



J'AI UN PEU D'AVANCE

LE GRAND BATELAGE DES SENIORS

DU 29 AVRIL AU 1^{ER} OCTOBRE 2012

CARNET DE BORD

"Les vieux, faut les tuer tous à la naissance"



Ah! Les vieux! Qui n'a jamais émis ce rôle d'insatisfaction et de reproche?
Qui, dans les allées du magasin, à la caisse, n'a jamais soupiré d'agacement derrière „la vieille” qui ralentit le temps. Ah les vieux!
Mais quelle vision réductrice! Les seniors sont encore pleins de ressources et d'idées. Avec quelques camarades vieillissants, ils s'organisent et tentent de revendiquer des droits et de participer à la vie de la société. Ils sont en quelque sorte, des aînés dynamiques, plus très jeunes, plus très cadrés, mais encore plein d'idées, parfois même branchés sur internet et les réseaux sociaux!
Alors si parfois ils se permettent de ralentir notre temps „si précieux”, c'est juste, comme le dit Marie-Jeanne, qu'ils ont un peu d'avance sur nous tous! Rien de plus!

Imaginez, ils sont nés avant la télévision, avant la pénicilline, le vaccin anti-grippe, les lentilles de contact et la pilule. Ils n'avaient jamais entendu parler de modulation de fréquence, de four à micro-ondes, de platine laser. Ils vivaient avant le radar (plutôt pas mal!), les cartes de crédit, la fission de l'atome, le rayon laser et avant que l'homme ne marche sur la Lune! Il n'y avait pas de produits surgelés, de lave-vaisselle électriques ni de vêtements sans repassage. Comment faisaient-ils?

Pour eux, le partage du temps, c'était le plaisir d'être ensemble, draguer signifiait tirer quelque chose de lourd. L'ordinateur était quelqu'un qui conférait un ordre ecclésiastique, une puce était un parasite et une souris était de la nourriture pour chat. Il n'y avait pas de courrier électronique ni de flirt par internet: pas de cœurs artificiels! Ils pouvaient se rencontrer sur des sites mais ceux-ci offraient un point de vue panoramique. Ils se sont d'abord mariés avant de vivre ensemble. Suranné, n'est-ce pas?

Ils datent de l'ère d'avant les crèches et les Pampers. Ils n'avaient jamais entendu parlé de jeunes gens portant une boucle d'oreille. Une personne gaie (gay) était quelqu'un qui mettait de l'ambiance en réunion. Les paraboles se trouvaient dans la Bible, pas sur les toits. Et quoi qu'ils pensent le « fast-food » n'est pas ce que l'on mange pendant le carême. Un joint empêchait un robinet de goutter, l'herbe était pour les vaches et le coke était entreposé dans la cave.

Ceux qui sont nés avant 1940, ils doivent être une race robuste, quand on songe à tous les changements qui ont bouleversé le monde et à tous les ajustements auxquels ils ont dû s'adapter. Pas étonnant qu'ils se sentent sûrs d'eux et prêts à affronter tous les défis, y compris l'euro électronique. Grâce à Dieu, Ils sont toujours là. Ils sont après tout, un bon cru et devrait nous inspirer le respect, à nous, „les jeunes” car comme le dit Marie-Jeanne: „C'est juste que nous avons un peu d'avance sur vous tous! Rien de plus!”

Olivier Dubert
Directeur Alliance Française
Debrecen (Hongrie)

La vieillesse, le vieillissement de la population, les « vieux », les « personnes âgées », le « moi, un peu plus tard » ; les déclinaisons du « nous tardif » existent à l'infini comme un océan sans limites qui nous porte à travers les courants de la vie.

Raymond Goyeau-Laurens
Animateur Radio Panik 105.4 FM



ALTERNATIVE CULTURE ET LA CAMPAGNE « J’AI UN PEU D’AVANCE »

Après cinq mois d’itinérance à Bruxelles et en Wallonie, au fil de l’eau, la péniche porte-drapeau de notre campagne de sensibilisation autour des aînés rentre à son port d’attache. « J’ai un peu d’avance – Le grand batelage des seniors », cela représente des mois de préparation, des repérages aux quatre coins de Wallonie et 20 points d’amarrage.

L’année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle a été pour Alternative Culture l’occasion de mobiliser plus d’une centaine d’associations. Au fil de l’eau, au rythme des écluses, à la rencontre des citoyens et de leurs élus, nous avons remis les aînés au centre de l’agora. Pléthore de projets ont été présentés, un dynamisme local et régional les ont bien souvent renforcés. Nous avons vécu la précarité de certains de nos « vieux » mais aussi assisté à des initiatives solidaires remarquables.

Mais quelle place occupent donc finalement les seniors dans notre société ?

Valides et moins valides, certains malades et isolés, d’autres actifs, « surbookés », branchés sur internet, grands-parents choyés ou malheureux, préoccupés par des pensions « peau de chagrin » ; des éléments à ne pas négliger pour tenter de trouver des réponses à cette question.

Nous avons préféré laisser, non pas le mot de la fin, mais plutôt le début d’une réflexion à aiguïser, aux visiteurs. A eux incombait d’inscrire dans des pages blanches d’un carnet de bord thématique leurs revendications. Il y a ceux qui ont osé en parler sans tabous et ceux qui n’ont rien eu à ajouter.

Une belle aventure qui se termine pour la journée internationale de la personne âgée.

Nous remercions la Wallonie, la Fédération Wallonie-Bruxelles, la COCOF, la Région Bruxelles Capitale, Présence et Action Culturelles, la Belgacom Foundation, les 19 villes étapes pour leur soutien qui a permis à la campagne d’exister.

Nous remercions aussi les artistes qui ont, généreusement, mis à la disposition du projet leur créativité et leur temps. Patrick de Froidmont, Claudine Celva, Cécile Hupin, l’asbl Entr’âges. Sans oublier de citer Sylvie Moris, pour le crédit photos, les remarquables clichés pris à Bruxelles, la participation exceptionnelle des péniches Fulmar et Loft Boat lors du lancement de la campagne.

EUROPE

Quelle place en Europe pour les personnes âgées ?

Annette Dumas – Consultante Affaires Européennes – Bruxelles (Belgique)

'J'ai un peu d'avance – Le grand batelage des seniors' organisé par l'asbl Alternative Culture contribue au débat sur la place et le rôle des personnes âgées dans notre société, un sujet d'actualité en cette année Européenne consacrée au 'vieillissement actif et la solidarité intergénérationnelle'. Le vieillissement de la population et ses conséquences économiques, sociales et culturelles ainsi que la crise économique imposent aux acteurs politiques Européens et nationaux de prendre des mesures concrètes et efficaces pour répondre à ces défis. La tâche est périlleuse mais elle s'impose.

Le défi démographique

La structure démographique de l'Union Européenne (UE) est en pleine mutation car sa population vieillit¹: début 2010, on comptait 87 millions de personnes âgées de 65 ans ou plus, soit plus de 17 % de la population totale. Selon les prévisions, d'ici 2060, environ 30 % de la population de l'UE aura plus de 65 ans. L'augmentation du nombre des « personnes les plus âgées » (celles de plus de 80 ans) est particulièrement marquée. Toujours selon les prévisions, le pourcentage des plus de 80 ans devrait quadrupler entre 1990 et 2060. Jusqu'en 2060, l'espérance de vie à la naissance devrait augmenter de 7,9 ans pour les hommes et de 6,5 ans pour les femmes.

Les effets du vieillissement démographique se feront sentir dans tous les pays d'Europe. Toutefois, certaines régions seront plus touchées que d'autres. En 2030, le pourcentage de la population âgée de plus de 65 ans devrait se situer entre 10,4 % et 37,3 %, selon les régions. Les prévisions relatives au ratio de dépendance des personnes âgées (nombre de personnes âgées par rapport au nombre de personnes en âge de travailler) varient fortement entre les régions. Par exemple, le ratio le plus élevé, 70 %, se situe dans le Chemnitz (une région de l'ancienne Allemagne de l'Est, qui connaît une émigration significative) et le ratio le plus faible, 15 %, se situe dans le centre de Londres, une région qui attire beaucoup de jeunes et de travailleurs.

Impact du vieillissement sur la société

La durée de vie a régulièrement augmenté au cours des 100 dernières années dans l'UE et taux de fertilité a fortement baissé au cours des dernières décennies. Ces deux développements ont un impact sur le vieillissement de la population. Ils se sont enracinés depuis une trentaine d'années et il semble que cette tendance va perdurer pendant le prochain siècle.

Ces changements démographiques sont un défi majeur pour les individus et leur famille (en termes de retraite, accès aux soins de longue durée, activité professionnelle, prise en charge de personnes dépendantes) et auront un impact sur l'organisation du travail et des marchés.

Il est impossible d'ignorer le fait que ces mutations démographiques auront des répercussions sociales, économiques et budgétaires majeures.

¹ The 2012 Ageing Report, Economic and budgetary implications for the 27 Member States (2010/2060), European Commission, Economic and Financial Affairs, 470 p.

http://ec.europa.eu/economy_finance/publications/european_economy/2012/pdf/ee-2012-2_en.pdf

Afin de bien cerner les défis posés par le vieillissement de la population, il convient d'avoir une idée à long terme de ces défis :

- poids du vieillissement de la population sur les budgets publics et les systèmes fiscaux, sur les retraites et systèmes de sécurité sociale,
- nécessité d'ajuster l'économie et en particulier les lieux de travail à une population active vieillissante, d'évaluer les carences possibles dans le marché du travail alors que le nombre de personnes en âge de travailler diminue,
- besoin de plus de professionnels de santé qualifiés,
- nécessité de programmer une plus grande demande auprès des services de santé et des soins de longue durée (en institutions),
- gestion d'un conflit potentiel entre les générations au sujet de la distribution des ressources.

Alors que beaucoup d'Européens âgés ont une vie active, en bonne santé et participative bien après avoir pris leur retraite, il ne faut pas oublier que d'autres doivent faire face à des problèmes tels que la pauvreté, la maladie, le handicap qui les confinent chez eux ou affectent leur style de vie.

Impact de la crise économique

Le contexte est ternes : les chiffres sur la santé présentés par l'OCDE² en Juin 2012 montrent que les dépenses de santé ont enregistré en 2010 un fort ralentissement, voire une baisse en termes réels dans la quasi-totalité des pays de l'OCDE, inversant ainsi une tendance à long terme de progression rapide. Les chiffres préliminaires pour un nombre limité de pays laissent présager pour 2011 une augmentation faible, voire inexistante. Au cours des années, diverses mesures ont permis de réduire les dépenses publiques : baisse des salaires et des tarifs payés aux professionnels, réduction du nombre de professionnels de la santé, réduction des coûts administratifs des Ministères de la Santé et des prix des services de santé remboursés par le régime public, suspension des plans d'investissement, soins et chirurgie ambulatoires plutôt que des hospitalisations, utilisation plus grande de médicaments génériques, augmentation des montants à la charge des patients pour les médicaments et les appareils médicaux délivrés sur ordonnance.

La crise économique que nous traversons met en péril le modèle social européen basé sur le principe de solidarité, redistribution des ressources et cohésion sociale. Elle accentue les inégalités entre les citoyens et les Etats Membres. Il est reconnu que certaines catégories de la population, telles les personnes avec un petit revenu (personnes âgées, retraités, sans emplois, étudiants, femmes...) doivent de plus en plus souvent faire des choix pour leurs dépenses : très souvent, ces personnes renonceront aux dépenses médicales (consultations médicales et achat de médicaments). Très souvent, elles réduiront aussi leurs dépenses d'alimentation et chauffage, mettant leur santé en péril.

Dans ce contexte, trouver un équilibre entre la pérennité des services de santé et services sociaux, les impératifs économiques engendrés par la crise et les besoins croissants entre

2

OECD Health Data - Base de données sur la santé 2012 -

<http://www.oecd.org/fr/sante/politiquesetdonneesurlasante/basededonneesdelocdesurlasante2012.htm>

termes de santé et protection sociale d'une population vieillissante est un exercice périlleux pour les acteurs politiques nationaux et européens.

Le défi de la solidarité intergénérationnelle imposera aux acteurs politiques de proposer un système qui unira ceux qui contribuent à la société et répondra aux besoins bien spécifiques d'une population plus âgée. Seule une responsabilité partagée permettra à un accès aux soins à la population qui en a besoin plutôt qu'un accès aux soins que ces personnes pourront effectivement se permettre.

Dans ce contexte économique et politique particulier, la capacité des acteurs politiques nationaux et européens à engager sérieusement des réformes de santé et réformes sociales seront également un atout pour redresser le déficit de confiance que les citoyens peuvent leur porter.

Comment répondre à ces défis ?

Plusieurs mesures tentent de répondre à ces défis :

- promotion de la participation active des personnes âgées, par exemple en adaptant l'âge de la retraite à l'espérance de vie,
- mise en place de services de santé efficaces et accessibles qui favorisent le diagnostic précoce des maladies et permettent aux personnes âgées à se maintenir en bonne santé et vivre de façon autonome,
- revenus suffisants pour les personnes âgées, généralement grâce à une pension ou un soutien, une aide afin de leur permettre de vivre en dehors de la pauvreté et de façon autonome.

Le rôle de l'Union Européenne

Il faut tout d'abord souligner que l'organisation des services de santé et protection sociale restent avant tout une prérogative des Etats Membres (principe de subsidiarité) : l'UE ne peut suppléer aux décisions des autorités nationales dans ces domaines³. Par contre, l'UE dispose d'une compétence pour mener des actions pour appuyer, coordonner ou compléter l'action des Etats membres. Elle peut donc identifier des problèmes communs aux Etats Membres, proposer des solutions, encourager les Etats Membres à partager leurs expériences, leurs bonnes pratiques et à collaborer sur des sujets bien particuliers. L'UE peut aussi apporter des financements pour soutenir la mise en place des politiques nationales, favoriser la coordination des politiques.

Les initiatives Européennes

Quel est le postulat Européen actuel ? La mise en place de mesures d'adaptation rapides et sur mesure permettront d'atténuer les conséquences du changement démographique. Il convient de changer notre façon de concevoir le vieillissement. Le vieillissement de nos sociétés ne doit plus être considéré comme un fardeau mais plutôt comme une opportunité : opportunité à la fois de créer de nouvelles formes d'activités et de solidarité au sein de la société et de stimuler la croissance et la compétitivité Européennes.

Ceci passe par une nouvelle approche basée sur l'innovation, innovation qui doit être à la fois sociale et technique.

³ Traité de Lisbonne, 2009

http://europa.eu/lisbon_treaty/full_text/index_fr.htm

- **'Europe 2020'**

'Europe 2020'⁴ est la stratégie de croissance et d'emploi intelligente, durable et inclusive mise en œuvre par l'UE pour cette décennie. Elle a pour objectif de créer une économie fondée sur la connaissance et l'innovation, créatrice d'emplois, de cohésion sociale et territoriale. Seules de nouvelles solutions permettront de faire face aux mutations démographiques que connaissent aujourd'hui nos sociétés.

Pour atteindre ces objectifs, il convient de mener des politiques de vieillissement actif et de solidarité entre les générations. La croissance implique de trouver des moyens innovants et flexibles qui permettront aux individus de travailler plus longtemps, d'exploiter les marchés des services et des produits à l'intention des personnes âgées, d'aider les citoyens à vieillir en bonne santé et de façon active afin d'éviter de surcharger les services publics, d'offrir des opportunités et une bonne qualité de vie aux personnes âgées.

- **De nouvelles compétences pour de nouveaux emplois**

'De nouvelles compétences pour de nouveaux emplois'⁵ est une initiative orchestrée par la DG Affaires Sociales et Emploi de la Commission Européenne qui s'intègre dans la stratégie de croissance de l'Europe 2020'. Ses objectifs sont d'abaisser le taux d'abandon scolaire à moins de 10 %, de porter à 40 % au moins le nombre de jeunes inscrits dans l'enseignement supérieur ou suivant une formation professionnelle de niveau équivalent et réduire d'au moins 20 millions le nombre de personnes touchées ou menacées par la pauvreté et l'exclusion sociale.

Par des mesures concrètes, cette stratégie doit permettre de mieux anticiper les besoins futurs en matière de compétences, de mieux adapter les qualifications aux besoins du marché du travail et de rapprocher les mondes de l'éducation et du travail : accélérer les réformes afin d'améliorer la flexibilité et la sécurité sur le marché du travail (la 'flexicurité'), donner aux travailleurs les qualifications requises pour les emplois d'aujourd'hui et de demain, améliorer la qualité des emplois et garantir de meilleures conditions de travail, améliorer les conditions favorisant la création d'emplois.

- **Le partenariat européen d'innovation pour un vieillissement actif et en bonne santé**

Les 'Partenariats Européens d'Innovation' sont un des piliers de la stratégie 'Europe 2020'. Ils permettent de mobiliser des partenaires européens, nationaux, régionaux, locaux, publics et privés pour atteindre des buts bien définis dans des domaines qui combinent les défis sociaux et le potentiel pour l'Europe de devenir un leader économique mondial.

En 2012, la Commission Européenne a mis en chantier un projet : le 'Partenariat européen d'innovation pour un vieillissement actif et en bonne santé'⁶.

Ce Partenariat vise à augmenter de 2 ans la durée moyenne de vie en bonne santé d'ici 2020. Ceci serait une triple victoire pour l'Europe : 1) permettre aux citoyens européens de mener une vie active, en bonne santé et de façon autonome alors qu'ils

⁴ http://ec.europa.eu/europe2020/index_fr.htm

⁵ <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=568&langId=fr>

⁶ http://ec.europa.eu/health/ageing/innovation/index_fr.htm

vieillissent, 2) améliorer la pérennité et l'efficacité des systèmes de santé et services sociaux et 3) stimuler et améliorer la compétitivité des marchés, proposer des produits et services innovants afin de créer de nouvelles opportunités commerciales et compétitives.

La promotion du vieillissement actif et en bonne santé doit permettre de créer de nouveaux modèles économiques et sociétaux fondés sur une plus grande solidarité et coopération entre et au sein des générations. L'individu vit certes plus longtemps mais, s'il reste aussi plus longtemps en bonne santé, la demande en services de soins de santé et d'aide n'augmentera pas à la même vitesse que le nombre de personnes âgées.

Suite à une consultation publique, la Commission Européenne a organisé divers ateliers de travail avec des parties prenantes puis un Plan Stratégique a été élaboré. Il comprend actuellement 6 priorités : 1) adhésion au traitement prescrit, 2) prévention des chutes, 3) prévention du déclin fonctionnel et de la fragilité, 4) soins intégrés pour les maladies chroniques, 5) vivre de façon autonome et 6) environnements âge admis.

La Commission a ensuite lancé un appel à partenaires soucieux de s'engager afin d'apporter des réponses concrètes à ces priorités. Puis des groupes de travail se sont constitués afin de définir les objectifs, moyens et suivis des résultats pour chaque priorité. Des résultats concrets devraient être présentés en 2013/2014.

- **Livre Blanc sur les retraites**

En février 2012, la Commission Européenne a présenté son Livre Blanc sur les retraites⁷, une stratégie pour des retraites adéquates, sûres et viables.

À moins que les femmes et les hommes, qui vivent plus longtemps, travaillent également plus longtemps et épargnent davantage pour leur retraite, l'adéquation des pensions ne pourra plus être garantie. Il est urgent d'élaborer et d'appliquer des stratégies globales d'adaptation des systèmes de retraite à l'évolution économique et démographique. Les défis sont de taille, mais ils pourront être relevés si des politiques adéquates sont mises en place.

Le Livre Blanc de la Commission identifie les défis actuels auxquels les Etats Membres doivent faire face en matière de retraite (viabilité financière, maintien de l'adéquation des prestations de retraite, nécessité d'accroître le taux d'activité des femmes et des personnes âgées). Il expose la nécessité de réforme dans le domaine des retraites (entre autres, trouver un équilibre entre la durée de la vie professionnelle et la durée de la retraite).

Dans le cadre de la stratégie 'Europe 2020', la Commission Européenne surveillera de près et encouragera les réformes des retraites et du marché du travail au niveau national. La Commission renforcera également son soutien à la coordination des politiques et à des actions communes visant à permettre et à encourager une sortie plus tardive des travailleurs âgés, les femmes en particulier, du marché du travail.

⁷ Livre Blanc - Une stratégie européenne pour des retraites adéquates, sûres et viables, Commission Européenne, DG Affaires Sociales, Emploi et Inclusion, 2012, 44 p.
<http://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=fr&catId=89&newsId=1194&furtherNews=yes>

Au cours de 2012, 'Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle', la Commission effectuera un travail de sensibilisation aux avantages et aux opportunités d'une sortie plus tardive du marché du travail, et encouragera la diffusion des bonnes pratiques en matière de gestion des âges sur les lieux de travail et les marchés du travail.

- **2012 «Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle»**

En réponse aux défis démographiques auxquels l'Europe fait face, l'Union européenne a proclamé 2012 «Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle»⁸.

Cette Année européenne a pour objectif général de faciliter la création d'une culture du vieillissement actif en Europe, sur la base d'une société pour tous les âges. Puisque les Européens vivent plus longtemps et en meilleure santé, les États membres doivent chercher des moyens d'intégrer davantage les personnes âgées dans la société et de les maintenir actives.

Pour atteindre cet objectif, les responsables politiques et les parties prenantes doivent œuvrer de concert à l'amélioration de la situation dans des domaines aussi variés que l'emploi, les soins de santé, les services sociaux, la formation des adultes, le volontariat, le logement, les services, informatiques et les transports.

L'Année européenne 2012 sensibilise l'opinion publique à la contribution que les personnes âgées apportent à la société et met en évidence de nombreux exemples de bonnes pratiques visant à faciliter le vieillissement actif. Mais avant tout, elle servira à mobiliser les responsables politiques et les acteurs concernés, à tous les niveaux, et à les inciter à se fixer des objectifs et à agir.

- **Le Programme d'Action Européen pour la santé (2014-2020)**

Ce nouveau programme proposé par la Commission Européenne précise les priorités de l'Union Européenne en matière de santé pour la période 2014-2020⁹. Il a pour objectifs généraux d'aider les États membres à encourager l'innovation dans les soins de santé et à accroître la viabilité des systèmes de santé, ainsi qu'à améliorer la santé des citoyens de l'Union.

La santé a une place importante dans la stratégie 'Europe 2020'. Ce n'est pas seulement une valeur en soi, c'est aussi un facteur de croissance.

Le programme proposé s'attarde sur des maladies que l'on peut prévenir et qui, si elles sont évitées, permettront à la population de rester en bonne santé et contribuer à l'essor économique européen. Le programme néglige par contre les défis engendrés par le vieillissement de la population et leurs conséquences en termes de santé publique ainsi que les conséquences économiques et sociales.

La réalité est qu'il y a des maladies que l'on ne peut prévenir (maladies neurodégénératives par exemple) et qui ne permettent pas aux personnes atteintes

⁸ <http://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=89&langId=fr&newsId=860>

⁹ <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2011:0709:FIN:FR:PDF>

d'être actives au sein de la société. De plus ce sont des maladies invalidantes, avec perte d'autonomie. Et certaines maladies, comme la maladie d'Alzheimer, sont des maladies liées à l'âge. Dans le contexte, il est important que le programme ne focalise pas seulement sur les maladies qu'il est relativement aisé de prévenir, mais accorde aussi une place à ces maladies bien particulières.

Au moment de l'impression de cet article, la position du Parlement Européen et du Conseil sur la proposition de la Commission ne sont pas finalisées.

- **Le Semestre Européen**

La crise a montré à quel point les économies sont interdépendantes. C'est pour cela qu'en 2011 la Commission Européenne a introduit le 'Semestre Européen' afin d'assurer que des actions concertées sur des politiques clés sont mises en place au niveau Européen avant que les décisions soient prises, et non après. Les Etats Membres sont donc tenus de présenter à la Commission Européennes leurs programmes de stabilité et de convergence ainsi que leurs programmes de réformes nationales.

En mai 2012, la Commission Européenne a présenté aux Etats Membres des mesures concrètes pour leur permettre de relancer leur économie et créer des emplois ainsi que des recommandations individuelles pour leur politique économique (finances publiques et réformes structurelles). Ceci devrait leur permettre de préparer et adapter leurs budgets pour la période 2012-2013.

Bien souvent, les acteurs sur le terrain regrettent que les initiatives politiques soient éloignées de la réalité. Or, des initiatives, telle celle d'Alternative Culture, permettent de réunir autour d'une même cause des acteurs politiques locaux et nationaux, des professionnels, des bénévoles, des ONGs afin d'établir – voire rétablir – un dialogue. C'est aussi l'esprit des initiatives européennes qui préconisent un dialogue avec ces mêmes acteurs. La volonté de travailler ensemble et partager des bonnes pratiques sont les moteurs de ces initiatives. Le carnet de bord de ce grand batelage des seniors est sans aucun doute une pierre à l'édifice.

THÉÂTRE

Le théâtre pour dire et agir ...

Violine Langlais - l'asbl Ag'y sont - Tournai

« AG'Y SONT : parce que tous les âges y sont ! »

L'atelier théâtre « Pour Dire et Agir »

Dans le cadre des actions d'éducation permanente de l'asbl AG'Y SONT, de jeunes retraités – et des jeunes « tout court » - se réunissent tous les lundis en vue d'un atelier théâtre.

S'exprimer, réfléchir, confronter leurs points de vue, découvrir l'art dramatique sont les objectifs de ces rencontres hebdomadaires. Mais pas seulement ! Les créations théâtrales s'exportent dans les classes, les associations, les institutions. Chaque représentation est suivie d'un échange entre les comédiens et le public.

Parler du vieillissement ? *Ouais, bof, on le vit, on va pas en faire un fromage !*

Sans enthousiasme débordant, le groupe démarre ses recherches, entame des improvisations sur le thème, amène des articles, discute, échange et s'interroge.

Vivre en maison de repos, vieillir seuls, être décalés par rapport au rythme des plus jeunes font peur à certains. D'autres s'enthousiasment que les retraités du 21^{ème} siècle – à l'instar de leurs parents – soient plus assertifs et plus épanouis dans leur sexualité. On s'interroge aussi sur le nouveau marché économique que constituent les « vieux », sur l'influence de la publicité et des médias sur leur comportement et leur consommation. *Être active, « rester dans le coup » est devenu une obligation ! Ai-je encore le droit de vieillir ?* S'exclamera une des comédiennes.

Après la réflexion, laissons place à la mise en scène ! Mettre des images sur des mots. Mettre du rire là où parfois « ça donne à pleurer ». Et c'est ainsi que « *le Gang des vieux* » est né : une courte capsule théâtrale drôle et émouvante sur le vieillissement, accompagnée d'un chant tant engagé que touchant.

EXTRAIT DU « GANG DES VIEUX » :

« Nous sommes ces vieux vivants, ouverts au monde et à ses changements mais nous n'avons pas les yeux fermés et notre bouche, nous comptons l'ouvrir, jusqu'à notre mort. Nous n'avons pas non plus les réponses à toutes les questions que nous nous posons mais au moins on s'interroge, on se réunit, on cherche, on avance, on recule, on s'invente, on reste vivants. »

CHANT : « LE GANG DES VIEUX »

Nous les plus d'soixante
En forme, dynamiques et ridés
On cherche, on avance
On reste branchés
Nous sommes le gang des vieux

Nous ne pardonnons pas,
Si nous oublions, d'autres se souviennent
On ne laisse pas tomber la vie
C'est dit

Les medias nous disent
Que l'papy-boom arrive en force
Désolés les jeunes,
Va falloir casquer,
On a bien profité mais pas pensé à vous
Alors échangeons,
Discutons, progressons,
On ne laisse pas tomber la vie
C'est dit

Nous le gang des vieux
C'est décidé, nous militons
Abat l'économie,
Qui laisse les bannis
Ouvrons la bouche
Assumons nos rides
Jeunes et vieux
En riant ensemble
Vivons pour le mieux
On ne laisse pas tomber la vie
C'est dit

En quelques mots...

L'asbl AG'Y SONT a été créée en 1993 lors de l'année européenne des personnes âgées et de la solidarité entre les générations. L'association développe différents pôles d'action : l'animation, la sensibilisation/réflexion et la citoyenneté. Elle est une asbl ressource dans le domaine de l'intergénérationnel et des séniors.

Ses objectifs sont :

- recréer des liens de solidarités, des échanges entre les générations ;
- mettre en valeur les richesses et les spécificités de chaque classe d'âge, les faire partager ;
- promouvoir une éducation au dialogue, à l'entraide, à la solidarité, au respect ;
- transformer l'image parfois négative de la vieillesse, revaloriser la personne vieillissante en créant des réseaux sociaux et lui permettre de (re)prendre un rôle actif, utile dans la société ;
- lutter contre l'exclusion des plus âgés ;
- sensibiliser des générations à la nécessité de mettre en œuvre des programmes intergénérationnels.

MOUVEMENT

Yoga et troisième âge

Marie-Josée Evert, licenciée en biologie – CFEY (Centre pour la Formation des Enseignants de Yoga) 1992

Il y a des gens qui naissent vieux, des vieux qui restent jeunes.

J'ai choisi ce sujet ayant plusieurs élèves dans la septantaine, certains même ayant atteint plus de 80 ans, voire plus de 90. La plupart n'avaient jamais pratiqué le yoga.

Très vite un groupe devient très sympathique, dynamique, spontané, régulier, aimant le cours et ne ratant un cours que pour des raisons incontournables. N'empêche qu'il arrive parfois qu'un élève plus jeune soit amené à venir suivre un cours, et c'est chaque fois avec le plus grand plaisir de part et d'autre.

Notons d'abord que les « **anciens** » au cours de l'histoire, dans beaucoup de sociétés, étaient respectés et appréciés pour leur **sagesse**. Ce sont ceux qui ont de **l'expérience**. (Le mot prêtre » vient de *presbus* en grec qui veut dire âgé, ancien donc celui qui a sagesse et expérience.)

YOGA « POUR » le 3^{ième} âge ou YOGA « ET » 3^{ième} âge ?

Il n'y a pas **UN** yoga spécial pour le 3^{ième} âge, il y a **LE** yoga. A chacun, quel que soit son âge, sa morphologie, ses tendances, ... d'entreprendre ce qu'il peut, suivant le moment, cela est vrai à tous les stades et situations de la vie.

Loin de moi l'idée de donner une série de recettes spécifiques. L'adaptation est indispensable pour tout professeur vis-à-vis du groupe auquel il s'adresse. Mon propos, ici, est de présenter quelques **considérations et observations à l'occasion d'un cours pour personnes âgées**.

Principales difficultés rencontrées

D'une part il y a l'aspect **psychologique** d'autre part les possibilités **physiques** et **physiologiques** de chacun. Je pourrais d'emblée retenir les **principales difficultés**. Il ne faut pas toujours atteindre le « 3^{ième} âge » pour avoir :

arthrose du cou, du genou, douleurs lombaires, hypertension, souffle court, difficulté de coordination des mouvements, difficulté de mémorisation des mouvements, surtout les enchaînements, manque d'élongation et raideur de certains muscles, avec, en particulier la quasi impossibilité de prendre la position « en diamant », moins d'équilibre. Pas question de poses sur la tête ou de lotus....

Côté positif, il faut relever spécialement, une bonne, très bonne volonté, avec un désir de régularité et de persévérance.

Le groupe aime le cours pour l'exercice physique, mais aussi pour l'ambiance ressentie pendant le cours et le plaisir de se retrouver, plaisir qui se consolide au fur et à mesure des séances.

- **Aspect psychologique**

Une vieillesse de qualité n'est pas un cadeau, elle se prépare et s'entretient.

Eviter le repliement sur soi-même et pour cela accepter sereinement ce qu'on ne peut plus ni changer ni éviter. Chacun sait qu'il ne regagnera pas la souplesse et les possibilités de ses 20 ans, mais il ne faut pas capituler, on est parfois étonné comme on peut reculer ses limites.

S'adapter avec souplesse. Un bon exercice dans cette optique sera la pratique de postures, de suites de mouvements. Bénéfique aussi l'attention nécessaire aux équilibres.

Actuellement la personne âgée inactive dans le monde des affaires a moins de finalité sociale. L'obligation de la prise de pension avec la perte de travail, perte de responsabilités, perte de contact avec le milieu de travail, entraîne souvent un saut, trop brusque dans le monde du « 3^{ème} âge ». Mais n'y a-t-il que le « travail » dans le sens de travail rémunéré ?

Souvent la cessation d'activité professionnelle est synonyme d'inactivité, mais ce n'est heureusement pas toujours vrai, il faut **trouver d'autres activités, diversifier**, par exemple choisir de venir à un cours de yoga, prendre le rythme qui convient. Une certaine continuité entre l'âge adulte et le « 3^{ème} âge » est possible surtout pour celui qui sait gérer son temps et trouver des activités, éventuellement différentes.

« On vieillit comme on a vécu, ... La vieillesse ça se prépare, ... »

Belle idée, vraie, mais qui peut être profondément décourageante pour qui s'aperçoit qu'il n'a pas bien vécu, qu'il n'a pas bien préparé sa vieillesse. Sans brusquerie, tant du point de vue du mental que celui du corps se dire que **rien n'est inéluctable**, tant dans sa tête que dans son corps, l'un aidant l'autre. On ne peut guérir de la vieillesse (encore qu'on pourrait discuter s'il s'agit vraiment de « maladie ») mais on peut la **vivre le mieux possible**.

Comprendre le **besoin de relation** avec autrui, le plaisir de se retrouver. Un cours de yoga peut y répondre.

La vieillesse est souvent identifiée à **passivité**. C'est dommage ! Une atmosphère vivante, chaleureuse à l'occasion des cours de yoga, l'accueil, un professeur qui sait éviter de « faire à la place » ou de sous-estimer les possibilités, de trop diminuer une difficulté, ... tout cela peut être super bénéfique.

La façon de pouvoir vieillir est importante. L'idée d'être trop au calme, trop se reposer, devient rapidement insupportable. **L'excès de calme, ou le calme proposé avant le temps, nuit plus qu'il n'est bénéfique.**

- **Conscience du corps et éducation**

Dès la naissance, le corps a trop souvent été « **rigidifié** », enveloppé dans sa couche. Surtout jusqu'il n'y a pas si longtemps, pour les femmes souvent, s'est installée une rigidité posturale : corsets, s'asseoir en ayant les jambes bien rapprochées, et autres artifices de la mode.

Parfois le **mépris** du corps s'est incrusté si tenacement que le corps a parfois été synonyme de débauche. Au lieu de le considérer comme étant « nous », complice, ami et non esclave.

Qui ne connaît la conception classique pour laquelle le « **corps-machine** » représente l'opposé de l'âme, celle-ci étant l'élément essentiel de la personne. Le dualisme âme-corps s'est encore aggravé à l'époque de Descartes.

Il n'y a pas si longtemps pour les filles et les personnes âgées il n'y avait pas beaucoup de possibilités de faire du sport. Même les cours de gymnastiques étaient encore très « doux ». Ceci me fait penser à ma tante, morte à 106 ans, donc une jeunesse de fin des années 1800. Il n'y avait pas encore d'écoles de **gymnastique pour filles** ! Il lui avait fallu prendre des cours particuliers pour parvenir à l'obtention d'un diplôme de «gymnastique suédoise».

Quelle image beaucoup de personnes se font-elles de leur corps, du lien dynamique des différentes parties entre elles et avec la **totalité de la personne** ? Le corps n'est pas un ensemble d'éléments disparates. Rappelons que « LE TOUT est plus que la somme de chacune de ses parties ».

Dépasser les gestes mécaniques auxquels manque la portée nécessaire pour qu'ils paraissent humains. Eveiller l'attention, condition première pour parvenir au développement de la perception de l'intérieur.

La limitation à la seule dimension du corps conduirait à ne prendre en considération que l'expérience irréfléchie de la personne. Il faudra apprendre ou réapprendre à **dialoguer avec son corps**. Ne pas seulement lui commander, à sens unique, à longueur de journée : « toujours vite, plus vite, toujours mieux, quand on le veut et comme on le veut ... » mais aussi savoir l'écouter, comprendre le langage du corps, de son corps. Bref ne pas le considérer juste comme un esclave fidèle.

Lui, le corps, ne parle, ni en français, ni en latin, ou chinois... il **parle par ses ambiances**, ressenties de l'intérieur. Si on ne l'écoute pas, tôt ou tard, il prendra sa revanche.

Et sa manière à lui de se faire écouter sera la maladie, la dépression ou le stress et autres ennuis qui s'installent progressivement, sournoisement souvent.

- **Considérations d'ordre physiologique**

Biologiste, je n'ai pu m'empêcher de me pencher sur le problème de la physiologie. Ayant vu dans un compte rendu de conférence de Philippe van den Bosch de Aguilar, professeur à l'UCL, le 17 mars 1990, que

*« Le vieillissement s'accompagne d'une diminution progressive de l'ensemble des capacités vitales qui conduit l'organisme à son seuil létal (mortal). **Entre l'âge de 30 et 80 ans, on estime la perte chez l'homme, de :***

*10% pour la conduction nerveuse,
15 % pour le métabolisme basal,
25% pour le travail rénal,
35% pour la capacité cardiaque,
50% pour la capacité pulmonaire.*

*Cette perte, régulière, a été étudiée sur l'ensemble de la population ; elle montre des **variations importantes** lorsqu'elle est examinée **au niveau individuel.** »*

Cela m'a portée à réfléchir. « *Au niveau individuel* », donc à chacun de se prendre en charge. Le yoga peut-il nous aider ?

Il faut moins viser à vivre plus longtemps qu'à vivre mieux plus longtemps. Une période d'involution suivie de mort, après un début de vie marqué par l'évolution, est le **lot**, non seulement de tous les être vivants, mais de tout ce qui fait partie de notre univers. Les étoiles aussi naissent, vivent et meurent.

J'ai ainsi été amenée à réfléchir aux principales fonctions de notre corps face au yoga.

- **La respiration**

J'ai été frappée de voir que c'est au point de vue de la RESPIRATION que l'on perd le plus. Or le yoga est basé précisément sur la respiration – clé, charnière, interprète, entre le corps et le mental. Le corps parle au mental via la respiration et réciproquement le mental parle au corps par la respiration. Il m'est sauté aux yeux que le yoga pouvait certes faire quelque chose, non seulement pour empêcher cette perte moyenne importante, mais pour améliorer la respiration.

Je serais curieuse de savoir ce que deviennent de telles moyennes de pertes pour ceux qui ont pratiqué le yoga régulièrement et depuis un certain temps. Pareille recherche me demanderait l'arsenal d'un laboratoire et du temps !

N'attendons pas de réponses chiffrées pour favoriser, dans les cours à des personnes âgées :

- la découverte, l'observation et la conscience de la respiration ;
- une respiration contrôlée, lente, aidée par le mouvement, et vice-versa, qui aide et balance le mouvement, amplifiée par la stimulation des centres respiratoires ;
- le souci d'augmenter la capacité pulmonaire par l'observation et la conscience des différents niveaux de la respiration et par des exercices, en particulier le travail sur chaque niveau : respiration basse, abdominale ou diaphragmatique, respiration moyenne avec écartement des côtes basses, respiration haute avec élévation des côtes supérieures, de toute la cage thoracique ;
- ne négliger aucun mouvement qui pourrait aider à augmenter cette capacité pulmonaire : flexions-extensions, torsions, étirements, et en particulier, la respiration dorsale insoupçonnée par beaucoup.

• La circulation

Dès la 20^{ième} année le débit cardiaque diminue progressivement, presque linéairement avec l'âge ; en même temps la pression artérielle et la résistance périphérique augmentent. Une meilleure CIRCULATION peut être obtenue par le mouvement, le travail des muscles, même en travail isométrique, et lié à une meilleure respiration. Sans oublier l'« effet torchon » : bien tordu le torchon humide prend ensuite mieux l'eau que s'il était sec. De même après une compression d'un organe ou d'un muscle ou son étirement, il y a ensuite un afflux de sang neuf.

Là où l'arthrose, usure, permet moins de mouvements, se rappeler les effets utiles et stimulants qui peuvent être obtenus par contractions isométriques des muscles. Ce qui signifie que le muscle travaille mais sa longueur ne change pas. Par exemple porter une lourde valise tout en restant immobile.

• Le système nerveux

Le cours de yoga est l'occasion de se souvenir des bienfaits des exercices de coordination des mouvements, des exercices d'équilibre avec toute la concentration qu'ils supposent, exercices d'attention soutenue et de prise de conscience de telle ou telle partie du corps, d'une ambiance.

Apprendre à commander telle ou telle partie du corps, dissocier bras, main, côté gauche ou droit, dissocier tensions dans le pied, le genou ou la jambe. Apprendre à ne mettre sous tension que la partie qui en a besoin. Pas de tensions inutiles. Pour cela avoir au préalable appris à prendre conscience de ses tensions. Apprendre à toujours mieux doser ses tensions, à contrôler ses gestes.

Apprendre à sentir, obtenir un lâcher prise conscient, indispensable pour arriver à une souplesse qui n'est souvent pas perdue à cause d'un muscle ou d'une articulation, la raideur souvent est dans la tête. Ne pas négliger de proposer des exercices avec mémorisation du mouvement, ou d'une suite facile de mouvements. Si souvent un exercice est bien fait une ou deux fois, puis tout s'embrouille, on ne sait plus ce qu'il fallait faire.

Les troubles de la mémoire peuvent être expliqués, au moins en partie, par une oxygénation restreinte des neurones du cerveau. Les individus jeunes exposés à une hypnose présentent les mêmes troubles mnémoniques. Le poids du cerveau représente approximativement 2 % du poids du corps – 1.400 pour 70 kg - alors qu'il consomme 20 à 25 % de l'oxygène absorbé !

Importante aussi la découverte et l'apprentissage de la détente et de la relaxation. Y aller progressivement, car il faut que ce soit accepté psychologiquement. Certains, viennent pour « bouger », avec l'espoir d'améliorer telle ou telle situation, et non pour « dormir ». Bouger, oui et comment donc ! Mais en « lâcher prise », ce qui signifie ne garder aucune contraction inutile ; juste ce qu'il faut.

Que de gaspillage inutile de notre énergie à une époque où l'on parle volontiers d'économiser l'énergie !

- **Les organes des sens**

Affinement de la VUE, exercices favorisant le travail des petits muscles oculaires, tant ceux de la musculature externe permettant le mouvement des globes oculaires que ceux, autonomes, de la musculature lisse, interne, auxquels on ne pense souvent pas et qui commandent l'ouverture diaphragmatique de l'iris. Pour les premiers citons par exemple les mouvements de la tête, « oui-non-peut-être », tout en fixant un point fixe. Pour les autres muscles, ceux de l'adaptation de l'iris, favoriser des exercices de passage de la lumière à une ambiance plus sombre et vice-versa. (Ne jamais regarder directement le soleil.) Quant à l'accommodation du cristallin, on pourra alterner vision de loin, puis de près, simplement tendre le bras fixer son pouce et tout en le regardant au plus net possible le rapprocher lentement des yeux.

L'**OUIE** profitera d'exercices d'attention, de concentration en apprenant à écouter, pas seulement entendre, puis ensuite s'extraire des bruits extérieurs, ceux dans la pièce, extérieurs à la pièce, puis en soi-même, entièrement attentif aux bruits intérieurs (pulsations cardiaques, ...).

L'**ODORAT** a un lien évident avec la respiration, surtout haute, consciente, dans le haut des narines. Distinguer la respiration ordinaire qui ne consiste qu'en une simple entrée et sortie de l'air, et celle, plus subtile, plus haute, qui permet de « sentir », de « goûter » un parfum. Les exercices de respiration alternée, avec conscience et observation de la narine qui travaille plus que l'autre sont très accessibles. Pour certains c'est une véritable découverte.

Le **TACT** mérite, lui aussi, une attention particulière, avec ses multiples aspects, pas seulement celui du bout des doigts, mais au niveau de tout le corps, sentir le contact du corps avec le tapis... C'est un sens souvent oublié et pourtant primordial. Lors du contact de la main sur une autre partie du corps, la main écoute le corps et le corps écoute la main. Le tact nous renseigne sur le chaud, le froid, la pression. La sensation peut être agréable, désagréable.

Le **GOUT** se prête moins bien à une attention spéciale lors d'un cours de yoga. Surtout, petit à petit, ne pas s'en tenir aux sens externes, les fameux « 5 sens », mais aussi apprendre à prendre conscience des sensations internes, PROPRIOCEPTIVES. Sentir, entendre les battements du cœur, sa respiration, sensation musculaire, tension-détente,

apprendre à être à l'écoute de l'intérieur. Sensations dans les différentes positions – couché, assis, debout – et affinée encore plus lors d'exercices d'équilibre. Notre français n'a pas de mot spécial le sanscrit, lui, a le mot *indriya*.

Nous sommes en plein dans la prise conscience des AMBIANCES. Découverte plus globale, qui est au début parfois même très difficile pour certaines personnes non entraînées et pour ceux qui viennent au cours de yoga uniquement pour « bouger ». En yoga il y a tellement plus que simplement « bouger ». Rappelons ce besoin d'écoute après chaque posture.

- **Les muscles**

Le tissu musculaire est touché par la dégénérescence de ses fibrilles. Son apogée, atteinte entre 20 et 30 ans, voit sa force fléchir ensuite progressivement. Rappelons que, à l'instar des cellules nerveuses, cellules hautement spécialisées et souvent longues, une cellule musculaire perdue ne se récupère pratiquement plus. Pas de division possible dans ces tissus sauf exceptionnellement. MAIS on peut, et cela se fait couramment (par exemple après une polio), éduquer d'autres fibres musculaires qui prendront le relais. On peut améliorer l'utilisation de nos muscles.

- **Hygiène de vie**

Je ne m'attarderai pas sur ce sujet qui n'intervient pas directement à l'occasion du cours de yoga proprement dit, mais plutôt sous forme de conseils lors de conversation. Ils sont souvent fort demandés et bien écoutés.

Une salle de cours bien aérée semble une première nécessité. Ni trop chaude, ni trop froide pour les temps de détente. S'ils le désirent leur donner la possibilité de mettre une couverture à ce moment.

La perte d'eau et l'accumulation de graisse se font progressivement. Il est utile de savoir c'est que nos centres régulateurs de la soif ne sont pas sensibles directement à la diminution de la quantité d'eau mais au volume de nos vaisseaux sanguins.

C'est pourquoi beaucoup de vieilles personnes, à cause de l'artériosclérose ont moins la sensation de soif et à cause de cela elles boivent trop peu. Il sera donc important à l'occasion des cours de yoga de rappeler ce besoin de boire, même si on n'a pas la sensation de soif.

Rappelons en particulier :

- Une vie saine **sans excès** d'alcool ou de tabac et aussi de café ; par contre boire beaucoup d'eau pure, des jus de fruits, ... Rappelons aussi pas d'excès dans les efforts, musculaires entre autres. **L'excès nuit en tout !** Pour l'alimentaire il ne manque pas de bons livres de diététique. Mais ne pas tomber dans un excès contraire et rester obnubilé, presque maladivement, sur une idée.

- **alimentation saine, variée**. Eviter les abus de café, de sel, de viande, ...

- **sommeil** suffisant,

- suffisamment d'**air**. Chambre bien aérée, promenades au grand air, ...

- suffisamment de **mouvements**. Ce sont nos muscles qui jouent le rôle de « cœur », de pompe pour notre circulation veineuse, celle du retour au cœur. La circulation sanguine apporte à nos cellules alimentation et joue aussi le rôle de « Monsieur-Propre ». **Bouger c'est la vie.**

CONCLUSIONS

Considérations à l'occasion du cours de yoga

Surtout ne jamais désespérer. Ici plus qu'ailleurs « **patience de longueur de temps** font plus que force et que rage ». Si on ne force pas, petit à petit on voit des mouvements difficiles, voire impossibles au début se faire comme d'eux-mêmes après un certain temps. Quand on force, on provoque une réaction de défense et alors plus de progrès possible, le corps reste sur sa défensive.

A l'appui de cette idée je signalerai ce **fait vécu**, tellement significatif.

X a 80 ans et marche, difficilement, très penchée en avant. Cela avait débuté par un mal aux genoux. Et pour les protéger elle marche de plus en plus penchée. Au début des cours, c'est la quasi impossibilité de se coucher sur le dos. Je me pose la question de plutôt envisager la position assise pour les relaxations. Mais voulant à tout prix faire comme les autres à force de coussins de tous côtés, X peut y arriver. J'observe qu'après relativement peu de temps, les coussins diminuent en nombre puis disparaissent les uns après les autres. Bientôt tous les coussins ont disparu. La position couchée ne pose plus de problème.

Déjà cette constatation était le meilleur encouragement tant pour la personne que pour son enseignante. Mieux encore, un jour, spontanément, et c'est ce « spontané » qui donne toute sa densité, son poids, sa force à sa réflexion. Voici que X, en position couchée de détente de début de cours, s'écrie « comme on est bien ainsi ». Cette idée spontanée fut immédiatement amplifiée par les autres. Ma réponse : « Tu, réalises, quel chemin parcouru ! » et cela progressivement sans agressivité. Et pour X quelle constatation encourageante, quel plaisir !

De même pour d'autres postures, la règle d'or demeure : ne jamais forcer, ce qui décourage et mène à une défense du corps.

ADAPTATION, voilà le mot clé. Ce qui signifie adapter le yoga à la personne et non la personne au yoga. Ceci dans le choix des exercices, dans leur approche, le meilleur moment pour les aborder, la durée adéquate et la manière de les présenter. Des adaptations, certes, cela est vrai à tout âge, compte tenu des morphologies, des situations, débutants ou anciens, ... Temps de canicule ou salle froide, heure du cours, ... **Surtout au 3^{ième} âge se souvenir que chacun peut être si différent, par sa morphologie, son entraînement, son histoire, sa motivation, ...**

Pas de recette générale. A chacun son vécu.

Accepter, et faire accepter si nécessaire l'intermédiaire d'une aide (tabouret, mur, corde, bâton, coussin, ...) mettant ainsi en jeu des muscles différents, en tous cas travaillant dans des conditions différentes, par une approche différente et progressive et aussi des connexions nerveuses différentes. Cette aide, parfois temporaire, peut parfois vite devenir très inutile.

Pas de « recettes ». Plutôt préparer et faire découvrir la position, placer sa respiration et la manière d'aborder un mouvement, une posture.

Installation d'un lâcher prise indispensable pour se sentir « bien » et pouvoir s'installer confortablement dans une posture, voire la garder plus longtemps.

Considération des différences morphologiques mais aussi psychologiques propres à chacun. Tôt ou tard viendra le « lâcher-prise ». Ne jamais capituler trop vite, ni complètement, parfois accepter, mais toujours bien s'adapter à ses possibilités du moment, sans jamais forcer, sans vouloir à tout prix.

Et ainsi progresser « *lentement mais sûrement* ».

Devenir, attentif, réceptif à sa propre sensibilité, à la perception du corps. Couché sur le sol, n'est pas synonyme de passivité, au contraire cela permet en lâcher prise d'être plus attentif. Le corps devient un ami et non plus un esclave. Tout ce que nous avons appris depuis notre naissance nous est venu d'abord par l'intermédiaire de nos sens, donc bien par notre corps.

Comprendre, reconnaître, admettre la fragilité, la délicatesse de nos articulations, de nos sens, de notre corps en général. Il ne sert à rien de forcer à tout prix. Pas de volontarisme, ce que je traduirais par l'idée de s'accepter « ici et maintenant » ; ce qui signifie apprendre à s'écouter calmement d'abord, avoir la patience nécessaire avec soi-même mais surtout ne jamais capituler.

Chacun son rythme, certaines personnes ralentissent inévitablement ou volontairement, d'autres au contraire essaient de faire « vite » et en force pour montrer aux autres et à eux-mêmes « qu'ils savent encore », comme l'enfant qui veut montrer « qu'il sait déjà ». Mieux vaut faire lentement et goûter, s'intérioriser que forcer ce qui peut être parfois dangereux.

A chacun de percevoir, découvrir, et connaître, voire accepter, ses possibilités réelles. Que la douceur prenne la place des mouvements brusques. Rythme et non routine, et non répétition monotone et inconsciente.

Pour certains c'est trop, pour d'autres pas assez. Plusieurs, sans s'en rendre compte, n'entendent plus bien, hésitent. Il leur faut alors pouvoir regarder ce que l'enseignant montre.

Au professeur de veiller à parler lentement, distinctement, d'articuler. de trouver la bonne place pour être vu et entendu. Ne jamais parler en circulant, c'est terriblement désagréable. S'adapter oui, mais rester, sans tension juste au niveau du seuil supérieur. Ne pas abdiquer, se replier sur soi-même et renoncer au cours et à l'effort.

Faire ressortir, percevoir, mémoriser et, les conditions de détente corporelle, respiratoire, psychologique et mentale. Autrement dit le « lâcher prise » aux trois niveaux, somatique, respiratoire et mental. Certains se méfient, ont peur des exercices de concentration sur soi, de l'auto observation.

Importance non seulement de la voix de l'enseignant, mais aussi un sourire authentique et non fabriqué. Savoir moduler un commandement, sans imposer. Un timbre de voix agréable, une parole chantante, modulée est plus agréable et tout passe avec plus de fluidité.

Le toucher est bien perçu par certains, moins par d'autres. **Ne pas forcer, laisser le temps agir progressivement.** Au professeur d'aider à apporter par une attitude, une parole, une bonne préparation la sécurité attendue.

Les exercices d'équilibre, bien dosés, répétés sont des plus profitables, importants. Avec l'âge c'est une chose qui se perd relativement vite. Ils pourront éviter aux personnes âgées dans la suite des chutes graves.

Important aussi l'accueil amical d'un nouvel arrivant tant par le professeur que par le groupe.

Développement simultané de la force et de la douceur, à l'égard de son corps, avec soi-même. Au début, certaines personnes arrivent avec un manque ou une mauvaise conscience et perception de leur propre corps et de leur respiration.

Apprendre à observer, être attentif, ce qu'on dit et montre. Apprendre à connaître, sentir le sens des gestes. Un geste, une posture est toujours complexe. Savoir apprécier son but, l'intention poursuivie, comment réaliser le mouvement, le sentir. L'orientation spatiale, les rotations gauche-droite, le réglage de l'intensité de la tension musculaire à développer, l'enchaînement des différents gestes dans le temps et dans l'espace. Certains ont du mal à garder la symétrie dans le mouvement des pieds, jambes, ...

Savoir que la capacité d'attention de certains est très limitée. Cela arrive aussi à des jeunes, stressés en particulier. (Cause de combien d'échecs scolaires !).

Savoir qu'une posture bien faite une fois n'est pas une garantie que la répétition le sera encore.

Parfois brusquement tout s'embrouille dans la mémoire ; manifestement la personne a déjà oublié ce qui vient d'être dit et/ou montré. Ne pas le faire sentir, cela peut blesser profondément. Il n'est jamais agréable de sentir ses limites.

Certains aiment spécialement tel ou tel mouvement, surtout les flexions du corps, et s'appuient sur celui-ci pour montrer qu'ils sont encore souples. Or il faut justement ne pas insister et accentuer encore plus une habitude qui peut être mauvaise ou renfoncer une position dangereuse, marche penchée en avant par exemple. Progressivement favoriser une contre posture, des extensions par exemple.

D'un mouvement rapide, saccadé avec une respiration courte il faudra essayer de passer à des mouvements plus conscients, plus contrôlés, en « fondu-enchaîné », en coordinations avec la respiration et le bien être général. Augmenter la vigilance, diminuer toute tension tant mentale que musculaire et augmenter l'attention.

Eviter la compétition, tant avec les autres qu'avec soi-même. La jalousie est un vrai poison, le manque de patience avec soi-même est un ver rongeur.

Eviter la routine, le mécanique, l'irréfléchi. Chaque mouvement même habituel mérite l'attention d'un esprit neuf. Pour cela rien de tel que l'attention préconisée lors des exercices de yoga. **Bannir l'automatisme**, éviter de réaliser des mouvements sans y penser. Autant de soin dans la prise de la posture que pour en revenir.

Ne pas vouloir à tout prix faire des exercices avant d'en être capable, les aborder avec un minimum d'efficacité. Sinon cela découragerait.

Un élève peut souhaiter ne pas faire un mouvement. Il doit se sentir libre, avoir des raisons personnelles, un problème qui peut n'être que passager. Il est bon éventuellement de prévenir l'enseignant au début du cours.

Présentation des exercices très clairement et lentement, oralement, mais aussi les montrer pour ceux qui ont plus une mémoire visuelle, mais aussi pour vérifier qu'on a bien compris ce qui a été dit. Cela permet aussi moins de mots qui pourraient distraire.

Une phrase bien balancée avec une voix agréables aide à favoriser l'ambiance. Ne pas craindre de répéter, avec d'autres mots. Une pointe d'humour arrange souvent bien des choses. Chaque chose en son temps, prendre patience cela viendra. Dépasser la fameuse routine des « on ne peut pas » mais patience et efficacité, ... tout un programme. Etre positif. Le yoga peut contribuer à donner confiance en soi, sur des bases plus saines, plus profondes, s'appuyant sur une meilleure connaissance de soi et la relation avec autrui.

Noter le plaisir de se retrouver en groupe sympathique et motivé, cela se remarque dans l'habitude que prennent plusieurs d'arriver longtemps avant l'heure du cours juste pour avoir le temps de bavarder, de se retrouver.

Encouragement mutuel et personnel de voir, de sentir ses progrès, écoute de soi et du corps, parfois une vraie découverte pour plusieurs.

Venir au cours à l'heure précise et régulièrement. On abandonne vite dès qu'on laisse entrer trop d'excuses. Se dire qu'on va travailler seul, toujours seul « son » yoga est difficile. Seul on trouve encore plus vite les excuses qui conviennent et on passe à côté de cet aspect important de la rencontre avec l'autre. **Tomber dans la solitude est lourd à porter.**

Des rencontres hors cours supplémentaires, amicales, intéressantes comme des projections de diapos, repas ensemble, sont très appréciées et créent une ambiance sympa.

Et si l'on n'a pas ou plus l'occasion de participer à un cours de yoga ou de gymnastique ?

Non, heureusement tout n'est jamais perdu. Se souvenir d'une chose : **BOUGER.** Travail, faire ses courses, promenade, ... ne rater aucune occasion de bouger.

Un muscle qu'on n'emploie pas s'atrophie et c'est si difficile de retrouver ensuite ses capacités d'avant.

Bouger, c'est la circulation du sang, c'est le service alimentation du corps. C'est aussi le service poubelle. Et cela tous nous en avons besoin.

Ne pas bouger s'est s'ankyloser de plus en plus, parfois très rapidement. Et il est si difficile, sinon impossible de retrouver ensuite la souplesse, la force perdue.

Même en dehors de possibilité de cours de yoga, de gymnastique, de danse, ... toujours veiller à une pratique régulière et modérée.

Savoir **être inventif** :

Tourner la tête de temps en temps plutôt que de rester figé à regarder la télé.

Le soir mettre ses pieds sur une chaise et faire tourner les chevilles, ...

Faire une torsion de tout le corps, à gauche ou à droite plutôt que se contenter de tourner la tête simplement. T vice versa.

Bouger ses mains comme si on les lavait, une main massant l'autre.
Ne pas rester immobile en attendant le tram mais tourner la tête, s'appuyer tantôt sur un pied tantôt sur l'autre, ...
Marcher. Se promener, respirer l'air frais.
Chercher son pain à pied plutôt qu'en voiture,... etc. ...

Vous resterez plus souples, moins frileux, moins vite dépendants, ...

Eviter tout sport à compétition. Surtout après un certain âge.

Mon professeur de biochimie, Christian de Duve, prix Nobel en 1974, répétait :

« On dit qu'on a l'âge de son cœur, moi je vous dis : On a l'âge de son tissu conjonctif. ».

Et comment le garder souple ? Précisément **en bougeant.**

BIENTRAITANCE

Des suggestions pour nos aînés.

Entr'âges – Péniche 2012 - Antenne Amay (Belgique)

Souhaits ...

1. Lors de la FORMATION INITIALE des futurs partenaires des aînés (infirmière – assistante sociale – aide-ménagère – etc.) que **des cours spécifiques** puissent être donnés. Ces cours comprendraient une meilleure approche et connaissance des aînés actifs mais aussi ceux en maison de repos, seuls à domicile, cela faciliterait le relationnel et le respect (pas de « bobonne et pas de « tu »), la reconnaissance de qu'elles sont. En d'autres termes, tenir compte de leur vécu et ne pas les infantiliser.
2. Lors d'animations, ne **pas les utiliser** pour réaliser des « projets » mais les créer avec eux, et surtout nouer une relation constructive avec chacun des partenaires, s'écouter mutuellement.
3. S'informer des souhaits des aînés, mettre en œuvre des moyens pour répondre à leurs attentes. Les aînés ont encore des possibilités. Cela demande des moyens financiers, du personnel, du temps pour faire cette démarche, serait-il possible d'envisager un budget dans ce sens ?
4. Prévoir des conférences, des séances de cinéma les après-midi car les aînés craignent les déplacements en soirée. Une **bonne information** à ce niveau.
5. Formuler une enquête définissant les différents souhaits (autres que l'aide déjà organisée) par exemple : lecture à domicile, sorties cinéma, théâtre, simple visite et rechercher des volontaires pour assurer les déplacements.
6. Envisager un parrainage : un aîné / un ado : mais il faut une envie réciproque.

*Je suis interpellée
par tant de solitude*

Rose-Marie, 65 ans



Humanitude

Sébastien Vandenberghe – A travers les Arts asbl – Bruxelles (Belgique)

Dans le cadre de la campagne: "J'ai un peu d'avance, le batelage des seniors", organisée par l'Asbl Alternative Culture, l'Asbl A travers les arts vous invitait, dans un premier temps, à vous pauser dans son exposition **Look at Me**, galerie de portraits de seniors et à plonger dans les regards de ces anciens qui ont des choses à nous dire. Un face à face incontournable. Lequel regarde, lequel est regardé ? Ces visages ont un nom, une histoire, un message à transmettre.

Nous voulons la maison de repos comme un nouvel espace d'expression, de rencontre et d'échange.

Le sentiment d'isolement que ressentent certains résidents de maison de repos est un phénomène qui, malgré les efforts fournis dans le domaine, ne cesse de croître.

Collecter cette mémoire vivante que représentent nos anciens et la partager avec vous.

La vie ne s'arrête pas à l'entrée en institution, nous désirons en changer l'image et notre rapport aux maisons de repos. Derrière ces regards se trouvent des personnes qui ont des choses à vous dire!

Dans un deuxième temps, on vous proposait une performance poétique et sociale en 3 volets (Contact asceptisé- Rencontre- Témoignage) sur un mode de fonctionnement et de la maltraitance qui en découle afin de vous sensibiliser à cette humanité qui nous concerne tous.

Au départ, le terme d' "humanité" est emprunté à Albert Jacquard, philosophe contemporain. Le mot désigne le fait pour un humain d'être intégré à la communauté des humains, et cette intégration se fait par un certain nombre de signes par lesquels l'humain se reconnaît comme semblable aux autres humains, et reconnu par eux comme tel.

Les enquêtes en institutions gériatriques nous laissent perplexes. L'idée était simplement de mesurer les temps de communication verbale directe que reçoit un senior non communicant par 24 heures.

Les résultats sont consternants: moins de 120 secondes par 24 heures! Certains patients recevaient moins de 10 mots dans la même période.

La performance 2'2"2" (2 minutes 2 secondes 2 centièmes) est une performance qui ne laisse personne indifférent. Issue d'une part d'une réflexion sur le travail de deux gériatres (Gineste et Marescoti), fondateurs de cette mouvance Humanitude et d'autre part de la volonté de notre association de sensibiliser le citoyen à la problématique de maltraitance dont sont encore souvent victimes les seniors en institutions gériatriques. Nous ne voulons en aucun cas faire le procès des institutions ni des acteurs sociaux, qui travaillent souvent dans des conditions déplorables.

Cette performance met le doigt sur un mode de fonctionnement et questionne sur les éventuelles alternatives susceptibles d'améliorer la condition des seniors. Elle suscite une réelle réflexion citoyenne et sensibilise le politique à la problématique de maltraitance.

Percutante, choquante, surprenante, sensible, humaine ou évidente, elle nous montre ce dysfonctionnement des rapports humains et nous met face à notre responsabilité individuelle et citoyenne. La performance marque les esprits, tout âge confondu, puisqu' est invitée à participer toute personne voulant exprimer son soutien aux seniors.

2'2"2"" soulève beaucoup de questions, bouscule nos émotions, souligne les dysfonctionnements relationnels et institutionnels qui régissent le système actuel: manque de personnel dans les institutions (conditions de travail déplorables, manque de formations pour les acteurs sociaux à l'accompagnement sensible et professionnel d'un senior quel que soit la maladie contractée , manque de temps (pour les soins, pour écouter le senior,...), manque de considération du rythme de vie d'une personne âgée, encore trop souvent obligée de se lever à telle heure, à manger à telle, à dormir à telle heure,...),. Quand allons-nous pouvoir adapter le rythme des travailleurs sociaux au rythme du senior et pas l'inverse?

Pour que les choses changent vraiment, il faut changer les mentalités (un grand travail à faire en éducation permanente) et la loi. Et pour cela, il faut le vouloir!

A travers les Arts asbl
info@atraverslesarts.com
Sébastien Vandenberghe

Remerciements

Sébastien Vandenberghe – A travers les Arts asbl – Bruxelles (Belgique)



Je remercie les seniors qui se sont prêtés au jeu et qui ont mené cette campagne de sensibilisation avec L'Asbl A travers les arts dans le cadre de la campagne "J'ai un peu d'avance".

Madame Wynand, doyenne de 101 ans de la MR Bergamote (Schaerbeek), pour qui l'expérience fut un réel engagement. Forte de son parcours de vie, ivre de rencontres humaines et sensibles, elle a su graver dans notre cœur cette marque de courage qui la caractérise et cette envie de partager la vie en toute humilité et drôlerie. "Qui serions-nous sans le regard de l'autre, que serions-nous sans respect pour la vie?" Pour Madame Wynand, il est très important d'améliorer notre rapport à la personne âgée. Tant de livres de vie se referment sans être consultés, qu'il est de notre devoir de préserver cette mémoire vivante.

" C'est peut-être mon dernier combat, mais je mettrai tout en oeuvre, la vie est sacrée!" nous confie-elle au creux du cœur.

Nous remercions également **Madame Danon** qui se prêta non sans difficultés à l'expérience du caisson asceptisé pour se mettre littéralement à la place d'une personne âgée en situation de maltraitance.

"Me mettre dans la peau d'une personne grabataire à qui l'on n'adresse pas la parole pendant le soin est une expérience marquante. Il est impossible de ne pas être concerné. Ce fut un plaisir de m'inscrire dans cette démarche et de revendiquer un changement radical des comportements citoyens et par là-même influencer les décideurs à décider de changer les choses."

Sans compter Madame Nizet, Madame Lovenaeer, Monsieur Tonglet, Monsieur Michel Vanbemst, Monsieur Daniel Peiffer, toutes et tous performers et conscients de la démarche humaine.

Vieillir est une aventure...

Bernadette Puijalon – Anthropologue pour l'asbl Regarde Ailleurs – Paris (France)

« Vieillir est une aventure. Aventure inédite pour chacun d'entre nous car, s'il est habituel de parler de la vieillesse comme du temps de l'expérience, aucun vieux n'a l'expérience du vieillir qui se découvre à lui chaque jour et l'oblige à défricher, à innover. Il n'existe pas de modèle, en particulier pour la génération actuelle dont l'espérance de vie dépasse largement celle de ses parents et qui expérimente des faits inédits : allongement de la vie, durée de l'inactivité, accélération du temps... La multiplicité des vécus vient contredire l'impression banale que ne ressemble plus à un vieux qu'un autre vieux. Si la vieillesse est le lot de chacun, elle ne peut se dire qu'à la première personne, et elle s'observe dans le mouvement d'une histoire individuelle, une longue histoire productrice des plus extrêmes singularités et spécificités.

Vieillir est une chance qui n'est pas donnée à tous. Chance, car celui qui ne vieillit pas meurt ... »

...l'aventure de Little Joséphine

Valérie Villieu – infirmière – asbl Regarde Ailleurs – Paris (France)

Dans la bande dessinée *Little Joséphine* qu'elle a scénarisée, Valérie Villieu, infirmière libérale en région parisienne, fait bien plus que raconter une histoire. C'est en effet un véritable témoignage qu'elle nous livre puisqu'elle a rencontré et pris soin de cette fameuse Joséphine. Lors du premier contact avec cette patiente, Valérie découvre une personne âgée s'isolant petit à petit, loin de toute réalité. Les aides ménagères semblent se soucier très peu du bien-être de Joséphine qui dit pouvoir se débrouiller seule. Au-delà de leur rôle d'infirmières, Valérie et son associée établissent un lien de confiance et accompagnent Joséphine au fil des jours. Leur combat est parfois compliqué, Joséphine étant sous tutelle et sa tutrice étant la plupart du temps « débordée ». Pendant trois ans, Valérie suit cette patiente et l'écoute, lui fait à manger, l'aide à résoudre ses problèmes...

Un témoignage émouvant pour mettre en évidence le trop peu d'attention portée aux personnes âgées. Elle tente de réhabiliter la vieillesse dans une société le sujet est tabou, cette tranche d'âge faisant peur. Valérie explique que « Joséphine fait partie de ces rencontres importantes au cours d'une vie d'infirmière. Une indéfinissable sensation de ressemblance, d'affinité comme on le connaît rarement dans une vie. J'ai eu la chance de la rencontrer, elle, qui se disait la fille d'Arsène Lupin ! L'humour était notre langage, notre terrain de jeu et notre lien. On peut vraiment partager et vivre des choses formidables avec des personnes malades ».

Comment les choses ont évolué,
je ne sais plus très bien.

Lundi...



Tout a dû se faire en douceur,
une confiance s'est établie

Mardi...



tant avec moi qu'avec ma collègue.

Mercredi...



Jeudi...



Vendredi...



Samedi...



Dimanche...



Lundi...!



SANS TABOUS



Amour et sexualité

Geneviève Leseur – La Famille Heureuse – Centre de Planning Familial – Liège (Belgique)

L'idée, de créer une exposition avec des juniors et des seniors, sur l'amour à travers les âges, nous a enthousiasmées. Un regard croisé sur l'amour, ses représentations, ses tabous, ses stéréotypes n'est pas le quotidien de notre pratique professionnelle. **Nous n'avons pu que constater avec regret, que l'amour et la sexualité des seniors étaient quelque peu oublié.**

Cette expérience, nous a permis de réfléchir, d'élargir notre vision et de redonner, la parole, une place à nos aînés dans notre action.

Nous ne pouvons que remarquer que parler de sexualité reste difficile, embarrassant et ce à tous les âges. Parler d'amour est plus aisé, moins impliquant, plus dans la « norme ».

Nous nous sommes interrogées sur le fait de savoir si c'est réellement la sexualité des aînées qui est dérangement pour les jeunes ou si c'est l'image de corps vieillissants qui s'entrelacent, qui embarrasse.

Hormis les problèmes liés à la scène primitive, nous ne sommes pas certaines que des corps vieillissants soient le seul facteur montrant la difficulté des jeunes face à la relation amoureuse des seniors. Nous lançons déjà quelques pistes car nous supputons que des facteurs tels que l'idée de performance diminuant avec l'âge, l'absence de capacité de contrôle du corps avec l'âge pourraient représenter des items positivement corrélés avec une difficulté face à la relation sexuelle des seniors.

L'image du corps jeune, beau est idéalisée, sublimée, magnifiée, par tous les moyens de communication dans notre société. Nous nous devons de rester jeunes et performants !! Echapper à ce message tient de l'exploit.

L'acte sexuel est lié à cette jeunesse. Comment peut-on imaginer, encore moins voir, des corps vieillissants s'adonner à l'acte sexuel. C'est inconcevable. Nous serions curieux de tenter l'expérience avec des images « de monsieur et madame tout le monde » et peut importe l'âge et de recueillir les réactions de nos juniors.

Par contre, l'image d'un couple de seniors amoureux, reste attendrissante et interpelle les jeunes. Ils ont envie d'y croire.

Mais force est de constater également, que notre société prône l'individualisme, le bonheur et l'épanouissement personnel à tout crin. Cela impliquerait concrètement que le couple et la famille passeraient au second plan. (Séparations, divorces).

Nous pensons, que si l'expérience vécue par nos aînés pouvait être plus transmise, partagée avec la jeunesse, cela pourrait les aider à aller à contre courant de l'individualisme du 21^{ème} siècle. L'échange et la réflexion intergénérationnelle sur la vie amoureuse pourraient permettre de recréer du lien.

Famille Heureuse
3, Rue Hemricourt à 4000 Liège
Famille.heureuse@skynet.be

L'œil photographique sur une fin de vie sans tabou

Mathieu Bauwens – photographe – Bruxelles (Belgique)



« Photographe indépendant, je cherche à voir et à montrer le quotidien des gens qui m'entourent. Ce reportage en maison de repos à été pour moi l'occasion de suivre le quotidien des infirmières et des aides soignantes dans leurs activités ; soins, ateliers, écoute des personnes âgées dont elles ont la charge, quel que soit leur âge. »

Une plongée en enfer dirons certains, la fin de vie est un sujet tabou dans nos sociétés individualistes et productivistes, pour moi, ce fut juste prendre un peu d'avance sur une période de la vie au travers de laquelle nous passerons forcément tous. »



Des femmes qui ne s'interdisent pas de vieillir...

Interprétation par les Callas's Roles sous la direction musicale de Francis Danloy – Liège
(Belgique)

D'accord, c'est pas des primeurs
Ça n'joue pas que sur la fraîcheur
C'est pas du p'tit radis qui croque
D'accord, ça n'fond pas sous la dent
C'est un p'tit peu plus consistant
Ça n'a plus vingt ans, ça s'en moque

...

C'est pas de l'?uf tout frais pondu
Ça n'joue pas les fruits défendus
Ça n'se prend pas pour Marilyn
Si ça tortille un peu du cul
On voit bien que c'est du vécu
Pas appris dans les magazines

Ce sont des fruits qui ont vu le soleil
Qui ont reçu des piqûres d'abeilles
Qui ont du velouté, de la patine
Ce sont des plantes d'arrière-saison
Des roses à leur deuxième floraison
Mais encore pas très loin de l'églatine

D'accord, c'est pas des cabris,
Embijoutées jusqu'au nombril
Minijupées sur trois étages
D'accord, c'est un peu plus secret
Ça montre moins que ça pourrait
Ça entretient son héritage
Ça ne vous f'ra certainement plus
Les mêmes que vous auriez voulus
Ça en a déjà des ribambelles
Mais ça a dû vous l'raconter
Les gamins en prêt-à-porter
Ils vous font pas la vie moins belle

Ce sont des chèvres qui ont vu le loup
Qui ont joué des cornes jusqu'au bout
Mais qui n'ont pas été mangées, grand-mère,
Et même si elle attrapent le béguin
Ne vous prenez pas pour Monsieur Seguin
Elles savent trop bien sauter les barrières

D'accord, c'est pas des primeurs
Ça n'est pas fait lifter le cœur
C'est pas d'la p'tite laitue bien tendre
Oui, on peut s'y casser les dents
Mais c'est bien plus intéressant
Et si vous vous laissiez surprendre

D'accord ?

Paroles: Anne Sylvestre. Musique: Anne Sylvestre 1998 "Les arbres verts

VIEILLIR selon Bernard Pivot

Extrait de son livre paru en avril 2011 : Les mots de ma vie

Vieillir, c'est chiant. J'aurais pu dire : vieillir, c'est désolant, c'est insupportable, c'est douloureux, c'est horrible, c'est déprimant, c'est mortel. Mais j'ai préféré « chiant » parce que c'est un adjectif vigoureux qui ne fait pas triste.

Vieillir, c'est chiant parce qu'on ne sait pas quand ça a commencé et l'on sait encore moins quand ça finira. Non, ce n'est pas vrai qu'on vieillit dès notre naissance. On a été longtemps si frais, si jeune, si appétissant. On était bien dans sa peau. On se sentait conquérant. Invulnérable. La vie devant soi. Même à cinquante ans, c'était encore très bien. Même à soixante. Si, si, je vous assure, j'étais encore plein de muscles, de projets, de désirs, de flamme. Je le suis toujours, mais voilà, entre-temps – mais quand – j'ai vu le regard des jeunes, des hommes et des femmes dans la force de l'âge qu'ils ne me considéraient plus comme un des leurs, même apparenté, même à la marge. J'ai lu dans leurs yeux qu'ils n'auraient plus jamais d'indulgence à mon égard. Qu'ils seraient polis, déférents, louangeurs, mais impitoyables. Sans m'en rendre compte, j'étais entré dans l'apartheid de l'âge. Le plus terrible est venu des dédicaces des écrivains, surtout des débutants. « Avec respect », « En hommage respectueux », Avec mes sentiments très respectueux ». Les salauds! Ils croyaient probablement me faire plaisir en décapuchonnant leur stylo plein de respect? Les cons! Et du « cher Monsieur Pivot » long et solennel comme une citation à l'ordre des Arts et Lettres qui vous fiche dix ans de plus!

Un jour, dans le métro, c'était la première fois, une jeune fille s'est levée pour me donner sa place. J'ai failli la gifler. Puis la priant de se rasseoir, je lui ai demandé si je faisais vraiment vieux, si je lui étais apparu fatigué. « Non, non, pas du tout, a-t-elle répondu, embarrassée. J'ai pensé que... » Moi aussitôt : « Vous pensiez que...? -- Je pensais, je ne sais pas, je ne sais plus, que ça vous ferait plaisir de vous asseoir. – Parce que j'ai les cheveux blancs? – Non, c'est pas ça, je vous ai vu debout et comme vous êtes plus âgé que moi, ça a été un réflexe, je me suis levée...-- Je parais beaucoup beaucoup plus âgé que vous? --Non, oui, enfin un peu, mais ce n'est pas une question d'âge... --Une question de quoi, alors? – Je ne sais pas, une question de politesse, enfin je crois...» J'ai arrêté de la taquiner, je l'ai remerciée de son geste généreux et l'ai accompagnée à la station où elle descendait pour lui offrir un verre.

Lutter contre le vieillissement c'est, dans la mesure du possible, ne renoncer à rien. Ni au travail, ni aux voyages, ni aux spectacles, ni aux livres, ni à la gourmandise, ni à l'amour, ni à la sexualité, ni au rêve. Rêver, c'est se souvenir tant qu'à faire, des heures exquises. C'est penser aux jolis rendez-vous qui nous attendent. C'est laisser son esprit vagabonder entre le désir et l'utopie. La musique est un puissant excitant du rêve. La musique est une drogue douce. J'aimerais mourir, rêveur, dans un fauteuil en écoutant soit l'adagio du Concerto no 23 en la majeur de Mozart, soit, du même, l'andante de son Concerto no 21 en ut majeur, musiques au bout desquelles se révéleront à mes yeux pas même étonnés les paysages sublimes de l'au-delà.

Mais Mozart et moi ne sommes pas pressés. Nous allons prendre notre temps. Avec l'âge le temps passe, soit trop vite, soit trop lentement. Nous ignorons à combien se monte encore notre capital. En années? En mois? En jours? Non, il ne faut pas considérer le temps qui nous reste comme un capital. Mais comme un usufruit dont, tant que nous en sommes capables, il faut jouir sans modération. Après nous, le déluge? Non, Mozart.

Je vais avoir 60 ans.

Je vais vivre quoi... Normalement encore 15 - 20 ans ?

Je crois que les sociétés qui "apprivoisent" la mort, sur un plan culturel, sont plus sereines que celles qui l'occultent par l'outrance, la consommation, ...

Au Mexique, par exemple, les gens participent à des cérémonies habillés en squelette, ils font la fête.

Nous, on éprouve une certaine angoisse à cette perspective.

Ce qui m'énerve dans la vieillesse, d'un point de vue physique, c'est la lenteur. Mais en définitive, pourquoi ?

Pourquoi on n'aime pas la lenteur ?

A la limite, on se demande si il ne faut pas se presser pour ne pas penser. Il faut aller vite ou en avoir l'air...

Pourquoi on bouscule les gens ?

La vieillesse est, en définitive, assez subjective.

Ce qui m'interpelle plutôt, c'est l'usure. Ce n'est pas pareil, c'est pour moi beaucoup plus grave et pour cela, il n'y a pas d'âge.

Bien vieillir, c'est peut-être alors accepter d'être comme on est, en sachant que l'on a une expérience mais pouvoir aussi rester jeune, c'est-à-dire: s'étonner, se questionner, se rebeller à bon escient. Garder du plaisir et aussi de la créativité.

Il faut vivre chaque moment comme si c'était le dernier mais avoir des projets comme si on était éternel. Mais cela est vrai aussi à tout âge. On peut être vieux et usé bien avant le 3ème ou 4ème âge.

Philippe, 54 ans

REVALORISATION

« Un vieux ne devrait pas se sentir improductif »

« Ce qui me vexe le plus, c'est cette diminution du corps »





« Il faut arrêter de faire du profit sur le dos des travailleurs et des pensionnaires des maisons de repos et des hôpitaux »

Jeunes FGTB Namur

Pensions, revalorisations,...

AFICo asbl – Jeunes FG TB Namur

"L'humain doit redevenir la priorité afin de permettre aux travailleurs d'avoir plus de temps à accorder aux seniors"

1. Les professionnels du non-marchand veulent la revalorisation du statut et la reconnaissance pour les travailleurs du secteur hospitalier et du non-marchand que ce soit en maison de repos ou en aide à domicile, afin de garantir des emplois de qualité et une meilleure attractivité des études en lien avec ces métiers.
2. Il faut intégrer dans les cursus de formation du personnel des maisons de repos et des futurs travailleurs du non-marchand une thématique liée au lieu de vie, la « bientraitance », dont la vie affective et sexuelle des aînés au sein de leur maison de repos.
3. On veut des maisons de repos accessibles financièrement à chacun ainsi que des chambres en suffisance car à l'heure actuelle on en est loin (liste d'attente).
4. Le refinancement structurel des associations et organismes proposant des activités et projets à vocation intergénérationnelle impliquant un rôle d'acteurs notamment aux seniors par les conseils consultatifs des aînés au niveau communal.
5. La sécurité sociale est un patrimoine historique qui joue aujourd'hui un rôle d'amortisseur social solidaire. Son rôle est malheureusement trop souvent méconnu, spécialement des jeunes qui arrivent sur le marché de l'emploi et qui perçoivent les cotisations sociales, non comme un enjeu de solidarité mais bien comme une réduction de ce que d'aucuns appellent le « salaire poche ».
Il est donc primordial, si l'on veut protéger notre sécurité sociale comme outil de solidarité, d'en faire percevoir les enjeux réels et l'importance du mécanisme de financement actuel.
Une information systématique à ce sujet devrait être incluse dans tous les programmes scolaires et surtout dans les sections du secteur médical, paramédical et social.
6. La défense des pensions

6.1 Pour les pensions en cours :

- Porter le montant minimum des pensions (isolés et ménages) à 1500€ /mois et revaloriser dans ce sens les pensions moyennes.
- Relever en conséquence les plafonds des taxations fiscales et des retenues fiscales sur les pensions.

- Rétablir le montant de 600 millions d'euros de l'enveloppe destinée au bien-être.
- Obtenir un système d'adaptation automatique tous les deux ans de la liaison au bien-être suivant l'évolution des salaires réels.

6.2 Pour les pensions futures

- Assurer une pension pour les travailleurs du secteur privé à 75% du salaire moyen des 5 meilleures années de la carrière professionnelle.
 - Défendre avec la plus grande fermeté le maintien du statut des agents des services publics.
 - Conforter les mesures des pensions en cours.
7. Renforcement du financement des pensions via le 1^{er} pilier (de solidarité) et diminution des avantages fiscaux octroyés au 2^{ème} pilier (assurance groupe) et au 3^{ème} pilier (assurance complémentaire).

« *Touche pas à mon vieux* »



De l'image à la parole : est-il si difficile de reconnaître la personne vieillissante ?

Sylvie Gérard – Présence et Action Culturelles – Namur (Belgique)

« La vieillesse, on ne l'aime pas. Regarder ! Il n'y a que des mannequins jeunes et beaux affichés sur nos murs, dans nos magazines. Je ne me reconnais pas dans ces images là ! Nos rides, la belle affaire !

Vous êtes un miroir pour les autres. Il faut croire que c'est n'est pas très agréable à regarder... Moi, je suis comme je suis. Je reste active vous savez, comme d'autres seniors. Je m'investis ... mais j'ai le sentiment que l'on nous considère comme des « zonzons », des casse-pieds dès que l'on demande quelque chose, comme si nous ne savions que rouspéter. Notre parole n'est pas entendue, elle n'a aucun poids politique, mais je pense que les seniors ne veulent plus se laisser faire. »

Paulette, 83 ans, met en avant ce que plusieurs seniors, rencontrés cet été à Namur, expriment quand on leur demande qu'elle est leur place – une place active, en tant que citoyen, un citoyen comme les autres quelque soit son âge- et reconnue comme telle – au sein de leur commune.

La réponse est souvent la même : Il faut se battre, s'investir, aller vers les autres, trouver sa place pour développer des relations sociales enrichissantes, contribuer à un projet de société qui fasse sens, y compris pour les personnes plus âgées.

Mais que se passe-t-il si ces ressources, cette énergie font défaut comme le souligne cet autre namurois de 79 ans ? :

*« La personne âgée n'existe pas. Il y a **des** personnes âgées. Un sexagénaire aura peut-être plus facile à s'engager qu'un homme ou une femme de 85 ans à qui la vie n'a pas fait de cadeau. »*

Marie-Claire, 67 ans, ajoute :

« La parole d'une personne âgée a autant de valeur qu'une autre. Mais dans les faits ? Veut-on vraiment être à l'écoute de ceux qu'on ne voit pas, qui ne sortent pas, qui sont exclus ? Il y a des personnes qui n'ont plus rien, plus personne autour d'elles. Vont-elles rester cloîtrées là, 24H00, chez elles, dans un home, dans un hôpital, sans une visite, sans une parole ? Ca m'interpelle vraiment ! »

On dépend toujours des oreilles qui nous écoutent

La question interpelle aussi Philippe, 59 ans :

« Je ne dirais pas que les personnes âgées sont « sans voix ». J'ai l'impression en fait que beaucoup de seniors se regroupent en fonction de leurs similitudes au travers de certaines activités au risque de créer parfois des sortes de ghettos, de morceler la société.

Avoir droit de parole, c'est aussi prendre la parole mais pour dire quoi, à qui et où est-ce entendu ? Les réalités sont complexes à appréhender. Je crois que, de manière générale, le citoyen n'est pas assez pris en compte, quelque soit son âge.

On est tous Prince et Princesse mais l'éducation, la société, nous rendent crapaud. Il y a beaucoup de choses à changer mais les gens ne savent plus où et comment rouspéter.

En fin de compte, on est peut-être prisonnier des structures que nous avons créées. »

Je ne suis pas vieux, je suis âgé !

Il y a certains termes à bannir de notre vocabulaire sous peine de paraître presque injurieux. Le mot **vieillesse**, on ne l'aime décidément pas. On n'y voit pas le mot « vie » mais un no man's land dans lequel se terre les peurs les plus profondes : celles de la dépendance, des problèmes de santé, de la solitude.

Ceux qui y « échappent » se disent plutôt « bien lotis ». Tout n'est pas rose, pas facile ; la fatigue se fait parfois plus pesante mais, dans l'ensemble ça va, pour autant qu'on puisse tabler sur un réseau social, une passion, l'envie de sortir, de découvrir et ... bien sûr quelques économies pour mener à bien ses projets et activités.

En la matière, Namur semble propice à offrir une certaine qualité de vie à ses habitants, y compris plus âgés, mais la commune doit quand même faire face à une réalité : 20% des aînés y vivent seuls - totalement seuls - sans famille, sans visite.

Cette perspective hante de nombreuses personnes et entraîne souvent un amalgame entre vieillesse, déchéance physique/et/ou mentale et solitude :

- « L'image que m'évoque la vieillesse ?
C'est passer plusieurs années dans des conditions dégradantes. »
- « Pour moi, vieillesse, c'est finir tout seul dans son fauteuil.
Ma vieillesse, je préfère ne pas me l'imaginer ! »
- « Il y a une personne âgée qui est morte dans mon immeuble.
*On ne l'a retrouvée que deux jours plus tard. Personne ne la connaissait...
Ca, ça m'inquiète ».*

- *« Quand on n'arrive plus à subvenir à ses besoins, on fait quoi sur terre ?
On végète... On attend qu'on vienne vous donner à manger, à boire, non merci !
Je préfère mourir. »*
- *« Aujourd'hui, il n'y a plus de lien social. C'est chacun pour soi.
Heureusement qu'il y a encore un peu de solidarité ! »*

Les relations sociales, la solidarité, reviennent fréquemment dans les pistes d'actions que suggèrent les seniors pour rendre plus habitable, plus agréable la vie en société. Mais ça, on le sait depuis longtemps ! Il ne suffit pas de le dire, il faut le faire. Se donner les moyens de son action, chacun à son niveau, en tenant compte de l'évolution de la société.

« On est passé de 2 à 4 voire 5 générations qui cohabitent dans la société. Plus il y a de maillons dans la chaîne, plus on prend le risque, si on n'y prend garde, qu'un anneau soit faible. »

Comment faire pour rapprocher les générations ?

C'est vrai, certains d'entre nous se plaignent que les jeunes ne veulent pas de l'expérience des aînés. Je connais des seniors qui ont un bagage à partager mais qui sont peu à peu exclus des milieux universitaires dans lesquels ils travaillaient par exemple parce qu'ils ont connus un pépin de santé ou que leurs projets prennent trop de temps, coûtent trop cher, ...

L'expérience des aînés à quelque chose de sclérosant pour les jeunes... mais les avancées, les vrais progrès, aboutissent quand chaque génération cherche à améliorer ce qui a été fait précédemment. Peut-on faire comme si le passé n'existait pas ? On devrait œuvrer vers un même objectif : améliorer la place de l'homme dans la société et c'est là, peut-être que le jeune prend un peu trop tôt les rênes. Nous, nous ne sommes plus assez jeunes pour tout savoir mais le jeune n'est peut-être pas assez vieux pour tout connaître. Peut-on ensemble construire une société plus habitable ? Si on pouvait déjà sortir plus respectueux de cet échange, on gagnerait beaucoup. »

« Aujourd'hui, on cherche une réponse scientifique à tout. On sait où on va et on y va vite et puis un jour, il nous manque quelque chose. Les aînés ont peut-être un rôle à jouer ici : celui de réintroduire une part de mystère, de merveilleux ; de proposer un autre rapport aux choses et au temps. »

« Avec l'âge, on est plus lent. La lenteur nous angoisse. Pourquoi ? A la limite, on se demande s'il ne faut pas se presser pour ne pas penser. Il faut aller vite ou en avoir l'air. Pourquoi bouscule-t-on les vieux, les gens ? »

« Tout va bien quand on se sent intégré à la société. En phase, en harmonie. Moi, je vis en décalage. Le respect m'est insupportable. La vitesse aussi. Ça va beaucoup, beaucoup trop vite. Je me sens exclue. »

Et maintenant, qu'est-ce qu'on fait ?

Le « respect » est un mot qui est aussi dans toutes les bouches, y compris celles des plus jeunes qui ont acceptés de témoigner. La plupart d'entre eux reconnaissent ne pas avoir beaucoup de contact avec les générations plus âgées. Ils ne les recherchent pas spécialement – leurs préoccupations, leurs envies, leurs rythmes de vie sont autres, mais ils ne les rejettent pas non plus avec cette même envie d'être entendus, respectés, au-delà des préjugés qu'inspirent les styles vestimentaires et langagiers. En définitive, il ne resterait qu'à faire le premier pas, dans un sens comme dans l'autre. Le terrain n'est pas miné. Les besoins seraient même communs, seules les formes d'expressions diffèrent.

« L'essentiel, c'est qu'il reste l'appétit ; l'appétit d'apprendre, de s'émerveiller, à tout âge »

« C'est important de savoir d'où l'on vient. Sans cela, il est difficile de savoir où l'on va. Toute génération a besoin de se sentir immortelle, c'est-à-dire d'appartenir à une chaîne qui a commencé avant et qui continuera après... »

« Notre société a mal à ses articulations : les jeunes, les vieux, l'école, les étrangers, ... sont mal articulés. Nous avons besoin de « biens » qui forment liens pour que la société ne soit pas morcelée.

Et si on commençait par parler un peu plus, en Wallonie, de bonheur intérieur brut plutôt que de produit intérieur brut ? »

Etre bien dans sa commune, sa région, son quartier ; être bien de « soi à soi », de soi aux autres » est complexe, c'est vrai mais ne devrait empêcher en rien l'émanation d'idées, d'actions parfois très simples. Pourquoi en aurions-nous peur ? Il ne s'agit pas seulement de relever le défi du vieillissement de la population, de parler réforme des retraites ; d'imaginer des espaces publics, une mobilité, des logements adaptés, ... C'est nécessaire, oui, mais il importe aussi et surtout d'associer l'ensemble des personnes concernées – et nous sommes tous concernés ! - à une réflexion sur les visées mêmes de notre projet de société. Associer suppose de redonner du pouvoir aux gens. Le pouvoir de comprendre la « scène dans laquelle ils jouent », et de se réapproprier collectivement ce scénario au vu non seulement de la réalité des gens mais aussi des enjeux sociaux qui sont les nôtres.

Nous n'aurons peut-être alors plus besoin, ou un peu moins, d'appeler de tous nos vœux la solidarité intergénérationnelle puisque dans les faits, elle deviendrait par ce biais, en partie effective.



**Le niveau de civilisation d'une société se mesure, dit-on,
au sort qu'elle réserve à ses aînés mais aussi à la façon dont elle les
perçoit.**

Qu'en est-il, aujourd'hui, chez nous ?

Que pensent les plus jeunes mais aussi et surtout les aînés de la vieillesse ?

Comment la vivent-ils ?

La place qui est aujourd'hui donnée aux personnes âgées est-elle réellement enviable ?

Cette réflexion, menée dans le cadre plus large de la Campagne : *Le grand batelage des seniors*, a été impulsée cet été à Namur par l'ASBL PAC : *Présence et Action Culturelles*.

Elle prend appui sur les témoignages d'une cinquantaine de namurois rencontrés dans l'espace public : dans le cadre d'un micro-trottoir et d'une animation « Porteur de paroles » et à domicile pour une partie des intervenants intéressés à approfondir cette réflexion.

Leurs regards se croisent sur une préoccupation commune : la qualité de vie au travers des relations familiales, sociales, intergénérationnelles.

Il y est aussi question de conditions de vie matérielle, sanitaire et... du sens de la vie, au travers de nos valeurs, de nos priorités en termes de projet de société.

A NOUS
DE
PARLER



COMMUNAUTÉ

Conseil Consultatif des Aînés, un leurre ?

Des anonymes rencontrés au fil de l'eau....

Le Conseil Consultatif des Aînés (CCA) n'a malheureusement dans son appellation que le titre de consultatif ce qui fait que la majorité des communes ne tient pas compte de leurs avis et ne les consulte carrément pas même si c'est pour mettre en place des projets qui les concernent.

Les aînés de chez nous travaillent pourtant très sérieusement sur des sujets qui vont un jour tous nous concerner et cela bénévolement sans même, bien souvent, le remboursement de leurs frais de déplacement. Ils ne représentent ou ne sont que le porte drapeau publicitaire d'une commune et d'un ministre qui disent se soucier des préoccupations des aînés.

Soyons clair c'est encore une manière politique et un leurre de créer des associations pour dire que "chez nous" il y en a une ! De plus dans certains CCA, par le fait que chacun peut mettre en place des choses comme il le souhaite, l'échevinat peut avoir tout pouvoir sur les décisions à prendre, ce qui est parfois c'est très positif ; quand aux autres s'ils ne sont pas bien représentés, ils ne seront jamais entendus et travaillent, soyons clairs, dans l'indifférence générale.

Dans certains CCA, la différence d'âge des adhérents posent un réel souci de compréhension, de respect et de priorité sur les sujets à aborder entre les différentes "générations". Les plus anciens sont souvent pris pour des radoteurs hors du coup qui empêchent finalement le CCA d'avancer vers des sujets plus "présentables et attrayants" pour le grand public. Ils oublient, qu'à un moment donné, ils pourraient se retrouver dans la même situation où aucune solution n'aura été débattue sérieusement.

D'une idée politique qui, à la base, pouvait être merveilleuse, on a laissé à chaque CCA le droit de nager dans les eaux troubles sans vraiment de marins à bord. Il est vrai qu'après quelques années d'existences, certains CCA trouvent enfin leur voie mais avec, au bout du compte, beaucoup de démissionnaires qui n'ont pas trouvés leur place, une écoute suffisante pour les motiver. Qu'en adviendra-t-il pour la future législature ?

J'espère que nous aurons encore de vaillants volontaires pour reprendre le flambeau et surtout une voix suffisante pour représenter les aînés aux conseils communaux et prendre la place dont ils ont légitimement le droit d'occuper. Longue vie aux CCA qui sont nos "sages", qui ont encore des valeurs, du respect, une solidarité et une écoute que nos générations n'ont plus. N'oublions pas que si nous avons des droits, c'est grâce à leurs batailles et grèves acharnées. Nous avons le devoir de les écouter afin de nous préparer au mieux à ce qui nous attend !!!!

Pour une reconnaissance des centres communautaires

Michel Windels, président du Conseil Consultatif Communal des Seniors de l'Entité Louviéroise. La Louvière (Belgique)

Les centres communautaires du CPAS de La Louvière ont participé aux activités mises en place par le Conseil Consultatif Communal des Seniors de La Louvière dans le cadre de la campagne « j'ai un peu d'avance »-le grand batelage des seniors organisée par l'asbl Alternative culture. Durant toute la journée du 12 juin, que ce soit durant l'atelier peinture à l'huile, l'atelier créatif, l'atelier culinaire « petit sucré », l'atelier « brunch », les ateliers chants, danses, textes, costumes de la fête de printemps, les personnes présentes ont pu apprécier le dynamisme mis en place dans les centres communautaires et la participation intergénérationnelle des écoles avoisinantes ainsi que le professionnalisme des animateurs encadrant les activités des centres.

Pour rappel,

Les centres communautaires du CPAS trouvent l'origine de leur nom dans la méthodologie de travail utilisée, soit le travail social communautaire. Les principales finalités retenues ont été la lutte contre l'isolement et la valorisation du rôle des personnes âgées dans notre société.

Créer du lien pour se maintenir en bonne santé mentale.

Entre maintien à domicile et centre de jour, cette approche permet de se préoccuper des problèmes psychologiques liés à la condition de la « personne âgée », tels le sentiment d'improductivité, la solitude, les problèmes familiaux.

La possibilité est ainsi donnée aux personnes âgées de pouvoir s'épanouir par le biais de diverses activités (manuelles, intellectuelles, sportives, voyages,...) et de stimuler leur potentiel intellectuel et créatif (cfr. Fête de Printemps, conférences,...).

Les objectifs poursuivis par les Centres sont variés et visent essentiellement à :

- inciter nos aînés à participer davantage à la vie sociale, les sortir de l'isolement;
- améliorer la qualité de vie des personnes du troisième et du quatrième âge;
- s'épanouir par le biais d'activités diverses (manuelles, intellectuelles, sportives, voyages, etc.);
- stimuler les potentiels intellectuels et créatifs;
- les valoriser en les impliquant dans l'ensemble des projets afin qu'ils se sentent reconnus;
- développer une solidarité intergénérationnelle et transculturelle (forger les liens entre les générations et communautés);
- impliquer le partenariat local dans les activités menées et/ou soutenues par le quatrième âge;

Chaque semaine, les différentes activités drainent approximativement 250 personnes dans nos centres. Créés au départ pour les personnes âgées, les locaux accueillent maintenant d'autres tranches d'âge, favorisant les rencontres intergénérationnelles et thématiques.

Des transports gratuits sont mis à disposition des membres afin de les acheminer vers les différents centres et assurer les retours à domicile

Actuellement, les centres fonctionnels sont au nombre de 5 et sont répartis dans toute l'entité Louviéroise.

Malheureusement, les centres communautaires ne bénéficient pas de subventions.

Les bénéfices récoltés lors de l'organisation de certaines activités permettent de financer d'autres projets. Les personnes s'acquittent aussi d'une petite cotisation afin d'intervenir modestement dans les charges du service et ce, proportionnellement à la fréquence de leurs présences.

le C.P.A.S. prend en charge le personnel d'encadrement, les frais de fonctionnement des locaux, le personnel (chauffeurs, etc.), les véhicules, etc.

Malgré les efforts réalisés, les centres communautaires ne sont pas encore reconnus comme étant une offre de service incontournable pour un maintien à domicile de qualité. A ce jour, ce créneau communautaire n'est pas légitimé et pourtant il représente un espace d'accueil de proximité en amont des centres de jour et de l'hébergement.

Coordonnées :

Michel Windels, président du CCCSL - windelsmi+cccsll@gmail.com

Personne de contact : alexia debailleux, secrétaire du CCCSL

alexia.debailleux@lalouviere-cpas.be - 064/88 51 36

Les migrants du 3^{ème} âge et leur implication dans les actions intergénérationnelles

Chantal Gosseau, directrice – Centre Régional d'Intégration de Charleroi asbl (Belgique)

Dans le cadre de cette année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle, de nombreuses associations se sont mobilisées. Elles ont mis en évidence toute la richesse que véhiculent ces expériences intergénérationnelles sur le plan humain.

S'agissant des migrants du 3^{ème} âge, une des observations récurrentes porte sur leur faible participation dans ces projets.

Ce constat mérite que l'on s'attarde sur les raisons de cette implication trop ponctuelle.

Cela tient-il à la difficulté de cerner leurs besoins et attentes ? Est-ce les différences culturelles qui sont perçues comme des obstacles ? Est-ce lié à certains mécanismes de mise à distance instaurés par le senior lui-même, par crainte de renoncer à sa propre identité, par méfiance ou par manque de connaissance des services existants dans son environnement de proximité ?

Est-ce encore en raison de la perception négative que peut entretenir la personne par l'absence de valorisation de ses savoirs ou savoir-faire durant son parcours de vie ? Est-ce à mettre en relation avec la santé de ce public souvent précaire, ou encore à la barrière de la langue ? ...

Ces questions renvoient à la nécessité d'approfondir la connaissance des intervenants sociaux sur les besoins, attentes et réalités culturelles des seniors migrants. De la même manière, il faut investir le champ de la communication à destination des seniors migrants, de sorte que les informations sur le rôle des intervenants sociaux et leurs services soient plus adaptées et accessibles.

Concevoir, cheminer ensemble correspond à une démarche à privilégier afin d'encourager une participation plus effective de ces migrants âgés.

Communiquer davantage sur cette problématique, échanger sur les pratiques professionnelles entre intervenants sociaux, entre structures issues du secteur associatif et du secteur public, mobiliser les personnes issues des communautés différentes, sont des pistes incontournables pour s'inscrire dans un processus d'approche et de communication interculturelles adaptées aux seniors issus de l'immigration.

Par ailleurs, il faut une véritable prise de conscience que le « Vieillir en immigration », dans un contexte qui ne correspond pas toujours aux premières espérances, ne va pas de soi, et est ressenti, dans bon nombre de cas, comme une violence ...

Que ce soit dans les travaux de la Fondation Roi Baudouin¹⁰, dans les diverses études¹¹ et/ou articles¹² consacrés à cette problématique, ou plus récemment au « Mémoire pour une commune interculturelle »¹³, tous plaident pour renforcer la prise en compte de la diversité des sensibilités culturelles à tous les niveaux d'intervention.

Agir au travers d'actions intergénérationnelles et interculturelles dans des domaines aussi variés que la santé, le logement, la prise en charge du « vieillissement », le retissage des liens sociaux, notamment par le soutien d'associations de proximité, ne peut que générer une plus-value au bénéfice de l'ensemble de la population.

Cette dynamique ne peut que favoriser la participation de cette frange de la population et encourager au développement d'initiatives novatrices.

Soutenir ce processus de co-construction suppose la mobilisation de moyens humains et financiers.

Soutenir ce processus implique le choix pour une société interculturelle, solidaire et soucieuse du bien-être commun ...

Centre Régional d'Intégration de Charleroi asbl

Rue Hanoteau 23, 6060 Gilly

Tél.: 071/20.98.60 Fax: 071/20.98.61

www.cricharleroi.be

¹⁰ « Migrants âgés, seniors de chez nous », Fondation Roi Baudouin, Agir ensemble pour une société meilleure, Janvier 2012, 65 p.

¹¹ « Pour une meilleure intégration du 3^{ème} âge de l'immigration – Constats, bonnes pratiques et recommandations », réalisé par le CRIC avec le soutien de la Fondation Roi Baudouin, de la Région Wallonne, de la Province du Hainaut, du FIPI, des Villes et Communes de Charleroi, Aiseau-Presles, Châtelet, Courcelles, Farciennes, Fleurus, Fontaine-L'Évêque, Les Bons Villers et Pont-à-Celles, Juin 2011, 69 p.

¹² Chantal Gosseau, « Démarche prospective pour mieux cerner le vieillissement de la population immigrée », L'Observatoire N° 61/2009, p.39 à 43

¹³ « Mémoire pour une commune interculturelle » – Proposition du Dispositif de Concertation et d'Appui aux Centres Régionaux d'Intégration- en vue des élections communales d'octobre 2012, Mai 2012, 30 p.

FAMILLE

Ce que nous, les grands-parents,
on peut donner aux petits-enfants,
ce sont des malles à souvenirs.

On s'assied par terre, on joue par terre,
on fait des choses folles.

Moi, je mettais des draps sur la table
de la salle à manger. En dessous,
il y avait des coussins, des matelas.

Les enfants jouaient là, dormaient là.

Plus tard, quand ils ont un coup dur,
on peut à nouveau ouvrir la malle.

J'ai une petite fille qui fait ça, qui me
dit: Tu te souviens quand on se couchait
sur l'herbe ou sous la table ...

Ce sont des moments qui nous
nourrissent encore.

C'est ce que l'on peut faire
pour ses petits-enfants.

Pour le reste, on n'a aucun droit.

« Garder ses petits-enfants : un bonheur à préserver »

Vie Féminine - Namur (Belgique)

80 % des grands parents d'aujourd'hui sont concernés par la garde de leurs petits enfants que ce soit régulièrement ou occasionnellement. Dans une société où le manque de volonté politique en matière d'accueil des enfants est toujours prégnant, ce chiffre n'est guère étonnant. En effet, le taux de couverture des places d'accueil pour la petite enfance (rapport entre le nombre de place d'accueil offertes et le nombre d'enfants de 0 à 2,5ans) en Communauté française est estimé à 25% (places subventionnées)*.

Les exigences européennes sont de 33%... Celles de Vie féminine sont de 100 %.

En effet, **3 familles sur 4 sont donc obligées de faire des choix de vie différents** parce qu'il n'existe pas de mode de garde adéquat pour leur situation. Ces contraintes sur les choix de vie concernent les parents ET les grands parents : obligation d'un temps partiel majoritairement pris par les mamans, temps de garde plus ou moins longs et réguliers pour les grands parents...

Pour Vie féminine, il est indispensable de repenser notre système d'accueil pour permettre aux familles de s'organiser de façon structurelle, sans être obligé de passer par les solidarités informelles qui peuvent être source d'inégalité entre les enfants et reposent très souvent sur les mamans...et grands-mamans.

A Namur, suite à des échanges de témoignages, les aînées de Vie féminine ont décidé d'approfondir la question de la garde des petits enfants via une enquête. Ce sont une centaine de témoignages que nous avons ainsi reçus dont nous livrons, ici, les résultats. Cette démarche se veut surtout une prise de conscience que garder ses petits enfants doit avant tout rester un pur bonheur et non pas une obligation imposée à n'importe quel prix par une société qui rechigne à considérer que **le soin aux autres** (petite enfance, personnes âgées ou dépendantes) **doit être une responsabilité collective.**

* dossier de presse « un enfant = une place d'accueil de qualité » Vie féminine 5 octobre 2010

Un enfant = Une place d'accueil de qualité, une responsabilité collective ! **« Garder ses petits enfants : un bonheur à préserver ! »**

Notre campagne « Un enfant = une place d'accueil de qualité » 2010 et 2011 se poursuit en 2012 ! Parce que deux années de campagne n'ont pas suffi ! Parce que Vie Féminine et la FSMI (Fédération des Services Maternels et Infantiles) doit continuer à se mobiliser sur cet enjeu incontournable ! Parce que nous n'avons pas atteint les 100% de taux de couverture que nous revendiquons !

En 2012, mobilisons-nous tou(te)s ensemble pour faire de l'accueil de l'enfance une responsabilité collective de toute la société !

« L'accueil de l'enfance n'est pas un jeu de dames, c'est un jeu de société, tou-te-s concerné-e-s ! »

Dans le cadre de cette campagne, beaucoup d'ainées de l'antenne VF de Namur se sont senties concernées en 1^{ère} ligne. En effet, la plupart d'entre-elles se sont rendu compte de l'importance de leur participation à l'accueil d'un enfant par le biais de leurs propres petits enfants qu'elles sont amenées à garder plus ou moins régulièrement.

Toute une réflexion a été menée à ce sujet. Cela a abouti au lancement d'une enquête auprès d'autres grands parents afin de mesurer l'impact d'une absence de prise en charge par la société de l'accueil des enfants sur leur vécu. **Si, au départ, la garde de ses petits enfants est du pur bonheur... beaucoup de situations piégeantes sont à révéler afin de pouvoir les éviter !**

Pas toujours facile à faire individuellement face à ses enfants...

Dans le cadre de la présence de la péniche à Namur, les résultats de cette enquête ont été présentés et un « Bistrot des grands parents » a permis à de nombreux grands-parents de venir partager leur expérience à ce sujet.

Les résultats de l'enquête

101 enquêtes rentrées

87 mamies ont répondu, 14 papys

Tranche d'âge :

50-60 ans : 18 réponses

60-70 ans : 62 réponses

70-80 ans : 20 réponses

+ 80 ans : 1 réponse

Les enquêtes sont parvenues de toute la province de Namur.

Fréquence de la garde :

Les grands parents combinent plusieurs fréquences de garde. La moitié garde leurs petits enfants occasionnellement soit après l'école, parfois la nuit, ou pendant les vacances scolaires. Il s'agit, en majorité, de dépannages par rapport aux horaires de travail des parents ou pour permettre aux parents une sortie.

Garde occasionnelle 41 réponses

Garde 1 jour semaine 20 réponses

2 jours semaine 13 réponses

3 jours semaine 3 réponses

4 jours semaine 5 réponses

5 jours semaine 3 (dont deux pour l'accueil avant et après l'école)

Parfois de nuit 18 (la plupart du temps à cause des horaires parents)

1 semaine sur 2 temps plein 3

Les grands parents sont un des modes de garde parmi d'autres. Mais ce sont eux qui présentent le plus de souplesse évidemment... Cette souplesse se fait parfois au détriment de leurs propres projets. Cette « obligation » est souvent tempérée par le plaisir d'avoir ses petits enfants près de soi. Mais les grands parents insistent pour dire qu'il ne faut pas que cette situation se reproduise trop souvent. L'accueil de leurs petits enfants doit rester un bonheur avant tout.

Notre projet social et politique

- **Une option féministe**

Depuis sa création, Vie Féminine travaille à l'émancipation individuelle et collective des femmes.

- **Avec les femmes des milieux populaires**

Vie Féminine s'adresse à toutes les femmes qui veulent lutter contre les inégalités culturelles, sociales et économiques.

- **L'éducation permanente, une démarche culturelle fondamentale**

Pour réaliser l'égalité, il faut repenser fondamentalement les rapports entre les hommes et les femmes, et l'ensemble de l'organisation de notre société.

- **Construire ensemble notre identité et notre action**

Vie Féminine rassemble des femmes d'appartenances différentes quant à la culture, aux convictions, à la foi.

- **Notre engagement démocratique**

Vie Féminine veut rassembler un grand nombre de femmes et, avec elles, faire pression pour influencer sur les politiques qui régissent leur vie.

Infos : 081/226874 ou www.viefeminine.be région Namur

C'EST SOUVENT LES
ETRANGERS QUI S'OCCUPENT
DES PERSONNES AGÉES
QUE SA PROPRE FAMILLE
POUR MOI LA SOLIDARITE
ENVERS LES PERSONNES AGÉES
EST NATOPELLE.

MARYLINE SO
OWNS

HABITAT

« L’habitat inter-générationnel, une piste de solution en matière de logement privilégiant l’échange »

Habitat et Participation asbl – Louvain-la-Neuve (Belgique)

Permettre aux jeunes et moins jeunes de construire « un vivre ensemble », voici l’objectif d’un habitat à caractère intergénérationnel.

Dans le cadre de l’année européenne du vieillissement actif et des solidarités entre les générations, l’asbl Habitat et Participation a organisé en collaboration avec l’asbl les Trois Pommiers une après-midi d’échange autour de l’habitat inter-générationnel. Voici quelques recommandations qui découlent de cet atelier :

- ✓ L’individuation des droits : la possibilité de garder son statut de personne isolée dans un habitat groupé de type solidaire est primordiale.
- ✓ Des adaptations des réglementations fiscales et foncières doivent se mettre en place afin de permettre l’accès à la propriété en habitat groupé à des personnes précarisées.
- ✓ Le développement des habitats groupés inter-générationnels locatifs de petite taille doit voir le jour, y compris par les pouvoirs publics.
- ✓ Une adaptation des normes et règles urbanistiques aux particularités des habitats groupés est nécessaire.

Autrefois, les différentes générations d’une même famille vivaient sous le même toit. Notre société a évolué et aujourd’hui l’habitat est individualisé à l’extrême. Ce processus d’individualisation est le résultat de l’amélioration des conditions de vie générales d’une part, mais d’autre part, elle est aussi une conséquence de politiques et valeurs libérales engendrant une précarité inquiétante au sein d’une partie croissante de la population et l’éclatement des familles.

Malheureusement, l’un des résultats de ces récentes évolutions demeure l’isolement qui touche tout particulièrement les personnes âgées. Il est donc essentiel de reconstruire des mécanismes où chaque âge trouve sa place et où la solidarité intergénérationnelle est encouragée.

Dans ce contexte, **l’habitat inter-générationnel devrait être accessible à tous, et de manière privilégiée aux personnes précarisées.** Selon l’OCDE, une personne est en état de précarité lorsqu’elle cumule plusieurs fragilités : liées aux ressources économiques, à l’état de santé, au réseau social ou au mal logement.

Les freins au développement de ce type d’habitat solidaire sont encore nombreux. Le principal réside dans la baisse des moyens financiers des personnes qui bénéficient d’un revenu de remplacement lorsqu’elles passent du statut isolé au statut de cohabitant. La solidarité mise en place par les habitants se voit alors pénalisée.

Les habitats inter-générationnels sont multiples car ils sont le reflet de leurs habitants. L'absence de cadre légal clair permet une grande créativité mais freine également de nombreuses initiatives. Cependant, certaines évolutions notamment du code wallon du logement et de l'habitat durable permettent d'être optimiste quant à l'extension de ce type d'habitat.

QUANT J'AI
TOUT PAYÉ
IL ME RESTE
300 € POUR
VIVRE !
QUELLE GALÈRE
Docteur Gues



INTERGÉNÉRATIONNEL

Boulevard du temps qui passe

George Brassens - 1976

A peine sortis du berceau
Nous sommes allés faire un saut
Au boulevard du temps qui passe
En scandant notre "Ça ira"
Contre les vieux, les mous, les gras
Confinés dans leurs idées basses.

On nous a vus, c'était hier
Qui descendions, jeunes et fiers
Dans une folle sarabande
En allumant des feux de joie
En alarmant les gros bourgeois
En piétinant leurs plates-bandes.

Jurant de tout remettre à neuf
De refaire quatre-vingt-neuf
De reprendre un peu la Bastille
Nous avons embrassé, goulus
Leurs femmes qu'ils ne touchaient plus
Nous avons fécondé leurs filles.

Dans la mare de leurs canards
Nous avons lancé, goguenards
Force pavés, quelle tempête
Nous n'avons rien laissé debout
Flanquant leurs credos, leurs tabous
Et leurs dieux, cul par-dessus tête.

Quand sonna le cessez-le-feu
L'un de nous perdait ses cheveux
Et l'autre avait les tempes grises.

Nous avons constaté soudain
Que l'été de la Saint-Martin
N'est pas loin du temps des cerises.

Alors, ralentissant le pas
On fit la route à la papa
Car, braillant contre les ancêtres
La troupe fraîche des cadets
Au carrefour nous attendait
Pour nous envoyer à Bicêtre.

Tous ces gâteaux, ces avachis
Ces pauvres sépulcres blanchis
Chancelant dans leur carapace
On les a vus, c'était hier
Qui descendaient jeunes et fiers
Le boulevard du temps qui passe.

Paroles et Musique: Georges Brassens 1976 © Editions musicales 57

Avant, on était jeune et puis
on était vieux.

Maintenant, pendant 40 ans,
on ne sera ni jeune, ni vieux.

On n'est pas venu se rajouter,
on est entre les deux.

Si nous vivons de plus en plus
longtemps,
c'est parce que les autres
générations ont besoin de nous.

Et la philo dans tout ça ? Un projet intergénérationnel adolescents et aînés.

Thierry Derclaye, animateur socio-culturel – Atoll, service d'accueil de jour soutenu par la Commune et le CPAS d'Etterbeek (Belgique)

A Atoll, dans le cadre de la cohésion sociale, depuis quatre ans nous avons expérimenté l'animation d'un atelier philosophique pour un public mixte composé d'adolescents et d'aînés. Il s'agit aussi d'un point de départ dans l'élaboration d'un projet de rencontre avec différents partenaires extérieurs.

Description de l'atelier philosophique

D'un point de vue moral, la philosophie est un moyen au service d'une pratique de vie à Atoll. Elle incite à l'ouverture d'esprit aux autres et à se décentrer par rapport aux difficultés du quotidien. Elle donne l'occasion de se construire en élaborant son propre questionnement et d'obtenir des autres la reconnaissance de ses propres idées. En effet, la confrontation avec les idées des autres permet de mettre de l'ordre dans ses propres idées afin de pouvoir les transmettre. Il s'agit donc de penser autrement et de sortir de ses problématiques personnelles afin de se faire reconnaître par les autres. Voilà comment, la philosophie est aussi l'élaboration d'un avenir en dehors de l'atelier et de vivre avec de nouvelles idées, "plein la tête".

D'un point de vue pratique, la philosophie est aussi un moyen au service de la rencontre autour de la question de l'image à travers l'histoire de l'art. Et inversement, l'histoire de l'art est une amorce propice pour philosopher. L'histoire de l'art et des images constitue le support didactique, neutre et accessible à tous afin de servir de matière à réflexion. Chaque peintre, chaque époque historique a défini l'image selon ses propres critères. Aujourd'hui, il nous est toujours possible de comprendre les réponses données, si chacun veut bien se donner la peine... L'image est donc un levier utile à la découverte des conceptions passées et des conceptions d'un autre. En outre, elle interroge notre rapport présent à la représentation de la mort, de la femme, de la pauvreté... Parler à propos de l'image est non seulement un moyen détourné pour parler de soi et un moyen pour apprendre à mieux communiquer, mais aussi un moyen pour apprendre de l'autre et du passé car l'image passée ou contemporaine invite chacun à remettre en questions ses propres réflexions et à devenir plus critique vis à vis des conceptions toutes faites. L'image n'est pas seulement à chacun et aux autres, elle est à la fois hors du temps et dans le temps: elle appartient au passé et au présent. Regarder ensemble, c'est se mettre d'accord sur le sens de l'image au présent avec une meilleure connaissance culturelle du passé.

D'un point de vue formel, la mixité des âges a pour bénéfice d'augmenter les différences de points de vue. La mixité brise la tendance à la normalisation du point de vue propre à chaque groupe fermé par sa classe d'âge. De surcroît, l'écart générationnel suscite l'étonnement et engage à la distance respectueuse. Par ailleurs, **aînés et adolescents sont traversés par des questions similaires car ils partagent des positions excentrées par rapport à la vie civile.** Les deux classes d'âges ne font pas partie du monde du travail. Elles redoutent toutes confrontations directes avec le monde des adultes.

Elles vivent les interrogations fortes par rapport à la mort, au corps et à la sexualité. C'est pourquoi, il n'est pas étonnant de les voir préférer communiquer avec humour pour conserver un peu légèreté. L'humour n'est pas ici un déplacement facile, il permet de rendre les conversations libres.

Futur proche

Pour ne pas compromettre l'avenir, nous cherchons à ouvrir l'atelier philosophique aux partenaires désireux d'adhérer à la rencontre intergénérationnelle. Il est souhaitable d'envisager le partenariat comme une élaboration commune, susceptible de modifier le projet présenté. Toutefois, il est requis des partenaires un engagement régulier et à long terme.

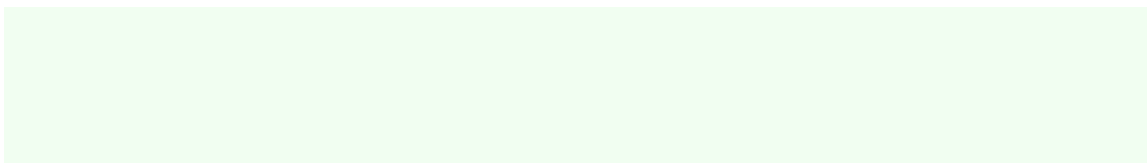
Les animations de l'atelier couvriraient toute l'année calendrier, exceptés les congés annuels des associés (1 mois de vacance d'été et une semaine de vacance à Noël et à Pâques). Les aînés inscrits à Atoll ont toujours la possibilité de participer aux activités librement. La présence des adolescents se ferait librement, à titre probatoire dans un premier temps. Sur base volontaire dans un second temps. Accompagnée ou non de leur éducateur. **L'adhésion de plus jeunes aux animations est une démarche difficile et longue. Sans préparation, l'initiative est vouée à l'échec car bien souvent les plus jeunes confondent liberté d'expression et réflexion.** Ils craignent devoir apprendre des personnes âgées dont ils n'ont pas toujours une belle image. Nous souhaitons informer pour décloisonner les idées reçues et construire un cadre d'échanges mutuels où chacun prendra ce que bon lui semble.

En outre, la réussite du projet dépend de la régularité de la fréquentation (3 fois par mois). Les jours de rencontre seraient maintenus le mercredi après-midi. La mise en présence des groupes de générations différentes a un sens dans la durée afin de créer des habitudes, avec un groupe élargi aux 15 à 18 ans afin de créer des liens sociaux dans une société où la cohésion sociale fait assez défaut.

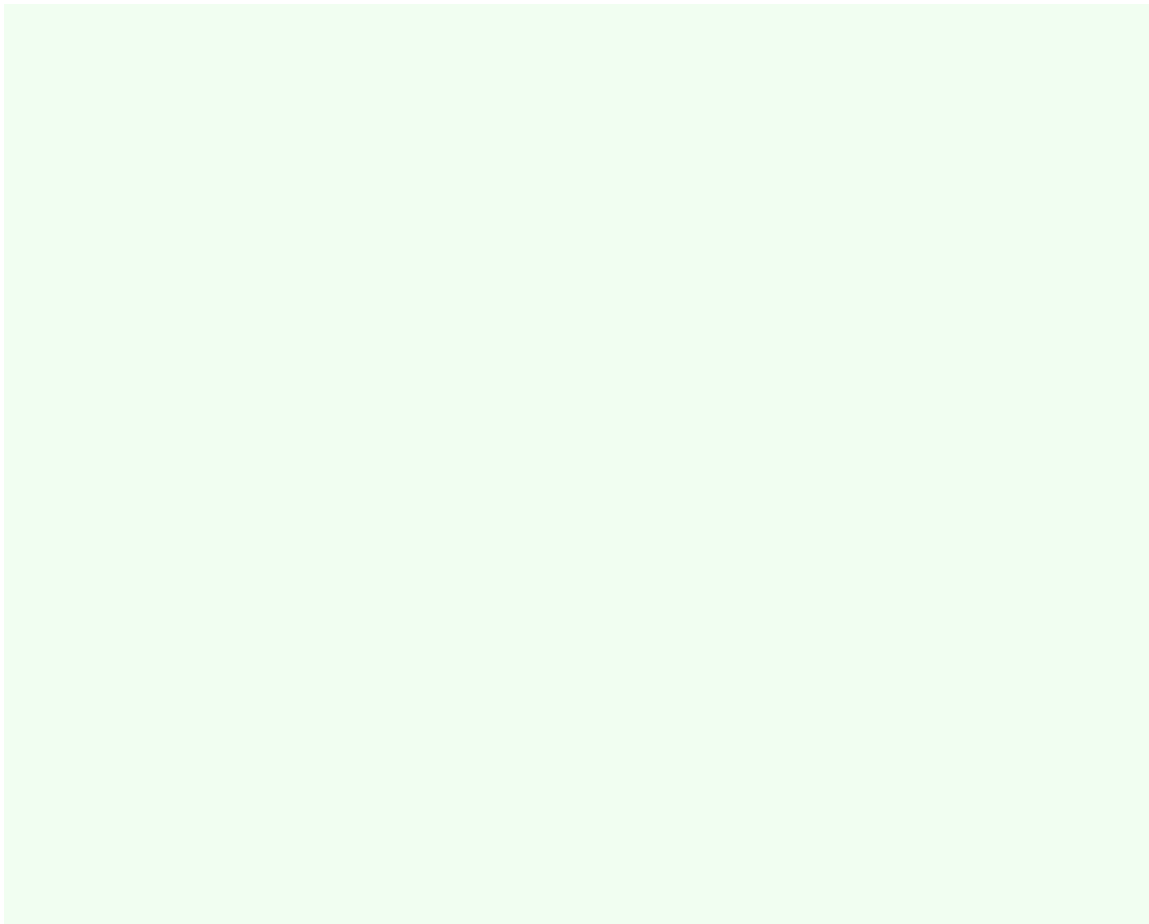
Dans l'immédiate

Pendant l'année 2013, nous suivrons l'évolution de la peinture depuis le XVII^e. A chaque séance sera présenté un peintre et sa particularité par rapport à l'époque. Chacun sera autorisé à prendre la parole et de livrer au groupe sa perception personnelle des œuvres. Notre rôle consistera à faire circuler la parole entre les participants et de faire partager connaissance et interprétations. Pour l'année 2013, chaque fin de séance sera ponctuée par un temps de mise par écrit dans un "livre d'or" des pensées de chacun.

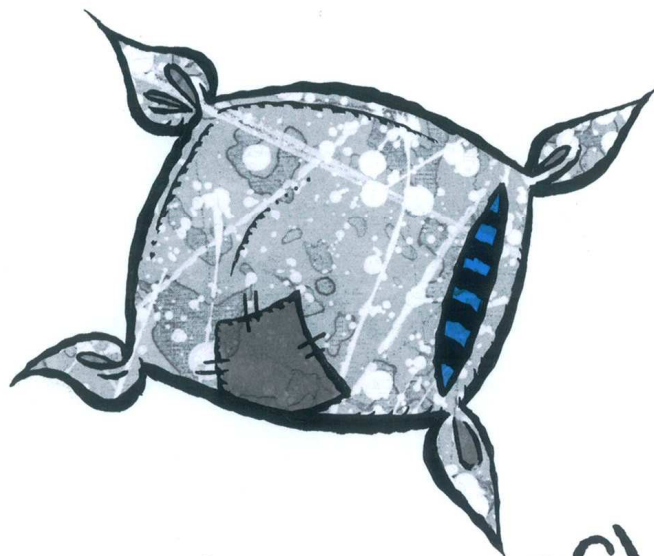
De surcroît, en 2013, il sera question d'inaugurer une session de formation en esthétique à partir de l'histoire de l'art du XX^e. La session de formation est ouverte à tous et plus spécialement aux animateurs sociaux désireux de trouver un support pour animer les rencontres intergénérationnelles.



VIEILLISSEMENT ACTIF



LA VIEILLESSE



NON MERCI!...

Le vieillissement actif : Regards pluriels - Présentation

Thibault Moulaert – Université catholique de Louvain, Louvain-le-Neuve (Belgique)

Dimitri Léonard – Université libre de Bruxelles, Bruxelles (Belgique)

Depuis une trentaine d'années, l'évolution démographique de nos sociétés n'a cessé d'interroger les organisations internationales, les dirigeants politiques de nombreux pays sommés de faire face aux effets que ces évolutions produiront sur les systèmes de sécurité sociale et sur les marchés du travail pour ne citer que les deux espaces les plus visibles. Quant aux citoyens, ils prennent peu à peu conscience que le report de l'espérance de vie signifie davantage d'années à vivre, en bonne santé, au-delà d'une certaine limite d'âge ; s'ils ont tout intérêt à donner du sens à ce temps gagné sur la mort, on constate pourtant que la société ne leur offre aucun autre statut valorisé, le modèle de la retraite comme repos mérité et retrait du marché du travail perdant de plus en plus son caractère structurant des parcours de vie.

Face à ces évolutions, tant du point de vue du vieillissement des populations que du vieillissement individuel, une idée a germé à partir de la fin des années 1990 au sein de grandes organisations internationales comme l'OCDE ou la Commission européenne avant d'être reprise par l'ONU et résumée en son sein par l'OMS en 2002: le "vieillissement actif" ou *active ageing*. Celui-ci se présente comme une solution, une "opportunité" pour affronter non pas des "problèmes" (on parle du "poids du vieillissement ou des pensions") mais des "défis". Un chercheur comme Alan Walker lui a en outre donné le statut de « concept » (Walker, 2002) (1).

En réalité, il faut bien constater que, jusqu'à présent, c'est-à-dire avant 2012 année consacrée Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité entre les générations, le monde francophone n'a guère eu vent de cette idée. Dès lors, l'objectif de ce numéro des Politiques sociales consiste précisément à montrer les multiples visages du "vieillissement actif". C'est le premier sens de notre titre, Regards pluriels. Si l'emploi des plus âgés y occupe une place importante, d'autres thématiques peuvent être abordées. Chemin faisant, nous introduirons le lecteur aux débats anglo-saxons, voir américains, qui ont donné naissance à ce terme. En effet, comme l'exposeront succinctement Mario Paris et ses collègues et comme le signalent Thibault Moulaert et Jean-Philippe Viriot Durandal, c'est en référence à d'autres approches normatives du vieillir que se développe le "vieillissement actif" : on parle alors de *productive*, *successful*, *healthy ageing*, ce qu'on résume aussi parfois par *ageing well* ou "bien vieillir".

En ce sens, le "vieillissement actif" ne vient jamais seul, ce qu'illustrent les contributions de Pia-Caroline Henaff-Pineau qui travaille sur les plans "bien vieillir" du ministère de la Santé publique en France ou de Stephanie Carretero et ses collègues qui reprennent l'association du *active ageing* au *healthy ageing* promue par la Commission européenne afin de soutenir le *ageing well at home* (le maintien au domicile des personnes âgées) par l'intermédiaire des nouvelles technologies.

Si le vieillissement actif peut se décliner au-delà de l'emploi des plus âgés, les Regards pluriels signifient que nous prenons en compte le point de vue de l'observateur. Outre le fait que nous nous situons dans une perspective internationale avec des contributions de Tunisie (Lassaad Labidi) du Canada (Émilie Raymond et Amanda Grenier ; Paris *et al.*) et de l'Europe, et que les objets et données empiriques mobilisés pour saisir les contours du vieillissement actif varient d'une contribution à l'autre, ce sont *in fine* les regards des chercheurs eux-mêmes qui ne sont logiquement pas tous identiques. Par exemple, on verra que les références originelles du vieillissement actif s'appuient tantôt sur les travaux de l'OMS et de Walker (Raymond, Grenier ; Paris *et al.*), tantôt sur ceux de la Commission

européenne (Carretero *et al.* ; Dimitri Léonard) tandis que l'article de Moulaert et Viriot Durandal souligne la diversité des sources internationales à l'origine de ce terme. On notera aussi que la perception du "vieillissement actif" varie en fonction du chercheur puisque certains y décèlent un concept promoteur dans des domaines aussi variés que le maintien des personnes âgées à domicile (Carretero *et al.*) ou l'aménagement urbain (Paris *et al.*) alors que d'autres sont plus critiques ou nuancés (Marie-Paule Connan Debunne; Raymond, Grenier).

Bref, notre volonté est d'ouvrir les yeux sur cette notion en étant conscients qu'elle est à la fois porteuse de promesses, mais aussi de limites, limites qui émergent à mesure que le "vieillissement actif" est mis à l'épreuve du réel. À l'heure où un consortium de chercheurs dessine ce que pourrait être le futur de la recherche européenne en matière de vieillissement (Rapport FutureAge 2011, sous la direction d'Alan Walker) et soutient le vieillissement actif, notre approche est résolument plus prudente. En nous "limitant" à offrir une pluralité de regards sur cette notion, nous nous efforçons de la considérer comme un objet de recherche à penser dans une dialectique de construction/déconstruction. En ce sens, si certains de nos auteurs soutiennent explicitement le vieillissement actif, d'autres ont plutôt tendance à le déconstruire. Constaté que le terme n'est pas aussi homogène qu'il n'y paraît serait alors une avancée certaine de ce travail collectif.

À présent que l'argumentaire général du dossier a été posé, voyons sa structure. Après un chapitre de cadrage retraçant les origines internationales du vieillissement actif, nous aurons quatre sections :

- Un classique revisité: le vieillissement actif en emploi.
- Le bénévolat : alternative ou pâle copie du vieillissement actif en emploi ?
- Des voies innovantes : la recherche de la qualité de vie.
- L'expérience du vieillissement actif : entre utopie et réalité.

Puisqu'en Europe le "vieillissement actif" a d'abord été compris comme "vieillissement actif en emploi" (Moulaert/Léonard, 2012) sous l'influence de la Stratégie européenne pour l'emploi durant les années 2000, nous débiterons par deux articles qui abordent ce thème de manière originale. Léonard interroge la politique d'activation de la demande en Belgique pour aborder le thème de "l'emploi des seniors" en déplaçant la focale sur l'entreprise. La présentation du Fonds de l'expérience professionnelle qui a pour objectif, au sein du Service public de l'emploi, d'agir sur l'entreprise pour l'inciter à maintenir ses salariés plus âgés en emploi, permet de questionner les limites de l'action publique en faveur du "vieillissement actif en emploi" et son articulation avec le comportement des entreprises.

Pour compléter l'axe "emploi", nous effectuons un déplacement vers la Tunisie où Labidi s'interroge sur une pratique émergente, à savoir le fait que certains salariés retraités retournent au travail. Si cette pratique existe dans plusieurs pays occidentaux, l'intérêt du cas tunisien est de souligner que les justifications du travail post-retraite tiennent à la fois à la tradition et à la modernité.

Ensuite, nous avons regroupé deux articles qui traitent du bénévolat. Les textes de Connan Debunne et de Marielle Poussou-Plesse se penchent sur le sens que prend le bénévolat lorsqu'il est passé au crible du vieillissement actif. Même si leurs analyses suivent des chemins différents, elles aboutissent au même résultat : alors que certains acteurs verraient bien le bénévolat des seniors prendre un nouvel envol grâce au vieillissement actif, il semble au final que ce type de relecture appauvrisse le sens même du bénévolat. La critique fait alors état de "zones grises" entre le travail salarié et le volontariat (Connan Debunne) ou

souligne le danger d'un asservissement du bénévolat au marché du travail au prétexte de la nécessaire professionnalisation du premier au bénéfice du second (Poussou-Plesse).

Dans une troisième section, nous mettons en avant des voies véritablement innovantes : il n'est plus tant question de marché du travail (bien que l'article d'Aline Chamahian l'évoque) que d'une mise au service de la qualité de vie.

En ce sens, les trois articles qui composent cette partie sont plutôt confiants dans le potentiel de la notion, à condition de la définir de manière précise et intégrée. Chamahian met ainsi en parallèle les évolutions socio-historiques de la formation tout au long de la vie et du "vieillissement actif" et suggère que l'expérience contemporaine que font les aînés de la formation – notamment via les Universités Tous Âges – oblige à repenser les définitions non seulement de la formation mais aussi des temps sociaux. De leur côté, Carretero et ses collègues montrent l'intérêt des instances européennes pour des projets technologiques innovants afin de garantir le « vieillissement actif et sain à domicile ». Enfin, Paris *et al.* Nous apportent un regard neuf sur le vieillissement actif en déplaçant la focale sur l'aménagement urbain. En centrant leur propos sur les significations et les usages conceptuels du "vieillissement actif" au cœur du projet "Villes amies des aînés - Québec (VADA-QC)", ces auteurs mettent en avant les conditions pour qu'une telle initiative parvienne à ses fins.

La conclusion de Paris et ses collègues permet de passer à la dernière section de ce numéro. En effet, si plusieurs pistes innovantes sont explorées, elles doivent être mises à l'épreuve du réel.

Nous avons regroupé ici trois articles qui se situent dans cette démarche et présentent en outre un bilan en demi-teinte du vieillissement actif. Le travail de Raymond et Grenier par exemple s'appuie sur les témoignages d'un public âgé handicapé pour montrer que les options de l'approche du "vieillissement actif" du ministère de la Famille et des Aînés du Québec ne sont pas toutes rencontrées. Ces auteurs soulignent aussi combien, dans ce cadre, le projet de "ne rien faire" n'est plus pensable ni même souhaitable. Ensuite, Henaff-Pineau compare des plans gouvernementaux français avec l'expérience des publics cibles. Il est notamment question de la promotion d'activités sportives pour "bien vieillir" qui se traduit, pour les médecins concernés par l'encouragement du "ni trop ni trop peu" et le soutien d'un "senior sportif hygiéniste". Finalement, l'article de Sara Ramos nous emmène au Portugal où l'auteure s'est intéressée au sens que prenait l'activité à la retraite pour des individus de tous âges, ceci afin de passer des « défis aux représentations du vieillissement actif ». Pour les retraités, ce sont les objectifs de travail et de la vie sociale qui comptent le plus. Ce qui permet à l'auteure de terminer son texte par une réflexion sur les conditions de possibilité d'un "vieillissement actif" en emploi et sur la diversité des sens de l'activité à la retraite. Ainsi, Ramos boucle la boucle du numéro en revenant aux premières perspectives.

Pour terminer, il nous faut signaler un point important. Bien que nous ayons voulu offrir un panorama aussi large que possible sur le vieillissement actif, nous sommes conscients des perspectives qui n'ont pas été couvertes comme la participation politique et citoyenne des aînés (avec par exemple les "conseils consultatifs pour seniors" organisés au niveau de certaines villes et déjà décrits par Walker et Naegele en 1999) ou la question des transports (voir les travaux de Pierre Lannoy à ce sujet).

Malgré ces limites, nous espérons que cet ouvrage collectif arrivera à point nommé dans cette Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité entre les générations, en espérant que l'Europe ait les ressources cognitives pour s'ouvrir pratiquement à une définition élargie du vieillissement actif. En tant que chercheurs, notre devoir s'arrête là où commence celui des acteurs politiques et de la société civile: donner ou non du sens à cette ambition européenne et décider si oui ou non cette notion leur est utile.

Notes

(1) Comme le rappellent Moulaert et Viriot Durandal, il y a pourtant un précédent avec l'article de D'Souza paru en 1993.

Bibliographie

MOULAERT T., LÉONARD D., 2011, "Le vieillissement actif sur la scène européenne", *Courrier hebdomadaire du CRISP*, n°2105.

WALKER A., 2002, "A strategy for active ageing", *International social security Review*, 55, 1, pp.121-139.

WALKER A., NAEGELE G., 1999, *The Politics of Old Age in Europe*, Buckingham, England, Open University Press.

TRANSMISSION

Enfants, adultes, c'est la même fédération.

Texte inédit – Danse urbaine – Street talent – Funky feet - Namur (Belgique)

Si j'écris ce texte, c'est pour les générations,
Enfants ou adultes, c'est la même fédération.
Peu importe l'âge,
Peu importe nos origines,
On fait tout ce qu'on aime,
Et c'est ce qui nous fascine.

Si j'écris ce texte,
C'est pour les générations,
Enfants ou adultes, c'est la même fédération.
Le temps passe,
Et on sait d'où on vient.

Je place un hommage aux anciens.
Quand je pense à mon grand-père,
Je peux te dire
Que des personnes âgées
Y a de quoi être fier
Car elles sont fortes
Ont beaucoup fait pour nous
Et ont fait qu'on est là aujourd'hui surtout

Mais bon c'est vrai que de notre temps
On s'amuse et on parle des vieux en plaisantant
Mais non on est à côté de la plaque.
Quand on était jeune
C'est eux qui nous faisaient les remarques
Qui nous remettaient à notre place,
Yo, on leur doit le respect
Plus encore leur venir en aide de manière express.

Je viens pas jouer le rôle de moralisateur
Ce serait aussi déplacé que les leçons d'histoires des colonisateurs
Certes, les mentalités diffèrent.

Mais avec un peu de compassion
Y a pas de soucis
On s'y fait , on kiff être ensemble
Et c'est ce qui fait qu'on se ressemble
Et qui fait qu'aujourd'hui on s'assemble

De la vie jusqu'au bout

TONG Ghuo-Zhing dit Albert

Franchir un pas à pas et poursuivre la route...
Jusqu'au bout de l'histoire, la marche va son bon train!
Elle lui tient la main et il suivra sans doute,
Les pas si parallèles d'un doux et tendres chemin!

Puis un jour, il faut bien laisser la route à l'autre...
Il faut lui laisser libre la voie de l'autre destin!
Il faut certes laisser la nature suivre son cours,
Et la vie se poursuivre sur son beau parchemin!

Il est des femmes, des hommes dont l'air est le seul guide,
Qui parcourent vaillamment une voie qui respire,
De souffles de liberté, de sensations toute fluides,
De pensées, de rêves,...de solitudes infinies!

Parfois quelques douleurs sont venues perturber,
Les quiétudes d'une vie qui, par trop, fut la cible,
D'êtres sans cœur, asociaux, d'égoïstes disjonctés,
Ôtant souvent, dès lors, le bonheur de vieillir!

L'histoire est souvent belle et la vie va avec...
Il y a que le temps coure chaque souffle en nous,
Emmenant nos vécus, nos beautés, nos échecs,
Et partageant si bien si bien nos éternels parcours!

En tous il y a eu un jour ou bien un autre...
Comme l'appel d'une voix où nous avons posé,
Nos premiers pas d'amour dont le destin fut l'hôte,
Que nous avons suivi ou nous a libéré!

Car ce temps avant nous et encore après nous,
Fera, de main en main, de cœur en cœur aussi,
Son chemin avec nous, dans notre seul rendez-vous...
Car il nous fit cadeau du présent de la Vie!

Merci à nos aînés et merci à la vie,
De nous avoir fait naître et d'avoir pu offrir,
A nos enfants, à d'autres, des plaisirs, des envies...
Du bonheur, de l'amour...et la joie d'en jouir!

TONG Ghuo-Zhing dit Albert

Le banc à palabres

Sébastien Vandenberghe – A travers les Arts – Bruxelles (Belgique)

C'est l'histoire d'un banc public, dénudé, aux portes de la maison de repos Bergamote, qui se retrouve être l'objet d'un atelier créatif hebdomadaire.

Autour du banc, les seniors qui s'activent à recréer tout un univers urbain, revisité à leur manière.

C'est l'histoire d'un décor qui se construit au fil des ateliers, du thème qui se choisit, de la mer du Nord qui s'installe au cœur de la maison de repos.

C'est l'histoire d'un paysage sonore de vingt minutes qui s'enregistre au souffle lent et régulier des poètes résidents.

C'est le chœur de Bergamote qui s'exprime en chorale envoutante.

C'est l'histoire d'un personnage sculpté qui s'anime, prend vie et habite avec eux, le temps du projet. Sculpture-fauteuil qui incite à prendre place parmi eux, à s'asseoir et à se mettre dans la peau d'un vieux et de jouer le jeu de ce temps qui passe et s'égraine.

Sur le banc, on ne récolte pas que le vent froid et décoiffant, mais un souffle poétique d'un espace urbain intergénérationnel revisité sauce « papy et mamy ».

C'est aussi l'histoire d'une force senior qui se mobilise afin de partager cette vision du temps qui passe et ne revient jamais.

Si le temps passe, eh bien... qu'il soit ludique ou éphémère, c'est l'effet mer qui iode le cœur des gens.

Sans être bateau, c'est la mer du Nord qui visite Schaerbeek.



Littérature, musique et transmission

Françoise Marquet, harpiste celtique, conteuse.

J'aimerais vous témoigner ma gratitude pour ce que vous faites !

J'ai été très touchée de venir conter et jouer de la harpe dans cette belle péniche, dans laquelle les générations se côtoyaient, les âges de la vie.

Entendre rire les enfants, voir les yeux brillants des personnes âgées qui participent à cette rencontre essentielle et bénéfique pour eux et pour nous.

Nous avons tant à échanger, à partager, à nous apprendre !

J'aimerais vous citer un extrait d'un livre que j'aime beaucoup de Clarissa Pinkola Estès, **La Danse des Grands-mères**.

« Etre une grand(e) mère, c'est apprendre aux plus jeunes les voies de l'amour et de la miséricorde... car bien souvent, grâce à leurs conseils et à leurs mises en garde, les grands-mères peuvent leur éviter des faux-pas et, à défaut de les rendre sur-le-champ plus sages, les aider à donner un sens à ces erreurs, quand elles les peinent et les désorientent.

Quels sont les instruments magiques qu'utilise la grand-mère pour la transformation depuis des millénaires ?

La table de cuisine.
La lumière de la lampe.
L'intuition.
La soupe.
Le thé.
La chanson.
La main affectueuse.
Le mot gentil.
Le cœur à l'écoute.
La capacité de lire dans les âmes. »

Je souhaite de tout cœur que nous puissions rendre à nos aînés la place qui est la leur, qu'ils puissent se sentir inclus dans ce monde et surtout qu'ils sachent combien leur présence est précieuse et importante pour nous.

Que nous avons besoin de leur sagesse et de leur amour sans limite !



Ce que l'on peut emporter
dans l'au-delà ?

La seule richesse que l'on
emportera, c'est ce que l'on
aura donné ici bas !.


58 ans

la vieillesse
c'est croire que la
vie a une fin

Margaux, 24 ans

Les billets d'humeur

de

Marie-Jeanne

Pétillante ? Bougonne ? Chatouilleuse ? Chatouillée ?

Cela dépend des jours !

Une grand-mère „pokeuse“ qui n'a pas froid aux yeux et qui ose même se remettre en question.

80 balais

Matinale comme tous les jours de la semaine, je suis là, à l'entrée de la superette avec mon caddy. Prête à bondir dès l'ouverture des portes. Enfin...Bondir...avec mes jambes d'octogénaire. A ma vitesse de croisière désormais en pilotage presque automatique. Je dois me faire une raison, je n'ai plus vingt ans ! D'ailleurs, on me le rappelle assez vite. Dans les allées du magasin, à la caisse, j'entends les soupirs d'agacement des homo-sapiens, en mode tweeter et téléphone portable qui se plaignent de la vieille qui ralentit le temps, leur temps. J'aimerais bien leur crier que moi aussi j'ai eu une vie avant d'être, comme certains l'ont déjà gentiment sous-entendu, dans « l'antichambre de la mort ». Mais, on serait encore capable de dire que je bougonne ; alors je me tais. De toute façon, je n'ai presque plus de souffle pour gueuler !

J'ai juste un peu d'avance sur vous tous ! Rien de plus !

S'ils savaient ! Je fais partie des seniors encore pleins de ressources et d'idées. Avec quelques camarades vieillissants, on s'organise, on tente de revendiquer des droits et de participer à la vie de la société. Nous sommes, pourrait-on dire, des aînés « dynamiques », plus très jeunes, plus très cadrés, mais encore plein d'idées, branchés sur internet et réseaux sociaux. Il suffirait juste de nous écouter de temps en temps.

Ma voisine de palier n'a pas cette chance. Dépendante et solitaire, elle végète, dodeline de la tête et attend son pote Alzheimer pour avoir une bonne raison d'être abandonnée. Je sais bien que de nombreuses initiatives sont prises en notre faveur. Journées d'études, charte, année internationale, fête des grands-mères...Oui, un jour par an penser à nous, c'est gérable pour une famille !

Les temps ne sont plus ce qu'ils étaient ! J'entends déjà ma petite fille me dire « Arrête de radoter ! » « Les jeunes aussi ont des idées ». Mais je n'en doute pas. J'y crois en cette jeunesse sur laquelle je compte pour prendre le relais sans pour autant être mis au placard ! Pierre Desproges, ironiquement, disait « Certes, il est pénible de vieillir, mais il est important de vieillir bien, c'est-à-dire sans emmerder les jeunes ; c'est une simple question de bonne éducation ». Et bien, non, je ne suis pas d'accord. Moi, je pense qu'on a besoin les uns des autres. Dans notre société, l'âge est discriminatoire (autant pour eux que pour nous). Mes copains et copines de goûter-musette me répètent sans cesse se sentir être une charge pour la société, pour leurs proches, et leurs petits enfants, ne pas trouver leur place dans la même société ! Y a comme qui dirait l'autre un bug !

Marie-Jeanne

Étiquettes

Les choses les plus détestables - selon moi ! - dans notre quotidien de vie sont les étiquettes. Celles qui grattent dans le cou, celles qui collent trop sur les objets que l'on vient d'acheter et qu'abîmeront nos gratte-grattes rageurs ou le thinner inadéquat ! Et - plus que tout ! - celles que l'on colle sur le front de toutes personnes rencontrées : noraf, pédé, juif, "artiste", bon à rien ou... trop vieux ! Une ride, une main qui tremble un peu, un cheveu blanc rebelle à la teinture, un pied hésitant et hop ! : on se retrouve dans le sac étiqueté : "charmantes personnes ne pouvant plus servir à rien" ! Trop vieux pour être productif, pour être consommateur (autre que celui de nos propres funérailles : pub reçue trois jours avant mes 70 ans !), pour être créateur, pour être utile ? Comment faire connaître aux générations qui nous suivent nos capacités à toujours créer, transmettre, conseiller, aider ? Bien sûr, nos chemins sont plus longs, les escaliers plus hauts, les heures d'activité plus courtes. Et alors...

Voici quelques années, une amie de plus de 60 ans qui présentait son book d'illustrations à l'"art-director" d'une agence de pub, a reçu comme commentaire : "Je ne travaille pas avec des personnes plus âgées que moi" ! Que craignait-elle cette jeune femme compétente, en cuissarde, mini-jupe et pleine assurance de ses capacités. Une expérience plus importante que la sienne ? Un jugement ? Ou vivait-elle cet a priori que l'on colle - toujours l'étiquette ! - sur l'âge que l'on présume.

J'avais une tante qui fut pour moi la grand-mère que je n'ai pas eue. Tante Mimie. A pas de plus en plus petits, elle traversait les années, les frontières, sa cuisine, les rues de son quartier avec le regard bienveillant, le sourire moqueur et un mot gentil pour chacun. Et la casserole de soupe qu'elle cuisinait, tous les mercredis, pour "ses" petits vieux... souvent plus jeunes qu'elle, d'ailleurs. Jusqu'à ses 92 ans, où ses pas plus restreints l'ont conduite dans un home. Heureuse, guillerette, toujours moqueuse - surtout d'elle-même ! - elle remontait le moral de tous, vantant le confort de n'avoir plus rien à faire de ménager, le plaisir d'être servie et la beauté du coucher de soleil entre les branches dénudées du petit jardin arrière.

J'avais 40 ans. Je lui ai fait visites et écoute plusieurs fois par semaine pendant les quelques quatre années qui lui restaient à vivre. Ce qui m'a le plus marqué - et que j'espère avoir bien intégré ! - c'est la nécessité de vieillir avec humour, curiosité et enthousiasme. Parfois seulement, elle soupirait et me disait "ah, ma petite fille, ne devient jamais vieille, on devient lente !"...

Voilà, maintenant c'est moi qui suis arrivée à ce temps de lenteur : lenteur des genoux que l'arthrose handicape, lenteur d'un geste parfois hésitant et, il est vrai, un peu de difficulté à la compréhension des nouveaux GSM, smartphones et autres lecteurs DVD. Mais, rassurez-vous, je gère très bien mon PC, correspond sur Facebook avec des "amis" plus jeunes que moi - savent-ils que je suis dans la 9e décennie ? - et forward des diaporamas à mes deux "grands" petits-fils.

Et anime un atelier de dessin...

Aussi je m'insurge, je conteste, je revendique, pour tous les plus âgés, une place sous un autre soleil que celui des dépliants touristiques "spécial seniors aisés".

Marie-Jeanne

Histoire vécue

Il est 17h45. Les jours ont eu beau augmenter de 97 minutes depuis le solstice, il fait déjà ce presque sombre d'un soir de février neigeux. Les arbres sont beaux et les trottoirs sont sales.

Justement, ce trottoir... étroit, encombré d'une congère insolite et d'un sac-poubelle bleu qui s'est trompé de jour de sortie. Quatre ados en blousons à capuches et à musique fichée dans les oreilles complètent le bouchon. Ils ne bougent pas à mon approche.

Dois-je descendre du trottoir pour les contourner ?

Je m'arrête à un pas du petit groupe.

Ils ne me "voient" pas...

-Pardon, je peux passer ?

Ils bougent à peine, je les bouscule un peu, ils m'interpellent :

-Alors, la Mémé, on veut de la place...

Je m'arrête au milieu d'eux :

- Vous savez ce qu'elle vous dit la Mémé...

Silence, méfiance, défensive.

- ... elle vous dit que oui, elle veut de la place - ni plus ni moins que vous, d'ailleurs ! - sur ce trottoir, et aussi dans la vie de tous les jours, dans la considération, dans le tram, dans les soirées de famille...

-C'est barbant les vîoques, ils sont ronchons grave, me lance le plus encapuchonné des quatre. Rires des trois autres.

- Je suis d'accord avec toi, il y a des personnes âgées qui sont ronchons, comme tu dis. Qui ne s'intéressent qu'à leurs petits bobos, ne sont jamais contentes, restent dans la bulle de leurs souvenirs... Et moi je connais des jeunes qui gambergent "grave", ne s'intéressent qu'à leur univers informatique, ne sont jamais contents, sont accros à leur bulle de copains. Match nul, non ? Mais vous avez certainement déjà vu aussi - dans les plus jeunes comme dans les plus âgés ! - ceux qui sont ouverts aux autres, attentifs, créatifs et enthousiastes. Encore match nul, non !

Je vois l'ombre de sourires. Leur petit groupe est moins fermé, ils s'écartent pour laisser passer une autre "petite vieille" qui leur dit merci à voix basse.

Un petit signe de la main et je m'éloigne.

-Eh, M'dame, me lance une voix qui vient de la deuxième capuche, j'ai pu vous adopter comme grand-mère ?

J'apprécie. Je me retourne :

-Si déjà vous pouviez "voir" comme votre grand-mère ou votre grand-père dans toutes personnes âgées que vous rencontrez, cela pourrait changer votre regard ! Et puis n'oubliez pas, un jour, vous aussi, serez devenu un vîoque. Qui ronchonne grave. Ou pas !

Allez, bonne soirée, mes chéris !

C'est de la qualité du regard que l'on pose sur l'autre génération, que va dépendre la relation. Et c'est vrai dans les deux sens !

Marie-Jeanne

„De mon temps“

Non, je ne trouve pas esthétique un jean qui dévoile la fente des fesses et dont le fond pendouille en sac vide, quelques centimètres sous celles-ci...

J'étais assise sur le banc d'une aubette de bus vicinal. Un groupe de jeunes, riant fort, aux visières de casquettes tournées dessus, dessous ou de côté et aux jeans répondant à cette allure actuelle, vinrent envahir le petit espace que la soudaine averse condamnait à utiliser. Ma voisine de banc - une "vieille" dame plus jeune que moi ! - vitupérait sur cette jeunesse qui n'avait plus le sens des valeurs, etc, et j'en passe. Et surtout sur ces fesses qu'elle ne saurait voir...

J'ai essayé de lui dire que par un tel jugement nous étions sans mémoire : que nous aussi avions choqué nos grands-parents. Elle a aussitôt démenti la chose, prétendu que *"de son temps"* tous les jeunes - et surtout elle, bien sûr ! - étaient respectueux des normes établies et conformes aux exigences parentales. Elle m'a, rageusement, tourné le dos.

J'avais dix-sept ans. Je me souviens de l'indignation de ma grand-mère parce que ma mère me laissait sortir avec, accroché à la ceinture d'une jupe longue et large, un foulard de mousseline qui me pendait jusqu'aux chevilles. C'était la mode. Pour moi, c'était très "smart", pour elle c'était honteusement débraillé ! Mais elle avait l'excuse d'être née en 1872 ! J'aimais ma bonne-maman, j'ai enlevé le foulard et me le suis noué, sagement, autour du cou. Elle était contente. Dix pas après la sortie de la maison, le foulard était retourné là où il devait être... selon moi. A ma ceinture.

Alors, mes chers congénères des années qui passent, si on arrêtaient les *"de mon temps"* qui enferment le temps et bloquent les nouvelles trajectoires de la vie ?

En disant *"de mon temps"*, on s'exclut soi-même du monde présent pour rester bloquer dans un passé dont on ne veut retenir que le meilleur... ou que ce qui nous arrange. Comment, dès lors, le dialogue est-il possible avec les plus jeunes ?

Si les *"de mon temps"* des *"de mon temps"* des *"de mon temps"* de nos aïeux avaient été acceptés, nous en serions encore aux lampes à pétrole et aux diligences ! Et même à l'âge de pierre. Pas de congélateur pour nos petits soupers tout préparés, pas de télé pour nos longues soirées d'hiver, pas de portable pour appeler l'aide ménagère, pas d'opération de la conjonctivite, ni de voiture pour nous conduire aux urgences lors d'une fracture du col du fémur, pas de mutuelle pour en assurer les frais. Pas de concerto pour clarinette de Mozart enregistré sur CD. Pas d'avion pour nous conduire voir nos petits-enfants qui ont choisi d'habiter au Canada. Vous voulez que je continue ?

Vous allez me dire : "sans pollution" aussi... mais ceci est un autre débat, je ne mettrai pas aujourd'hui ma casquette verte !

Acceptons ce temps actuel, celui des smartphones, des bouleversements idéologiques, des progrès de la science, des jeux vidéos, de l'usage de l'euro : il nous enrichira comme nos valeurs anciennes enrichissent encore - et plus que nous croyons ! - les jeunes en recherche de leur avenir... On ne peut refuser les changements, même s'ils ont toujours, aussi, leurs côtés négatifs.

Comme les jeans provocateurs.

Marie-Jeanne

La tournée

Editos et programmes

Bruxelles, Anderlecht, Ittre, Mons, Péruwelz, Tournai,
La Louvière, Pont-à-Celles, Charleroi, Thuin, Sambreville,
Floreffe, Dinant, Profondeville, Huy, Liège, Herstal, Flémalle, Amay,
Namur.

BRUXELLES

29 avril – 02 mai

2012 est l'année européenne du vieillissement actif. A cette occasion, ne limitons pas nos réflexions à l'âge de la retraite ou à la durée de carrière nécessaire à l'obtention de celle-ci. Le concept du vieillissement actif est beaucoup plus large et concerne toutes les formes d'activités, qu'elles soient bénévoles ou rémunérées, professionnelles, artistiques ou sociales...

"J'ai un peu d'avance" s'inscrit parfaitement dans cette démarche puisque ce projet met en valeur les activités de seniors et leurs réalisations.

Les personnes âgées sont encore trop souvent perçues comme une charge improductive nécessitant aide et soins. Si la perte d'autonomie existe bien pour certains seniors, elle ne concerne cependant qu'une partie d'entre eux. La majorité mène une vie active et remplit un rôle indispensable auprès des jeunes générations. La solidarité entre les générations s'exerce d'ailleurs dans les deux sens.

"J'ai un peu d'avance" nous rappelle également une autre vérité : nos aînés ne font que nous précéder dans une voie que nous sommes tous appelés à suivre. Ce que nous faisons avec eux ou pour eux, nous le faisons pour tous.

La péniche qui voyage au fil de l'eau, formule choisie pour ce projet original. Elle sera, je l'espère, un excellent instrument de sensibilisation aux enjeux du vieillissement actif pour les années à venir.

EMIR KIR

Ministre en charge de l'Action sociale et la de Famille à la Commission communautaire
française

Toutes les générations en fête

Bruxelles
le 29 avril 2012

Ce 29 avril, journée européenne des solidarités intergénérationnelles – 2012 année européenne du vieillissement actif, l'opération « Carrefours des Générations » et la campagne « J'ai un peu d'avance – Le grand batelage des seniors » s'unissent pour fêter la solidarité entre les âges.

Sur le quai, au gré de vos envies, partez à la découverte d'univers et d'ambiances différentes. Bateleurs, conteurs, musiciens, comédiens, associations engagées sont au rendez-vous quai des péniches.

Sur les quais

Participez au grand rallye des associations. Promenez-vous de stand en stand, découvrez la variété des initiatives et emportez un petit souvenir.

Abracadabus

Une équipe sur place pour informer sur les objectifs de l'association.

Abracadabus promeut la communication intergénérationnelle. Des seniors se rendent régulièrement dans les écoles maternelles pour raconter des histoires et jouer avec les enfants.

www.abracadabus.net

Anita De Meyer

Humoriste, comédienne, auteur, photographe et reporter, Anita de Meyer, présente la rubrique « De Bank » et toute la série d'interviews d'artistes réalisés sur un banc, pour le magazine « De Nekker ».

claudebelge@yahoo.fr

A travers les Arts - Pour les maisons de repos ne soient pas des maisons closes !

Un parcours et des étapes mêlant les arts, le débat et le partage avec pour objectif de réfléchir avec le plus grand nombre sur le regard porté sur le vieillissement.

J'ai quelque chose à vous dire !

Des Rolls Up d'un mètre sur deux avec le visage d'un senior en Close Up sont comme un portail d'entrée au grand batelage des seniors.

Deux minutes, deux secondes et deux centième de secondes

Performance en deux tableaux simultanés invitant à la réflexion citoyenne sur le droit à l'existence et à la dignité de la personne âgée ainsi que de l'aseptisation des soins qui lui sont prodigués.

Photo Vidéo Maton

Mise en place d'une boîte à suggestions photographiques et vidéos. Pour partager face à l'objectif, coups de gueules, coups de griffes, coups de foudre, impressions du moment.

L'association « A travers les Arts ! » a pour cible prioritaire la personne résidant en institution gériatrique. Ses objectifs sont de sensibiliser, dynamiser l'image du vieillissement et des diverses institutions.

www.atraverslesarts.com

Alzheimer Belgique asbl

Animations de sensibilisation en binômes intergénérationnels sur le thème de la mémoire visuelle et de la reconnaissance tactile. Une occasion d'informer sur le soutien aux familles et aux malades.

Alzheimer Belgique asbl est née de l'initiative de quelques personnes qui ont été confrontées à la maladie dans leur famille proche ou qui l'ont côtoyée dans leur vie professionnelle

www.alzheimerbelgique.be

Assembl'âges

Créateur d'espaces de vie en maisons de repos, Assembl'âges invite le public à chanter les succès d'hier et d'aujourd'hui.

Assembl'âges crée des lieux permanents de rencontres intégrés dans des maisons de repos (ou centres de loisirs pour troisième âge).

www.assemblages-asbl.be

Benji Lali

Chansons in french avec de l'amour, de la bagarre, et tutti quanti. Rythmique jazz-rock. Benji Lali accompagné par François Willemaers aux guitares et Nicholas Yates à la contrebasse.

www.soundcloud.com/be-28

Courants d'Ages

Courants d'Ages lors de ce dimanche festif informe et sensibilise aux pratiques et à la philosophie intergénérationnelle ainsi qu'à l'opération « Carrefours des Générations ».

Plateforme intergénérationnelle, mise en réseau, groupe de travail et de réflexion, échange de bonnes pratiques, sensibilisation au travers de l'opération « carrefours des générations.

www.intergenerations.be - info@courantsdages.be

Centre Permanent pour la Citoyenneté et la Participation (CPCP)

Des panneaux sur les quais pour présenter des lieux de vie et objets des années 1950/60 et 2000 (salle de classe, maison, cuisine, salon). Invitation à placer les objets dans le décor en fonction de l'époque auxquels ils appartiennent.

Le CPCP aide à l'exercice de citoyenneté de manière active et responsable en favorisant la participation à la vie sociale, culturelle, économique et politique de notre société.

www.cpcp.be

CPAS de Bruxelles DAS Pact Ateliers

« Venez construire avec nous » ! Avec les artistes de Pact Ateliers, réalisation du « pont des a(r)mateurs » au Port de Bruxelles sur une grande fresque.

La section DAS Pact Ateliers promeut la cohésion sociale en stimulant les contacts entre les cultures et générations à travers l'organisation d'ateliers artistiques au sein des maisons de repos, des antennes du CPAS et des maisons de quartier.

www.pactforum.be - hvanhauthem@cpasbru.irisnet.be

Croix-Rouge de Belgique – Action Sociale

Focus sur des actions dans lesquelles vieillissement actif et/ou intergénérationnelles prennent sens. Présentation de capsules vidéo traitant de la solitude, de l'isolement à domicile, de l'enfance vulnérable. Mise à l'honneur des projets Hestia et Itinérances.

La mission de la Croix-rouge de Belgique consiste à prévenir et atténuer les souffrances des hommes en conformité avec ses principes fondamentaux tant sur le plan de la santé que sur le plan social et psychosocial.

www.croix-rouge.be - action.sociale@redcross-fr.be

DJ & SELECTOR 78RPM

"Long Tall Jack" collectionne les 78-tours depuis la fin des années 1960. Jacques Thooft découvre les vieilles musiques américaines lors de ces voyages aux Etats-Unis uniquement conservées sur ce support. Sur le modèle jamaïcain du "Dj et Selector", où une personne choisit les disques et une autre les joue sur le tourne-disque, il sera assisté par le jeune Christophe Piette, qu'il a conquis à la charge sonore et musicale de ces vieilles galettes.

Espace gourmand

L'îlot saveurs

propose une petite restauration aux exquis saveurs belges, africaines et créoles à des prix très attractifs... Avis aux gourmets !

www.ilotsaveurs.be

Oggi Pasta

Délicieuses pâtes fraîches réalisées de manière artisanale dans le respect de la tradition italienne. Pour la fabrication des pâtes, des sauces et des condiments qui les accompagnent, uniquement produits frais utilisés.

Giebus

Sur les quais, pour le bonheur des petits et grands, un clown grimé en blanc, déguisé en dandy, en détective privé...

Groupe d'animation bruxellois spécialisé en mime et en technique d'animation.

www.giebus.net

Home Sweet Mômes

Pour passer un agréable moment en compagnie de quelques amis aînés du home « Amadeus » de Berchem autour d'un jeu géant, dans le but de permettre aux générations de se découvrir.

Home Sweet Mômes développe et coordonne un large partenariat avec les écoles, maisons de repos et de soins, résidences, foyers de l'Aide à la Jeunesse. Le but est de permettre aux générations de se découvrir mutuellement.

www.homesweetmomes.be

L'Air de rien – Chorale

Concert – Musiques du Monde, variétés françaises et anglaises.

La chorale « L'air de rien » est la mise en commun de différentes voix, sensibilités et générations pour atteindre une harmonie à la fois vocale et citoyenne.

choralelairderien@gmail.com

La Plate-forme francophone du Volontariat

Explorer l'univers du volontariat via un jeu d'assemblage.

La Plate-forme francophone du Volontariat est une structure pluraliste composée de 30 associations représentatives des grands secteurs de la vie associative et de l'engagement volontaire. www.levolontariat.be

La Maison des Jeunes de Ganshoren

Une équipe de jeunes accueille le public tout au long de la journée.

La MJ accueille des jeunes âgés entre 12 et 26 ans afin de leur permettre de développer au travers de projets positifs leur sens de la citoyenneté active, responsable, critique et solidaire.

www.mjganshoren.be

Les Amis du Val des Roses

« Tu existes, tu es le vieux de demain, viens soutenir ton avenir »

Manifestation des résidents en maison de retraite et de leurs familles, en partenariat avec Entr'âges. Dès 13 heures place de l'Yser pour rejoindre le grand batelage des seniors.

www.entrages.be

Les bancs à palabre

Suite à l'appel à participation lancé grâce au soutien de la Région Bruxelles-Capitale, venez découvrir toutes les créations originales réalisées. Le banc public à l'honneur au cœur de la ville.

<http://bancapalabres.blogspot.com/>

Lucienne Henrard, quand les conteurs s'invitent

Des contes, des histoires sur un banc.... Une complicité, un échange, un partage pour voyager avec le public l'espace d'un après-midi.

Lucienne Henrard de l'Ecole Internationale du Conte. A fait ses classes à la Maison du Conte, fondée en 2011 par Hamadi et Claudine Aerts, centre belge des littératures orales. A participé à la dernière édition « Bruxelles, ça conte ».

Speculoos, ludothèque intergénérationnelle

Jeux d'hier & d'aujourd'hui proposés sur les quais pour tous les âges

Speculoos réalise les missions d'une ludothèque en prenant en compte l'aspect intergénérationnel. La ludothèque accueille tous les publics pour jouer sur place.

ludo.speculoos@molenbeek.irisnet.be

Stand littérature

Accueil auteurs et public pour une séance de dédicaces et des lectures.

Betty Batoul

Née à Bruxelles d'un mariage mixte belgo marocain, Batoul est son prénom marocain. Elle publie en 2010, un premier roman autobiographique *Un coquelicot en hiver ? Pourquoi pas*. Fondatrice de l'association **SUCCES** qui apporte aide et réconfort aux femmes victimes de violences

Tong Ghuo-Zhing

D'un père chinois et d'une mère belge, comédien et musicien, Tong Ghuo-Zhing écrit depuis l'âge de 12 ans des poèmes et publie en 1978 son premier recueil de poésie. Il présente son nouvel ouvrage *Les traces apaisantes, merveilleuses et indéfinies d'une nature appelée amour...* Les nouveaux départs, les espoirs déçus, les virages de la vie voulus ou subis.

Bozidar Frédéric

Récitant et animateur de rencontres littéraires. Jusqu'ici, auteur d'une pièce de théâtre et de nouvelles parues dans diverses revues, il publie avec *Ciel Seraing*, son premier roman, auquel l'actualité confère un aspect visionnaire.

Les éditions M.E.O. et Novelas asbl présenteront leurs dernières publications.

Les éditions M.E.O., après la publication des traductions d'œuvres littéraires bosniennes, croates et serbes, ont élargi leurs activités. Leur catalogue s'étend désormais à des écrivains francophones ainsi qu'à des traductions d'œuvres issues d'autres champs linguistiques.

www.meo-edition.eu

L'asbl Novelas a pour vocation d'assurer la promotion de ses artistes ainsi que de la langue française.

www.novelasasbl.eu

Tram 33

Blues-Folk-country, du Mississippi aux grands lacs du Canada, des textes en français, en flamand, en Labrador... Des compositions, des impressions, des sentiments. Groupe né dans les rues de Bruxelles, un tram particulier qui vous emmène dans un voyage imaginaire.

pitagami@gmail.com

UCP – Mouvement social des aînés

Venez faire tourner la roue de la vie. Découvrez ou rappelez-vous les sixties, apprenez les astuces pour préparer votre lieu de vie de demain.

L'UCP (Union Chrétienne des Pensionnés), mouvement social des aînés, a pour mission d'encourager la participation et l'engagement des aînés dans la vie sociale, culturelle, économique et politique

www.ucp-asbl.be

Villa Urquiza

Démonstration et initiation au Tango, générations confondues

Dans le cadre des activités de Flic Flac Danse, le club situé à Bruxelles, pratique et partage la culture du tango traditionnel de Buenos Aires dont respect, interprétation musicale, élégance et convivialité sont l'expression.

www.clubtango.be

Vivre Chez Soi

En collaboration avec Alzheimer-Belgique, projection de courts documentaires réalisés au sein du projet « Mémoire vive » et basés sur des récits de vie de personnes âgées.

L'asbl « **Vivre Chez Soi** » coordonne sur la commune de Watermael-Boitsfort un service d'aide aux familles dont le principal objectif est le maintien à domicile des personnes âgées et handicapées.

www.memoire-vive.be - www.vivrechezsoi.be

Youplaboum asbl

Atelier d'art plastique pour partager un moment ludique et créatif entre les générations présentes sur le site.

Youplaboum est un centre d'expression et de créativité qui met en place de nombreux ateliers pluridisciplinaires. Une fois par mois, rencontre entre les « grands » du Youplamini et les résidents du home « Le Sagittaire ».

www.youplaboum.be

Dans la péniche Fulmar

Construite en 1913, la péniche servait au transport de marchandises, essentiellement du charbon avant de devenir après travaux un lieu de spectacle. Depuis avril 2011, Gwen à la direction artistique et Nicolas à la direction technique sont aux commandes de la péniche "FULMAR 1913, seul café-théâtre flottant de Bruxelles.

www.fulmar1913.be

« Ainsi soit-il »

Projection du film « Ainsi soit-il » en présence de Manu Bonmariage.

Un documentaire sur une femme de prêtre. A 71 ans, le curé des villages de Journal, Champlon et Erneuville fait le choix d'épouser Micheline, son assistante paroissiale dont il partage la vie depuis cinq ans, d'affronter l'incompréhension de la petite communauté rurale qu'il a la charge d'animer.

Alain Posture

Comédien et imitateur. Alain Posture avouera plus tard « *J'aime faire rire* » et ça se confirma lorsqu'à quinze ans, il monta pour la première fois sur scène, à l'occasion d'une fête de Saint Nicolas en 1979. Paris, au célèbre café-théâtre « *Le point-virgule* », dans « *La classe* » sur FR3, au théâtre, et retour aux sources en Belgique où il poursuit sa carrière.

www.alainposture.be

Arjun Bay

Un groupe composé de "vieux de la vieille" de la scène rock belge reformé il y a peu autour de Benjamin Bertrand alias Captain Arjun. Des mélodies profondes qui vous feront voyager de Calcutta à Bali en passant par Houston et Rixensart. Captain Arjun guitar/voice, Spotty Paul battery & Jimmy bass

Les Chaises d'Eugène Ionesco

Farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située sur une île battue par les flots. Pour égayer leur solitude et leur amour, ils remâchent inlassablement les mêmes histoires. Mais le vieil homme, auteur et penseur, détient un message universel qu'il souhaite révéler à l'humanité.

Mise en scène d'Alan Bourgois avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta.

<http://alternativecultureasbl.blogspot.com/p/projet-theatre.html>

Mathieu Bauwens

Dans l'univers d'une maison de repos nivelloise, un reportage puissant sur les résidents et le personnel d'un home.

Photographe autodidacte, sa formation photographique s'est effectuée par essais et persévérance et par la lecture de la presse spécialisée francophone et anglophone. Après plusieurs stages en laboratoire N&B dirigé par Raymond Saublains et en studio chez XP4 avec le photographe Christian Berthold, il préfère la pellicule sel d'argent au numérique. Ses photographies sont proches de l'humain et de ses modes de vie.

www.mathieubauwens.net

BRUXELLES

30 avril – 02 mai 2012

30 avril

- 15h00 **Ma retraite autrement !**
Conférence interactive animée par Lilianne Charenzowski
A toute personne future retraitée. Toutes les étapes nécessaires pour réussir le passage de la vie professionnelle à la retraite.
- 17h00 **Tres Mujeres – Trois femmes**
en collaboration avec l'interprète et danseuse belgo-chilienne Gavy Seura Cordoba. Par la danse, la poésie, la vidéo, l'album de famille, Gaviota s'interroge aujourd'hui sur l'identité de la femme, les liens intergénérationnels et la transmission.
- 18h30 **Café de la mort** par l'association Foruforever
Autour d'un verre, un bistrot, se retrouver pour échanger, parler et écouter chaque récit ou expérience relié à la mort. Les seniors sont parfois en demande d'une parole libre sur le thème de la mort. Un tabou à lever.

01 mai

- 11h00 **65 ans ? Quelle surprise ! Je n'y avais jamais pensé.**
Conférence « expérientielle » de Lilianne Charenzowski
Aux Jeunes ou futurs retraités surpris de découvrir leur âge ! Raviver les projets jamais réalisés, ceux abandonnés pour mille raisons et ceux reportés à plus tard, c'est-à-dire à aujourd'hui.
- 16h00 **Goûter littéraire**
« Chez Adam », quatrième roman de l'auteur belge Sylvie Godefroid ou comment l'auteur passe sous le scalpel de sa sensibilité la solitude qu'engendre, parfois l'âge qui passe. Sylvie sera accompagnée par le comédien Aurélien Marcel Karim.

02 mai

- 09h00 **Boris Nicaise au Mercredi du livre**
Interview de Boris Nicaise par le journaliste Laurent Michel. Une organisation de la Sabam.
- 14h00 **Les expériences européennes face au vieillissement de la population**
Présentation d'Annette Dumas, consultante aux Affaires Européennes à Bruxelles

- 15h00 **Découverte des Bancs à Palabres**
Sélection du Jury avec la participation de la Fondation pour l'Architecture, l'Aménagement du Territoire et du Logement, direction de l'urbanisme, Alternative Culture, représentant des aînés, représentant maisons de jeunes. Danse autour des bancs par le Collectif en Transit.
- 19h30 **Vieillesse et emploi vers une nouvelle organisation du salariat ?**
Table-ronde avec Thibault Moulaert (UCL), Fabian Lurkin (FUNDP) et Paul Palsterman (CSC) organisée par Atoutage et Entr'âges.

ANDERLECHT

02 – 05 mai

« Je ne dis pas que vieillir est agréable. Mais on meurt à tout âge, on est malade en été comme en hiver, on déprime à n'importe quel moment de la vie, les crétins se retrouvent fréquemment partout et j'ai connu trop de vieux et de vieilles qui rebondissaient mieux que certains jeunes prématurément usés pour m'inquiéter sérieusement du temps qui passe. Paroles de Serge Bouchard, anthropologue.

Dans notre monde, basé sur la modernité, il n'est pas bon de se dire vieux car de plus en plus, notre société fait porter sur le vieillissement une des causes du coût de la sécurité sociale, et par la même fait peser sur les personnes âgées un sentiment de culpabilité comme s'ils étaient une charge.

L'image de la personne âgée est ainsi associée à celle de la maladie et donc mise à l'écart, car notre société a peur de la maladie. Dans d'autres sociétés, je serais déjà considérée comme une personne âgée alors que je n'ai que 50 ans mais serais-je une sage pour autant, j'en doute.

Apprenons donc à relativiser les choses et arrêtons de juger les gens.

Notre démarche dans le grand batelage des seniors ne se veut pas une épreuve de réhabilitation mais bien une tentative de remettre les pendules à l'heure en misant sur l'humain avec son histoire et sa sagesse.

En apportant aux jeunes une partie de leur expérience de vie, les seniors sont les témoins de l'histoire. Une société qui oublie ses seniors est une société qui oublie son histoire et donc reproduit ses erreurs.

Nous devrions respecter nos vieux parce qu'ils sont vieux, un point c'est tout.

Aujourd'hui dans le cadre du grand batelage des seniors, nous tentons de renforcer la cohésion sociale en rendant cet espace public qu'est le parc des colombophiles plus confortable et le plus convivial possible. Cet espace public a été pendant quelques jours le vecteur idéal des rencontres entre les différentes générations.

Mais ne nous trompons pas, le chemin à faire est encore long afin permettre à chacun d'imaginer un autre monde possible que celui des clivages et des intérêts particuliers. Cet autre monde est celui de la solidarité et du partage des connaissances, voilà le pari que je vous propose.

DANIELLE DEPRE

Echevine des affaires sociales et de l'Egalité des Chances de la
Commune d'Anderlecht

ANDERLECHT

03 au 05 mai / *mei* 2012

03 mai / *mei*

- 09h30 **Amarrage de la péniche**
Het aanmeren van de woonboot
- 10 h00 **Présentation de la campagne**
Presentatie van de campagne
- 10h30 **"Dignité"- Découverte de l'exposition** / *Ontdekking van de tentoonstelling*
- 11h00 **"Les Chaises" d' Eugène Ionesco.** Farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Pour justifier à la face du monde une longue existence d'échecs et d'humiliations, ils ont organisé une grande réception où ils ont convié d'imaginaires invités.
Een tragikomische klucht, waarbij de situatie van een oud koppel die geïsoleerd is geraakt in hun huis gelegen in het hartje van een eiland in scène wordt gebracht. Om hun lang bestaan van tegenslagen en vernederingen tegenover de wereld te rechtvaardigen, organiseren ze een grote receptie waarop denkbeeldige gasten worden uitgenodigd.
Avec/ *Met* Isabelle Renzetti et/ *en* Rachid Benbouchta – Regie: Alan Bourgeois.
A partir de 15 ans/ *Vanaf 15 jaar.*
- 12h00 **Pause/ Pauze** –Dégustation de yaourt offert par la firme "Flint" au restaurant social du Parc des Colombophiles/ *Degustatie van Yoghurt geschonken door de firma "Flint" in het sociaal restaurant van het Duivenmelkerspark.*
(www.francis-flint.be)
- 12h30 **Initiation aux jeux anciens avec le soutien de la ludothèque ; activités de l'asbl Kureghemnet/** *Intergenerationele spelen in samenwerking met de speltheek, volksspelen en geïnformatiseerde spelletjes in samenwerking met Kureghemnet.*

04 mai / *mei*

- 10h00 **"Bel appartement, clé sur porte"** de la Compagnie Fil en Trop
Théâtre de marionnettes. "un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon.
Theaterstuk. "Een groot flatgebouw met mensen, boven, beneden, links en rechts. En toch, spreekt niemand tegen elkaar." Zes marionetten, één accordeon
A partir de 9 ans/ *vanaf 9 jaar.*
- 11h00 **"Dignité" - Découverte de l'exposition** / *Ontdekking van de tentoonstelling*

- 12h30 Dégustation de yaourt de la firme "Flint" au restaurant social du parc des colombophiles - *Degustatie van Yoghurt geschonken door de firma "Flint" in het sociaal restaurant van het Duivenmelkerspark gevolgd door middagpauze.*
- 14h30 **Initiation aux jeux anciens** avec le soutien de la ludothèque ; activités de l'asbl
Kureghemnet/ Intergenerationele spelen in samenwerking met de speltheek, volksspelen en geïnformatiseerde spelletjes in samenwerking met Kureghemnet.
- 16h00 **Inauguration de la fresque réalisée par les enfants de la Roue et les résidents de « La Roseraie ».** Visite de l'exposition « Dignité ». *Inhuldiging van een fresco gerealiseerd door "Les enfants de la Roue" en rusthuis "La Roseraie" gelegen in de Burgersstraat te Anderlecht. Gevolgd door een bezoek aan de doorlopende tentoonstelling "Dignité".*
- 18h30 **Théâtre « Album de vie »**, une mosaïque d'histoires vécues de personnes âgées de toutes origines vivant leurs vieux jours en Belgique en côtoyant la jeune génération. Mise en scène Linde Mincke – par l'asbl Maison Biloba
Theaterstuk: "Album de vie", een mozaïek van verhalen die uit het leven gegrepen zijn van personen op leeftijd van verschillende afkomst. Ze vertellen hoe ze hun oude dag beleven in België met een knipoogje naar de jonge generatie. Regie: Linde Mincke in samenwerking met vzw "Maison Biloba".

05 mai/mei

- 14h00 **Farandole** van/d'Anderlecht
Démonstration et initiation à la danse folklorique
Demonstratie en initiatie volksdans
- Initiation yoga à bord de la péniche** / *Initiatie van yoga met Marie-Josée aan boord van de woonboot*
- 14h30 **Initiation aux jeux anciens, avec le soutien de la ludothèque ; activités numériques.** *Intergenerationele spelen in samenwerking met de speltheek, volksspelen en geïnformatiseerde spelletjes in samenwerking met Kureghemnet.*
- 15h30 **A bord de la péniche initiation yoga, toutes générations bienvenues** / *Initiatie van yoga met Marie-Josée aan boord van de woonboot*
- 16h00 **Concert "The Old Band" et bal populaire** - *volksbal*
- 17h00 **Un belge en Chine en 1903** – Présentation par Marie-Josée Evert, une pétillante octogénaire qui raconte l'épopée fantastique de la construction du chemin de fer Pékin-Hakow au début du siècle.
Op ontdekkingsreis met een Belg in China in 1903. Presentatie door Marie-Josée Evert, een kwieke tachtigjarige, die ons vertelt over de fantastische periode van de aanleg van de spoorweg Pekin-Halow

Sans interruption / *Doorlopend* :

Visite de l'exposition permanente, pétanque, lectures sur les "bancs à palabres"
Bezoek aan de doorlopende tentoonstelling, pétanque, voorleesmomenten op de
"palaverbanken".

ITTRE

09 – 11 mai

On vit de plus en plus vieux mais vit-on de mieux en mieux ?

Voilà une question à laquelle personne ne peut répondre avec certitude...

Moi si ! Car, de par mes fonctions, je suis confronté régulièrement à l'un des maux les plus pervers et cruels de cette société du 21^{ème} siècle : la solitude des seniors.

L'épouvantable ennui de ne plus avoir rien à faire d'autre que de compter les heures qui passent, de regarder avec inquiétude le temps qui se tasse. Bien sûr, il y a la télé, le petit chien qui dort sur la couette, le canari qui chante à perdre haleine, la voisine de palier qui met pendre son linge et les visites, toujours trop rares, de leurs petits et arrière-petits enfants.

Et pourtant, près d'un senior sur deux éprouve ce sentiment de solitude (45% des plus de 65 ans) et 8% ne voient personne une fois par semaine. C'est le résultat d'une enquête réalisée par l'IPSOS en collaboration avec la KUL Leuven et l'Université de Liège.

Comme l'écrivait si justement l'acteur Pablo Pineda : « *une société qui exclut est une société mutilée* ».

A Ittre, dans le cadre de l'année européenne des Aînés, nous avons voulu mettre l'accent sur la richesse extraordinaire d'une véritable politique intergénérationnelle.

Là où les têtes blondes et celles qui l'ont été se rencontrent, il se passe toujours quelque chose d'émouvant, de tendre, de délicieusement irrationnel.

Chez nous, au cœur de nos vertes vallées, cela s'est passé sur une péniche du 8 au 12 mai. Avec un spectacle d'une variété et d'une qualité hors du commun, allant de l'exposition de photo aux spectacles théâtraux, musicaux, aux ateliers culinaires, aux rencontres entre jeunes et moins jeunes,... Tout cela dans la convivialité d'un barbecue ou d'un bal musette.

Des rencontres les 8, 9, 10 et 11 mai ; des journées parfumées à l'odeur du muguet, des lilas, de l'amitié et du respect réciproque...

Axel François
Votre Bourgmestre

ITTRE

09 au 11 mai 2012

Toutes les activités se déroulent au port de plaisance d'Ittre
à bord de la péniche ou sous chapiteau.

9 mai

- 14h00 **Inauguration de l'exposition photos consacrée au canal à Ittre.**
Photos anciennes et cartes postales à découvrir. Avec la participation du Club Photo d'Ittre. L'objectif est de faire dialoguer les générations, à la fois par le contenu des photos et par les techniques photographiques mises en œuvre.
- 18h00 **Habitat intergénérationnel** - Conférence-débat d'Anne Quévit, sociologue, autour de l'habitat intergénérationnel en lien avec la question du logement en Brabant wallon.
- 19h00 Inauguration officielle de la manifestation « J'ai un peu d'avance – Le grand batelage des seniors ».
- 20h00 **Représentation des « Lettres de mon moulin »** par le théâtre de La Valette, sous chapiteau. Avec la participation de Léonil Mc Cormick. L'objectif visé est l'échange entre les générations car chaque personne âgée viendra accompagnée d'une personne plus jeune.

10 mai

- 09h00 Préparation et dégustation d'un petit déjeuner malin sous chapiteau
- 10h00 « **Bel appartement, clé sur porte** » par la Compagnie Fil en Trop. Théâtre de marionnettes. Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon.
- 15h00 Goûter bal musette
- 18h00 **"Les Chaises" Eugène Ionesco.** Farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Pour justifier à la face du monde une longue existence d'échecs et d'humiliations, ils ont organisé une grande réception où ils ont convié d'imaginaires invités. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta – Régie: Alan Bourgeois.
- 21h00 « **The Soutien Georges and the Wonder Brassens** ». Interprétation de chansons de Georges Brassens.

11 mai

12

10h00 **Lectures de contes par la Maison du Conte d'Ittre.** Les écoles d'Ittre (classes de 1^{ère} et 2^{ème} primaire) seront invitées à y participer.

16h00 « **Quelle est ma génération ?** » Animation par l'association « Atoutage »

18h00 Soirée barbecue.

20h00 « **Les papys du rock** », groupe de septuagénaires et octogénaires tubiziens à l'énergie débordante.

21h00 Gilles Audrey interprète Hughes Aufray.

Sans interruption

Visite de l'exposition permanente « Dignité ». Dignité perdue, l'âge qui fait le reste, dignité à retrouver. Claudine Celva, Patryck de Froidmont et Entr'âges.

Découverte des « bancs à palabres »

MONS

19 – 23 mai

Chère Madame, cher Monsieur,

L'Institut National des Statistiques prévoit qu'en 2030, les personnes de plus de 65 ans représenteront 23% de la population wallonne. Etant donné la place importante qu'elles occupent et occuperont dans notre région, il est primordial de soigner les relations que nous entretenons tous ensemble.

C'est pourquoi la Ville et le CPAS de Mons ont décidé de soutenir la campagne « J'ai un peu d'avance », qui vise à mettre en lumière les aînés actifs dans notre société.

Nous accueillons au Grand Large, la péniche du projet et ses nombreuses activités dans l'esprit de Mons capitale culturelle 2015, pour une culture sans exclusion. Du 19 au 23 mai, le Grand Large s'anime par des ateliers divers (écriture, théâtre, micros-trottoirs,...), des expositions, des rencontres et bien d'autres. Les liens intergénérationnels sont mis à l'honneur car nos aînés ont « un peu d'avance » sur les jeunes et beaucoup de savoir à partager.

Cette campagne permet au Grand Large d'accueillir de nombreux visiteurs et de témoigner une nouvelle fois de son dynamisme. Les activités sont destinées tant aux aînés actifs qu'aux plus jeunes, ce qui permet un maximum d'échanges entre les générations.

Le plaisir de la rencontre !

Guy Goetgebuer
Président du CPAS

Marc Barvais
Bourgmestre ff de la Ville de
Mons

MONS

19 au 23 mai 2012

19 mai

- 11h00 **Inauguration de la campagne**
En présence de Marc Barvais, Bourgmestre f.f. de Mons
- 11h30 **Visite de l'exposition "Dignité"**
Dignité perdue, l'âge qui fait le reste, dignité à retrouver. Les souvenirs se bousculent et se mettent en boîte.
- 13h00 **L'homme et l'outil de travail**
Les aînés et leur mémoire du travail . Installation vidéo
Organisé par Présence et Action Culturelles
- 14h00 **Souvenirs de tables et d'enfance**
Redécouvrons un goûter d'antan des décors de notre enfance et partageons ensemble quelques précieux souvenirs.
Ambiance musicale assurée par le groupe "Black and White"
- Organisé par les Femmes Prévoyantes Socialistes de Mons, Espace Seniors et l'Amicale des pensionnés socialistes de Mons. Pour tous, gratuit sur réservation.

20 mai

- 10h00 **Parcours obscur avec les Amis des aveugles**
Parcours de sensibilisation au handicap visuel, au quotidien des personnes aveugles âgées. Organisé par L'Oeuvre fédérale des Amis des Aveugles
Infos : Patricia Seghers 065/40 31 00 p.seghers@amisdesaveugles.org

21 mai

- 10h00 **Conférence – atelier scientifique intergénérationnel**
Alliant découverte, transmission de savoirs et sensibilisation, conférence tous publics Et en toile de fond, une question : quel futur pour tous les cercles scientifiques face à la génération internet ? Organisé par le Cercle de Mycologie de Mons. Pour tous, sur réservation. Colette Wuilbaut 0473 783296
cercle.myco.mons@skynet.be
- 13h00 **Marches intergénérationnelles avec les Amis des aveugles**
3km, 5km ou 8km
organisées par l'UCP et les Amis des Aveugles.
Infos : Patricia Seghers 065/40 31 22
p.seghers@amisdesaveugles.org

13h00 **Seniors et compétences communales**
Animation participative sur les compétences communales
& et les questions relatives aux aînés.
16h00 Avec les Aînés du MOC, en partenariat avec l'UCP et les PPCA (CSC).

18h30 **Numérique et Kinect, intergénérationnels ?**
Jeux Kinect entre générations. Carnival, Kinect sports, à expérimenter.

22 mai

10h00 **"Les Chaises" d'Eugène Ionesco**
Farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.

14h00 **Maison de repos d'hier et d'aujourd'hui**
Témoignages filmés et/ou audios. Interviews croisés entre personnes âgées et jeunes. Conférence organisée par la Résidence Léopold.

19h00 **Etre parents et travailler, comment s'en sortir ?**
Parents au boulot, vos enfants ont-ils le temps de vous parler ? Un atelier d'échange de bonnes pratiques, d'astuces pour gagner du temps en faveur d'un bien-être parents-enfants en toute convivialité. Organisé par la Ligue des Familles.

Parents au boulot, vos enfants ont-ils le temps de vous parler ? Un atelier d'échange de bonnes pratiques, d'astuces pour gagner du temps en faveur d'un bien-être parents-enfants.... en toute convivialité. Organisé par la Ligue des Familles.

22h00 Clôture

23 mai

14h00 **Culture des âges**
Conférence avec photos et vidéo par les résidents de la maison de repos et de soins Les Chartriers et les étudiants de l'UCL Mons. Echange autour d'un projet associatif et intergénérationnel existant depuis 4 ans au sein de la résidence.

16h00 **"Bel appartement, clé sur porte"**
Théâtre de marionnettes par la Compagnie Fil en Trop
Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon. A partir de 10 ans.

PERUWELZ

26 – 27 mai

L'intergénérationnel : pourquoi ?

- Redonner une place aux aînés afin de leur permettre de continuer à être actifs et de participer à la vie de leur commune
- Leur donner la possibilité de côtoyer les plus jeunes générations afin de rompre leur isolement et de mieux percevoir les différences de comportement, de langage et de communication auxquelles ils peuvent être confrontés.
- Donner à toutes les générations le goût et l'envie de partager ensemble une tranche de vie.

Nos motivations :

Pour la quatrième année consécutive, cette fois avec le grand batelage des seniors, Péruwelz a mis un coup de projecteur sur l'intergénérationnel durant le week-end des 26 et 27 mai sur le magnifique site du Port de Plaisance, à l'initiative de l'ASBL Alternative Culture et du service Jeunesse de la ville.

L'intergénérationnel, un mot fort à la mode mais peu mis en évidence ! Pourtant, des maisons de repos, des écoles, des mouvements de jeunesse, des amicales de pensionnés ou autres associations collaborent et favorisent l'échange entre les générations.

Nos objectifs sont multiples :

- Mettre à l'honneur un maximum d'actions déjà existantes (Conseil Communal des Aînés, Passeurs de mémoires, Amicales de pensionnés, Présence et Action Culturelle)
- Encourager, provoquer et favoriser des relations réciproques et durables entre les générations dans les quartiers, les villages, le secteur associatif.
- Rompre l'isolement, rétablir des liens perdus entre les générations.
- Lancer des initiatives dans le domaine de l'intergénérationnel, du « mieux vivre ensemble ».

William Brulard
Echevin de la Jeunesse

Daniel Westrade
Bourgmestre

PERUWELZ

26 au 27 mai 2012

26 mai

- 15h00 « **Bel appartement, clé sur porte** » par la Compagnie Fil en Trop. Théâtre de marionnettes. Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon.
- 17h00 "**Les Chaises** "Eugène Ionesco. Farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Pour justifier à la face du monde une longue existence d'échecs et d'humiliations, ils ont organisé une grande réception où ils ont convié d'imaginaires invités.
- 20h00 **Bal aux lampions** avec le groupe « Virgins »

27 mai

- 12h00 **Pique-nique intergénérationnel** avec la participation des maisons de repos de l'entité suivi d'un thé dansant animé par le groupe « Nous deux »
- 15h00 « **Le Gang des Vieux** » par l'atelier théâtre « Dire et agir ».
- 16h00 « **Lectures vivantes** » par l'asbl Ag'Y Sont et discussion sur la représentation que chacun se fait de la vieillesse.
Animation ludique autour de jeux anciens par le Plan de Cohésion
- 17h00 « **C'est quoi être vieux ?** » reportage qui donne la parole aux jeunes et aux plus vieux sous forme d'interview et témoignages. Réalisation en partenariat avec l'asbl PAC Wiers, le conseil communal des enfants de Péruwelz, l'amicale des pensionnés socialistes de Wiers.

Sans interruption

Visite de l'exposition permanente « Dignité ». Dignité perdue, l'âge qui fait le reste, dignité à retrouver. Claudine Celva, Patryck de Froidmont et Entr'âges.

Découverte du « banc à palabres » réalisé par l'école de Bury avec l'aide du Service Jeunesse.

Le Conseil Consultatif Communal des Aînés expose des photos présentant les multiples activités et ateliers du groupe.

TOURNAI

02 – 04 juin

L'intergénérationnel :
Une richesse partagée !

Le vieillissement de la population et l'intergénérationnel sont au goût du jour. Non seulement dans les médias mais également sur le terrain associatif. D'autre part, l'Année européenne 2012 sera consacrée au vieillissement actif et à la solidarité entre les générations. La problématique interpelle et pose question parce qu'elle nous concerne tous dans notre quotidien et notre avenir.

Pour la première fois dans l'histoire, la pyramide des âges s'inverse et s'allonge à la fois. Il n'est plus rare aujourd'hui que cinq générations se côtoient au sein d'une même famille. Notre société n'a jamais été aussi multigénérationnelle. Il s'agit là d'une avancée sociale et humaine dont nous devrions profiter.

Les réflexions sur le vieillissement de la population sont encore trop souvent menées en termes de menace et de coûts, mettant l'accent sur le danger encouru par notre système de protection sociale. Or, ne peut-on envisager la question autrement ? Chercher à tisser du lien social plutôt que de craindre un " choc " entre les générations ?

Je pense que le vieillissement nous concerne tous et pas seulement les plus âgés d'entre nous, loin de constituer une menace, il constitue un défi que nous nous devons de relever celui du vivre ensemble, tous âges confondus !

J'ai donc voulu, à travers le projet « j'ai un peu d'avance » créer les conditions d'une véritable rencontre entre les personnes. Ces trois journées se voulaient à la fois ludiques, pédagogiques et riches de belles rencontres.

Ce projet exprime ma volonté au nom de la Ville de Tournai d'offrir les meilleures conditions d'existence possibles à tous les seniors et de tenir compte de la place qu'ils occupent dans la vie tournaïsiennne.

De tout cœur, le plaisir de la rencontre les 2, 3 et 4 juin au Quai Sakharov.

Ludivine DEDONDER
Echevine des Affaires
Sociales et du 3^{ème} Age

TOURNAI

02 juin – 04 juin 2012

02 juin

- 10h00 **Conférence : « un nouvel espoir dans le traitement de la fragilité osseuse »** (maladie des os de verre), présentée par le Professeur Manicourt et la Biologiste Christine Coppin, présidente de l'AFBOI (Association Francophone Belge de l'Ostéogénèse Imparfaite)
- 11h00 **Inauguration et drink** en compagnie de la Fanfare « la Bandas de Templeuve »
- 12h30 **Lunch**
- 14h00 **Bal Guinguette** en partenariat avec « l'Accordéon Moi j'aime » (sous chapiteau et sur la péniche) avec Dorys et Momo. Invitation à la danse par 2 gavroches de rue.
- 17h00 **Tres Mujeres – Trois femmes**
en collaboration avec l'interprète et danseuse belgo-chilienne Gavy Seura Cordoba. Par la danse, la poésie, la vidéo, l'album de famille, Gaviota s'interroge aujourd'hui sur l'identité de la femme, les liens intergénérationnels et la transmission. Par la compagnie Achtli.

03 juin

- 09h30 **Mini croisières** : embarquement sur la péniche ou en car vers les fours à chaux ; Les architectes de la mémoire. Visite guidée des fours à chaux, historique et projets ; visite du cimetière privé en compagnie d'Eric Marchal ; apéritif
- 12h30 **Lunch**
- 15h00 **Concert - hommage à Georges Brassens**

04 juin

- 08h30 « **Bel appartement clé-sur-porte** » proposé par la compagnie Fil en Trop : spectacle de marionnettes à l'impertinence joyeuse (1h de spectacle + 30 min de débat animé par l'association « A travers les Arts ») -
- 10h30 « **Les Chaises** » de **Eugène Ionesco**. Spectacle théâtral sur l'irréalité du monde (1h de spectacle + 30 min de débat animé par l'association « A travers les Arts »)
- 14h00 « **Quand les grands-parents se font tirer le portrait** »
Initiative d'Espace Seniors avec la complicité d'enfants tournaisiens.

LA LOUVIÈRE

12 – 13 juin

Le degré de maturité d'une société se mesure, dit-on, à la manière dont elle considère ses aînés.

À Rome, à Sparte et à Athènes, ce sont les aînés qui occupaient les fonctions dirigeantes. Chez nous, jusqu'à l'avènement des sixties, la cellule familiale comportait outre les parents et leurs enfants, les grands parents.

Puis, très rapidement, en quelques années, la conception traditionnelle de la famille a volé en éclat. Sous la pression de la révolution sociale, économique et culturelle, la famille s'est limitée au noyau parents-enfants, les grands-parents étant relégués à l'arrière-plan.

Situation étonnante, dès lors, que de voir, aujourd'hui, cette génération issue des années '60 occuper cette place peu envieuse où elle avait confiné ses aînés... et de revendiquer, pour elle, un statut à part entière dans la société. Bref, c'est l'histoire de l'arroseur arrosé!

Mais ne dit-on pas que la sagesse vient avec l'âge?

Je me réjouis donc de voir nos seniors occuper, à nouveau, ce rôle majeur de passeurs de mémoire, de transmetteurs de savoir (et de savoir-faire) aux jeunes générations. Un rôle qu'ils n'auraient jamais dû abandonner. Il est vrai que nos contraintes de vie actuelles poussent l'État à repousser sans cesse l'âge de la retraite et à maintenir les travailleurs âgés en activité.

L'allongement de la durée de la vie, phénomène dont il convient de se réjouir, suscite, en effet, des débats importants. En France, il y a peu, le Conseil économique et social soulignait dans un rapport la richesse du rôle des personnes retraitées et âgées dans la société. Il propose des mesures pour reconnaître et promouvoir ce rôle, pour transformer l'allongement de la durée de la vie en atout pour notre économie et une meilleure représentation de cette catégorie sociale.

Mais, dans le fond, à partir de quel âge ou de quel moment est-on « vieux » ? La vieillesse qu'est-ce que c'est ? Est-ce un état d'esprit ? Ou un état biologique ?

Je vous invite à y réfléchir, au fil de l'eau, ces 12 et 13 juin, à l'occasion de l'escale, au bord du canal du Centre, de la péniche du « grand batelage des seniors ».

Jacques Gobert
Bourgmestre

LA LOUVIÈRE

12 – 13 juin 2012

Programmation réalisée par le Conseil Consultatif Communal des Seniors de La Louvière et les Centres communautaires du CPAS de La Louvière

12 juin

- 09h30 **« Papys et mamys conteuses »**
Lecture de contes pour enfants du centre communautaire de La Croyère.
- 10h30 **Atelier « créatif » et « peinture à l'huile »** des centres communautaires de Houdeng et St Vaast
- 12h30 **Brunch**
- 14h30 **« Salade de frites »** Extraits de la Fête de printemps 2012

Spectacle composé de chants, danses, textes et réalisé et présenté par les centres communautaires du CPAS de La Louvière
- 15h30 **« Petit sucré »** Atelier culinaire « petit sucré » par le centre communautaire de Strépy-Bracquegnies
- 18h30 **Inauguration** des places du souvenir et d'Aimeries par les autorités communales et animations de quartier

13 juin

- 09h30 **« Bel appartement clé-sur-porte »**, spectacle de marionnettes à l'impertinence joyeuse par la compagnie Fil en trop. Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon. A partir de 10 ans.
- 11h00 **« Les chaises »** d'Eugène Ionesco avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. Mise en scène Alan Bourgeois. A partir de 15 ans.
- 12h30 **Deux minutes, deux secondes et deux centièmes de secondes.**
Réflexion sur le droit à l'existence et à la dignité de la personne âgée. Face à vous deux possibilités, le vieux dans sa bulle ou l'embrassade : un geste gratuit.
- 14h00 **« Amnistie et devoir de mémoire »**
Animation de la Fédération des pensionnés socialistes de Soignies.
- 16h00 Fin des festivités et verre de l'amitié

PONT-À-CELLES

16 – 17 juin

Voilà quelques années déjà que la commune de Pont-à-Celles s'est inscrite dans la dynamique intergénérationnelle.

Conférences, visites, débats, réunions et autres activités permettent aux seniors de peaufiner le dialogue avec les plus jeunes.

A travers la campagne " J'ai un peu d'avance - Le grand Batelage des Seniors ", l'accueil de la péniche le long du quai du canal à Luttre est non seulement un honneur mais aussi un message fort envers cette campagne de respect vis à vis des aînés à Pont-à-Celles en particulier !

Jean-Marie Buckens
Echevin

PONT-À-CELLES

16 – 17 juin 2012

16 juin

Durant toute la journée (de 10 à 19h30) : Exposition « Dignité », découverte des bancs à palabres, jeux anciens, stand seniors, collage de serviettes, pêche aux canards, stand ICDI, scrapbooking, activités manuelles, stand CPAS, atelier grimages...

- 11h30 **Apéro musical**
- 14h00 Atelier bien-être yoga, atelier argile et tous les stands du matin.
- 14h30 **Karaoké intergénérationnel** animé par le bus des quartiers et réalisation d'un banc à palabres
- 16h00 **Atelier littéraire animé par Bou Bounoïder**
Lecture, débat et dédicaces.
Tout en émotion, l'écrivain parle de ces « vieux » croisés au hasard de sa vie et devenus amis.
- 18h30 **« Bel appartement – clé sur porte »** de la Compagnie Fil en Trop.
Spectacle de marionnettes à l'impertinence joyeuse par la compagnie Fil en trop. Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon. A partir de 10 ans.

17 juin

Durant toute la journée (de 10 à 19h00) : Exposition « Dignité », découverte des bancs à palabre, jeux anciens, stand seniors, collage de serviettes, pêche aux canards, stand ICDI, scrapbooking, activités manuelles, stand CPAS, atelier bien-être yoga, atelier argile, ...

- 11h30 **Apéro musical**
- 13h00 **Deux minutes, deux secondes et deux centièmes de secondes.**

Réflexion sur le droit à l'existence et à la dignité de la personne âgée. Face à vous deux possibilités, le vieux dans sa bulle ou l'embrassade : un geste gratuit.
- 14h00 **« Les Chaises »** d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.
- 15h00 **Karaoké intergénérationnel** animé par le bus des quartiers
- 15h30 **Ciné-débat « Tatie Danielle »**
- 18h00 **Concert de Phaze Armée Collectif**
Groupe de rap thématique Pont-à-cellois

CHARLEROI

20 – 23 juin

A l'aube du XXI^e siècle, nous avons la chance de constater que globalement la longévité de l'être humain a beaucoup évolué. Nos aînés vivent de plus en plus longtemps grâce au progrès de la science et de la médecine, et de l'amélioration des conditions de vie en général.

L'allongement de la durée de vie a des conséquences directes sur les familles. Des seniors sont amenés à s'occuper eux-mêmes d'une personne âgée de plus de 80 ans. Les rôles des personnes évoluent, de nouvelles formes d'échanges apparaissent. De nouvelles dynamiques de relations entre les générations se créent.

Trop souvent les seniors et le grand âge sont perçus comme un « poids » pour la société à travers le coût des pensions et des soins de santé.

Cependant beaucoup d'entre eux apportent de nombreuses richesses à notre société sur le plan des compétences acquises, de l'expérience de vie, de la solidarité et de l'entraide.

L'année 2012 est l'année européenne du vieillissement actif et de la solidarité entre les générations. Profitons de cet événement pour mettre l'accent sur toutes ces compétences de nos aînés, trop souvent ignorées. Encourageons nos seniors à être porteur et acteurs de projet au travers d'activités culturelles et sociales, de volontariat. Nos aînés ont tous quelque chose à nous transmettre. Ne perdons pas les expériences de vie, diverses et variées qu'ils ont à nous offrir.

Nous avons tout à apprendre des savoirs, d'expériences de nos aînés car nous sommes aussi les aînés de demain...

Ce sont les raisons pour lesquelles initiatives facilitant le désir de vivre ensemble, tous âges confondus sont développées et présentées dans le cadre de ce projet de péniche.

Nous vous attendons nombreux, quel que soit votre âge, cela va de soit, aux différentes activités proposées.

CAL Régionale Charleroi

CHARLEROI

Marchienne-au-pont

20 au 23 juin 2012

Pour les 20-21-23 juin :

Partenaire : CAL Charleroi

Pour le 22 juin :

Partenaire : la Maison pour Associations

20 juin

- 10h00 « **Là-haut** », film d'animation par le GSARA suivi d'un débat (public scolaire primaire) organisé par le CAL
- 14h00 **Balade pour tous** par Hainaut Seniors
- Café-philo** (public adolescent) par Centre Jeunes Taboo et le CAL
- 16h00 **Gôûter pour tous** (pour tous les participants des activités précédentes)
- 20h00 **Café de la mort** par l'asbl Foruforever

21 juin

- 14h00 **L'intergénération : comment ça marche ?** Conférence et débat organisés par Atoutage
- 20h00 « **La tête en friche** » de Jean Becker avec Gérard Depardieu et Gisèle Casadesus. Débat organisé par le CAL.

22 juin

« Et puis, d'abord, c'est quoi être vieux ? » Des initiatives qui rajeunissent.

- 09h30 **Accueil à la Maison pour Associations**
- 10h00 **Intro**

- 10h10 **A deux voix**, mise en place du décor.
- 10h45 **Présentation d'initiatives, projets, associations françaises et belges**
- 12h30 Repas, visite de la péniche : expo, photomaton, sensibilisation 2'2'2'
- 14h00 Speed-débat
- 15h00 « **Les Chaises** » d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.

23 juin

- 14h00 Ateliers mémoires intergénérationnels (sous réservations) organisés par l'asbl Foruforever
- 16h00 Concert de Ghuo-Zhing Tong, folk. Le temps d'une escale, Flower power, mai 68,...

THUIN

29 juin – 01 juillet

Etant jeune, j'habitais le long de la Sambre. Admiration la valse des péniches faisait partie de notre quotidien. Avec les amis, nous passions des heures à refaire le monde près du vieux pont en regardant couler la Sambre.

Aujourd'hui, en tant que Bourgmestre en fonction, j'ai le privilège d'accueillir dans ma commune une péniche particulière pour la campagne « *J'ai un peu d'avance, le grand batelage des seniors* ». La Ville a en effet décidé de subsidier ce projet lancé par l'Asbl *Alternative Culture*.

Une péniche porte-drapeau fait halte au pied de la Thudinie pour aller à la rencontre des citoyens et proposer une programmation culturelle et socioculturelle sur la thématique des seniors.

La présence d'âinés dans notre société est un signe de richesse. Bénéficiant d'une expérience unique, ils sont une source incontournable d'apprentissage et de conseils pour les plus jeunes. Lors de cet événement, les âinés ont l'occasion d'exprimer leurs attentes et leurs besoins afin d'améliorer leur cadre de vie. Ce projet d'amarrage concorde donc avec les actions que les autorités communales veulent développer pour les seniors.

La commune, niveau de pouvoir le plus proche des citoyens, est le lieu où se renforcent le « vivre ensemble », la solidarité, la cohésion sociale et la qualité de vie. A travers la politique des âinés, la commune possède la capacité d'action la plus importante sur le quotidien de chaque citoyen.

Je tiens à remercier les services de la Ville qui ont aidé à la mise en place de cette organisation, Madame Van Laethem, Présidente de la Plate-forme des âinés, Madame Ricuort et toute son équipe d'*Alternative Culture*, qui vise à redonner un rôle social aux âinés.

Enfin, dans le cadre du projet « *Le juin des Jeunes d'hier* », différentes actions ont pour objectif de mettre nos âinés à l'honneur durant tout le mois de juin.

Le Bourgmestre ff
Philippe BLANCHART

THUIN

29 juin – 1^{er} juillet 2012

29 juin

De 9h00 à 12h00

Enquête publique et citoyenne sur le thème de la retraite

Action proposée par la régionale P.A.C. de Thudinie

Marché musical

« Les petits pots de fleurs » et « Mademoiselle Joséphine »

Chanson française et accordéon d'hier à aujourd'hui

Une programmation du Centre Culturel de Thuin Haute Sambre

14h00

"Bel appartement, clé sur porte" au Gai Séjour

Théâtre de marionnettes par la Compagnie Fil en Trop

Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon. A partir de 10 ans.

19h00

"Bel appartement, clé sur porte" à bord de la péniche

30 juin

14h00 & 18h00

« Les Chaises » d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.

01 juillet

Dès 13h00

Ballroom

Musique des années 48 à 78.

SAMBREVILLE

06 - 07 juillet

Lorsque nous entreprenons des projets intergénérationnels, nous faisons inmanquablement référence à l'intention d'associer à une même initiative des générations distinctes.

Devoir mettre en œuvre des projets de cette nature semble spontanément confirmer la nécessité qui s'impose à nous aujourd'hui de devoir créer du lien social entre des groupes d'individus séparés ou ayant tendance à ne plus se côtoyer du simple fait de leur âge respectif.

Cette fragmentation des générations est indéniablement une menace pour la cohésion sociale pourtant indispensable à ce qu'une communauté puisse vivre ensemble, de manière aussi respectueuse qu'harmonieuse.

Sauf à se voiler la face, nous devons bien constater que les projets intergénérationnels ont souvent pour finalité commune, d'éviter l'écartement de nos aînés de toute forme de participation à la vie de la communauté humaine dont ils sont pourtant des membres citoyens à part entière, ayant souvent consacré leur vie à ce que cette communauté puisse exister.

Il nous faut dépasser cette conception comme l'idée que nous nous faisons des personnes âgées.

Si elles sont sans cesse plus nombreuses, elles vieillissent aussi en meilleure santé que par le passé.

Au point qu'aujourd'hui, il y a lieu de partager avec elles des projets de vie dans lesquels elles s'investissent, ne limitant plus cette période de leur existence à une oisiveté sans doute considérée à raison comme bien méritée.

C'est sur cette capacité de nos Aînés à s'investir, à entreprendre, qu'il nous faut nous reposer pour élaborer une politique communale concertée et intégrée qui, bien que plus particulièrement dédiée à nos Aînés, veille à enrichir de leur expérience, plus encore de leur expertise le projet d'avenir qu'un bassin de vie doit avoir pour lui-même s'il veut réellement prétendre à son développement social, économique, culturel et environnemental.

Faire se réunir les générations à l'occasion est pertinent.

Veiller à ce qu'en permanence elles contribuent, indistinctement, à garantir la cohésion sociale d'une communauté est une Ambition.

Et seule cette Ambition est pour une communauté source d'Avenir.

Jean-Charles LUPERTO

SAMBREVILLE

06-07 juillet 2012

Le Collège Communale, la PFCQ et le Centre Culturel de Sambreville ont le plaisir de vous convier aux activités des ateliers « Mod'elles » dans le cadre de l'année du vieillissement actif et du passage de la péniche « Ange Gabriel » à Sambreville.

06 juillet

De 10h à 16h visite de l'exposition Mod'elles, salle Emile Lacroix et sur la péniche Ange Gabriel.

18h00 **Inauguration de la campagne** « J'ai un peu d'avance » à l'Hôtel de Ville de Sambreville

20h00 « **Les Chaises** » d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouhcha. A partir de 15 ans.

22h00 Ciné d'été en plein air, arrière de la grand place (ou en salle, en fonction de la météo)

« **Où vont les ballons ?** » court métrage

« **Là Haut** », dessin animé intergénérationnel

07 juillet

De 10h à 16h visite de l'exposition Mod'elles, salle Emile Lacroix et sur la péniche Ange Gabriel

LIEU : Complexe Emile Lacroix, Grand place 28, Auvelais –
Péniche à quai derrière la maison communale

Toutes les activités sont gratuites et ouvertes à tous.

En permanence, exposition « Dignité » et découverte des bancs à palabres.

FLOREFFE

10 - 11 juillet

A Floreffe, les personnes de plus de 65 ans représentent aujourd'hui près de 13% de la population.

Permettre aux aînés de continuer à s'épanouir dans leurs quartiers, leur donner accès à la culture, aux sports, mais également à des services de proximité financièrement accessibles est un défi au niveau communal.

Une prise en compte de l'ensemble des attentes des aînés par la réalisation des projets n'est possible que grâce aux dispositifs locaux qui intègrent les aînés dans la démocratie locale.

Le Conseil Consultatif des Aînés mis en place à Floreffe depuis 2007 s'inscrit dans cette volonté de soutenir les aînés et d'assimiler leurs préoccupations et particularités dans la mise en œuvre des politiques communales.

Ils réfléchissent ensemble sur le bien-être, la sécurité, les aménagements spécifiques du territoire, la culture, les sports et les relations entre générations. Le Collège demande des avis dans diverses matières (Plan Communal de Mobilité, Opération de Développement Rural ...). Cela est important vis-à-vis de la reconnaissance et d'une volonté réelle de prendre en compte l'avis des aînés.

S'il n'y a pas si longtemps, vieillir était un destin que l'on subissait, vieillir peut aussi être conçu comme une succession de projets. Notre objectif est bien celui-là ; construire un projet de vie afin de mieux vivre sa vie à Floreffe à 60 ans et plus.

Philippe Vautard
Président CPAS

FLOREFFE

10 – 11 juillet 2012

10 juillet

- 09h30 **Jeux/animations** avec des enfants des plaines communales et des aînés
- 11h30 **Les contes/kamishibai** d'Isabelle Schmidt ou les vieilles dames de Floreffe contées. Apéro-lunch
- 14h00 **Ateliers créatifs** par Rachel Mucie à destination des plaines de vacances communales
- 16h30 Projection photos des activités du Conseil des Aînés
Radio qui ? qui ? «Les vieux »
Reportage radio réalisé par les enfants du Centre Culturel de Floreffe
- 18h00 **Le passé floreffois** – Vues anciennes et actuelles de Floreffe
Par Ghislaine Lomba et Jean-Claude Leroy
- 20h30 « **Les Chaises** » d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.

11 juillet

- 09h30 **Ateliers créatifs** par Rachel Mucie à destination des plaines de vacances communales
- 11h30 **Le Bistro des grands-parents**
Conférence-débat sur le rôle des grands-parents dans les relations familiales
- 14h00 **Le passé floreffois** – Vues anciennes et actuelles de Floreffe
Par Ghislaine Lomba et Jean-Claude Leroy
- 16h00 **Ciné " I feel good »**
Le quotidien de Young@heart, une chorale unique au monde ! Avec une moyenne d'âge de 80 ans se consacrent à un répertoire inattendu composé de tubes punk, soul et hard rock. Dirigé par Bob Cilman, la troupe se promène depuis plusieurs années dans le monde, à la grande joie de ses choristes. Ils puisent dans ce défit fait à l'âge et aux conventions une énergie et un plaisir sans cesse renouvelés.

- 18h00 « **Bel appartement – clé sur porte** » de la Compagnie Fil en Trop.
Spectacle de marionnettes à l'impertinence joyeuse par la compagnie Fil en trop. Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite. Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon. A partir de 10 ans.
- 19h00 **Démonstrations et initiation aux danses** country (Texas Dream Country Dancers) et danses et chants slaves (Doumka)
- 20h30 **Soirée « latino »** (animations, danses et musiques- DJ latino) – Flor de Chuchu et Diyei Pituto – Pas de bal musette mais les rythmes endiablés latinos

DINANT

14 juillet

Mesdames, Messieurs les responsables de l'Asbl Alternative Culture,

Par ce billet, je veux tout d'abord vous remercier de l'excellente collaboration que nous avons pu établir entre la Commission des Aînés du Conseil communal présidée par Madame Christiane Namèche, la Ville de Dinant, son CPAS et votre Asbl quant à la manifestation organisée au bénéfice des aînés à Dinant, l'été dernier.

Celle-ci a recueilli un véritable succès tant sur le plan quantitatif que qualitatif.

J'ai reçu en ma qualité de Bourgmestre, d'innombrables témoignages de personnes ayant participé à cet événement et qui souhaitent vivement qu'il puisse être réédité. Je voudrais vous certifier que nous souhaitons pérenniser ce type d'événement au profit du 3^{ème} et 4^{ème} âge dinantais.

Ce succès nous force aussi à réfléchir bien plus sur d'autres initiatives que nous pourrions prendre pour concourir au même objectif.

Comme vous savez, nous sommes en période électorale, c'est aussi le moment de prendre certains engagements.

Je puis donc vous assurer que je veillerai personnellement en cas de réussite électorale, à faire en sorte que dans la prochaine déclaration de gouvernance et de projets pour la prochaine législature, qu'une place spécifique soit réservée aux initiatives qui devront être prises en faveur des aînés.

J'espère que nous aurons encore l'occasion dans ce cadre, de collaborer ensemble. Je vous prie de croire, Mesdames, Messieurs; en l'expression de ma plus sincère considération distinguée et encore une fois en mes plus sincères remerciements.

**Richard FOURNAUX,
Bourgmestre.**

DINANT

14 juillet 2012

- 10 h 00 Au quai situé derrière la salle « Bayard » (sous le casino), embarquement dans la péniche pour une séance de cinéma.
- Les vieux de la vieille** de Gilles Grangier, avec Jean Gabin, Pierre Fresnay, Noël-Noël. Trois amis très farceurs quittent leur village et partent s'installer dans une maison de retraite. Pourtant, au grand dam des habitants de la bourgade, ils décident de revenir au village...
- 11 h 45 Apéritif
- 12h30 Dans une ambiance musicale, déjeuner dans la salle « Bayard »
- 14h30 Au casino pour découvrir le spectacle de marionnettes
« **Bel appartement, clé sur porte** » par la compagnie Fil en Trop
Un immeuble avec des gens, en haut, en bas, à gauche, à droite.
Et pourtant, on ne se parle pas. Six marionnettes, un accordéon.
- 16h30 Fin des festivités avec café gourmand et verre de l'amitié

PROFONDEVILLE

17 juillet

Le 17 juillet, Profondeville accueille ses seniors pour une après-midi récréative et d'informations sur la thématique du « vieillissement actif » mais aussi sur les services et les actions que la Commune et le CPAS organisent pour ses aînés, ceci dans le cadre de la campagne « J'ai un peu d'avance ».

Retraité, pensionné : oui. Vieux ? Non

Toujours utile ? Bien sûr ! Avec un dynamisme intact, empreint de maturité et de sagesse !

Voici quelques décennies, un senior de 65 ans était quelque peu différent des seniors actuels ; outre la forme physique, laquelle a évolué positivement, les centres d'intérêt se sont diversifiés et l'accent est mis sur l'épanouissement personnel !

Effectivement, que faisait un senior à la retraite dans les années 60 ?

Il coupait du bois, cuisinait, tricotait, s'occupait de son potager, ...

Et en 2012 ? Les seniors sont, non seulement un relais, mais surtout un pilier, dans l'accompagnement de leurs petits-enfants, en complément des tâches dont ils continuent à s'occuper comme il y a quelques décennies.

De plus, ils semblent plus que ne jamais, s'ouvrir sur le monde et d'autant ... à eux-mêmes ! Certains reprennent l'Université du Troisième Age, des cours et ateliers artistiques, l'apprentissage de langues étrangères ; d'autres voyagent, font du sport. Ils constituent un véritable pôle d'intérêts économiques, sociaux, intergénérationnels qu'il convient de valoriser afin de rendre au mot « aîné » toute sa dignité.

Nous avons la volonté de faire bénéficier un maximum de Profondeillois des expériences et des acquis des personnes âgées : ils sont la mémoire de nos villages...

Ce 17 juillet 2012, nous mettons à l'honneur et fêtons tous les seniors de notre commune !

Mme Annie BURTON,
Présidente du CPAS de Profondeville

Mr. Jean-Pierre BAILY,
Bourgmestre de Profondeville

PROFONDEVILLE

17 juillet 2012

Péniche du Grand batelage des seniors:

- 11h00 Exposition permanente « La dignité »
- 20h00 « **Les Chaises** » d'Eugène Ionesco, farce tragi-comique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île. Avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. A partir de 15 ans.

Chapiteau :

- 14h00 Thé dansant avec l'accordéoniste Serge De LUCA de Lustin
- 16h00 Chansons avec Simon FOSSEPREZ, lauréat de « The Voice » Belgique
- 17h00 Thé dansant avec l'accordéoniste « ERIKA » de Lesve.

Une initiative du CPAS de Profondeville
En collaboration avec l'Administration Communale de Profondeville et l'ASBL Alternative Culture
Avec le soutien du SPF Intégration Sociale

Et tout au long de la journée, découverte de l'exposition « Dignité » et des bancs à palabres à proximité de la péniche.

HUY

20 - 21 juillet

*"Le vieillissement est essentiellement une opération de mémoire.
Or c'est la mémoire qui fait toute la profondeur de l'homme."*

Charles Péguy

Vieillir, ce n'est pas toujours drôle !

Dans notre société moderne, où le "toujours plus vite" règne en maître absolu, il ne fait pas bon vieillir et lever un peu le pied.

On peut, très vite, être considéré comme une charge, un fardeau pour cette société, se sentir exclu !

Il y a des moments où l'on préférerait arrêter le temps, ne plus porter le poids d'une année supplémentaire sur nos épaules.

Pourtant, après toutes ces années d'activité intense, quel plaisir cela peut-être de prendre enfin un peu de temps pour soi, mais aussi un peu de temps pour partager et faire profiter les plus jeunes de l'expérience acquise tout au long de ce chemin.

En cette année 2012, consacrée "Année européenne du vieillissement actif", la campagne "J'ai un peu d'avance - Le Grand Batelage des Seniors" s'inscrit dans cette dynamique, en permettant aux Seniors d'apporter aux plus jeunes, une part de leurs connaissances et de leur expérience de vie.

Si on y réfléchit un peu, nos aînés nous ont simplement précédés sur un chemin que nous sommes tous appelés à suivre ; Ils ont juste ... un peu d'avance !

L'outil original que représente cette péniche permet, je l'espère, au travers de ces divers ateliers, de renforcer la cohésion sociale entre les différentes générations qui sont amenées à se croiser tout au long de ces deux journées.

Christine DELHAISE
Échevine des Affaires Sociales de la Ville de Huy

HUY

20 -21 juillet 2012

20 JUILLET

- 11h00 **Ouverture de la péniche** - Message de bienvenue de Mme Christine DELHAISE, Présidente de l'asbl "Le Bel Âge hutois".
- 13h30 **Atelier culinaire intergénérationnel** avec les Résidents des "Prés Brion" et les jeunes des quartiers de Huy. (Service Prévention de la Ville de Huy).
"Papy et Mamy surfeurs" en collaboration avec l'Espace Public Numérique de la Bibliothèque de Huy.
Goûter
- 16h00 **"Là Haut"** - *Long métrage d'animation en images de synthèse des Studios Pixar (Pete Docter – Bob Peterson)*
- Refusant d'être envoyé en maison de retraite, Carl, un septuagénaire grincheux, attache des milliers de ballons à sa maison et réalise enfin le rêve qu'il avait avec sa défunte épouse...
- 19H00 **"Les Chaises"** – Pièce de théâtre en un acte, écrite par Eugène Ionesco, avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta. Mise en scène d'Alan Bourgeois. A partir de 15 ans. Farce tragique qui met en scène un couple de vieillards isolés dans une maison située au cœur d'une île
- 20H00 **Spectacle d'Impro** proposé par l'asbl "Mémoire Action Collectives" (MAC) et Présence et Action Culturelles (PAC) Huy-Waremme

21 JUILLET

- 12H00 **"Les Pépés flingueurs, la pension ou la vie"**
Court-métrage de fiction avec l'asbl Compagnie "Espèce de ..." -
Proposé par C2S. Les pensionnés se positionnent dans un devoir de mémoire et de transmission de savoirs.
- 15H00 **"Là Haut"** - *Long métrage d'animation en images de synthèse des Studios Pixar (pete Docter – Bob Peterson)*
- 18H30 **"Les Vîyes Tarâmes"** - Spectacle transgénérationnel proposé par l'asbl "Mémoire Action Collectives" et Présence et Action Culturelles (PAC) Huy-Waremme.
- 20H00 **Concert de Ghuo Zhing et David Tong.** Père et fils vous donnent rendez vous autour de la poésie, de la chanson française et folk, avec humour. Découverte du dernier livre de Ghuo Zhing « Sur les traces Apaisantes, Merveilleuses et Indéfinies d'une nature appelée Amour »

LIÈGE

25 août – 02 septembre

Être au plus près des attentes de nos seniors, un défi quotidien.

À Liège, les personnes de 60 ans et plus représentent 23% de la population. Une incidence qui, au vu de l'allongement de l'espérance de vie, nous incite à accroître la politique mise en place à l'égard des seniors.

C'est pourquoi, nous travaillons en synergie avec les associations de terrain grâce à la mise en place depuis 2003 de la Commission communale consultative des Seniors. Composé de 34 associations, celle-ci permet de véritables échanges entre les organismes spécialisés et le pouvoir politique.

Un autre de nos défis est de rompre l'isolement social. Pour ce faire, nous veillons à stimuler les solidarités entre les différentes générations à travers l'organisation d'activités ludiques et stimulantes. La mise en place des 8 Maisons intergénérationnelles, des 4 Maisons des Seniors et des 21 clubs de pensionnés sont autant de réalisations qui contribuent jour après jour à recréer du lien social au sein des quartiers.

C'est dans cet esprit, qu'à l'appel du Service intergénérationnel de mon échevinat, nous avons répondu présents à l'initiative d'Alternative Culture, en cette année 2012 dédiée au vieillissement actif et à la solidarité intergénérationnelle.

Un programme riche et varié vous a été proposé à Liège, du 25 août au 2 septembre, avec le concours de nombreuses associations : expositions, petit déjeuner, pièces de théâtre, jeux... Autant d'activités interactives à découvrir ensemble pour dépasser les barrières des générations.

Le plaisir de la rencontre,

Benoit Drèze
Échevin des Services sociaux, de la Famille et de la Santé

LIÈGE

25 août – 02 septembre 2012

25 août

14h00 Ouverture des festivités par Benoit Drèze, échevin des Services sociaux, de la Famille et de la Santé.
Lecture de contes pour enfants du centre communautaire de La Croyère.

Mini-festival intergénérationnel de musiques et danses

« Le passé fantasmé », venez vous faire tirer le portrait en costume d'époque !

26 août Journée intergénérationnelle

13h00 Rallye intergénérationnel ludique et historique dans les rues d'Outremeuse

16h00 Goûter et spectacle de marionnettes liégeoises par le théâtre à Matthi

18h00 Spectacle « La rouge », l'histoire du Petit Chaperon Rouge de Charles Perrault remise au goût du jour par l'atelier théâtre de la Maison intergénérationnelle des Vennes.

27 août Journée du jeu en famille

08h00 Petit déjeuner matin-malin en collaboration avec la Ligue des Familles

10h00 Atelier des parents « Quels jeux pour mon enfant ? »

18h00 La nuit du jeu

Et au parc de la Boverie, promenades de 45 minutes sur le bateau « L'Ancre Bleue » accessible aux personnes à mobilité réduite.

28 août Journée « récup' »

10h00 Exposition « Model Toa »
Trucs et astuces de nos grands-mères avec l'asbl Parents-secours

14h00 Atelier de fabrication d'accessoires en tous genres à partir de matériaux de récup avec la Maison des Jeunes de Kinkempois

20h00 Spectacle « Les chaises » d'Eugène Ionesco

29 août

11h00 Exposition « Femmes au travail, travail des femmes » par l'asbl Groupe expo 2000

16h00 « Trimer pour des prunes, pensions-y » l'impact des carrières morcelées des femmes sur le montant de leur pension. Débat avec Vie Féminine

18h00 Concert « D'accord » par les Callas s'roles

30 août journée sur le jeunisme : « C'est quand qu'on est vieux ? »

15h00 Spectacle « Stucage », une comédie grinçante sur le thème du paraître par l'atelier senior du théâtre A la courte échelle.

16h30 Débat animé par le Centre 37 – planning familial

31 août

09h30 Atelier fabrication de marionnettes par l'asbl Le maillon

12h30 Table d'hôtes organisée par Li Bricoleu

15h00 « Bel appartement clé sur porte », spectacle de marionnettes pour adultes et grands enfants par la Compagnie Fil en trop.

01 septembre & 02 septembre à Retrouvailles

Samedi

12h00 Diner frites avec les résidents et les enfants du Balloir

13h30 Spectacle pour les enfants « Le gentil petit diable » de Pierre Gripari, mis en scène par une grand-mère et ses petits-enfants

Dimanche

11h00 Exposition « L'amour à travers les âges » par le planning familial La famille heureuse

16h00 Concert de clôture organisé par l'asbl Novelas

Et durant la semaine, exposition permanente « Les bancs à palabres »

Projections :

- Jeunes et vieux, qu'ont-ils à se dire ? avec la Nova MJ, Maison des jeunes de Chaudfontaine
- « Hier, ailleurs ! Aujourd'hui, ici ! Et demain ? » Des familles se rencontrent et se racontent, avec l'asbl Sainte Walburge
- « Liège, une ville à visages humains », présentation des actions de l'Echevinant des Services sociaux, de la Famille et de la Santé.
- Atelier d'écriture par l'asbl Novelas

HERSTAL

04 – 05 septembre

« Quelle est la place des seniors dans la société actuelle ? », telle est la question lancée par l'Asbl Alternative culture et qui a servi de fil conducteur à l'ensemble du projet du Grand Batelage des Seniors organisé le 4 et 5 septembre à Herstal.

Cette question est large et plus que jamais pertinente.

Pertinente car à Herstal comme ailleurs en Wallonie, le vieillissement de la population est un fait. Le pourcentage de seniors dans la société ne cesse de croître.

Large, car on se rend compte que la terminologie « seniors » rencontre à l'heure actuelle des réalités multiples. En effet, il n'y a pas une catégorie de seniors mais plusieurs. Comme bon nombre d'associations et services communaux herstaliens actifs dans ce domaine en ont fait le constat, un jeune retraité ne rencontre pas les mêmes problèmes qu'une personne de 80 ans.

Large encore car les problèmes rencontrés par les personnes âgées sont variés. Il peut s'agir de la maladie, de la difficulté de mobilité mais également de l'isolement. Nombre d'entre eux voient au fil des années leur cercle d'amis et de connaissances diminuer et leur réseau d'entraide ou de ressources s'étioler.

Large enfin car l'énergie, l'expérience de la vie, le savoir-faire, la volonté de rester impliqué font également partie du quotidien de nos seniors.

J'ai été très heureux de constater que le projet du « grand batelage des seniors », a vraiment réussi à refléter la réalité des aînés dans toute sa diversité. L'événement a en effet permis de rassembler autour de la péniche des activités organisées par de nombreuses associations sensibles à cette thématique, des activités organisées par les seniors eux-mêmes ainsi qu'un public allant des enfants aux résidents de maison de repos, le tout dans une dynamique intergénérationnelle qui a fait de l'échange et du partage un véritable moteur.

Frédéric Daerden
Bourgmestre

HERSTAL

04-05 septembre

04 septembre

- 12h30 **Présentation de la campagne**
- 13h00 Diffusion d'un **reportage sur la vision des générations quant au monde du travail** par la régie des quartiers de Herstal
- 13h15 Sur le quai, **spectacle de djembé et de chant** par l'ASBL Together
- 13h45 Diffusion d'un **court métrage** réalisé par le Service Seniors, en collaboration avec le Conseil Consultatif Communal des aînés, le Conseil Communal des jeunes et le Conseil Communal des enfants
- 14h00 Présentation concernant l'activation des seniors et présentation d'un programme
- 14h30 Présentation sur le sujet « **une mémoire pour tous** » et discussion par le Service de Santé Mentale Adulte secteur seniors et le domaine Darchis
- 15h00 **Transmission des savoirs de nos aînés** par la Résidence Louis Demeuse (Atelier de valorisation de la personne âgée, transmission des savoirs, rôles joués par les aînés)
- 16h00 **Représentation théâtrale par l'ASBL Congo Santé**, sur le thème de la crise mondiale actuelle et les préoccupations des grands-mères et mères
- 17h00 **Initiation à la réalisation d'un diaporama** avec Monsieur Lejeune du Club de Billard de Herstal

Au cours de la journée, peinture collective sur le thème des âges de la vie par l'atelier art-en-ciel du FIPI

05 septembre

- 09h00 **Petit déjeuner** sur le thème de l'alimentation saine (sur base de la pyramide alimentaire) offert par le Plan de Cohésion Sociale
- 10h30 Présentation du groupe musical « **Les copains d'abord** » par Erable Génération (AIGS)
- 11h30 **Atelier théâtre** et présentation d'une comédie musicale par Solidarité Marexhe
- 13h00 **Initiation à la réalisation d'un diaporama** avec Monsieur Lejeune du Club de Billard de Herstal
- 13h30 « **Sous le règne du dragon** » par la compagnie Ô Lava. Venez chercher le roi du cœur...
- 14h15 Diffusion du **court métrage** réalisé par les enfants du Conseil Communal des Enfants
- 14h30 **Démonstration de gymnastique musicale** par un kiné ergo de la Résidence « Le doux séjour » avec les pensionnaires de la résidence
- 15h30 **Atelier cuisine** avec confection d'un goûter (paniers surprise) par le Conseil Communal des Enfants
- 15h30 Sur les quais, **défilé et spectacle intergénérationnel** « tous abords » (PCS)
- 17h00 Diffusion d'un **montage vidéo** réalisé par la Maison Médicale ATOLL, en collaboration avec des seniors et des enfants de 8 à 10 ans
- 18h00 **Karaoké intergénérationnel** et blind test (Conseil Communal des Enfants)
- 19h00 Verre de l'amitié

Au cours de la journée, peinture collective sur le thème des âges de la vie par l'atelier art-en-ciel du FIPI

L'expo « abstraction des visages » du chat perché, l'expo des stagiaires de la régie de quartier, les bancs customisés par Alternative Culture, la fresque photographique organisée par le Conseil Consultatif Communal des Aînés resteront à découvrir tout au long de l'évènement. Le clip vidéo réalisé par le Service Seniors sera également diffusé plusieurs fois durant les deux jours.

FLÉMALLE

08 – 09 septembre

« Donner aux aînés la place qu'ils méritent dans notre société, cela implique de promouvoir la solidarité intergénérationnelle. »

Flémalle s'inscrit pleinement dans cet objectif. Et pour cause, puisque cette déclaration doit être attribuée à Daniel Renkin, président de notre « Conseil Consultatif des Aînés ».

En effet, l'impact de la pyramide des âges est une réalité incontournable. Et si nous avons pris l'initiative d'instituer cette commission en 2008, c'est bien parce que nous sommes persuadés que l'âge doit être considéré comme source, moteur, instillateur de bonheur et de cohésion sociale pour TOUTE la communauté.

Malheureusement il nous faut, encore à l'heure actuelle, nous attacher à développer des actions de sensibilisation sur des sujets aussi graves que les difficultés de vie, les maladies dégénératives ou même la maltraitance de nos aînés. Et nous le ferons.

Mais nous n'aurons également de cesse, dans le même temps, de nous inscrire dans toutes les initiatives concrètes qui prônent le vieillissement actif et participatif, l'intégration des aînés *et* des plus jeunes, en un mot, la *solidarité intergénérationnelle*.

Ici plus qu'ailleurs, le Bonheur n'est pas au bout du chemin. Il *est* le chemin. Le passage de cette péniche dans le cadre de la campagne « *J'ai un peu d'avance* » en est le témoignage on ne peut plus vivace.

Isabelle SIMONIS
Députée-Bourgmestre

FLÉMALLE

08 – 09 septembre 2012

8 septembre

- 10h00 **Conférence sur la maltraitance** par les services "Prévifs" et « Respect Seniors »
- 12h15 « **La Cuisine de Thibaut** »
- 15h00 Théâtre « **Les Chaises** » d'Eugène Ionesco avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta
- 16h15 Animation musicale avec le groupe « **No Pan Kissa** »

Diffusion en boucle du Micro-trottoir sur la Maltraitance filmé par le MJS (+/- 15')

9 septembre

- 10h00 Bavardage intergénérationnel avec les membres du MJS sur « **La vie des jeunes au temps des aînés et à notre temps, en 2012** »
- 12h15 « **La Cuisine de Thibaut** »
- 15h00 « **Bel appartement, clé sur porte** », spectacle de marionnettes par la Compagnie Fil en Trop.
- 16h00 Animation musicale par le groupe « **Blue Eclipse** »

A l'initiative du Conseil communal consultatif des Aînés de Flémalle

AMAY

13 – 15 septembre

Notre belle Commune d'Amay, avec ses 5 villages, est riche d'un bon millier de Seniors dont beaucoup d'entre eux restent très actifs.

Tant au niveau du Conseil Consultatif des Aînés, des associations, clubs, ateliers et comités de quartier, chacune, chacun travaille au quotidien, au service du bien-être de ses semblables et pour briser l'isolement grandissant.

Ils représentent des passeurs de mémoires et d'expériences, prêts à partager et à faire découvrir leur savoir-vivre et savoir-faire aux plus jeunes.

Les Seniors vous diront qu'il était beau leur temps où tout le monde papotait sur le seuil de la maison, où le facteur prenait de vos nouvelles, où, pour une « dringuelle », les jeunes faisaient les courses des voisins...

Notre commune est aussi représentée par une jeunesse en attente de reconnaissance, remplie de désirs et de projets inassouvis, parfois en quête d'identité et dans l'incertitude du lendemain. Bon nombre d'entre eux souhaitent aussi « rendre service et se sentir utile ».

L'intergénérationnel représente la passerelle entre ces deux mondes si proches et si différents, qui ont besoin l'un de l'autre pour exister vraiment car pour mieux connaître le passé, pour mieux comprendre le présent et construire leur l'avenir*, il ne peut pas en être autrement...

Jean Michel Javaux
Bourgmestre

** citation de Bernadette Matagne.*

AMAY

13 – 15 septembre 2012

13 septembre

Sur la péniche

- 09h00 Expo photos de notre entité vue par nos reporters de Grandir Dans Ma Cité.
- 12h00 Bar et petite restauration assurée par "Grandir dans ma cité", service d'insertion sociale à l'initiative du CPAS
- 14h00 Conférence sur l'industrialisation de l'entité d'Amay de l'antiquité à nos jours par GénéAmay.
- 16h00 Conférence de Paul-Henri Thomsin sur « Les liégeoiseries ou les truculences du langage »
- 19h00 Duo inédit par le mariage inhabituel d'une flûte (MCL. Borceux) et d'un marimba (JM Monart) par l'Académie Marcel Désiron

Au centre Culturel

- 9h00 Spectacle de théâtre de marionnettes : « Bel appartement clé sur porte » par la compagnie Fil en Trop - débat et collation.
- 20h00 Théâtre : « Les chaises » d'Eugène Ionesco avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta

14 septembre

Sur la péniche

- 09h00 Activités intergénérationnelles proposées par Entr'Ages
Lecture et témoignages des ouvriers des anciennes industries amaytoises et rencontre avec Michel et Marie-Josée Carpentier, bateliers.
- 12h00 Bar et petite restauration assurée par "Grandir dans ma cité", service d'insertion sociale à l'initiative du CPAS
- 14h00 « Amaytois, tous cousins » par GénéAmay.
- 17h00 Petit concert d'épinettes et flûte à bec (musique ancienne, médiévale et traditionnelle) par Epis nets, flut'alors...
- 19h00 Réalisation de petits bateaux en papier par le Centre Culturel d'Amay et création de messages à destination de nos aînés.

- 20h00 Spectacle d'improvisation par le PAC Huy-Waremme.
- 21h30 Parade des bateaux du Yacht Club de Huy et mise à l'eau des petits bateaux de papier.

Au Centre Culturel

- 18h00 Fables de Jean de la Fontaine « revisitées » par des adolescents de l'Académie de Musique Marcel Désiron suivi d'une distribution de petits bateaux en papier à mettre à l'eau à l'embarcadère.

15 septembre

Sur la péniche

- 09h30 Création de carnets reliés associant écriture et illustration sur le thème : « Partager son temps, son présent » par La Maison de la Poésie d'Amay.
- 10h00 Projection des cartes postales anciennes d'Ombret par Marie-Josée Graindorge.
- 12h00 Bar et petite restauration assurée par "Grandir dans ma cité", service d'insertion sociale à l'initiative du CPAS
- 13h00 Reprise des ateliers de La Maison de La Poésie.
- 14h00 Cabaret-spectacle en wallon par le PAC Huy-Waremme.
- 17h00 Inauguration de l'exposition de photos réalisées par le Photo Royal Club d'Amay des rencontres tout au long de l'année scolaire entre les seniors de la maison de repos de L'Esterel et les élèves de 6ème primaire de l'école des Tilleuls à l'initiative de la bibliothèque communale d'Amay.
- 20h30 Animation littéraire, poétique et musicale de M. Ghuo Zhing Tong.

Au Centre Culturel

- 19h00 Ensemble instrumental multi- générationnel par l'Académie de Musique Marcel Désiron.

Programmation réalisée par le Conseil Consultatif Communal des Seniors de La Louvière et les Centres communautaires du CPAS de La Louvière

NAMUR

26 – 29 septembre

C'est avec beaucoup de plaisir que Namur et son Conseil consultatif des Aînés ont répondu à l'appel de l'asbl « Alternative Culture » pour l'opération « Le grand batelage des seniors ».

Sensible à cette année européenne du vieillissement actif et, depuis de nombreuses années, aux actions intergénérationnelles, notre ville ne pouvait pas passer à côté d'une telle opération qui participe directement à la construction d'une société plus solidaire où chaque âge est pleinement reconnu. Une société qui, comme notre ville, se veut être une société où il fait bon vieillir.

Quelques jours durant, nous mettons à l'honneur des initiatives prônant des liens intergénérationnels empreints de réciprocité et d'équité.

C'est là, à mon sens, le vrai défi de l'intergénérationnel où chaque personne s'enrichit en donnant et en recevant. Nous avons tant de choses à gagner que ce soit au niveau de nos sentiments d'inutilité, d'isolement ou au niveau de nos besoins de tendresse, d'estime de soi, d'apprentissage et de participation citoyenne.

J'espère que ces journées répondent à vos attentes et nous rapprochent les uns des autres. J'espère aussi que ce sera l'occasion de faire émerger de nouvelles initiatives et que de nouveaux engagements voient le jour de manière à conserver ces liens si précieux aussi longtemps que possible.

Au terme de cet édito, je pourrais vous souhaiter la plus belle des destinations mais je préfère de loin vous souhaiter à tous un formidable voyage au travers de ce grand batelage qui a décidé de fêter la fin de son parcours dans notre belle Ville-Capitale.

Maxime PREVOT
Député - Bourgmestre de Namur

NAMUR
19 septembre 2012
26 – 29 septembre 2012

19 septembre

Au cours de la journée, accueil des parlementaires avec présentation de la campagne et participation à la sensibilisation 2'2'2'

10h00 **Rencontre intergénérationnelle** autour du livre en musique avec la participation d'Assembl'Âges, du Home Harschamp et des P'tits Pouyons.

13h30 **Jeunes et Aînés au-delà des préjugés** – Jeunes FGTB

15h30 Conférence de presse

Reportage Interface à réaliser entre les 19 & 29 septembre

Installation vidéo permanente « Tres Mujeres »

A travers le regard méditatif de la grand-mère, de la mère et de la petite-fille, l'installation "3 Mujeres" (« 3 femmes ») interroge sur le lien de filiation entre les générations. Cette installation est à la base du spectacle "3 femmes" dont la compagnie Achtli et la danseuse belgo-chilienne *Gavy Seura-Cordoba*, nous proposent le récit d'un voyage, parcourant les chemins d'une femme à travers les époques, les pays et les générations.

26 septembre

20h00 Représentation exceptionnelle « Les Chaises » d'Eugène Ionesco avec Isabelle Renzetti et Rachid Benbouchta – Mise en scène : Alan Bourgeois. **Uniquement sur réservation** au 0497484711

27 septembre

10h00 Groupe Matins Malins – Le conte des contes « Le vieux sage »

14h00 **L'habitat inter-générationnel**, une piste de solution de logement privilégiant l'échange par l'asbl Habitat et Participation
Inscription : <http://www.inscription-facile.com/events/register/GsN95UmXIoM9JNaOZBhP>

19h00 « **Il était... Il est... Il sera** », Leopold Sedar Senghor, l'homme et le poète.
Président du Sénégal, académicien...Ce sont plusieurs facettes qu'Alain Tholl de l'Enclos vous fait habilement découvrir à travers cette lecture-

spectacle jouée en 2011 en Avignon. Pas de limitation de vieillesse pour s'accomplir... Suivi d'un apéro sur le pont de la péniche.

28 septembre

- 09h00 **Inersport**
Installation du conscientimètre (bientraitance)
- 10h00 « **Garder ses petits-enfants, un bonheur à préserver** »
Un bistrot des grands parents ouvert pour permettre à tous grand parent qui le souhaite de venir partager son expérience à ce sujet.
Infos : 081/226874 ou www.viefeminine.be
- 14h00 **Jeu du pilier de pension** et clôture du conscientimètre
- 16h30 « **Bien vieillir chez moi** »... Pourquoi pas le logement kangourou »
par Madame Françoise Brichaux, coordinatrice au CPCP –
Renseignements : Philippe Dejardin 081/32 50 62
- 19h00 **Jeunesse et Culture** Solidaris – spectacle de 15'
Danse urbaine – Street talent – Funky feet
- 19h30 **Présentation de la BD « Little Joséphine »**. Textes de Valérie Villieu – Dessins de Raphaël Sarfati. « *Je suis comme un bout de bois, je regarde le ciel, les nuages, et je ne sens rien m'a dit un jour une patiente. Je suis infirmière à domicile, et Joséphine fait partie de ces rencontres importantes de ma vie d'infirmière ... J'ai eu la chance de la rencontrer, elle, qui se disait la fille d'Arsène Lupin ! L'humour était notre langage, notre terrain de jeu et notre lien. Elle était drôle et étonnamment vivante malgré les troubles dont elle souffrait...* » Séance de dédicace.
- 20h30 Projection du film « **La boîte de Pandore** » de **Yesim Ustaoglu** avec Tsilla Chelton. Echanges après la projection.
Lorsque trois frères et sœurs istanbuliotes d'une quarantaine d'années reçoivent un coup de fil leur annonçant la disparition de leur mère du Nord Est de la Turquie où elle vivait, ils partent à sa recherche, mettant momentanément de côté leurs différences pour ce faire.

29 septembre

- 10h00 « **Lis son geste** » exposition issue d'ateliers intergénérationnels autour du son et du dessin ; blog interactif et parcours dans la ville de Namur (associations partenaires : Maison de repos Harschamp, Luttes Solidarités travail Namur, et Entr'âges asbl).
- Porteurs de parole PAC** sur le quai de halage et aux abords de la péniche

11h30 **VIEUX**, un projet de l'association française Regarde ailleurs asbl – avec le soutien de la Cité de la santé de la Villette et de la Mairie de Paris. La vieillesse et sa représentation (projection, présentation de la BD little Joséphine ».) Envie de savoir à quoi vous ressemblerez dans 20 ans ? Venez découvrir l'atelier de vieillissement animé par Raphaël Sarfati et vous faire tirer le portrait.

15h00 Toc, toc...la vie...liasse ? Ciné-débat rencontre
La graine et le mulet de ABDELLATIF KECHICHE

La soixantaine fatiguée, Monsieur Beji est licencié du chantier naval de Sète sur lequel il travaille depuis des années. Père de famille divorcé, il traverse une période délicate de sa vie où tout contribue à lui faire éprouver un sentiment d'échec. Son rêve pour l'avenir : créer sa propre affaire : un restaurant...Sa belle fille, une jeune femme audacieuse qui n'a pas froid aux yeux, se fait complice de son projet.
Infos et réservations : PAC 0499/97 05 17

20h15 **concert de Ghuo-Zhing et David Tong**
Père et fils vous donnent rendez-vous autour de la poésie et de la chanson française.

1^{er} octobre

Clôture campagne à laquelle s'associe la péniche « MS Elisabeth »
www.mselisabeth.com

REPertoire ALPHABETIQUE

Abracadabus

Abracadabus promeut la communication intergénérationnelle. Des seniors se rendent régulièrement dans les écoles maternelles pour raconter des histoires et jouer avec les enfants.

www.abracadabus.net

Académie « Marcel Désiron »

L'Académie a pour finalités de concourir à l'épanouissement des élèves en promouvant une culture artistique par l'apprentissage des divers langages et pratiques artistiques. Elle donne aux élèves les moyens et formations pour leur permettre d'atteindre l'autonomie artistique suscitant une faculté créative personnelle.

www.academieamay.com

Achtli

Compagnie pluridisciplinaire et multiculturelle, qui développe des nouvelles propositions d'écriture pour la scène, ainsi que diverses interventions et installations artistiques pour l'espace public.

<http://compagnieachtli.tumblr.com/>

AFICo Namur

Mouvement en éducation permanente

www.afico.be didier.palange@afico.be

Agysont

L'asbl, reconnue comme service d'éducation permanente de la Fédération Wallonie Bruxelles, est un centre de rencontres intergénérationnelles menant différents projets citoyens dans le domaine de l'intergénérationnel et des seniors sur le territoire de la Wallonie picarde. Elle cherche à lutter contre l'exclusion des plus âgés, à transformer l'image négative de la vieillesse et à revaloriser la personne vieillissante en créant des réseaux sociaux notamment.

www.agysont.be info@agysont.be

AIGS, SAJA Erable Génération - Herstal

Encadrement et service d'accueil de personnes adultes handicapées en visant à leur intégration et à leur insertion.

www.aigs.be – p.michel@aigs.be

Ainés du MOC, en partenariat avec l'UCP et les PPCA (CSC)

Le Mouvement Ouvrier Chrétien rassemble et est le porte-parole de six organisations sociales qui trouvent leur origine dans l'histoire ouvrière et le monde sociologique chrétien. Il affirme avec force un message d'ouverture et de pluralisme. Le MOC est un mouvement social qui développe un projet politique de solidarité et d'égalité par l'éducation permanente, l'action collective et la citoyenneté participative, la lutte contre les exclusions de toute nature.

www.moc-hainautcentre.be

A la Courte Echelle asbl – Liège

Centre alternatif d'expression artistique. Lieu d'organisation et d'accueil de spectacles de théâtres amateur ou professionnel.

www.courte-echelle.be luc.jaminet@hotmail.com

Alain Posture

Comédien et imitateur. Alain Posture avouera plus tard « *J'aime faire rire* » et ça se confirma lorsqu'à quinze ans, il monta pour la première fois sur scène, à l'occasion d'une fête de Saint Nicolas en 1979. Paris, au célèbre café-théâtre « *Le point-virgule* », dans « *La classe* » sur FR3, au théâtre, et retour aux sources en Belgique où il poursuit sa carrière.

www.alainposture.be

Alain Tholl de l'Enclos

Comédien, Artiste-peintre

www.alaintholldelenclos.be

Alzheimer Belgique asbl

Alzheimer Belgique asbl est née de l'initiative de quelques personnes qui ont été confrontées à la maladie dans leur famille proche ou qui l'ont côtoyée dans leur vie professionnelle

www.alzheimerbelgique.be

Amicale des pensionnés Socialistes de Mons

L'Amicale, mouvement en Éducation Permanente, reconnu par la Communauté Française, développe des activités récréatives et de loisirs, des conférences, des voyages, visites d'expositions. Elle promeut l'intégration sociale et la participation des seniors.

colettewuylbaut@skynet.be

AMO Pavillon J – Courcelles

Aide en milieu ouvert

Travail de rue auprès des jeunes de l'entité

Rue Paul Pastur, 121 – 6180 Courcelles

Anne Quévit

Sociologue

aquevit@hotmail.com

Annette Dumas

A travaillé dans les affaires politiques européennes comme consultante pour les ONG de santé. Son domaine d'expertise couvre la santé publique européenne, les ONG et la défense des patients. A permis que la démence soit à l'agenda européen et national pour la mise en place d'initiatives européennes. En 2009, Annette a reçu le prix « Consultant de l'Année »

annette_dumas@skynet.be

Anita De Meyer

Humoriste, comédienne, auteur, photographe et reporter, Anita de Meyer, présente la rubrique « De Bank » et toute la série d'interviews d'artistes réalisés sur un banc, pour le magazine « De Nekker ».

claudebelle@yahoo.fr

Arjun Bay

Un groupe composé de "vieux de la vieille" de la scène rock belge reformé il y a peu autour de Benjamin Bertrand alias Captain Arjun. Des mélodies profondes qui vous feront voyager de Calcutta à Bali en passant par Houston et Rixensart. Captain Arjun guitar/voice, Spotty Paul battery & Jimmy bass

Assembl'âges

Assembl'âges crée des lieux permanents de rencontres intégrés dans des maisons de repos (ou centres de loisirs pour troisième âge).

www.assemblages-asbl.be

Assistance à l'Enfance / Parents-Secours

Aide des familles en difficulté et protection des enfants

www.parents-secours.be info@parents-secours.be

Association Belge des IMPROS-J'EUX

Créer des liens via un jeu partagé avec d'autres.

www.impros-jeux.be

Atelier Butterfly

Promouvoir le bien-être, l'épanouissement personnel

www.atelier-butterfly.blogvie.com atelier-butterfly@hotmail.com

Atelier B303

Catou.mahieux@gmail.com – www.atelier-b303.be

Atoutage est une association pour ceux qui souhaitent des réponses intergénérationnelles à des problématiques sociales diverses : gestion de projet, méthodologie, conférences, animations, conseil.

www.atoutage.be

A travers les Arts - Pour les maisons de repos ne soient pas des maisons closes !

L'association « A travers les Arts ! » a pour cible prioritaire la personne résidant en institution gériatrique. Ses objectifs sont de sensibiliser, dynamiser l'image du vieillissement et des diverses institutions.

www.atraverslesarts.com

Aurélien Karim Marcel

Humoriste et comédien franco-algérien, a fait sa première expérience scénique au Made in Brussels show. Chroniqueur sur Foo Rire FM, au Théâtre des 2 gares, il a également joué à la Monnaie dans l'Opéra « Salomé » de Richard Strauss d'après l'oeuvre d'Oscar Wilde. Il participe à de nombreuses scènes ouvertes parisiennes .

Benji Lali

Chansons in french avec de l'amour, de la bagarre, et tutti quanti. Rythmique jazz-rock. Benji Lali accompagné par François Willemaers aux guitares et Nicholas Yates à la contrebasse.

www.soundcloud.com/be-28

Betty Batoul

Née à Bruxelles d'un mariage mixte belgo marocain, Batoul est son prénom marocain. Elle publie en 2010, un premier roman autobiographique *Un coquelicot en hiver ? Pourquoi pas.* Fondatrice de l'association **SUCCES** qui apporte aide et réconfort aux femmes victimes de violences

Bibliothèque communale Roger Foulon - Thuin

Prêt de livres, espace public numérique et animations autour du livre

bibliotheque@thuin.be

Bibliothèque communale d'Amay

Permettre à tous l'accès à la culture et aux livres en particulier. Redonner le goût de la lecture.

www.amay.be – onglet culture/bibliothèque laurence.malchair@amay.be

Boris Nicaise

né en 1961 à Bruxelles. Exerce le métier de dentiste et publie ses premiers textes à l'âge de vingt ans, parallèlement à des recherches en matière de collages, qui aboutiront à diverses expositions. Parution de ses textes dans nombreuses revues et journaux. A obtenu le prix Arthur Rimbaud en 1991.

www.boris-nicaise-livres.be

Bou Bounoider

Auteur, enseignant, né à Bruxelles, Bou Bounoider s'inspire de la vie, des conversations, des anecdotes qui foisonnent et animent son écriture. Ses personnages sont un mélange de traits, de caractéristiques, de sourires, de coeurs émanant des gens qu'il rencontre. Des histoires sans prétention. Des livres à découvrir pour tout public.

<http://boubounoider.be>

Bozidar Frédéric

Récitant et animateur de rencontres littéraires. Jusqu'ici, auteur d'une pièce de théâtre et de nouvelles parues dans diverses revues, il publie avec *Ciel Seraing*, son premier roman, auquel l'actualité confère un aspect visionnaire.

Centre d'Accueil Large Voie d'Herstal

Le Centre est un lieu de rencontre et d'échange qui permet à certains seniors de sortir de leur isolement.

willy.lejeune@cybernet.be

Centre d'Action Laïque

Le Centre d'Action Laïque agit dans la société pour favoriser le libre choix des personnes, leur autonomie, leurs droits, leur dignité. Dans un souci d'égalité et de justice.

<http://www.laicite.be/charleroi/>

Centre d'Animation pour Jeunes de Péruwelz

cajperuwelz@hotmail.com

Centre Communal des jeunes de Kinkempois - Liège

Asbl en éducation permanente. Activités et animations diverses pour les jeunes. Ateliers intergénérationnels

mjkinkempois@hotmail.com

Centres Communautaires du CPAS de La Louvière

A pour but de rompre la solitude et l'isolement des aînés, de créer du lien pour se maintenir en bonne santé mentale et physique et de promouvoir la place des aînés dans la société.

Alexia.debailleux@lalouviere-cpas.be

Centre Culturel de Floreffe

Promouvoir le développement socioculturel de la Commune de Floreffe.

www.centreculturelfloreffe.be info@centreculturelfloreffe.be

Centre Culturel de Sambreville – CRAC's

Missions socioculturelles en éducation permanente, diffusion et expression créativité

www.cracs.eu

Centre Culturel de Thuin

promotion de la culture thudinienne. Soutien du tissu associatif, programmation de spectacles, expositions, conférences, animations socioculturelles à destination des populations locales, mise en place de projets permettant une participation active des citoyens.

www.centrecultureldethuin.be

Centre d'expression et de créativité « Plume & pinceau » asbl de la Maison de la poésie d'Amay

Permettre au plus large public possible de vivre l'expérience de l'écriture créative en lien avec l'expression en Art plastique.

www.maisondelapoesie.com plumeetpinceau@maisondelapoesie.com

Centre formATHé asbl - Liège

Faire découvrir l'outil informatique aux seniors d'une manière ludique.

www.formathe.net direction@formathe.net

Centre Permanent pour la Citoyenneté et la Participation (CPCP)

Le CPCP aide à l'exercice de citoyenneté de manière active et responsable en favorisant la participation à la vie sociale, culturelle, économique et politique de notre société.

www.cpcp.be

Centre Public d'Action Sociale de Thuin

Edition d'un bottin des services proposés aux aînés dans l'entité.

Caroline.caucheteur@cpasthuin.be

Centre Public d'Action Sociale de Sambreville

Mise en place du Service d'Insertion Sociale. Il vise à mettre en place des activités collectives afin de rompre l'isolement social, permettre une participation à la vie sociale économique, politique et culturelle. Favoriser l'autonomie,...

www.sambreville.be cpas@sambreville.be

Cercle de Mycologie de Mons

Le Cercle de Mycologie de Mons asbl, exerce ses activités d'éducation permanente dans le domaine de la Mycologie et de l'écologie. Chaque année, le Cercle organise une exposition des champignons avec des posters didactiques, livres et publications diverses. Il édite des brochures, publications et un bulletin trimestriel « Miscellanea Mycologica ».

www.mycomons.be

Club de yoga – Art de Vivre

Sports Seniors asbl est une fédération sportive reconnue par la Communauté française qui s'adresse particulièrement aux personnes de 50 ans et plus

www.sportsseniors.be

Club Photo de Ittre

Avec l'aide de la commune, le Club continue de se réunir régulièrement dans l'ancienne bibliothèque.

[Armand Guilmot - 067/64.72.80](tel:067647280)

Collectif Communal Accessibilité La Louvière

Améliorer l'accessibilité et la mobilité des personnes à mobilité réduite (PMR) et des personnes à déplacement réduit (PDR). Interpeller les autorités communales par rapport aux différents problèmes rencontrés par les PMR et PDR

Alexia.debailleux@lalouviere-cpas.be

Commission Para Communale de la Santé et des Affaires Sociales,

Relayer auprès des instances Communales les actions de proximité en rapport sur la santé notamment. Intégrer de plus en plus la personne à mobilité réduite dans la vie de tous les jours. S'occuper des jeunes ados afin de les « aider » à devenir les futurs parents. Aider à l'amélioration du bien-être et du cadre de vie et valoriser l'apport humain des personnes âgées.

Hôtel de ville, rue Grande 5500 Dinant

Conseil Communal Consultatif des Aînés de Péruwelz

Le CCCA (ou 3.C.A.) a pour mission d'être le lien entre la commune et les seniors afin de rompre l'isolement des personnes âgées, de tisser des liens entre les différentes générations. Il participe aussi à des conférences Intereg et met en place de nombreux ateliers.

jacky.osterke@skynet.be

Conseil communal des enfants de Herstal

Le Conseil communal des enfants est constitué de 15 représentants de 5ème et 6ème primaire des écoles de l'entité. Il a pour but de mettre en place des projets et actions choisis par les jeunes conseillers et de donner la parole aux enfants.

www.herstal.be – cce@herstal.be

Conseil communal des enfants de Pont-à-Celles

Generations.pontacelles@gmail.com

Conseil Consultatif Communal des Aînés d'Herstal

Le rôle du CCCA est de faire connaître les désirs, aspirations et droits des aînés, et les informer sur les activités, initiatives et services qui les concernent ; sensibiliser la population de la ville et le secteur public aux questions qui ont une incidence sur les vies des aînés ; suggérer, favoriser et appuyer toute initiative qui contribue à la promotion et à la défense du bien moral, social, économique et culturel des aînés. Mais aussi de veiller aux liens intergénérationnels afin d'amener à un dialogue permanent.

www.herstal.be – costantini.loredana@herstal.be

Conseil Consultatif Communal des Aînés de Flémalle

Promouvoir une meilleure participation des aînés à la vie de la commune et d'intégrer les besoins des aînés dans les politiques menées au niveau local.

Grand'Route, 264 4400 Flémalle tel. : 04/2348834

Conseil Consultatif Communal des Aînés de Floreffe

Epanouissement de la personne aînée, rechercher des solutions, soutenir des initiatives, établir des relations intergénérationnelles. Participation active sur tous les sujets concernant la commune

www.floreffe.be info@centreculturelfloreffe.be

Conseil Consultatif Communal des Seniors de La Louvière

Le Conseil est chargé d'évaluer les besoins des personnes âgées, de les impliquer dans les projets existants et à venir, étudier les problèmes de la personne âgée et relatifs au logement, au lieu de vie, à l'aménagement des espaces publics,...

Alexia.debailleux@lalouviere-cpas.be

Conseil Consultatif des Seniors de Pont-à-Celles

Etre le relais entre les seniors et les autorités communales. Réunion mensuelle et organisation de conférences, voyages intergénérationnels, ...

conseildesseniors@pontacelles.be

Courants d'âges est une plateforme intergénérationnelle très active. Elle sensibilise au travers de nombreuses campagnes dont l'opération « *Carrefour des générations* ». Mise en réseau, groupe de travail et de réflexion, échange de bonnes pratiques, sensibilisation au travers de l'opération « carrefours des générations. www.intergenerations.be -

info@courantsdages.be

CPAS de Bruxelles DAS Pact Ateliers

La section DAS Pact Ateliers promeut la cohésion sociale en stimulant les contacts entre les cultures et générations à travers l'organisation d'ateliers artistiques au sein des maisons de repos, des antennes du CPAS et des maisons de quartier.

www.pactforum.be - hvanhauthem@cpasbru.irisnet.be

CPAS de Profondeville

Aide sociale et services à la population

Anne.dejaie@cpas-profondeville.be

Croix-Rouge de Belgique – Action Sociale

La mission de la Croix-rouge de Belgique consiste à prévenir et atténuer les souffrances des hommes en conformité avec ses principes fondamentaux tant sur le plan de la santé que sur le plan social et psychosocial.

www.croix-rouge.be - action.sociale@redcross-fr.be

DJ & SELECTOR 78RPM

"Long Tall Jack" collectionne les 78-tours depuis la fin des années 1960. Jacques Thooft découvre les vieilles musiques américaines lors de ces voyages aux Etats-Unis uniquement conservées sur ce support. Sur le modèle jamaïcain du "Dj et Selector", où une personne choisit les disques et une autre les joue sur le tourne-disque, il est assisté par le jeune Christophe Piette, qu'il a conquis à la charge sonore et musicale de ces vieilles galettes.

Editions M.E.O., après la publication des traductions d'œuvres littéraires bosniennes, croates et serbes, ont élargi leurs activités. Leur catalogue s'étend désormais à des écrivains francophones ainsi qu'à des traductions d'œuvres issues d'autres champs linguistiques.

www.meo-edition.eu

Entr'âges Amay – Bruxelles - Namur

Depuis plus de 20 ans, promeut les relations intergénérationnelles à Bruxelles et en Wallonie. L'antenne Entr'âges-Amay, suscite la participation active des aînés, rompt leur isolement, leur redonne un rôle social.

www.entreagesamay.net www.entrages.be e.freson@entrages.be

Entraide Jolimontoise SCRLFS Les Chartiers

Maison de repos qui offre une ouverture de vie sociale extérieure à ses résidents en favorisant les échanges intergénérationnels.

www.entite-jolimontoise.be

Epis nets, flut'alors... Amay

Présentation des musiques ou danses du Moyen Âge et des airs traditionnels d'hier et actuels.

robregine@voo.be

Equipe de proximité et de prévention – Quartier Saint-Servais – Namur

Lutte contre l'isolement

Isabelle.saintservais@gmail.com

Espace public numérique de la bibliothèque de Mons**Espace Maurice Carême**

Ludothèque

www.emca.be

Espace Seniors

Association reconnue par la Communauté Française comme Mouvement d'éducation permanente. Elle organise de nombreuses activités, milite pour le bien-être, l'épanouissement et la santé des seniors, la défense des droits et intérêts des seniors et promeut leur intégration sociale et leur participation active.

www.espace-seniors.be

jeanpierre.lheureux@solidaris.be Emilie.ciccotelli@solidaris.be

Farandole d'Anderlecht

Farandole d'Anderlecht est une association qui pratique la danse folklorique à deux niveaux: l'animation et la démonstration. Depuis sa création il y a 39 ans Farandole d'Anderlecht a développé un vestiaire qui compte plus de 300 costumes de différents pays comme la Wallonie, la Flandre, l'Angleterre, la Roumanie, la Bulgarie, la Serbie, la Croatie, l'Irlande, Israël, etc. Tous sont confectionnés par le groupe et mis à la disposition des danseurs.

www.farandoleanderlecht.be

Fédération des pensionnés socialistes de Soignies

Défendre la place des seniors dans notre société. Transmission de la mémoire via un projet axé sur l'Amnistie.

reneevankeleffe@skynet.be www.c2s.be

Femmes Prévoyantes Socialistes – comité local de Mons soutenu par la régionale

L'association des FPS, Mouvement d'éducation permanente, développe des actions et porte des revendications politiques pour une société plus égalitaire. En tant que mouvement mutualiste, l'asbl lutte aussi contre les inégalités de santé.

www.femmesprevoyantes.be colettewuilbaut@skynet.be

FGTFB Jeunes – Namur

Organisation de jeunesse

www.jeunesfgtb-namur.be david.lecomte@fgtb.be

Florès „Florefe-Patrimoine“

Mettre en valeur et faire connaître Florefe et son patrimoine.

floresasbl@skynet.be

Foruforever

Foruforever propose de se réapproprier la mort, lui rendre une juste place et l'inscrire pleinement dans un cheminement d'acceptation. Qui dit vie, dit mort. Qui dit mort, dit vie. Transmettre des informations justes et vraies créer un lien social sont autant de leviers vers une vision épicurienne de la vie, un mieux-être au quotidien.

www.foruforever.com

Geneamay

Recherches généalogiques, héraldiques et historiques. Paléographie.

robertkinet@skynet.be

Giebus

Groupe d'animation bruxellois spécialisé en mime et en technique d'animation.

www.giebus.net

Gilles Audrey

Gilles Audrey interprète des chansons de Hugues Aufray.

Groupe expo 2000 – Liège

Favoriser les relations intergénérationnelles. Montrer que le quartier existe. Travail sur la mémoire et activités citoyennes.

Rue des Fraisières, 113 – 4000 Liège

Habitat et Participation asbl

Accompagnement de processus participatifs d'aménagement du territoire et de l'habitat. Promotion de l'habitat collectif participatif. Aide aux personnes en difficultés par l'accès au logement et le suivi psycho-social et santé.

www.lestroispommiers.be lestroispommiers@scarlet.be

Home Harschamp - Namur**Home Sweet Mômes**

Home Sweet Mômes développe et coordonne un large partenariat avec les écoles, maisons de repos et de soins, résidences, foyers de l'Aide à la Jeunesse. Le but est de permettre aux générations de se découvrir mutuellement.

www.homesweetmomes.be

ICDI – Intercommunale des Déchets et Immondices

Bariza.hadjarab@icdi.be

Interface3 – Namur

Centre de formation et sensibilisation aux TIC (Technologies de l'Information et de la Communication). Formation seniors (initiation, progression et projets Papys et Mamys surfeurs)

www.interface3namur.be

Inersport

Réalisation d'activités socio-sportives à destination du public cible de la cellule Inersport

www.villedenamur.be madjid.zekri@ville.namur.be

ISOSL, Résidence le Doux - Herstal

Maison de repos et de soin qui propose de nombreuses activités à ces résidents afin d'optimiser leur qualité de vie.

m.lemaive@ipal.be

Jeunesse et Culture – réseau Solidaris

Linda.zelaci@solidaris.be

KureghemNet

Centre de formation en informatique à Cureghem. Le centre propose des cours aux débutants et aux personnes de niveau avancé, en français et en néerlandais. Des projets spécifiques sont développées pour les demandeurs d'emploi, les jeunes, enfants et seniors.

www.kureghemnet.org

La famille heureuse

Le centre de planning familial est un service psycho-médico social pluridisciplinaire.

www.familleheureuse-liege.be famille.heureuse@skynet.be

La Maison des Jeunes de Ganshoren

La MJ accueille des jeunes âgés entre 12 et 26 ans afin de leur permettre de développer au travers de projets positifs leur sens de la citoyenneté active, responsable, critique et solidaire.

www.mjganshoren.be

La Plate-forme francophone du Volontariat

La Plate-forme francophone du Volontariat est une structure pluraliste composée de 30 associations représentatives des grands secteurs de la vie associative et de l'engagement volontaire. www.levolontariat.be

L'Air de rien – Chorale

La chorale « L'air de rien » est la mise en commun de différentes voix, sensibilités et générations pour atteindre une harmonie à la fois vocale et citoyenne.

choralelairderien@gmail.com

L.C. Consult

Licenciée en sciences psychologiques et pédagogiques de l'Université Libre de Bruxelles, Lilianne Charenzowski s'est spécialisée dans l'évaluation et le développement de compétences professionnelles tel que l'*Assessment Center Method*. Coach, elle cherche comment aider celles et ceux qui s'apprentent à faire face à leur prochain départ du monde du travail et anime depuis peu des ateliers de préparation à la retraite.

www.retraite-autrement.be

Le Balloir

(re)créer des complicités et des solidarités intergénérationnelles, participer activement au maillage social du quartier, lutter contre toutes les formes de discrimination, d'individualisme et de repli identitaire.

sylviehorion@leballoir.be

Le passé fantasmé

Portraits de famille en costume d'époque.

Par la magie des costumes, les jeunes générations se retrouvent propulsées à l'époque de leurs parents ou grands-parents.

lilipetitbiscuit@hotmail.com

Le Maillon asbl

Service d'accueil de jour pour 30 personnes présentant une déficience mentale sévère et profonde

Saja.lemaillon@skynet.be

Le Petit-Gobert

Home du Centre Public d'Action Sociale, organise des rencontres intergénérationnelles entre les résidents de la maison de repos et les enfants suivis par le service d'éducation familiale du CPAS Le Galion. Le service « Le Galion » aborde le lien familial et l'ensemble de ses composantes dans un but de réinsertion sociale

www.peruwelz.be

Les Amis du Val des Roses

« Tu existes, tu es le vieux de demain, viens soutenir ton avenir »

Manifestation des résidents en maison de retraite et de leurs familles, en partenariat avec Entr'âges.

www.entrages.be

Les Jardins de Picardie

Les Jardins de Picardie, maison de repos ouverte à toute personnes âgée désireuse de vivre dans un contexte convivial dont le cadre de vie est assuré par un service de qualité, reçoit régulièrement les enfants de Saint Charles et de l'Athénée de Péruwelz pour organiser avec les résidents des activités intergénérationnelles.

www.jardins-de-picardie.be

Les Papys du Rock

Groupe de tubiziens septuagénaires

Les P'tits Pouyons

Accueil de la petite enfance

Sonefa.soc@skynet.be

Ligue des Familles

La ligue des familles, mouvement pluraliste dans toute l'acceptation du terme, a la volonté d'être en phase avec toutes les situations familiales.

michellaforge@yahoo.fr

Ligue des Familles de Liège : www.citoyenparent.be e.delocht@liguedesfamilles.be

L'îlot saveurs

propose une petite restauration aux exquis saveurs belges, africaines et créoles à des prix très attractifs... Avis aux gourmets !

www.ilotsaveurs.be

Lucienne Henrard

Lucienne Henrard de l'Ecole Internationale du Conte. A fait ses classes à la Maison du Conte, fondée en 2011 par Hamadi et Claudine Aerts, centre belge des littératures orales. A participé à la dernière édition « Bruxelles, ça conte ».

Luttes Solidarités travail Namur

mouvement d'éducation permanente et de **lutte** en résistance à ce qui produit la pauvreté,

www.mouvement-lst.org

Maison de l'Imprimerie et des Lettres de Wallonie

Oeuvre à la diffusion du patrimoine technique lié à l'imprimerie artisanale et industrielle

www.maison-imprimerie.net

Maison des enfants de la Roue

La maison des enfants fait partie du quartier de la Roue, une cité-jardin construite au début du siècle passé à Anderlecht. Elle organise un accueil tous les jours après l'école. Cet accueil consiste en du soutien scolaire d'une part et l'organisation d'ateliers d'autre part. Durant les vacances, des stages permettent aux enfants du quartier de s'évader tout près de chez eux.

www.mdelaroue.collectifs.net

Maison du Conte et de la Littérature

Promotion du Conte /récits et de la Littérature et de tous ceux et toutes celles qui les pratiquent. De nombreux ateliers sont mis en place au cours de l'année.

www.ittreculture.be/fr/creativite-artistique/maison-du-conte-et-de-la-litterature

Maison intergénérationnelle des Vennes – liège

Lieu de rencontre et d'échanges fédérateurs des différentes classes d'âges. Atelier théâtre.

micheledispa@skynet.be

Maison pour Associations – MPA Charleroi

Asbl indépendante et pluraliste qui a pour mission de soutenir les porteurs de projets associatifs de Charleroi et de sa région. Services juridique, pédagogique, multimédia, comptable, soutien logistique,...

info@mpa80.be www.mpa80.be

Manoir du Ménil

Est à la fois une maison de repos, une résidence service et un cantou. Les enfants de l'école du village s'y rendent souvent pour y retrouver les aînés. De la maternelle à la primaire, ils participent avec les résidents aux cours de gymnastiques et aux promenades organisées.

www.menil.net

Marie-Josée Evert

Marie-Josée Evert partage depuis de nombreuses années les expériences de ces voyages à travers le monde ; férue de biologie, de botanique, d'histoire, de géographie, elle partage sa passion en organisant des conférences découvertes. Son dernier voyage date de 2009 dans le Namaqualand, en Afrique du Sud.

<http://treve.skynetblogs.be>

Mathieu Bauwens

Photographe autodidacte, sa formation photographique s'est effectuée par essais et persévérance et par la lecture de la presse spécialisée francophone et anglophone. Après plusieurs stages en laboratoire N&B dirigé par Raymond Saublains et en studio chez XP4 avec le photographe Christian Berthold, il préfère la pellicule sel d'argent au numérique. Ses photographies sont proches de l'humain et de ses modes de vie.

www.mathieubauwens.net

Mémoire et Action Collectives et PAC Huy-Waremme

Questionner le vivre ensemble dans notre société à l'égard des personnes âgées, en déployant des actions qui demandent la participation de tous, des plus jeunes aux moins jeunes.

www.asblmac.wikeo.be www.pac-huywaremme.be

Mouvement des Jeunes socialistes de Flémalle

Tente de sensibiliser les jeunes de 16 à 30 ans à la citoyenneté et aux valeurs socialistes.

Celine.devette@hotmail.com

Nouvelle Bibliothèque publique « Les contes de Hainaut »**Novelas asbl**

a pour vocation d'assurer la promotion de ses artistes ainsi que de la langue française.

www.novelasasbl.eu

Œuvre Fédérale Les Amis des aveugles et malvoyants asbl

L'association s'occupe du centre de formation de chiens guides, du cinéma adapté, d'une maison de repos adaptée, d'un centre de transcription braille.

www.amisdesaveugles.org

Oggi Pasta

Délicieuses pâtes fraîches réalisées de manière artisanale dans le respect de la tradition italienne. Pour la fabrication des pâtes, des sauces et des condiments qui les accompagnent, uniquement produits frais utilisés.

Planning Familial „ Le 37“

A pour mission de soutenir la vie affective, relationnelle et sexuelle.

www.le37.be

Phaze Armée Collectif

Groupe musical Rap

Nico.vanho@gmail.com

Plan de Cohésion Sociale – Solidarité Marexhe (AIGS)

Maison Intergénérationnelle – Axe 4 Plan de Cohésion Sociale – vise au retissage des liens sociaux intergénérationnels et interculturels.

www.aigs.be - solidaritemarexhe@aigs.be

Plateforme des Aînés de Thuin

Atelier batellerie – économie locale

info@penichefeerique.be

Présence et Action Culturelles – Namur

Mouvement d'éducation permanente et populaire qui promeut et défend la justice sociale, l'égalité, la solidarité et la fraternité. Mouvement culturel qui a choisi d'agir par la culture.

www.pac-namur.be sylvie.gerard@pac-namur.be

Présence et Action Culturelles régional de Thudinie

Actions de sensibilisation dont porteurs de paroles „ La retraite, qu'en faire ? ”

www.pac-thudinie.be

Regarde Ailleurs asbl

Mise en place de projets artistiques à caractère social. Le projet VIEUX est un projet collectif qui allie la photographie, la vidéo, la bande dessinée, les témoignages sonores et une réflexion anthropologique sur la vieillesse et sa représentation.

www.vieuxlesite.com valerie.villieu@orange.fr

Résidence Léopold à Mons**Royal Photo Club d'Amay**

Promouvoir la bonne photographie et la rendre accessible à tous

www.photoclubamay.net

SABAM

Société Belge des Auteurs, Compositeurs et Editeurs. Elle a pour objet la perception, la répartition, l'administration et la gestion de tous les droits d'auteur en Belgique et dans les autres pays où sont conclus des contrats de réciprocité.

Sainte Walburge asbl

Aide aux plus démunis, émancipation, insertion sociale, intégration

swlb@skynet.be

Service Communal de Prévention

Un des objectifs du service est de privilégier les relations intergénérationnelles et interculturelles dans nombre de quartiers hutois.

www.prevention-huy.be

Service Jeunesse de Péruwelz

Le Service Jeunesse de la Ville lutte contre l'oisiveté des jeunes, favorise le contact entre les différentes générations et développe la créativité en partenariat avec les enseignants. Il lui incombe aussi la gestion du Conseil Communal des Enfants.

www.peruwelz.be

Service du Plan de Cohésion Sociale

Le Plan de Cohésion Sociale vise à soutenir les communes wallonnes qui s'engagent à promouvoir la cohésion sociale sur leur territoire en répondant à deux objectifs primordiaux que sont le développement social des quartiers et la lutte contre toutes les formes de précarité, de pauvreté et d'insécurité au sens large.

www.peruwelz.be

Service Seniors

Le Service Seniors, au niveau des mouvements patriotiques, a un devoir de mémoire. Il organise commémorations, noces d'or, de diamant et de brillant ; il met en place des activités récréatives et conviviales pour divertir les personnes âgées parfois isolées. Il gère aussi le CCCA.

www.herstal.be – costantini.loredana@herstal.be

Speculoos, ludothèque intergénérationnelle

Speculoos réalise les missions d'une ludothèque en prenant en compte l'aspect intergénérationnel. La ludothèque accueille tous les publics pour jouer sur place.

ludo.speculoos@molenbeek.irisnet.be

Sylvie Godefroid

Romancière, poète, parolière, s'installe inexorablement dans le paysage des Lettres belges. Certains la décrivent déjà comme la nouvelle Dame de cœur des mots d'aujourd'hui, d'autres en parlent comme d'une femme ayant une sensibilité à fleur de prose.

www.sylviegodefroid.be

Texas Dream Country Dancers

Enseigner les danses country aux amateurs de 9 à 99 ans

Jean-luc.vielvoye@gmx.com

Théâtre de la Valette

La Valette, c'est une atmosphère de culture, un îlot de convivialité. Depuis 1988, Léonil Mc Cormick relève ce défi. Chaque année, le programme de la saison théâtrale est une véritable alchimie aux composants très complexes. Il faut allier la curiosité, l'intelligence, la sensibilité et le plaisir du spectateur.

<http://www.lavalette.be>

The Old Band

Sous la houlette de Michel Mary, à l'honneur au parc des Colombophile pour danser et fredonner des chansons populaires.

The soutien georges and the wonder « Brassens »

Après avoir grandi au son de tonton Georges, et après avoir usé leurs guitares sur ses chansons dans les fêtes de famille, Philippe, Cédric et Stany se sont réunis avec l'envie de jouer Brassens. Pour leur plaisir d'abord et ensuite pour ceux qui ont envie de réécouter et de se rappeler la verve, l'humour et les histoires du Sétois. Deux guitares et une contrebasse ; venez découvrir ou redécouvrir, écouter ou chanter Brassens avec Soutien Georges ! Un authentique voyage dans le temps !

Together asbl

Together est une association dont l'objectif est la promotion sociale, juridique et sportive pour l'égalité des chances des personnes présentant une problématique de santé mentale afin de renforcer leur participation à la vie de la société civile.

www.together-belgique.be

Tong Ghuo-Zhing

D'un père chinois et d'une mère belge, comédien et musicien, Tong Ghuo-Zhing écrit depuis l'âge de 12 ans des poèmes et publie en 1978 son premier recueil de poésie. Il présente son nouvel ouvrage *Les traces apaisantes, merveilleuses et indéfinies d'une nature appelée amour...* Les nouveaux départs, les espoirs déçus, les virages de la vie voulus ou subis.

Tram 33

Blues-Folk-country, du Mississippi aux grands lacs du Canada, des textes en français, en flamand, en Labrador...Des compositions, des impressions, des sentiments. Groupe né dans les rues de Bruxelles, un tram particulier qui vous emmène dans un voyage imaginaire.

pitagami@gmail.com

Tu dis Jeunes

Service d'aide aux jeunes et aux familles

tudisjeunes@chu-charleroi.be

UCP – Mouvement social des aînés

L'UCP (Union Chrétienne des Pensionnés), mouvement social des aînés, a pour mission d'encourager la participation et l'engagement des aînés dans la vie sociale, culturelle, économique et politique

www.ucp-asbl.be

Université du Temps Disponible asbl

A pour but d'organiser les activités de loisirs des personnes disposant de temps libre et de favoriser leur enrichissement intellectuel et culturel.

www.utdhuy.be utd@huy.be

Vie féminine asbl - Liège - namur

En créant des lieux de rencontre ouverts à toutes, Vie Féminine donne aux femmes l'occasion de s'exprimer, de tisser des liens de solidarité, de prendre conscience de ces injustices et de les dépasser.

www.viefeminine.be responsable-liege@viefeminine.be

Villa Urquiza

Dans le cadre des activités de Flic Flac Danse, le club situé à Bruxelles, pratique et partage la culture du tango traditionnel de Buenos Aires dont respect, interprétation musicale, élégance et convivialité sont l'expression.

www.clubtango.be

VilleenLiens asbl

L'association a pour but de générer de l'intervention, de l'animation, des services à la population de quartiers fragilisés, toutes tranches d'âge confondues.

Asbl.villeenliens@gmail.com

Vivre Chez Soi

L'asbl « **Vivre Chez Soi** » coordonne sur la commune de Watermael-Boitsfort un service d'aide aux familles dont le principal objectif est le maintien à domicile des personnes âgées et handicapées.

www.memoire-vive.be - www.vivrechezsoi.be

Volont'R

Développer la citoyenneté responsable des jeunes au travers de l'engagement volontaire et de l'implication dans un projet à but social et/ou humanitaire.

www.volontr.be ambroise@volontr.be

Youplaboum asbl

Youplaboum est un centre d'expression et de créativité qui met en place de nombreux ateliers pluridisciplinaires. Une fois par mois, rencontre entre les « grands » du Youplamini et les résidents du home « Le Sagittaire ».

www.youplaboum.be

Zazimut

ZAZIMUT ASBL vise à promouvoir, soutenir et faciliter les échanges artistiques, culturels et intellectuels. Ont présenté en mai à Schaerbeek et St Josse « Femmes en mouvement dans l'espace urbain ».

<http://zazimut.blogspot.com>

