mis en lumière une réalité souvent insuffisamment reconnue : les personnes âgées ne sont pas seulement concernées par les politiques publiques, elles participent déjà activement à la vie des territoires et souhaitent continuer à y prendre part.

Les témoignages, les ateliers et les échanges ont montré que **la participation sociale repose moins sur la création de nouveaux dispositifs que sur la capacité collective à reconnaître les personnes âgées comme des citoyennes et citoyens à part entière, porteurs d'expériences, de compétences et d'initiatives.**

Les enseignements partagés convergent vers quelques principes simples : aller vers les personnes les plus éloignées, créer des espaces accessibles et conviviaux, valoriser les contributions existantes, soutenir les dynamiques collectives dans la durée et construire des réponses avec les habitants plutôt que pour eux.

Dans une Bretagne où près d'un habitant sur trois aura plus de 65 ans d'ici 2040, ces enjeux concernent l'ensemble de la société. **La participation sociale ne constitue pas un supplément d'âme des politiques de l'âge. Elle en est l'une des conditions essentielles. Dans une société de la longévité, reconnaître les personnes âgées comme des citoyens à part entière n'est plus une option : c'est un enjeu démocratique.**

Quelques ressources :

Autour du Comité National autoproclamé de la Vieillesse :

- Site national du CNAV : <https://www.cnav-demain.fr/qui-sommes-nous/>
- Association Pourquoi pas Vieilles (Brest) : <https://www.pourquoi-pas-vieilles-asso.fr/>
- Les rendez-vous « Dessine-moi un.e retraité.e » au Champs Libre (Rennes) : <https://www.leschampslibres.fr/au-programme/rdv4c-dessine-moi-un-e-retraite-e-1>
- Pour écouter les podcasts issus du projet « D'une vie à l'autre » <https://soundcloud.com/d-une-vie-a-lautre>
- Pour regarder Télévioc, la chaîne d'une vieillesse libre, active et solidaire : <https://www.televioc.fr/>

Les intervenant.es de la journée :

- Lien vers certains articles d'Arnaud Campéon, sociologue et professeur à l'EHESP : <https://shs.cairn.info/auteur/29876?lang=fr&tab=articles>
- Trame de Vie : <https://tramedevie.net/>
- Pour écouter les podcasts issus des forums citoyens « A quoi ça sert, les vieux ? » : <https://audioblog.arterradio.com/blog/268687/a-quoi-ca-sert-les-vieux>
- Les Petits Frères des Pauvres : <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/>
- France Assos Santé : <https://france-assos-sante.org/>
- Breizh Cohabitis : <https://breizh.cohabitis.org/>
- CCAS de Rennes : <https://aides.metropole.rennes.fr/organisations/ccas-centre-communal-d-action-sociale-siege/>
- Habitat inclusif du Courtil Noë : <https://quebriac.fr/webcommune/wp-content/uploads/2024/02/plaquette.pdf>
- Le service civique Solidarité Séniors : <https://www.sc-solidariteseniors.fr/>

D'autres ressources sur le sujet :

- OMS - Guide mondial des villes-amies des aînés : <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/f64bb599-2e8f-453f-aeb3-f5db485c5bc3/content>
- OMS – Décennie pour le vieillissement en bonne santé 2020-2030 : https://cdn.who.int/media/docs/default-source/decade-of-healthy-ageing/final-decade-proposal/decade-proposal-final-apr2020-fr.pdf?sfvrsn=5be17317_6
- Conseil de l'Europe – travaux sur la participation citoyenne et les droits des personnes âgées : <https://rm.coe.int/prems-120325-fra-2005-factsheet-on-older-persons-a5-charter-a5-web-fin/488029ae11>

Vous souhaitez nous contacter ou participer à nos travaux :

- Notre site internet : <https://kozhensemble.fr/>
- Pour suivre nos actualités : <https://www.linkedin.com/company/kozh-ensemble-le-g%C3%A9rontop%C3%B4le-breton/?viewAsMember=true>
- Pour adhérer à l'association : <https://kozhensemble.fr/kozhez-nous/rejoignez-le-gerontopole/>