

**PRO
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE



Tout pour le bien-être des seniors de votre commune !

Prestations aux communes
vaudoises

canton de Vaud

vd.prosenectute.ch

Sommaire

- 4 Diagnostic senior
- 5 Conseil et accompagnement de projets
- 7 Prestations sociales déléguées
- 8 Programme « Quartiers Solidaires »
- 11 Soutien à la vie sociale des seniors
- 12 Soutien aux groupes de seniors locaux
- 13 Organisation de A à Z de sorties pour les aînés
- 14 Activités physiques pour les seniors
- 15 Conférences Info-seniors
- 15 Préparation à la retraite
- 16 Pro Senectute Vaud, depuis 100 ans en faveur des plus âgés !

Des idées, des conseils, du soutien et notre expérience pour vous aider à embellir la vie de vos concitoyens à la retraite.

Pro Senectute Vaud offre des prestations directes aux seniors vaudois, ainsi que des prestations indirectes en tant que partenaire spécialisé.

Que ce soit pour vous soutenir dans l'organisation d'activités attractives en faveur des seniors, vous aider à mieux identifier leurs besoins ou à mettre en place des projets intergénérationnels, nous nous réjouissons d'être à vos côtés, dans votre commune, pour partager notre expérience avec vous et tenter d'améliorer le bien-être de vos concitoyens âgés.

Le vieillissement de la population est sans conteste un défi économique et social pour de nombreuses communes, mais c'est aussi une belle opportunité de développer de nouveaux projets, avec et pour les seniors.

Nous sommes aussi là pour vous, contactez-nous !



Tristan Gratier
Directeur

Diagnostic senior

Instrument d'évaluation principalement destiné aux petites et moyennes communes, le diagnostic senior de Pro Senectute Vaud a pour but de produire une analyse des besoins et ressources existantes et de proposer des solutions adaptées pour développer une politique communale en faveur des aînés.

La démarche couvre de nombreuses politiques publiques sectorielles : urbanisme, logement, mobilité, transports publics, cohésion sociale, promotion de la santé. Elle inclut par ailleurs **une participation active des citoyens âgés**.

Les recommandations du diagnostic senior peuvent conduire à l'adaptation de l'offre de prestations communales ou de partenaires externes (Pro Senectute Vaud ou autres), voire à des démarches spécifiques comme l'adhésion au Réseau francophone Villes Amies des Aînés. Le Canton propose déjà d'adopter un mode de financement incitatif pour les communes.



En un coup d'œil

- Diagnostic senior : une évaluation globale rapide et simple.
- Point de départ pour concevoir une véritable politique communale en faveur des aînés.
- Soutien financier du Canton.



Conseil et accompagnement de projets

Des décisions à prendre en faveur des seniors de votre commune? Pro Senectute Vaud est l'interlocuteur privilégié des syndicats, municipaux et chefs de service. Sous forme de conseil ponctuel, de projet confié ou d'accompagnement régulier, nous sommes là pour vous aider à concevoir, choisir et réaliser. Nous partageons avec vous les bonnes pratiques actuelles en matière d'animation socioculturelle, de projets intergénérationnels, d'engagement bénévole ou d'offres de prestations utiles aux retraités.

Accompagnement de projets urbains

Soutenus par la Fondation Leenaards, Pro Senectute Vaud et l'Institut Transform de la Haute école d'ingénierie et d'architecture de Fribourg associent leur compétences et proposent un accompagnement novateur aux communes souhaitant densifier des quartiers existants ou en construire de nouveaux. La démarche inclut les habitants seniors, pour répondre à leurs besoins architecturaux et sociaux. L'objectif consiste à **favoriser une vie de quartier** empreinte de cohésion sociale, où les générations cohabitent, s'entraident et créent les conditions d'une avancée en âge autonome.

Pro Senectute Vaud a aussi développé un savoir-faire reconnu dans le domaine de l'**habitat adapté et accompagné**. Nous pouvons vous conseiller et vous aider à mettre en place une politique sociale du logement adaptée aux seniors et à tous les âges de la vie, ainsi que des projets concrets.



En un coup d'œil

- Conseil ponctuel ou régulier pour toute question touchant les seniors.
- Méthodologie innovante qui tient compte des besoins urbanistiques et sociaux des seniors.
- Accompagnement au développement d'une vie de quartier.
- Accompagnement au développement d'habitats adaptés ou accompagnés.



Le service de consultation sociale de Pro Senectute Vaud à Moudon apporte chaque mois une aide précieuse à ceux qui en ont besoin.

Lucas Contomanolis, municipal de Moudon

Prestations sociales déléguées

La mise sur pied d'une **consultation sociale** sur rendez-vous, par exemple à une fréquence mensuelle ou bimensuelle, est notamment particulièrement intéressante pour les communes de plus de 5000 habitants éloignées d'un bureau de Pro Senectute Vaud. Nos assistantes sociales fournissent aussi bien du soutien administratif que psycho-social ou financier.

Avec ses compétences et son expérience en matière d'attribution d'**aides financières** aux seniors, Pro Senectute Vaud est aussi en mesure de gérer sur délégation communale des fonds prévus à cet effet (définition des critères, gestion des demandes, rapport).



En un coup d'œil

- Consultation sociale pour les seniors.
- Gestion de fonds en faveur des seniors.



Programme

« Quartiers Solidaires »

Le programme « Quartiers Solidaires » de Pro Senectute Vaud s'appuie sur une méthodologie éprouvée d'accompagnement de **projets communautaires au profit de la qualité de vie de la population d'un quartier ou d'une localité**. Lancé en 2002 avec le soutien de la Fondation Leenaards, le programme bénéficie depuis 2011 d'un financement du Canton de Vaud. Depuis 2012, la méthodologie a été adaptée pour pouvoir développer des projets de villages et de bourgs solidaires.

Le but de la démarche est de **permettre aux habitants de devenir les auteurs et les acteurs de leurs propres projets** afin de faciliter l'intégration et la participation sociale des personnes âgées au sein de leur quartier ou de leur commune.

Après la première phase de diagnostic communautaire qui dure une année, les habitants développent avec l'appui des collaborateurs de Pro Senectute Vaud des projets et activités qui répondent aux besoins identifiés. A la fin du projet, Pro Senectute Vaud se retire pour laisser la place à une entité nouvelle et autonome. La durée totale de la démarche est de trois ans et demi pour les projets de villages solidaires et de cinq ans pour les quartiers et les bourgs solidaires.

Depuis 2007, plus de quinze projets ont atteint le stade de l'autonomie. Ils témoignent d'un impact très favorable sur la qualité de vie de nombreux aînés et habitants.



En un coup d'œil

- Méthodologie largement éprouvée.
- Accompagnement sur la durée pour l'intégration des aînés.
- Soutien financier du Canton.

quartiers-solidaires.ch



Quoi de plus normal pour une collectivité de créer des « Quartiers soliDaires » plutôt que « soliTaires » ! Il suffit de changer une seule lettre pour que tout devienne positif !

Alain Gillièron, syndic de la Ville de Prilly

Autonomes et proches des besoins, c'est ainsi que d'une démarche participative sont nées des associations nouvelles et vivantes.

François Payot, syndic de Grandson





Se promener, danser, cuisiner ou échanger des savoirs, les occasions ne manquent pas pour tisser des liens entre générations dans le cadre des activités développées à Bussigny avec Pro Senectute Vaud.

Germaine Müller, municipale de Bussigny

En collaborant étroitement dans le cadre des activités de la Maison de Quartier de Clarens, la Commune de Montreux et Pro Senectute Vaud visent, ensemble, à renforcer les liens intergénérationnels et trouver ainsi une place pour tous les âges.

Jacqueline Pellet, municipale de Montreux

La collaboration avec l'animatrice régionale de Pro Senectute Vaud nous a permis de développer et valoriser plusieurs activités au sein de notre Commune telles que le Ciné-seniors et la Table au bistrot.

Eric Fatio, municipal de Château-d'Œx

Soutien à la vie sociale des seniors

Pour créer du lien et participer au bien-être et à l'autonomie des aînés, Pro Senectute Vaud est compétente pour mobiliser des seniors – **bénévoles ou participants** – **autour de nombreuses activités «à la carte»** qui peuvent être développées dans toutes les communes : Ciné-seniors, projets culturels, Rendez-vous créatifs, projets intergénérationnels, etc.

Parmi les activités, les Tables conviviales est un autre exemple de prestation qui soutient la vie sociale en réunissant régulièrement seniors et bénévoles autour d'un bon repas selon différentes formules (**Table d'hôtes**, Table au bistrot ou encore Table à la cantine). C'est un excellent moyen de rencontrer de nouvelles personnes et tisser des liens.

Pro Senectute Vaud peut aussi être mandatée pour des projets spécifiques comme un soutien à l'implémentation de « la compagnie des voisins », un outil simple et novateur développé avec Retraites Populaires et le Canton de Vaud qui encourage les contacts, les activités et les coups de main entre voisins, avec une attention toute particulière aux aînés.

Enfin, l'association peut mettre à disposition **des référents sociaux** pour les communes disposant d'immeubles avec une forte densité de seniors (par exemple : habitats adaptés ou accompagnés, logements protégés). Les référents sociaux ont pour mission de favoriser la qualité de vie de l'ensemble des locataires, dont les besoins, les attentes et les implications sont aussi divers que variés.



En un coup d'œil

- Activités sociales «à la carte».
- Tables conviviales.
- Soutien à l'implémentation de « la compagnie des voisins ».
- Référents sociaux pour immeubles communaux.

Soutien aux groupes de seniors locaux

Les seniors d'une commune ou d'un quartier se mobilisent souvent pour proposer des projets ou des actions en faveur des personnes âgées, ou de la communauté locale. Néanmoins, concrétiser une bonne idée ou fédérer les énergies ne va pas forcément de soi et peut nécessiter un accompagnement externe.

Quel que soit le projet, les autorités communales peuvent mandater Pro Senectute Vaud pour un soutien ponctuel ou régulier à tout groupe de seniors, qu'il soit ou non constitué en association. Grâce à notre longue expérience du terrain dans toutes les régions du canton, nous savons comment transformer les bonnes idées en succès pour la qualité de vie des aînés !

Par exemple, avec notre concept souple de « Comité seniors », une animatrice régionale de Pro Senectute Vaud peut accompagner un groupe de quelques retraités le temps du lancement de leur projet, en collaboration avec la commune et les partenaires associatifs. Une fois le projet réalisé ou pérennisé, l'animatrice reste à disposition et le groupe poursuit son activité de manière autonome.



En un coup d'œil

- Soutien à la réalisation de projets de seniors.
- Animation de « Comité seniors » locaux.
- Soutien à des associations d'aînés.



Organisation de A à Z de sorties pour les aînés

De nombreuses communes proposent chaque année des sorties pour leurs aînés. Très appréciées par les seniors, ces excursions constituent également de belles occasions pour la Municipalité d'être au contact direct de leurs concitoyens âgés et de partager avec eux un moment convivial. Mais elles sont aussi une charge organisationnelle importante (choix de la destination, repérages, restaurant, transport, etc.).

Actif depuis plus de 25 ans dans l'organisation de petites et grandes excursions adaptées aux seniors (Petites Fugues, Excursions dynamiques ou encore séjours accompagnés), Pro Senectute Vaud est le partenaire idéal pour concevoir et organiser de A à Z une sortie réussie pour les aînés de votre commune.

Nous disposons notamment d'un **vaste catalogue de destinations** éprouvées en Suisse romande ou ailleurs. Grâce à notre propre flotte de minibus adaptés aux personnes à mobilité réduite, ainsi que de plus grands véhicules fournis par nos partenaires caristes, nous pouvons prendre en charge des groupes de cinq à plus de 100 personnes.

Outre les sorties annuelles pour les aînés, d'autres formes d'excursions peuvent être proposées, avec par exemple une prise en charge à domicile.



En un coup d'œil

- Organisation de sorties pour groupes d'aînés, de cinq à plus de 100 personnes.
- Vaste catalogue de destinations en Suisse romande.
- Minibus adaptés aux personnes à mobilité réduite, cars de nos partenaires.
- Possibilité de prise en charge à domicile.

Activités physiques pour les seniors

Toutes les communes, notamment les plus petites, ne disposent pas d'une offre d'activités physiques et de bien-être adaptée aux seniors. Or, l'exercice favorise le maintien des capacités cognitives et fonctionnelles.

Pro Senectute Vaud dispose d'une compétence reconnue dans ce domaine, qu'il s'agisse de **cours structurés** dispensés par des intervenants dûment formés en gymnastique, prévention de chutes, Domigym (gym à domicile) ou d'**activités en plein air** telles que Nordic Walking, marches ou balades accompagnées pour les moins mobiles, entraînement urbain, etc.

Nous sommes à la disposition des communes pour tout conseil ou mise en place d'une offre d'activités physiques à l'attention des seniors.



En un coup d'œil

- Activités physiques pour les petits et grands groupes.
- Réseau de moniteurs formés en sport des adultes (esa) et bénévoles.
- Large offre d'activités physiques à l'intérieur et à l'extérieur.



Conférences Info-seniors

Les conférences Info-seniors sont intéressantes pour les communes. Elles permettent d'**informer les seniors** en engageant peu de frais, tout en favorisant les échanges et la vie sociale autour de thématiques souvent passionnantes (prévention et santé, mobilité, informatique, nouvelles technologies, droits, etc.) et à caractère local pour certaines. **Différents formats** sont envisageables (conférence-discussions, balade thématique, table ronde, etc.) avec des ateliers pratiques à la clé, selon les thèmes abordés.

Préparation à la retraite

Les communes ont un intérêt financier direct et indirect à disposer d'une population âgée en bonne santé le plus longtemps possible, et qui bénéficie d'une autonomie financière suffisante. En tant qu'employeur également, elles ont la responsabilité d'aider leurs collaborateurs à prévoir la fin de leur carrière sur le plan professionnel, social et financier.

Pro Senectute Vaud – avec notamment son **programme romand de préparation à la retraite « AvantAge »** – a développé une offre complète de prestations pour permettre à tous les futurs seniors d'anticiper, appréhender et gérer ce cap.

Au-delà des prestations qu'elle peut offrir en tant qu'employeur, une commune peut ainsi nous mandater pour organiser des conférences de sensibilisation aux différents enjeux de la retraite pour les nouveaux retraités. Elle peut aussi les encourager à suivre **nos ateliers en six étapes « Carnets de route 65+ »**, une occasion pour eux de partager leurs expériences, de réfléchir aux opportunités qu'offre cette nouvelle étape de vie, de faire des choix et de donner un nouvel élan à leurs envies.



En un coup d'œil

- Conférences Info-seniors.
- Séminaires AvantAge (collaborateurs 45+, responsables RH).
- Conférences AvantAge pour nouveaux retraités.
- Carnets de route 65+ (ateliers pour jeunes retraités).

fr.avantage.ch

AvantAge
L'expérience en plus

Pro Senectute Vaud, depuis 100 ans en faveur des plus âgés !

Association privée reconnue d'utilité publique, Pro Senectute Vaud a été fondée en 1919. Notre mission est de contribuer au bien-être matériel, physique et moral des personnes en âge de retraite.

Pro Senectute Vaud compte aujourd'hui environ 90 collaborateurs, ainsi qu'un réseau précieux de plus de 500 bénévoles et auxiliaires, pour offrir des prestations utiles et de qualité, en faveur des seniors vaudois.

Pro Senectute Vaud, c'est aussi les communes vaudoises !

Près de 60 communes vaudoises sont déjà membres gratuitement de notre association. Elles témoignent ainsi de leur intérêt et de leur soutien au développement de nos prestations, directes et indirectes, en faveur de la qualité de vie des personnes âgées.

Si votre commune ne figure pas encore dans cette liste, nous serions heureux de pouvoir vous y rajouter !

Communes membres en 2018

Aclens · Aigle · Assens · Avenches · Begnins ·
Bercher · Bogis-Bossey · Bursinel · Bursins · Bussigny ·
Chavannes-des-Bois · Chavannes-près-Renens ·
Cheseaux · Corseaux · Corsier-sur-Vevey ·
Crans-près-Céligny · Cugy · Echichens · Ecublens ·
Epalinges · Gland · Gollion · Lavigny · Lausanne ·
La Sarraz · Lutry · Maracon · Montreux ·
Le Mont-sur-Lausanne · Mont-sur-Rolle · Moudon ·
Muttrux · Nyon · Orbe · Poliez-Pittet · Prangins ·
Préverenges · Prilly · Puidoux · Renens · Rolle ·
Romainmôtier · Romanel-sur-Lausanne · Saubraz ·
Savigny · Saint-Cergue · Sainte-Croix · Saint-Oyens ·
Saint-Saphorin (Lavaux) · Saint-Sulpice · Tannay ·
Tartegnin · Trélex · Valbroye · Villeneuve · Vuarrens ·
Vevey · Yvonand.



Impressum

Concept et mise en page : DidWeDo

Rédaction : ftc communication SA

Pro Senectute Vaud

Impression : Imprimerie Baudat

Décembre 2018

Pro Senectute Vaud

rue du Maupas 51

1004 Lausanne

021 646 17 21

communes@vd.prosenectute.ch

vd.prosenectute.ch

