

Seniors : le bel âge du bien vieillir

Publié le 24.11.2021

C'est un fait inéluctable, aussi vieux que le monde : nous vieillissons toutes et tous à mesure que le temps passe. Derrière cette lapalissade se cache pourtant une réalité autrement plus complexe pour les pouvoirs publics : comment accompagner le mieux possible ce vieillissement ?

À Saint-Herblain, la Ville a décidé de prendre cet enjeu à bras-le-corps afin d'identifier au mieux les besoins des seniors – présents et à venir – et accompagner celles et ceux qui en ont besoin. Une manière pour la commune d'anticiper au mieux l'accélération dans les prochaines années du vieillissement de la population **et de poursuivre l'engagement qui a fait d'elle, en 2019, une "Ville amie des aînés"**.

Soutien à 360°

Marcel Martel, 86 ans, n'est pas du genre à s'épancher sur les petites misères de la vie. "On a tous nos problèmes", explique avec douceur cet ancien ingénieur d'EDF. Il y a 6 ans, **lorsque sa femme a été décelée porteuse de la maladie d'Alzheimer**, il a bien tenté, cahin-caha, de continuer à "tenir la barre" de leur vie désormais bouleversée. Jusqu'au jour où il a bien fallu se rendre à l'évidence : "J'étais épuisé. J'ai mis du temps à me l'avouer mais je ne pouvais plus être dans le déni, voyez-vous : il me fallait de l'aide".

Depuis cette prise de conscience, la femme de Marcel bénéficie des services municipaux de soins infirmiers à domicile et de visites régulières à l'Accueil de jour, lieu porté par la Ville et destiné aux personnes souffrant de maladies neurodégénératives. **Un endroit singulier et unique dans l'ouest de la Métropole** qui sert autant à stimuler intellectuellement les malades qu'à soulager leurs aidants. "Ça a été comme une nouvelle vie qu'on m'offrait", souffle Marcel.



Les animations ludiques proposées par la Ville permettent aux seniors de passer un moment agréable et nouer des liens. Une façon de lutter contre la solitude. © Pascal Beltrami

Volontarisme récompensé

Les chiffres sont là et laissent peu de place au doute : **dans 10 ans, Saint-Herblain où habitent déjà près de 11 000 seniors, comptera 2 000 personnes supplémentaires âgées de plus de 65 ans.** "C'est considérable et c'est une tendance qu'on retrouve non seulement en France mais aussi partout en Europe", explique Dominique Talledec, adjoint au maire en charge des Solidarités. Que peut la Ville dans ces conditions ? Selon l' élu, "deux choses essentiellement. Repérer les difficultés et accompagner les personnes âgées pour les solutionner. Avec un objectif : faire vivre le plus longtemps possible et dans les meilleures conditions qui soient, à domicile."

Fort d'une quarantaine d'agents, le service municipal dédié aux seniors est la porte d'entrée, à travers son CLIC, pour toute question concernant le troisième âge. **Sont ainsi proposés de nombreux services médico-sociaux, des soins infirmiers au portage de repas à domicile, en passant par la téléassistance ou l'inscription à l'Accueil de jour.** "Les périodes successives de confinement nous ont montré combien ces services étaient indispensables, rappelle Dominique Talledec. En tant que commune, nous n'avons pas d'obligation à les mettre en œuvre, mais c'est un choix politique fort et renouvelé depuis plusieurs années", insiste l' élu.



Grâce aux nombreux services à domicile proposés par la Ville, les seniors peuvent continuer à vivre chez eux malgré leur avancée en âge. À l'image, des soins infirmiers. © Pascal Beltrami

En parallèle des services médico-sociaux, **la Ville cherche à améliorer de nombreux autres aspects de la vie des seniors**, des mobilités aux loisirs, en passant par l'habitat adapté ou la citoyenneté. Un volontarisme qui lui a valu de se faire décerner le label "Ville amie des aînés" par l'association du même nom, en 2019. "Une reconnaissance de notre action, commente Dominique Talledec. Et ce n'est pas fini : nous allons continuer à investir ces questions. D'autant qu'un autre enjeu majeur se pose avec le vieillissement : l'isolement. Être bien entourés et avoir une vie sociale active, voilà, avec la bonne santé physique, les conditions sine qua non du bien vieillir."

Accès aux droits : avoir le bon déclic

C'est un lieu ressource précieux pour qui souhaite s'informer sur ses droits et les services proposés par la Ville et ses partenaires : le [Centre local d'information et de coordination \(CLIC\) \(/Services-et-demarches/Solidarites/Seniors/CLIC-seniors-Indre-Saint-Herblain\)](#) est à l'écoute des personnes âgées de 60 et plus en perte d'autonomie, de leur famille et des professionnels et professionnelles de santé qui les entourent. Aide à domicile, portage de repas, soins infirmiers, hébergements adaptés, lutte contre l'isolement... le CLIC est la porte d'entrée pour s'informer sur bien des sujets et être orienté vers les bons interlocuteurs.

Chaque année, **il accompagne plusieurs centaines de personnes**. Il est à disposition des habitants et habitantes de Saint-Herblain et d'Indre, par téléphone ou via des permanences, deux fois par semaine, au Centre communal d'action sociale.

Plus d'infos : 02 28 25 27 86

Briser les solitudes

Annick Garvinou en sait quelque chose. Âgée de 87 ans, cette habitante du bourg vit seule à son domicile où elle "voit peu de monde, hormis la famille de temps à autre". Depuis le début de la crise sanitaire, comme une quarantaine d'autres personnes âgées, **Annick bénéficie régulièrement d'une livraison à domicile de livres**. Une façon pour cette "grande lectrice" qui dévore une soixantaine d'ouvrages par an de "se nourrir culturellement, de s'évader par la lecture et d'entretenir un lien avec celles et ceux qui lui rendent visite."



Les Après-midis cabarets – ici leur déclinaison estivale, les Après-midis champêtres – réunissent chaque année, à l'initiative de la Ville, plusieurs centaines de seniors autour d'un repas et de spectacles. © Pascal Beltrami

Ces initiatives qui visent à briser les solitudes, **la Ville les a multipliées ces dernières années**. En témoigne le Mois Bleu dont la sixième édition, vrai succès populaire, vient de s'achever. Ou les animations mensuelles mises en place depuis la rentrée et qui trouvent peu à peu leur public. Et Dominique Talledec de conclure : "Je fais partie de ceux qui pensent que la société doit accompagner dignement ses aînés dans la période du grand âge. Ce que nous faisons y participe et nous continuerons à agir en ce sens".

"Un moment pour apaiser la solitude"

Moïsette Pierre-Hervouët
Usagère de l'Accueil de jour

Moïsette Pierre-Hervouët, 86 ans, fait partie de celles et ceux qui ont vu le petit bourg rural qu'était encore Saint-Herblain au début des années 60 se transformer progressivement en ville moderne. "À notre arrivée à Bellevue, nous étions parmi les premiers habitants, se souvient Moïsette, qui vit

depuis 51 ans au Village expo. La ville poussait comme un champignon, des quartiers étaient créés à partir de rien, c'était fascinant !" C'est pour partager ces quelques souvenirs et faire travailler sa mémoire **que Moïsette a rejoint il y a trois ans, sur les conseils de sa fille, l'Accueil de jour.**



Un lieu "agréable" qu'elle fréquente une fois par semaine et lui permet "d'apaiser la solitude" qu'elle ressent depuis le décès soudain de son mari, il y a 8 ans. "Chaque semaine, on nous propose des activités différentes, comme des jeux, de l'écriture, du chant, c'est très riche ! Et puis, ça me permet de rencontrer d'autres personnes, ça fait du bien".