

De l'habitat à la vie sociale, l'esprit des Quartiers solidaires perdue

Initiée il y a plus de vingt ans par Pro Senectute Vaud, la démarche «Quartiers solidaires» perpétue son esprit de communauté et de solidarité dans deux projets lancés il y a trois ans: les Actions communautaires et Vieillir chez soi. Le café de village, la gym douce dans un hall d'immeuble ou l'entraide de voisinage: l'objectif est de donner aux seniors la possibilité de se rencontrer, de s'entraider et de nouer des relations sociales.

Anne Vallelian (à la demande d'Artiset)

Un joyeux brouhaha règne dans le café des Cullayes (VD) en ce jeudi matin de janvier. Autour d'une grande table, les discussions vont bon train et une vingtaine de seniors échangent dans la bonne humeur. Lieu ouvert à tout le monde, monté par la commune et tenu par des bénévoles, ce café fonctionne comme un café ordinaire. Parents, enfants en bas âge, personnes plus âgées: l'ambiance est résolument intergénérationnelle. Tous les jeudis, de 9h30 à 11h30, ce rendez-vous hebdomadaire devient un point de ralliement pour une vingtaine de retraitées et de retraités des environs. «Le jeudi, c'est les retrouvailles», sourit Théo Iliani, chargé de projet communautaire chez Pro Senectute Vaud.

Des projets par et pour les seniors

Ces rencontres s'inscrivent dans l'axe des Actions communautaires, l'un des deux volets hérités du concept des Quartiers solidaires développé par Pro Senectute Vaud il y a plus de vingt ans. De ces échanges informels naissent peu à peu des projets concrets, pensés par et pour les seniors à l'échelle des communes. Le second volet, Vieillir chez soi, agit à l'échelle de l'immeuble, en combinant adaptations du logement et dynamique sociale.

Initiée en 2022, Actions communautaires vise à permettre aux personnes retraitées de développer des projets proches de chez elles, de leur donner les moyens de les concrétiser et de les pérenniser. Dans le canton Vaud, cinq projets sont aujourd'hui autonomes, sept encore en cours et quatre vont commencer cette année. «Mon rôle, c'est d'accompagner le groupe pendant deux ans pour aider les gens à proposer eux-mêmes des activités selon leurs besoins et leurs envies, afin qu'ils puissent ensuite poursuivre ces rencontres de manière autonome», explique Théo Iliani.

Tout le monde apporte ses compétences

Les discussions font émerger des demandes très concrètes: aide à l'informatique, loisirs créatifs, balades, pétanque. Certaines compétences sont déjà présentes dans le groupe. «On a d'anciens informaticiens parmi le groupe qui se sont proposés pour offrir une aide informatique une fois par mois», raconte Théo Iliani. Téléphones, ordinateurs, démarches numériques: l'entraide s'organise, naturellement.

Doris habite Carrouge et fait partie des participantes les plus actives. «C'est tellement sympathique. On fait plein de connaissances qu'on n'aurait jamais faites autrement.» →

«On n'est pas isolés. Quand je me balade au village, je croise des visages connus.»

Doris, une senior
de Carrouge (VD)

Les activités s'enchaînent: balades mensuelles, pétanque sur la piste voisine du café, repas au restaurant. Chaque activité a son groupe WhatsApp pour mieux s'organiser. «Au total, une fois par semaine, on fait quelque chose», explique-t-elle. «On a même créé un groupe d'entraide. Je suis chauffeuse bénévole, prête à amener les gens si besoin chez le médecin ou faire les courses.» Ce qui compte surtout, pour elle, c'est de ne pas se sentir seule. «On n'est pas isolés. Quand je me balade avec mon chien ou que je croise des gens au village, ce sont des visages connus.»

Assurer l'avenir du projet

Pour la suite, Doris espère une chose: «Pérenniser tout ce qu'on a mis en place. On a créé une association, je suis caissière. J'aimerais que ça continue après le départ de Théo.» Gilbert, lui, met ses compétences techniques au service du collectif. «Je gère le site internet de l'association, le logo, le QR code.» Ancien syndic et municipal pendant plus de trente ans, il mesure l'importance de ces projets en milieu rural. «À la campagne, on n'a pas les mêmes services qu'en ville. Pour éviter l'isolement et la solitude, c'est une nécessité.» Il coordonne aussi l'aide à l'informatique, proposée une fois par mois. «On est cinq à aider. Parfois, je vais même à domicile. Chacun apporte ce qu'il sait faire. Utiliser les compétences de chacun, c'est essentiel.»

La démarche Actions communautaires, portée par Théo Iliani, s'est poursuivie jusqu'à fin février 2026. À l'heure de quitter le projet, Théo se montre très confiant pour la suite. «Le groupe est soudé, des relations se sont développées, la motivation est bien présente. Il y a tout pour bien faire et poursuivre les activités de manière autonome.»

Quand l'habitat devient un lieu de rencontre

Cette dynamique de proximité ne se limite pas aux cafés de village. Elle se déploie aussi dans le cadre du programme Vieillir chez soi, à l'échelle de l'immeuble. Susanna Fornachon a 84 ans et anime la séance hebdomadaire de gymnas-

tique douce dans le hall de son immeuble à Morges, où elle habite elle-même, aux côtés de nombreux autres seniors. Monitrice de gymnastique depuis 1984, elle a donné toutes sortes de cours au fil des années, y compris aux personnes âgées. Elle connaît donc bien les problématiques de mobilité que certaines peuvent rencontrer. «Pour cette raison, je leur dis toujours: faites seulement ce qui vous convient, sans forcer.» Mise en place par Pro Senectute Vaud, l'activité a débuté peu avant Noël. Aujourd'hui, Susanna assure l'animation avant tout pour le plaisir des autres, en faisant vivre le hall d'entrée et en tissant des liens entre voisins. Un espace commun qui devient peu à peu un lieu de rendez-vous. Susanna apprécie aussi les adaptations apportées au bâtiment. «Notre immeuble est bien pour vieillir chez soi.» Des travaux ont été réalisés par les Retraites Populaires: douches de plain-pied pour éviter d'enjamber, et amélioration de l'éclairage, en attendant d'autres aménagements prévus. Un cadre plus sûr et plus confortable, qui facilite aussi ces moments partagés.

Lancé en 2020, le programme Vieillir chez soi est le second volet issu de l'héritage des Quartiers solidaires. «Tandis que l'axe Actions communautaires se déploie à l'échelle des communes, Vieillir chez soi agit au plus près du quotidien, dans les logements», explique la responsable du programme, Marion Zwygart. À Morges, le projet s'inscrit dans la politique cantonale Vieillir 2030 et bénéficie d'un soutien actif et financier de la commune. À l'automne dernier, les locataires de la Résidence de la Côte, où vit Susanna Fornachon, un immeuble de septante logements majoritairement occupé par des personnes âgées, ont été invités à partager une soupe lors d'un forum ouvert dans le hall d'entrée. Les idées ont émergé: un café communautaire, un échauffement matinal, une nouvelle utilisation de l'ancienne cabine téléphonique. Autant d'initiatives qui redonnent vie aux espaces communs et créent du lien. ■

QUARTIERS SOLIDAIRES

Développé par Pro Senectute Vaud entre 2002 et 2024, la méthodologie «Quartiers solidaires» a pour objectif d'encourager les habitantes et habitants, en particulier les seniors, à influencer sur leur propre environnement, en organisant eux-mêmes des projets selon leurs besoins, ressources et envies. Trente-trois projets communautaires ont ainsi émergé, dont la plupart ont débouché sur des associations de seniors, toujours existantes et encore suivies par Pro Senectute Vaud. Ce programme a depuis été remplacé par les projets Actions communautaires et Vieillir chez soi, qui poursuivent le même objectif: créer du lien social.