

## DOSSIER » LES INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES

PAGE **2** L'actualité du Grand Âge

PAGE **3** Le Dossier du mois

PAGE **7** Interview

PAGE **8** Découvrir Cap Retraite

### DOSSIER

#### LES INITIATIVES INTERGÉNÉRATIONNELLES

##### Sommaire //

- » Fiche pratique ///p.3
- » Les projets intergénérationnels ///p.4
- » Des albums améliorant la communication familiale ///p.4
- » Les jeunes bénévoles en maisons de retraite ///p.5
- » Interview: Coralie Pailhes de l'association Racine Identité de vos Aïeuls ///p.7

## » ÉDITO

Vive les vacances! Repos, détente et temps libre qui peut être mis au profit des personnes âgées... Le mois d'août est l'occasion idéale d'inviter les petits-enfants à renforcer les liens avec leurs aînés en passant plus de temps à leurs côtés. Au-delà des visites familiales, les plus grands peuvent aussi se rendre utiles dans les résidences en organisant des animations ou des activités de bénévolat.

Dans le cadre de cette Capnews estivale, nous vous invitons à découvrir diverses initiatives intergénérationnelles qui font leurs preuves dans toute la France.

Vous trouverez également dans ce numéro une interview de Coralie Pailhes, coordinatrice de l'association Racine Identité de vos Aïeuls, à l'origine de projets intergénérationnels forts

appréciés par les aînés de la région de Perpignan.

Cette newsletter est avant tout la vôtre: pour toutes suggestions de sujets, demandes d'abonnements ou d'autres informations complémentaires, contactez notre Service Spécial Pro au numéro vert **0800 400 008** ou par courriel: [capnews@capretraite.fr](mailto:capnews@capretraite.fr).

Bonne lecture!

L'équipe de Cap Retraite

# » L'ACTUALITÉ DU GRAND ÂGE

## + LES CRÈCHES EN MAISON DE RETRAITE, UN CONCEPT QUI SE DÉVELOPPE

*Si de nombreuses maisons de retraite organisent des rencontres intergénérationnelles entre leurs résidents et les écoliers de la commune, certains établissements ne se contentent pas de ces «actions ponctuelles». En témoigne la multiplication des complexes accueillant sous un même toit des personnes âgées et des bambins.*

### Une crèche dans le parc de la maison de retraite

Le 11 juin dernier, la commune de La Chapelle-sur-Erdre, la Caf et le Crédit Mutuel du Pays de la Loire ont inauguré une crèche construite dans le parc de la maison de retraite de la ville. Ce projet tenait à cœur au directeur de l'établissement, qui a déjà commencé à organiser des échanges entre les petits et leurs aînés. Ce dernier estime en effet que ces moments de partage contribue à améliorer le bien-être des résidents de la maison de retraite.

### Une expérience qui fait ses preuves

La maison de retraite de La Chapelle n'est pas la seule à accueillir des têtes blondes aux côtés des blanches... Celle de Marcillé-Robert en Bretagne abrite depuis 1992 une crèche ouverte aux enfants de 4 mois à quatre ans, trois jours par semaine. Les repas des enfants sont préparés dans les cuisines de la maison de retraite et les petits accompagnent à tour de rôle la puéricultrice qui va les chercher. Ils ont ainsi l'occasion de rencontrer leurs aînés. Ces derniers peuvent quant à eux venir leur rendre visite à la crèche et leur apporter des bonbons. Les enfants, en tout cas, se sentent déjà comme chez eux dans les chambres des résidents...



## + UN TRAIN ALZHEIMER POUR COMPRENDRE LA MALADIE

*Initiative lancée par la SNCF et France Télévisions, un Train contre la maladie d'Alzheimer sillonnera la France du 7 au 21 septembre 2010. Ce train-expo a pour but d'informer le public sur cette maladie neurodégénérative qui touche plus de 800 000 personnes en France.*

### Un train pour expliquer, informer et aider

Le Train Alzheimer présentera la maladie d'Alzheimer sous quatre aspects : la compréhension de la pathologie, la vie avec la maladie, l'implication des aidants et l'avancée de la recherche. Long de 375 mètres, le convoi sera constitué de 14 wagons-expositions spécialement aménagés pour répondre à toutes les questions du grand public. Quels sont les symptômes de la maladie ? Quelles prises en charge à domicile ou en établissement ? Comment aider les aidants ? Quels nouveaux traitements sont en cours d'élaboration ? Autant d'interrogations auxquelles divers experts s'attacheront à répondre pour sensibiliser le public et aider les proches de malades Alzheimer. Le Plan Alzheimer 2008-2012 et ses 44 mesures seront également présentés en détail aux visiteurs.

### Un périple dans 12 villes de France

Le train-expo s'arrêtera dans les gares de douze grandes villes de France : Paris, Lille, Mulhouse, Dijon, Lyon, Nice, Marseille, Montpellier, Toulouse, Nantes, Bordeaux et Clermont-Ferrand. L'accès au train sera libre de 9:00 à 19:00. L'initiative est soutenue par de nombreux partenaires, tels que le Conseil national Alzheimer, l'Assurance maladie, la Mutualité française et des entreprises pharmaceutiques.



# » DOSSIER / FICHE PRATIQUE

## POUR UNE VISITE INTERGÉNÉRATIONNELLE RÉUSSIE

Les visites intergénérationnelles ne se résument pas à une rencontre de personnes de tranches d'âges différentes. Elles sont l'occasion d'apprendre aux enfants à connaître leurs aînés et à s'y attacher, au travers d'activités ludiques ou culturelles. Pour que la visite soit réussie, il faut que les enfants ne s'ennuient pas et que l'aîné puisse ressentir qu'il leur apporte quelque chose. Nous vous proposons quelques idées pour transformer votre visite en un moment enrichissant!



### Autour du jeu

» Le jeu permet de renforcer les relations entre générations avec une bonne dose de complicité et de plaisir. Les traditionnels jeux de carte, d'échecs ou de dame, mais aussi les dominos ou le jeu des sept familles sont appréciés par les petits et les grands. Avec des enfants plus grands et si la personne âgée en est capable, on pourra aussi jouer au Scrabble ou à un autre jeu de lettres.



### Repas de famille

» Manger ensemble représente un moment d'échange convivial, qui permet aussi de découvrir l'environnement dans lequel vit le résident. Si la personne âgée est valide, on pourra même organiser une sortie dans un restaurant situé non loin de la résidence.

### Autour de la photo

» La photographie offre un support très adapté à l'échange intergénérationnel. On pourra regarder des photos ou bien prendre ensemble des clichés.

» Photos souvenirs: on pourra feuilleter ensemble un album familial et demander à l'aîné de raconter les souvenirs que les clichés évoquent. Inversement, on pourra partager des moments de bonheur plus récents, en admirant les photos de vacances ou d'un week-end en famille.

» Séance photo: on pourra charger l'enfant, à partir de 8 ans, de réaliser quelques clichés depuis la chambre ou le parc de la résidence. Un appareil photo numérique permettra d'admirer immédiatement les photos avec la personne âgée. L'enfant pourra aussi photographier sa grand-mère en compagnie de ses petits-enfants. Cette activité très appréciée par les enfants facilite la rencontre et l'échange entre les générations.

### Autour du chant

» On pourra choisir des morceaux de musique à écouter avec la personne âgée ou lui demander de chanter les airs de sa jeunesse. L'aîné pourra aussi apprendre des chansons aux plus jeunes.

### Avec un animal domestique

» Si la maison de retraite le permet et si la famille a un animal domestique, on pourra rendre visite au résident accompagné de ce dernier. Si la personne âgée est suffisamment valide, elle pourra se promener avec les petits-enfants et le chien dans le parc de la résidence ou dans le quartier. On peut aussi l'inviter à jouer avec l'animal et l'enfant. Les animaux ont un effet calmant et sécurisant, et ils font la joie des petits comme des grands.

### « Raconte - moi une histoire »

» Les contes: les petits-enfants aiment écouter des histoires. Demandez à la personne âgée de lire des contes ou de raconter une fable. Cette activité donne l'occasion de partager des valeurs et de réunir les générations autour du récit.

» Les récits de vie: même les personnes souffrant de troubles de la mémoire se rappellent d'anecdotes de leur passé. Ainsi, on pourra demander à la personne âgée de raconter ses souvenirs aux petits-enfants, toujours avides de belles histoires.





## + LES PROJETS INTERGÉNÉRATIONNELS EN MAISON DE RETRAITE



*Si la vie en maison de retraite permet au résident d'entretenir des relations sociales avec des personnes de son âge, les visites des enfants et petits-enfants conservent une importance primordiale. Les liens intergénérationnels réguliers, les échanges complices et l'attention de l'entourage favorisent en effet l'épanouissement de la personne âgée dans son nouvel environnement. Les professionnels du secteur médico-social, les mairies et les associations s'attachent à encourager ces visites. Pour ce faire, ils multiplient en particulier les initiatives favorisant les visites intergénérationnelles dans les établissements.*

### Des espaces dédiés aux échanges entre les résidents et leurs petits - enfants

Les directeurs d'établissements ont pris conscience ces dernières années de l'importance d'adapter la maison de retraite à l'accueil des visiteurs, petits et grands. En effet, la visite de la famille élargie dans la chambre du résident n'est pas toujours adaptée. Certaines maisons de retraite ont ainsi aménagé des espaces spécialement dédiés aux enfants, afin de favoriser les échanges et la complicité entre les générations.

Une maison de retraite de Bordeaux, par exemple, a aménagé son parc pour l'accueil des têtes blondes. Les petits-enfants des résidents peuvent ainsi leur rendre visite dans la bonne humeur. Les grands espaces verts leur permettent de s'amuser librement sous l'œil attentif des adultes. Les visites n'ont ainsi plus besoin d'être écourtées à cause du comportement parfois turbulent des enfants impatientes...

Des établissements de Rouen, Montvilliers, Auch, Brest et Pleine-Fougères ont pour leur part adopté le concept RécréAZEN, un espace de jeu encourageant le maintien du lien intergénérationnel. Petits-enfants et grands-parents peuvent se retrouver dans ces espaces adaptés aux enfants de 4 à 11 ans. Des tables et des fauteuils reçoivent les personnes âgées, tandis que des poufs attendent les enfants. Ces derniers peuvent faire un dessin avec grand-mère ou partager un jeu de société avec grand-père. Des dessins animés, des jouets et des livres pour enfants complètent le décor aux couleurs gaies, qui favorise ainsi la communication entre les résidents et leurs petits-enfants.



### Des albums améliorant la communication familiale

Les visites des petits-enfants sont de véritables moments de tendresse, qui apportent beaucoup tant aux jeunes qu'à leurs aînés. Pourtant, les parents hésitent parfois à emmener leurs enfants en maison de retraite. Les personnes âgées, qui entrent de plus en plus tard en établissement, sont souvent très dépendantes. Aussi, certains parents craignent de confronter les enfants aux symptômes parfois difficiles de la vieillesse.

Constatant ce phénomène à l'Ehpad du CHU de Brest où elle exerce, le Dr Nelly Le Reun a décidé d'écrire des livres pour aider les enfants à comprendre les particularités du grand âge. La gériatre estime qu'on peut tout à fait expliquer aux enfants pourquoi leur aïeul vit en maison de retraite. Il suffit pour cela de s'exprimer dans leur langage: les albums «Accompagner grand-mère» et «Accompagner grand-père», publiés par le CHU, expliquent ainsi aux enfants l'évolution des maladies d'Alzheimer et de Parkinson, à travers le regard de deux sympathiques personnages : Léa et Thomas.

Ces ouvrages d'une vingtaine de pages sont joliment illustrés par la dessinatrice Hélène Couvidou. A travers la lecture et le coloriage, le Dr Le Reun espère transmettre un message aux enfants et à leurs parents: l'importance de cultiver la communication et le lien familial, malgré les obstacles.



## + DES JEUNES BÉNÉVOLES DANS LES MAISONS DE RETRAITE

*La plupart des établissements accueillent favorablement les bénévoles qui souhaitent donner de leur temps en faveur des personnes âgées. Le bénévolat vise à préserver les liens entre les résidents et la société, et à maintenir en éveil la personne âgée à travers la conversation, le jeu et diverses animations. Certes, des bénévoles sont présents dans la plupart des établissements, mais les jeunes sont encore trop rares. Conscientes de ce manque, plusieurs associations s'attachent à encourager le bénévolat chez les adolescents et les étudiants, surtout pendant les vacances.*

### Des projets intergénérationnels pour passer des vacances constructives

Plusieurs associations et mairies mobilisent chaque été les jeunes de la commune pour des actions d'intérêt social. Dans un nombre croissant de villes, on a pris conscience de l'importance du bénévolat auprès des personnes âgées, afin de maintenir la socialisation des seniors. La Ville de Gouvieux dans l'Oise, par exemple, organise, depuis neuf ans, un service civique de solidarité. Les adolescents de 16/17 ans sont invités à réaliser ce service civique en octroyant un peu de leur temps aux personnes âgées. Ce programme a deux objectifs: permettre aux jeunes de s'investir dans le domaine public et répondre aux besoins des personnes âgées de la commune.

Deux missions de bénévolat sont proposées aux candidats: en établissement ou à domicile. Les jeunes gens peuvent ainsi rendre un service dans les maisons de retraite et hôpitaux accueillant des personnes âgées. Pendant deux semaines, en juillet ou en août, quatre groupes de dix jeunes sont répartis dans les établissements médico-sociaux. Ils sont chargés par le directeur de l'établissement de diverses missions: notamment les animations, les promenades avec les résidents ou l'entretien des locaux. Un service à domicile est également proposé aux jeunes qui préfèrent s'investir pendant leur temps libre au cours de l'année. Ils ont alors pour rôle de rendre visite aux personnes âgées résidant à domicile, de les accompagner en promenade ou de leur faire des courses.

Une initiative similaire, surnommée «Yvelines Etudiants Seniors», a lieu dans le département des Yvelines. Des étudiants de 18 à 25 ans rendent visite aux personnes âgées de leur ville, à domicile ou dans les foyers-logement, pour lutter contre l'isolement en été.





### Du chantier intergénérationnel à la garderie pour les animaux...

D'autres initiatives originales ont vu le jour dans diverses communes. Leur point commun est toujours le désir de favoriser le lien intergénérationnel entre les jeunes et les résidents âgés des maisons de retraite locales.

La MJC (Maison des Jeunes et de la Culture) de Tarascon-sur-Ariège lance chaque année un dispositif «Ville, Vie, Vacances», qui permet aux jeunes de la ville de se rendre utiles dans leur communauté et de profiter de loisirs subventionnés. Au cours de l'été 2009, la MJC a organisé un «chantier intergénérationnel» à l'Ehpad de l'hôpital Jules Rouse. Dix adolescents ont ainsi aménagé un espace permettant aux résidents de sortir dans le jardin de l'établissement, qui était jusque là inaccessible aux personnes à mobilité réduite. Les jeunes ont travaillé dur pendant dix jours, déplaçant de la terre, du gravier et du sable pour installer un sentier sécurisé accessible aux fauteuils roulants et déambulateurs. Ce chantier a été l'occasion pour les résidents de discuter avec les jeunes. Ces derniers ont pour leur part découvert des activités utiles et valorisantes, se démarquant des «loisirs de consommation» qui sont généralement le pain quotidien des jeunes pendant les grandes vacances.

L'association «Les Amitiés d'Armor» et la maison de retraite Ker Bleuniou ont initié un autre projet intergénérationnel original à Gouesnou (Bretagne) : pendant les vacances scolaires, un service d'accueil des petits animaux domestiques réunit des adolescents de 15 / 17 ans et des aînés de 75 à 95 ans qui s'occupent ensemble des animaux. Les jeunes se relaient pour alimenter les pensionnaires à quatre pattes et assurer l'entretien des cages. Quant aux personnes âgées, elles les remplacent en cas de besoin. Elles font aussi visiter l'espace garderie à leurs invités avec l'aide des jeunes. Les résidents de la maison de retraite profitent aussi de la présence des animaux et ils peuvent caresser les plus dociles. De plus, des liens se nouent entre les jeunes et leurs aînés autour de l'intérêt partagé pour les bêtes.



### Des projets qui se poursuivent au cours de l'année

Les jeunes les plus motivés adhèrent à des associations actives toute l'année au sein des maisons de retraite, dans le but d'égayer le quotidien des résidents.

Citons par exemple l'association Se Canto, qui réunit des jeunes chanteurs amateurs d'une vingtaine de villes de France : Dijon, Grenoble, Lille, Lyon, Marseille, Metz, Paris... Les jeunes gens se rendent un dimanche par mois dans une maison de retraite pour animer un spectacle de chansons auquel participent les résidents. Chaque mois depuis douze ans, ce sont près de 1 500 personnes âgées qui profitent de cette action bénévole. Les familles des résidents viennent également assister au spectacle, traditionnellement suivi par un goûter convivial favorisant la communication entre les générations.



*Les actions exposées dans ce dossier ne représentent que quelques exemples des nombreuses initiatives qui font de la maison de retraite un véritable lieu de vie. Les visites de la famille et le bénévolat intergénérationnel sont ainsi des éléments complémentaires, aidant la personne âgée à conserver son rôle au sein de la société.*

# » INTERVIEW

## + CORALIE PAILHES

COORDINATRICE DE L'ASSOCIATION RACINE IDENTITÉ DE VOS AÏEULS

*L'association Racine Identité de vos Aïeuls encourage les rencontres entre les jeunes et les seniors dans plusieurs communes des Pyrénées-Orientales. Nous avons interviewé pour vous Mme Coralie Pailhes, coordinatrice de l'association, afin de découvrir ses nombreuses initiatives dans ce domaine.*



*Madame Coralie Pailhes, quelle est pour vous la définition de l'intergénération ?*

» L'intergénération doit être vécue comme un atout pour le 21<sup>e</sup> siècle, c'est-à-dire que nous devons apprendre à vivre avec nos âges et nos cultures. Notre mode de vie évolue, les personnes âgées également. Aujourd'hui les jeunes et notamment les adolescents attendent énormément des seniors. Contrairement aux idées reçues, ils souhaitent pouvoir enrichir leurs connaissances auprès des seniors.

*Comment s'est créée l'association Racine Identité de vos Aïeuls ?*

» L'association a été créée en janvier 2008 par le président Monsieur Éric Touron et moi-même. Nous avons voulu bousculer les idées reçues, selon lesquelles l'intergénération ne sert à rien ou qu'elle doit se structurer uniquement au niveau d'actions ponctuelles. Selon nous, elle doit au contraire être cultivée toute l'année, pas seulement pendant la semaine bleue.

*Quelles sont les actions menées par votre association ?*

» Nous organisons des débats sur la discrimination des âges,

avec des collègues et des maisons de retraite. Dans ce cadre, les adolescents posent des questions pertinentes, telles que: Vous sentez-vous discriminé par votre apparence physique ou votre maladie? Nous organisons aussi des journées de sensibilisation aux métiers des services à la personne, en plein développement. Ces journées permettent aux jeunes d'entrer en contact directement avec le personnel dans les maisons de retraite, unités de jour ou accueils Alzheimer. Ils peuvent aller directement sur le terrain pour mieux appréhender la personne âgée et décider si ce parcours personnel pourrait leur correspondre. Nous faisons également des recueils que l'on appelle Sentiers de la mémoire, dans lesquels nous retraçons la vie des 100 dernières années d'une commune entre deux générations. Cette activité réunit des aînés et des enfants dans un cadre scolaire ou para-scolaire.



Les aînés expliquent comment était la vie autrefois et les enfants écrivent des textes, font une frise chronologique et créent un album avec des photos d'autrefois et de nos jours pour comprendre l'évolution de leur village. Les textes seront compilés dans un livre. En général, on en fait deux ou trois par an sur les villages, pour permettre à deux générations de communiquer et de mieux se connaître.

*Quelle est la spécificité de votre association ?*

» Nous souhaitons être plus tournés vers les adolescents, développer le lien intergénérationnel professionnel et montrer que les seniors peuvent être une véritable identité pour les jeunes. Nous étudions notamment la mise en place d'un Pôle de transmission des métiers d'art et de tradition, pour que les connaissances de nos aînés ne s'éteignent pas avec eux.

*Comment réagissent les personnes âgées face à ces initiatives ?*

» Au départ, elles sont un peu méfiantes vis-à-vis de ces jeunes. Elles craignent que les adolescents soient un peu moqueurs à leur égard. Mais une fois que le pied est mis dans l'engrenage, elles en parlent positivement et sont heureuses que les jeunes les écoutent.

*Qu'apporte le bénévolat aux personnes qui interviennent dans le cadre de l'association ?*

» Le plaisir de pouvoir changer les idées reçues et de faire en sorte que les générations puissent mieux s'entendre. Le plaisir d'apporter quelque chose et de donner une nouvelle image du lien intergénérationnel.



## » DÉCOUVRIR CAP RETRAITE

### + CAP RETRAITE, AU SERVICE DES FAMILLES TOUT L'ÉTÉ

La période estivale est souvent synonyme d'isolement pour les personnes âgées dont les aidants partent en vacances. C'est pourquoi l'équipe de Cap Retraite reste à la disposition des familles et des professionnels confrontés à la recherche d'une structure d'accueil chaleureuse et sécurisée.

#### Un été serein avec l'aide des conseillers Cap Retraite

Les conseillers de Cap Retraite se mobilisent tout au long de l'été pour aider les familles et les professionnels qui accompagnent les aînés. Quelle que ce soit l'urgence de la recherche ou la région demandée, **l'équipe de Cap Retraite propose dans les 48 heures une résidence adaptée**, tant pour un séjour de longue durée que pour un accueil temporaire. Les conseillers de Cap Retraite s'attachent à identifier l'établissement le plus conforme aux attentes spécifiques de chaque famille. Une attention prioritaire est donnée aux dossiers de personnes âgées en situation d'isolement.

#### Prévention Canicule 2010 : la Fiche Info de Cap Retraite

Fidèle à sa mission d'information auprès des aînés et de leurs aidants, Cap Retraite a élaboré **une fiche de prévention sur la canicule** offrant des conseils pratiques ainsi que les directives d'inscription dans le registre communal des personnes fragiles. **Plus de 300 mairies, CCAS, CLIC, services d'aides à domicile et autres organismes ont déjà commandé des exemplaires de cette Fiche Info** pour les distribuer aux familles concernées. La Fiche Info Canicule est disponible sur notre site Internet à l'adresse suivante : [www.capretraite.fr/canicule](http://www.capretraite.fr/canicule).

**Recevez vous aussi des exemplaires gratuits de cette fiche de prévention pour les familles en contactant notre Service Spécial Pro au 0800 400 008.**

**Parmi les partenaires de Cap Retraite pour l'opération Prévention Canicule :**



Alliance Vie



Ville de Fameck



CCAS de la Marne

