

## À l'initiative des élus, le centre communal d'action sociale (CCAS) de Beaumont met en œuvre des actions pour sortir les seniors de leur isolement.

# À Beaumont (Puy-de-Dôme) : une animatrice crée du lien social pour les personnes âgées isolées

**Catherine Monteillet,**  
directrice du centre communal  
d'action sociale (CCAS), Beaumont,  
Puy-de-Dôme.

La volonté des élus de sortir les usagers de leur isolement a conduit le centre communal d'action sociale (CCAS) de Beaumont<sup>1</sup> à mettre tout en œuvre pour développer le lien social en proposant aux personnes âgées des sorties à la journée, des repas conviviaux, etc. Une animatrice diplômée en gérontologie sociale a été recrutée pour accroître le lien social dans une résidence dont la plupart des locataires sont des personnes âgées de 60 ans à 92 ans ; sa mission consiste également à permettre à d'autres habitants du quartier de participer à des actions, de créer des liens intergénérationnels, à terme avec d'autres structures municipales (petite enfance, animation de la cité). La création de ce poste d'animatrice, dans le cadre des contrats aidés, a été un élément-moteur pour le développement du lien social. L'animatrice a su insuffler son énergie et fidéliser un petit groupe qui ne cesse de croître. Le renouvellement du contrat lui a permis de poursuivre un projet de développement du lien social. Aussi va-t-elle faire désormais du porte-à-porte dans un autre quartier pour étendre ses activités.

### Un atelier carnet de vie : exercice de mémoire et de transmission

Parallèlement avec l'association régionale santé, éducation et prévention sur les territoires (Arsept<sup>2</sup>) Auvergne, le CCAS a mis en place pour les seniors plusieurs ateliers, dont l'atelier équilibre, assuré par un animateur qualifié pour prévenir les chutes.

La principale difficulté rencontrée, c'est d'inciter les personnes, souvent repliées sur elles-mêmes, à participer à ces actions. En revanche, lorsque le pas est franchi, elles acceptent plus facilement d'intégrer d'autres

ateliers. Les bienfaits sont indéniables. Par exemple, une personne ayant participé à un atelier équilibre a pu, grâce aux techniques apprises, se relever sans difficulté lors d'une chute. Certains participants ont retrouvé une joie de vivre communicative et des repères pour venir aux activités. Le CCAS a des retours très positifs de la part des familles ravies de voir leur(s) parent(s) sortir de leur isolement, voire de leur état dépressif.

Face à la demande, le CCAS met d'autres ateliers en place, toujours avec l'Arsept. Les ateliers nutrition et mémoire rencontrent un vif succès, et grâce au financement de la conférence des financeurs<sup>3</sup> de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA), un atelier carnet de vie, faisant partie du projet départemental Atout âge, vient de débuter avec un petit groupe d'anciens Beaumontois.

De même, avec le comité régional d'éducation physique et de gymnastique volontaire d'Auvergne, des cours adaptés aux seniors ou à des personnes atteintes de maladies chroniques (diabète, rémission de cancer, etc.) sont proposés et animés par des éducatrices expérimentées et formées spécifiquement. L'objectif est d'améliorer la qualité de vie et l'estime de soi, de se réadapter à l'effort, de limiter les facteurs de risques et surtout de partager, d'échanger avec d'autres personnes et d'entretenir un lien social.

Si le public concerné par ces actions est essentiellement composé de retraités, sont également accueillis des jeunes en situation de handicap.

### Des actions à l'initiative des usagers

Des petits groupes se sont constitués ; certains se retrouvent en dehors des ateliers, d'autres partagent des moments de convivialité autour d'un repas à thème mensuel, proposé par l'animatrice. Des activités intergénérationnelles avec les jeunes du centre d'accueil de loisirs permettent des échanges et des transmissions d'expérience. Désormais, les usagers de ces dispositifs sont force de proposition

### L'ESSENTIEL

► **À Beaumont (Puy-de-Dôme), des ateliers prévention des chutes, mémoire, nutrition, activité physique et des activités intergénérationnelles partagées avec les plus jeunes permettent aux personnes âgées isolées de recréer du lien social, sous la houlette d'une animatrice en contrat aidé.**

et lancent des idées en fonction de leurs goûts ; ainsi, un jardin partagé va être créé au printemps 2018, dans un quartier récemment aménagé.

Une dynamique que le CCAS cherche à reproduire dans d'autres quartiers avec l'ouverture d'une nouvelle salle, même s'il rencontre toujours cette difficulté à attirer un public. Pour mobiliser les Beaumontois, le CCAS, communique sur toutes les actions mises en place et les projets à venir par le biais des médias municipaux et par la distribution de flyers ; mais le meilleur support publicitaire reste encore le bouche-à-oreille. Cette année, de nouveaux usagers ont intégré des ateliers après avoir participé à la Semaine bleue, consacrée aux seniors. ■

1. Commune de 11 000 habitants, située dans le Puy-de-Dôme, Beaumont appartient notamment au Réseau français des villes-santé de l'Organisation mondiale de la santé (OMS).

2. En ligne : <https://wwwARSEPT-AUVERGNE.fr>

3. Conférence des financeurs du Puy-de-Dôme, Programme départemental de prévention. Exercices 2016-2017, 12 septembre 2016, lire articles 3 à 5 issus de la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement – ASV : p. 6-7. En ligne : [http://www.puy-de-dome.fr/fileadmin/user\\_upload/CD63-2016-12-plan-prevention-logo.pdf](http://www.puy-de-dome.fr/fileadmin/user_upload/CD63-2016-12-plan-prevention-logo.pdf)