

# Les Sentinelles

DE L'AIDANCE ET DES LIENS INTERGÉNÉRATIONNELS

La gazette de l'association *Vivre Avec*





ÉDITIONS DE L'OLISÉS, 2024

Vivre Avec - Solidarités intergénérationnelles  
Association Loi 1901

40 rue du Sablonat,  
33800 Bordeaux  
[contact@logement-solidaire.org](mailto:contact@logement-solidaire.org)

Représentant légal : Olivier Frézet  
Directrice : Elise Renet  
Directrice de la publication : Marie Cailac  
Responsable de la rédaction : Marie Cailac

Imprimé en France par :  
Easy Print | 1 rue Joule, 33700 Mérignac

Octobre 2024

ISBN : 978-2-487222-01-4  
Dépôt légal : 2024



# SOMMAIRE

05  
Édito

07  
Sentinelles en Gironde

09  
L'ESAD de Bagatelle

12  
Vivre Avec

18  
Les enjeux de l'Aidance pour  
le Département de la Gironde

Les Sentinelles

22  
Aidance

25  
Le Centre Ressources de  
Grand Bon Pasteur

30  
Aidance sans rivages,  
aidances sans

34  
La Ressourcerie

L'Aidance



Édito

# Édito | Jean Bouisson

Vice-président de Vivre Avec – Ancien Professeur émérite de l'Université de Bordeaux  
– Philogérontologue et Facilitateur des chemins de l'Aidance

Vivre Avec – Solidarités intergénérationnelles. Quatre mots qui font notre fierté. Quatre mots qui pétillent de la joie du travail accompli, des projets et des ambitions de nos 20 ans d'existence. La route fut dure au départ, semée d'embûches, balayée de vents imprévisibles. Rien – pas même les préjugés les plus tenaces ou les contraintes liées au confinement du Covid – n'a réussi à entamer notre détermination. Le petit roseau que nous étions en 2004, s'il a plié souvent, s'il pliera encore, a lentement appris, avec ses 3 salariées, ses 7 bénévoles, et un nombre toujours plus grand de binômes jeune-senior, à cultiver son agilité et à relever haut la tête.

Nous voici bien inscrits dans le territoire, visibles jusqu'à Libourne et Arcachon, repérés par l'ODAS (l'Observatoire de la décentralisation et de l'action sociale) comme « Une association précurseur et reconnue à échelle régionale et nationale ». La « méthode Vivre Avec » sert désormais de référence. Nous sommes forts de la richesse des liens qui se tissent entre les jeunes et les seniors, de la reliance qui se noue entre les binômes, de nos ouvrages, de nos écrits, des vidéos et articles qui parlent de nous et qui sont à votre disposition sur notre site (<https://www.logement-solidaire.org>).

Nous reposer sur nos lauriers ? Sûrement pas ! Notre créativité est toujours plus vive et notre désir de partager toujours plus grand. Ils nous ont incités à nous mobiliser pour proposer ce premier numéro de la Gazette de l'Association Vivre Avec. Une Gazette ? Mazette ! Ont-ils bien toute leur tête, à Vivre Avec, pour pareille aventurette ? N'allez surtout pas croire l'inverse. Nous avons les ressources nécessaires et au moins autant d'imagination, d'impertinence et de tours dans notre sac que les sorciers de Poudlard (lesquels disposent, par ailleurs, de leur propre gazette !!!). Oui, mais « Tout grand et beau parleur n'est bien souvent qu'un pauvre menteur » soutient un proverbe français. N'allez surtout pas le croire, ici encore. Laissez-vous plutôt tenter par la lecture de notre premier numéro sur « Les Sentinelles de l'Aidance et des liens intergénérationnels ». « En haut », comme « plus en bas », à plusieurs niveaux de développement de l'Aidance et d'exercice des solidarités de proximité, toujours au sein du territoire girondin, notre association s'est intéressée à ceux (personnes, institutions, tiers-lieux...) que nous avons nommés les Sentinelles dans un ouvrage récent\*. Généralement discrètes, voire invisibles, leur rôle est capital dans toutes les expressions et les états de l'Aidance, en particulier dans l'Anté et la Post-Aidance \*. Evidemment, il faut vouloir, pouvoir et savoir les entendre. Il faut aussi coconstruire avec elles les passerelles qui leur donneront tout leur sens, sans craindre de casser les codes et de sortir des catégories qui piègent la pensée et l'action. Vivre Avec s'essaye ainsi, depuis quelques années, à l'hybridation des savoirs, des procédures et des pratiques, au service de l'innovation sociale et du développement social.

Que ce premier numéro soit pour chacun d'entre vous un moment de plaisir. Qu'il vous donne, surtout, envie de continuer à nous lire.

\* Voir *Abécédaire des Sentinelles de l'Aidance*, Jean Bouisson & Olivier Frézet, 2023, Éditions de l'Olisés

*« Sentinelle, sentinelle, c'est en marchant le long des remparts dans l'ennui du doute qui vient des nuits chaudes, c'est en écoutant les bruits de la ville quand la ville ne te parle pas, c'est en surveillant les demeures des hommes quand elles sont morne assemblage, c'est en respirant le désert autour quand il n'est que vide, c'est en t'efforçant d'aimer sans aimer, de croire sans croire, et d'être fidèle quand il n'est plus à qui être fidèle, que tu prépares en toi l'illumination de la sentinelle, qui te viendra parfois comme récompense et don de l'amour. »*

*Saint Exupéry*

Sentinelles

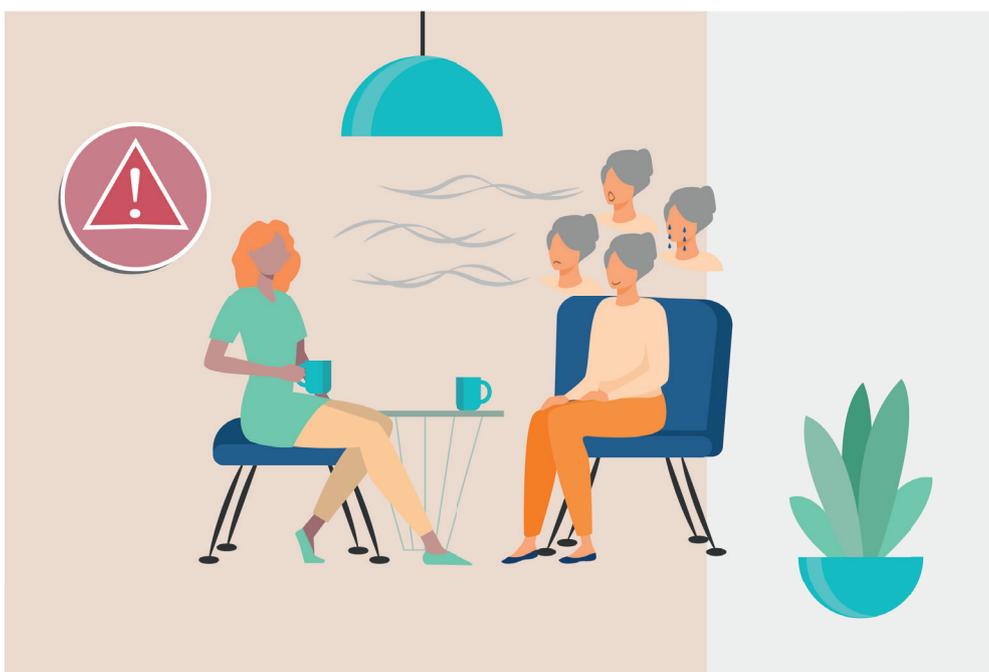
# SENTINELLES

## | JEAN BOUISSON & OLIVIER FRÉZET

Ce terme est pleinement approprié, pour nous. Étymologiquement, la sentinelle est une personne qui « sent », qui est « à l'écoute », qui s'efforce à la prévenance\*. Elle saisit des friselis\*, des ondelettes\*, des signaux faibles\*. Elle alerte, traduit, transmet, permet d'accélérer une intervention, de gagner du temps et d'éviter un « glissement » trop important de la situation.

Sa fonction s'établit quasi-naturellement avec la présence\* que valorise Vivre Avec. Les membres d'un binôme jeune-senior sont parfois nos premières sentinelles (Chacun veille sur l'autre, et alerte, le cas échéant, l'association s'il note un changement qui l'inquiète ou lui fait se poser des questions). L'association peut estimer avoir les moyens de traiter le problème. Elle peut aussi choisir d'alerter l'ESAD, soit à partir des informations données par le senior ou le jeune, soit après une visite de régulation d'un binôme, un entretien téléphonique etc. Sont donc considérées comme des sentinelles possibles : le jeune, le senior, les salariées de Vivre Avec qui suivent attentivement les binômes, les TC APSA\* de l'ESAD, etc.

Dans les faits, les salariées de Vivre Avec sont les sentinelles les plus réactives et les plus efficaces, parce qu'elles sont entraînées à travailler sur le parler de tout et de rien\*, l'ouïe-qui-lie\*, les signaux faibles\* et la présence\*. Elles méritent, plus que tout autre professionnel, le titre de sentinelles de l'Anté-Aidance\*.



\* Tous les termes précédés d'une astérisque sont des entrées de *l'Abécédaire des Sentinelles de l'Aidance*, Jean Bouisson & Olivier Frézet, 2023, Éditions de l'Olisés

Sentinelles

# L'ESAD de Bagatelle | Marie Cailac

## UNE ÉQUIPE DÉDIÉE AU SOUTIEN DE L'AIDANT POUR UN ACCOMPAGNEMENT COMPLET ET TOUT EN SOUPLESSE

L'Équipe de soutien aux aidants à domicile (ESAD) de la Fondation Maison de santé protestante de Bordeaux-Bagatelle (MSPB) accompagne depuis 2014 les aidants de Bordeaux métropole (territoires intra-rocade).

Au sein de Domcare, une branche de la Fondation spécialisée dans l'accompagnement psychosocial, l'ESAD peut être sollicitée par les aidants eux-mêmes, mais aussi par les professionnels de santé libéraux qui interviennent à domicile ou toute personne qui côtoie le couple aidant/aidé (médecins généralistes, pharmaciens, infirmières, service d'aide à domicile, CCAS, membres de la famille...). À la suite d'un signalement, une prise de contact avec l'aidant est effectuée dans les 24 à 48h. Pas de critère de pathologie ou de situation dans la prise en charge, gratuite. Seul un critère d'âge s'ajoute au périmètre géographique d'intervention : la personne aidée doit avoir au moins 60 ans. Par ailleurs, l'accompagnement de l'ESAD n'est pas limité dans le temps : il se termine lorsque la situation se stabilise ou en cas de décès de la personne aidée.

L'ARS finance depuis ses débuts cette approche psychosociale. L'ESAD a accompagné 1299 couples aidant/aidé depuis sa création (203 en 2023).

L'équipe, pluridisciplinaire mais légère, est composée à plein temps d'une TCAPSA (Technicienne coordinatrice de l'aide psycho-sociale aux aidants) et d'une assistante sociale, et à temps partiel d'un ergothérapeute, de deux psychologues et d'une secrétaire. Son rôle est de prévenir ou de soulager les situations d'épuisement des aidants à domicile, responsables de 90% des hospitalisations en urgence des personnes aidées, et de travailler sur la qualité de vie du couple aidant/aidé. L'accompagnement s'inscrit dans une logique de co-construction, une horizontalité qui part du projet de vie de l'aidant mais aussi de la personne âgée dépendante. Une volonté rendue possible par la présence dans l'équipe d'une TC APSA, référente au long cours qui coordonne les actions de soutien à l'aidant.

## LA TC APSA : UN RÉFÉRENT AU LONG COURS QUI FLUIDIFIE L'ACCOMPAGNEMENT DU COUPLE AIDANT/AIDÉ

Formés par l'Université de Bordeaux depuis 2010, les techniciens coordinateurs de l'aide psycho-sociale à l'aidant allient connaissances en santé publique, en droit, en gestion, en acteurs professionnels du territoire et bien sûr, en problématiques psychosociales des aidants et des personnes âgées en situation de dépendance pour cause de handicap, de maladie chronique ou de vieillissement pathologique. Ainsi, ils peuvent accompagner le couple aidant/aidé dans le labyrinthe administratif, sanitaire et social qu'est son parcours vers une solution adaptée, sans proposer une solution toute faite, mais en écoutant les attentes et en présentant les différentes possibilités. De fait, les qualités d'écoute du TC APSA sont aussi importantes que sa capacité à analyser la situation et à coordonner les différents acteurs susceptibles d'intervenir auprès de l'aidant et de son aidé.

Au sein de l'ESAD de Bagatelle, c'est Sarah Mayorgas qui joue ce rôle pivot de TC APSA depuis 2015. « Mon rôle est à mi-chemin entre celui du psychologue et celui de l'assistante sociale » indique-t-elle. Première intervenante auprès de l'aidant après une sollicitation, elle est son interlocuteur privilégié tout au long de l'accompagnement pour l'informer, l'aider dans ses démarches administratives concernant le maintien à domicile de son proche, et proposer des solutions de répit adaptées lorsqu'elles sont nécessaires – si possible avant un épuisement critique de l'aidant. Son premier travail est d'analyser le contexte, d'apprécier l'environnement du binôme, d'évaluer les besoins et les difficultés rencontrées au niveau psychosocial par l'aidant, en prenant toujours en compte, également, la situation de la personne aidée. C'est une appréciation systémique : problèmes financiers, domicile à aménager, besoin de répit... Une fois son diagnostic établi, elle sollicite au besoin les autres professionnels de l'ESAD, coordonne les interventions, ou oriente l'aidant vers d'autres structures ou professionnels. Véritable sentinelle auprès de l'aidant, son but est d'éviter les ruptures dues à l'épuisement de ce dernier, souvent cause d'hospitalisation en urgence de la personne aidée. Un défi difficile à relever.

## REPÉRER LES FRAGILITÉS DE L' Aidant LE PLUS EN AMONT POSSIBLE : UN DÉFI POUR L'ESAD

Éviter la situation de crise liée à un épuisement de l'aidant, c'est l'idéal que garde en tête l'équipe de l'ESAD, son directeur, Olivier Frézet, en premier lieu. Il a ainsi mis au point, avec son équipe, un outil permettant de faire évaluer la fragilité de l'aidant, parfois de manière très précoce, par les professionnels intervenant à domicile. La Grille de rière approche de l'aidant comporte neuf items qui permettent de repérer facilement les signes d'alarme, ou signaux faibles\* : perte d'appétit, problème de sommeil, changement d'humeur, isolement... Le professionnel chargé de remplir les items ne peut répondre que par « oui » ou « non » ; il doit connaître l'aidant depuis au moins trois semaines, intervenir régulièrement auprès de lui, ce qui en fait également une sentinelle attentive aux fragilités qui s'installent. Concrètement, la grille peut être utilisée par les aides-soignantes et auxiliaires de vie, par les médecins, infirmiers, kinésithérapeutes ou même les membres de l'association Vivre Avec. Ces intervenants peuvent ensuite alerter l'ESAD au besoin, et avec l'accord de l'aidant.

Malheureusement, l'ESAD est encore trop souvent sollicitée lorsque l'épuisement de l'aidant est déjà critique et qu'un phénomène de détresse s'est installé, d'où l'importance d'une intervention rapide à chaque nouvelle demande, rendue possible par la souplesse de l'équipe et la présence d'une TC APSA en son sein. Et la nécessité de faire perdurer un tel dispositif, unique sur le territoire.



## À PROPOS DE L'ESAD

L'ESAD est une équipe de professionnels (TC APSA, assistante sociale, psychologues, ergothérapeute) spécialisés dans l'accompagnement des aidants, attachée au service Domcare de la Fondation Maison de santé protestante de Bordeaux-Bagatelle.

Tout aidant d'une personne âgée de 60 ans et plus, résidant à Bordeaux et sur les territoires intra-rocade, peut bénéficier gratuitement d'un accompagnement de l'ESAD.



## Contact

**Olivier Frézet, Directeur**  
**Sarah Mayorgas, TC APSA**

**ESAD Bagatelle**  
203 Route de Toulouse  
33400 Talence

esad@mspb.com  
05 57 12 34 54

## Vivre Avec | Marie Cailac

Vivre Avec – Solidarités intergénérationnelles est une association qui met en relation des seniors disposant d'une chambre et des jeunes à la recherche d'un hébergement, sur la métropole bordelaise, dans le libournais, et depuis peu à Arcachon.

En échange d'une présence, et d'une participation aux charges (eau, électricité, internet...), les jeunes de 18 à 30 ans peuvent bénéficier d'une chambre chez un senior de 60 ans et plus, propriétaire ou locataire de son logement, dans le parc privé ou social.

Depuis sa création en 2004, Vivre Avec met ainsi son expérience au service du maintien à domicile des seniors, de l'habitat des jeunes et des liens intergénérationnels, et s'est érigé au fil des ans en véritable Sentinelle de l'Aidance, luttant contre l'isolement des seniors, mais aussi contre celui des jeunes, de plus en plus identifié depuis la crise COVID.

En 2024, alors que l'association fêtera en décembre ses 20 ans d'existence, Vivre Avec est fière du chemin parcouru, des liens tissés avec les membres de ses binômes, mais aussi avec des partenaires de confiance sur le territoire girondin, et des défis et opportunités qui s'offrent à elle pour les prochaines années.

### VIVRE AVEC : 20 ANS DE SOLIDARITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES ET UNE « MÉTHODE » ÉPROUVÉE ET APPROUVÉE

Suite à la canicule de 2003, Elise Renet, gérontologue sociale, décide de créer une association à Bordeaux sur le modèle du mouvement « Convivir » espagnol, qu'elle traduit littéralement pour nommer sa structure : « Vivre Avec ». Elle s'appuie sur le constat que les problématiques liées à l'habitat et à l'isolement des seniors (massivement victimes des fortes chaleurs de l'été 2023) recourent celles des jeunes en formation. D'un côté, des seniors disposant d'un logement devenu trop vaste et trop vide, de l'autre des jeunes ayant de plus en plus de difficultés à se loger pendant leurs études, et souffrant pour beaucoup, contrairement au préjugé répandu, d'un sentiment de solitude... Pourquoi ne pas leur proposer de se lancer dans une cohabitation intergénérationnelle solidaire (CIS) ?

Les statuts de Vivre Avec sont publiés le 29 décembre 2004, et l'aventure peut commencer. Le principe, sur le papier, est simple : le senior met à disposition du jeune une chambre et l'accès aux espaces communs (cuisine, salle de bain) en échange d'une présence rassurante. Le passage à la pratique est évidemment plus ardu. Il faut convaincre les seniors et leurs familles, répondre aux a priori que ces derniers peuvent avoir envers les jeunes et vice versa, vérifier que les parties du logement mises à disposition du jeune sont convenables. Il faut aussi rédiger un contrat, ainsi qu'une charte des droits et devoirs, qui viennent cadrer ce qu'il est possible ou pas de demander ou de faire faire à son cohabitant. Il faut, également, accompagner tout au long de la cohabitation le « binôme » : vérifier que tout se passe bien, régler les éventuels différents ou problèmes de communication entre les cohabitants, être attentif à l'évolution de la situation du senior et aux possibles glissements vers un

état de dépendance. Enfin, à mesure que Vivre Avec se déploie et prend en charge de nouveaux binômes, il faut convaincre des partenaires financiers et opérationnels de soutenir l'association, afin que sa proposition reste solidaire : le jeune verse au senior une somme très modeste (la présence offerte contre le logement restant le cœur de la transaction) et seniors et jeunes adhérents à l'association versent une adhésion et une prestation d'accompagnement, elles aussi modestes puisqu'elles ne couvrent pas les frais réels de la mise en place d'une CIS.

Petit à petit, la philosophie et la méthodologie de Vivre Avec s'affinent et se structurent. En 2018, la loi ELAN (portant évolution du logement, de l'aménagement et du numérique, 23 novembre 2018) et son arrêté d'application de janvier 2020 viennent poser un cadre légal et réglementaire sur la CIS en France, et renforcer les valeurs que défend depuis sa création l'association (participation modeste du jeune, droits et devoirs des cohabitants...). La loi cadre également l'âge des usagers du dispositif de la CIS : jeune de 18 à 30 ans, quelque soit leur situation (étudiant, alternant, en recherche d'emploi ou jeune travailleur) et senior de 60 ans et plus. De plus, dotée depuis plusieurs années d'un Conseil d'Administration engagé, présent et pérenne, composé de professionnels en gérontologie et en droit ainsi que d'anciens adhérents, Vivre Avec veille à contextualiser sa pratique à travers les publications de l'Olisés, l'Observatoire du Lien Intergénérationnel social, de l'innovation Sociale et de l'Économie sociale et Solidaire, hébergé sur le site internet de l'association. Ainsi, elle étaye sa méthodologie par de l'analyse de pratique et une réflexion rigoureuse.

Vivre Avec intervient sur l'ensemble de Bordeaux métropole, puis à partir de 2023 dans le libournais, et aujourd'hui à Arcachon (une convention a été signée avec la mairie au printemps). L'association accompagne annuellement entre 60 et 80 binômes sur ces territoires (soit près de 200 personnes). Elle reçoit les jeunes en entretien, rencontre les seniors et visite leur domicile, est présente lors de la première mise en relation, et joue le rôle de médiatrice tout au long de la cohabitation. Elle veille au respect des engagements et propose des solutions sur mesure aux jeunes comme aux seniors. Le jeune peut bénéficier des aides aux logements (APL), grâce à un partenariat avec la CAF de Gironde, et la participation qu'il verse au senior n'est pas imposable pour ce dernier. Bien en dessous des prix locatifs en vigueur, cette participation s'apparente selon les termes de la loi à une contribution modeste qui vient couvrir les charges supplémentaires du logement, induites par la présence d'une autre personne sous le toit (eau, gaz, électricité, internet).

L'équipe de l'association veille particulièrement au bien-être des binômes créés. L'objectif final, au-delà de répondre à la problématique du logement des jeunes et du maintien au domicile des seniors, est la création de liens riches, souvent pérennes, qui permettent aux adhérents jeunes comme seniors de lutter contre l'isolement social à une période qui le favorise pour chacun d'entre eux. Depuis quelques années, Vivre Avec s'attache à faire vivre ces liens au sein du binôme de cohabitants et même au-delà, entre les adhérents de l'association.

## SENTINELLE DU BIEN-ÊTRE DU BINÔME INTERGÉNÉRATIONNEL ET AU-DELÀ

Le suivi de Vivre Avec consiste à répondre à toutes questions qui se posent pour le jeune, le senior, ou le binôme, tout au long de sa cohabitation, à assurer une médiation si nécessaire, à rappeler parfois à l'un ou l'autre les clauses du contrat, les droits et devoirs de la charte, à se rendre au domicile chaque fois que nécessaire. Même dans le cas où tout se passe bien, l'équipe veille à prendre des nouvelles du binôme pour s'en assurer.

Par ailleurs, des temps de rencontre sont organisés par l'association : depuis de nombreuses années, un repas de Noël intergénérationnel est proposé et très apprécié des adhérents, complété désormais par plusieurs sorties annuelles auxquelles participent ceux qui le souhaitent (ou le peuvent). Depuis 2022, un partenariat avec l'Opéra National de Bordeaux permet ainsi à Vivre Avec d'accompagner régulièrement ses adhérents à des concerts ou des ballets ; en 2023, un atelier d'écriture, une rentrée des seniors hébergeurs et une après-midi chandeleur ont aussi été organisés. Ces moments de partage sont bien sûr l'occasion pour l'association de maintenir le lien avec les binômes créés, mais ils offrent aussi l'opportunité à ses adhérents de sortir du logement, lors d'un événement encadré par Vivre Avec (qui joue là le rôle de tiers de confiance), et de rencontrer d'autres personnes vivant la même expérience de CIS qu'eux. L'association a à cœur de proposer des temps d'échange entre seniors (rentrée des seniors où anciens et nouveaux adhérents peuvent évoquer leurs expériences passées ou leurs appréhensions et espoirs à commencer une CIS), entre jeunes (une rentrée des jeunes est prévue en 2024, pour permettre aux nouveaux arrivants dans Bordeaux de rencontrer ceux qui connaissent déjà la ville et ont déjà vécu une CIS) et des temps intergénérationnels (sorties culturelles, ateliers ou repas, au cours desquels peuvent se nouer des liens entre jeunes et seniors en dehors du binôme). Ainsi, certains seniors isolés de par leur difficulté à se déplacer seuls ont pu retrouver le plaisir de sorties, accompagnés par l'équipe de Vivre Avec, des amitiés se nouent entre jeunes, entre seniors, ou entre seniors et jeunes ne vivant pas ensemble.

Là réside tout l'intérêt de la CIS : la création de liens intergénérationnels de qualité, par la réponse à un besoin matériel nécessaire, le logement, et à une problématique sociale en plein boom, le sentiment d'isolement et le sentiment de solitude. Une alchimie rendue possible par l'accompagnement humain du binôme, la personnalisation dans la recherche du binôme, et son accompagnement une fois formé.

En ce qui concerne l'accompagnement humain, Vivre Avec est membre du réseau national Cohabilis, qui regroupe une quarantaine d'associations françaises partageant cette conviction : les algorithmes ne sont pas une manière éthique de former des binômes, ils ne permettent pas de vérifier les bonnes conditions d'acceptation du contrat par les deux parties (nous parlons ici, bien souvent, de public vulnérable), les contreparties demandées (on touche à la sphère de l'intime, souvent à des questions de santé ou de dépendance) ou l'habitabilité du logement pour le jeune.

Quant à la personnalisation dans la recherche et l'accompagnement du binôme, il est le fruit d'une compétence et d'une expertise développée au fil des ans, appuyée par les retours des adhérents de l'association. Certains seniors accueillent ainsi des jeunes depuis de nombreuses années, et leurs CIS réussies autant que leurs mauvaises expériences nourrissent celle de Vivre Avec. La méthodologie de l'association crée de fait une relation de confiance entre les adhérents et l'équipe : les seniors comme les jeunes savent que quelqu'un est là pour eux, non seulement pour répondre à leur question ou intervenir en cas de problème, mais aussi, tout simplement, pour prendre des nouvelles, pour parler « de tout et de rien ». Une relation qui continue parfois, même après que la situation du senior ne lui permette plus d'accueillir chez lui (maladie, dépendance, entrée en résidence ou en EHPAD...). Avec les jeunes aussi des liens de confiance se tissent, en rapport bien sûr avec la cohabitation, mais aussi par le support que peut être Vivre Avec sur des questions d'ordre plus général (démarches administratives, questions sur une ville qu'ils ne connaissent pas en arrivant, coup de blues ou mal être plus important...). Le principe même de la CIS induit un rapport de présence et d'attention réciproque au sein du binôme, entre le senior et le jeune : « je suis là pour toi, tu es là pour moi ». Mais ce lien

est aussi assuré, de façon plus ténue et moins intime, mais néanmoins bien tangible, par l'association envers ses adhérents. Ce faisant, Vivre Avec est une véritable sentinelle de ce que nous appelons « les signaux faibles » : sentinelle de la perte d'autonomie, des changements de situation, de la santé mentale, et professionnels de l'écoute du parler de tout et de rien \*, de l'accompagnement et de « l'avec\* » (hors du champ médico-social). Une fois ces signaux captés et confirmés, l'association est alors à même de jouer le rôle de passerelle avec la famille du senior ou du jeune, et avec d'éventuels services médico-sociaux.

Un accompagnement de qualité et longitudinal, rendu possible par des partenariats efficaces et multiples.

## VIVRE AVEC, TRAVAILLER ENSEMBLE

Vivre Avec s'appuie sur des partenaires financiers et opérationnels, qui pour certains, l'accompagnent et la soutiennent depuis ses débuts : le Département de la Gironde et la Conférence des Financeurs, La Région Nouvelle Aquitaine (à travers le réseau Cohabilis Nouvelle Aquitaine), la CAF de Gironde et la CARSAT de Nouvelle Aquitaine, les mairies de Bordeaux, Pessac, et depuis peu de Talence, Libourne et Arcachon (parfois à travers l'action de leur CCAS), le groupe de protection sociale Malakoff Humanis... Dans son travail de recherche et de contextualisation de son action, l'association, grâce à son ancien président Jean Bouisson, s'est aussi rapprochée de la Chaire TerrESS de Sciences Po Bordeaux, qui soutient ses parutions d'articles, et de l'ESAD (équipe de soutien aux aidants à domicile) de Bagatelle, dont le directeur, Olivier Frézet, est notre actuel président.

L'ESAD de Bagatelle constitue un partenariat clef dans le développement de Vivre Avec en tant que sentinelle, car il lui permet de jouer le rôle de passerelle vers le médico-social lorsqu'une situation de dépendance lui apparaît ou lui est signalé e par le jeune en cohabitation ou par la famille du senior concerné. C'est la garantie de pouvoir accompagner le plus longtemps possible les seniors, en toute éthique, et de proposer des CIS sécurisées pour les deux membres du binôme. De fait, la moyenne d'âge de nos seniors adhérents en 2023 était de 88 ans.

Les multiples partenariats développés par l'association le sont aussi dans le cadre d'un essaimage de son activité. L'association répond ainsi aux sollicitations des territoires girondins et s'étend en 2023 à Libourne, et en 2024 au bassin arcachonnais. Elle démarre aussi cette année des partenariats avec les bailleurs sociaux pour répondre à la problématique des logements sous-occupés. Des projets en résidence autonomie sont aussi en cours d'étude. La même dynamique est toujours à l'œuvre : d'une part des seniors en sous-occupation de leur logement, avec une problématique d'isolement importante, de l'autre, des jeunes en recherche de plus en plus désespérée de logements abordables, qui peuvent aussi souffrir d'un sentiment de solitude auquel la CIS répond également.

Enfin, Vivre Avec est toujours volontaire pour rencontrer les acteurs associatifs et de l'ESS œuvrant dans les champs de l'intergénérationnel et participer à des actions communes : connaître la richesse du territoire en la matière permet d'élargir les propositions d'aide et d'entraide.

C'est d'ailleurs ce réseau de partenaires engagés et enthousiastes, tous sentinelles, à leur façon, des fragilités

et des dépendances, et leurs réflexions sur les liens intergénérationnels et l'Aidance qui a donné envie à l'équipe de Vivre Avec de se lancer dans ce projet de gazette des Sentinelles de l'Aidance.

Désormais, l'association fait face à de nouveaux défis : s'adapter aux mutations des usages et aux nouveaux besoins (l'arrivée de ParcoursSup a beaucoup modifié le calendrier universitaire des jeunes, avec des recherches de logements plus tardives dans l'année et une certaine volatilité des parcours), ainsi qu'à la demande croissante de la part des seniors comme des jeunes, sur de nouveaux territoires, quelles que soit leurs raisons de se lancer dans cette aventure solidaire qu'est la cohabitation intergénérationnelle.



## À PROPOS DE VIVRE AVEC

Vivre Avec défend et fait vivre la cohabitation intergénérationnelle solidaire sur Bordeaux et ses alentours depuis 2004.

Reconnue d'intérêt général, et agréée Jeunesse et Éducation populaire, l'association est la structure référente sur ce territoire du réseau national Cohabilis, qui regroupe et encadre les associations de l'intergénérationnel sur plus de 50 départements métropolitains et outremer.

Vivre Avec est née du constat que seniors et jeunes pouvaient partager des problématiques liées au logement et à l'isolement, et défend l'importance des liens intergénérationnels.



SOLIDARITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES



### Contact

Elise Renet, Directrice  
Cyrielle Belando, Coordinatrice

**Vivre Avec**  
40 rue du Sablonat  
33800 Bordeaux

contact@logement-solidaire.org  
05 57 95 66 02

## Les enjeux de l'Aidance pour le Département de la Gironde | Marie Cailac

S'intéresser aux Sentinelles qui œuvrent en Gironde nécessite, bien évidemment, d'évoquer le Département et ses actions en faveur des aidants. Au-delà de sa compétence territoriale, le Département de la Gironde s'intéresse tout particulièrement aux problématiques de l'Aidance à travers le répit de l'aidant, sous les formes traditionnelles de l'hébergement temporaire et de l'accueil de jour, mais également en expérimentant des formes innovantes de répit.

L'engagement du Département se déploie ainsi à travers différents dispositifs qui visent à prendre en compte les spécificités des typologies d'aidants, la dualité du territoire (urbain ou rural), et l'accès à des solutions personnalisés, de la transmission de l'information à la concrétisation de l'offre de répit.

Romain Dostes, vice-président chargé de la Politique des aînés, du lien intergénérationnel et du service public de l'autonomie, conseiller départemental du canton Bordeaux-1, et Wiame Benyachou, conseillère départementale du même canton, ont détaillé pour nous cet engagement.

### TROIS TYPOLOGIES D'AIDANTS ET DEUX TYPES DE TERRITOIRES

Le Département est confronté à trois typologies d'aidants : les aidants familiaux de la protection à l'enfance, les aidants des personnes en situation de handicap et les aidants des personnes âgées. Un des enjeux pour cette Sentinelle essentielle du territoire est donc d'arriver à trouver des solutions qui peuvent être communes ou très différentes les unes des autres et dissociées en fonction des publics, car s'appliquant à des réalités et des contraintes très différentes pour l'aidé comme pour l'aidant.

Par ailleurs, il faut que les solutions prennent en compte la typologie du territoire : les enjeux peuvent être différents entre les zones rurales et les zones urbaines, en particulier la métropole bordelaise. Ainsi, la ruralité implique une difficulté liée à la faible densité de population et de services, avec des espaces discontinus qui compliquent l'apport d'une solution unique pour un grand nombre d'aidants. Inversement, certaines solutions comme l'accueil familial, qui nécessite de grands logements, vont s'appliquer plus facilement en zone rurale qu'en zone urbaine.

### PÉRENNISER LES DISPOSITIFS EXISTANTS ET EXPÉRIMENTER DES SOLUTIONS INNOVANTES

« De manière générale, le but est de réussir à faire souffler l'aidant », nous indique Romain Dostes, et ce, dans la mesure du possible, dans une démarche de prévention : permettre à l'aidant de se reposer, de prendre soin de soi, c'est éviter que son état de santé ne se dégrade et ne l'empêche d'être là pour l'aidé. C'est aussi éviter, dans les cas extrêmes, que l'apparition de troubles psychiques ou psychologiques chez l'aidant n'entraîne des situations de tensions, voire de violence.

L'un des principaux dispositifs mis en œuvre est celui des accueils de jour et des hébergements temporaires. « Le Département est très engagé là-dessus, poursuit Romain Dostes, en particulier sur le volet Autonomie et Personnes âgées, avec des accueils de jour en EHPAD, et de l'hébergement temporaire, c'est-à-dire des endroits où on peut laisser une personne et avoir du temps pour soi, pour souffler. C'est en plein développement : aujourd'hui, on a des places d'EHPAD qui sont gelées, mais des places d'accueil de jour et d'hébergement temporaire qui continuent à s'ouvrir. L'axe de développement du secteur se situe plutôt sur ce genre de solutions, en se disant qu'il y a aussi une réflexion menée entre le domicile et l'EHPAD, avec l'idée de favoriser le domicile et de faire de l'EHPAD une sorte de services de répit ».



Le Département est aussi soutien sur le dispositif d'accueil familial, pour les personnes en situation de handicap ou les personnes âgées : il y a environ 150 familles d'accueil agréées en Gironde. Cette solution, efficace, aurait besoin d'être élargie et développée, mais pâtit de contraintes et d'un engagement très fort, en termes d'organisation, d'espace de vie et de temps, puisqu'elle nécessite d'avoir un logement spacieux, adapté à la personne accueillie, et que l'accompagnement est quasi constant. Afin de tenter d'enrayer les déficits de vocation, le Département organise des Journées de l'accueil familial visant à développer cet axe.

Au-delà de ces dispositifs anciens, les élus réfléchissent à la mise en place de solutions innovantes, et expérimentent des propositions différentes.

C'est le cas notamment pour les publics issus de la protection de l'enfance ou en situation de handicap, avec la création de lieux adaptés et agréables qui permettent aux familles de se reposer en toute quiétude, ou en investissant différemment des lieux existants lors de période où ils ne sont pas traditionnellement en service. « C'est l'exemple de ce que propose l'association Récréamix 33, une solution que l'on soutient et promeut, nous indique Wiame Benyachou. Cette association porte le projet de donner accès à des enfants en situations de handicap à des activités de loisirs et de sport, permettant aux parents de faire autre chose. L'association mobilise des lieux de vie comme les cours de récréation en période de vacances, ou des lieux d'associations, pour proposer les activités aux enfants et offrir un répit aux parents. » Ainsi, le Département commence à flécher un certain nombre de bâtiments du patrimoine girondin qui pourraient accueillir des espaces et des solutions de répit pour les trois publics d'aidants.

Le Département soutient également de nombreuses initiatives d'habitats innovants, en s'appuyant notamment sur les associations qui les portent, tels que l'habitat partagé, l'habitat inclusif et bien sûr, la cohabitation intergénérationnelle. L'intérêt de ce type de solutions relevé par les élus est qu'il favorise l'autonomisation des personnes, tout en permettant un accompagnement par les associations.

Enfin, le Département déploie une vaste expérimentation sur le « baluchonnage », qui consiste à faire venir sur une longue période une aide à domicile ou une auxiliaire de vie au domicile de l'aidé (en général cinq à sept jours d'affilée). Pendant ce temps, l'aidant part du domicile et réalise une véritable coupure, afin de lui permettre de se reposer. Ce dispositif qui vient du Québec, et qui a été proposé nationalement (chaque département choisissant d'implanter l'expérimentation sur son territoire ou pas), est intéressant à trois égards, nous indique Romain Dostes : pour les aidés qui peuvent poser un regard nouveau sur leur accompagnement et leurs besoins, pour les aidants, qui disposent d'un répit long, et pour les professionnels, qui renouvellent leur pratique. Concrètement, l'expérience en Gironde s'est faite en lien avec deux organismes de services d'aide et soins à domicile : Aidomi pour les zones urbaines, et Génération à domicile pour l'hyper rural, avec des retours extrêmement positifs pour toutes les parties concernées. Même s'il est troublant au départ d'accueillir un étranger chez soi sur une période aussi longue, les aidés ont apprécié de pouvoir être accompagné un temps par une autre personne. Les aidants bénéficient d'un répit moins ponctuel que l'accueil de jour, permettant un ressourcement plus profond. Quant aux professionnels, il s'agit en général de personnes assez expérimentées, qui ont envie de renouveler leur pratique et trouve dans le baluchonnage un second souffle. L'écueil principal de ce dispositif en expérimentation est son coût, car une permanence d'accompagnement si longue est très couteuse. Par ailleurs, elle s'adapte mal à la législation en vigueur (temps de pause, travail de nuit, etc...), et nécessiterait, pour être pérennisée, une véritable réflexion sur un aménagement du cadre lié au Code du travail. Néanmoins, le Département poursuit son soutien à cette expérimentation en accueillant le Colloque Baluchon France 2024 (qui a eu lieu à Bordeaux le 16 mai).

Expérimenter et soutenir les solutions de répit s'accompagne aussi d'un vaste travail en amont pour identifier les besoins, renseigner les personnes sur les dispositifs existants et les accompagner dans la concrétisation de la mise en place d'une alternative adaptée à chaque situation.

### IDENTIFIER LES BESOINS, RENSEIGNER LES PERSONNES, ACCOMPAGNER LA CONCRÉTISATION DES SOLUTIONS

Accompagner les aidants vers la solution de répit la plus adaptée à leur situation implique tout d'abord de connaître leurs besoins. C'est dans cette optique qu'une enquête auprès des aidants de personnes en situation de handicap a été lancée en 2024 en Gironde, afin de pouvoir décliner un plan d'action concret. Le Département met également en place des Webinaires, des temps entre la MDPH (Maison départementale pour les personnes handicapées) et les aidants, afin notamment d'être en soutien sur les démarches administratives et l'accès aux droits. « Un vrai sujet, c'est comment on fait évoluer les prestations du handicap », nous indique par exemple Wiame Benyachou. Adapter la solution au besoin nécessite parfois des solutions d'urgence ultra personnalisées,

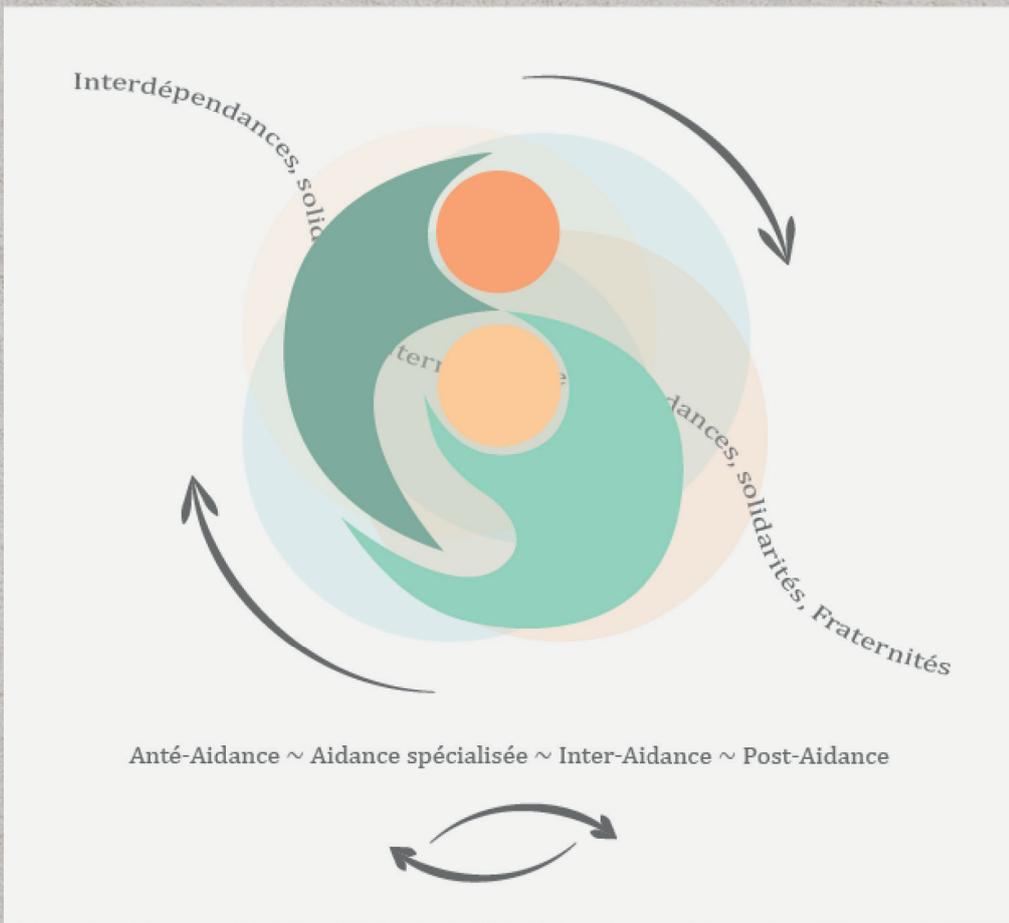


comme de rallonger une enveloppe financière pour permettre la mise en place d'un dispositif innovant permettant un réel répit, qui n'est pas prévu ou comptabilisé initialement dans la prestation générale.

Dans le même esprit d'identification des besoins, le dernier forum « Vieillir ensemble » organisé par le Département avait pour thématique les aidants, ce qui a permis aux usagers et aux associations qui les soutiennent d'indiquer que leur besoin numéro 1 était l'accompagnement psychologique, suivi par un besoin d'équilibre entre vie professionnelle et activité d'aidant familial. Deux questions sur lesquelles le Département travaille d'arrache-pied. Sur le volet accompagnement psychologique des aidants, un vaste plan de recrutement est à l'œuvre au sein des CLICS (Centres Locaux d'Information et de Coordination), avec pour objectif un psychologue par CLIC. Dans une des Maisons du Département des Solidarités, une équipe de psychologues accompagne déjà les aidants de personnes âgées et de personnes en situation de handicap, et reçoit un grand nombre de demandes de prise en charge. Sur le volet vie professionnelle/activité d'aidant, le Département développe des GEM (Groupe d'entraide mutuelle), avec l'idée que le partage d'information permet de faire connaître les dispositifs nationaux existants comme le « congé proche aidant », très peu pris, car peu connu. Les élus gardent en tête qu'une véritable réflexion reste à mener sur ce sujet épineux.

Identifier les besoins, puis renseigner les personnes : c'est tout l'enjeu de Gironde 100% Inclusif, qui propose une fiche « aider les aidants et développer les solutions de répit » : suite à un diagnostic datant de 2019, répertoriant toutes les solutions existantes en Gironde, une plateforme numérique permettra bientôt à chaque personne de trouver la solution la plus adaptée à son cas spécifique et à son besoin en mobilisant le droit commun : partir en vacances, obtenir un soutien psychologique, trouver une activité culturelle ou sportive... Informer au mieux les usagers passe aussi par le déficit de la formation des professionnels dans les lieux d'accueil et de sensibilisation. En effet, la question du répit touche aussi à l'usure dans les démarches de l'accès aux droits et des démarches administratives.

Mieux renseigner, mieux orienter et mieux accompagner est donc l'un des enjeux principaux du Département. À ce niveau, la question de la transversalité et de la coopération entre les différents acteurs est essentielle et se déroule sur différentes étapes : faire connaître l'offre des associations, les soutenir sous forme de subventions, notamment à travers la Conférence des Financeurs, et participer à l'animation de ce réseau, mettre en œuvre des partenariats opérationnels avec les institutions, comme la CAF ou la CNSA, mobiliser les aides techniques et financières disponibles... Autant d'acteurs et d'actions visant à concrétiser les solutions de répit pour tous les types d'aidants sur le territoire girondin.



# Aidance

# AIDANCE

## | JEAN BOUISSON & OLIVIER FRÉZET

Ce vieux mot de la langue française a eu court entre le 13<sup>ème</sup> et le 16<sup>ème</sup> siècle. Au-delà du 16<sup>ème</sup> siècle, il continue à être référencé longtemps dans les dictionnaires, avec le sens d'aide et de secours, en étant le plus souvent associé au terme « d'auxilium », qui relève surtout du domaine de la justice et qui a cinq sens principaux : l'aide et l'assistance – les troupes de secours – la protection fournie par la justice – les moyens de secourir – les remèdes, en particulier ceux de la médecine. Au cours de son histoire, le mot a finalement couvert un large périmètre de sens, désignant celui qui aide, celui qui est aidé, le lien qui les unit, la forme et les moyens de l'aide, les différents acteurs impliqués, aussi bien au niveau du droit que de la médecine, les ressources disponibles, leur organisation ainsi que les remèdes possibles. Nous sommes convaincus que le mot est resté dans le subconscient collectif de la culture française, tout proche du « bout de la langue », prêt à resurgir dès lors que la problématique des aidants devenait plus prégnante. L'Aidance, telle que nous l'avons définie en 2015 en restant fidèle à son fil historique (Bouisson et Meneau[1]), est le lien aidant-aidé pris dans une dimension écologique globale. Elle s'étend bien au-delà du seul domaine médico-social. Elle questionne nos fragilités et nos interdépendances, avec les transactions complexes qu'elles suscitent entre ceux qui aident et ceux qui sont aidés, transactions enchâssées dans un monde également complexe où se croisent toutes sortes de représentations, de croyances, de rites, de pratiques politiques, sociales, institutionnelles, historiques, psychologiques, médicales, éthiques, etc., globalement orientées vers le bien-être ou le mieux-être de chacun.

Peut-on confondre l'Aidance avec le care ? Ce n'est pas la même histoire, selon nous, ni le même univers culturel. Le care est d'abord « le soin », ou plus précisément « le prendre soin ». La question du « care » prend naissance dans la réflexion sur les besoins fondamentaux de l'être humain et les actes techniques du personnel infirmier (des infirmières, notamment, au départ de cette notion). Pour nous, l'Aidance a son origine dans le lien aidant-aidé, particulièrement dans le liant\* de ce lien\* et tout ce qu'il met en œuvre. Nous avons défini différents états[2] de l'Aidance., dont celui de l'Anté-Aidance\* (Cf entrée suivante), dans lequel se situe, principalement, la collaboration entre l'association Vivre Avec et l'ESAD.

[1] Bouisson, J. et Meneau, T. : Esquisse d'une théorie de l'Aidance (pp.51-65), In Bouisson, J. et Amieva, H. : *L'aide aux aidants : à l'aide !* Paris : In Press.

[2] Cf, par exemple : Bergua, V. et Bouisson, J. (2021). *Aidons les aidants, osons l'Aidance*. Paris : In Press.

# Aidance

# Le Centre Ressources de Grand Bon Pasteur

## | Marie Cailac

Le Centre Ressources de l'EHPAD Grand Bon Pasteur est une Sentinelle implantée au cœur du quartier de Bordeaux Caudéran depuis plus de 10 ans. Formidable outil de repérage des fragilités, de création et de maintien du lien social, de formation et d'accompagnement des couples aidant/aidé, mais aussi lieu pivot entre la rue et l'EHPAD et ses différents services, le Centre Ressources offre à ses usagers un panel d'activités et de propositions diverses et personnalisées qui s'adaptent au fil du temps et des situations de chacun, et leur permet de sortir de l'isolement.

Nous avons rencontré Laure Gullo, psychologue et coordinatrice du Centre, et Julie Vizzavona, psychomotricienne, pour évoquer avec elles l'histoire de ce lieu, ses axes et ses actions.

### LE PREMIER CENTRE RESSOURCES BORDELAIS : UN DISPOSITIF INNOVANT QUI A PROUVÉ SA VALEUR

L'histoire du Centre Ressources de l'EHPAD Grand Bon Pasteur, situé en plein cœur du quartier de Bordeaux Caudéran, commence par un appel à projet de l'ARS en 2014. L'idée soumise est de mettre à profit l'expertise gérontologique du personnel des EHPAD ainsi que leur connaissance du quartier et de ses habitants pour en faire un lieu de ressources pour le territoire de proximité. Deux établissements remportent ce premier appel à projet : l'EHPAD Grand Bon Pasteur et un EHPAD de Saint-Médard-en-Jalles. Ces premiers Centres Ressources ont trois axes pour objectif : renforcer la permanence des soins et proposer une continuité des soins basée sur la télémédecine (abandonné aujourd'hui), proposer des activités de prévention de la perte d'autonomie pour un public senior et lutter contre leur isolement social en recréant du lien entre eux, et enfin, accompagner les aidants familiaux, au travers de l'art-thérapie et de formations.

Cette première expérimentation régionale, signée pour trois ans, a été depuis reconduite année après année sous forme d'appels à projet, s'étendant petit à petit à toute la métropole, au fur et à mesure que d'autres EHPAD rejoignent l'aventure sous la nouvelle appellation de Pôle Ressources de Proximité, chacun avec ses spécificités liées au territoire de proximité et aux actions proposées. Aujourd'hui, le dispositif du Centre Ressources est labellisé et pérenne, preuve de son efficacité et de son implantation durable dans la vie des seniors du quartier.

Ouvert à tout senior de 60 ans et plus, le Centre Ressources accueille des personnes âgées du quartier, seules ou en couple, en particulier en couple d'aidé/aidant, pour un accompagnement à travers des ateliers, des activités, des sorties et de la veille téléphonique. Parfois, des seniors qui ne viennent pas de Caudéran poussent aussi la porte du Centre, attirés par la programmation proposée. Enfin, quelques résidents permanents de l'EHPAD se joignent à certaines activités. Pas de discrimination géographique, donc, mais une exigence au niveau de la situation médicale des personnes toutefois : les seniors doivent avoir une certaine autonomie, et ne pas souffrir de troubles cognitifs trop importants (une gageure pour l'équipe étant de fixer les limites de la capacité à participer aux activités). En 2023, 163 seniors ont fréquenté le Centre Ressources, dont 65

nouveaux participants aux activités, et 8 résidents de l'EHPAD. La majorité des participants ont entre 70 et 90 ans, et fréquentent le dispositif, en moyenne, depuis un à deux ans. 4% des participants sont usagers depuis l'ouverture du Centre en 2015.

Avec comme finalité d'être un lieu ouvert sur la ville, le Centre Ressources propose ainsi de « ramener les seniors isolés dans la cité » à travers les activités proposées et les rencontres qu'ils y font. Un pari réussi, si l'on se penche sur la grande personnalisation d'un accueil qui évolue avec les personnes et s'inscrit pour nombre de seniors dans la durée.

### TROIS AXES ET DES PROPOSITIONS MULTIPLES : AU SERVICE DES SENIORS ET DES AIDÉS/AIDANTS

Au Centre Ressources de Grand Bon Pasteur, les axes d'orientation ont peu évolué au fil du temps, mais les actions développées au sein de ces grandes lignes se sont énormément étoffées et ont évoluées en fonction du public, de ses besoins et de ses attentes.

L'axe principal et le cœur du dispositif demeurent la lutte contre l'isolement social et la prévention de la perte d'autonomie. Des ateliers, des sorties et des événements culturels sont proposés, et deux infolettres sont envoyées aux usagers tous les quinze jours, une pour les tenir informés et les divertir depuis chez eux (avec un lien qui se conserve ainsi même à distance), et une contenant le programme du mois suivant pour ceux qui souhaitent s'inscrire aux activités. Pour ceux qui ne peuvent pas ou plus se déplacer, une veille téléphonique est mise en place, avec en général, une visite au minimum dans l'année. Le Centre Ressources participe également au dispositif « Voisin Relais » mis en place par la mairie de Bordeaux : de juin à septembre, l'équipe du Centre appelle régulièrement les seniors isolés qui en ont fait la demande et dont la mairie lui a fourni la liste, et tous les jours si le département est en alerte canicule. Des personnes qui parfois, passent sur le dispositif de veille téléphonique propre au Centre le reste de l'année, puisque l'isolement ne s'arrête pas avec la fin des beaux jours. Au programme chaque mois pour ceux qui peuvent se déplacer au Centre : du sport, de la prévention des chutes, de la prévention santé, de la relaxation, des ateliers mémoire, des sorties culturelles, de l'art-thérapie, des activités intergénérationnelles avec des écoles ou des centres de loisirs...

Le deuxième axe est celui de l'accompagnement du couple aidé/aidant, avec la formation d'un Collectif des aidants, nés en 2015 de la volonté d'un groupe d'aidants qui participaient aux activités du Centre Ressources. Enfin, un troisième axe porte sur la formation et l'information aux professionnels : services civiques ou bénévoles qui accompagnent des personnes âgées. Le Centre travaille ainsi, en partenariat avec la mairie de Bordeaux ou des associations comme France Alzheimer ou France Parkinson, pour proposer ces temps de formations.

Les activités sont assurées en interne par deux salariées et une intervenante extérieure régulière. Laure Gullo, psychologue de l'établissement et coordinatrice du Centre, intervenant également à l'accueil de jour de l'EHPAD Grand Bon Pasteur, assure des ateliers « mémoire », du soutien numérique et réalise des séances de soutien individuel, en particulier pour les aidés/aidants dont elle supervise également le Collectif Aidants. Julie Vizzavona, psychomotricienne, anime deux ateliers de relaxation par semaine et des cycles de prévention des chutes. Enfin Nolwenn Tournoux, art-thérapeute, membre de l'association Le Dire Autrement, réalise toutes les semaines un atelier d'art-thérapie et organise deux fois par mois des ateliers de découverte culturelle. Elle

propose et organise également les sorties culturelles, très appréciées des usagers du Centre. Des intervenants extérieurs complètent ces offres d'activités en intervenant lors de cycles d'ateliers (gym, Qi Gong, théâtre...), lors de formations ou de présentations d'associations. Des partenaires du territoire (associatifs et autres) telles que Wimoov, Nouvelle Voie Sud-Ouest, l'ASEPT et bien d'autres interviennent également pour des actions ponctuelles ou régulières, des suivis individuels et/ou des activités collectives.

Un vaste choix de propositions qui permet aux seniors de piocher dans les sujets qui leur font envie, des affinités se créant entre les participants en fonction de leurs intérêts. Un accompagnement qui allie souplesse et ouverture pour s'adapter aux souhaits des usagers, mais aussi à l'évolution de leur situation, tout en jouant le rôle de pivot entre le quartier et les services de l'EHPAD.

## SOUPLESSE ET OUVERTURE : LE CENTRE RESSOURCE, MAINTIEN DE LA VIE SOCIALE ET PIVOT ENTRE LE QUARTIER ET L'EHPAD

C'est peut-être le plus impressionnant du dispositif : sa capacité à s'adapter à ses usagers en prenant en compte une foule de paramètres et le facteur temps.

Pour permettre aux seniors d'orienter la programmation, deux comités de pilotage par an regroupant des usagers et l'équipe du Centre se réunissent. Ils proposent des sujets et des activités à traiter dans l'année, pour questionner les envies, les besoins, les réflexions. À ces comités s'ajoutent des cafés-échanges et un questionnaire conséquent permettant de recueillir les avis, même si ces derniers sont bien sûr pris en compte de manière informelle tout au long de l'année. Le questionnaire permet d'alimenter le travail du Comité de pilotage, de le compléter.

En ce qui concerne le deuxième axe, centré sur l'Aidance, le dispositif a même vu la naissance d'un Collectif des aidants : un groupe d'usagers du Centre devenu expert du sujet, et qui a souhaité partager ses connaissances en organisant, grâce à l'appui du Centre, des ateliers et cycles de conférences.

Par ailleurs, l'équipe du Centre s'adapte à l'extrême à la situation des personnes : seniors à domicile, couple dont l'un est reçu à l'EHPAD en accueil de jour, aidant ou aidé seul, ou en binôme, monsieur pour telle activité ou tel accompagnement, et madame pour telles autres, senior en résidence permanente à l'EHPAD, accompagné ou non de son conjoint encore à domicile... Le Centre a même organisé des sorties pour un couple résidant dans deux établissements distincts mais souhaitant continuer à partager leur passion commune pour la culture ! Autre exemple : ce groupe de couples à domicile, qui après s'être croisés au Centre, a demandé à l'équipe d'organiser une sortie entre eux, pour pouvoir mieux faire connaissance et échanger des contacts. Un lien social qui s'est ensuite poursuivi de façon autonome.

Une personnalisation qui s'étend ainsi dans toutes les directions, s'adaptant à la situation des personnes, et aussi à l'évolution de leurs besoins dans le temps. Des usagers autonomes qui se rendent au centre pour participer à des activités peuvent ainsi se transformer au fil des années en usagers de l'accueil de jour, puis en résidents permanents de l'EHPAD, ou des aidants en aidés. En ce sens, le Centre Ressources est une Sentinelle à différents égards : de part les thématiques qui l'occupent (prévention de la perte d'autonomie, isolement, aidance), mais aussi par sa façon d'appréhender les usagers de façon personnalisée et systémique, sans trop s'attarder sur l'étiquette (par exemple, celle d'« aidant »), puisque leurs situations sont susceptibles

d'évoluer avec le temps. Le Centre est assez souple pour accompagner ce changement. L'équipe s'attache ainsi à rechercher « ce qui est important pour les gens, ce qui fait sens et qui fait lien entre eux », trouvant particulièrement intéressant que les usagers puissent ainsi devenir acteurs de leurs choix d'accompagnement et d'activités.

Un autre point marquant du dispositif est son ouverture de l'EHPAD au quartier, dans un rôle de pivot entre d'une part, la rue et l'EHPAD, mais aussi entre le Centre Ressources et d'éventuels relais (associations, institutions...).

Ainsi, l'équipe note qu'il n'est pas rare que les usagers du Centre aient de forts a priori concernant les EHPAD, un lieu jugé plutôt clôt et qui rebute plus d'un senior, son conjoint et sa famille. Les activités regroupant des personnes à domicile, des usagers de l'accueil de jour et des résidents permanents, certains de ces préjugés tombent, constituant une passerelle vers un séjour rendu, à un moment donné, indispensable, avec pour certains, l'idée rassurante de savoir que le Centre Ressources leur restera ouvert et constituera dès lors, avec son équipe, un point de repère familier. Le même constat se fait avec l'accueil de jour. L'équipe du Centre peut ainsi être la passerelle vers une solution de répit pour les aidants qui fréquentent les activités proposées ou font appel à elle pour un accompagnement. Enfin, en informant sur les autres dispositifs existants, le Centre peut permettre à des seniors de trouver une solution à leurs besoins auprès d'une structure partenaire sur le territoire, qui contient un maillage de solutions riche. « C'est un levier qui permet de contourner l'approche purement médicale, qui permet d'en parler différemment ». Et de repérer parfois de façon très précoce l'installation de fragilités.

Depuis près de 10 ans, le Centre Ressources Grand Bon Pasteur s'est ainsi inscrit dans la vie du quartier, créateur de lien social, Sentinelle à l'écoute des seniors, quelques soient leur situation et en leur proposant un accompagnement sur la durée, coconstruit avec eux, dans le respect de leurs attentes et de leurs besoins.



## À PROPOS DU CENTRE RESSOURCES

Le Centre Ressources de l'EHPAD Grand Bon Pasteur de Bordeaux Caudéran accueille les seniors pour des ateliers et des activités externes afin de lutter contre l'isolement, pour le maintien de l'autonomie et d'une vie sociale active.

Particulièrement tourné vers le soutien et l'information aux seniors aidants familiaux, le Centre Ressources est inscrit dans la vie de quartier et coconstruit avec les seniors un accompagnement sur la durée.



## Contact

**Nathalie Barrier, Directrice de l'EHPAD**  
**Laure Gullo, psychologue et coordinatrice du centre**

**Centre Ressources  
Grand bon pasteur**  
6 avenue Charles de  
Gaulle, 33200 Bordeaux

centreresources.gbp@  
adgessa.fr  
06 71 59 01 25

## Aidance sans rivages, aidances sans visage | Jean Bouisson & Olivier Frézet

S'il y a de nombreuses publications sur les aidants, il reste encore de nombreux rivages inexplorés de l'Aidance, et plus encore d'aidances sans visage.

Bruno C. a 32 ans. Il est chauffeur livreur et père de deux petits enfants. Il habite un pavillon de la banlieue bordelaise. Depuis 6 ans, tout va bien, sauf que sa femme, ses parents et beaux-parents, ainsi que ses amis les plus proches de son club de rugby, épient sans cesse le moindre de ses retards, le moindre excès, ce qui a « le don de l'énerver ». Il s'en confie à son groupe des Alcooliques Anonymes : « Je suis conscient de mon risque de rechute, même si je suis à présent totalement sobre ; mais ce qui me fout les boules, c'est cette impression d'être constamment surveillé. Le pire, c'est que je me sens bien, mais, j'ai mal de savoir que ça angoisse les autres. Je sens leur affection et leur peur en même temps, et j'ai peur de leur peur, surtout celle de ma femme. ».

Mme B, 55 ans, est professeure des écoles. Veuve depuis 10 ans, elle a encore l'un de ses trois enfants à charge. Elle s'occupe aussi de sa mère de 82 ans, également veuve et atteinte de la maladie d'Alzheimer, habitant un quartier proche du sien. Longtemps « léger », les troubles de sa mère se sont récemment aggravés, au point de l'obliger à jongler entre ses tâches quotidiennes (sa classe, sa fille, ses courses, son ménage et ses repas, pour sa mère et pour elle). Depuis peu, une amie retraitée vient garder sa mère durant la journée. Elle la change si besoin et la fait manger le midi. Constatant un état de fatigue prononcé, son médecin l'encourage à faire appel à un service d'aide à domicile ; mais Mme B. refuse. Il est « normal » qu'elle prenne soin de sa mère, et il n'est pas question qu'elle laisse « des étrangers » s'en occuper. Elle refuse également d'en parler à ses collègues qui s'interrogent sur ses fréquentes absences aux réunions, « parce que ça ne les concerne pas ». Elle n'accepte pas davantage que ses enfants interviennent « parce qu'il ne faut pas que leur jeunesse soit gâchée par des problèmes qui ne sont pas de leur âge ». Ceux-ci s'inquiètent néanmoins de plus en plus. Ils se sont confiés au médecin de Mme B : « Notre mère est de plus en plus dépassée par mamie. Elle en arrive à la secouer violemment pour la faire bouger. Elle nous a dit qu'elle avait de plus en plus peur de lui faire mal. »

### LES BERGES INEXPLORÉES DE L'AIDANCE :

Au cœur de l'Aidance (avec un A majuscule), il y a d'abord un lien entre un aidant et un aidé, dont la dynamique est à appréhender dans son contexte et son environnement (son écologie). Celle-ci englobe « ... celui qui aide, celui qui est aidé, le lien qui les unit, la forme et les moyens de l'aide, les différents acteurs qu'elle met en jeu, [...] les ressources disponibles et leur organisation, ainsi que les remèdes possibles. » (Bergua et Bouisson, 2021, p.14-15).

À ce jour, nous avons identifié plusieurs états de l'Aidance, tels que résumés dans le tableau ci-contre (Ibid, p.51) :

Principaux états de l'Aidance	Thèmes dominants
L'Anté-Aidance « naturelle »	Prévention, ouverture d'un champ d'inquiétude relatif au Bien-être et à la Santé des siens (particulièrement ses parents)
L'Anté-Aidance spécialisée	Projection, souvent anxieuse, dans un avenir incertain quant à un décès ou une maladie grave (annoncés, pressentis...) d'un proche
L'Aidance spécialisée	Responsabilité du quotidien d'un proche malade, handicapé, fragile, dépendant
La Post-Aidance spécialisée <ul style="list-style-type: none"> <li>• effective</li> <li>• anticipée</li> <li>• extrême</li> <li>• institutionnelle</li> </ul>	Conséquences psychologiques d'une rupture (réelle ou anticipée) du lien aidant-aidé (sentiment de vide, de solitude, travail de deuil douloureux...) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tout est fini, mais pas dans ma tête</li> <li>• Je sais que ça va finir pour moi, mais que va devenir l'aidé</li> <li>• Il va mourir. J'ai passé la main ; mais quid de notre lien ? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les professionnels ont pris le relais. Et moi ?</li> </ul> </li> </ul>
L'Inter-Aidance spécialisée	Crainte d'une nouvelle situation d'Aidance spécialisée, d'une rechute dans une maladie récurrente...

Notons qu'il ne s'agit pas de temps successifs, ordonnés, hiérarchisés et clairement séparés. Selon les cas et les moments de la vie, ils peuvent se répéter, voire se superposer (un accident de voiture, par exemple, et une personne devient aidante d'un conjoint qui décède après quelques semaines (Post-Aidance de l'extrême), et d'un ou deux enfants fragilisés (Anté-Aidance spécialisée, puis, peut-être, Aidance spécialisée, etc.). En fait, excepté l'Aidance spécialisée, la seule qui soit considérée actuellement, les frontières de ces états sont largement méconnues, ce qui donne à penser que beaucoup d'aidants sont encore à identifier. C'est typiquement le cas de l'Inter-Aidance spécialisée, dont Bruno C. nous donne une illustration. Combien sont-ils ainsi, atteints de maladies récurrentes, de cancers « guéris », de troubles psychiques cycliques..., vivant dans la crainte d'une « rechute » ? Combien d'aidants, qui les ont parfois entourés pendant de longues années, n'osent pas abandonner (surtout dans leur tête) leur rôle et préfèrent demeurer sur leurs gardes ? Finalement, combien d'aidants sur ces berges floues et ces marges indécises de l'Aidance, en particulier sur tout le champ qui s'étend entre l'Aidance naturelle et l'Aidance spécialisée ?

### DES AIDANCES SANS VISAGE :

L'aidance (avec un petit a) fait référence aux configurations singulières de l'Aidance, laquelle désigne un niveau générique, de même que nous faisons la différence entre un enfant et l'Enfance. Dans la vie quotidienne, les aidances peuvent prendre une infinité de formes, selon les contextes et les états de l'Aidance traversés. Mme B., par exemple, est dans l'aidance depuis des mois, en étant passée, progressivement, d'un état d'Aidance

naturelle à celui d'une Anté-Aidance, puis d'une Aidance spécialisée. Dans l'association Vivre Avec<sup>1</sup>, nous observons constamment ces aides qui ne se disent pas, qui se cachent souvent derrière un sentiment de honte ou de culpabilité, qui «se règlent en famille», à distance des services sociaux, tout spécialement dans ce territoire inexploré de l'Anté-Aidance, où se situe, majoritairement, l'action de Vivre Avec. Toutes les recherches, les enquêtes et les mesures d'accompagnement des aidants sont focalisées, aujourd'hui, sur l'Aidance spécialisée, alors que la prévention des aides à risque et de leurs difficultés, mériterait des travaux approfondis sur les dynamiques de l'Anté-Aidance. Il devient urgent, en fait, de connaître le visage de ces aides invisibles.

## DONNER UN VISAGE ET DU SENS AUX AIDANCES DE L'ANTÉ-AIDANCE ?

L'Anté-Aidance se déroule dans un champ où les services sociaux ont fréquemment du mal à accéder. On ne pénètre pas « comme ça », sans un signalement ou une quelconque demande préalable, dans l'intimité des personnes et des familles. Nous parvenons pourtant à le faire, dans l'association Vivre Avec, grâce aux liens que nous établissons, sur le long terme, avec les binômes jeune-senior, dans le cadre de l'habitation solidaire, et grâce au système sentinelle-passerelle établi avec l'ESAD de la MSPB de Bordeaux-Bagatelle<sup>2</sup>. Il ne s'agit, toutefois, que d'une piste récente, qui reste à consolider, et à travailler avec d'autres acteurs sociaux et des solidarités « chaudes »<sup>3</sup>, particulièrement à l'échelon du territoire, dans une approche inclusive, et dans une démarche intégrative et de collaborations interdisciplinaires. Il est grand temps, en tout cas, d'ouvrir le débat pour donner un visage et du sens à l'immense diversité des aides, dans tous les états de l'Aidance.

## RÉFÉRENCES

- Bergua, V. et Bouisson, J. (2021) : *Aidons les aidants, osons l'Aidance !* Paris : In Press.
- Bouisson, J. et Frézet, O. (2022) : *Vieillir, habiter demain, enchanteur de nouveaux chemins*, Paris : Librinova.
- Guibet-Lafaye, C. & Kieffer, A. (2012). Interprétations de la cohésion sociale et perceptions du rôle des institutions de l'état social. *L'Année sociologique*, 1 (62), 195-241.

<sup>1</sup> [www.logement-solidaire.org](http://www.logement-solidaire.org)

<sup>2</sup> Nous invitons le lecteur à consulter, sur ce point, notre ouvrage intitulé : *Vieillir, habiter demain, enchanteur de nouveaux chemins* (Jean Bouisson et Olivier Frézet, 2022) et *Abécédaire des sentinelles de l'Aidance*, des mêmes auteurs, 2023, Éditions de l'Olisés.

<sup>3</sup> Solidarités de proximité/ Redistributions organisées par les structures de l'Etat social. Guibet-Lafaye & Kieffer.



## À PROPOS D'OLISÉS

La création de l'Olisés (L'Observatoire du Lien Intergénérationnel social, de l'innovation Sociale et de l'Économie sociale et Solidaire) répond à un besoin : initier une recherche sur l'intergénérationnel social centrée, en particulier, sur l'établissement et la réciprocité des échanges entre les jeunes adultes et les seniors (y compris les seniors les plus âgés), sur la solidarité intergénérationnelle et sur l'innovation sociale.

L'objectif de l'Olisés est de lutter contre les préjugés liés au vieillissement, qui handicapent sévèrement les dynamiques intergénérationnelles et ont des effets toxiques sur le lien social.

### Contact

**JEAN BOUISSON** : Vice-Président de l'association Vivre Avec, Anct. Professeur de Psychogérontologie - Professeur émérite.

**OLIVIER FRÉZET** : Président de l'association Vivre Avec et Directeur Domcare Aidance Dépendance Autonomie du Pôle action sociale et formation de la Fondation MSPB.

**Vivre Avec**  
40 rue du Sablonat  
33800 Bordeaux

contact@logement-solidaire.org  
05 57 95 66 02

## La Ressourcerie | Marie Cailac

La Ressourcerie, ouverte en 2019 dans le but de détecter, capter et soutenir les aidants à travers des activités culturelles, de bien-être, de prévention et d'information, accueille en plein cœur de Bordeaux tous ceux qui poussent sa porte. Tiers-lieu à vocation sociale, devenu en 2021 association loi 1901, La Ressourcerie étoffe en 2023 et 2024 son offre et renforce son accompagnement social et psychologique des aidants, devenant un acteur unique de l'Aidance, et prouvant son expertise en tant que Sentinelle œuvrant dans le champ de l'ESS.

### LA RESSOURCERIE : UN TIERS LIEU OUVERT À TOUS POUR CAPTER ET SOUTENIR LES AIDANTS

Le projet de La Ressourcerie s'inscrit dans un axe prioritaire fixé par l'Agirc-Arrco, celui d'accompagner les aidants et de soutenir les personnes en situation de fragilité. Pour y répondre, le groupe Malakoff Humanis mise sur l'innovation sociale avec La Ressourcerie : un lieu d'aide et de ressources pensé comme un lieu de vie, ouvert à tous... et qui permet de capter les aidants.

Le constat fait par l'initiatrice et responsable du projet, Catherine Roux (actuellement au bureau de l'association en tant que trésorière) : s'adresser à un proche aidant est une démarche délicate. Souvent, il ne se reconnaît pas en tant que tel, c'est un devoir naturel pour lui. Il n'accepte pas spontanément de l'aide et ne s'attend pas à ce qu'on lui en propose. Pourtant, les chiffres sont édifiants : 11 millions de français sont aidants, soit 1 personne sur 5, et 25% des actifs seront aidants en 2030.

Partant de ce constat, l'équipe de La Ressourcerie se fixe comme mission de :

- repérer les aidants - qu'ils accompagnent un proche en situation de handicap, de maladie, ou de perte d'autonomie - au sein d'un tiers-lieu ouvert à tous ;
- accompagner les aidants à retrouver leur pouvoir d'agir ;
- sensibiliser et faire de la prévention sur le sujet de l'aidance auprès du plus grand nombre.

Et pour cela, elle déploie son activité au carrefour de l'accompagnement individuel et de l'animation collective, en proposant à toutes et tous un espace chaleureux et non-stigmatisant où l'on peut trouver des ressources diverses, utiles à son quotidien, participer à des activités permettant de se ressourcer ensemble et prendre du temps pour soi, trouver de l'information et de l'ouverture sur l'écosystème social-solidaire de la ville, et pour les aidants qui en expriment le besoin, de l'accompagnement social et/ou psychologique, personnalisé et adapté à leurs besoins.

Porté par une équipe pluridisciplinaire qui ne cesse de grandir (10 personnes en 2024), et par des intervenants extérieurs proposant régulièrement des activités, le lieu accueille curieux et usagers dans une ambiance chaleureuse et reposante, comme un cocon au cœur de la ville. Couleurs douces et joyeuses, mobilier accueillant invitant à la détente, La Ressourcerie porte bien son nom, dès son seuil franchi : on y vient pour se ressourcer, pour y boire un café, rencontrer l'équipe, trouver de l'entraide et un peu de répit.

Si l'on est aidant, on y découvre la possibilité d'être accompagné psychologiquement et administrativement, on y est à son tour aidé, on peut prendre le temps de prendre soin de soi. L'Aidance est un sujet omniprésent, à travers les informations proposées sur les flyers, les affiches et les livres disponibles dans la bibliothèque, dans les conférences données, les discussions avec les spécialistes du lieu ou les associations invitées à présenter leur action aux usagers. On peut aussi participer simplement aux ateliers proposés toute l'année (yoga, aquarelle, ateliers philo...) avec les autres usagers, en mettant de côté le temps d'une activité ses soucis et son quotidien. Un pari gagnant : en 2023, sur les 211 adhésions actives et les 7832 bénéficiaires en ligne, 38% d'aidants ont été captés et identifiés. 134 d'entre eux ont été accompagnés au niveau social, 61 au niveau psychologique, et 26 dans les deux domaines. Une augmentation de la fréquentation et de l'accompagnement au fil des ans à laquelle La Ressourcerie s'adapte en étoffant son offre.

## UNE OFFRE RENFORCÉE QUI CHERCHE À S'ADAPTER À TOUS LES PUBLICS

De manière générale, la fréquentation du lieu ayant beaucoup augmentée en 2023, La Ressourcerie a étoffé sa proposition d'activités afin de répondre à la demande : dix activités en moyenne ont été réalisées chaque semaine par sept intervenants différents, et deux nouvelles activités ont été programmées (le yoga et des ateliers philosophiques). L'atelier d'aquarelle étant particulièrement demandé, un créneau supplémentaire par semaine a été ajouté. Une sortie mensuelle en autonomie, dans ou hors Bordeaux, est également organisée. Les chargées d'accompagnement social ont animé des ateliers de conseil à la culture et d'accompagnement au deuil afin de développer une manière plus informelle pour repérer les situations d'aidance lors de ses activités. Plus spécifiquement rapporté aux aidants, l'équipe de La Ressourcerie note une nette augmentation de personnes optant pour un accompagnement mixte, alliant à la fois l'aspect social et l'aspect psychologique. L'accompagnement psychologique seul a lui aussi connu une forte hausse, et pour répondre à cette demande, Stéphanie, psychologue libérale, est désormais disponible une journée et demi par semaine, sur site ou à distance (un accompagnement qui correspondait en 2023 à 40% des rendez-vous).

De plus, de nouveaux bénéficiaires ont poussé la porte du lieu : les aidants salariés, qui recherchent essentiellement une meilleure compréhension de leurs droits et des moyens pour équilibrer au mieux leur emploi du temps professionnel et leurs obligations familiales. Pour eux, ainsi que pour les jeunes aidants, en particulier les étudiants, les créneaux horaires de La Ressourcerie ont été étendus, avec notamment des activités proposées les mercredis midi, les mardis et jeudis jusqu'à 20h et un samedi sur deux.

Concernant les jeunes aidants, une alternante chargée de l'accompagnement social des aidants, Naïs, a mené en 2023 et 2024 un projet pour réussir à les capter au sein du lieu. Les objectifs poursuivis étaient de comprendre ce que de jeunes adultes souhaitent trouver dans un tiers-lieu afin d'adapter programmation et horaires, de sensibiliser les jeunes à l'Aidance lors d'actions spécifiques, et de repérer les jeunes adultes aidants pour pouvoir les accompagner selon leurs besoins et leur temporalité. Pour ce faire, des ateliers de sensibilisation ont été organisés, un salon sur la cohabitation intergénérationnelle s'est tenu au sein de la Ressourcerie, des actions de communication ont été menées sur les réseaux sociaux ou sous forme de micro-trottoir. Enfin, des propositions de tarifs « étudiants » ont été discutées.

Les typologies d'Aidance qui poussent la porte de La Ressourcerie pour un accompagnement sont variées : en 2023, les aidants accompagnés n'aidaient plus uniquement des malades de plus de 70 ans atteints de troubles

neuro-dégénératifs, mais aussi des enfants qui ont des troubles du neurodéveloppement, de jeunes adultes atteints de troubles psychiatriques ou des conjoints touchés par de graves maladies. La majorité des aidants ont un aidé parent (47,5%) ou conjoint (25,7%), mais l'équipe a aussi accompagné des aidants d'enfant (17,8%) et de fratrie (8,9%).

Enfin, le champ d'action de La Ressourcerie a été élargi après le décès de l'aidé, en proposant des stages sur le deuil, en présence d'une psychologue spécialiste de la question, par une soirée en compagnie d'une mandataire judiciaire, et par un accompagnement spécifique des chargés d'accompagnement social.

Un élargissement de la fréquentation, des sujets et des activités qui positionnent le lieu comme une sentinelle unique de l'Aidance œuvrant dans le champ de l'ESS (Économie Sociale et Solidaire).

## UNE SENTINELLE UNIQUE QUI PARTAGE SON EXPERTISE DANS LE CHAMP DE L'ESS

Tiers-lieu cocon, mais aussi ouvert sur la ville, La Ressourcerie multiplie les partenariats autour des sujets qui lui tiennent à cœur et qui peuvent améliorer son action. Partenariats avec la ville de Bordeaux pour faire bénéficier les titulaires du Pass Senior d'un tarif réduit aux ateliers, avec le Pôle Culture et Santé de la Nouvelle Aquitaine, et avec Emmaüs Connect pour réduire la fracture numérique de ses usagers seniors, participation au Forum « Vieillir ensemble en Gironde » sur la place des proches aidants organisé par le Département, participation aux Semaines d'Information en Santé Mentales, à la 3<sup>ème</sup> édition aux « Journées Portes Ouvertes des tiers-lieux en Nouvelle Aquitaine » ... L'équipe de La Ressourcerie se mobilise particulièrement sur les événements touchant à l'écosystème tiers-lieux et à la santé. Ainsi en 2023, elle co-organise le « Petit Ramdam des Tiers-Lieux dans le champ du médico-social et sanitaire à la Fabrique Pola (un événement qui a drainé une audience nationale), et propose désormais une formation sur le sujet : « Générer une dynamique tiers-lieu dans le champ médico-social et sanitaire » aux côtés de la Coopérative Tiers-Lieux (un partenaire important, La Ressourcerie en étant également sociétaire).

La Ressourcerie se veut aussi laboratoire pour les projets de l'ESS, en soutenant par exemple le lancement du podcast « Compter sur ses proches » de l'Atelier budgétaire, qui a pour ambition de parler budget avec ses proches et mêle interview de particuliers et de professionnels experts, ou encore en accueillant sur des demi-journées les Streetcoteuses pour leur permettre de réaliser trousseaux pour la maternité, des coussin-cœur pour les femmes atteintes d'un cancer du sein ou encore des couvertures pour les sans-abris.

Enfin, La Ressourcerie partage son expertise depuis septembre 2023 en lançant son déploiement : un accompagnement à la carte pour des projets, la création de modèle à impact social ou la sensibilisation de divers acteurs du territoire à l'Aidance. Une action qui se décline en trois offres :

- Sensibiliser une audience à la thématique de l'aidance sous un format de prise de parole, de table ronde ou d'ateliers ;
- Accueillir à La Ressourcerie, ou aller chez le client pour une immersion d'une ou deux journées ;
- Construire sur mesure avec le client son propre modèle à impact social en s'appuyant sur l'expérience de La Ressourcerie.

À ce jour, l'équipe de La Ressourcerie a déjà réalisé trois sensibilisations, deux immersions, et un accompagnement à la création de projet. Une Sentinelle de l'Aidance qui maîtrise désormais son sujet, accueille tous ceux qui le souhaitent au sein de son tiers-lieu, et reste ouverte sur la cité en partageant son expérience et son expertise.



## À PROPOS DE LA RESSOURCERIE

La Ressourcerie est un espace de convivialité et de solidarité pour échanger, apprendre et vous évader.

Imaginée pour soutenir les personnes accompagnant un proche, la Ressourcerie est ouverte à tous. Vous y trouverez de l'écoute, de l'entraide et de l'envie d'agir pour vous ressourcer.



**La Ressourcerie**

### Contact

**Catherine Roux, fondatrice**

**La Ressourcerie**  
21 cours de Verdun  
33000 Bordeaux

[www.la-ressourcerie.com](http://www.la-ressourcerie.com)  
[contact@la-ressourcerie.com](mailto:contact@la-ressourcerie.com)  
06 65 76 19 32



# Les Sentinelles

DE L'AIDANCE ET DES LIENS INTERGÉNÉRATIONNELS

La gazette de l'association *Vivre Avec*

---

MERCI AU SOUTIEN PRÉCIEUX DE TOUS NOS CONTRIBUTEURS

*Pour l'ESAD de Bagatelle*

Sarah Mayorgas

*Pour le Département de la Gironde*

Romain Dostes

Wiame Benyachou

*Pour le Centre Ressources de Grand Bon Pasteur*

Laure Gullo

Julie Vizzavona

*Pour la Ressourcerie*

Catherine Roux

Naïs Villautreix

ET MERCI AU SOUTIEN FINANCIER DU  
CRÉDIT MUTUEL DU SUD OUEST

POUR L'IMPRESSION PAPIER DE CETTE GAZETTE

---

L'ÉQUIPE DE *VIVRE AVEC* ET DES ÉDITIONS DE L'OLISÉS

Jean Bouisson

Olivier Frézet

Elise Renet

Cyrielle Belando

Marie Cailac

---

CRÉATION GRAPHIQUE ET MAQUETTE

Marie Cailac

Canva.com



ÉDITIONS DE L'OLISÉS, 2024

Vivre Avec - Solidarités intergénérationnelles  
Association Loi 1901

40 rue du Sablonat,  
33800 Bordeaux  
[contact@logement-solidaire.org](mailto:contact@logement-solidaire.org)

Représentant légal : Olivier Frézet  
Directrice : Elise Renet  
Directrice de la publication : Marie Cailac  
Responsable de la rédaction : Marie Cailac

Imprimé en France par :  
Easy Print | 1 rue Joule, 33700 Mérignac

Octobre 2024

ISBN : 978-2-487222-01-4  
Dépôt légal : 2024



---

MERCI  
ET À BIENTÔT

---