



**MA COMMUNE
AMIE DES
AÎNÉS**

**Engagement
citoyen**

Culture

Europe

Tolérance

Famille

HUMANISME

Solidarité

Economie sociale

**Protection
de la nature**

Intergénérationnel



ÉDITORIAL

Chers Aînés,

Que de souvenirs, que d'émotions...

- LA COMMUNE où nous sommes nés, nos premiers pas, notre école gardienne et primaire, nos compagnons de jeux, notre collègue...
- LA COMMUNE où nous avons bâti notre famille, exercé notre métier, vécu nos engagements sociaux...

Et, aujourd'hui, NOTRE COMMUNE où nous VIVONS notre retraite.

Riches de toutes les valeurs reçues, vécues, continuons à être LES BÂTISSEURS de notre cité, non seulement en nous souciant de répondre aux besoins de nos Aînés, mais en partageant avec les autres générations la volonté du BIEN VIVRE ENSEMBLE.

ENGAGEONS-NOUS dans les projets communaux pour une QUALITE DE VIE MEILLEURE.

Nous découvrons dans cette brochure de nombreuses propositions.

Merci aux nombreux aînés réunis régulièrement en groupes de travail qui les ont définies sur base de témoignages d'actions vécues.

Et, comme le dit GANDHI, « Soyez le changement que vous voulez dans le monde ».

OUI.... MAIS... Commençons DANS NOTRE COMMUNE.

Pierre SCHARFF

Président des Aînés

Contact

Les Aînés du cdH

Rue des Deux Eglises 41 • 1000 Bruxelles

Tél : 02/238.01.94 • Fax : 02/238.01.29

Email : aines@lecdh.be • Site web : www.aines-cdh.be



Les Aînés réunis en groupe de travail discutent de la nouvelle gouvernance

La retraite ne marque en aucun cas la fin de la contribution des Aînés au sein de leur ville.

Ainsi, les Communes amies des Aînés doivent s'engager dans la reconnaissance de la contribution des personnes plus âgées à la vie locale.

Nos PROPOSITIONS :

- Installer dans chaque commune un **CCCA** (Conseil Consultatif communal des Aînés) présidé par un Aîné
- Donner à ce CCCA, comme première mission, l'établissement d'un **cadastre des embûches à la qualité de vie des Aînés** (mobilité, accès PMR, santé, sport, culture, vie sociale...)
- Favoriser la **participation directe des Aînés**, et les impliquer en tenant compte de leurs compétences au service de la société
- Assurer un dialogue constructif entre le politique et le CCCA, notamment grâce à l'instauration d'un **échevinat des familles**
- Faciliter la **participation des Aînés au processus électoral**, envisager l'installation de bureaux de vote au moins dans les maisons de repos publiques

Le respect et l'inclusion sociale des Aînés sont liés au regard, aux attitudes et aux comportements des autres habitants envers les personnes âgées. Ils forment un critère essentiel pour permettre aux aînés de bien vivre dans la cité.

Ainsi, les Communes amies des Aînés doivent à tout prix les favoriser pour promouvoir le mieux vivre ensemble et développer le sentiment d'appartenance des plus âgés à leur ville.

Nos PROPOSITIONS :

- Soutenir les **associations** présentes sur le terrain qui suscitent des rencontres, des lieux de parole et de solidarité naturelle
- Reconnaître, soutenir (financièrement si nécessaire), former et encadrer les **équipes locales de volontaires**, et organiser une bourse d'échanges de services bénévoles
- Renforcer les **synergies entre Commune et CPAS** pour améliorer la qualité de vie des personnes, y compris celles des plus fragiles et handicapées
- Encourager le **volontariat des Aînés** dans les écoles, les écoles de devoirs, les associations locales et les organisations nationales et internationales
- Créer un **lieu de rencontre à dimension intergénérationnelle** et veiller à ce que toutes les initiatives de la commune intègrent cette dimension





Le logement est un critère essentiel du bien-être et de la sécurité des personnes âgées. Il est en partie le garant du maintien de l'autonomie. Un logement adéquat participe en effet à préserver l'indépendance des Aînés et a un effet très bénéfique sur leur qualité de vie.

Il est nécessaire de veiller à l'offre de choix mais aussi aux questions d'accessibilité et d'adaptation.

Nos PROPOSITIONS :

- Etablir un **règlement communal d'urbanisme** encourageant :
 - la construction et la rénovation de **bâtiments adaptés**
 - la mise à disposition de **lieux de rencontre** intergénérationnels dans les quartiers
 - l'aménagement de **logements accessibles aux personnes âgées** dans les cités sociales
 - la cohabitation intergénérationnelle dans les **habitats partagés** de manière à éviter à terme une concentration trop importante de personnes âgées dans ces structures
- Favoriser et soutenir les associations et services qui promeuvent l'aménagement d'habitats adaptés aux personnes âgées et aident à la prise de conscience de la nécessité d'anticiper les conséquences des aléas de la vie sur la qualité de celle-ci

AUTONOMIE, SERVICES

ET SOINS



Le soutien communautaire et les services d'aide et de santé constituent des critères essentiels au soutien à domicile. Les Communes amies des Aînés soutiennent leur action dans la mesure où ils permettent aux personnes âgées de vivre mieux et plus longtemps.

Cette thématique est un lien avec le soutien bénévole proposé aux personnes âgées, les services à domicile ou encore les services de santé.

Nos PROPOSITIONS :

- Soutenir et susciter des initiatives pour **faciliter le transport des malades** pour examens et soins dans les hôpitaux
- Favoriser l'accueil et soutenir l'**installation de médecins généralistes** (maisons médicales, médecins en association) dans les communes rurales et les quartiers « sensibles » des villes
- Soutenir et coordonner les **services d'aide et de soins à domicile** : repas, restaurants sociaux, aide à la vie journalière, livraisons des courses, taxi social, petits dépannages, ...
- Promouvoir l'organisation d'**activités associatives** par des soutiens financiers et la mise à disposition d'infrastructures communales
- Aider et promouvoir les campagnes de vaccinations pour les Aînés



Pour favoriser le vieillissement actif au sein des communes, il est important que les Aînés puissent maintenir une relation avec les autres habitants, mais aussi avec les événements se déroulant dans leur ville.

Or, la participation des Aînés au tissu social et citoyen dépend largement de leur accès à l'information ainsi que de la lisibilité des informations communiquées.

Nos PROPOSITIONS :

- **Etre à l'écoute et aider**

Prévoir un **guichet spécial et un numéro d'appel** pour informer et aider les Aînés à résoudre des problèmes spécifiques au moment où ils en ont besoin

- **Informer :**

Publier sur papier et sur internet les activités pour les Aînés à l'initiative de la commune, du CCCA et des associations, le **répertoire des services et associations**

Organiser périodiquement des séances **d'information sur la préparation à la retraite**

- **Former et assister :**

Organiser, avec le concours du secteur associatif, des **formations** à l'usage des **technologies** de l'information et de la communication (TIC), notamment internet, les réseaux sociaux, ...



L'accès aux transports constitue une condition essentielle pour favoriser le vieillissement actif.

Une Commune Amie des Aînés doit prendre cet enjeu en compte en favorisant l'adaptation des moyens existants ou la création de nouveaux transports. Il est important de veiller à la gamme de choix, à l'accessibilité ou encore à la conduite automobile des seniors.

Nos PROPOSITIONS :

- **Faciliter l'accès** des Seniors aux bâtiments publics
- Améliorer la **sécurité des piétons et des cyclistes**, la qualité des trottoirs, l'éclairage des passages pour piétons et l'affichage du temps de passage aux feux tricolores
- Multiplier dans les lieux publics **sièges et bancs** : « Aînés assis – Aînés ravis »
- Veiller à ce que la commune soit attentive à une bonne **coordination de tous les transports en commun** en ville et en zone rurale
- Développer un système de « **taxi ou bus social** » qui facilite le déplacement des Aînés

La retraite est l'occasion « rêvée » d'activités physiques, sources de calme et de détente, d'activités culturelles, sources d'évasion, de distraction, d'épanouissement intellectuel.

La culture est essentielle : elle nous aide à réfléchir aux défis de notre monde, nous parle de l'humain, de ses questionnements, de ses conflits, de ses errements. Elle nous engage à ouvrir un espace où nous pouvons nous découvrir citoyen et marcher avec d'autres sur la route de la vie.

Nos PROPOSITIONS :

- Organiser un **FORUM INTERCULTUREL et INTERGENERATIONNEL**

Ce forum périodique réunit des habitants de la commune quelles que soient leurs origines et a pour vocation d'être un lieu de rencontres et d'échanges qui visent à améliorer la vie dans la commune et cela par le biais de moments de rencontres conviviaux

- Imaginer un **PARCOURS MUSEAL**

Après un parcours dans un musée, poursuivre par un parcours par exemple architectural dans la commune ou par un parcours d'orgues ou encore un parcours gastronomique ou d'autres encore... organisés par différentes associations dont des seniors de la commune

- Proposer le **GOUTER DU SAMEDI**

Ces rencontres sont proposées aux Aînés et aux enfants une fois par mois et favorisent les liens entre les différentes générations, entre les jeunes et les Aînés

- Mettre **LES PARFUMS DE LA VIE** au service de la mémoire collective

Une équipe d'Aînés et de jeunes mettent sur pied un atelier permettant aux habitants de mieux connaître l'histoire de leur commune en organisant des moments de rencontres avec des aînés qui évoquent leurs parcours scolaires ou professionnels ...

- Faciliter les **TRANSPORTS DES AINÉS** pour participer aux activités culturelles et sportives et favoriser l'accès des Aînés aux piscines lors de moments spécialement leur réservés

QUALITE DE VIE

La possibilité de bien vieillir chez soi est fortement conditionnée par l'environnement extérieur. Il a en effet un impact important sur la qualité de vie des aînés, sur leur mobilité et sur leur indépendance.

Dans le but de favoriser l'égalité d'accès pour tous, une Commune amie des Aînés doit intervenir sur l'environnement pour éviter les situations handicapantes et donc le confinement au domicile.

Il est important de porter une attention particulière à la douceur des lieux, à l'accessibilité ou encore à la sécurité de l'environnement urbain.

PROPOSITIONS :

- Distribuer largement la « **BOITE FRIGO** », contenant les mises à jour sur les pathologies, les numéros d'appel utiles, les prises de médicaments et autres traitements de la personne
- Promouvoir les **produits du terroir** dans les restaurants des maisons de repos, les cantines scolaires et les marchés locaux
- Maintenir le lien direct et humain dans une série de **services publics**, la poste, les banques, de manière à rassurer les Aînés et ne pas les exclure des services
- Adopter un règlement communal de **lutte contre le bruit**, les incivilités et la délinquance environnementale
- Etre attentif aux **animaux de compagnie** des personnes âgées et prévoir l'installation de lieux d'hébergement temporaire à leur intention



LA CHARTE COMMUNALE DES AÎNÉS DU CDH.

L'amélioration de la qualité de vie des Aînés au sein de leur commune constitue pour eux une priorité.

Pour les Aînés du cdH, afin d'humaniser notre société où coexistent plusieurs générations connaissant des conditions de vie très différentes, il faut :

- Reconnaître les Aînés en tant qu'acteurs et assurer leur épanouissement.
- Encourager les communes à adhérer à l'esprit « Ville amie des Aînés ».
- Encourager les Aînés à concevoir et prendre en charge leur qualité de vie, à participer pleinement à la vie collective et à développer des activités multiples dans un cadre multi générationnel.
- Développer des services et des équipements collectifs adaptés aux besoins spécifiques de tous les Aînés.
- Favoriser l'accès des Aînés aux soins de santé à domicile, en maison de repos et en tout autre lieu de vie. Faciliter leurs déplacements, notamment vers les centres de soin.
- Construire une société intergénérationnelle, favoriser les rencontres et développer une dynamique d'échange entre les générations.

De la part de