



## **Politique de la vieillesse en Gruyère**

Analyse de l'étude de besoins  
réalisée auprès des seniors  
gruériens à l'automne 2019



# Politique de la vieillesse en Gruyère

Analyse de l'étude de besoins réalisée auprès des seniors  
gruériens à l'automne 2019

Réalisé par :

Le Groupe de Travail « Concepts communaux en faveur des  
personnes âgées »

Liste des membres :

M. Olivier Risse (Rive droite/ Botterens) ; M. Pascal Briccafiore (Centre / Gruyères) ; M. Daniel Savary (Rive Gauche et Président de la commission des barrières architecturales) ; M. Benjamin Brülhart (Vallée de la Jogne / Val de Charmey) ; Mme Suzanne Cosandey (Intyamon / Grandvillard) ; M. Nicolas Hassler (La Sionge / Sâles) ; Mme Chantal Pythoud (Centre / Bulle – Présidente du groupe de travail) ; M. Pierre Cottier (Membre de l'association des retraités de la Gruyère, membre du comité de Pro Senectute Fribourg) ; Mme Yolande Schorderet (Cheffe du service d'aide et de soins à domicile) ; Mme Chantal Overney (Directrice du foyer de la Rose des Vents) ; M. Bertrand Oberson (Chef de projet au RSSG).

*Pour des informations supplémentaires :*  
Réseau Santé et Social de la Gruyère  
Bertrand Oberson  
Chef de projet  
026 919 00 19  
bertrand.oberson@rsgg.ch

*Date : 22 juin 2020*



# Sommaire

Édito

page 5

Une politique  
régionale de la  
vieillesse : une  
nécessité

page 6

Évaluation des  
besoins des 60 ans  
et plus en Gruyère

page 9

# Édito

## **Message du Préfet: Le maintien à domicile, l'affaire de tous !**

Le Concept Senior+ a fait du maintien à domicile une priorité. Mais ce maintien ne se décrète pas. Il se planifie, se prépare et exige l'implication d'une multitude d'acteurs. Le maintien à domicile n'est pas l'apanage de quelques institutions ou services publics, il est l'affaire de tous. C'est dans cette perspective que le Comité de direction du Réseau Santé et Social de la Gruyère (RSSG) a confié à un groupe de travail la réalisation d'une étude permettant de mieux comprendre les besoins des seniors gruériens.

Un souhait : que dans ces pages d'analyses se trouvent les impulsions propres à transformer progressivement nos villages et nos quartiers urbains en espaces au sein desquels vieillir est synonyme d'épanouissement, de qualité de vie et de solidarité.

**Patrice Borcard**, Président du RSSG, Préfet

## **Message de la Présidente du groupe de travail « Concepts communaux en faveur des personnes âgées »**

A l'horizon 2035, le nombre de personnes âgées de plus de 65 ans devrait doubler, alors que nous n'allons pas pouvoir doubler le nombre de lits en EMS. D'un point de vue économique c'est assez évident mais il s'agit aussi de tenir compte du désir des seniors qui, majoritairement, souhaitent rester à domicile. Comment se préparer à cette évolution ? Comment favoriser l'autonomie des seniors ? Ce sont les questions que se sont posées les membres d'un groupe de travail (GT) composé de représentants des communes du district et de spécialistes des différents domaines en lien avec l'accompagnement des personnes âgées. Une étude de besoin a été proposée à l'ensemble des communes gruériennes, l'analyse des résultats ci-après devrait permettre aux communes de disposer de premières indications en vue de définir les mesures prioritaires à mettre en place dans le cadre des concepts communaux en faveur des personnes âgées.

**Chantal Pythoud**, Présidente du GT

# Une politique régionale de la vieillesse : une nécessité

Le vieillissement de la population est un des enjeux majeurs de notre société. Avec le déploiement de la politique « **Senior+** » de notre canton, les districts et les communes se sont vu confier de nouvelles responsabilités et compétences dans ce domaine. La loi sur les seniors (LSen) précise que les communes disposent de 5 ans pour élaborer des concepts communaux et des mesures concrètes en faveur des seniors, soit jusqu'au 1<sup>er</sup> juillet 2021.

La nécessité de développer une politique en faveur des personnes âgées ressort tout d'abord de la Constitution du canton de Fribourg du 16 mai 2004. Les articles suivants ont permis de poser le cadre du développement et de la mise en œuvre de cette politique dans le canton :

- **Les personnes âgées ont droit à la participation, à l'autonomie, à la qualité de vie et au respect de leur personnalité (art. 35 Cst) ;**
- **L'Etat et les communes favorisent la compréhension et la solidarité entre les générations (art. 62 Cst) ;**
- **L'Etat s'emploie à la promotion de la santé et veille à ce que toute personne ait accès à des soins de qualité égale (art. 68 Cst).**

La **loi sur les Seniors** (LSen), la **loi sur les prestations médico-sociales** (LPMS), la **loi sur l'indemnité forfaitaire** (LIF), ainsi qu'un **programme cantonal** multisectoriel constituent le cadre général posé par le projet Senior+. L'art. 1 de la loi sur les seniors (LSen) présente les objectifs principaux de cette politique en faveur des personnes âgées. Ceux-ci sont aussi applicables au niveau des communes. Cette politique a pour but de veiller :

- **à l'intégration des seniors dans la société ;**
- **à la reconnaissance de leurs besoins et de leurs compétences ;**
- **ainsi qu'au maintien de leur autonomie.**

Relevons que **les défis sont nombreux : promotion de la santé, développement des liens de solidarité entre les citoyen-e-s, lutte contre les inégalités sociales, soutien aux proches aidant-e-s,...** Les communes seules ne pourront y répondre. Toutefois, de par leur proximité avec les aîné-e-s, les communes ont la responsabilité de proposer un maximum d'offres répondant aux attentes et besoins des seniors, quitte à remonter les problématiques au district, canton et Confédération lorsque cela s'avère nécessaire.

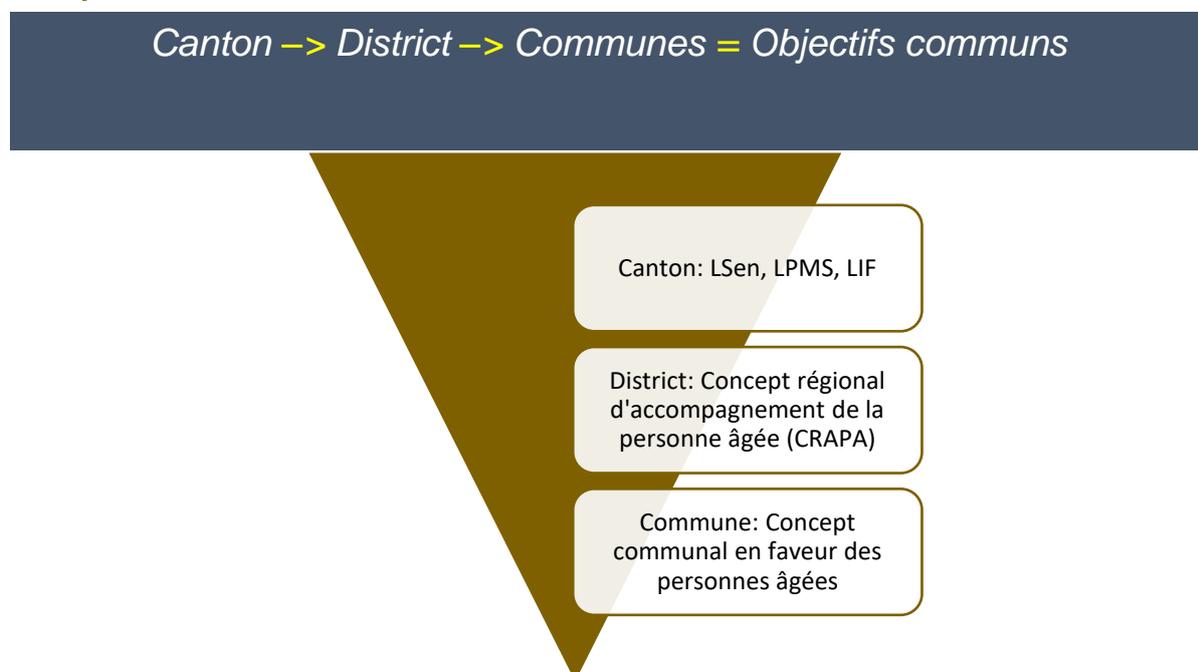
## La politique de la vieillesse : une action concertée entre canton-district et communes

La politique de la vieillesse « vise à garantir une pleine intégration des seniors dans la société. Elle s'assure par ailleurs que les seniors ne sont pas exclus ou discriminés dans l'accès aux prestations existantes. [...] Il n'y a pas de besoins spécifiques aisément identifiables pour l'ensemble des personnes dites âgées. Les situations de celles-ci sont au moins aussi diverses que celles de la population en général. Toutefois, certains besoins – pouvant se présenter à tout moment – augmentent statistiquement avec l'âge : prise en charge de la dépendance, aménagements de l'environnement, soins, lutte contre l'isolement ou maintien du lien social. Du fait du vieillissement global de la population une augmentation majeure des besoins précités est attendue. »<sup>1</sup>

Pour faire face aux enjeux d'ampleur du vieillissement, les concepts communaux en faveur des personnes âgées devront se faire de manière coordonnée entre **les communes, les secteurs régionaux et le district, plutôt que de manière isolée au sein de chaque commune**. Les projets en cours vont s'appuyer sur l'implication de plusieurs partenaires clés.

Dans ce sens, les buts de la LPMS, de la LSen et du Concept régional d'accompagnement de la personne âgée se rejoignent et se complètent afin que l'accompagnement de la personne âgée soit le plus adapté à ses besoins et lui permette de rester le plus longtemps possible autonome et à son domicile.

**Beaucoup reste à entreprendre. Place donc à l'inventivité de chacun-e. Les pistes sont multiples.**<sup>2</sup>



<sup>1</sup> VILLE DE LAUSANNE, Préavis n° 33/2018, *Politique sociale communale de la vieillesse – Plan d'action dans le cadre de l'adhésion de la Ville de Lausanne au Réseau mondial des villes-amies des aînés de l'Organisation mondiale de la santé*, pp. 3-4.

<sup>2</sup> HAGMANN H.M., *Vieillir chez soi, c'est possible*, Saint Maurice, Editions Saint Augustin, 2008, p. 84.

## **Un soutien logistique aux communes :**

Le GT « Concepts communaux en faveur des personnes âgées » a mis à disposition des Commissions seniors de chaque commune une série d'outils :

- un canevas pour établir un inventaire des offres à disposition des seniors,
- un questionnaire d'évaluation des besoins de la population des 60 ans et plus en Gruyère,
- un questionnaire d'évaluation des mesures communales existantes en faveur des seniors (inspiré du questionnaire de la Société suisse de gérontologie),
- une méthodologie afin d'organiser des démarches participatives avec les seniors,
- un listing de différentes mesures en faveur des seniors mises en place par différentes communes helvétiques ou étrangères,
- une analyse détaillée des questionnaires d'évaluation des besoins (présent document),
- un document présentant les orientations et objectifs principaux à viser ces prochaines années dans le cadre de la politique de la vieillesse régionale (document à venir).

Cette boîte à outils a pour ambition de faciliter l'élaboration par chaque commune des concepts communaux en faveur des personnes âgées.

Le présent document retrace les principaux enseignements qui se dégagent de l'étude de besoins adressée à tous/tes les seniors gruérien-ne-s durant l'automne 2019. Les Commissions seniors de chaque commune pourront compléter/amender ce document à l'aune de leurs résultats locaux.

# Évaluation des besoins de la population des 60 ans et plus<sup>3</sup> en Gruyère

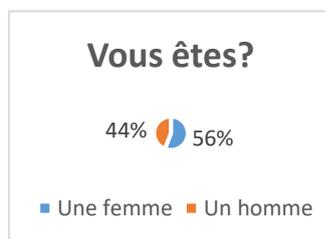
## Synthèse des questionnaires retournés<sup>4</sup>

### En préambule :

10'194 questionnaires  
envoyés

4'263 questionnaires  
retournés

Taux de retour : 42%



### Introduction :

Selon Paul Paillat<sup>5</sup>, le vieillissement de la population est le phénomène social le plus important de l'époque contemporaine et ses conséquences seront multiples dans les années à venir. Les communes gruériennes se doivent de penser leurs réponses face à ce phénomène ; l'étude de besoins lancée à l'automne 2019 apporte des premiers enseignements qui sont précieux pour l'élaboration des concepts communaux en faveur des personnes âgées.

Dans un premier temps, il est important de rappeler que **les réalités vécues par les seniors sont multiples** tant du point de vue de l'âge que des conditions sociales et sanitaires. **Ainsi, les réponses à apporter le seront également.** L'analyse de l'étude de besoins permet de se faire une image plus précise des situations vécues par la population vieillissante. Ces résultats permettront de cibler des domaines d'action prioritaires pour chaque commune gruérienne.

Une étude qualitative pourrait remarquablement compléter ces premiers résultats.<sup>6</sup> Le GT « Concepts communaux en faveur des personnes âgées » a suggéré de poursuivre l'analyse

<sup>3</sup> ENNUYER B., « À quel âge est-on vieux ? La catégorisation des âges : ségrégation sociale et réification des individus » in *Gérontologie et société*, volume 34, n° 138, 2011, pp.127-142.

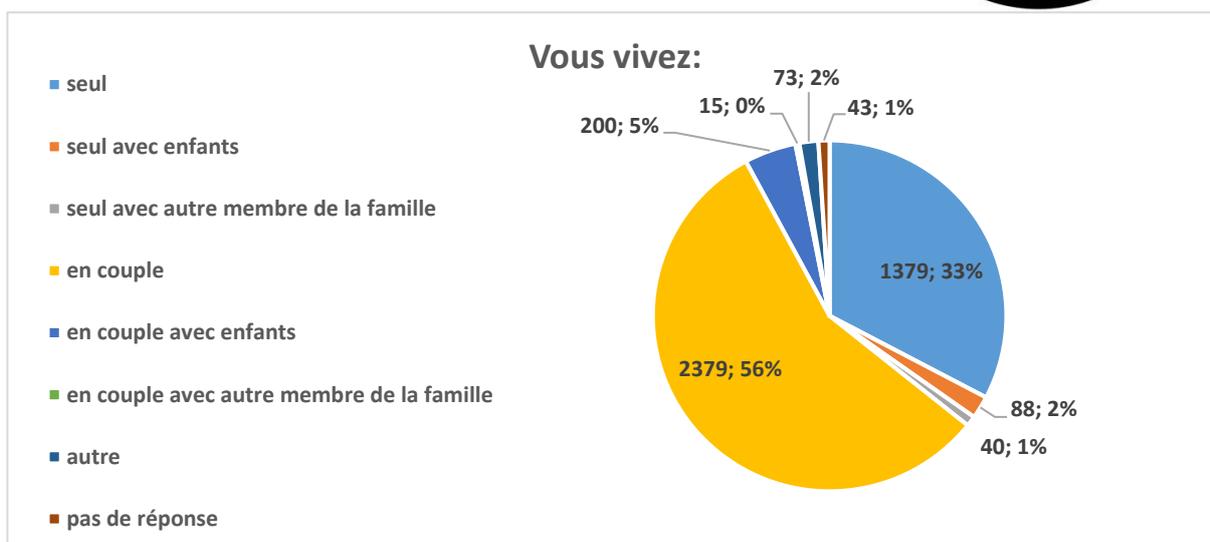
<sup>4</sup> Le lecteur pressé trouvera un très bref encadré résumant les résultats obtenus au terme de chaque question. Quant au lecteur soucieux de poursuivre les réflexions, il trouvera de nombreuses références bibliographiques dans les notes en bas de page.

<sup>5</sup> PAILLAT P., *Vieillesse et vieillissement*, Paris, Presses Universitaires de France, 1982.

<sup>6</sup> Cette étude de besoins a tendance à aplanir les différences entre les seniors, que ce soit en terme d'âge, de conditions sociales ou culturelles. Une analyse qualitative pourrait avantageusement réintroduire un peu plus de finesse dans nos propos.

en mettant en place une série de rencontres avec les seniors (World cafés<sup>7</sup>) afin de mieux tenir compte des spécificités, des ressources locales et des compétences des seniors.

### Question 1 : Profil-type des seniors gruériens :



Plus de la moitié des seniors ayant répondu au questionnaire vivent en couple (56%), un tiers vivent seul-e-s (33%). Même si le questionnaire n’abordait pas directement le sentiment de solitude, il a été évoqué spontanément à plusieurs reprises lors des questions libres. Il s’agit d’un élément fondamental de cette étude de besoin.<sup>8</sup> **Plus d’un tiers des seniors vivent seul-e-s, en cas de difficulté, il n’est pas rare qu’ils/elles n’aient personne pouvant rapidement les aider.** Dans cette logique, certains seniors ont demandé de mettre en place des visites à domicile (par les autorités, par des bénévoles ou des voisin-e-s). Par ces visites, les seniors souhaitent retrouver des liens, ils ne demandent pas, à proprement parler, de services supplémentaires.

« Le terme *sentiment de solitude* ainsi que le terme *isolement*, qui désigne le manque, voire l’absence, de véritables rapports sociaux, traduisent plutôt un état émotionnel, c’est-à-dire le

<sup>7</sup> Ces démarches participatives auraient dû avoir lieu au printemps 2020. Elles ont, presque toutes, été reportées suite à la crise du COVID-19.

<sup>8</sup> Voir à ce sujet : CHÂTEL V., *Nous ne voulons pas vivre seuls*, Toulouse, Editions Erès, 2020.

sentiment subjectif d'être abandonné, le fait d'expérimenter des sentiments négatifs et de vivre finalement une existence douloureuse. »<sup>9</sup> Vivre seul n'est pas suffisant pour se sentir seul.

A relever qu'en 2018, les 16% de la population suisse vivaient seuls.<sup>10</sup> Pour les seniors ayant répondu au questionnaire, nous atteignons le tiers (33%).<sup>11</sup> Il est important de rappeler que le fait de vivre seul augmente logiquement le risque de se sentir seul, ce n'est toutefois pas le seul indicateur. Du reste dans une étude française, il est relevé que le 15% des seniors vivant en couple se plaignent d'un sentiment de solitude.<sup>12</sup>

Evidemment, on peut vivre seul et ne pas se sentir isolé. « L'interprétation, autrefois courante, selon laquelle l'augmentation du nombre des ménages d'une seule personne relèverait d'une "singularisation" ou d'un "isolement" social apparaît erronée. Les relations sociales avec des personnes extérieures au ménage sont particulièrement importantes au temps de la vieillesse. Il est également rare que les contacts intergénérationnels disparaissent après que les enfants ont quitté le foyer de leurs parents ; généralement, l'intimité de leurs relations perdure malgré la distance. Ainsi, les enfants adultes et leurs parents conservent souvent des relations étroites, mais chaque génération dispose en général de son propre ménage privé ». <sup>13</sup> Il n'y a donc pas 33% de seniors isolés en Gruyère, loin s'en faut. La question du rôle de la famille sera reprise dans l'analyse de la question n° 2. Si l'isolement est plutôt un sentiment, certains faits objectifs peuvent toutefois accentuer cette impression. La capacité de se mouvoir facilement ou non est un facteur aggravant du sentiment d'isolement.<sup>14</sup>

Pour entrer un peu plus dans le concret, l'isolement n'est pas provoqué par les mêmes facteurs à la campagne ou à la ville. En zone urbaine, les personnes âgées se plaignent souvent des solidarités et des relations de voisinage amoindries. En zone rurale, les solidarités sont plus fortes mais c'est le manque de services du quotidien et de transports qui renforce l'isolement. De nombreuses personnes âgées se plaignent de n'avoir des relations régulières qu'avec des professionnel-le-s, en règle générale, de la santé.<sup>15</sup> En effet, les relations avec les voisin-e-s sont souvent distendues pour ne pas dire inexistantes. De cet élément, il en ressort que l'on

---

<sup>9</sup> MATTER Ch., « Le chez-soi et l'importance du passé : les rapports sociaux dans la vieillesse » in HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *Habitat et vieillissement. Réalités et enjeux de la diversité*, Zurich, Éditions Seismo, 2019, p. 183.

<sup>10</sup> <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiken/bevoelkerung/stand-entwicklung/haushalte.html>

<sup>11</sup> Pour une analyse détaillée de ces questions : HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 47.

<sup>12</sup> PETITS FRÈRES DES PAUVRES, *Solitude et isolement des personnes âgées en France. Quels liens avec les territoires ?*, 30 septembre 2019, p. 30, <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/informer/prises-de-positions/milieu-rural-ou-urbain-contre-l-isolement-des-personnes-agees-dans-les-territoires>

<sup>13</sup> ISENGARD B., *Nähe oder Distanz ? Verbundenheit von Familiengenerationen in Europa*, Leverkusen, Éditions Budrich Academic, 2018 ; SZYDLIK M., *Sharing Lives. Adult Children and Parents*, London Éditions Routledge, 2016 ; cités par HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 48.

<sup>14</sup> Cf. <https://observatoire-des-seniors.com/les-seniors-qui-sortent-de-chez-eux-tous-les-jours-vivent-plus-longtemps/>

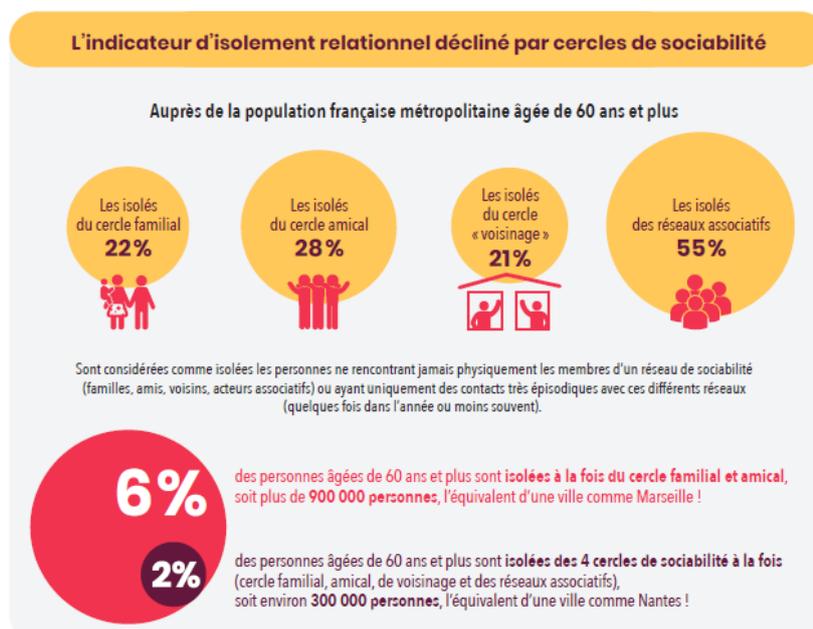
<sup>15</sup> En France, les collectivités publiques peuvent contractualiser avec la Poste afin que le facteur passe auprès de personnes isolées pour de courtes visites, ces prestations sont facturées aux communes : <https://www.lesechos.fr/2014/11/un-nouveau-role-pour-le-facteur-dans-les-services-de-proximite-298017>

ne se confie pas de la même manière à des professionnel-le-s qu'à des ami-e-s ou des voisin-e-s. On comprend ainsi mieux pourquoi une personne bénéficiant de visites régulières des soins à domicile peut se sentir, malgré tout, très seule. Pour comprendre cela, il faut rappeler qu'en vieillissant, beaucoup de personnes voient leurs réseaux de sociabilité s'affaiblir, perturbant ainsi leurs repères et leur rythme de vie.

Les raisons de cet isolement sont multiples :

- La perte d'autonomie
- La maladie
- La mort du/de la conjoint-e
- L'éloignement géographique de la famille ou l'absence de famille
- La perte du réseau d'ami-e-s
- La peur de devenir un fardeau
- La peur de sortir et de tomber
- La pauvreté.<sup>16</sup>

Pour le dire de manière simple, l'isolement peut toucher le cercle familial, le cercle amical et le voisinage, jusqu'au cumul des trois cercles.<sup>17</sup>



Tiré de : *Isolement des personnes âgées: les effets du confinement*, RAPPORT PETITS FRÈRES DES PAUVRES, juin 2020, p. 12.

<sup>16</sup> La question des coûts des transports (en particulier de Mobul) a été mentionnée à de nombreuses reprises dans les questions libres en fin de questionnaire. La précarité économique est manifestement responsable d'une partie de l'isolement de nos aîné-e-s.

<sup>17</sup> <https://observatoire-des-seniors.com/27-des-75-se-sentaient-seuls-en-2014/>

Pour une personne âgée, le fait d'être isolée et de se sentir seule<sup>18</sup> peut entraîner de lourdes conséquences comme : la dégradation de son état physique et mental, la hausse du stress et de l'anxiété, les troubles du sommeil, la dépression, les pensées suicidaires<sup>19</sup>, etc.<sup>20</sup> « Les personnes âgées vivant seules se sentent en moins bonne santé que les personnes socialement bien intégrées. Le lien de cause à effet entre la solitude ressentie et la santé subjective peut être mutuel : les maladies et les limitations fonctionnelles peuvent contribuer à la solitude, par exemple lorsque les personnes âgées ne sortent presque plus de chez elles en raison d'une mobilité réduite. Inversement, le sentiment de solitude peut, comme toute souffrance psychique, contribuer à une mauvaise évaluation de sa propre santé. »<sup>21</sup>

Pour mieux comprendre cette notion d'isolement, il faut rappeler que la retraite est une transition pas si facile à entreprendre. « La retraite constitue une étape majeure dans la vie de chacun-e. Dans une société qui voue une place importante à l'emploi, les retraité-e-s perdent leur statut de travailleur/euse. En quête d'un nouveau statut, ils et elles se confrontent parfois à des représentations sociales de la vieillesse qui les cloisonneront de plus en plus au fil de l'avancée en âge. Ces représentations sociales amèneront certain-e-s retraité-e-s à se sentir inutiles, voire un poids pour la société. Ces facteurs peuvent conduire à une détérioration de l'état de santé, à des addictions, à des dépressions, voire à des suicides. »<sup>22</sup> La difficulté étant de remplacer le travail par de nouvelles activités valorisantes. « Prendre une nouvelle place dans la société, voilà bien tout l'enjeu pour les personnes concernées par les remaniements identitaires qu'implique la transition à la retraite : **avec la fin du travail salarié, les besoins d'appartenance, de reconnaissance et d'estime de soi risquent de n'être plus satisfaits.** »<sup>23</sup>

---

<sup>18</sup> Il convient de rappeler que la vie avant l'AVS influence grandement les conditions économiques et sociales de la retraite : tant la reconnaissance et les honneurs que la souffrance et les épreuves ont tendance à se poursuivre à l'âge de la retraite.

<sup>19</sup> Pour un développement complet de la question des pensées suicidaires, se référer à : PETER CI. & TUCH AL., *Pensées suicidaires et tentatives de suicide dans la population suisse*, Bulletin Obsan n° 7, 2019, <https://www.obsan.admin.ch/fr/publications>

<sup>20</sup> <http://www.maintienadomicile-conseils.com/cadre-de-vie/la-solitude-des-personnes-agees-un-phenomene-preoccupant>

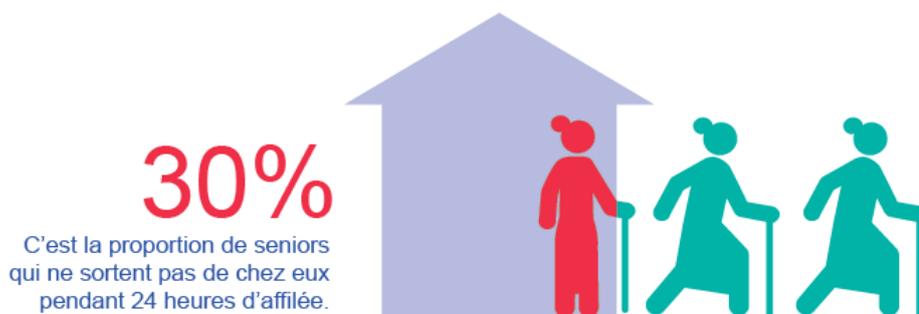
<sup>21</sup> HÖPFLINGER F., HUGENTOBLER V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 36.

<sup>22</sup> *Rapport de la Commission consultative cantonale pour le développement de la politique en faveur des personnes âgées*, Canton du Valais, Sion, 23 février 2017, p. 20.

<sup>23</sup> DUBOIS P., «Rendre visibles les compétences des seniors» in *REISO, Revue d'information sociale*, mis en ligne le 16 janvier 2020, <https://www.reiso.org/document/5445>.

Selon une étude française :

### 3 L'immobilité touche 1 senior sur 3...



Tiré de <http://observatoire-des-seniors.com/wp-content/uploads/2017/03/Infographie-Laboratoire-de-la-Mobilite-inclusive-Auxilia-10032015.pdf>

Pour revenir à la différence ville-campagne<sup>24</sup>, les personnes âgées en campagne gruérienne ayant répondu au questionnaire se plaignent de l'absence des services (commerces, banques, postes, médecins), alors que les personnes âgées habitant Bulle et ses environs se plaignent plutôt d'une absence de liens sociaux, d'échanges intergénérationnels.

Les zones rurales sont fortement impactées par le phénomène de raréfaction des services. La fermeture des guichets postaux a été évoquée à de nombreuses reprises dans la partie libre en fin de questionnaire. Les personnes âgées sont d'autant plus pénalisées qu'avec l'avancée en âge elles utilisent de moins en moins la voiture. L'accessibilité des services, des commerces apparaît donc comme une priorité absolue pour le bien-vieillir en campagne. Si ce phénomène de raréfaction des commerces et des services publics peut affecter aussi certains quartiers dans les zones urbaines, le défi est plutôt de retisser les liens de solidarité, afin d'enrayer la spirale d'un sentiment d'isolement.<sup>25</sup> Pour la ville de Bulle et son agglomération, une des priorités est de recréer des lieux de rencontre conviviaux (que ce soit par des activités culturelles ou des « maisons » intergénérationnelles).<sup>26</sup>

On le comprend donc, les politiques de la vieillesse devront se différencier, se teinter différemment entre la ville et la campagne pour être efficaces. Cela passera par des politiques touchant aussi bien l'habitat, l'aménagement urbain, la mobilité que la vie sociale et culturelle. En ville, l'aménagement de lieux de rencontres et de la vie associative (clubs des aîné-e-s, des thés dansants, des maisons intergénérationnelles, l'aménagement de places publiques

<sup>24</sup> Pour développer cet aspect, *Retraite et Société*, « Vieillesse et territoires. Défis démographiques, enjeux démocratiques. Volume II », 2018, volume 1, n° 79, CNAV.

<sup>25</sup> PETITS FRÈRES DES PAUVRES, *op. cit.*, p. 12.

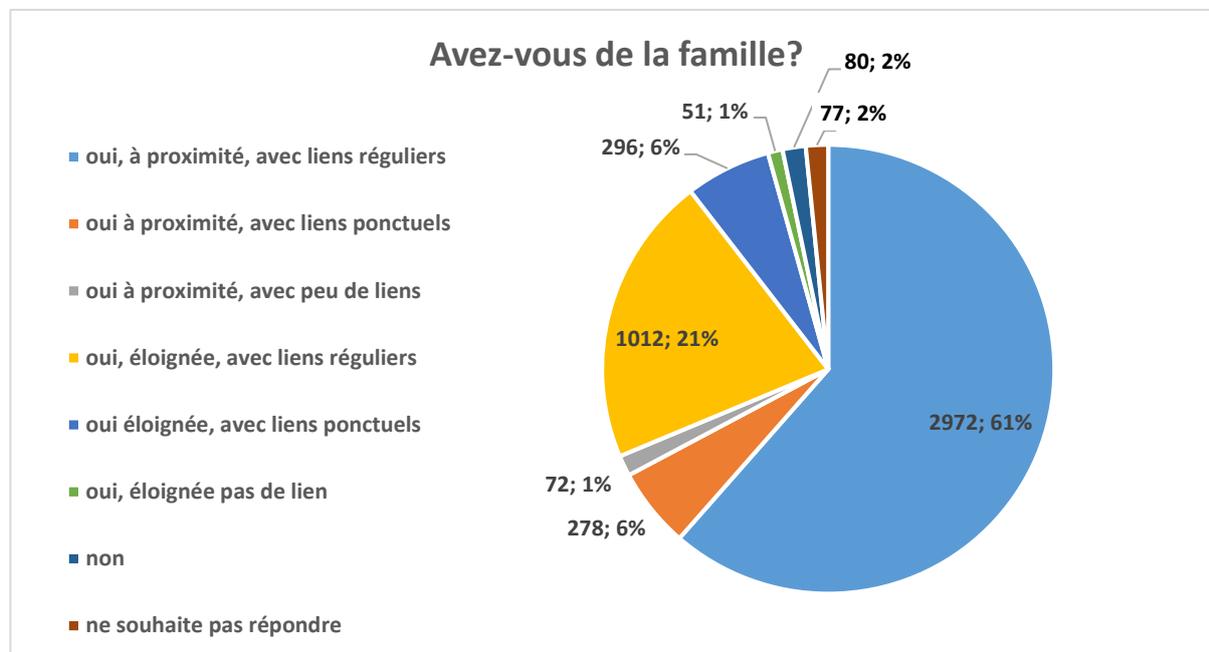
<sup>26</sup> Pour plus de détails, se référer à la question n° 5 « Insertion à la vie associative » du présent document.

au pied des immeubles,...) sera prioritaire. En campagne, il faudra faciliter la mobilité des personnes âgées et maintenir, voire faire revenir, des services aux cœurs des villages. Indéniablement, les échelles d'action doivent être communales afin de permettre aux porteurs de projets d'entrer en résonance avec les besoins réels des seniors.

**En résumé :**

L'isolement des personnes âgées est malheureusement une réalité pour une part des seniors ayant répondu au questionnaire. Il conviendra de trouver des réponses pour diminuer cet état de fait.

## Question 2 : Famille à proximité



Largement plus de la moitié des seniors ayant répondu au questionnaire ont de la famille à proximité et ont des contacts réguliers avec ces derniers/ères (61%). Les seniors n'évoquant aucune famille sont très rares en Gruyère (2%).

A noter également que lorsque les seniors reçoivent de l'aide, elle est majoritairement donnée par leur propre famille. Il convient toutefois de rappeler qu'il n'est pas toujours aisé ou envisageable de demander de l'aide à sa famille. De nombreuses observations mettent en lumière des phénomènes de négation des besoins : par peur de surcharger ses enfants, certaines personnes âgées revendiquent le fait de pouvoir se débrouiller toute seules.<sup>27</sup>

Pour un peu moins d'un quart des seniors, la famille est éloignée. On comprend qu'en cas de besoin accru, dans ces situations d'éloignement, la famille ne pourra vraisemblablement pas jouer un rôle majeur. Un petit quart supplémentaire semble ne pas pouvoir s'appuyer sur la famille en cas de coup dur : la famille n'apportant pas d'aide significative au quotidien. Une étude longitudinale nous permettrait d'évaluer le rôle à futur des familles. Il sera donc intéressant de renouveler ce genre d'études de besoins. Si aujourd'hui le modèle dominant

<sup>27</sup> Voir à ce sujet : GUEDENEY N., « Personnes âgées, comment les sécuriser ? » in *Sciences humaines*, volume 5, n° 314, mai 2019, p. 9.

s'appuie encore sur une forte solidarité familiale, ce modèle va probablement diminuer ces prochaines années<sup>28</sup>.

Les situations familiales sont en pleines mutations. « Les femmes travaillent, ce qui fait que les tâches qu'elles exécutaient auparavant pour la communauté doivent être assurées d'une autre manière. Avec la longévité, il y aura aussi davantage d'épisodes où un soutien devient nécessaire. La famille ne peut plus l'assumer seule. D'abord parce que la période pendant laquelle une personne âgée a besoin d'aide pour effectuer ses tâches quotidiennes ne cesse de s'allonger. Ensuite en raison d'un déplacement démographique : il y a moins de jeunes pour s'occuper des personnes âgées. Il faut ajouter à cela le fait que les biographies familiales sont devenues bien plus complexes que par le passé : les familles sont souvent recomposées et il est de plus en plus rare qu'une personne naisse, vive et meure au même endroit. Cette fragmentation des liens et des lieux complique les manières, pour les proches, d'apporter de l'aide. »<sup>29</sup>

Les cercles amicaux et de voisinage peuvent-ils suppléer à une défaillance du cercle familial ? Pour le cercle amical, on peut en douter puisque les ami-e-s sont souvent de la même génération et rencontrent de ce fait les mêmes problèmes aux mêmes moments. Analysons alors les relations de voisinage abordées dans notre questionnaire.

### **En résumé :**

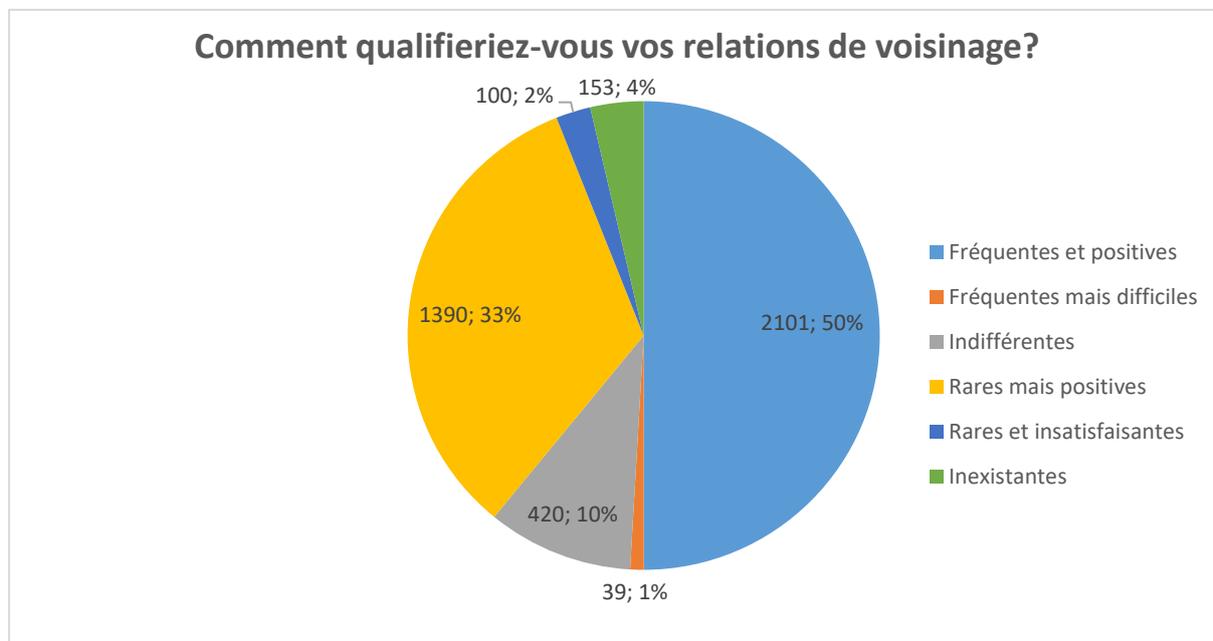
La famille joue un rôle majeur dans le soutien des seniors.

---

<sup>28</sup> A noter toutefois que durant le confinement lié au COVID, les solidarités familiales se sont accentuées ; au contraire les relations de voisinage et amicales ont diminué pour les seniors français. Cf. *Isolement des personnes âgées: les effets du confinement*, RAPPORT PETITS FRERES DES PAUVRES, juin 2020, p. 60.

<sup>29</sup> BALAVOINE M., JANN A. & ZÄNGL P., « Les "caring communities" : un nouvel horizon pour le soutien social » in *Rapport annuel 2018*, Fondation Leenaards, Lausanne, 2019, p. 23.

### Question 3 : Relations de voisinage



La moitié des seniors (50%) ayant répondu au questionnaire bénéficie de relations de voisinage fréquentes et positives. Pour l'autre moitié, les relations de voisinage sont rares, plus souvent positives qu'insatisfaisantes.

Les relations de voisinage sont essentielles pour les petits services du quotidien, or ces relations sont peu présentes pour près de la moitié des personnes interrogées.<sup>30</sup> Ces voisin-e-s sont pourtant très important-e-s pour lancer les alertes en cas de difficultés particulières. Le/la voisin-e reste souvent, pour des personnes âgées de moins en moins mobiles et autonomes, le contact de confiance qui peut dépanner, rassurer, être là en cas de problème et dont la présence peut aider à contribuer au maintien à domicile.<sup>31</sup>

Pour créer des liens sociaux, il faut multiplier les occasions de partages. Le rôle des places publiques, des commerces, des cafés, des sociétés locales/communales et la culture locale (lotos, concerts, fêtes de quartiers) sont essentiels pour vivifier ces liens. **A futur, le développement des liens de voisinage sera clairement un enjeu fondamental de la politique en faveur des seniors.** Cet enjeu est particulièrement prégnant en ville.

<sup>30</sup> Voir à ce sujet le projet très intéressant de Pro Senectute Vaud : <https://compagniedesvoisins.ch/> L'entraide entre voisins est stimulée par des intervenants de Pro Senectute avec le soutien des communes.

<sup>31</sup> L'HEUILLET H, *Du voisinage, réflexions sur la coexistence humaine*, Paris, Editions Albin Michel, 2016.

Comme on a pu l'observer, les relations de voisinage sont malheureusement pour la moitié des seniors très rares voire inexistantes. Il est difficile d'interpréter la nature des relations de voisinage « rares mais positives ». Ces voisins peuvent-ils se transformer en ressources en cas de nécessité ? Malheureusement, un tel questionnaire n'apporte pas d'éclairage à ce niveau. Une récente étude confirme ces résultats : « Chez les personnes très âgées, ce sont les rapports familiaux qui assurent l'intégration sociale. Et ce sont surtout les enfants qui soutiennent leurs parents âgés dans les activités pratiques de la vie quotidienne, par exemple pour faire les courses ou aller chez le médecin. Dans le champ investigué, les voisins jouent un rôle secondaire. Les rapports avec eux sont, dans la plupart des cas cordiaux, mais assez distants, et ces derniers ne sont pas – ou que très peu – sollicités dans la vie de tous les jours. »<sup>32</sup>

Il semblerait que pour la moitié des répondant-e-s, leurs voisin-e-s soient bien occupé-e-s et n'aient que peu d'interaction dans le quartier/immeuble. Il n'est donc pas facile pour une personne exclue des cercles amicaux et familiaux d'espérer se lier avec un-e voisin-e. Il convient de relever une initiative originale de Pro Senectute Vaud tentant de revaloriser les relations de voisinage<sup>33</sup> : peut-être un exemple à suivre. Selon cette association, il convient d'inciter/de vivifier la solidarité de voisinage par un soutien logistique (séances d'information régulières, support papier...).

### **En résumé :**

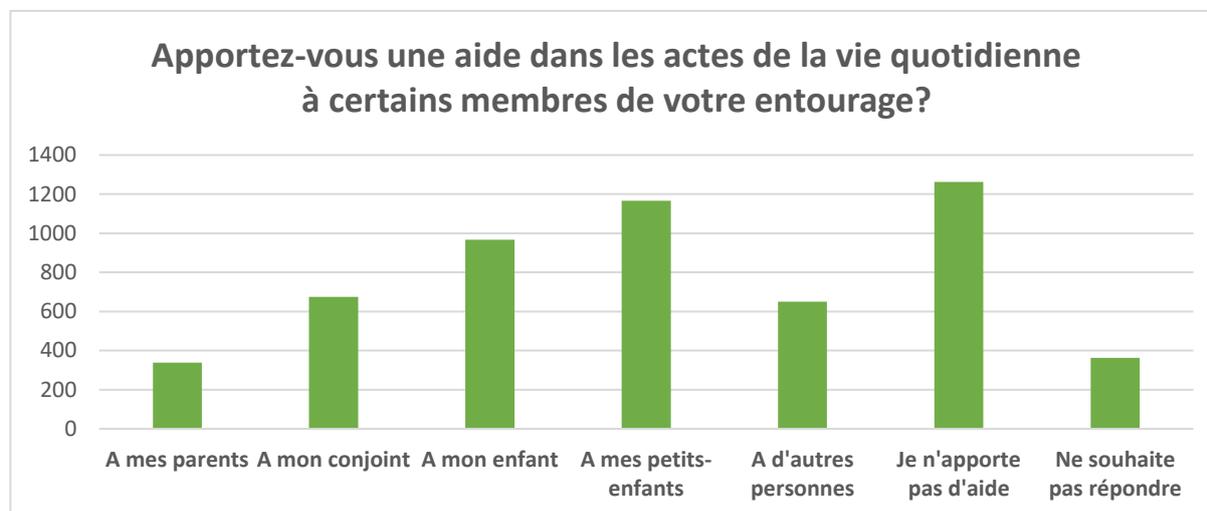
Sans chercher à idéaliser une société ancestrale, les voisin-e-s pourraient devenir, à certaines conditions, des acteurs/trices essentiel-le-s soutenant le maintien à domicile.

---

<sup>32</sup> REUTLINGER Ch., „Soziale Nachbarschaften – Mythos oder gelebte Realität ?“ in *Machen wir uns die Welt, wie sie uns gefällt ? Ein sozialgeographisches Lesebuch*, Zürich, Éditions Seismo, 2017, pp. 237-246, citée par MATTER Ch., « Le chez-soi et l'importance du passé : les rapports sociaux dans la vieillesse », *loc. cit.*, p. 185.

<sup>33</sup> <https://compagniedesvoisins.ch/>

#### Question 4 : Les seniors apportent plus d'aide qu'ils n'en reçoivent



Les seniors ayant répondu au questionnaire apportent une aide régulière à leur entourage (famille et autres). Relativement rares sont les seniors qui affirment n'apporter aucune aide (1'262 sur 4'159, soit 30%). Il convient de casser l'image d'une vieillesse dépendante, bien au contraire, la majorité des seniors apporte des soutiens réguliers à son entourage. En sociologie, les seniors sont parfois appelés : « génération pivot »<sup>34</sup> ou « génération sandwich » pour imaginer leurs liens de solidarité tant envers leurs enfants (et petits-enfants) que leurs propres parents (souvent en perte d'autonomie).<sup>35</sup> Il n'est pas rare que les jeunes retraité-e-s multiplient les relations d'aide : écartelé-e-s entre la garde des petits-enfants et les visites au domicile/à l'EMS pour soutenir leurs parents. « L'invisibilité des contributions des seniors est sans doute due au fait qu'une grande part des services rendus par les retraité-e-s au quotidien s'effectuent au sein des familles. De la garde des petits-enfants à la fonction de "proche-aidant-e" pour le conjoint, leurs activités se situent loin de toute reconnaissance sociale ou économique. »<sup>36</sup>

Pour rappel, l'espérance de vie depuis le début du XX<sup>e</sup> siècle a augmenté en moyenne de plus de trente ans, ce qui étend considérablement la phase grand-parentale. C'est donc une figure sociale renouvelée du grand-parent qui émerge et qui contribue aux liens entre générations.<sup>37</sup>

<sup>34</sup> FRAGNIERE J.P., *Bienvenue dans la société de longue vie*, Sierre, Editions à la Carte, 2016, pp. 50-53.

<sup>35</sup> Pour une illustration de ces relations de solidarité multiples : <https://www.migrosmagazine.ch/des-seniors-au-service-de-leurs-parents>

<sup>36</sup> DUBOIS P., *loc cit.* La crise du coronavirus a, par contre, visibilisé l'importance de l'engagement bénévole des seniors. En effet, de nombreuses associations ont été contraintes de stopper leurs services faute de bénévoles suite au confinement des plus de 65 ans.

<sup>37</sup> Pour une analyse de la question : SEGALIN M. & ATTIAS-DONFUT C., *Grands-parents. La famille à travers les générations*, Paris, Editions Odile Jacob, 2007.

Pour comprendre le rôle des grands-parents, il faut mettre en parallèle la question du travail des femmes, le manque de moyens de garde des jeunes enfants, une protection sociale assurant (encore ?) des revenus corrects pour une majorité des seniors et, bien entendu, les recompositions familiales de plus en plus nombreuses.<sup>38</sup>

Les grands-parents disposent souvent de ressources pour aider leurs enfants et sont généralement en bonne condition physique. « Ils peuvent ainsi contribuer par leur présence à renforcer les parents dans leurs fonctions éducatives dans un contexte marqué par une plus grande instabilité sur le marché du travail et dans la vie conjugale. »<sup>39</sup>

Bien que le questionnaire n'abordait pas cet aspect, il convient de relever que le soutien des seniors ne se contente pas de services apportés aux petits-enfants et aux parents dépendants, l'aide est souvent également financière.<sup>40</sup>

Pendant de nombreuses années, les réponses aux problématiques de l'avancée en âge se sont traduites essentiellement, voire uniquement, par des mesures curatives, médicales et médico-sociales. Il convient de changer de perspective : **la majorité des seniors est en bonne santé et apporte une aide régulière à d'autres générations**. L'enjeu des politiques sociales des prochaines années sera de s'adresser à cette population afin de les maintenir en bonne santé et en capacité d'aider d'autres générations ou leur conjoint-e. Ce rôle de proche aidant-e est à soutenir, en ayant soin d'**éviter l'épuisement de cette génération pivot**.<sup>41</sup> Les dispositifs de relais (courts séjours, foyers de jour, infirmière à domicile 24h/24, les services de garde des enfants...) sont d'une importance capitale pour éviter l'épuisement de la génération pivot. Pour ces questions, le district de la Gruyère devra prendre des initiatives. Il faut absolument vaincre ce sentiment d'isolement et de non-reconnaissance.

### **En résumé :**

Les échanges entre les générations sont souvent peu visibles alors qu'ils sont très nombreux. Les seniors ont tendance à donner plus qu'ils/elles ne reçoivent.

---

<sup>38</sup> FRAISSE S., « *Martine Segalen, Claudine Attias-Donfut, Grands-parents. La famille à travers les générations* » in *Lectures* [En ligne], Les comptes rendus, 2007, mis en ligne le 24 novembre 2007, consulté le 11 décembre 2019, <http://journals.openedition.org/lectures/497>

<sup>39</sup> FRAISSE S., *loc. cit.*

<sup>40</sup> GUILLEMARD A.M., « Sécurité sociale et transformation des rapports entre les générations » in *Informations sociales*, volume 3, n° 189, 2015, pp. 116-124.

<sup>41</sup> MOLLARD J., « Aider les proches » in *Gérontologie et société*, volume 32, n° 128-129, 2009, pp. 257-272.

## Question 5 : Insertion à la vie associative

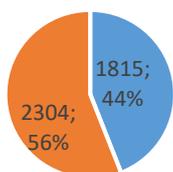


### Vie associative et communautaire

- Dans notre commune, les échanges entre générations sont-ils facilités ?
- Dans notre commune, les liens sociaux sont-ils assurés durablement ?
- Dans notre commune, des lieux de rencontre accessibles existent-ils ?

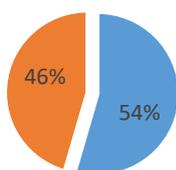


#### Faites-vous partie d'une association ou d'un club?



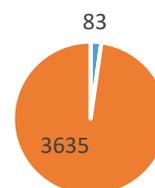
■ oui ■ non

#### L'association se situe sur notre commune?



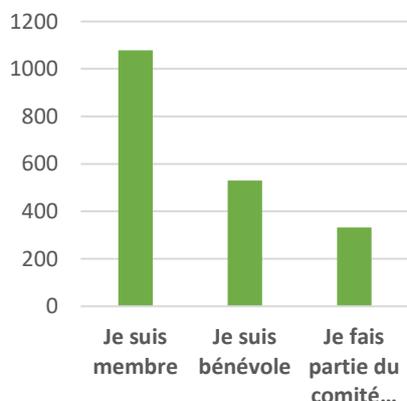
■ oui ■ non

#### Exercez-vous un mandat politique?

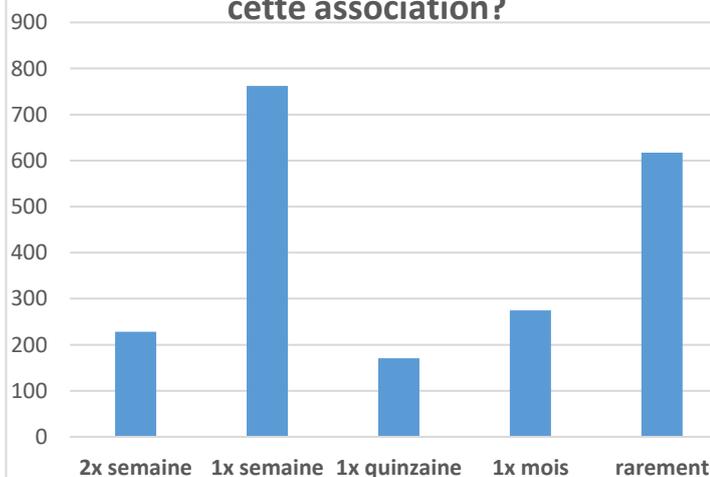


■ oui  
■ non

#### Je fais partie de l'association en qualité de :



#### A quelle fréquence fréquentez-vous cette association?



Un peu moins de la moitié des seniors ayant répondu au questionnaire est insérée à la vie associative (44%).<sup>42</sup> En Suisse, tout âge confondu, c'est un peu plus de la moitié des habitant-e-s qui sont membres d'une association (au moins).<sup>43</sup> A noter que la vie associative des seniors ayant répondu au questionnaire s'exerce pour plus de la moitié dans sa propre commune (54%). « C'est plutôt dans les aspects d'un engagement de type communautaire que naît le sentiment de rester utile. Les seniors interrogé-e-s ont exprimé la nécessité de s'engager dans des activités qui ont du sens et qui leur en donnent. »<sup>44</sup> Il convient de mettre en évidence une différence d'intégration à la vie associative relativement importante entre la ville et la campagne. En effet, l'insertion des seniors des communes rurales gruériennes est très proche des 50%, ce qui constitue une différence plutôt significative avec la moyenne pour l'ensemble du district. L'insertion associative en ville de Bulle est plus faible (39%), cela confirme un évident besoin de création de liens sociaux, particulièrement en ville.

En comparaison européenne, les chiffres helvétiques de l'engagement associatif restent toutefois largement au-delà des moyennes. Concrètement, certaines cultures européennes (du Portugal aux Pays de l'Est) développent d'autres formes de participations publiques, passant beaucoup moins par le monde associatif. **Un des enjeux pour notre société helvétique sera d'intégrer les ressortissant-e-s de ces pays dans notre système associatif. Le lien social en dépend.**

Lorsque l'on parle de participation à la vie associative, nous pouvons penser aux bénévoles qui consacrent du temps comme travail non rémunéré. Pour la population interrogée, bon nombre de participations associatives doit être rangée du côté des usagers/ères des associations, qu'elles soient sportives<sup>45</sup>, culturelles ou de loisirs. Il faut mentionner également des adhérent-e-s qui, au travers de leur engagement, visent à promouvoir une cause ou à défendre des droits.

Il ressort de l'étude de besoins que les seniors sont majoritairement des usagers/ères des associations. L'engagement bénévole dépasse largement l'engagement militant.

La participation associative est nettement corrélée au niveau de la formation initiale. Cette variable s'avère être la plus forte de toutes. La participation est généralement croissante avec le revenu et elle tend à être plus élevée chez les hommes que chez les femmes. Elle est

---

<sup>42</sup> Malheureusement, notre méthode d'analyse ne nous permet pas d'effectuer des corrélations entre les questions. Il serait intéressant de savoir si ceux qui n'ont pas ou peu de liens familiaux sont aussi ceux dont les relations de voisinage sont mauvais, qui sont les moins investis dans le monde associatif et font partie de ceux qui sortent peu.

<sup>43</sup> En 2010, 65% de la population était membre d'une association, ils étaient 95% en 1970 et ne sont plus que 55% en 2019. L'érosion est encore plus préoccupante si l'on tient compte que seul 22% de la population des 20-40 ans était membre d'une association en 2010. Pour une analyse de la question, FREITAG M. (dir), *Das soziale Kapital der Schweiz*, NZZ Libro, 2014.

<sup>44</sup> DUBOIS P., *loc. cit.*

<sup>45</sup> Pour une analyse de la pratique sportive en Suisse avec une focale sur les seniors : <https://www.admin.ch/gov/fr/accueil/documentation/communiques.msg-id-53239.html>

fréquemment plus forte en campagne probablement parce que, dans ces zones, l'activité associative permet de pallier à l'insuffisance de l'offre publique. A noter que les propriétaires de leur logement sont souvent plus enclins à participer à la vie associative.<sup>46</sup>

Comme le montre cette étude, l'avancée en âge ne se traduit pas par une baisse significative de la participation, du moins en campagne.<sup>47</sup> L'engagement associatif est clairement une réponse face au sentiment de solitude. Pour les communes gruériennes, **il s'agira de vivifier cet engagement en soutenant activement et financièrement les sociétés locales, en particulier les clubs des aîné-e-s et différents groupements qui proposent des visites à domicile ou œuvrent occasionnellement en faveur des personnes âgées.**<sup>48</sup>

Beaucoup de seniors se disent prêt-e-s / intéressé-e-s à effectuer du bénévolat. Pour rappel, 70% des seniors gruériens apportent régulièrement de l'aide à leur entourage. Toutefois moins de la moitié des seniors participent à une association et/ou font du bénévolat. **Une amélioration de l'information et une incitation à exercer du bénévolat serait bienvenue.** Les avantages du bénévolat sont multiples : maintien du lien social, ouverture d'esprit, sociabilité, activité physique, sentiment d'être utile aux autres. « Alors, faire don de soi, aider les autres c'est aussi un moyen d'augmenter son espérance de vie et de se sentir mieux. Et il existe de nombreuses manières d'aider les autres : aide aux devoirs, distribution de repas, garde d'enfants, sortie des animaux, lutte contre l'illettrisme, etc.»<sup>49</sup>

### **En résumé :**

La vie associative est une clé pour lutter contre l'isolement et la non-reconnaissance. Il sera essentiel de vivifier cet aspect.

---

<sup>46</sup> Les propriétaires sont a priori plus incités que les locataires à être attentifs à la qualité de leur environnement et par conséquent à s'assurer de la réalisation de biens collectifs locaux obtenus par l'action associative. Cela explique en partie la différence importante d'insertion à la vie associative entre la campagne gruérienne et la ville de Bulle. (DI PASQUALE D. & GLAESER E.L., « Incentives and Social Capital: Are Homeowners Better Citizens ? » in *Journal of Urban Economics*, volume 45, 1999, pp. 354-384.). D'une part, la qualité de cet environnement a des incidences sur la valeur du patrimoine immobilier détenu. D'autre part, les propriétaires sont en moyenne moins mobiles géographiquement que les locataires. Ils sont donc amenés à vivre plus longtemps dans leur environnement résidentiel. Note de PROUTEAU L. & WOLFF F.C., « La participation associative en France : une analyse longitudinale » in *Economie et Prévision*, 2010, Volume 1, n° 192, pp. 45-63.

<sup>47</sup> MICHAUDON H., « L'engagement associatif après 60 ans » in *Insee Première*, n° 737, 2000 et PROUTEAU L. & WOLFF F.C., « La participation associative au regard des temps sociaux » in *Économie et Statistique*, n° 352-353, 2002, pp. 57-80 cités par PROUTEAU L. & WOLFF F.C., *loc. cit.*, pp. 45-63.

<sup>48</sup> Nombre de sociétés de jeunesse ou groupements citoyens organisent des dîners pour aîné-e-s et bien d'autres prestations en faveur des liens intergénérationnels.

<sup>49</sup> <https://www.lci.fr/sante/letude-sante-du-jour-le-benevolat-aider-les-autres-cest-aussi-bon-pour-sa-sante-1517840.html>

## Question 6 : L'habitat des seniors

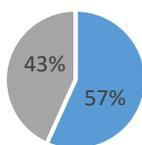


### Infrastructures, habitat et services

- Est-ce que dans notre commune, les bâtiments publics sont accessibles aux personnes à mobilité réduite ?
- La commune dispose-t-elle de suffisamment de bancs afin de favoriser l'activité de marche des seniors ?
- Y a-t-il des zones considérées comme dangereuses pour les seniors (risque de chutes avéré, etc.) ?
- Est-ce que l'accès à des services qui répondent aux besoins des seniors est assuré dans notre commune (ex. repas à domicile) ?



#### Locataire ou propriétaire?



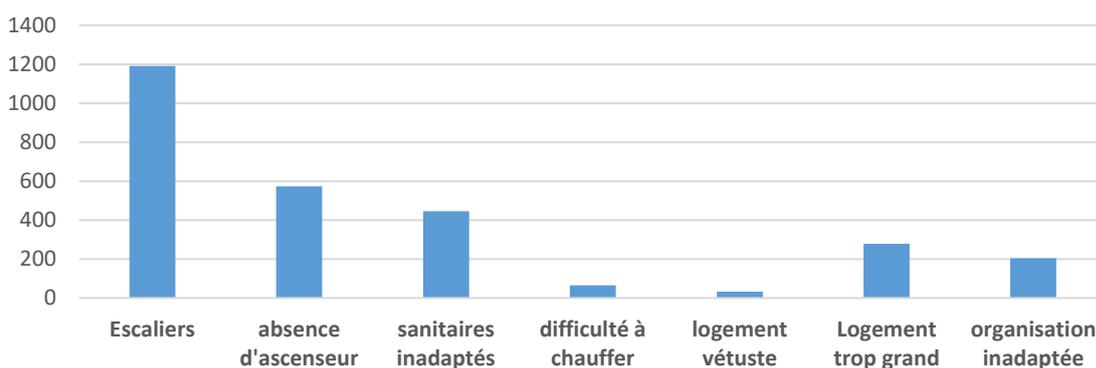
■ Propriétaire ■ Locataire

#### Y-a-t-il des éléments pouvant poser problème dans le logement?



■ oui ■ Non

#### Les éléments pouvant poser problème au sein du logement



40% des seniors ayant répondu au questionnaire évoquent des problèmes potentiels liés à leur lieu d'habitation. Il convient de noter que ce taux monte à 50% environ des seniors de la campagne gruérienne. Les propriétaires sont proches des 70% en campagne, alors qu'ils/elles sont 57% pour la moyenne du district. Étonnamment, **les propriétaires sont donc largement moins satisfait-e-s de leur logement que les locataires**. En guise d'explication, « une surface plus grande ne signifie pas toujours un plus grand confort. Un grand logement peut très vite s'avérer astreignant et exige beaucoup d'entretien. À cela s'ajoute – lorsque la maison dispose

d'un jardin – que le terrain aménagé pendant des années, voire des décennies, demande de plus en plus de temps et que les forces dont on dispose ne suffisent plus à s'en occuper correctement ou que son entretien devient une corvée étant donné que l'on préférerait entreprendre quelque chose d'autre. Quelquefois, la situation au milieu de la verdure s'avère inconfortable : une personne âgée, toujours plus sensible aux distances ou aux pentes, a besoin de possibilités d'achats, d'infrastructures adéquates, de services lui permettant de maîtriser la vie quotidienne ou de transports publics à proximité immédiate de son domicile.

»<sup>50</sup>

Les escaliers et l'absence d'ascenseur sont les deux facteurs principaux de soucis liés à l'habitation. Les problèmes liés à l'entretien extérieur sont souvent évoqués dans la rubrique des questions libres. Certaines activités d'entretien (taille des haies...) semblent trop onéreuses pour être réalisées par des professionnel-le-s. Quelques seniors souhaitent le développement d'offres de soutien (financier ou du bénévolat) pour l'entretien des extérieurs. Très peu de seniors ayant répondu au questionnaire évoquent un logement trop grand. Plutôt que d'envisager des transformations lourdes dans un appartement ou une maison, les seniors envisagent plutôt des déménagements vers des lieux plus adaptés, toutefois la très grande majorité des seniors souhaite rester dans sa commune de domicile. Les commentaires exprimés dans les questions libres vont largement dans cette direction : appels à la construction d'appartements adaptés au centre des villages, appels au développement des transports publics pour ne plus dépendre de la voiture. Faute de logement adéquat dans le village, **les propriétaires préfèrent rester chez eux/elles en ne procédant à aucun aménagement des lieux** alors même que l'offre est multiple à ce sujet.<sup>51</sup> A leur décharge, les seniors sont souvent abreuvés de conseils en tout genre sur le bien vieillir, bien se nourrir, bien se porter, bien faire du sport. Ils n'échappent pas à cette sollicitude érigée en obligation de santé publique.<sup>52</sup> Le logement, dans ce contexte, est souvent vécu comme le dernier rempart préservant l'indépendance des seniors.

Certes, quelques seniors ayant répondu au questionnaire –ils/elles sont plutôt rares– envisagent un déménagement vers la ville de Bulle afin de trouver tant des appartements adaptés (les appartements neufs sont tous construits selon ces exigences) que des transports publics facilement accessibles.<sup>53</sup> La ville de Bulle est associée à une vie plus facile aux yeux des seniors de la campagne même s'ils/elles souhaitent, paradoxalement, plutôt rester chez eux/elles. **Les seniors s'adaptent plus qu'ils/elles ne pensent adapter leur logement. Il y a une certaine résignation dans les propos entendus en fin de questionnaires.** « Les personnes âgées sont assez souvent fatalistes. En fait, la résignation à ce qui semble inéluctable est une

---

<sup>50</sup> BEYELER M. *Weiterbauen. Wohneigentum im Alter neu nutzen*, Basel, Editions Christoph Merian, 2010, p. 12 citée par HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 74.

<sup>51</sup> A noter toutefois que l'offre de Qualidomum de Pro Senectute (service d'adaptation du logement) pourrait cesser ses activités faute de demandes suffisantes.

<sup>52</sup> EYNARD C., « Les personnes âgées ne sont pas fragiles par nature » in *Actualités sociales hebdomadaires*, <https://www.ash.tm.fr/>, consulté le 4.05.2020.

<sup>53</sup> Voir à ce sujet : PARMENTIER B., *Bien se loger pour mieux vieillir*, Toulouse, Editions Erès, 2020.

attitude adoptée par de nombreux répondants âgés. »<sup>54</sup> Comme s'ils/elles faisaient le dos rond, se sacrifiant afin de ne déranger personne<sup>55</sup>, pas même leurs enfants. Il serait probablement intéressant de rappeler aux seniors que des adaptations simples du domicile permettent un gain de confort important. Peut-être faudrait-il diffuser une liste de petits artisans capables de répondre aux besoins des seniors ? Il s'agirait également de promouvoir les interventions des ergothérapeutes à domicile, permettant des adaptations du domicile.

Au niveau des remarques libres, passablement de suggestions sont faites à propos de la qualité des trottoirs (ou leur absence). D'une manière générale, les seniors ayant répondu au questionnaire semblent ne pas se sentir sûr-e-s lors de leurs déplacements à pieds. La présence des vélos et trottinettes sur les trottoirs est parfois à l'origine de ce sentiment d'insécurité. **La construction de trottoirs dans les villages et l'amélioration des trottoirs existants en ville de Bulle seront prioritaires dans les années à venir.** La création de zones 30km/h est également appelée des vœux de quelques seniors. Valtraloc a été cité à plusieurs reprises dans les questions libres. Il est frappant de relever que les principaux bénéficiaires de mesures telles que Valtraloc, soit les seniors et les enfants, sont souvent absents des débats publics. **L'enjeu sera d'inventer de nouvelles mobilités à l'intérieur des quartiers/villages, peut-être en s'appuyant sur les ressources à disposition telles que les bus scolaires.**

Les personnes âgées qui considèrent que leur logement n'est pas adapté sont, en général, celles qui ont les revenus les plus faibles.<sup>56</sup> « Ceux qui ont des revenus modestes ont des budgets serrés et l'adaptation du logement est un poste de dépenses qui n'est ni prioritaire, ni accessible. C'est vraisemblablement une raison de l'échec depuis plusieurs années de la filière des acteurs de la Silver Economie dont les produits technologiques aux prix élevés n'arrivent toujours pas à trouver leur public. »<sup>57</sup> Il convient de relever qu' « une longue durée d'habitation a pour avantage que l'on est familiarisé avec le logement et son environnement, ce qui favorise généralement l'intégration sociale dans le voisinage, le quartier et la commune. En outre, lorsque l'on habite depuis longtemps dans un logement, on profite de loyers inférieurs à ceux qui peuvent être demandés dans un nouveau locatif. Inversement, dans les logements que l'on occupe depuis longtemps, il arrive que les habitudes acquises au niveau du logement et des routines ménagères soient maintenues trop longtemps et que des adaptations aux besoins des personnes âgées soient refusées. Ainsi, par exemple, des tapis usés qui exposent le locataire à des risques de chute accidentelle ne sont pas enlevés ou l'éclairage insuffisant pour se rendre aux toilettes n'est pas remplacé. »<sup>58</sup> L'adaptation des logements n'est donc de loin pas qu'un problème technique. La question de la confiance face

---

<sup>54</sup> HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 138.

<sup>55</sup> Selon une étude française, 40% des seniors portent des lunettes inadaptées, par habitude, fatalisme ou manque de moyens financiers : <https://www.topsante.com/medecine/ophtalmo/lunettes-de-vue/en-france-2-personnes-agees-sur-5-ne-portent-pas-des-lunettes-adaptées-a-leur-vu-629142>

<sup>56</sup> Pour une analyse détaillée de ces questions : HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*

<sup>57</sup> PETITS FRÈRES DES PAUVRES, *op. cit.*, p. 56.

<sup>58</sup> HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 99.

aux intervenant-e-s est essentielle pour faire changer des habitudes ancrées depuis de nombreuses années. La proximité des intervenant-e-s joue clairement un rôle majeur pour cette question. Est-il envisageable que les EMS<sup>59</sup> mettent à disposition des seniors de la région du matériel auxiliaire à moindre coût ? Les EMS et le Service d'aide et de soins à domicile (SASD) – en particulier son service d'ergothérapie – pourraient aisément jouer un rôle actif dans le domaine de l'adaptation des logements et de la mise à disposition de produits technologiques et dans la diffusion de conseils en faveur des seniors dépendant-e-s.

Pour rappel, « il existe des formes très diverses de moyens techniques auxiliaires et de systèmes d'assistance :

- moyens techniques d'aide à la motricité fine et globale (p. ex. ouvre-boîte automatique) ;
- moyens auxiliaires de compensation des handicaps sensoriels (p. ex. appareils auditifs) ;
- moyens auxiliaires de compensation des déficiences cognitives (p. ex. applications de rappel) ;
- systèmes de sécurité et d'appel d'urgence (p. ex. alarme automatique en cas de chute) ;
- télésurveillance et télé médecine (p. ex. biosenseurs, biocapteurs, consultation via Skype) ;
- robotique pour les travaux ménagers et les soins (p. ex. robot aspirateur) ;
- logiciels d'entraînement physique et mental (p. ex. "elder games") ;
- applications facilitant l'entretien de rapports sociaux (internet, Skype, WhatsApp, etc.). »<sup>60</sup>

### **En résumé :**

La question de l'habitat, des infrastructures et des services a fait l'objet de nombreuses propositions<sup>61</sup> de la part des seniors ayant répondu au questionnaire, immanquablement, les communes seront attendues autour de ces enjeux.

---

<sup>59</sup> Voir à ce sujet une étude française relevant les différentes initiatives prises par des EMS pour « travailler hors les murs » : BANQUE DES TERRITOIRES, *Maintien à domicile : vers des plateformes numériques de services*, Paris, Décembre 2019, <https://www.banquedesterritoires.fr/etude-maintien-domicile-vers-des-plateformes-numeriques-de-services>

<sup>60</sup> SEYLER Ch., *Kann Gerontotechnologie dazu beitragen, dass ältere Menschen länger zu Hause leben können ?* Masterarbeit, Berner Fachhochschule, Bern, 2016 citée par HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 154.

<sup>61</sup> Les commissions seniors de chaque commune ont constitué un fichier des propositions récoltées, il peut être mis à disposition du lecteur intéressé.

## Question 7 : Le déménagement reste un tabou



Plutôt rares sont les seniors ayant répondu au questionnaire qui évoquent ouvertement envisager un déménagement. Ces résultats ne sont toutefois pas surprenants, une étude comparable effectuée en Suisse pointe que « la grande majorité des personnes âgées interrogées dans les trois régions linguistiques éprouvent un fort attachement à leur environnement résidentiel actuel. D'où le fait qu'elles souhaitent demeurer le plus longtemps possible dans le logement qu'elles occupent actuellement ou qu'elles envisagent tout au plus d'emménager dans un autre logement situé dans la même commune. »<sup>62</sup>

Les principales justifications légitimant un déménagement sont le manque de transports publics à la campagne et l'absence des services de proximité (commerce, médecins). Les seniors sont nombreux/euses à aborder la question de l'animation des centres de village lors des questions libres. Il faut rappeler que les motifs de déplacements évoluent avec l'âge. Les seniors vont de moins en moins se déplacer pour faire des visites, se balader ou accompagner un-e proche par exemple. Cependant, ils/elles vont toujours faire autant de visites de santé et plus de déplacements pour faire des achats.<sup>63</sup> Une relation étroite avec l'espace local se crée : le quartier, les voisin-e-s, les petits commerçants, les épicerie, etc. Ces lieux deviennent des générateurs de lien social et permettent de lutter contre l'isolement.<sup>64</sup>

Attirer des commerces de proximité (alimentation, coiffure,...), des médecins de famille et/ou des cafés de village font clairement partie des exigences formulées envers les autorités

<sup>62</sup> HÖPFLINGER F., HUGENTOBLER V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 82.

<sup>63</sup> Les gros achats en supermarchés diminuent au profit d'achats presque quotidiens, probablement par incapacité de porter des charges lourdes. La crise du coronavirus a mis en exergue ce mode d'achat en petites quantités et souvent prétexte à des rencontres.

<sup>64</sup> <https://observatoire-des-seniors.com/les-deplacements-quotidiens-se-rarefient-avec-lage/>

locales. Même si les marges de manœuvre sont faibles à ce niveau, la pression envers ces questions est manifeste en particulier lors de révision des Plans d'Aménagement Locaux (PAL). A ce sujet, certaines communes rurales vaudoises ont mis en place des politiques de subventions aux commerces de proximité et cabinets médicaux.<sup>65</sup> Des logiques similaires sont à envisager afin d'attirer des médecins en périphérie de Bulle. **Idéalement, l'insertion de cabinets médicaux et paramédicaux à proximité immédiate des EMS devrait être une priorité pour la politique régionale.**

L'EMS de demain devra s'insérer dans une logique plus globale (dite des soins intégrés), comme les graphiques suivants tentent de l'exprimer<sup>66</sup> :

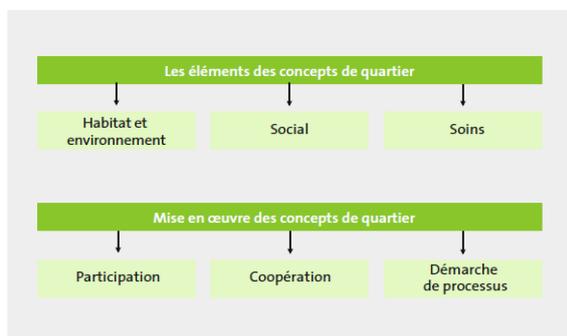


Illustration 2: Eléments constitutifs et mise en œuvre de projets de quartier. Source: Fondation Bertelsmann, 2010.

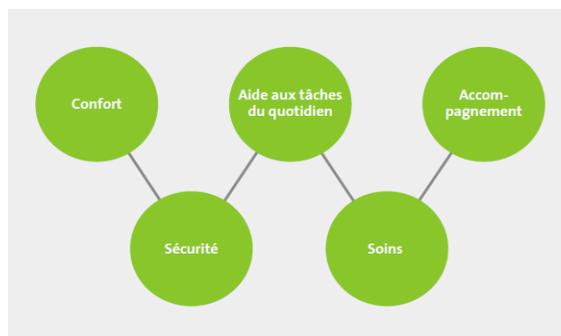


Illustration 3: Chaîne des services. Sources personnelles.

« Les tâches des institutions pour personnes âgées seront par conséquent plus globales à l'avenir et porteront principalement sur les domaines suivants :

- Soins, accompagnement et intendance dans des domiciles privés,
- soins, accompagnement et intendance dans des appartements pour seniors,
- offres de soins et d'accompagnement spécialisées (par ex. démence, soins palliatifs, gérontopsychiatrie, etc.).
- l'institution de soins classique se mue en centre de santé et en maison de quartier, dans le contexte de vie habituel de la personne âgée. »<sup>67</sup>

Cette logique des soins intégrés fait l'objet d'une littérature importante en Suisse.<sup>68</sup> Il semble clair que les secteurs de l'aide et des soins à domicile et des EMS seront passablement touchés ces prochaines années par une logique plus préventive telle qu'évoquée ci-dessous :

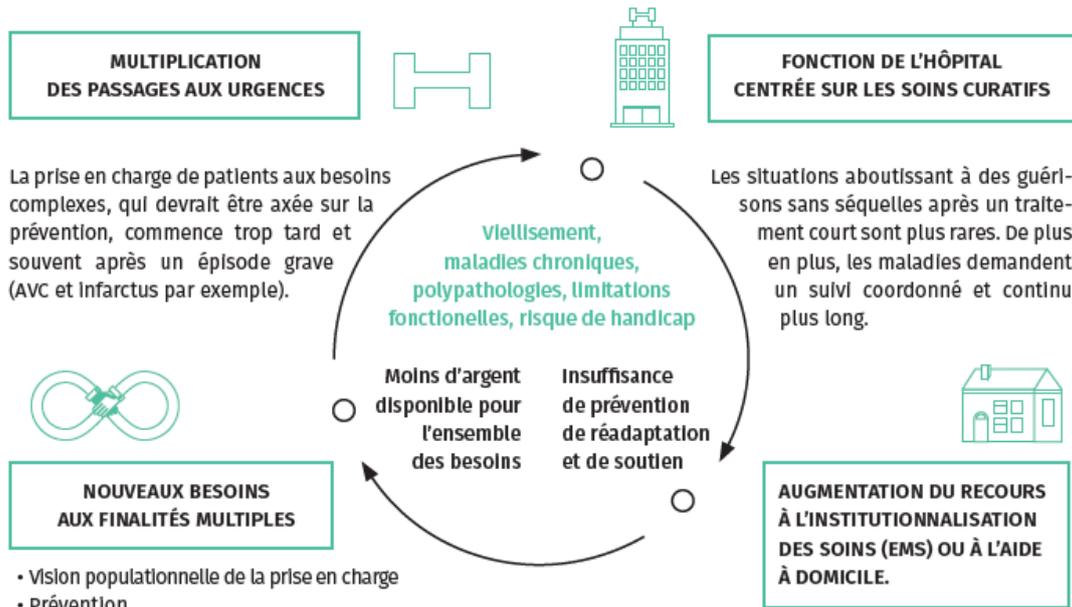
<sup>65</sup> HUGENTOBLER V., LAMBELET A., BRZAK N. & MANH LY S., *Analyse de la politique d'action sociale en faveur des seniors dans les 27 communes de Lausanne Région*, Lausanne, Haute école de travail social et de la santé, EESP, 2019, pp. 71-73. <https://www.lausanneregion.ch/seniors-intergenerations/les-seniors/analyse-de-la-politique-sociale-en-faveur-des-seniors-dans-les-27-communes/>

<sup>66</sup> <https://www.curaviva.ch/files/QXWS8QK/Prestations-de-soins-integres.pdf>

<sup>67</sup> [https://www.curaviva.ch/files/FU71MMB/centre\\_de\\_sante\\_plan\\_de\\_projet\\_et\\_daffaires\\_modele\\_d\\_habitat\\_et\\_de\\_soins\\_2030\\_curaviva\\_suisse\\_2018.pdf](https://www.curaviva.ch/files/FU71MMB/centre_de_sante_plan_de_projet_et_daffaires_modele_d_habitat_et_de_soins_2030_curaviva_suisse_2018.pdf), p. 7.

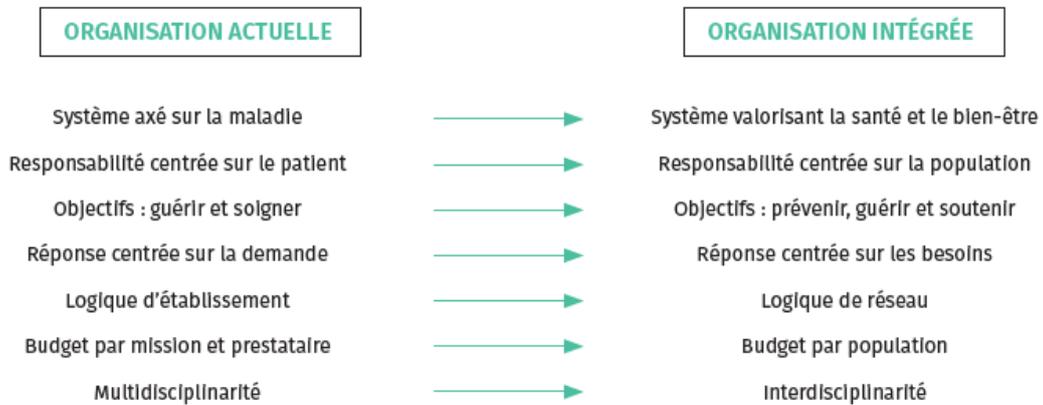
<sup>68</sup> Voir par exemple le *Rapport sur la politique de santé publique du canton de Vaud (2018-2022)*, [https://www.vd.ch/fileadmin/user\\_upload/accueil/Communique\\_presse/documents/Rapport\\_sur\\_la\\_politique\\_de\\_santé\\_publicue\\_VD\\_2018-2022.pdf](https://www.vd.ch/fileadmin/user_upload/accueil/Communique_presse/documents/Rapport_sur_la_politique_de_santé_publicue_VD_2018-2022.pdf)

## D'UN SYSTÈME INADAPTÉ AUX NOUVEAUX BESOINS DE LA POPULATION...



Adapté par le Dr Jean-Pascal Devailly à partir de  
 "The Coming of Age: Improving Care Services for Older People"  
 (National report) du 22 octobre 1997.

## ... À UNE ORGANISATION INTÉGRÉE



Tiré de : BALAVOINE M. & KIEFER B., *Vers un autre système de santé*, Lausanne, Fondation Leenaards, 2019, p. 11, <https://www.planetesante.ch/rapport-sante-2019/>

La logique des soins intégrés prône une intervention préventive non médicalisée, entre autre à domicile. Cette logique fait particulièrement sens pour les seniors. En effet, les seniors avant répondu au questionnaire sont très attaché-e-s à leur logement, à leur vie sociale et encore

bien plus à leur commune.<sup>69</sup> Tout changement de lieu de vie pour des raisons médicales ou de perte d'autonomie serait perçu comme un déracinement. Très rares sont les seniors qui évoquent vouloir quitter leur commune. Cela peut avoir des conséquences pratiques parfois assez graves : certaines personnes âgées se trouvent éloignées, voire exclues des services ordinaires (commerces, cafés, banques, médecins,...), leur logement se transforme alors en prison. Lorsque l'autonomie diminue, la capacité à se déplacer se limite en moyenne à 500m de circonférence autour de son logement.<sup>70</sup>

### **En résumé :**

Rares sont les seniors à souhaiter sacrifier leurs relations amicales et de voisinage pour gagner en confort au niveau de l'habitat et/ou de la proximité avec les transports publics et les services. « J'y suis, j'y reste. »

---

<sup>69</sup> Certains seniors ont profité des questions libres en fin de questionnaire pour demander la construction de logements adaptés au centre des communes. Pour la présentation de projets originaux : <http://www.habitation.ch/wp-content/uploads/2014/07/2006-3-journal.pdf>

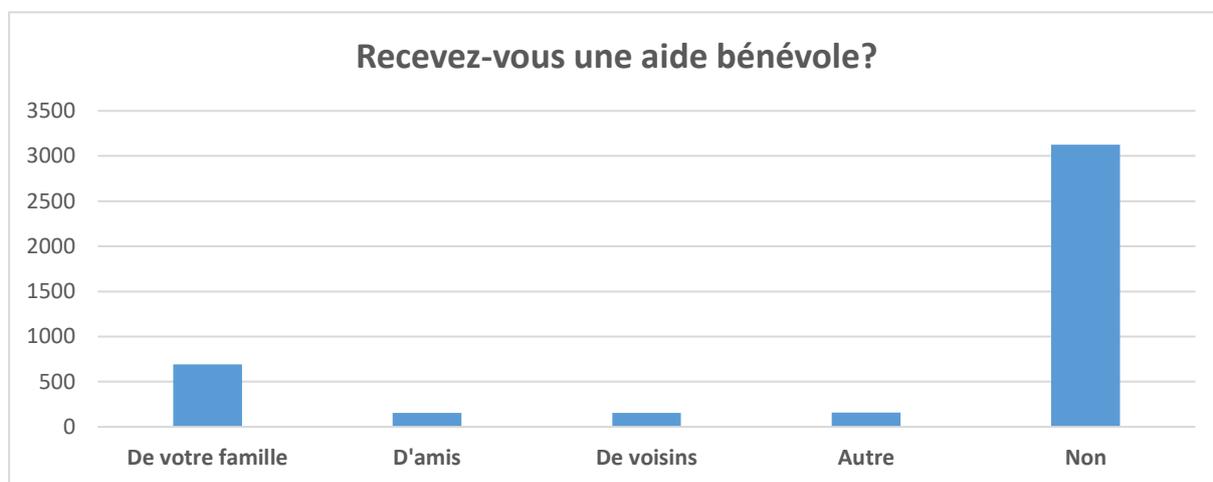
<sup>70</sup> Voir à ce sujet le documentaire « J'y suis, j'y reste ». <http://leroymerlinsource.fr/savoirs-de-l-habitat/chez-soi/jy-suis-jy-reste-recherche-psychosociale-sur-les-motivations-des-personnes-agees-a-rester-chez-elles/>

## Question 8 : L'aide informelle apportée aux seniors



### Accompagnement social

- *La commune dispose-t-elle de prestations sociales favorisant le maintien à domicile des seniors ?*
- *La commune peut-elle compter sur des bénévoles dans le domaine de l'accompagnement social ?*



Pour rappel, les seniors apportent plus d'aide qu'ils/elles n'en reçoivent. Concrètement, 3'125 seniors sur 4'287 ayant répondu à cette question (soit 73%) affirment ne recevoir aucune aide informelle (famille, ami-e-s et voisin-e-s).

Pour ceux et celles qui reçoivent de l'aide informelle, elle est très majoritairement apportée par la famille. Les voisin-e-s, les ami-e-s et autres n'apportent individuellement que peu d'aide. Toutefois, cumulées ces aides représentent la moitié de l'aide apportée par la famille. L'importance de l'entourage hors famille est donc tout sauf négligeable. Incontestablement, ce soutien informel doit être encouragé car il permet d'atténuer le sentiment de solitude. Concrètement, certains seniors ont souhaité la création de groupes d'entraide de type Système d'Echange Local (SEL).<sup>71</sup> Il faut rappeler l'importance symbolique de l'échange dans une relation de type SEL : l'aide va dans les deux sens. Les compétences de la personne âgée sont échangées contre des services. La mise en place d'un SEL est toutefois difficile à

<sup>71</sup> A vrai dire, il n'y a eu qu'une seule mention explicite demandant la création d'un SEL en fin de questionnaire. D'autres ont par contre évoqué, avec nostalgie, les échanges de services entre voisin-e-s. Nous retrouvons clairement l'idéologie au fondement des SEL : des échanges entre égaux/ales, chacun-e donnant et recevant au fil des échanges.

pérenniser (pour rappel dans les années 2010, il y en avait trois en Gruyère, un seul aujourd'hui<sup>72</sup>). Il est question de renforcer les relations sociales, « c'est-à-dire [...] en encourageant la mise en réseau des voisins ou en mettant en place des lieux de rencontre. Concrètement, cela peut consister par exemple à établir un réseau entre les habitants du quartier qui cherchent une aide et ceux qui peuvent la fournir, et à permettre ainsi un soutien informel, notamment pour faire les achats, tondre le gazon et d'autres petites tâches quotidiennes mais néanmoins importantes. Les lieux de rencontre sont de diverses natures et s'adaptent au quartier : de nouveaux centres de quartier peuvent apparaître, des centres de jeunesse existants peuvent s'ouvrir aux activités des personnes âgées, des fêtes de quartier peuvent être organisées. Toutefois, il ne suffit pas de créer des lieux de rencontre ; ceux-ci doivent aussi être "animés", ce qui implique de proposer des activités concrètes, ne serait-ce qu'en organisant des rencontres autour d'un café ou un repas de midi. »<sup>73</sup>

La question de la reconnaissance semble essentielle, au risque sinon que la personne âgée préfère ne pas demander de l'aide. Nous avons déjà relevé ce risque au niveau de l'habitat, concrètement beaucoup de seniors préfèrent s'adapter<sup>74</sup> plutôt que d'adapter leur habitat. « C'est dans cette balance entre "donner et recevoir" que pourra se construire ce nouveau rôle social des retraités qui sont encore loin des dépendances liées aux fragilités du grand âge. A l'heure actuelle, les retraité-e-s donnent déjà beaucoup, mais sans réussir à obtenir la reconnaissance qui leur serait due et surtout sans que les médias et autres réseaux sociaux n'accordent à leurs actions la visibilité qui permettrait de changer des images et des représentations éculées. »<sup>75</sup> Différents projets ayant pour but de rendre visible les oublié-e-s, les isolé-e-s ont permis de remobiliser la société civile et de revivifier ainsi la solidarité intergénérationnelle.<sup>76</sup>

La nécessité de promouvoir l'entraide entre citoyen-ne-s est manifeste. **Les visites à domicile par du bénévolat (groupement des dames, club seniors, bénévolat de la Croix-Rouge,...) pourraient déjà être une réponse, certes partielle, au niveau des communes.**

### **En résumé :**

Les seniors préfèrent échanger plutôt que de recevoir, quitte à refuser de l'aide si le dispositif ne prévoit pas de retour ou contre-prestations.

---

<sup>72</sup> Celui de la vallée de la Jogne.

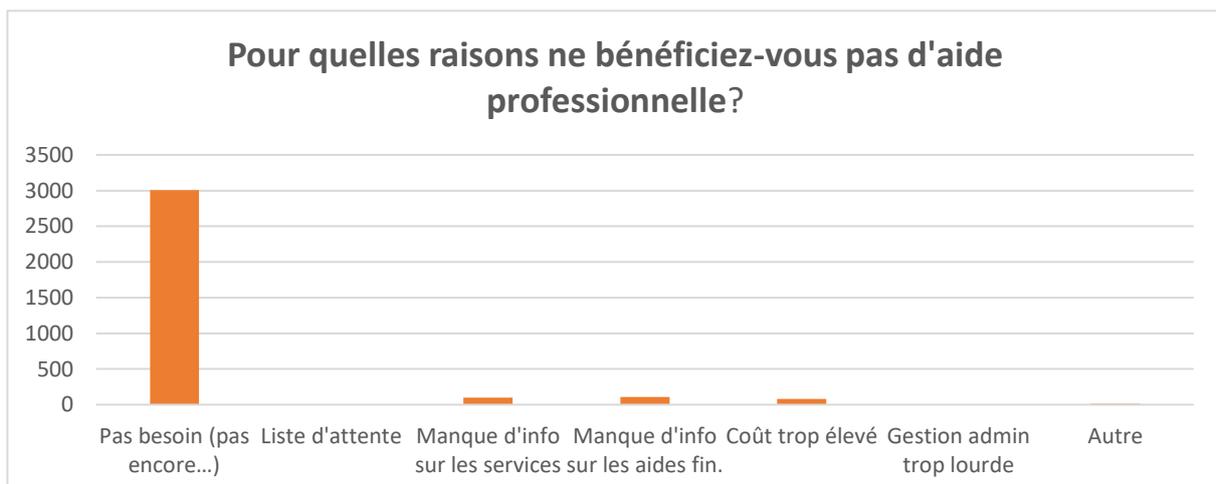
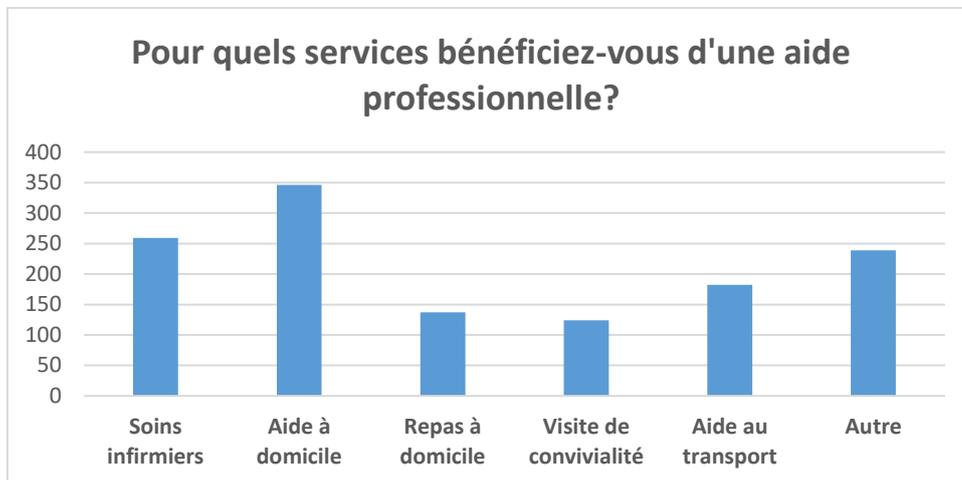
<sup>73</sup> ETTLIN R., « Organiser l'aide lorsque les aînés deviennent plus vulnérables » in HÖPFLINGER F., HUGENTOBLER V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 233.

<sup>74</sup> Cette adaptation est parfois décrite comme un effacement, une délégation aux professionnels, cf. EYNARD C., *Les vieux sont-ils forcément fragiles et vulnérables ?*, Paris, Éditions Eres, 2019.

<sup>75</sup> DUBOIS P., *loc. cit.*

<sup>76</sup> Cf. une initiative française pour visibiliser les seniors isolés : <https://www.monalisagard.com/regarde-moi> Une démarche similaire en Suisse à propos des bénéficiaires de l'aide sociale : <https://itineraires-entrecoupes.ch/>, se référer également à une démarche initiant un changement de regard sur la vieillesse : <https://www.residences-espaceetvie.fr/actualites/changez-de-regard>

## Question 9 : Les seniors bénéficient peu d'aide professionnelle



3'159 seniors sur 4'050 ayant répondu à la question n° 9 ne bénéficient pas d'aide professionnelle (78%). La quasi-totalité des seniors qui ne bénéficient pas d'aide disent n'avoir aucun besoin.<sup>77</sup> Rares sont les seniors qui évoquent ne pas demander de l'aide professionnelle pour des raisons financières. Pour information, entre 30 et 50% des seniors ayant droit aux prestations complémentaires de l'AVS n'en font pas la demande.<sup>78</sup> Ce non-

<sup>77</sup> Pour une analyse de la santé en Suisse, se référer à SCHULER D, TUCH AI. & PETER CI., *Santé psychique*, Bulletin Obsan n° 8, 2019, <https://www.obsan.admin.ch/fr/publications>. Voir également pour une analyse focalisée sur la santé des seniors : <https://www.24heures.ch/suisse/seniors-formes-meilleure-sante/story/22911816>

<sup>78</sup> VILLARD I., « Le non-recours aux prestations complémentaires à l'AVS » in *Sécurité sociale*, CHSS n° 1, 2003, pp. 30-32. Voir également : <https://www.reiso.org/articles/themes/politiques/442-le-non-recours-aux-prestations-sociales-ce-mystere> et <https://www.reiso.org/articles/themes/politiques/343-non-recours-les-raisons-du-mutisme-actuel>

recours est souvent expliqué par la honte et la difficulté à remplir les formulaires administratifs, ce qui prouve par-là l'urgence nécessaire d'améliorer l'information et le soutien administratif aux aîné-e-s<sup>79</sup>. Au niveau des soins, le non-recours semble nettement plus faible. Pour le cas de l'aide à domicile, la famille est souvent mobilisée lors de l'apparition des premiers besoins, cela semble faciliter ensuite les demandes vers des organismes professionnels lorsque les besoins augmentent.<sup>80</sup> Les services d'aide et de soins à domicile sont souvent redoutés par crainte de se sentir limité dans sa propre liberté et intimité.<sup>81</sup> « Ces derniers finissent généralement par être intégrés lorsque, à la suite de nouvelles contraintes, d'autres besoins surgissent. Qu'ils fournissent des aides domestiques ou des soins personnels, ils sont alors acceptés comme une façon de garder une emprise sur son univers le plus quotidien. Un sentiment de soulagement, voire de protection, peut accompagner cette sensation lorsqu'on reconnaît dans ces intervenants l'assurance d'une présence régulière et d'une compétence au moment où de nouvelles nécessités pourraient surgir. »<sup>82</sup>

Comme évoqué, l'aide administrative professionnelle joue un rôle primordial. Peut-être que pour ce type d'aide, il n'est pas courant de s'adresser à la famille et/ou aux ami-e-s et voisin-e-s. Les secrétariats communaux pourraient idéalement occuper un rôle majeur au niveau de l'aide administrative, a minima pour aiguiller les seniors vers des interlocuteurs/trices adéquats. Certaines remarques libres semblent aller dans ce sens, toutefois **il est parfois reproché aux secrétariats communaux de n'avoir pas le temps ou les compétences pour répondre aux questions des seniors.**

**L'aide administrative comprend très certainement la question de l'information dans l'esprit des seniors ayant répondu au questionnaire.** Une politique de diffusion de l'information est à mettre en place en Gruyère. Une information systématique dédiée aux seniors pourrait utilement être instaurée dans les journaux communaux.

Les besoins en soins peuvent être considérés comme la pointe visible de l'iceberg des aides reçues par les seniors. Il convient de relever que les besoins en soins augmentent significativement avec l'avancée en âge, presque de manière exponentielle, en témoignent les chiffres du SASD de la Gruyère en 2018 :

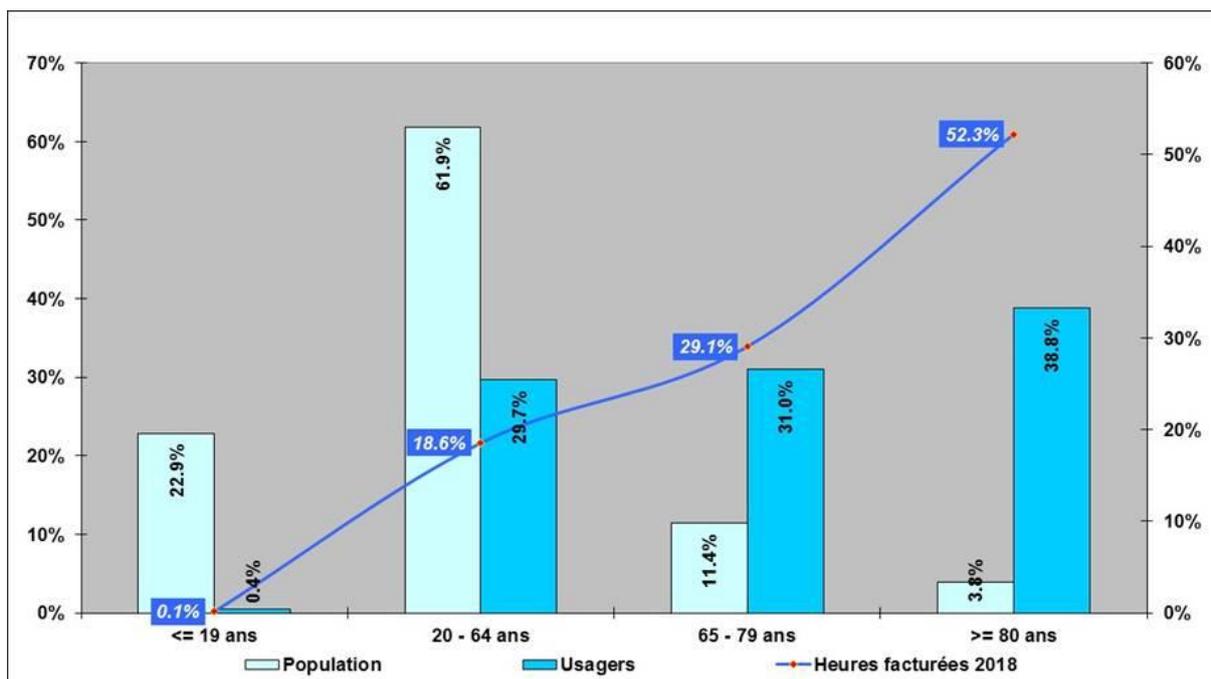
---

<sup>79</sup> GONZALEZ L. & NAUZE-FICHET E., *Le non-recours aux prestations sociales*, Dossiers de la DRESS, n° 57, juin 2020.

<sup>80</sup> Pour la question des dépendances (à l'alcool et/ou aux jeux), la famille ne semble pas jouer un rôle de déclencheur d'alerte. Pour une analyse plus fouillée : <https://www.grea.ch/dossiers/seniors> L'apport de l'aide professionnelle est, sur cet aspect, essentiel.

<sup>81</sup> La question de la dépossession du pouvoir d'agir (*disempowerment*) est remarquablement décrite dans un rapport de l'association ATD Quart Monde. L'appréhension évoquée ici témoigne d'un manque de contrôle sur sa vie et la peur d'une dépendance vis-à-vis des autres. BRAY R. & alli, *Les dimensions cachées de la pauvreté*, Montreuil, Editions Quart Monde, 2019.

<sup>82</sup> MASOTTI B. « Vivre chez soi au grand âge. L'habitat traditionnel entre repères et défis » in HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 208.



Tiré de : Assemblée des délégués du RSSG du 28 novembre 2019

Près de 40% des usagers du Service d'aide et de soins à domicile ont plus de 80 ans alors qu'ils ne représentent que le 4% de la population. Les besoins en soins augmentent significativement avec l'avancée en âge, en particulier dès 80 ans.

### **En résumé :**

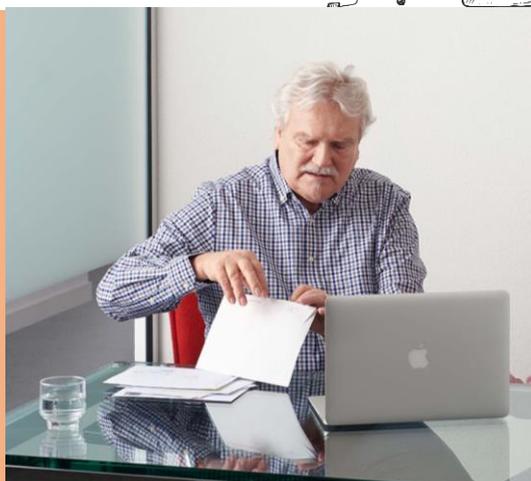
Les seniors vont bien, seul 22% des seniors ayant répondu au questionnaire bénéficient d'une aide professionnelle.

## Question 10 : Comment s'informer ?

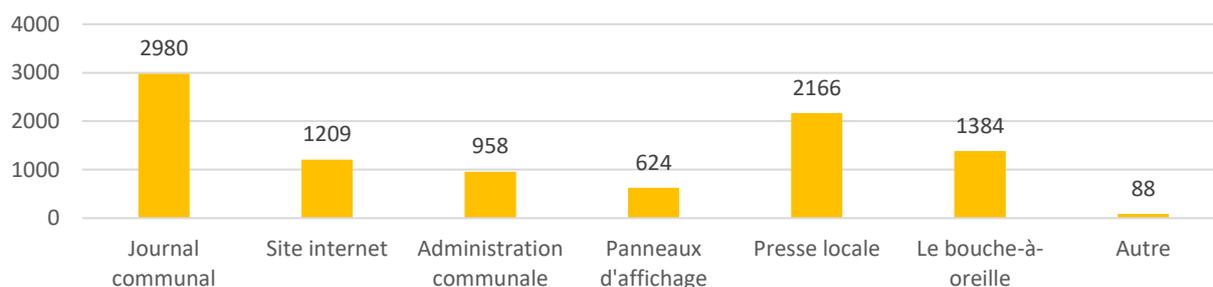


### Information et communication

- Des informations utiles aux seniors sont-elles disponibles et facilement accessibles dans notre commune ?
- Dans notre commune, les informations utiles sous l'angle de la prévention/promotion de la santé sont-elles accessibles aux seniors ?
- Les activités et événements proposés dans notre commune sont-ils communiqués régulièrement aux seniors ?



### Quels sont les moyens utilisés pour vous informer sur les services disponibles?



Incontestablement, le journal communal et la presse locale sont les principaux moyens d'information pour les seniors. Les sites internet, l'administration communale et le bouche-à-oreille complètent pour des parts similaires l'information à disposition des seniors. Au niveau du journal communal, il a été demandé en fin de questionnaire, et à de nombreuses reprises, la mise en place d'un onglet « seniors ». Le besoin d'informations spécifiques semble très fort. Un onglet serait également considéré comme une preuve d'attention appréciée par cette génération faisant passablement de sacrifices comme nous l'avons évoqué jusqu'à présent.

Internet n'est utilisé pour s'informer que par 1'209 seniors sur 4'263, soit 28%. Ce taux est plutôt faible, il va probablement évoluer ces prochaines années. Pour l'heure, il sera important de privilégier des moyens adaptés pour la diffusion de l'information : journaux communaux et presse locale. Internet ne venant qu'en appui des moyens classiques de communication.

Une information plus complète autour des moyens auxiliaires et des systèmes d'alarme n'a jamais été évoquée par les seniors ayant répondu au questionnaire. Il est fort probable que les familles soient bien informées au sujet de ces questions et transmettent l'information à leurs parents aînés.

Au sujet de l'information, le groupe de travail « Concepts communaux en faveur des personnes âgées » a décidé de créer une brochure d'information au niveau du district. Au regard de ces résultats, une version papier serait à privilégier. « L'information est l'une des clés de la participation sociale et de l'épanouissement personnel ; elle permet à chacun de s'orienter dans une société complexe, de frapper à la bonne porte, de profiter des innombrables possibilités de rencontres et de loisirs, de découvrir les activités, les projets, les personnes et les lieux qui répondent le mieux à ses intérêts, à ses passions ou à ses problèmes. [...] La demande des seniors est claire : **coordonner et rassembler les informations actuellement dispersées, par exemple sous la forme d'un "guide" couvrant un ensemble de domaines tels que loisirs, retraite, logement, assurances, aides sociales, bénévolat, culture, formation, entraide, rencontres.** »<sup>83</sup> « Ce qui est important, c'est que les systèmes existants soient assez visibles pour que les personnes qui se sentent à la limite de leurs forces ou possibilités puissent trouver tout de suite une solution. »<sup>84</sup>

Pour rappel, un peu moins d'un quart des seniors ayant répondu au questionnaire ont de la famille éloignée. Le numérique pourrait être une ressource majeure pour maintenir les liens malgré la distance. Selon les chiffres les plus récents, en France, en 2019, 23% des personnes âgées de plus de 60 ans n'utilisent jamais internet.<sup>85</sup> En Suisse, les chiffres de 2015 font état de 44% des plus de 65 ans qui n'utilisent pas internet.<sup>86</sup> Evidemment ces chiffres évoluent rapidement. Même si le nombre d'aîné-e-s non-internautes est en constante diminution, le nombre de seniors qui n'ont pas du tout accès aux nouvelles technologies reste très élevé. La marge de progression au niveau de l'accès aux nouvelles technologies est donc importante. **Que ce soit sous forme de cours ou d'ateliers, le soutien aux nouvelles technologies est à développer.** En effet, « la cyberadministration influencera bientôt tous les actes de la vie quotidienne et risque fort d'occasionner une stigmatisation supplémentaire des personnes qui en seront exclues. »<sup>87</sup> La crise du coronavirus a mis en évidence l'importance des liens sociaux virtuels.

### **En résumé :**

L'information et l'aide administrative sont des enjeux fondamentaux pour les seniors. Pour rappel, entre 30 et 50% des seniors ayant droit aux prestations complémentaires n'en font pas la demande. Les communes se doivent d'intervenir autour de cette thématique.

---

<sup>83</sup> *Rapport de la Commission consultative cantonale pour le développement de la politique en faveur des personnes âgées*, Canton du Valais, *op. cit.*, p. 18.

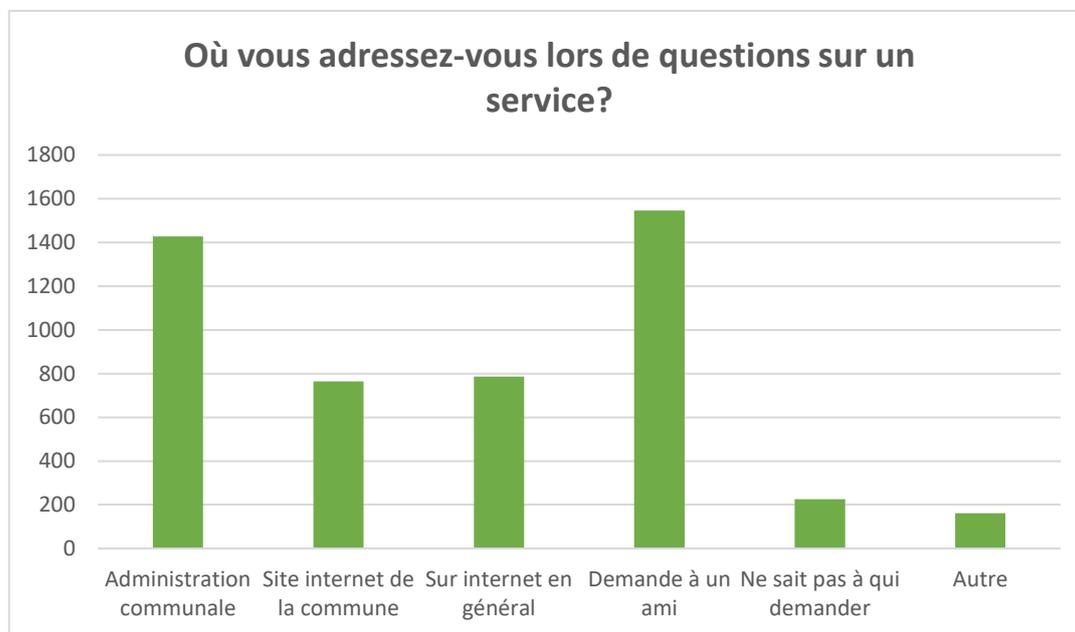
<sup>84</sup> BALAVOINE M., JANN A. & ZÄNGL P., « Les "caring communities" : un nouvel horizon pour le soutien social » in *Rapport annuel 2018*, Lausanne, Fondation Leenaards, 2019, p. 26.

<sup>85</sup> PETITS FRÈRES DES PAUVRES, *op.cit.*, p. 58.

<sup>86</sup> <https://www.prosenectute.ch/fr/prestations/publications/etudes/digital-seniors.html>

<sup>87</sup> DUBOIS P., *loc. cit.*

## Question 11 : Où vous adressez-vous en cas de question ?

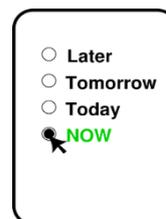


L'administration communale et les ami-e-s sont majoritairement sollicité-e-s lorsqu'un senior a une question à poser. Encore une fois, internet est relativement peu utilisé pour trouver des réponses. L'information est d'abord un enjeu de proximité. Le rôle des communes et de leur administration est donc particulièrement important. Un accueil de qualité et fiable serait assimilé à un signe de reconnaissance pour les aîné-e-s ayant répondu au questionnaire. « L'aide à l'orientation peut être fournie de diverses manières. Les pages internet et les brochures présentent par exemple une vue d'ensemble des offres à disposition. Dans la pratique, il s'avère toutefois que ce genre de catalogue d'offres, bien qu'important, ne suffise pas à assurer que les intéressés solliciteront ces prestations ou en bénéficieront. Hormis l'information, des conseils sont nécessaires, car les personnes âgées vulnérables et leurs proches ne disposent souvent pas des ressources nécessaires pour pouvoir formuler clairement leur besoin de soutien et organiser ensuite eux-mêmes les prestations adéquates. »<sup>88</sup>

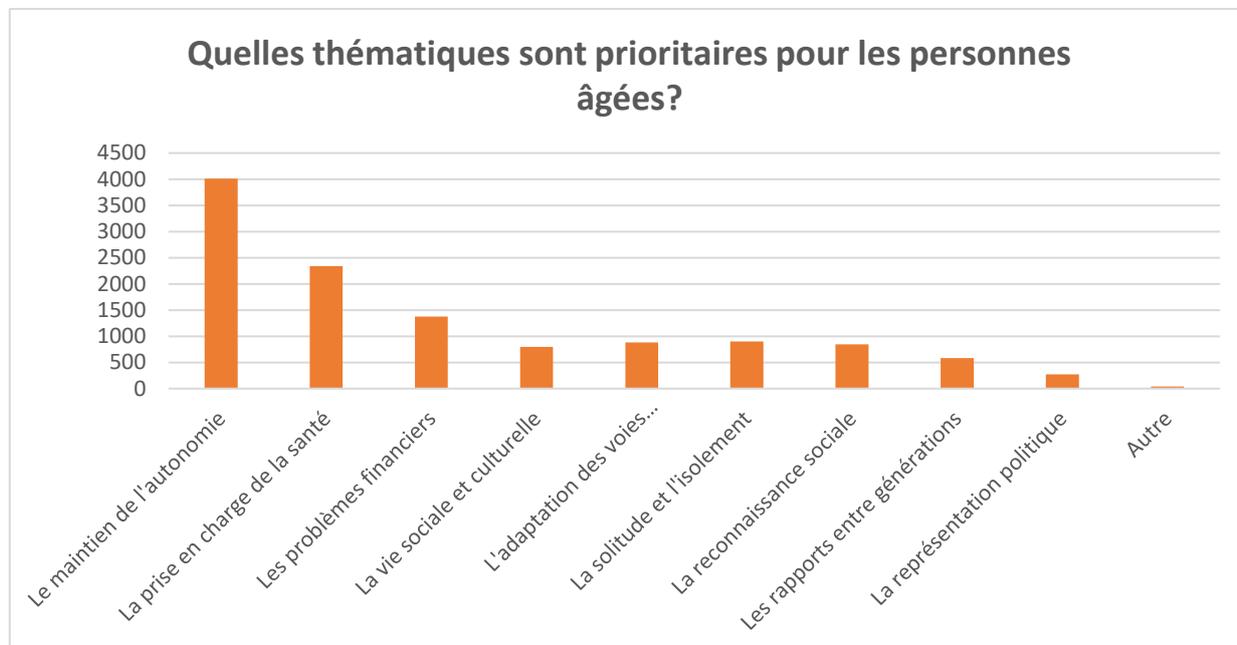
### **En résumé :**

Les seniors ont besoin de rencontrer une personne lorsqu'ils/elles ont des questions à poser. L'accueil et la convivialité méritent d'être développés au sein des administrations communales et régionales.

<sup>88</sup> ETTLIN R., *loc. cit.*, in HÖPFLINGER F., HUGENTOBLE V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 230.



## Question 12 : Les thématiques prioritaires



Le maintien de l'autonomie et la prise en charge de la santé sont les deux thématiques prioritaires selon les seniors ayant répondu au questionnaire.

Cela confirme les éléments développés dans Senior<sup>+</sup> : l'enjeu principal est d'augmenter les années de vie passées en bonne santé. Toutes les incitations à sortir de la maison sont favorables au prolongement des années de vie passées en bonne santé. Ainsi, même si les loisirs et la culture ne sont pas des objets de préoccupation des aîné-e-s, un accent sur ces questions fait sens. Les communes gruériennes seraient bien inspirées de développer encore plus ce type d'offres. Les questions de santé et de mobilité viennent souvent en premier à l'esprit des personnes interrogées. Toutefois, la crise du coronavirus a montré combien la maîtrise des nouvelles technologies (maintien du lien social par visioconférences...) était capitale. Les questions des liens intergénérationnels, culturels et sociaux seront à n'en pas douter, au cœur des enjeux de ces prochaines années.<sup>89</sup> Les personnes âgées n'ont souvent pas droit (ou ne se donnent pas le droit) à l'amélioration, à la progression à la formation. Les offres culturelles visent au contraire à inscrire ces aîné-e-s dans un processus actif d'échanges de savoir, de services, de pratiques sociales ou communautaires. Les apprentissages visent à rendre à l'individu vieillissant sa dimension d'individu « agissant » et en relation. « Nous passons plus de temps à imaginer les personnes âgées qu'à les voir. Nous les imaginons à

<sup>89</sup> La crise du coronavirus a suscité bien des réactions autour de la stigmatisation des personnes âgées : tous les 65 ans et plus ne sont pas vulnérables, bien au contraire, ils sont majoritairement des ressources pour les autres générations.

travers le récit de leur vie d'antan, à l'Histoire qui s'est déroulée de façon contemporaine à elles, mais nous les voyons rarement dans le présent, et encore moins dans une perspective d'avenir ». <sup>90</sup> La formation, la culture permet à l'inverse de placer les personnes âgées dans une perspective agissante, à les remettre en action.

Vieillir chez soi représente une priorité pour une majorité des seniors ayant répondu au questionnaire. « Or cette priorité demande d'associer l'aide professionnelle de type soins médicaux purs et l'aide de la communauté civile. Mais la disponibilité de l'aide ne suffit pas. L'information à propos de l'offre est aussi cruciale. Les systèmes d'aide doivent être visibles et compréhensibles. En résumé, ce qui importe, c'est d'encourager une culture globale qui favorise le maintien à domicile. [...] Les autorités communales représentent un acteur central pour la durabilité des projets. Si elles ne sont pas impliquées, la dynamique finit par s'éteindre. » <sup>91</sup>

La question des « problèmes financiers » arrive en troisième position. <sup>92</sup> « En Suisse, le nombre et la part de personnes âgées riches ont augmenté ces dernières années. En conséquence, les "personnes âgées" sont devenues un "précieux" groupe de consommateurs. Cependant, la pauvreté et les difficultés financières continuent de toucher des personnes âgées en Suisse, malgré la prospérité du pays. On y dénombre non seulement des retraités aisés, mais encore beaucoup de retraités particulièrement pauvres. Plus encore que dans les groupes d'âge plus jeunes, la situation économique des personnes âgées se caractérise par de fortes disparités du point de vue de leur situation financière. Parmi les personnes de 65 ans et plus, les 10% les plus riches, en 2016, comptabilisaient un revenu annuel disponible de 81'152 francs en moyenne, contre seulement 23'759 francs pour les 10% les plus pauvres. Les 10% de rentiers AVS les plus riches disposent ainsi de ressources financières 3 - 4 fois plus importantes que les 10% les plus pauvres. » <sup>93</sup> « Malgré l'extension de la prévoyance vieillesse, plus d'un cinquième des retraités sont encore considérés comme menacés de pauvreté. La pauvreté relative des personnes âgées n'a donc ni augmenté ni diminué en Suisse. La pauvreté relative touche particulièrement les personnes vivant seules, soit un groupe de population constitué essentiellement de femmes âgées. » <sup>94</sup>

Dans cet état d'esprit, il convient de relever que les seniors ayant répondu au questionnaire ont énuméré une série importante de propositions de soutien financier dans le cadre des questions libres. Il n'est malheureusement pas possible de les relever toutes dans cette

---

<sup>90</sup> WILL I., « Déléguer le souci de soi aux soignant-e-s ? » in Reiso, Revue d'information sociale, mis en ligne le 6 mai 2020, <https://www.reiso.org/document/5895>.

<sup>91</sup> BALAVOINE M., JANN A. & ZÄNGL P., *loc. cit.*, pp. 24-25.

<sup>92</sup> Pour une comparaison très intéressante du revenu disponible des personnes âgées en Suisse, se référer à <https://www.revenu-des-aines.ch/fr/>. En Suisse, le 23% des retraités sont menacés de pauvreté, cf. Knöpfel C., « Quand les fins de mois sont difficiles » in *Gerontologie.ch*, n° 1, 2020, pp. 13-14.

<sup>93</sup> Office fédéral de la statistique, *Enquête sur les revenus et les conditions de vie*, Neuchâtel, 2017, cité par HÖPFLINGER F., HUGENTOBLER V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, pp. 63-64.

<sup>94</sup> HÖPFLINGER F., HUGENTOBLER V. & SPINI D. (éd.), *op. cit.*, p. 66.

analyse de district. Toutefois le/la lecteur/trice attentif/ve peut se procurer un listing des propositions récoltées par commune, en effet chaque Commission seniors a élaboré une liste détaillée des propositions émanant des seniors.<sup>95</sup>

Il convient toutefois de mettre en exergue l'importance quantitative des propositions en lien avec les finances des seniors. Passablement de seniors demandent une fiscalité réduite, voire nulle, pour les retraité-e-s. D'autres demandent la gratuité des transports publics. Il s'agit là d'une surprise, le questionnaire n'ayant pas abordé directement cet aspect. A l'avenir, il sera important de questionner de front cette notion de garantie des moyens d'existence. Très certainement, les communes seront attendues autour de cette thématique. Des premières mesures de soutien financier devront logiquement être proposées dans le cadre des concepts communaux en faveur des personnes âgées.

#### **En résumé :**

La situation financière des seniors est très contrastée. La précarité économique est une réalité pour une partie des seniors ayant répondu au questionnaire.

---

<sup>95</sup> Les Commissions seniors qui désirent développer une analyse plus locale des résultats sont invitées à énumérer ces propositions en annexe de leur document.

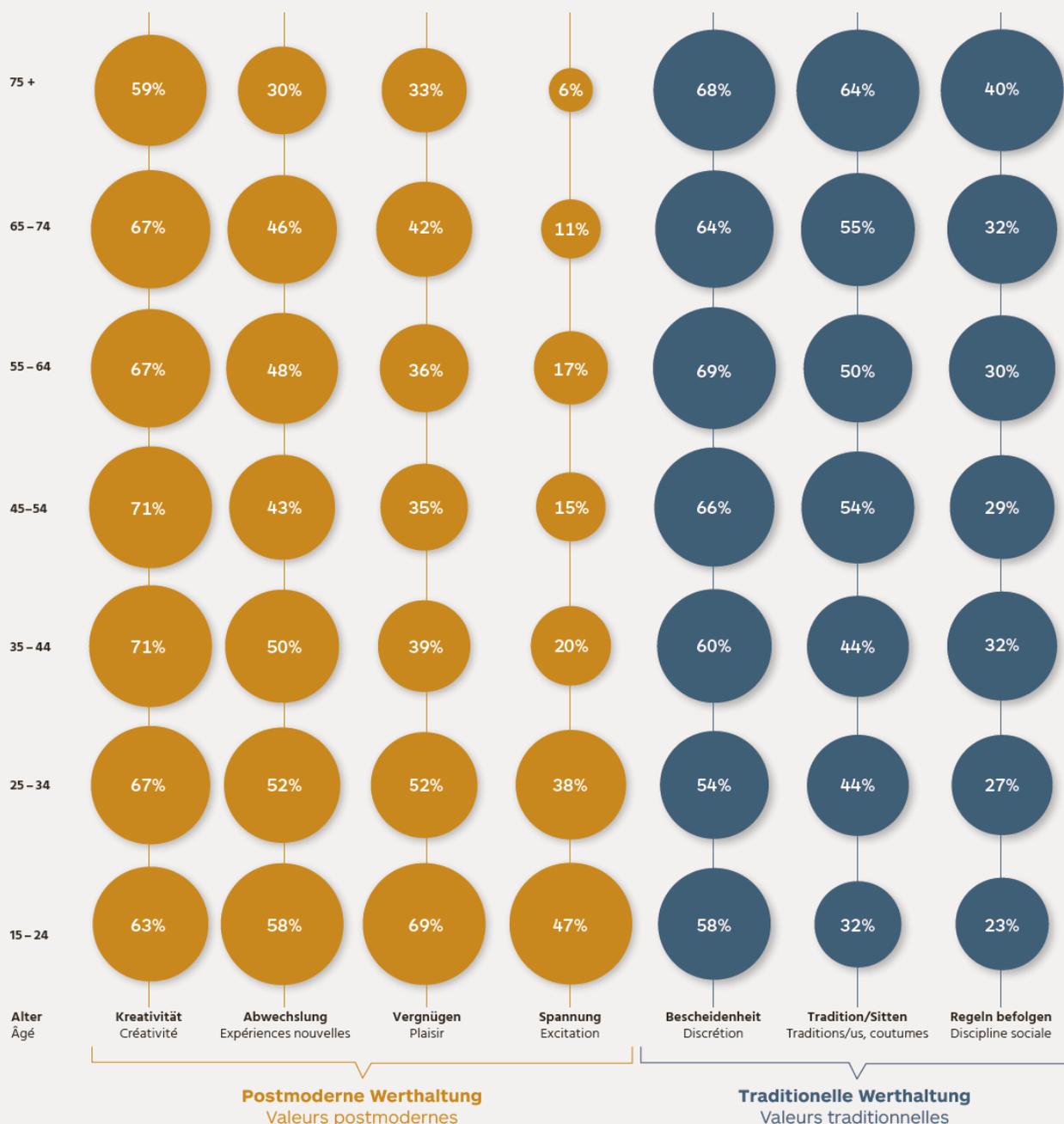
# Welche Werte in welchem Alter wichtig sind

## Valeurs jugées importantes selon la classe d'âge

Die Erhebung aus dem aktuellen Age Report zeigt: Vergnügen («Fun/Spass») und Spannung («Abenteuer/aufregendes Leben») sind Werte, die primär von den Jungen vertreten werden, wobei das Vergnügen bei jungen Rentnerinnen und Rentnern nochmals an Bedeutung gewinnt. Traditionelle Werthaltungen, wie Sitten befolgen oder Regeln einhalten, finden bei älteren Befragten mehr Beachtung. Auch im höheren Lebensalter bleibt die Kreativität wichtig.

Une enquête du dernier Age Report le montre: le plaisir («divertissement/ amusement») et l'excitation («aventure/vie palpitante») attirent surtout les jeunes, même si les jeunes retraités redeviennent hédonistes. A contrario, plus les années passent et plus on devient sensible aux valeurs traditionnelles, comme le respect des coutumes et la discipline sociale. Quant à la créativité, elle reste importante jusqu'à un âge avancé.

Anteile nach Altersgruppen, 2016  
Parts selon le groupe d'âge, 2016



Autres enquêtes actuelles  
[www.age-stiftung.ch/publikationen/](http://www.age-stiftung.ch/publikationen/)

Tiré de : Gerontologie.ch, n° 1, 2020, p. 24.

## En guise de conclusion de l'analyse des besoins

De l'investigation par questionnaire, il est possible de mettre en avant quelques points saillants :

- 1) Les seniors vivent des situations très contrastées au niveau culturel, social et économique.
- 2) Parmi ces seniors, certains groupes méritent une attention particulière : femmes<sup>96</sup>, migrant-e-s, personnes dépendantes et personnes isolées.
- 3) Quelques seniors ont manifesté une certaine impatience à mettre en place certains services ou équipements concernant les domaines de l'habitat, de la mobilité, de la participation à la vie en société... le tout devant favoriser l'autonomie la plus large et la plus longue possible.
- 4) Les seniors souhaitent participer à la mise en œuvre de ces services et institutions dans toute la mesure du possible.<sup>97</sup>
- 5) Conscient-e-s que leur vie sociale est étroitement liée à la situation des autres groupes d'âges, les seniors désirent promouvoir les diverses formes de solidarités entre les générations.<sup>98</sup>

Le vieillissement impacte toutes les politiques communales et doit être pris en compte, non dans les seules politiques sociales ou médico-sociales, mais par l'ensemble de l'équipe communale, notamment pour le logement, l'urbanisme et le transport.<sup>99</sup> « La prise en charge au troisième âge doit être prise en compte de mieux en mieux dans le développement des quartiers et des villes. Un développement durable doit tenir compte des besoins des personnes âgées en tant qu'élément de la planification. »<sup>100</sup>

Pour rappel, la santé de nos seniors est clairement influencée par l'environnement, la culture, l'éducation et l'économie. En ce sens, à l'avenir les communes devront s'attacher à promouvoir la santé par une logique préventive beaucoup plus intense.

---

<sup>96</sup> Le 70% des appels à la hotline de la Croix-Rouge française durant la crise du COVID-19 provenait de femmes. Cf. <https://www.ash.tm.fr/exclusions-precarite/confinement-70-des-appels-a-laide-viennent-de-femmes-552045.php>

<sup>97</sup> Les seniors ne souhaitent pas seulement être bénéficiaires. Ils aspirent aussi à prendre part. Il ne s'agit pas seulement de faire pour les seniors mais avec les seniors.

<sup>98</sup> *Rapport de la Commission consultative cantonale pour le développement de la politique en faveur des personnes âgées*, Canton du Valais, *op. cit.*, p. 3.

<sup>99</sup> [http://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2014/2014\\_10\\_projet\\_loi\\_programmation\\_vieillissement.pdf](http://www.lecese.fr/sites/default/files/pdf/Avis/2014/2014_10_projet_loi_programmation_vieillissement.pdf)

<sup>100</sup> KNÖPFEL C. & alii, *Une bonne prise en charge au troisième âge. Perspectives pour la Suisse*, Paul Schiller Stiftung Zürich, Editions Seismo, 2018, p. 24.



## CONTRIBUTION À LA SANTÉ



Source : OFSP, spectra, août 2006, n°58

Les soins médicaux ne contribuent que pour 10 à 20 % à la santé mais coûtent extrêmement cher.

2019



FUTUR

Système de santé axé sur le traitement de la maladie.

Système de santé axé sur le bien-être, la prévention et l'intervention précoce.

Tiré de : BALAVOINE M. & KIEFER B., *Vers un autre système de santé*, Lausanne, Fondation Leenaards, 2019, p. 16, <https://www.planetesante.ch/rapport-sante-2019/>

### Des mesures qui répondent à des besoins :

Les exemples de mesures communales sont nombreux et touchent des secteurs variés : transport à la demande, bistrot itinérant, retour des épiceries locales –à défaut ambulantes–, mobilisation des capacités de transports scolaires,...

Afin que ce fourmillement de projets ne soit pas vain, il sera essentiel de s'appuyer tant sur les ressources locales que sur les besoins des seniors. Concrètement, **la pérennisation des Commissions seniors est un enjeu fondamental**. Le renouvellement à échéances régulières du questionnaire d'étude de besoins sera également fort bénéfique afin de rester agile et d'innover constamment.

« Le maintien de l'autonomie » sort largement en tête des préoccupations des seniors. Tant les commerces de proximité que les transports en commun sont des facteurs majeurs du maintien de l'autonomie. **Le maintien de l'autonomie est un besoin fort des seniors qui ne veulent pas être un poids pour leur famille et leur entourage**. « C'est être autonome physiquement mais aussi dans ses choix de tous les jours. Etre autonome se traduit par la volonté de rester chez soi, par le refus d'une aide-ménagère, par une volonté de choisir seul ses achats, la volonté de régler sa succession et ses obsèques,...

Un autre élément important à mettre en évidence est le souhait d'élargir la palette des offres, venant ainsi compléter les offres plus traditionnelles autour des « soins ». En particulier, très rares sont les seniors ayant répondu au questionnaire à avoir demandé un développement du nombre de lits en EMS.<sup>102</sup> Peut-être même au contraire, la plupart des seniors souhaite vivre

<sup>101</sup> Tiré de <http://www.fredericserriere.com/silverconomie/la-pyramide-des-besoins-des-seniors/>

<sup>102</sup> Il est probable que les seniors résidant en EMS n'auront que peu répondu à ce questionnaire.

le plus longtemps possible à domicile. Les soins à domicile n'ont pas cette image négative mais n'ont que très peu fait l'objet de demande de développement. Pour schématiser quelque peu, les EMS sont en train de se spécialiser sur la très grande dépendance et la fin de vie et les soins à domicile ne touchent, dans le fond qu'une petite minorité des seniors (22% des répondant-e-s). Rappelons que le secteur des soins est appelé à changer de paradigme : il est question de passer aux soins intégrés. Concrètement les soignant-e-s doivent tenir compte des compétences et capacités des seniors, mais aussi par exemple de l'aménagement de leur logement... Si le Service d'aide et de soins à domicile le fait déjà en partie, les EMS devront également proposer leurs expertises sur ces questions aux seniors de leurs régions respectives.

Les demandes exprimées dans le questionnaire touchent plutôt le « social » ou l'insertion à la vie locale. L'enseignement est majeur.

### **Une démarche participative pleine de sens :**

Certains seniors ont été surpris de recevoir le questionnaire d'étude de besoins. Ils/elles ont tenu à exprimer leur gratitude face à la préoccupation des communes, comme s'ils ou elles étaient étonné-e-s de cette attention. Les remerciements et encouragements dans la partie libre du questionnaire étaient, somme toute, plutôt nombreux.<sup>103</sup> Gageons que ce type de démarche puisse déboucher sur une revitalisation du « public ». Rappelons que le lien social a peut-être autant d'importance sur la santé des seniors que des comportements à risque tels que la fumée et/ou l'alcool.<sup>104</sup>

La démarche participative (probablement par le biais de World Cafés) permettra d'identifier, de vivifier et de créer des liens sociaux entre les seniors et les acteurs sociaux des communes, d'augmenter ainsi les ressources locales en faveur d'actions sociales ultérieures.

Beaucoup de pistes de mesures émergent de cette première analyse, le RSSG est convaincu que ce document saura stimuler les envies de transformer ces réflexions en mesures concrètes à développer au sein des communes gruériennes.

---

<sup>103</sup> Par contraste, quelques seniors ont demandé des actes plutôt que des recherches, témoignant ainsi une certaine impatience à l'amélioration des transports publics et des trottoirs en particulier.

<sup>104</sup> Voir par exemple une campagne française incitant à tisser des liens sociaux : <https://eureennormandie.fr/wp-content/uploads/2019/04/Plaque-LIEN-SOCIAL-1.pdf>

**Remerciements :**

***Nous tenons à profiter de ce document pour remercier chaleureusement les seniors ayant répondu à ce questionnaire ainsi que toutes les commissions seniors qui œuvrent dans notre district depuis une année environ.<sup>105</sup> Grâce à vos réponses et à votre immense travail, les communes gruériennes seront capables de développer et prioriser différentes mesures à mettre en place en faveur des personnes âgées.***

---

<sup>105</sup> Merci également à Madame et Monsieur Caroline et Jean-Paul Petitat d'ATD Quart Monde Fribourg pour leur relecture du document.