Les échos de CITOYENNAGE

Le journal de la citoyenneté des personnes âgées

Citoyennage Ile-de-France

Citoyennage Auvergne

Édito

Ce premier numéro est tout d'abord l'occasion de vous souhaiter tous nos voeux pour 2017 et de vous présenter les synthèses des colloques Citoyennage organisés en 2016 : un grand merci pour votre implication !

Janv. 2017 - numéro 13

CITOYENNAGE La parole des personnes âgées projet initié par AD-PA avec le soutien CNSA Fondation de France VAL de MARNE

Cette année, les résidents d'Île-de-France et de Bretagne se sont posés la question du lien entre les générations, quand ceux d'Auvergne et de Rhône-Alpes se sont interrogés sur la liberté en établissement.

Le soutien de la CNSA, de la Fondation de France et du Val de Marne nous permet par ailleurs de développer la démarche partout en France : l'année 2017 signera ainsi les premiers colloques dans de nouvelles régions.

En bref : une nouvelle année porteuse de beaux projets et d'échanges animés !

Romain Gizolme
Directeur AD-PA
Chef de projet Citoyennage
Anne Béguin
Coordinatrice Citoyennage

Sommaire

Les thèmes 2016 page 3
Synthèses des colloques Citoyennage 2016

Colloque Ile-de-France page 4
Quels repères pour nos jeunes aujourd'hui ?
Comment être plus heureux tous ensemble ?

Colloque Rhône-Alpes page 7
Peut-on se sentir libre en établissement ?
Que devient notre liberté et comment la garder lorsque l'on rentre en établissement ?
La liberté en établissement ... que dire ?

Colloque Auvergne page 8
L'entrée en établissement et le lien avec la vie d'avant

Colloque Bretagne page 11
Comment faire pour "rester dans le coup" ?
En établissement ? En extérieur, dans le monde ?

Revue de Presse page 12

Projet 2016 - 2018 page 18
Développer Citoyennage

Les Échos de Citoyennage n°13 - Revue gratuite éditée par l'Association Citoyennage - *Rédacteur en chef* Romain Gizolme - *Conception et mise en page* Sophie Renault ; 01 55 12 17 29 ; srenault@abcd94.fr - *Nous remercions chaleureusement les personnes qui ont participé à la réalisation de ce numéro.*

Les thèmes 2016

ILE-DE-FRANCE

Du 21 au 23 juin, le Centre de rencontre des générations a accueilli le colloque Citoyennage sur le thème : « Quels repères pour nos jeunes aujourd'hui ? Comment être plus heureux tous ensemble ? »

RHÔNE-ALPES

Le 5 juillet à la Résidence Centaurée de Bozel, s'est tenu le colloque Citoyennage. Echanges et débats riches sur le thème :
« Peut-on se sentir libre en établissement ? Que devient notre liberté et comment la garder lorsque l'on rentre en établissement ? La liberté en établissement … que dire ? »

AUVERGNE

Du 12 au 14 septembre, la Maison Saint Joseph a accueilli le colloque Citoyennage sur le thème : « L'entrée en établissement et le lien avec la vie d'avant »

BRETAGNE

Le colloque Citoyennage Bretagne s'est déroulé les 27 et 28 septembre à Saint-Brieuc, sur le thème : « Comment faire pour «rester dans le coup» ? En établissement ? En extérieur, dans le monde ? »

Colloque Synthèse

ILE-DE-FRANCE
21 AU 23 JUIN - NOUAN-LE-FUZELIER

QUELS REPÈRES POUR NOS JEUNES AUJOURD'HUI ? COMMENT ÊTRE PLUS HEUREUX TOUS ENSEMBLE ?

Dans une société en pleine mutation, les repères ne sont pas faciles à trouver.
Les difficultés de communication existent entre les générations. Le langage n'est pas toujours le même.
Pour autant, il n'y a pas de réel fossé entre les anciens et les plus jeunes.
Il faut se méfier des généralités et des stéréotypes. Nous ne nous sentons pas dépassés par les jeunes. Nous sommes toujours dans le coup ! De leur côté, ils ne sont pas tous perdus et violents, malgré l'image que renvoient parfois les médias.

Nous comprenons les jeunes d'aujourd'hui et nous sommes soucieux de leur situation. Nous devons être à leur écoute, faire attention à eux, communiquer davantage, les soutenir. Nous avons connu l'insécurité et l'instabilité avec la guerre. Ils connaissent à leur tour la précarité et l'insécurité avec le chômage.
La société a beaucoup évolué. La vie de famille n'est plus la même. L'éducation est différente. Dans le passé, l'autorité dans la famille et à l'école pouvait être plus contraignante mais elle donnait un cadre. Aujourd'hui, les jeunes ont plus de liberté et d'indépendance mais ils peuvent manquer de repères. Certains peuvent être désillusionnés, désoeuvrés et désorientés, au risque d'être séduits par des idéologies dévastatrices. Pour combattre cela, il faudrait réduire les inégalités et restructurer certains quartiers pour qu'ils soient plus humains. Il faut mélanger les populations plutôt que de les laisser se renfermer sur elles-mêmes.

Par ailleurs, les jeunes font preuve de dynamisme pour les causes qui les mobilisent. Nous l'avons constaté à travers leur engagement autour des valeurs de la République après les attentats, ou dans les manifestations « Nuit Debout ». Leur vitalité est source d'espoir.

La vie a beaucoup changé. Les jeunes sont très à l'aise avec les nouvelles technologies, ce qui leur donne une ouverture sur le monde. Nous craignons néanmoins que certains soient trop absorbés par internet et les réseaux sociaux et ne s'enferment dans une certaine addiction avec un risque de repli sur soi. En revanche, ils peuvent

nous aider dans la compréhension de ces nouveaux modes de communication. En effet, il est important de vivre avec son temps qui évolue très vite. Il serait d'ailleurs souhaitable que les établissements proposent du matériel informatique et des initiations car la demande se fait de plus en plus sentir, et cela nous permettrait de mieux communiquer avec les plus jeunes de nos familles (photo par mail, webcam…).

L'ouverture sur le monde passe aussi par le témoignage et les explications des plus âgés. Nous avons des connaissances et de l'expérience dont les jeunes peuvent profiter. Ils considèrent, d'ailleurs, souvent ces témoignages comme instructifs. Ils trouvent étonnant, par exemple, que l'Europe ait produit deux guerres en un siècle. Nous avons donc un rôle important de transmission. L'Histoire et les valeurs doivent être partagées pour éviter que les erreurs du passé ne se répètent.

Les ainés possèdent des atouts comme « la sagesse », c'est-à-dire l'habitude de prendre du recul et faire preuve de patience. Nous sommes également disponibles, à l'écoute, ce qui peut faciliter la communication. Mais nous devons aussi ne pas nous prendre trop au sérieux, garder notre espièglerie et notre enthousiasme.

Par rapport à notre génération, les jeunes sont plus libres. Ils s'émancipent davantage avec un désir de s'affirmer. Cela peut nous déstabiliser, parfois, mais il faut leur faire confiance. Même s'ils ont des échecs, ils savent apprendre de leurs expériences.
Nous devons aussi faire preuve de patience pour répondre de manière posée à leurs interrogations.
Il parait donc essentiel qu'entre jeunes et anciens nous conservions des relations harmonieuses, profitables aux uns comme aux autres avec nos différences.

Nous attendons des jeunes qu'ils se montrent respectueux à notre égard, qu'ils reconnaissent la valeur de notre expérience. De notre côté, nous devons les accepter et les aimer tels qu'ils sont, ne pas les critiquer, ne pas chercher à les contrôler, ni leur imposer notre façon de voir. Il faut construire des liens d'amitié et de confiance.

Nous devons développer la communication et les rencontres. Il nous faut alimenter la curiosité naturelle des jeunes et maintenir la nôtre en éveil pour aller les uns vers les autres.

Au sein des familles, nous devons donner l'exemple, pouvoir servir de modèle. La famille doit offrir un équilibre et des bases solides. Il est important que les parents soient présents et réellement disponibles. Les grands-parents et arrière-grands-parents gardent un rôle à jouer pour aider les plus jeunes à prendre leur envol. Leur amour est essentiel.

En maison de retraite, nous voyons souvent nos enfants, mais beaucoup moins nos petits-enfants et arrière-petits-enfants. Il est important que les établissements soient attractifs et favorisent leur venue.
Il faut aussi développer les échanges intergénérationnels avec des enfants de tous les âges, jusqu'à l'adolescence.

Nous pouvons aussi participer à la « formation » des jeunes générations. En établissement, il nous arrive en effet d'aider les jeunes employés ou stagiaires à bien concevoir leur travail. Auparavant le compagnonnage permettait aux anciens de former les plus jeunes. Aujourd'hui, il faudrait retrouver une « Ecole de la vie ».

En conclusion, bien communiquer est essentiel pour éviter l'exclusion des uns ou des autres.
Dans une société aujourd'hui plus individualiste, la solidarité doit rester une valeur majeure.

Dans le monde actuel, les différentes générations doivent mettre en commun leurs intelligences et leur humanité pour apprendre les uns des autres et construire ensemble une société plus accueillante.

Comme disait Edmond About : « Nous sommes les héritiers de tous ceux
qui sont morts, les associés de tous ceux qui vivent, la providence de tous ceux qui naîtront ».

Citoyennage Ile-de-France

Colloque Synthèse

RHÔNE ALPES
5 JUILLET - BOZEL

PEUT ON SE SENTIR LIBRE EN ÉTABLISSEMENT ? QUE DEVIENT NOTRE LIBERTÉ ET COMMENT LA GARDER LORSQUE L'ON RENTRE EN ÉTABLISSEMENT ? LA LIBERTÉ EN ÉTABLISSEMENT... QUE DIRE ?

Le 5 juillet 2016, les résidents de la Résidence La Nivéole d'Ugine, de la Bailly de La Bathie, des Cordeliers de Moutiers, de Claude Léger d'Albertville, de Notre Dame des Vignes d'Albertville et de le Centaurée de Bozel se sont réunis pour échanger sur le thème « Peut on se sentir libre en établissement ? Que devient notre liberté et comment la garder lorsque l'on rentre en établissement ? La liberté en établissement… que dire ? »

Chaque établissement, ayant travaillé au préalable sur le thème défini, a mis en commun les idées principales de chacun.

Lorsque nous entrons en établissement, nous sommes conscients des contraintes liées à cette nouvelle vie en collectivité. Nous nous sentons bien, nous nous sentons en sécurité. Heureusement, les établissements ont fort évolué.

Quelques-uns dirons que la maison de retraite est parfois un passage obligé et d'autres se sentent comme chez nous.
Nous sommes libres de sortir. Et fort heureusement, sinon nous deviendrions « gaga ».

Le sentiment de manque de liberté s'adresse plutôt à notre corps. Nous parlons ici plus de contraintes, nous avons moins, d'envies. Le plus difficile, c'est de s'habituer à son âge au fil de la vie…
Les contraintes, c'est de respecter les horaires,… mais nous savons qu'il peut y avoir des arrangements.

Alors oui, nous sommes LIBRES.
La liberté, c'est avoir la capacité de choisir. Parfois même, nous choisissons de ne rien faire. Nous nous sentons libres de rester dans notre chambre ou de pouvoir faire des promenades autour de la maison, participer aux sorties proposées. Nous aimons participer aux animations de notre choix.

Nous sommes libres de nos mouvements…. Ou… sommes limités par notre propre corps (difficultés de se déplacer, de se nourrir seul, de se laver…). Soit, la liberté, c'est faire ce l'on veut quand on peut.
Nous sommes aussi libres de recevoir nos amis, nos familles
Nous nous sentons libres de discuter avec les autres.

En conclusion : « il y a toujours une part de contraintes dans nos libertés…»

Colloque Synthèse

AUVERGNE
12 AU 14 SEPTEMBRE
LEZOUX

L'ENTRÉE EN ÉTABLISSEMENT ET LE LIEN AVEC LA VIE D'AVANT

Avant l'entrée

On entre souvent en Maison de Retraite du fait d'un besoin d'aide à l'autonomie, conséquence d'un incident médical, ou pour rompre la solitude. On est alors pris au dépourvu. Nous sommes rares à faire le choix d'entrer. Mais faire du feu dans la cheminée avec une chaise et une canne, non merci !!

Comment se préparer ?

Le jour de l'entrée, c'est l'inconnu… On se retrouve perdu. Petit à petit, on découvre alors la vie quotidienne d'une maison de retraite, mais c'est très long. Le pion se déplace lentement. Quand l'entrée est choisie, on a le temps de préparer son trousseau et de l'étiqueter.
Attention à ne pas trop se faire d'idées avant, elles peuvent être fausses. On peut appréhender d'avoir toujours tout à demander et de perdre une part de sa liberté.

Il y a quand même un apprentissage de la vie en communauté à faire.

Conseils pour se préparer à entrer :

Savoir que ça coûte cher et qu'il y a peu de places.
Comment choisir ?

- Se renseigner sur les conditions de logement de plusieurs établissements
- Le mieux c'est d'aller visiter, voir l'ambiance, le programme d'animation. Peut-on s'inscrire sur listes électorales ?
- Pouvoir faire un essai (court séjour ou même demi-journée). Savoir que l'on a le choix de changer d'établissement si ça ne va pas.

- Les visites de pré-admission : visite avec un représentant de la maison de retraite pour avoir des explications. « Ça rassure ».

Le mieux, c'est d'anticiper son entrée.
« Prendre la décision m'a beaucoup aidé et ça a soulagé mes enfants ». C'est mieux d'en parler avant, avec la famille.

L'entrée : le lien avec la vie d'avant

Le départ peut être déboussolant. C'est un changement.

Les avantages de la vie en Maison de Retraite : ne plus avoir à cuisiner, avoir de la compagnie, des repas équilibrés et la sécurité médicale. Tout change, on est libéré de toute contrainte et on peut se sentir disponible.

Les inconvénients de la vie en Maison de Retraite : on ne peut plus faire autant qu'à la maison. En établissement, tout est chronométré… On vit avec les autres. On doit s'adapter à l'organisation de l'établissement.

C'est difficile de dire au revoir à son chez soi, de se séparer de sa maison, ses meubles, sa voiture, ses bouquins. « J'ai proposé d'offrir mes livres aux gens que je connaissais. Cela m'a permis de mieux accepter mon entrée, en me disant que mes livres vivraient ailleurs ». On peut emporter quelques affaires personnelles mais on ne peut pas emporter tout son « bazar ». On souhaite ne pas laisser ses animaux. Que vont-ils devenir ? Ils dépendent de nous…

Parfois, la famille, les amis, les voisins promettent de venir régulièrement. Nous pouvons garder le contact grâce au téléphone, voire internet : « nous ne sommes pas des sœurs cloîtrées ».

Il y a un avant et un après.

L'adaptation : comment atténuer les possibles difficultés ? ce qui facilite l'adaptation

On rentre dans une vie qu'on apprend à connaître au fur et à mesure. Il faut du temps. Je me suis dit : « voilà un jour de passé. Demain sera différent ».
L'accueil, il doit être agréable :

- Etre bien reçu, avec le sourire autour d'une discussion, avec gentillesse, et politesse. Ça compte beaucoup.
- Un sourire, une poignée de main des personnels, ça fait plaisir.
- Le personnel est un soutien au moment de l'entrée. Il apporte réconfort et sécurité. Il est difficile de savoir le rôle de chacun. Un badge avec le prénom, et une photo de l'ensemble du personnel peuvent nous aider à nous repérer.
- A l'entrée, nous pouvons avoir des questions. C'est bien de savoir vers qui se tourner comme un porte-parole : résident référent de l'accueil et les représentants du Conseil de la Vie Sociale.
- Le livret d'accueil ? Nous n'avons pas souvenir de l'avoir lu. Dans certains établissements, un plan de journée est affiché. Un guide simple qui résume les informations les plus importantes pourrait être à notre disposition. Attention : écrit en gros caractères !!!

- Un pot de l'amitié avec des résidents volontaires pour accueillir, ça met à l'aise. Toutefois, il ne faut pas l'imposer.
- Parfois on se rend compte à table qu'il y a une nouvelle personne. On se dit : « c'est qui celui-là ! ». Une affiche peut nous informer de l'arrivée d'un nouveau résident. Elle doit être située dans un lieu de passage, avec un mot de bienvenue nommant la personne : « Les Résidents, la direction et le personnel souhaitent la bienvenue à M. ou Mme X ». Mais certains ne peuvent lire l'affiche. Une présentation à table reste plus conviviale.
- Il est appréciable de recevoir un cadeau de bienvenue : un bouquet de fleurs, ou encore un objet fabriqué par les résidents. C'est un geste d'amitié.
- Personnaliser sa chambre permet de créer un chez soi. Le fait de pouvoir avoir des photos chez soi, exposées, ça donne le moral, c'est comme si on était avec la famille. Pour ne pas dégrader les murs, certains établissements posent des tringles pour accrocher des tableaux, des photos.

Conclusion :

Entrer en Maison de Retraite, c'est comme traverser un pont entre deux rives. C'est un lieu pour une autre vie. La vie continue.
« Si tu ne peux pas courir, marche. Il y aura toujours une Maison de Retraite pour t'aider».
« La vie est un livre. Il faut tourner les pages pour avancer et parfois se résoudre à finir un chapitre que l'on a adoré ».

Citoyennage Auvergne

Colloque Synthèse

BRETAGNE
27 ET 28 SEPTEMBRE
SAINT-BRIEUC

COMMENT FAIRE POUR "RESTER DANS LE COUP ?" -EN ÉTABLISSEMENT ? -EN EXTÉRIEUR, DANS LE MONDE ?

Créer du possible c'est être en action dans sa vie quotidienne

L'attention aux autres, l'écoute, ne pas imposer mais proposer ; donner du désir.
L'aide aux autres.
Il faut du temps pour s'habituer et accepter une vie collective. C'est peut être difficile.
Il y a du monde et les aspirations ne sont pas toujours prises en compte.

Les groupes de parole

C'est un moyen pour mieux se connaître, s'informer sur divers thèmes et les groupes de paroles permettent d'exprimer ce que nous avons vécu.
Créer des boites à idées.

Accepter les refus et s'interroger sur les raisons du refus

Redire autrement ; ne pas se décourager quand il faut reformuler, prendre le temps d'écouter.
Il faut avancer au rythme de chacun. Connaître la personne pour mieux la comprendre, ce qui amène à échanger sur les attentes nottament à l'arrivée.

Rester éveillé afin de ne pas être que consommateur

Être acteur de sa vie personnelle et en collectivité. Être en état d'acceptation qui peut être un travail lent. Savoir vivre ensemble et unis, réfléchir sur les problèmes que nous avons vécus et intéresser les autres.

Ouvrir la residence vers l'exterieur

S'ouvrir et développer le bénévolat, s'ouvrir aux écoles, à la jeunesse, aux étudiants.

Mieux conserver son independance

L'accessibilité extérieure rend difficile les sorties pour se promener, faire ses courses. Il est important de solliciter les mairies pour résoudre ces problèmes.
Aider les personnes les plus handicapées et soutenir leur raison de vivre.

En periode difficile

On peut être dans l'incapacité de s'ouvrir aux autres, on a besoin que l'on s'adapte à soi, on peut avoir besoin d'aides extérieures exemple : un psychologue.

Conclusion

Se donner le droit d'être heureux permet d'apporter du bonheur aux autres et donner du désir

Citoyennage Bretagne

Article Hospimédia
le 28/04/2016

HOSPIMEDIA
L'actualité des territoires de santé

Le programme Citoyennage prévoit pour ses vingt ans un large déploiement soutenu par l'AD-PA

Née en 1996 en Île-de-France, la démarche Citoyennage devrait prendre de l'ampleur. Actuellement, une cinquantaine d'établissements dans cinq territoires — correspondant aux régions avant le 1er janvier 2016 — ont adhéré à ce programme. "Avec les soutiens financiers de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) et de la Fondation de France, Citoyennage va se déployer sur l'ensemble du territoire", annonce à Hospimedia Romain Gizolme, directeur de l'AD-PA.

Son association porte le programme depuis son origine et vient d'avoir la confirmation de l'engagement des deux financeurs.

Reposant sur le principe de la démocratie, Citoyennage consiste à donner la parole aux personnes âgées en établissements et à domicile. Le programme veut leur permettre de "rester des citoyens à part entière" en leur donnant les rênes de l'organisation d'un colloque annuel de deux ou trois jours. Pour encourager l'évolution de Citoyennage, des réunions d'information s'organisent d'ores et déjà dans les régions qui n'ont pas encore adhéré au dispositif. C'est le cas notamment de l'Aquitaine-Limousin-Poitou-Charentes (ALPC). Romain Gizolme est ainsi intervenu lundi 25 avril à Bordeaux pour promouvoir le programme en Aquitaine. Le choix a été fait de garder les anciennes régions pour déterminer les lieux des colloques. Il a aussi rappelé que la démarche repose sur les personnes âgées car elles "sont les meilleures expertes pour parler de leurs attentes et besoins". Les âgés parties prenantes interviennent en leur nom pour faire partager leurs expériences lors du colloque mais aussi à l'occasion des réunions de préparation organisées dans les établissements.

Citoyennage complète l'action des conseils de la vie sociale (CVS) et participe également à l'amélioration des pratiques professionnelles. Pendant les colloques, un temps d'échange dédié aux professionnels est d'ailleurs prévu. À l'issue des différentes manifestations, des propositions concrètes permettant d'améliorer le quotidien des résidents sont émises. C'est ainsi qu'en Île-de-France, par exemple, des résidents ont mis en place dans leur établissement un comité d'accueil pour encourager l'intégration des nouveaux venus.

Quelques thèmes développés dans les rencontres Citoyennage
Les sujets abordés au fil des ans dans les colloques citoyennage sont toujours d'actualité :
• 2001 : quelle place pour la personne âgée dans la société aujoud'hui ;
• 2004 : l'animation et la vie sociale ;
• 2006 : la place et l'action de la famille, les liens avec l'entourage ;
• 2009 : rester citoyen en maison de retraite, comme on l'était avant ;
• 2010 : garder l'esprit ouvert... pour continuer de s'épanouir ;
• 2011 : dépendance et dignité ;
• 2012 : bien vivre son âge avancé en établissement.

Lydie Watremetz

Des résidents d'EHPAD affirment leur citoyenneté

Comment rester un citoyen actif tout en vivant en maison de retraite? Voilà une bonne question abordée avec des résidents, au sein même des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (EHPAD), lors de colloques proposés par l'association « Citoyennage ».

L'occasion de donner la parole à des pensionnaires souvent déterminés à conserver une réelle emprise sur la société environnante. Or si la parole libère, elle est également utile pour tous ceux qui ont à cœur d'améliorer l'accompagnement des personnes âgées au quotidien…

Quand les âgés s'expriment, les professionnels écoutent

Présente depuis 12 ans en Ile de France, et désormais dans de nombreuses régions, l'association « Citoyennage » parcourt les EHPAD afin de recueillir la parole des personnes âgées:

« Parce que l'on reste citoyen toute sa vie et que l'âge et le handicap ne constituent pas un frein à la libre expression et au libre arbitre, expliquent les organisateurs de ces colloques en établissement. Notamment en raison du fait que « s'exprimer, s'informer, échanger et s'enrichir d'expériences nouvelles permet d'améliorer la qualité de vie au quotidien dans les établissements et au domicile. »

« Des points de vue qui deviennent force de propositions »

Ainsi, au fil de réunions régulières organisées au sein des maisons de retraite, les résidents sont amenés à choisir le thème qu'ils souhaitent aborder. Ils ont ensuite tout le loisir de pouvoir s'exprimer sur la question, en compagnie du personnel de l'établissement et des professionnels extérieurs venant à l'occasion d'un colloque programmé sur deux à trois jours.

Ce qui reste le meilleur moyen d'exercer sa citoyenneté et de garder sa place dans la société d'aujourd'hui. Parmi les thèmes abordés, celui du bonheur semble récurrent.

Comment être heureux en maison de retraite?

A cette question essentielle, les résidents d'un EHPAD d'Auvergne* ont répondu:

« Quand on est préparé à entrer, c'est plus facile d'être heureux en établissement. Quand on vous dit vous ne pouvez plus rester chez vous, il faut se cramponner et accepter que l'on ne peut faire autrement. »

« Le bonheur ça dépend des personnes qu'on fréquente et des affinités : certains se construisent une nouvelle famille. On attend des professionnels qu'ils soient : à l'écoute, d'humeur égale, qu'ils viennent quand on sonne dans la mesure du possible. »

« Dans certains établissements, le personnel mange le week-end avec nous ce qui est très agréable. »

« Les appels, les visites des proches nous donnent le sourire. Mais nous n'avons pas forcément envie de les voir ici. Il nous faut des lieux intimes pour recevoir car c'est notre privé, notre intimité. »

« Pour être heureux, il faut la santé et la sécurité avant tout. Mais être en bonne santé à notre âge, c'est beaucoup dire. Savoir qu'on peut être soigné ça contribue au bonheur, ça tranquillise. »

« Même si la liberté est limitée sur le plan physique, ça n'empêche pas de donner son avis, de faire des choix. Par exemple : être libre de participer aux animations, choisir ses vêtements…. Dire ce que l'on a sur le cœur : ça soulage… »

« L'environnement beau, très fleuri, verdoyant, ça donne envie. Les maisons de retraite ne sont plus des mouroirs. »

En somme, pour l'ensemble de ces résidents invités à s'exprimer dans le cadre d'un colloque organisé par Citoyennage en Auvergne:

« On a le bonheur que l'on se donne. On ne peut pas être heureux toute la journée. Il faut savoir chercher chaque jour un petit moment où l'on a été heureux et on en trouve. »

Ce qui constitue une véritable leçon de sagesse valable partout, à tout âge et en toutes occasions !

Article Ouest France
le 23/06/2016

Citoyennage, un concept pour les personnes âgées

Romain Gizolme, Directeur AD-PA, aux côtés de Stéphane Tillard, Directeur de maison de retraite et Correspondant départemental AD-PA 14, a présenté le concept de Citoyennage à des représentants de structures accueillant des personnes âgées.

Mercredi, le directeur de la maison de retraite de Cesny-Bois-Halbout a accueilli une réunion de l'AD-PA (Association des directeurs au service des personnes âgées). Il a été notamment question de Citoyennage.
Romain Gizolme, de l'association Citoyennage créée par l'AD-PA, a présenté la structure : « Citoyennage existe depuis vingt ans. Le mouvement est parti du centre de la France. Six régions ont adhéré au concept. Notre projet, jusqu'en 2018, est de promouvoir le concept dans les autres régions : accompagner les personnes âgées et les professionnels au développement de la citoyenneté. »

Autour de la table, quelques personnes seulement, connaissent le citoyennage. Le maître mot, c'est favoriser l'expression des personnes âgées, « libérer la parole ». Elles sont les meilleures expertes du vieillissement.Le projet est soutenu par la Fondation de France et la CNSA (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie).

Favoriser le participatif au sein des établissements, il existe déjà des instances comme le Conseil de vie sociale. Citoyennage ne souhaite pas augmenter le nombre de réunions improductives. L'idée c'est de proposer aux résidents des temps où ils peuvent échanger entre eux et avec les professionnels. Des thémes comme la solidarité, l'accueil, la joie de vivre, la dépendance et la dignité en maison de retraite ont déjà été abordés.

Romain Gizolme donne un exemple : "Dans la structure que je dirige, les résidents ont fait le choix d'accueillir eux-mêmes les nouveaux venus". Au cours des échanges qu'ils ont, ils émettent des propositions suivies d'actions correctives. Pour aller plus loin dans la démarche, Romain Gizolme vise la création d'un colloque annuel, qui réunirait les résidents des différentes structures d'accueil ou de maintien à domicile.

"Un moment privilégié où les personnes âgées pourront livrer la synthèse sur leur vécu. Une opportunité de sortir de l'établissement pour se recnontrer dans un lieu neutre. Donner leur point de vue et exercer leur citoyenneté", conclut Romain Gizolme.

Article AgeVillage.com,
le 27/06/2016

agevillage
Le site d'infos des seniors et des aidants

Edito : Citoyennage
La citoyenneté des résidents en maison de retraite

Rester citoyen jusqu'au bout, y compris en maison de retraite médicalisée (Ehpad), c'est l'enjeu de l'association Citoyennage.

En parallèle d'initiatives comme le LRI (Liberté du résident en institution) qui avait planché sur le thème "rides et amours" ou le "bien-être en institution", depuis 20 ans, Citoyennage pousse les directions des maisons de retraite à organiser la prise de parole des résidents, à favoriser leur réflexion sur des sujets qui leur tiennent à coeur, pour bien vivre dans ces lieux de vie collectifs.

Ces travaux aboutissent à un colloque dont le thème est choisi et orchestré par les résidents eux-mêmes (avec l'appui des professionnels). Ce 21 juin, l'inter-génération était à l'honneur. Les anciens se sont interrogés sur les messages qu'ils souhaitaient faire passer à la jeunesse.
« Citoyennage part du principe que les vrais experts du grand âge, ce sont les personnes qui le vivent », a rappelé Pascal Champvert, directeur de l'AD-Pa, l'Association des directeurs au service des personnes âgées, à l'origine du projet.

"Un personnel mécanique, ça ne nous intéresse pas" : voilà un des sujets creusés par Citoyennage en 2014.
Depuis 2015, l'association est soutenue par la Fondation de France et la CNSA (Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie). Elle est active dans cinq régions et vise une présence sur l'ensemble du territoire en 2018.
"Améliorer l'ouverture sur l'extérieur pour un mieux vivre dans nos maisons de retraite", sera le thème d'une rencontre en septembre en Bretagne. "L'entrée en établissement et la continuité entre le domicile et la maison de retraite", seront étudiées en Auvergne.

L'association Citoyennage, contrairement à l'AD-PA ou la Fnapaef (Fédération des associations de familles et de personnes âgées), ne monte pas au créneau politique des "restes à charge" en Ehpad, dont les budgets élevés pour les petites retraites sont soulignés cette semaine par le magazine Le Particulier.

Citoyennage parle de la citoyenneté jusqu'au bout de la vie.

Une démarche louable qui demande beaucoup d'énergie pour lutter contre l'âgisme ambiant.

Une démarche qui doit creuser la citoyenneté, la prise de parole des personnes très fragilisées, malades, désorientées.
Annie de Vivie, fondatrice d'Agevillage.com

Article Télégramme.fr,
le 03/10/2016

Le Télégramme

Île Blanche. La parole aux personnes âgées

Les professionnels apprennent et écoutent ce que les résidents ont à leur dire.

Mardi et mercredi, la Maison d'accueil de l'Île Blanche recevait le colloque "Citoyennâge", qui a pour but de donner la parole aux personnes âgées. Ce colloque s'adresse aux résidents, qui font part de leurs réflexions, et aux personnels accompagnateurs, qui écoutent et réfléchissent sur leur pratique quotidienne.

Un temps d'échanges entre résidents et professionnels

Ces journées sont donc un temps d'échanges entre résidents et professionnels de divers établissements. Les personnes participantes se sont exprimées sur les améliorations à apporter dans leurs Ehpad respectifs et ont établi une synthèse de leurs propositions, remises aux responsables. Le tour de Locquirec est venu clôturer ces journées, riches d'enseignement pour les professionnels et pour les personnes âgées, heureuses d'avoir été considérées et entendues. Parler, s'informer et s'exprimer permet maintenant aux établissements de s'organiser autour de souhaits et doléances et non plus l'inverse. Née en 1997, l'association citoyenne est présente dans de nombreuses régions. Son intention est de permettre aux anciens d'exercer pleinement leurs droits de citoyens, malgré le handicap lié à l'âge. Qui mieux qu'eux pour parler de la vieillesse et des difficultés qu'ils rencontrent dans leur quotidien. Aux professionnels, ensuite, de se charger de les atténuer.

Article Ouest France
le 04/10/2016

Citoyennage : « On veut rester dans le coup ! »

À l'instar d'autres résidents, Geneviève et Marie-Armelle ont exprimé leurs revendications.

« Les trottoirs sont impraticables pour faire des courses ou pour se promener ». À plus de 80 ans, Geneviève et Marie-Armelle, sont les porte-parole de l'ensemble des résidents d'un Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) de Saint-Brieuc.

Les 27 et 28 septembre à L'Île-Blanche, elles participaient au 4eme colloque départemental Citoyennage. « Toutes ces personnes veulent rester dans le coup, dans leur établissement et en lien avec l'extérieur », souligne Patrick Couratin de l'Association des directeurs au service des personnes âgées (AD-PA).

« Ce que les structures imposent aux personnes âgées est déjà contraignant. Ce n'est pas parce qu'on est dans le grand âge, qu'on n'a pas un avis à donner. » Le maître mot, c'est favoriser l'expression des personnes âgées, « libérer la parole ».

Parole dont la synthèse a été faite le dernier jour avec des professionnels comme les responsables d'établissements. À Locquirec, six Ehpad étaient représentés : « Notre projet est de promouvoir le concept dans le Finistère, accompagner les personnes âgées et les professionnels au développement de la citoyenneté. »

Le projet 2016-2018

Pour les 20 ans d'existence de cette démarche, l'AD-PA a souhaité étendre Citoyennage à de nouvelles régions. Un projet qui se déroulera de 2016 à 2018 avec le soutien renouvelé de la CNSA, de la Fondation de France et celui du Val de Marne. Pour ce faire, deux axes sont privilégiés dans le cadre du projet 2016-2018 : accompagner les équipes à entrer dans la démarche Citoyennage et former les professionnels à la prise en compte de la parole des personnes âgées.

Objectifs :

- Accompagner les personnes âgées et les professionnels au développement de la citoyenneté
- Augmenter la participation des personnes âgées à la démarche Citoyennage
- Faire évoluer les pratiques professionnelles
- Évaluer la mise en place de la démarche

3 phases :

1 Information

Réunions organisées pour rassembler des professionnels et promouvoir la Citoyenneté.

2 Réalisation

Groupe de travail avec les personnes âgées dans le cadre d'un colloque.

3 Évaluation

Évaluation de la démarche avant/pendant/après la participation à Citoyennage.

Le projet 2016-2018 conserve les objectifs initiaux de la démarche Citoyennage :
- Mise en place, dans les structures d'hébergement et les services à domicile, d'actions concrètes
- Développement de l'autonomie des personnes âgées par la participation aux décisions du quotidien.
- Amélioration de la qualité de vie selon les principes de l'éthique de l'accompagnement

Le projet vise enfin à :
- Une évolution des pratiques professionnelles et un enrichissement des points de vue.
- Un développement géographique de Citoyennage pour couvrir un plus grand nombre de régions,
- Une sensibilisation de la Société à la citoyenneté des personnes âgées par la diffusion des débats et des Séminaires Citoyennage aux établissements et services ainsi que dans les médias.

Au cours de l'année 2016-2017, une dizaine de réunions d'information régionales dans plusieurs villes de France sont programmées à destination des professionnels du secteur sur la question de la Citoyenneté et ses conditions d'exercice, en présentant et développant la démarche.

Cette première étape de sensibilisation consiste ainsi, suite aux réunions d'information en régions, à fédérer des structures géographiquement proches et intéressées par la démarche. Un coordonnateur se rendra également en appui au sein de ces structures pour expliquer plus précisément la démarche, aux personnes âgées elles-mêmes ainsi qu'aux professionnels et aux directeurs.

La seconde étape du projet visera à organiser, dès 2017, des débats dans chaque nouvelle région engagée autour d'un thème annuel sélectionné par les personnes âgées.

Des formations dédiées aux professionnels seront également animées pour que la parole des personnes âgées soit mieux écoutée au quotidien par les professionnels.

Ainsi l'AD-PA aidera chaque structure intéressée grâce à :
- Une assistance et un accompagnement pour la mise en place la démarche,
- Une communication classique et digitale,
- Un soutien financier pour chaque premier séminaire organisé en région,
- Une organisation de formations pour les professionnels

Les expériences antérieures ont démontré l'intérêt de la mise en place de la démarche Citoyennage pour les personnes âgées comme pour les professionnels ainsi qu'en témoigne la diversité des thèmes choisis (La vie sociale, L'ouverture sur l'extérieur, Les liens avec les profesionnels...) par les personnes âgées.

Celles-ci sont en effet désireuses d'aborder nombre de points du quotidien et participer, aux côtés des professionnels, à l'amélioration des pratiques et du fonctionnement des structures.

Vous aussi participez au développement de Citoyennage !

Prochaines réunions de présentation :

2017

Fév. Midi-Pyrénées
Mars Limousin
Mai Bretagne

Informations et Inscription à
ad-pa@orange.fr