
Autonomie

Sigma : des liens entre générations pour rompre l'isolement

novembre 2011

Imprimer la page

Index

- [Type d'action](#)
- [Département](#)
- [Sur le vif](#)
- [Porteur\(s\) de l'action](#)
- [Objectif\(s\) et bref descriptif](#)
- [Origine\(s\)](#)
- [Description détaillée](#)
- [Bilan](#)
- [Partenaire\(s\)](#)
- [Moyens](#)

Type d'action

- Lien social
- Liens intergénérationnels
- Inclusion
- Aînés
- Soutien à domicile
- Etablissement
- Partenariat / transversalité

Département

Pas-de-Calais (62)

Sur le vif

« Ce n'est pas seulement le pari contre la solitude qui est gagné mais celui de la vie. Les jeunes redonnent le goût des choses aux personnes âgées. Elles font des efforts pour s'habiller, s'intéresser à leur environnement. Certaines sortent à nouveau de chez elles et reprennent même des activités dans la commune »

Porteur(s) de l'action

Association SIGMA (Solidarité Inter Génération pour le Maintien de l'autonomie)

Objectif(s) et bref descriptif

Depuis 6 ans, l'association SIGMA relève un double défi : rompre la solitude des plus âgés et redonner à des jeunes, souvent dénigrés dans la société, une image valorisante d'eux même. Pendant une année scolaire, un binôme de lycéens ou de collégiens rend visite chaque semaine à une personne âgée isolée en établissement ou à domicile. L'occasion pour chacun d'un enrichissement réciproque et de renouer, dans la durée, des liens forts entre générations.



Origine(s)

Sigma est né de l'expérience professionnelle de sa créatrice et future directrice. Responsable de l'action sociale au sein d'une caisse de la Mutualité Sociale Agricole pendant plusieurs années, elle constate que malgré les nombreux dispositifs ou services dont peuvent bénéficier les personnes âgées dans leur vie quotidienne (aide ménagère, téléassistance, portage de repas) certaines d'entre elles, en particulier dans le milieu rural, vivent dans un réel isolement relationnel et peuvent rester plusieurs jours sans échanger avec quiconque. Parallèlement, ses fonctions l'amènent aussi à apporter son soutien à des projets montés pour ou avec des jeunes (programme local enfance, appel à projets jeunes...). Elle découvre à leur contact le besoin qu'ils ont de se rendre utile et leur désir d'être reconnu autrement que dans le cadre scolaire. L'idée naît alors de s'appuyer sur le dynamisme et la jeunesse des uns pour encourager le maintien dans l'autonomie des autres, en favorisant des rencontres régulières et personnalisées entre jeunes et personnes âgées. En 2006, l'association est créée avec quatre bénévoles et le projet de visites à domicile est testé pendant 4 mois avec une dizaine d'élèves d'un lycée d'Arras volontaire et des personnes âgées demandeuses. L'expérience est un succès, tant auprès des personnes âgées qui souhaitent retrouver leurs visiteurs l'année suivante, qu'auprès des jeunes dont l'engagement fait des émules. Un véritable réseau se met alors en place.

Description détaillée

Consciente de la fragilité et de l'ampleur des attentes de la population âgée à laquelle elle s'adresse et désireuse d'inscrire son projet dans la durée, l'association a, dès l'origine, fortement structuré son fonctionnement et cherché à s'appuyer sur des professionnels du grand âge ou de l'adolescence.

Afin de repérer et contacter les personnes âgées en demande de visites, les bénévoles de Sigma font appel aux acteurs locaux de la dépendance, et dans un premier temps aux structures de maintien à domicile, que la présidente connaît bien. Rapidement, des Etablissements d'Hébergement pour Personnes Agées Dépendantes (EHPAD) sollicitent également les services de l'association. Leurs résidents, bien qu'en environnement collectif, sont eux aussi confrontés à la solitude. Certains n'ont plus de famille ou cette dernière réside trop loin pour leur rendre régulièrement visite. D'autres, accueillis récemment, ont du mal à accepter leurs nouvelles conditions de vie et un lien avec l'extérieur pourrait faciliter une intégration progressive.

Quant aux jeunes, l'association choisit de les mobiliser dans le cadre des établissements d'enseignement secondaires où elle peut bénéficier de l'expertise du personnel d'éducation en contact quotidien avec les adolescents. Sigma sollicite d'abord du rectorat et de la direction diocésaine l'autorisation de prospecter chaque collège et lycée du département. Puis avec les établissements volontaires, qui souhaitent inscrire la démarche dans leur Projet d'école, l'association formalise un partenariat par la signature d'une convention. L'établissement s'engage alors à mettre à disposition de l'association un référent (le proviseur, le conseiller principal d'éducation, le responsable de la pastorale ou un professeur...), qui assure la promotion du projet auprès des nouveaux élèves, ainsi que le suivi des jeunes visiteurs lors de réunions annuelles ou en fonction des demandes individuelles. Cette implication se traduit d'ailleurs en 2011 pour Sigma, par l'obtention de l'agrément académique pour activités complémentaires de l'enseignement public.

Enfin, des collectivités locales contribuent également à promouvoir l'association. C'est le cas de la ville du Touquet qui, dans le cadre d'une convention avec Sigma, incite le collège, le lycée hôtelier et

les deux foyers logements à s'impliquer dans la démarche et dont les services sociaux participent au repérage des personnes âgées isolées.

Une fois le cadre de son action formalisée, l'association attache un soin particulier à la mise en relation des aînés et de leurs jeunes visiteurs. Chaque personne âgée est rencontrée individuellement, soit par un bénévole de l'association si elle réside à domicile, soit par un professionnel de l'établissement où elle est accueillie. Ce premier entretien permet de vérifier que son attente correspond bien à ce que peut lui apporter Sigma, ainsi qu'à cerner son caractère, ses centres d'intérêts, ses goûts.

De leur côté, les jeunes sont clairement informés: les visites doivent être régulières, une fois par semaine pendant toute une année scolaire, à jour et heure fixes pour ne pas perturber la personne âgée; chaque absence doit être justifiée et annoncée à l'avance à la personne visitée et à l'association ou au référent. De plus, les collégiens et lycéens sont évalués sur les raisons de leur engagement, sur leurs motivations et les bénévoles de l'association recueillent également l'avis des adultes qui les encadrent. Il est très rare qu'un jeune soit refusé, mais toutes ces étapes sont indispensables pour choisir avec pertinence la personne âgée et les jeunes qui viendront lui rendre visite et pérenniser la future relation.

Le jeune est également accompagné dans sa démarche. Les visites se mettent toujours en place par binôme, voire plus exceptionnellement par trinôme, ce qui rassure les jeunes, leurs parents et permet de lever les contraintes juridiques concernant les visites de mineurs au domicile de majeurs. Le premier contact avec la personne âgée, si cette dernière vit encore chez elle, se fait toujours à son domicile en présence d'un adulte de l'association, qui facilite les présentations, et précise l'organisation annuelle des visites. En EHPAD, une première rencontre à lieu entre les jeunes et le référent du projet au sein de la maison de retraite, qui met ensuite en contact le binôme avec un des résidents préalablement repérés. Une convention est signée entre l'établissement, le jeune et ses parents s'il est mineur. Ensuite, jeunes et aînés sont libres d'organiser comme ils le souhaitent le temps passé ensemble, autour de discussions, de jeux de société, de partage de compétences (pâtisserie, informatique...) et même de sorties extérieures, à condition toutefois que le médecin de la personne âgée l'ait autorisée. Des temps festifs réunissant tous les participants d'un même territoire peuvent même être ponctuellement organisés.

Ces moments de complicité partagée apportent autant aux aînés qu'aux plus jeunes. Pour les premiers, les visites sont certes des occasions de se sentir moins seuls, mais le bénéfice va bien au-delà. Tous le reconnaissent, un vrai lien affectif se crée et ils veulent être à la hauteur de ces ados qui leur consacrent de leur temps. Ils recommencent donc à s'intéresser à leur environnement, ils anticipent les visites en préparant un gâteau, parfois même en allant chez le coiffeur. Enfin, certains reprennent goût à une vie sociale et s'inscrivent à d'autres activités dans leur commune. Pour les jeunes, le bilan est également positif. Passé le décalage des premiers échanges, ils découvrent l'expérience de vie accumulée par les aînés et apprennent à regarder les personnes âgées, y compris celles de leur famille, avec un autre regard. Mais surtout, ils prennent conscience de réelles capacités relationnelles et gagnent en confiance en eux, avec parfois des conséquences jusque dans l'attitude et les résultats scolaires.

L'association reste cependant très attentive à ce que jeunes et personnes âgées préservent une certaine distance et que le lien affectif ne devienne pas trop fort. Il ne s'agit pas de recréer une relation grands parents/petits enfants ni de prendre le risque de déstabiliser fortement les jeunes, en cas de décès de la personne qu'ils accompagnent.

Initialement conçu pour des lycéens et des personnes âgées à domicile, le projet, depuis sa création, n'a donc cessé de s'adapter. La participation de certains EHPAD, en offrant un cadre

collectif, a permis à des collégiens, dont les parents pouvaient être plus réticents aux visites à domicile, de s'engager à leur tour. En s'ouvrant ainsi aux collèves, implantés plus largement que les lycées en zone rurale, l'association a également pu toucher d'autres personnes âgées que celles vivant en ville. Le projet a ainsi essaimé sur 12 territoires du Pas-de-Calais, de Bapaume au Touquet et implique désormais des élèves de la troisième aux classes post bac dans cinq collèges et six lycées. Pour l'année scolaire 2011-2012, ce sont donc 132 jeunes qui apportent chaque semaine leur énergie à 70 personnes âgées, ayant pour la plupart d'entre-elles dépassé les 80 ans. Et Sigma entend poursuivre plus largement encore sont implantation.

Bilan

- Lutte contre la solitude des personnes âgées isolées
- Amélioration réciproque du regard porté sur l'autre génération
- Valorisation des jeunes impliqués dans l'action
- Amélioration de l'autonomie des personnes âgées

Partenaire(s)

- Mutualité sociale agricole Nord-Pas-de-Calais
- AG2R la Mondiale
- CARSAT Nord-Picardie
- Conseil général du Pas-de-Calais
- Plusieurs Collèges et Lycées du département

Moyens

Le budget annuel de Sigma s'élève à 4500 euros consacrés principalement aux frais de déplacement des membres de l'association. Ceux-ci perçoivent, pour leurs frais, des remboursements, mais les reversent intégralement à l'association sous forme de don.

Les personnes âgées qui bénéficient des visites versent une cotisation annuelle. Elle s'élève à 10 euros pour les personnes vivant à domicile et à 5 euros par résidents pris en charge pour les EHPAD.

En 2011, l'association, lauréate du prix des 20 ans de la fondation AG2R La Mondiale, recevra 50 000 euros qui lui permettront d'acquérir un véhicule.



[>> Consulter l'article du Journal des acteurs sociaux](#)

En complément

[sigma-les-visiteurs-de-lespoir-jas-161-.pdf](#)

Contact

LEPRAND Monique

Présidente

Association Sigma

Adresse : 18 av de Saint Exupéry
62000
Dainville
France

Tél. : 06 86 98 28 62

Courriel : assosigma@yahoo.fr

Site web : www.assosigma.fr