

## ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR

### CONTRE L'ISOLEMENT, UN PROJET POUR UN LIEU DE CONVIVIALITÉ

Des enquêtes menées par le service auprès des usagers et de leurs familles, des entretiens (collectifs ou individuels) auprès des agents du service et des partenaires de terrain (institutionnels, associatifs) dans le cadre d'une démarche qualité ont permis d'identifier les difficultés des nouveaux retraités dans leur transition fin d'activité/ début de retraite : changement de rythme (absence d'organisation du temps quotidien), vie sociale moins intense, perte de l'identité sociale avec la perte du statut professionnel, baisse des moyens financiers, refus d'appartenir à la catégorie « retraité » et la lutte contre l'isolement comme axe prioritaire de la politique seniors de la ville. Ainsi l'École du Temps libre et du Bien vieillir consiste en un projet qui est un espace de convivialité et de vie, créateur de liens sociaux qui s'adresse à tous les seniors de la ville mais plus particulièrement aux nouveaux retraités en vue de les soutenir dans leur transition de fin d'activité et de début de retraite et de les aider à faire face à leur solitude et au changement. Ce lieu d'accueil, d'échanges et d'activités est animé par une quarantaine de seniors volontaires et bénévoles de la ville en partenariat avec le Service Inter-et Maintien à domicile et s'adresse également aux seniors isolés de la ville.



Garge-lès-Gonesse (95)  
Ville Membre depuis 2022

### OBJECTIFS :

- Soutenir et accompagner les nouveaux retraités dans leur transition « fin d'activité/début de retraite ».
- Lutter et rompre l'isolement de tous les seniors de la ville.
- Créer du lien social entre les seniors de différentes générations en dehors des activités habituelles.
- Permettre d'être acteur de sa retraite en développant des actions autour de thèmes qui les intéressent.

### PRATIQUE :

- Informer les seniors sur la tenue du projet.
- Organiser des réunions pour concrétiser le concept.
- Elaborer une charte bénévole, un règlement intérieur du lieu.
- Organiser une cérémonie d'inauguration.
- Elaborer et construire un planning des permanences convivialité.
- Elaborer un planning des activités organisées et proposées par les seniors bénévoles.
- Ouvrir l'école.

## DE LA CONCEPTION DE L'ÉCOLE DU TEMPS LIBRE ET DU BIEN VIEILLIR À SON OUVERTURE

Pour organiser la mise en place de l'action, il s'agissait ensuite d'informer sur celle-ci dans le cadre de la publication trimestrielle en direction des seniors de la ville : objectifs, concept, calendrier, recensement des activités souhaitées et possibles, élaboration du plan et de l'installation du site. De nombreuses réunions pour atteindre les objectifs de création du lieu et concrétisation du concept ont ensuite été élaborées, ainsi que la Charte du bénévole, du règlement intérieur de l'école du temps libre et du bien vieillir et de la convention de collaboration avec les bénévoles et du calendrier. Le plan a ensuite été finalisé, le matériel acheté et installé.

La modalité de la cérémonie d'inauguration a été définie. Un planning des permanences convivialité des quarante bénévoles a été initié et élaboré, des activités ont été proposées par les seniors bénévoles sur le premier mois d'ouverture. Un dossier presse a été constitué. Une invitation a été envoyée pour visiter l'école du temps libre et du bien vieillir. L'école a été ouverte et un document de recueil de satisfaction et de comptabilisation des visiteurs par âge, sexe, quartier de la ville a lui aussi été mis en place.

## UNE ACTION COLLABORATIVE

Il n'y a pas de partenaire financier au départ pour ce projet mais des partenaires complémentaires à l'apport des bénévoles dans le cadre des animations proposées en plus de celles proposées par les seniors bénévoles : PRIF (tremplin, alimentation, sommeil), BRAIN UP (ateliers, renforcer son système immunitaire, estime de soi, vaincre sa peur), la maison du Diabète, Rétina France (conférence prévention santé), Des soins et des liens (ateliers esthétiques), le centre Equilinda (atelier cuisine, sophrologie), l'école de la deuxième chance pour des actions intergénérationnelles. La liste n'est pas exhaustive mais non figée.

## COÛTS ET FINANCEMENTS

Le coût en investissement pour l'aménagement des locaux de l'action s'élève à 11 000 € et celui du mobilier de la cuisine, de la salle polyvalente et de l'espace accueil à 9 500 €, tandis que le coût matériel hôtelier et ateliers s'élève à hauteur de 8 000 €. Le coût en fonctionnement à l'année est de 3 000 € (café, thés, boissons fraîches, glaces, gâteaux, les produits de base pour cuisiner en fonction des ateliers cuisine initiés par les seniors). Les recettes depuis 2017 proviennent du prix de l'innovation UDCCAS (3 000 €) et de la subvention de la Fondation de France (8 000 €).

## PERSPECTIVES

L'action est pérennisée depuis 2017, car elle répond pleinement aux attentes de tous les seniors que ce soit les nouveaux retraités, les seniors isolés ou les seniors de la ville sans difficulté particulière, chacun trouve dans ce qui est proposé ce qui l'intéresse. De 2017 à 2019 en moyenne 5530 visites ont été enregistrées. En période de Covid l'Ecole du temps libre a été très importante car en dehors des deux mois de confinement le lieu n'a plus jamais été fermé, ce qui a permis à de nombreux jeunes retraités de rencontrer malgré tout des seniors, de faire des activités et de rompre leur isolement.



## APPEL À CONTRIBUTION

Si, comme Garge-lès-Gonesse, vous avez mis en place des projets pour les aînés, n'hésitez pas à nous en faire part : [contact@rfvaa.com](mailto:contact@rfvaa.com)