

# Seniors & solidaires

Partant du constat d'une espérance de vie rallongée de 30 ans en un siècle et d'une implication sans cesse plus active des seniors, les citoyens ramonvillois composant le conseil des Seniors ont souhaité créer les bases d'une nouvelle solidarité sur Ramonville et affirmer l'utilité sociale des retraités en apportant un autre regard et des propositions aux élus.



## REJOIGNEZ LE CONSEIL DES SENIORS!

Vous avez un peu de temps et souhaitez participer à cette belle aventure en apportant vos compétences, vos projets et votre enthousiasme? Les membres du conseil des Seniors sauront vous accueillir et vous proposer de vous investir dans l'une de leurs activités en cours ou à venir.

### Contact:

[conseil.seniors@mairie-ramonville.fr](mailto:conseil.seniors@mairie-ramonville.fr)  
**Gisèle Baux**, élue en charge de la mission Personnes en situation de handicap et Seniors - 05 61 75 21 00.

## LE CONSEIL DES SENIORS

# Proposer, agir, partager, transmettre

Ils sont une trentaine de femmes et d'hommes engagés depuis avril 2015 dans une nouvelle aventure citoyenne: le conseil des Seniors. Leur point commun? Retraités ou âgés de plus de 60 ans, ils ont choisi de mettre leur temps, leur expérience, leurs idées et leurs compétences au service du lien social et du vivre ensemble à Ramonville.

Leur mot d'ordre? « *Proposer, agir, partager, transmettre* ».

Leur méthode? Agir avec les autres acteurs locaux, au premier rang desquels les associations et les services municipaux, pour améliorer la vie quotidienne des seniors, tenter de faire reculer la perte d'autonomie et réduire l'isolement d'une partie d'entre eux en retricotant le lien social avec patience et enthousiasme; et notamment – chaque fois que cela est possible – construire des ponts entre les générations en favorisant la transmission réciproque de savoirs.

Depuis, c'est un tourbillon de projets et de belles rencontres.

### Avec l'Ehpad Les Fontenelles et la résidence autonomie F.-Barousse

Dès 2015, le conseil des Seniors a su entraîner habitants, seniors de la résidence Autonomie, et jeunes de l'Asei et du collège A.-Malraux, dans un projet avec les associations d'artistes et les ateliers d'arts plastiques du centre culturel qui a remis de la couleur et de la vie sur les murs de l'Ehpad Les Fontenelles. Depuis, ces artistes délocalisent leurs ateliers pour créer des œuvres communes avec les résidents, tandis que des rencontres régulières s'organisent autour du fleurissement des jardins et patios, grâce aux dons du Troc'Plantes de La Plaine. Une belle expérience que les membres du conseil ont souhaité prolonger en s'engageant auprès de





**Le conseil des Seniors réuni le 4 mai dernier en salle du conseil ▲ lors de la dernière étape avant le lancement en septembre 2017 du projet "Voisin-age", qui vise à mettre en relation les habitants d'un même quartier en privilégiant la proximité, les affinités et la réciprocité des échanges.**

▼ **De haut en bas : l'atelier mensuel "Actualité presse et citoyenneté" et le fleurissement de l'Ehpad Les Fontenelles.**



l'Ehpad et d'autres partenaires dans de nombreux projets, du soutien des aidants familiaux à la promotion de la culture dans les milieux hospitaliers en passant par l'accueil des personnes sourdes. Très vite, le conseil a su trouver les compétences en son sein. Il organise les ateliers mensuels « Actualité presse et citoyenneté » à la résidence Autonomie F-Barousse, avant de mettre en place les « Lectures à voix haute » : formés par un professeur du centre culturel, quinze seniors se relaient tous les quinze jours à l'Ehpad et chaque semaine à la résidence par groupe de trois ! Un dispositif complété en septembre 2016 – grâce au talent de deux professeurs d'histoire – par des « Causeries historiques » et « musicales » mensuelles à la résidence Autonomie ouvertes à tous les Ramonillois.

#### **Reconstruire le lien entre générations**

Au cœur du projet du conseil des Seniors, la reconstruction du lien social et notamment avec les

jeunes générations. C'est ainsi qu'en mai 2016, il conviait – en partenariat avec la classe de 3<sup>e</sup> option découverte professionnelle du collège A-Malraux – l'ensemble des 3<sup>e</sup> de Ramonville (Malraux et Lagarde) à participer à une projection-débat du film *Laurette 1942* pour échanger avec le réalisateur F. Fourcou et des associations d'anciens combattants. Un beau moment de transmission entre les jeunes et celles et ceux qui ont traversé d'une façon ou d'une autre cette période difficile de l'histoire. Sous l'impulsion du conseil des Seniors et dans le droit fil de cette coopération intergénérationnelle, un nouveau projet de lectures théâtralisées est en cours sur la guerre, entre l'association De fil(le) en Récit, la résidence autonomie, l'Ehpad et les collèges A-Malraux et J-Lagarde. Enfin, le conseil relaie depuis mars 2016 une initiative sociale et citoyenne innovante sur Ramonville : la colocation solidaire intergénérationnelle (lire p. 6).



**En développant des activités de proximité**

Créer du lien, c'est aussi partager des moments ensemble et ne laisser personne au bord du chemin.

Pour faire de cette idée simple une réalité, le conseil des Seniors propose depuis la rentrée 2016 des « Marches douces » les lundis des semaines paires (hors vacances scolaires), en partenariat avec Rando-Plaisirs. Outre leurs bienfaits physiques et moraux, ces marches de 3 à 5 km sont l'occasion pour les seniors de redécouvrir leur commune au rythme d'un groupe tout en se faisant conter quelques anecdotes historiques.

En mars dernier, le conseil n'a pas non plus hésité à travailler avec l'association Cyberdicap portée par de jeunes passionnés de l'informatique en situation de handicap et anciennement scolarisés au centre Pierre-Frontent pour organiser un 1<sup>er</sup> forum numérique des Seniors dont l'objectif était de familiariser les personnes âgées avec les outils numériques (lire encadré ci-contre).

À l'issue de ces deux années d'activités, le conseil des Seniors s'apprête à se lancer en septembre prochain dans un très beau projet qui vise à mettre en relation les habitants d'un même quartier en privilégiant la proximité, les affinités et la réciprocité des échanges. À suivre donc... /



▲ L'atelier "automates" du forum numérique des Seniors

## INTERGÉNÉRATIONS

## La colocation solidaire

**Le conseil des Seniors soutient depuis 2016 l'implantation sur Ramonville d'une initiative sociale et citoyenne innovante : le dispositif « une chambre contre une présence » de l'association Mieux Ensemble.**

Son principe ? Une personne âgée partage son logement avec un étudiant ou un jeune actif entre 18 et 35 ans en échange d'un loyer très modique, d'une présence rassurante et de quelques menus services.

« Nous mettons en relation le jeune et la personne âgée afin de constituer des binômes qui fonctionnent suivant les affinités de chacun et du niveau d'implication réciproque qu'ils souhaitent puis nous assurons le suivi de la relation afin que chacun y trouve son compte », explique Ghislaine Blanchard, coordinatrice du projet. Si le jeune peut choisir entre la « formule solidaire » – qui implique une présence plus régulière – et la « formule conviviale » qui demande moins d'engagement, il ne s'agit en aucun cas pour lui de se substituer aux différents services d'aide dont peut bénéficier une personne âgée (soins, ménage, repas, etc.).

Qu'il soit basé sur le désir d'égayer leur quotidien en renouant avec la jeunesse ou sur la recherche d'une alternative à la maison de retraite, l'intérêt des personnes âgées répond à celui de jeunes qui peinent à trouver un logement économique comme à celui de leurs parents, parfois inquiets de voir leur progéniture quitter le cocon familial.

« Au début, je ne voulais personne chez moi : je n'avais pas confiance », confie Maria Serra, 84 ans, installée à Ramonville depuis près de 60 ans, « mais à la suite de mes chutes, mes enfants voulaient que

je sois entourée ». Depuis, cette ancienne employée municipale d'origine andalouse, a renouvelé deux fois l'expérience de la cohabitation. Elle partage aujourd'hui son appartement de 80 m<sup>2</sup> avec Ornella, une étudiante de 19 ans, avec laquelle elle souhaite poursuivre l'aventure. « Cela m'a permis de rester chez moi, j'aime ma maison. Je suis un peu sauvage mais ici, on a chacune notre espace. Ornella est la bienvenue, elle est très sérieuse », conclut-elle avec un grand sourire. « Pour certains binômes, la relation est devenue fusionnelle, c'est le côté humain qui prime », conclut Mme Blanchard.

Sollicitée par le conseil des Seniors, la mairie a décidé de soutenir financièrement cette initiative à Ramonville en prenant en charge les 150 € de leur première adhésion à l'association. /

**1<sup>er</sup> FORUM NUMÉRIQUE DES SENIORS**

## Une rencontre cybergagnante

**Soutenu par le conseil des Seniors, le 1<sup>er</sup> forum numérique des Seniors de Ramonville, organisé par de jeunes passionnés de l'informatique en situation de handicap, s'adressait aux personnes âgées souhaitant se familiariser avec l'univers numérique d'aujourd'hui.**

Tout a commencé lorsque l'association Cyberdicap Multiservices, créée au printemps 2012, s'est lancée dans l'initiation informatique des seniors de Ramonville désireux d'utiliser les ordinateurs, tablettes et autres smartphones offerts par leurs proches.

Avec le temps, l'association a su diversifier ses compétences et attirer de nouveaux passionnés. L'activité prenant de l'ampleur, elle a proposé à quatre jeunes de réaliser un service civique dont le premier acte fut l'organisation et l'animation en mars dernier d'un forum numérique des Seniors à Ramonville avec le conseil des Seniors.

Les participants ont ainsi pu profiter d'une conférence sur les dangers d'Internet et d'ateliers pour être en mesure de surfer sur les sites des impôts, de la sécurité sociale, de la SNCF ou encore d'utiliser Skype et les automates de La Poste ou des supermarchés. /

**Contact :**  
[cyberdicap@gmail.com](mailto:cyberdicap@gmail.com)



PLUS D'INFOS

Contact : G. Blanchard  
06 95 01 09 47  
[www.mieuxensemble-toulouse.fr](http://www.mieuxensemble-toulouse.fr)

◀ Ghislaine Blanchard et Maria Serra