



Politique de la vieillesse

**Analyse de l'étude des besoins
réalisée auprès des seniors de
Bulle et La Tour-de-Trême en
automne 2019**

Politique de la vieillesse

Analyse de l'étude des besoins réalisée auprès des seniors de Bulle et La Tour-de-Trême en automne 2019

Réalisée par : La Commission Senior de la Ville de Bulle

Liste des membres :

- Mme Chantal PYTHOUD, Présidente et Conseillère communale
- Mme Eloïse GRANDJEAN, Vice-Présidente et membre du Conseil général
- Mme Carole FRITSCHI, membre, membre du Conseil général
- M. Christophe MONNEY, membre, membre du Conseil général
- Mme Marie-Claire PASQUIER, membre, membre du Conseil général
- M. Christian REPOND, membre libre
- Mme Stéphanie SEYDOUX, membre libre
- M. Pierre COTTIER, membre libre
- M. Pierre GEX, membre libre

Déléguée aux seniors : Mireille Niquille
Administration communale
Grand-Rue 7 – 1630 Bulle
mireille.niquille@bulle.ch
026/919.18.17

Date : juin 2020

Sommaire

1. Edito

2. Evaluation des besoins des seniors de 60 ans et plus de Bulle et La Tour-de-Trême

3. Conclusion



Edito

Message de la Présidente de la Commission Senior

A l'horizon 2035, le nombre de personnes âgées de plus de 65 ans devrait doubler, alors que le nombre de lits en EMS, prévu par la planification cantonale, devrait peu évoluer. D'un point de vue économique, c'est assez évident, mais il s'agit aussi de tenir compte du désir des seniors qui, majoritairement, souhaitent rester à domicile.

Comment se préparer à cette évolution ? Comment favoriser l'autonomie des seniors afin de leur permettre de vivre le plus longtemps possible à domicile ?

Le comité directeur du RSSG a initié un groupe de travail afin de répondre à ces questions.

J'ai présidé ce groupe de travail, composé de représentants des communes du district et de spécialistes des différents domaines en lien avec l'accompagnement des personnes âgées.

Il s'agissait de soutenir les communes du district afin de répondre à l'exigence de la Loi sur les seniors d'élaborer un concept communal en faveur des seniors, définissant les mesures à mettre en œuvre pour atteindre les objectifs de cette loi : l'intégration des seniors dans la société, la reconnaissance de leurs besoins et leurs compétences et le maintien de leur autonomie.

Dans un premier temps, nous avons identifié les différents domaines d'intervention prioritaires :

1. Infrastructures, habitat et services
2. Accompagnement social
3. Vie associative et communautaire
4. Information et communication
5. Développement personnel

Dans un deuxième temps, nous avons défini un processus à mettre en œuvre au niveau de chaque commune :

1. Création d'une Commission Senior communale
2. Recensement des prestations existantes
3. Diagnostic avec une étude des besoins
4. Plan de mesures

Afin de soutenir la Commission Senior pour toutes ces démarches, le Conseil communal a créé un poste de déléguée aux seniors à 60%, fonction assumée par Madame Mireille Niquille. Pour l'étude des besoins, un questionnaire a été proposé à l'ensemble des citoyens bullois âgés de 60 ans et plus.

Une rencontre participative appelée "World Café Seniors" avec une soixantaine de participants le 29 février 2020 nous a permis d'affiner notre diagnostic.

L'analyse des résultats ci-après devrait permettre à notre commune de disposer des premières indications en vue de définir les mesures prioritaires à mettre en place dans le cadre du concept communal bullois en faveur des personnes âgées.

Chantal Pythoud,

Conseillère communale en charge du dicastère Santé et Affaires sociales

Evaluation des besoins de la population des 60 ans et plus à Bulle et La Tour-de-Trême

Synthèse des questionnaires retournés

En préambule :

4431 questionnaires envoyés	1916 questionnaires retournés	Taux de retour : 43%
59% de femmes	Age médian : 72 ans	41% d'hommes

Introduction :

Dans un premier temps, il est important de rappeler que les réalités vécues par les seniors sont multiples, tant du point de vue de l'âge que des conditions sociales et sanitaires. Ainsi, les réponses à apporter le seront également.

La moyenne d'âge des personnes ayant répondu est relativement jeune : 72 ans.

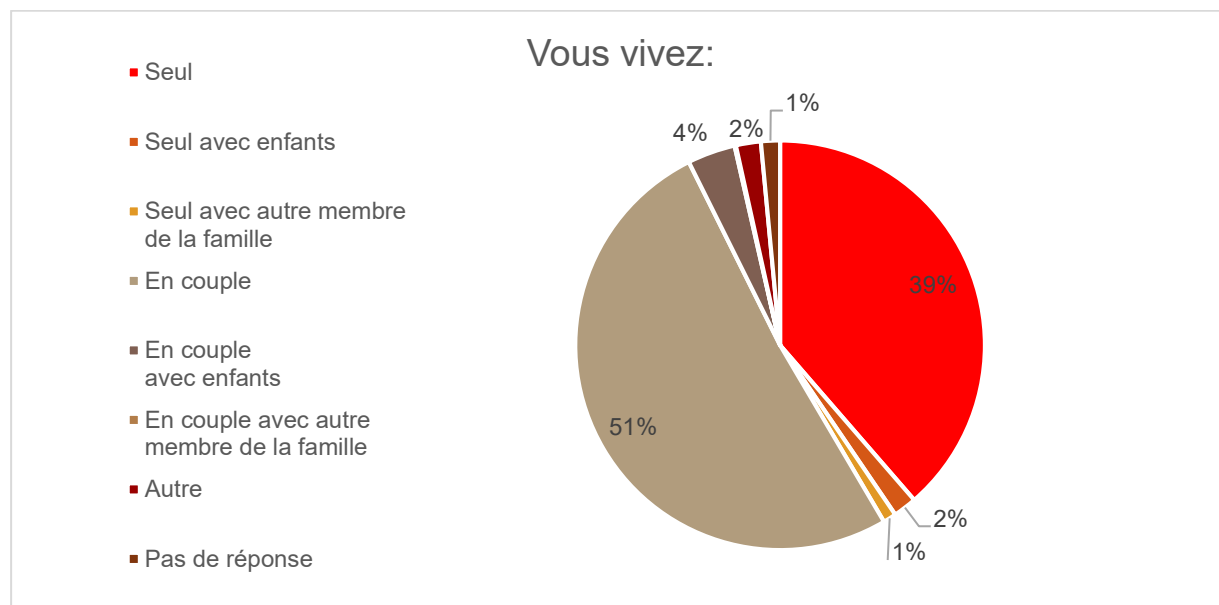
Nous devons garder à l'esprit que l'objectif de notre politique vieillesse est de pouvoir favoriser le maintien des personnes à domicile. D'un côté, il faut que les seniors restent en bonne santé physique et psychique le plus longtemps possible. De l'autre, il faut que les personnes ayant des problèmes de santé, de mobilité, puissent obtenir le soutien dont elles ont besoin.

Même si ce n'est pas une règle absolue, la majorité des personnes très âgées sont plus ou moins atteintes dans leur santé.

Afin de rendre plus fluide la lecture de cette analyse, nous avons volontairement utilisé le genre masculin pour les textes.

Question 1 : Vivez-vous seul ou accompagné ? Profil type des seniors de Bulle et La Tour-de-Trême :

La moitié des seniors ayant répondu au questionnaire vivent en couple (51%), plus d'un tiers vivent seuls (39%). Le 10% restant partage son habitat avec un membre de la famille ou une tierce personne.



Le fait de vivre seul augmente logiquement le risque de se sentir seul.

Plus d'un tiers des seniors vivent seuls, en cas d'atteinte de leur santé physique ou psychique, la situation peut s'avérer très problématique.

Evidemment, on peut vivre seul et ne pas se sentir isolé ou vivre en couple et souffrir de solitude. Les relations sociales avec des personnes extérieures au ménage sont particulièrement importantes au temps de la vieillesse.

Si l'isolement est plutôt un sentiment, certains faits objectifs peuvent toutefois accentuer cette impression. La capacité de se mouvoir facilement ou non est un facteur aggravant du sentiment d'isolement.

En vieillissant, beaucoup de personnes voient leurs réseaux de sociabilité s'affaiblir, perturbant ainsi leurs repères et leur rythme de vie.

Les raisons de cet isolement sont multiples :

- La perte d'autonomie
- La maladie
- La mort du conjoint
- L'éloignement géographique de la famille ou l'absence de famille
- La perte du réseau d'amis
- La peur de devenir un fardeau
- La peur de sortir et de tomber
- La pauvreté

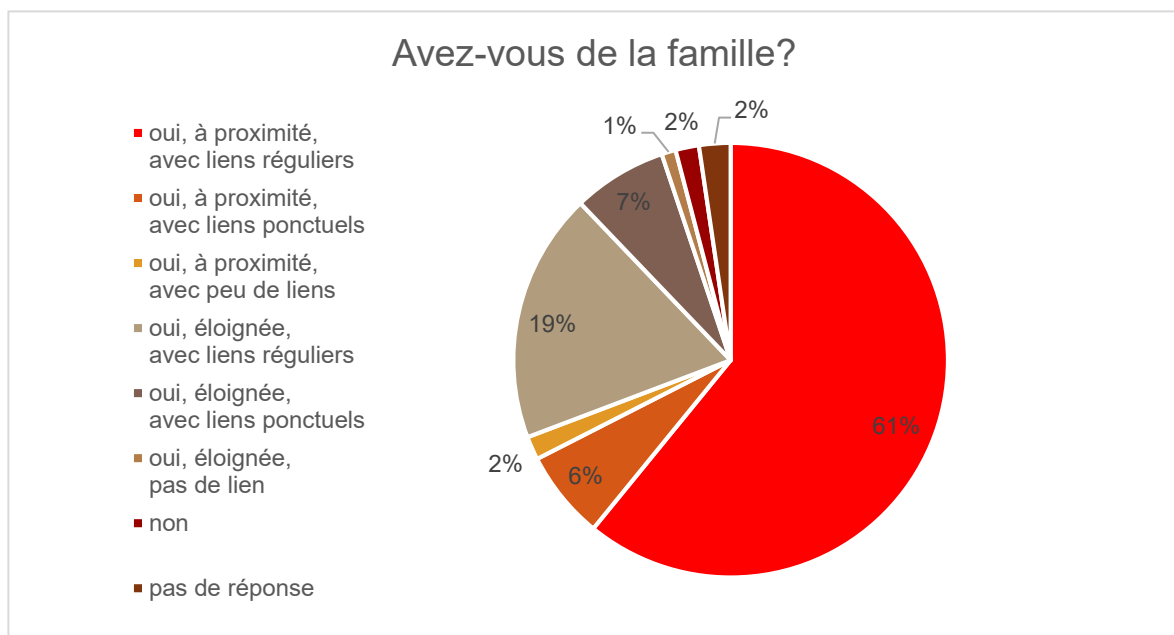
En résumé : l'isolement peut toucher le cercle familial, le cercle amical et le voisinage, jusqu'au cumul des trois cercles.

Pour une personne âgée, le fait d'être isolée et de se sentir seule peut entraîner de lourdes conséquences, comme la dégradation de son état physique et mental, la hausse du stress et de l'anxiété, les troubles du sommeil, la dépression, les pensées suicidaires, etc. Les personnes âgées vivant seules se sentent moins en bonne santé que les personnes socialement bien intégrées.

→ L'isolement des personnes âgées est malheureusement une réalité pour une part des seniors ayant répondu au questionnaire. Il conviendra de trouver des réponses pour diminuer cet état de fait.

Question 2 : avez-vous de la famille à proximité ?

Largement plus de la moitié des seniors ayant répondu au questionnaire ont de la famille à proximité et ont des contacts réguliers avec cette dernière (61%). Les seniors n'évoquant aucune famille sont très rares à Bulle.



Toutefois, pour un quart des seniors, la famille est éloignée. On comprend qu'en cas de besoin accru, dans ces situations d'éloignement, la famille ne pourra vraisemblablement pas jouer un rôle majeur. Un petit quart supplémentaire semble ne pas pouvoir s'appuyer sur la famille en cas de coup dur, la famille n'apportant pas d'aide significative au quotidien.

Les situations familiales sont en pleine mutation. Les femmes travaillent, elles ne sont plus aussi disponibles que par le passé pour apporter l'aide nécessaire à leurs parents et beaux-parents. Avec la longévité, la période pendant laquelle une personne âgée a besoin d'aide pour effectuer ses tâches quotidiennes ne cesse de s'allonger.

Il faut ajouter à cela le fait que les biographies familiales sont devenues bien plus complexes que par le passé : les familles sont souvent recomposées et il est de plus en plus rare qu'une

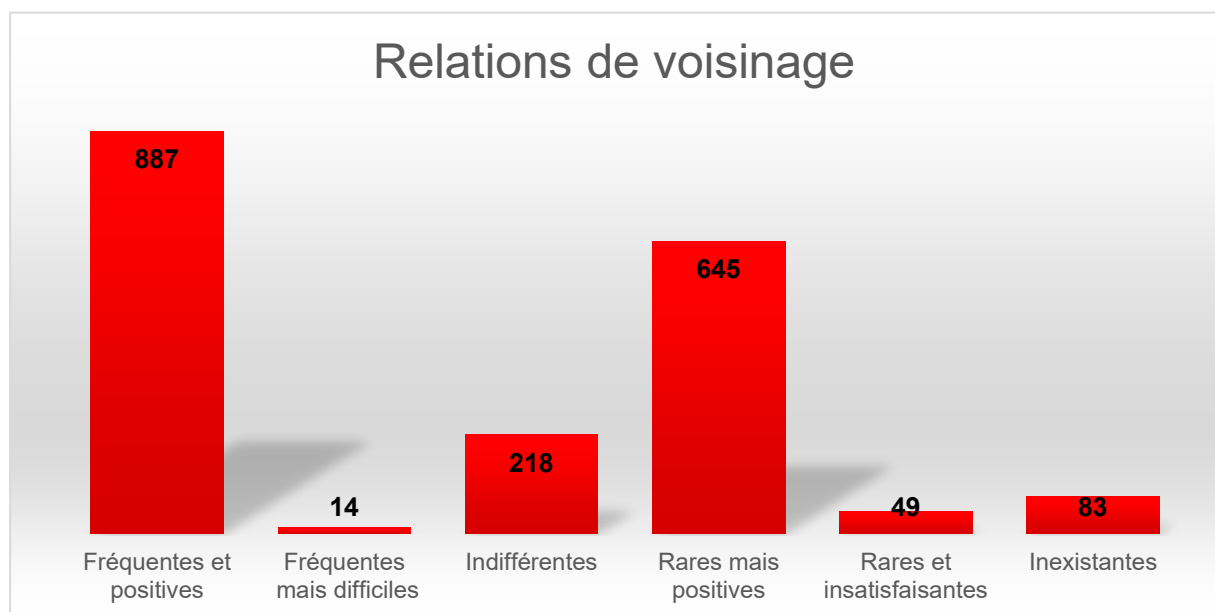
personne naiss, vive et meure au même endroit. Cette fragmentation des liens et des lieux complique, pour les proches, les manières d'apporter de l'aide.

→ La famille joue un rôle majeur dans le soutien des seniors. Si elle n'est pas ou peu disponible, des solutions d'aides doivent être développées.

Question 3 : Quelles sont vos relations avec le voisinage ?

Prêt de la moitié des seniors (46%) ayant répondu au questionnaire bénéficie de relations de voisinage fréquentes et positives. Pour l'autre moitié, les relations de voisinage sont rares, plus souvent positives qu'insatisfaisantes.

Les relations de voisinage sont essentielles pour les petits services du quotidien, or ces relations sont peu présentes pour près de la moitié des personnes interrogées. Ces voisins sont également très importants pour lancer les alertes en cas de difficultés particulières. Le voisin reste souvent, pour des personnes âgées de moins en moins mobiles et autonomes, le contact de confiance qui peut dépanner, rassurer, être là en cas de problème et dont la présence peut aider à contribuer au maintien à domicile. Nous comprenons donc l'importance des relations de voisinage pour les seniors.

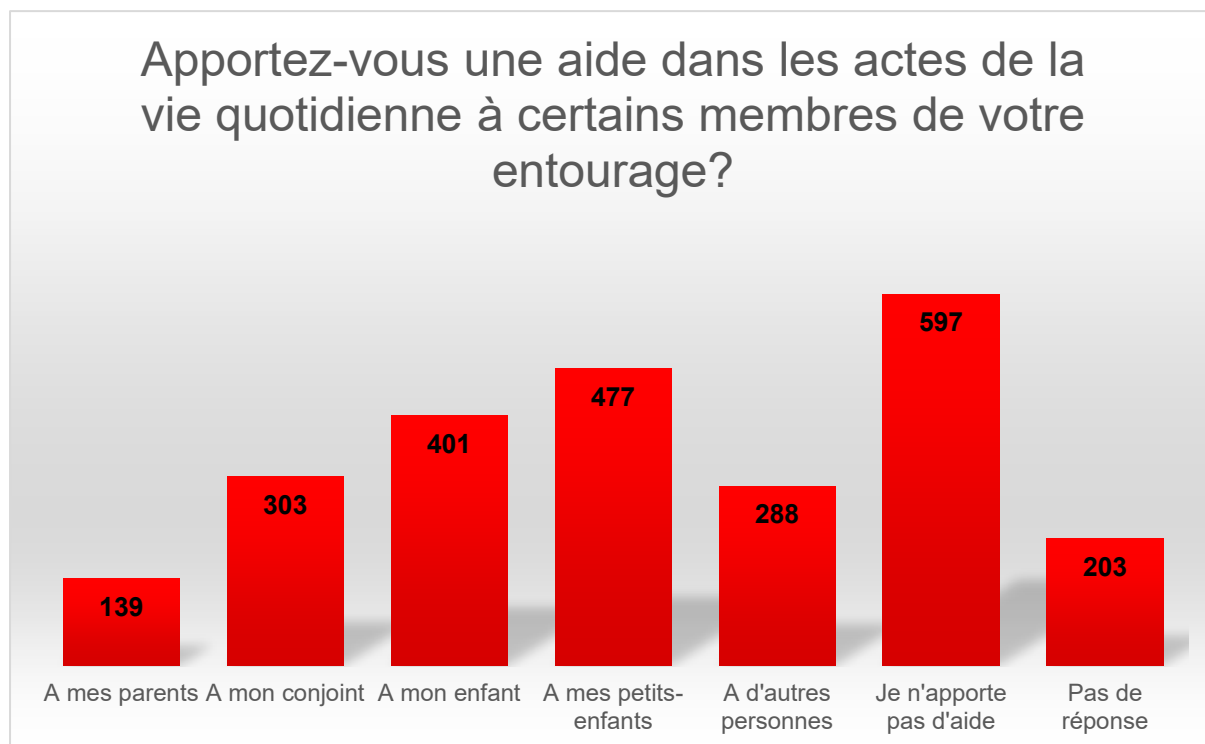


→ Les voisins pourraient devenir des acteurs essentiels soutenant le maintien à domicile. Il faut multiplier les occasions de rencontre, de partage afin de créer ces liens sociaux de voisinage.

Question 4 : Apportez-vous de l'aide à des personnes de votre entourage ?

Les seniors ayant répondu au questionnaire apportent une aide régulière à leur entourage : 7% à leurs parents, 16% à leur conjoint, 21% à leurs enfants et 25% à leurs petits-enfants, 15% à d'autres personnes.

31% des seniors ayant répondu au questionnaire affirment n'apporter aucune aide.



Il convient de casser l'image d'une vieillesse dépendante, bien au contraire, la majorité des seniors apporte des soutiens réguliers à leur entourage. En sociologie, les seniors sont parfois appelés : "génération pivot" ou "génération sandwich" pour imager leurs liens de solidarité, tant envers leurs enfants et leurs petits-enfants qu'envers leurs propres parents (souvent en perte d'autonomie).

L'invisibilité des contributions des seniors est sans doute due au fait qu'une grande part des services rendus par les retraités au quotidien s'effectuent au sein des familles. De la garde des petits-enfants à la fonction de "proche aidant", leurs activités se situent loin de toute reconnaissance sociale ou économique.

De façon générale, l'implication plus importante des grands-parents et la valorisation sociale de ce rôle se renforcent mutuellement. Les grands-parents disposent souvent de ressources pour aider leurs enfants et sont généralement en bonne condition physique.

→ Les échanges entre les générations sont souvent peu visibles alors qu'ils sont très nombreux. Les seniors apportent plus d'aide qu'ils n'en reçoivent.

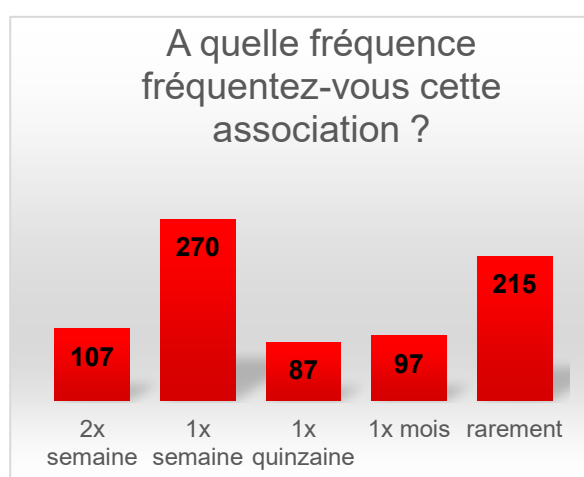
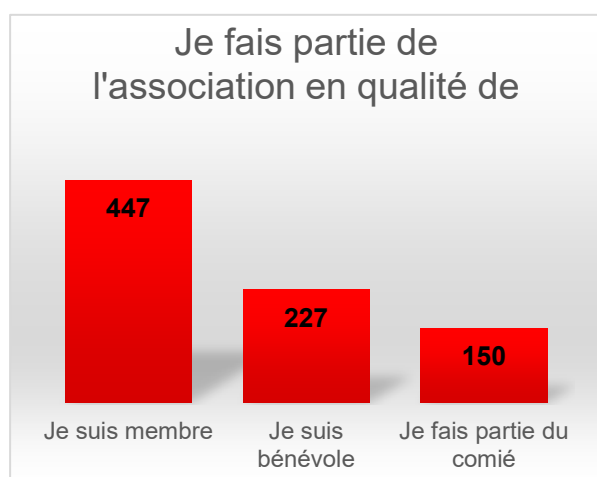
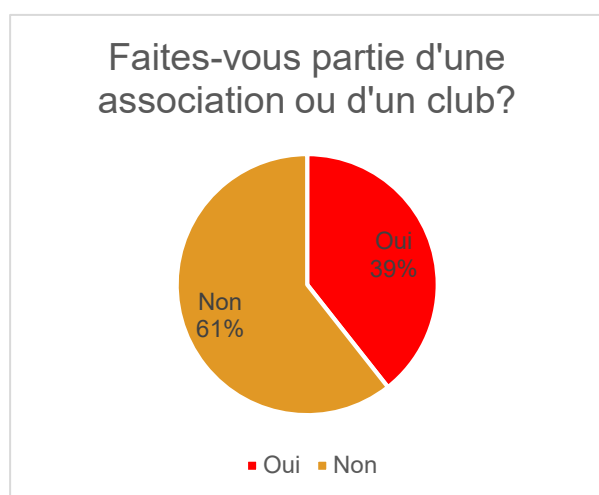
Question 5 : Faites-vous partie d'une association ?

Un peu plus du tiers des seniors ayant répondu au questionnaire sont insérés dans la vie associative (39%) s'exerçant pour la plupart dans la commune. C'est surtout dans les aspects d'un engagement de type communautaire que naît le sentiment de rester utile.

Un des enjeux pour notre société sera d'intégrer les ressortissants étrangers dans notre système associatif, notre lien social en dépend.

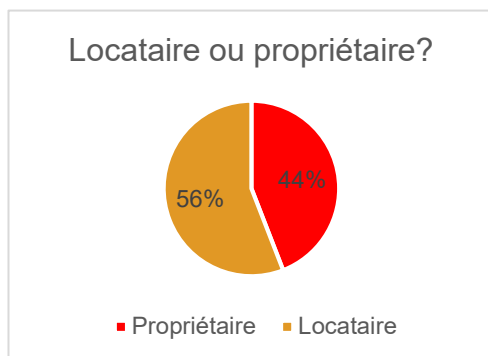
Lorsque l'on parle de participation à la vie associative, nous pouvons penser aux bénévoles qui consacrent du temps comme travail non rémunéré. Pour notre population interrogée, bon nombre de participations associatives doivent être rangées du côté des usagers des associations, qu'elles soient sportives, culturelles ou de loisirs. Il faut mentionner également des adhérents qui, au travers de leur engagement, visent à promouvoir une cause ou à défendre des droits.

→ La vie associative est une clé pour lutter contre l'isolement et la non-reconnaissance.



Question 6 : a) Etes-vous propriétaire ou locataire de votre logement ?

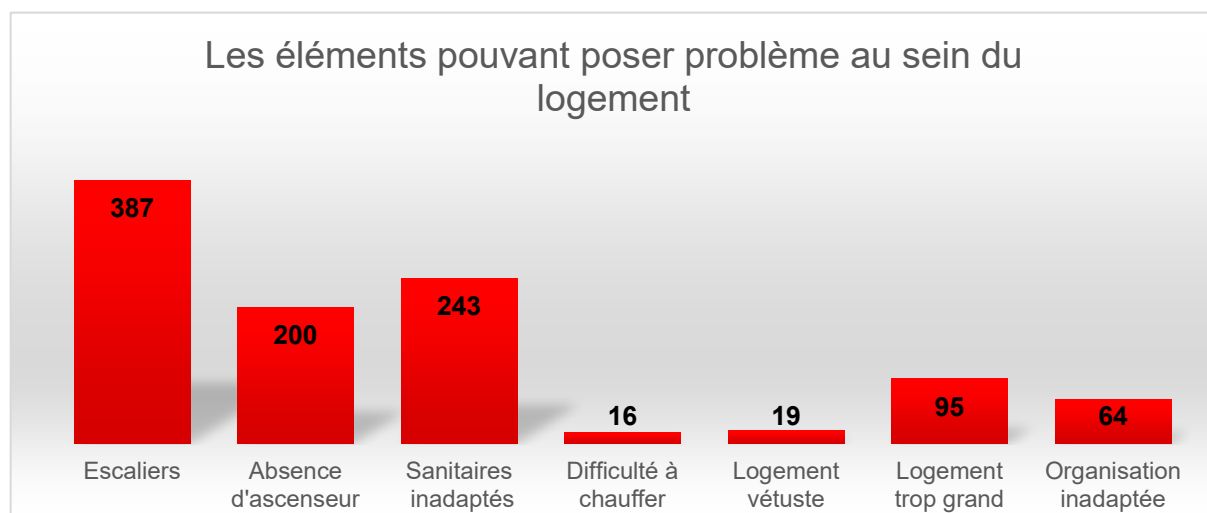
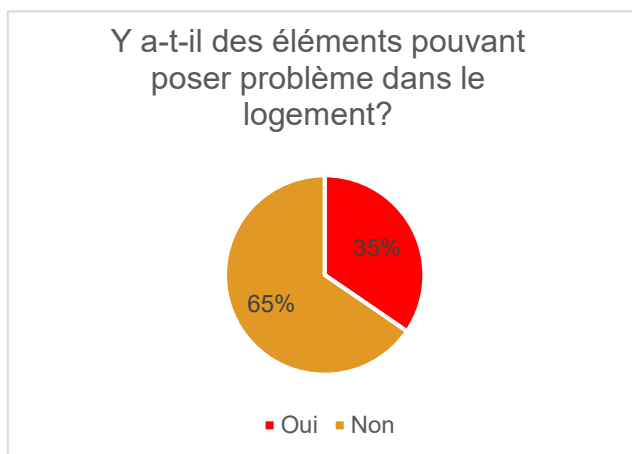
44% des seniors ayant répondu au questionnaire sont propriétaires de leur logement et 56% sont locataires.



Question 6 : b) Y a-t-il des éléments pouvant poser problème dans votre logement ?

35% des seniors ayant répondu au questionnaire évoquent des problèmes potentiels liés à leur lieu d'habitation.

Les escaliers, les sanitaires inadaptés et l'absence d'ascenseur sont les trois facteurs principaux de soucis liés à l'habitation. Les problèmes liés à l'entretien extérieur sont souvent évoqués dans la rubrique des questions libres. Certaines activités d'entretien (taille des haies...) semblent trop onéreuses pour être réalisées par des professionnels.



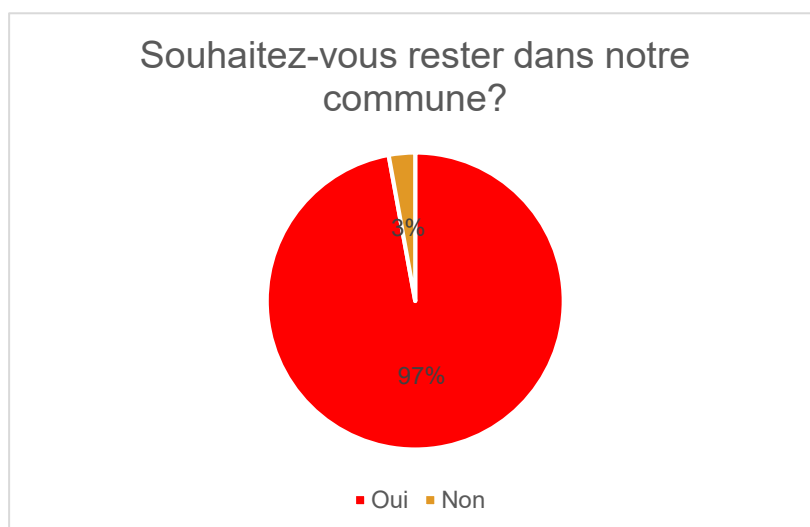
Plutôt que d'envisager des transformations lourdes dans un appartement ou une maison, les seniors envisagent plutôt des déménagements vers des lieux plus adaptés.

Les personnes âgées qui considèrent que leur logement n'est pas adapté sont, en général, celles qui ont les revenus les plus faibles. Celles qui ont des revenus modestes ont des budgets serrés et l'adaptation du logement est un poste de dépenses qui n'est ni prioritaire, ni accessible. C'est vraisemblablement une raison de l'échec depuis plusieurs années de la filière des acteurs de la Silver Economy dont les produits technologiques aux prix élevés n'arrivent toujours pas à trouver leur public. Il convient de relever qu'une longue durée d'habitation a pour avantage que l'on est familiarisé avec le logement et son environnement, ce qui favorise généralement l'intégration sociale dans le voisinage, le quartier. En outre, lorsque l'on habite depuis longtemps dans un logement, on profite de loyers inférieurs à ceux qui peuvent être demandés dans un nouveau locatif. Par contre, les adaptations du logement aux besoins des personnes âgées risquent d'être refusées par le propriétaire.

→ Les seniors ont conscience que les escaliers, les sanitaires inadaptés et l'absence d'ascenseur posent problème en vieillissant.

Question 7 : Souhaitez-vous rester dans notre commune?

97% des seniors ayant répondu au questionnaire désirent rester à Bulle et La Tour-de-Trême. Peu évoquent des départs à l'étranger ou un rapprochement familial. La grande majorité des personnes âgées éprouve un fort attachement à son environnement résidentiel actuel. D'où le fait qu'elles souhaitent demeurer le plus longtemps possible dans le logement qu'elles occupent actuellement. Elles envisagent tout au plus d'emménager dans un autre logement situé dans la commune.



Une relation étroite avec l'espace local se crée : le quartier, les voisins, les petits commerçants, etc. Ces lieux deviennent des générateurs de lien social et permettent de lutter contre l'isolement.

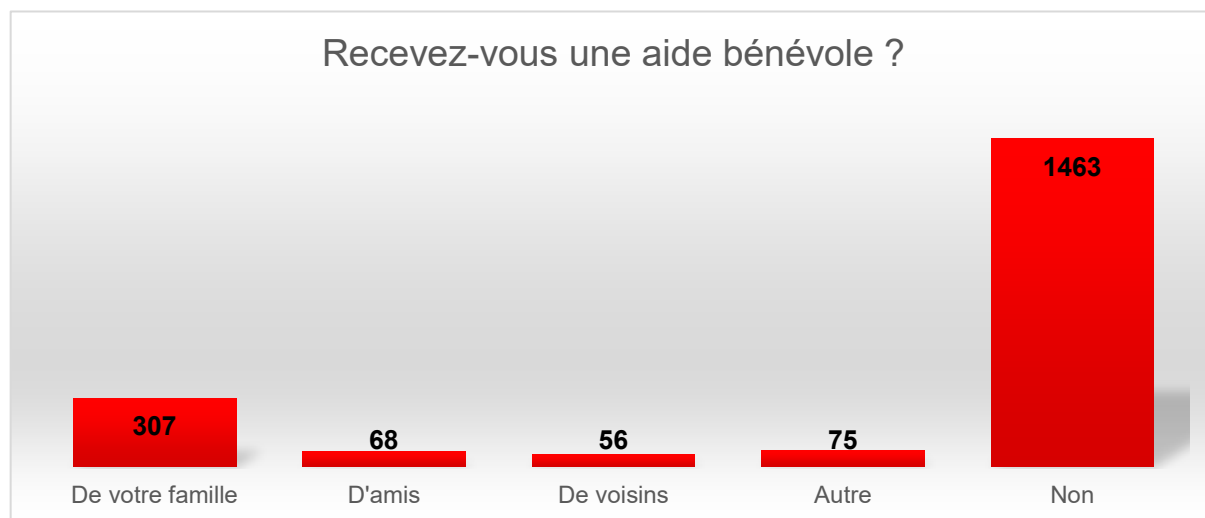
Certaines personnes âgées se trouvant éloignées, voire exclues des services ordinaires (commerces, cafés, banques, médecins...), leur logement se transforme alors en prison. Lorsque l'autonomie diminue, la capacité à se déplacer se limite en moyenne à 500m de circonférence autour de son logement

→ La quasi-unanimité des seniors désirent rester dans notre commune.

Question 8 : Bénéficiez-vous d'une aide bénévole ?

Pour rappel, les seniors apportent plus d'aide qu'ils n'en reçoivent. 76% affirment ne recevoir aucune aide informelle (famille, amis et voisins).

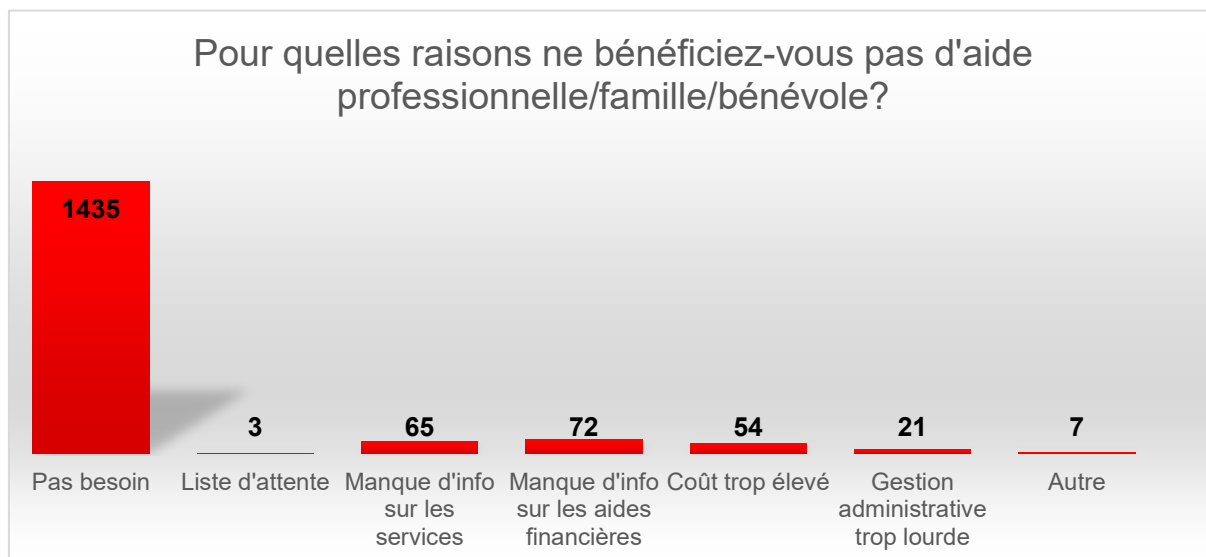
Pour ceux qui reçoivent de l'aide informelle, elle est très majoritairement apportée par la famille. Les voisins, les amis et autres n'apportent individuellement que peu d'aide. Toutefois, cumulées, ces aides représentent la moitié de l'aide apportée par la famille. L'importance de l'entourage hors famille est donc tout sauf négligeable.



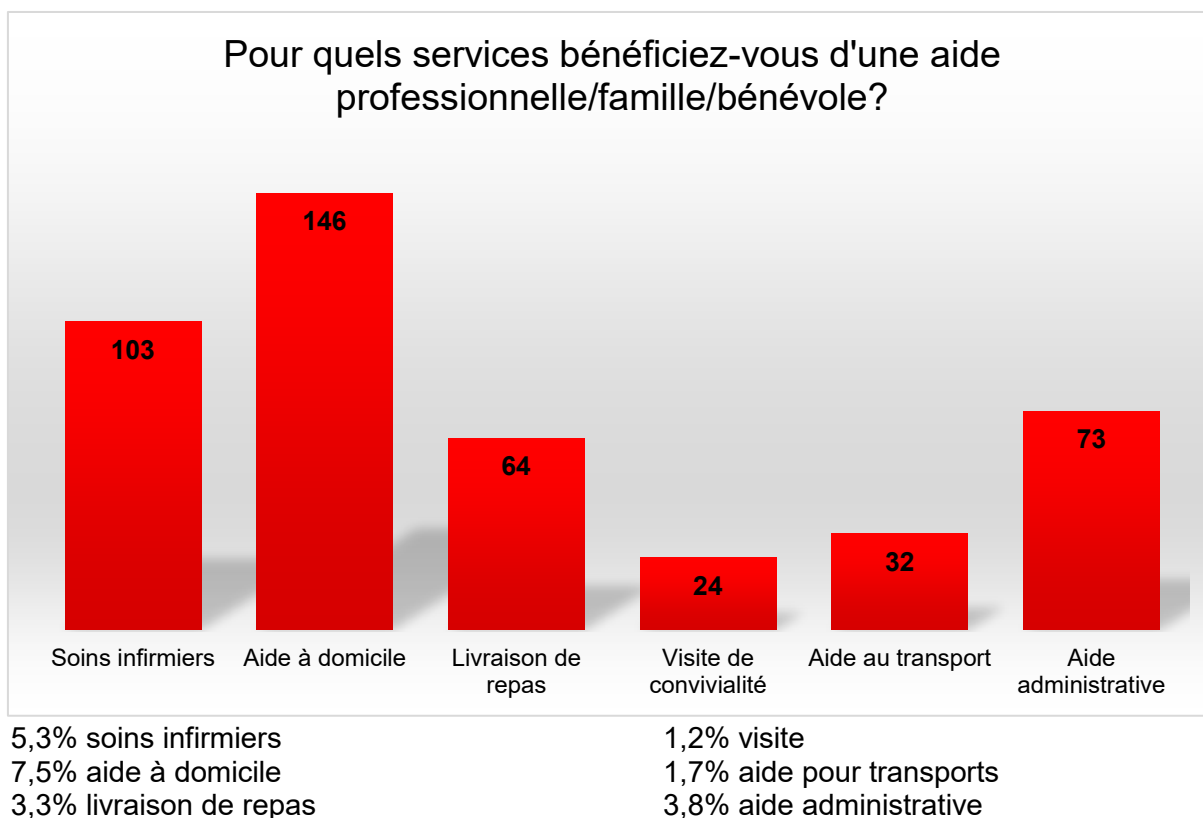
→ Seuls 24% bénéficient d'une aide bénévole fournie par la famille, les amis, les voisins et autres personnes.

Question 9 : Bénéficiez-vous d'une aide professionnelle ?

85% des personnes ayant répondu au questionnaire ne bénéficient pas d'aide professionnelle. 75% disent n'avoir aucun besoin. 7% manquent d'information, 3% évoquent des raisons financières.



Pour le cas de l'aide à domicile, la famille est souvent mobilisée lors de l'apparition des premiers besoins, cela semble faciliter ensuite les demandes vers des organismes professionnels lorsque les besoins augmentent. Si les services d'aide et de soins à domicile "sont redoutés" en situation de non-recours, par crainte de se sentir limité dans sa propre liberté et intimité et, plus généralement, par la volonté de résister à la dépendance, ces derniers finissent généralement par être intégrés lorsque, à la suite de nouvelles contraintes, d'autres besoins surgissent. Qu'ils fournissent des aides domestiques ou des soins personnels, ils sont alors acceptés comme une façon de garder une emprise sur son univers le plus quotidien. Un sentiment de soulagement, voire de protection, peut accompagner cette sensation lorsqu'on reconnaît dans ces intervenants l'assurance d'une présence régulière et d'une compétence au moment où de nouvelles nécessités pourraient surgir.

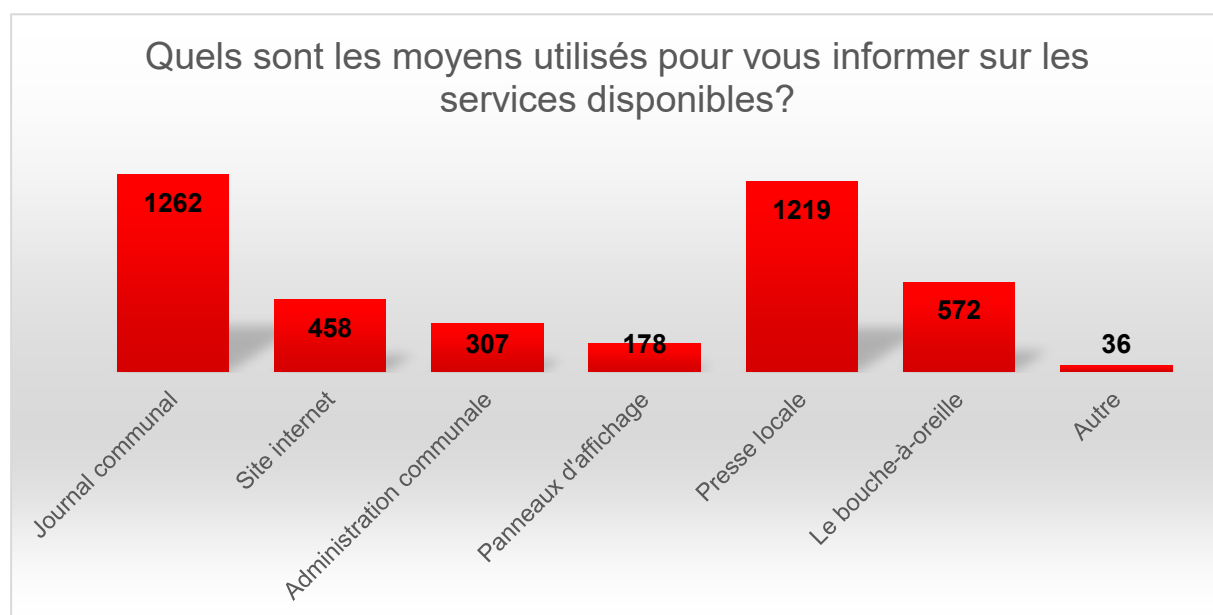


→ L'âge influence ce résultat. Les besoins augmentent en vieillissant. Certaines personnes renoncent à faire recours à ces services pour des raisons de coût ou de manque d'information.

Question 10 : Quels sont les moyens utilisés pour vous informer sur les services disponibles? (cumul possible)

Incontestablement, le journal communal et la presse locale sont les principaux moyens d'information pour les seniors. Les sites internet, l'administration communale et le bouche-à-oreille complètent pour des parts similaires l'information à disposition des seniors.

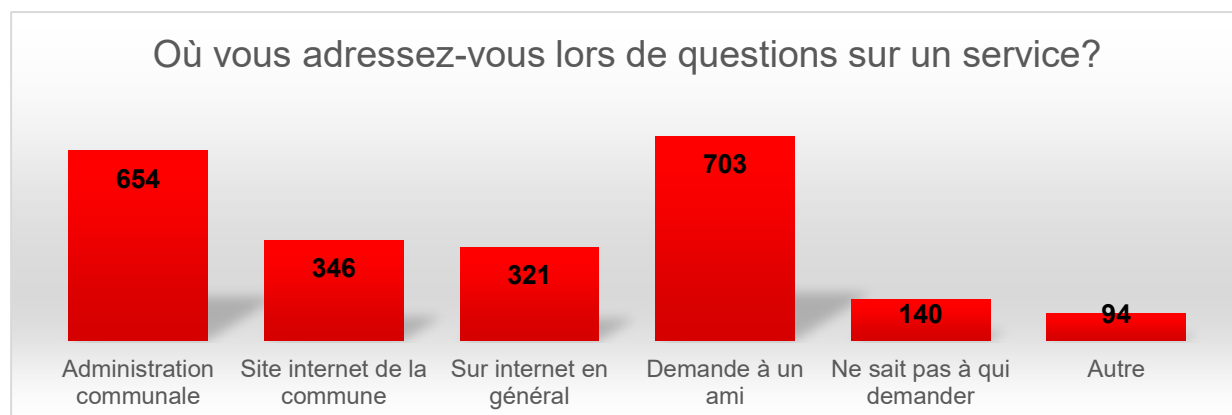
Internet n'est utilisé pour s'informer que par 24% des seniors. Ce taux est faible, il va probablement évoluer ces prochaines années. Pour l'heure, il sera important de privilégier des moyens adaptés pour la diffusion de l'information : journaux communaux et presse locale. Internet ne venant qu'en appui des moyens classiques de communication.



→ L'information est un enjeu fondamental pour les seniors. La presse locale et le journal communal y jouent un rôle prépondérant.

Question 11 : Où vous adressez-vous en cas de question ?

L'administration communale (34%) et les amis (36%) sont majoritairement sollicités lorsqu'un senior a une question à poser. Encore une fois, internet est relativement peu utilisé (18%) pour trouver des réponses. L'information est d'abord un enjeu de proximité.



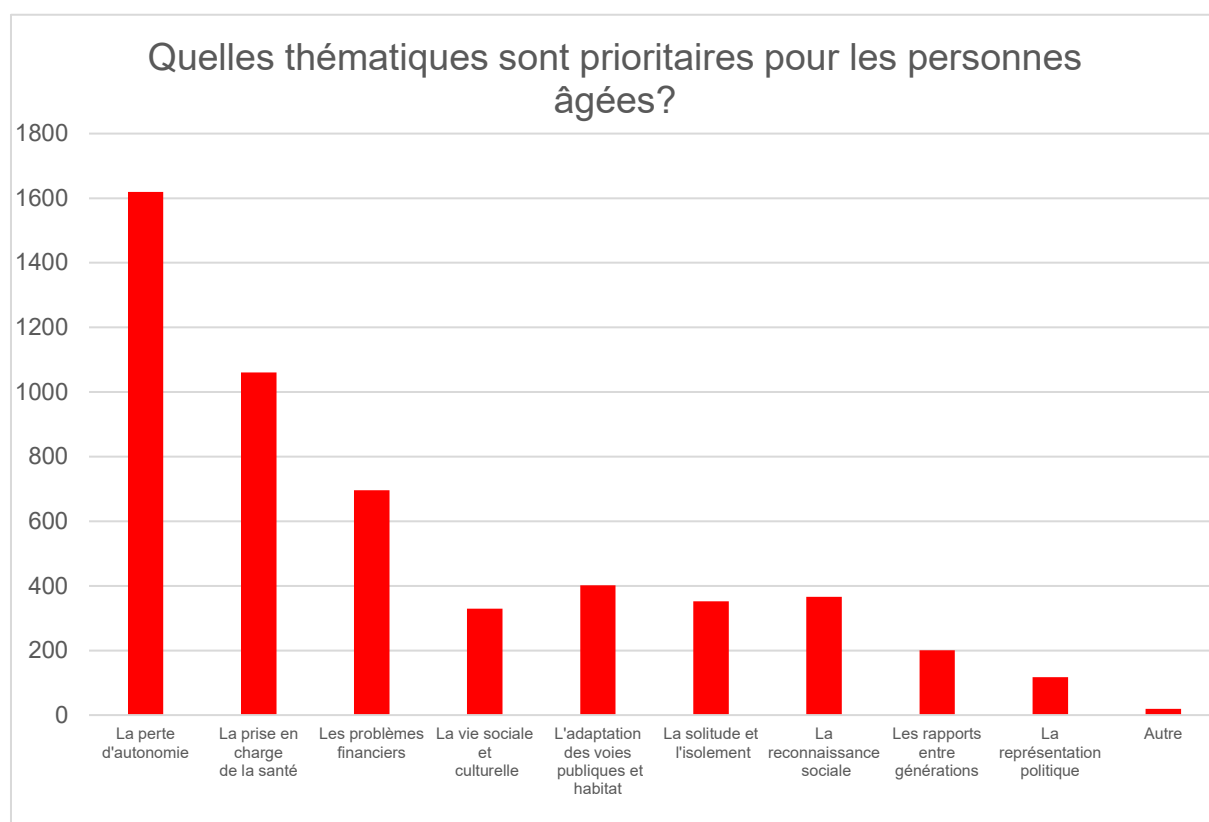
Le rôle de l'administration communale est donc particulièrement important.

L'aide à l'orientation peut être fournie de diverses manières. Les pages internet et les brochures présentent par exemple une vue d'ensemble des offres à disposition. Dans la pratique, il s'avère toutefois que ce genre de catalogue d'offres ne suffit pas à assurer que les intéressés solliciteront ces prestations ou en bénéficieront. Hormis l'information, des conseils sont nécessaires, car les personnes âgées vulnérables et leurs proches ne disposent souvent pas des ressources nécessaires pour pouvoir formuler clairement leur besoin de soutien et organiser ensuite eux-mêmes les prestations adéquates.

→ L'administration communale tient un rôle prépondérant. Les seniors ont besoin de rencontrer une personne lorsqu'ils ont des questions à poser. Le site internet de la commune est aussi consulté.

Question 12 : Quelles thématiques sont prioritaires pour les personnes âgées?

Le maintien de l'autonomie suivi de la prise en charge de la santé sont les deux thématiques prioritaires selon les seniors ayant répondu au questionnaire.



La question des "problèmes financiers" arrive en troisième position. Malgré l'extension de la prévoyance vieillesse, plus d'un cinquième des retraités sont encore considérés comme menacés de pauvreté.

En l'occurrence, avant de recevoir des prestations complémentaires à l'AVS, le revenu de leur ménage est inférieur de 60% au revenu moyen de la population.

→ La perte d'autonomie (83%) est le souci principal. La prise en charge de la santé demande à être assurée. Plus d'un tiers des seniors sont confrontés à des problèmes financiers. La précarité économique est une réalité pour une partie d'entre eux ayant répondu au questionnaire.

Réponses libres et World Café

Etes-vous intéressé à offrir une aide, un service, une prestation bénévole ?

Beaucoup de seniors se disent prêts et/ou intéressés à effectuer du bénévolat. Pour rappel, environ 70% des seniors apportent régulièrement de l'aide. Toutefois, moins de la moitié des seniors participent à une association et/ou font du bénévolat. Une amélioration de l'information et une incitation à exercer du bénévolat ainsi que sa coordination seraient bienvenues. Les avantages du bénévolat sont multiples : maintien du lien social, ouverture d'esprit, sociabilité, activité physique, sentiment d'être utile aux autres.

Aider les autres, c'est aussi un moyen d'augmenter son espérance de vie et de se sentir mieux. L'enjeu des politiques sociales des prochaines années sera de s'adresser à cette population afin de la maintenir en bonne santé et en capacité de soutenir d'autres générations ou leur conjoint. Ce rôle de proche aidant est à soutenir, en ayant soin d'éviter l'épuisement de cette génération pivot. Les dispositifs de relais (courts séjours, foyers de jour, infirmière à domicile 24h/24...) sont d'une importance capitale pour éviter l'épuisement de cette génération.

La promotion de visites à domicile peut amener des moments de répit, a minima de reconnaissance, lors de journées harassantes et invisibles pour le reste de la société. Il faut absolument vaincre ce sentiment d'isolement et de non-reconnaissance. La question de la formation des bénévoles ne doit toutefois pas être éludée. Il sera important de pouvoir s'appuyer sur des associations reconnues et formatrices.

Qu'attendez-vous de la commune ou des collectivités publiques pour votre avenir ?

Avez-vous des propositions d'actions, d'évènements, de services à destination des personnes âgées ?

Plus de 600 personnes ont répondu à ces deux questions que nous avons choisi de réunir pour simplifier l'inventaire des propositions.

Nous avons réparti par thèmes les mesures proposées et nous les avons quantifiées (cf. annexe).

A la fin du questionnaire, il était proposé aux seniors intéressés de s'inscrire pour participer à une rencontre participative.

Le 29 février 2020, le premier « World Café Seniors » a eu pour objectif de sélectionner et prioriser ces mesures. Plus de 50 personnes y ont pris part.

Nous reprenons ci-après les thématiques telles qu'elles seront présentées dans le concept communal en faveur des seniors.

LES INFRASTRUCTURES - L'HABITAT - LES SERVICES

LES INFRASTRUCTURES

- Un nombre important souhaite davantage d'espaces verts et aussi qu'ils soient accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les demandes de stopper les constructions et le bétonnage sont récurrentes.
- D'une manière générale, les seniors ne se sentent pas en sécurité lors de leurs déplacements à pied. La présence des vélos et de trottinettes sur les trottoirs en est la cause principale. La présence de trous ou de racines s'avère dangereuse, ainsi que le manque de déneigement. Quelques seniors appellent également de leurs vœux la création de zones 30 km/h. Les pistes cyclables devraient être améliorées.
- Des bancs manquent à la Grand-Rue et à la rue de Vevey, sur les chemins à mobilité douce et surtout aux arrêts de bus. Ils ne devraient pas être en métal, car brûlants en été et glacés en hiver.
- Un foyer de jour est souhaité afin de soulager les proches aidants et pallier l'isolement.
- Nombreux sont ceux qui demandent des mesures pour lutter contre le bruit de la circulation routière, le tapage nocturne et les incivilités.

L'HABITAT

- Un très grand nombre de seniors demandent des appartements adaptés à des loyers abordables, certains avec conciergerie sociale. Le coût est un point crucial. Les seniors restent dans leurs appartements faute de trouver un logement adapté au même coût. Souvent, une chute, une perte de mobilité rendent le retour ou le maintien à domicile impossible et induit une entrée en EMS. Les conseils d'ergothérapeutes et des conférences sur les possibilités d'adaptation seraient profitables afin d'éviter l'inéluctable.

LES SERVICES

- Le développement de l'offre des transports publics et plus particulièrement de Mobul est attendu, notamment pour desservir le Foyer de Bouleyres, le stade, le quartier des Granges et les quartiers non desservis. La gratuité est souhaitée ou au moins un tarif AVS, ou des plages horaires gratuites AVS. L'augmentation de la durée de validité du billet permettrait aussi une économie.
- Le développement de l'offre de transports tels que PassePartout, déjà très occupé, serait utile pour les personnes à mobilité réduite.
- Services d'aide : une aide générale afin de garantir l'autonomie est souhaitée (aide pour les courses, le ménage, etc.). L'éloignement des moloks pose problème, de même que la déchetterie pour ceux qui n'ont pas de véhicule. Un service de ramassage des déchets serait bienvenu.

- L'aide administrative est importante pour les différentes démarches, mais en particulier pour les demandes de prestations complémentaires. Pour information, en Suisse, entre 30 et 50% des seniors ayant droit aux prestations complémentaires à l'AVS n'en font pas la demande. Ce non-recours est souvent expliqué par la honte et la difficulté à remplir les formulaires administratifs, ce qui prouve par-là l'importance de l'Agence AVS pour ce soutien administratif aux aînés en collaboration avec la déléguée aux seniors.

L'ACCOMPAGNEMENT SOCIAL

- Les visites à domicile ou/et des contacts téléphoniques sont souhaités. Ce lien social permet d'éviter l'isolement et la solitude et offre un soutien important aux proches aidants.

LA VIE ASSOCIATIVE ET COMMUNAUTAIRE

- Des activités physiques et culturelles devraient être développées afin de rompre la solitude et favoriser la création de liens sociaux.
- La mise en place de projets intergénérationnels est plébiscitée, permettant aux aînés un renforcement du lien social, le partage de moments conviviaux et l'enrichissement de la personne par la transmission des souvenirs ou des passions. Ces échanges valorisent les seniors et leur procurent un sentiment de joie.
- Des lieux de rencontre dans les différents quartiers, un centre de loisirs, l'organisation de repas de retraités et de café-partage devraient être mis sur pied.
- Les seniors appellent à ce qu'on leur témoigne du respect, de la reconnaissance, qu'on les traite avec égard et tolérance et qu'on leur donne le droit à la parole.
- Réservation de places assises lors de manifestations.
- Certains seniors ont souhaité la création de groupes d'entraide de type Système d'échange local (SEL). Il faut rappeler l'importance symbolique de l'échange dans une relation de type SEL : l'aide va dans les deux sens. Les compétences de la personne âgée sont échangées contre des services. La mise en place d'un SEL est toutefois difficile à pérenniser (pour rappel, dans les années 2010, il y en avait trois en Gruyère, contre un seul aujourd'hui). Seul un quart des seniors utilisent internet, mais cette part devrait augmenter progressivement. Ce dispositif pourrait être mis en place de façon accessible dans le cadre du futur local seniors.

L'INFORMATION ET LA COMMUNICATION

- Davantage d'informations sont indispensables pour avoir connaissance des prestations existantes.
- Au niveau du Bulletin communal, il a été demandé un cahier « seniors ». Une parution plus fréquente est souhaitée, un format A4 et une impression moins luxueuse est suggérée.
- Une séance d'information sur les prestations complémentaires serait utile.

LE DEVELOPPEMENT PERSONNEL

- Mise en place de cours pour l'utilisation d'internet. Le soutien pour apprendre à maîtriser les nouvelles technologies est à développer. En effet, la "cyberadministration" influencera bientôt tous les actes de la vie quotidienne et risque fort d'occasionner une stigmatisation supplémentaire des personnes qui en seront exclues.
- Des conférences sur le maintien des capacités physiques et cognitives.
- Des conférences sur les possibilités d'adaptation de son logement.
- Des cours de français pour les migrants âgés.
- Des conseils en diététique.

LE SOUTIEN FINANCIER

Bien que cette thématique ne soit pas intégrée au Concept Senior+, vu les nombreux commentaires à ce sujet, nous avons décidé de rajouter ce point.

En Suisse, le nombre et la part de personnes âgées riches ont augmenté ces dernières années. Cependant, la pauvreté et les difficultés financières continuent de toucher des personnes âgées en Suisse, malgré la prospérité du pays. Plus encore que dans les groupes d'âge plus jeunes, la situation économique des personnes âgées se caractérise par de fortes disparités du point de vue de leur situation financière. Parmi les personnes de 65 ans et plus, les 10% les plus riches, en 2016, comptabilisaient un revenu annuel disponible de 81'152 francs en moyenne, contre seulement 23'759 francs pour les 10% les plus pauvres.

Les seniors ont énuméré une série importante de propositions de soutien financier : une fiscalité réduite, voire nulle, davantage de subventionnement des primes de caisses maladies, la gratuité des transports publics, l'exonération des taxes, des sacs poubelle meilleur marché, des rabais sur les abonnements culturels, les journaux, la création d'une carte de rabais par les commerçants, etc.

De nombreux seniors renoncent aux activités, aux services proposés par des associations tels que Pro Senectute et la Croix-Rouge pour des raisons de coût.

Entre parenthèses

De nombreux seniors ont été surpris de recevoir ce questionnaire. La plupart témoignent leur reconnaissance pour cet intérêt à leur égard. Des encouragements et des remerciements sont adressés au Conseil communal.

Beaucoup sont admiratifs et remercient les jardiniers pour le soin qu'ils apportent pour embellir la ville.

Conclusion

Beaucoup de pistes émergent de cette première analyse. Nous sommes conscients que la moyenne d'âge de 72 ans influence le résultat. Nous devons aussi prendre en considération les besoins des plus âgés qui présentent le plus de risques de voir leur maintien à domicile mis en péril par la perte d'autonomie.

Les seniors souhaitent participer à la mise en œuvre de ces services et institutions dans toute la mesure du possible. Le renouvellement du questionnaire tous les cinq ans et des séances participatives du type « World Café Seniors » s'inscrivent dans ce contexte.

Le vieillissement de la population ne concerne pas uniquement le dicastère de la Santé et des Affaires sociales. Tous les dicastères communaux, notamment pour le logement, l'urbanisme et les transports, mais aussi la sécurité publique, l'intégration, la communication, la culture, le sport, la voirie doivent être impliqués.

Un catalogue de mesures 2021-2025 sera élaboré prochainement par la Commission Senior. Ces mesures seront proposées au Conseil communal afin d'être intégrées au Concept communal en faveur des seniors. Ces mesures seront soumises au processus budgétaire.

Nous tenons à profiter de ce document pour remercier chaleureusement les seniors ayant répondu à ce questionnaire ainsi que les membres de la Commission Senior, la déléguée aux seniors et le personnel de l'administration qui ont contribué à la présentation de cette analyse.

World Café Seniors - 29 février 2020

Synthèse

Une cinquantaine de seniors de 60 ans et plus se sont inscrits et ont pris part à cette rencontre participative dont l'objectif était de sélectionner et prioriser les mesures à mettre en place dans le cadre du concept communal en faveur des seniors. Les mesures proposées sont issues des réponses libres du questionnaire d'évaluation des besoins. Des nouvelles mesures ont également été proposées, elles sont identifiables par un *.

8 tables avec 1 thème à chacune, un tournus de trois changements, avec comme fil rouge la question :

Quelles mesures pour favoriser l'autonomie et/ou l'épanouissement des seniors ?

Les participants ont reçu 3 gommettes pour voter pour les mesures qui leur semblent les plus importantes soit au moment du tour de table, soit au moment de la synthèse en plénum (la colonne de droite comptabilise le nombre de votes par les participants).

Les résultats ci-dessous sont complétés **en rouge** par l'analyse quantitative (le nombre de personnes ayant formulé cette demande) et les nouvelles mesures proposées par les seniors dans les réponses aux questions libres du questionnaire de l'analyse des besoins.

1. MOBILITE

MOBUL :	ARRET FOYER DE BOULEYRES (20)	1
	ARRET AU STADE (11)	
	ARRET LA PALA (proche cabinets médicaux) (2)	
	DESERTE QUARTIER DES GRANGES (17)	5
	GRATUITE (55)	1
	TARIF AVS (32)	1
	BANCS AUX ARRETS DE BUS (4)	1
	DESCENTE FACILITEE MOBILITE REDUITE (1)	
	AUGMENTATION DE L'OFFRE GENERALE (47)	
	TRANSPORT TYPE « PASSE-PARTOUT » COMMUNAL (10)	
	TROTTOIRS SECURISES (sans vélo ou trottinette, accès MR-malvoyants) (45)	7
	ETAT DES VOIES PUBLIQUES (trous, racines = DANGERS) (10)	2
	DENEIGEMENT DES TROTTOIRS (20)	
	ZONE PIETONNE CENTRE-VILLE (15)	13
	CONTRÔLES VITESSE (6)	
	+ DE PLACES HANDICAPEES (9)	
	DIMINUER LA HAUTEUR DES RALENTISSEURS (9)	2
	SIMPLIFICATION DE LA CIRCULATION (10)	
	REVETEMENT PHONO-ABSORBANT (2)	
	LIMITATION 30 KM/H EN VILLE (4)	

- La Grand-Rue en zone piétonne (actuellement très dangereuse et non conviviale).
- Trottoirs : clarifier l'utilisation des différents modes de mobilité douce (vélos, trottinettes, planches à roulettes, etc.).
- Mobul : augmenter le nombre de dessertes dans les quartiers périphériques.
- Mobul trop cher. La durée de forfait de 1h est insuffisante pour pouvoir faire ses courses. Demande de gratuité durant les tranches horaires à faible densité.
- Mobul : sensibiliser les chauffeurs aux personnes à mobilité réduite pour éviter les départs et les freinages trop brusques.
- Mobul : manque de bancs à certains arrêts de bus.
- Mise en place de parkings aux entrées de la ville afin d'inciter les gens à prendre le bus.
- Mieux marquer les gabions et traverses de chemin de fer (très dangereux car peu visibles surtout la nuit ou en cas de pluie et de brouillard).
- Diminuer la hauteur des gendarmes couchés (posent gros problèmes et douleurs dorsales et autres surtout après des opérations).
- Fausse sécurité sur les pistes cyclables (dangereuses, tracé pas clair). Certaines personnes renoncent à faire du vélo. L'aménagement de la ville n'a pas été prévu pour les vélos.
- Améliorer la sécurité par le biais d'éducation intergénérationnelle et intermodale.
- Trop de parents amènent leurs enfants en voiture à l'école.

2. AMENAGEMENT DU TERRITOIRE

BANCS PUBLICS (Grand-Rue, rue de Vevey) (21)	1
WC PUBLICS ACCESSIBLES MR (2)	1
ASCENSEUR HDV LA TOUR-DE-TREME (2)	1
LUTTE CONTRE LE TAPAGE NOCTURNE ET LES INCIVILITES (19)	
LUTTER CONTRE LE BRUIT DES VEHICULES (20)	3
PROPRETE DE L'ESPACE PUBLIC (3)	1
CONTROLE DES CHIENS SANS LAISSE (2)	1
ECLAIRAGE DES PASSAGES (2)	
ESPACES VERTS (45)	8
PRIVILEGIER LE DEVELOPPEMENT DURABLE (1)	1
FAVORISER CHEMINS MOBILITE DOUCE + AMELIORER PISTES CYCLABLES (16)	

- Maintenir et développer les espaces verts, en zone piétonne, en créant des espaces conviviaux et des lieux de rencontre. Davantage d'arbres et des vergers.
- Lutter contre le bruit des véhicules en faisant des contrôles au moyen des mesures acoustiques existantes au centre-ville et dans les quartiers.
- Plus de bancs publics au centre-ville et dans les quartiers.
- WC publics accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Un ascenseur à l'Hôtel de Ville de La Tour-de-Trême.
- Manque de sécurité sur les trottoirs (prévention et contrôles).
- Propreté de l'espace public : le cimetière est souvent pris pour une poubelle.
- Plus de contrôles en forêt de Bouleyres afin que les chiens soient tenus en laisse.
- Sécurité de l'espace public (trous, racines, déneigement, etc.)

- Limiter les véhicules par endroits à un seul sens de circulation.

3. HABITAT

LOGEMENTS ADAPTES A PRIX MODERES (44)	15
LOGEMENTS ADAPTES AVEC CONCIERGERIE SOCIALE (36)	3
+ LOGEMENTS TELS RESIDENCE DU MARCHE (5)	1
PLACES EN EMS (+coût) (7)	2
FOYER DE JOUR (7)	1
ACCUEIL EN COURT SEJOUR facilité (2)	
ADAPTATION DU LOGEMENT (2)	

- Plus de logements adaptés à des prix modérés.
- Création de logements intergénérationnels avec possibilités d'activités.
- Mise à disposition de terrains pour des coopératives de logements.
- Des locaux communs pour favoriser les rencontres.

Tous les autres thèmes ont obtenu des gommettes. Ils ont été décrits comme essentiels, mais ne semblaient pas les concerner au premier chef. En effet, nous n'avons pas eu de participants handicapés lourdement, ce qui fait que les débats ont rejeté ces problématiques comme moins importantes et/ou probablement moins urgentes que l'aspect logement.

4. SERVICES A DOMICILE

RAMASSAGE DES DECHETS (20)	5
AIDE POUR LES COURSES (14)	1
AIDE ADMINISTRATIVE (IMPOTS, DECES, PC, ETC.) (14)	
AIDE MENAGERE (14)	2
AIDE POUR LA LESSIVE (1)	
AIDE POUR L'ENTRETIEN EXTERIEUR (3)	
AIDE POUR LES DEPLACEMENTS (2)	1
AIDE GENERALE AFIN DE GARANTIR L'AUTONOMIE (35)	

L'aspect essentiel mis en évidence concerne directement ou indirectement le maintien de l'autonomie malgré la diminution ou la perte de mobilité. Ainsi, c'est tout autant l'aide au maintien de l'autonomie, notamment dans la mobilité, qui a été évoquée que l'offre des services à domicile des personnes âgées.

- Gestion des déchets, davantage de lieux de collecte avec toutes les possibilités de tri.
- Gestion des déchets, service à domicile.
- Gestion des déchets intégrée au cahier des charges des concierges.
- Aides ménagères pour les travaux à risques (nettoyage des vitres, lustres, etc.).
- Accès aux commerces, davantage de petits commerces en périphérie.
- Soins à domicile assurés aussi la nuit.
- Soins à domicile : constituer des équipes stables pour intervenir auprès d'une même personne afin de favoriser la relation humaine.

5. ACCOMPAGNEMENT SOCIAL 2

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS (4)	1
VISITES A DOMICILE (26)	3
VISITES MEDICALES A DOMICILE (1)	
LECTURE (1)	
RENSEIGNEMENTS ET CONSEILS – GUICHET (6)	4
AIDE POUR TROUVER UN LOGEMENT ADAPTE ABORDABLE (3)	2

Les aînés qui ont contacté l'administration communale ont été très bien informés, que ce soit par téléphone ou au guichet. Par contre, il a été relevé que l'accès par les escaliers n'est pas toujours évident et que l'ascenseur n'est pas très bien indiqué.

- Un guichet de renseignements en tout genre serait le bienvenu.
- Des adresses de personnes bénévoles pour des visites à domicile (conversation, jeux, lecture, etc.).
- De l'aide pour trouver un logement adapté et à un prix abordable.
- Le respect de la personne âgée qui est plus lente.

6. SOUTIEN FINANCIER

RABAIS DIVERS (23)	4
*CREATION D'UNE CARTE POUR RABAIS AUX SENIORS DANS LE BESOIN	6
EXONERATION DES TAXES (CHIENS, DECHETS, ETC.) (4)	1
SACS A DECHETS COMMUNAUX MEILLEUR MARCHÉ (5)	3
SACS GRATUITS POUR PROTECTIONS INCONTINENTS (1)	
GRATUITE DES SALLES DE SPORT POUR ASSOCIATIONS SENIORS (1)	
RABAIS POUR ABONNEMENT CO2 (1)	
SUBVENTIONNEMENT JOURNAL LA GRUYERE (1)	
*AIDE POUR GESTION DU BUDGET PAR DES BENEVOLES	2
SUBVENTIONNEMENT CAISSE-MALADIE (19)	
BAISSE OU EXONERATION D'IMPOTS (35)	

Les personnes présentes mentionnent les difficultés financières que rencontrent de nombreuses personnes en âge AVS.

- Création d'une carte pour les seniors donnant accès à divers rabais en fonction de l'avis de taxation.
- Des rabais pour certaines dépenses (sacs poubelles, transports publics, etc.).
- Garder une activité rémunérée afin de maintenir des relations, garder leurs compétences et pour le côté financier.

7. VIE COMMUNAUTAIRE

ACTIVITES CULTURELLES (23)	3
ACTIVITES SPORTIVES (20)	1
ACTIVITES INTERGENERATIONNELLES (9)	6
THES DANSANTS (15)	1
EXCURSIONS, VOYAGES (12)	
LIEUX DE RENCONTRE (36)	
CENTRE DE LOISIRS (8)	
NOUVEAU BOULODROME (2)	
ORGANISATION DE REPAS RETRAITES (8)	
CAFE-RENCONTRES (10)	1
RESPECT ET EGARDS AUX PERSONNES AGEES (17)	
DROIT A LA PAROLE (3)	
INSTAURER UNE JOURNEE DE LA PERSONNE AGEE (7)	1
EVITER L'ISOLEMENT (11)	
PISCINE COUVERTE (16)	

Il a fallu préciser que nous ne parlons pas des personnes en EMS, non pas que cette population ne mérite pas toute notre attention, mais en partant du principe que ces personnes sont d'ores et déjà prises en charge et qu'un cadre propre leur est offert.

- Projet intergénérationnel : les jeunes aident les seniors à utiliser les nouveaux outils de communication.
- Projet intergénérationnel : un World Café juniors-seniors.
- Activités culturelles et sportives, meilleure diffusion de l'information en version papier et électronique.
- Plus de bénévolat en faveur des seniors.
- Reprise ou continuation d'une vie professionnelle pour la transmission de l'expérience et des liens sociaux.

8. INFORMATION ET FORMATION

PLUS D'INFORMATIONS (25)	
SEANCES D'INFO SUR LES PRESTATIONS COMPLEMENTAIRES (2)	
BROCHURE D'INFORMATIONS (5)	5
CAHIER SPECIAL SENIOR DANS « LE BULLETIN » (1)	3
COURS DE DIETETIQUE (2)	
CONFERENCE SUR LE MAINTIEN DES CAPACITES PHYSIQUES/COGNITIVES(5)	6
COURS INFORMATIQUE (7)	2
*COURS UTILISATION BANCOMAT, ECRANS TACTILES, ETC.	1
CONFERENCE SUR LES POSSIBILITES D'ADAPTATION DU LOGEMENT (4)	
*COURS DE CONDUITE SANS JUGEMENT	1
*ECHANGE DE COMPETENCES (PLATFORME ?) ENTRE JEUNES ET SENIORS	3
*COURS DE PREPARATION A LA RETRAITE	

- Conférences sur le maintien des capacités physiques et cognitives et cours ciblés.
- La brochure d'informations est plébiscitée.
- Une rubrique « senior » dans le *Bulletin* de la commune, avec une rubrique interactive questions-réponses.
- Obtenir les informations à travers plusieurs canaux (support papier, site internet, de vive voix).
- Cours de diététique : continuer de bien manger est déterminant pour la santé et le moral.
- Cours informatiques avec utilisation des écrans tactiles.
- Cours pratiques (retrait paquet au distributeur de La Poste, retrait argent bancomat).
- Former des « personnes-relais » qui sont là pour aider les personnes âgées dont les capacités ont baissé (ex. vue, mains...).
- Cours de préparation à la retraite (administratif, social, psychologique).
- Troc de compétences : cours entre seniors ou intergénérationnels.
- Cours de conduite, mais sans jugement.

Un apéritif clôture agréablement cette journée au caractère constructif et productif.

Les seniors ont apprécié la démarche et le concept. La plupart ont proposé leur participation pour un nouveau World Café. Cette synthèse leur sera envoyée prochainement.

La Commission senior et la déléguée aux seniors remercient M. Joël Schneider, TSHM (travailleur social hors murs), pour son professionnalisme et pour sa contribution à la réussite de cette rencontre ainsi que MM. Gérard Romanens, curateur au Service des curatelles de la Ville et Philip Curty, directeur de l'établissement de détention pour mineurs et jeunes adultes « Aux Léchaires » à Palézieux, pour leur aide précieuse en tant qu'hôtes de table.