Annexe3-a Qu'est-ce qu'un lien social ?

Contribution de Jacqueline. L.

« C'est être admis dans un cercle de connaissances dans lequel on se sent bien, c'est rechercher un lien affectif, humain.

Il trouve racine dans le monde du travail, de la culture, d'un loisir, d'un sport, d'une idéologie commune…

Garder l'indispensable lien social tout au long de sa vie

Il semblerait que souffrir de solitude augmente le risque de décès prématuré de 30°/° et accroit les troubles psychologiques et de dépression.

Au fur et à mesure du vieillissement et surtout du handicap, les relations s'amenuisent à cause :

- De la maladie
- De la fatigue
- La personne bienveillante peut avoir peur du trop de charge à assumer moralement

Comment garder le lien social quand on est invalide et seul chez soi ?

- L'anticiper : c'est le reflet de toute une vie
- L'entretenir : téléphoner, écrire…
- Etre demandeur : accepter des relations nouvelles…
- Faciliter la relation famille, amis, proches avec l'environnement quotidien : soignants, aide-ménagère…créer une communauté
- Privilégier l'intergénérationnel : colocation en échange d'un moment de présence. A ce propos, une étude du CREDOC en collaboration avec la MACIF sur 3000 jeunes aidants de 16 à 25 ans, révèle la diversité de l'aide apportée par ces jeunes allant du soutien moral à la pratique de soins

Ces relations établies, à entretenir, sont plus difficiles après un déménagement, un changement de quartier, ou pire, de ville.

Là encore, le lien affectif est primordial. Si on ne peut pas provoquer une nouvelle rencontre, un proche peut le faire en parlant à un voisin, à une association. »

RETRAITES CFDT 51

Annexe 3-b : Maintenir le lien social, l'activité (spécial Reims)

Le vieillissement est lié au vécu antérieur, la vie sociale, la pratique physique, l'entourage
L'activité et le lien social retarde le vieillissement

L'offre d'activités sur Reims :

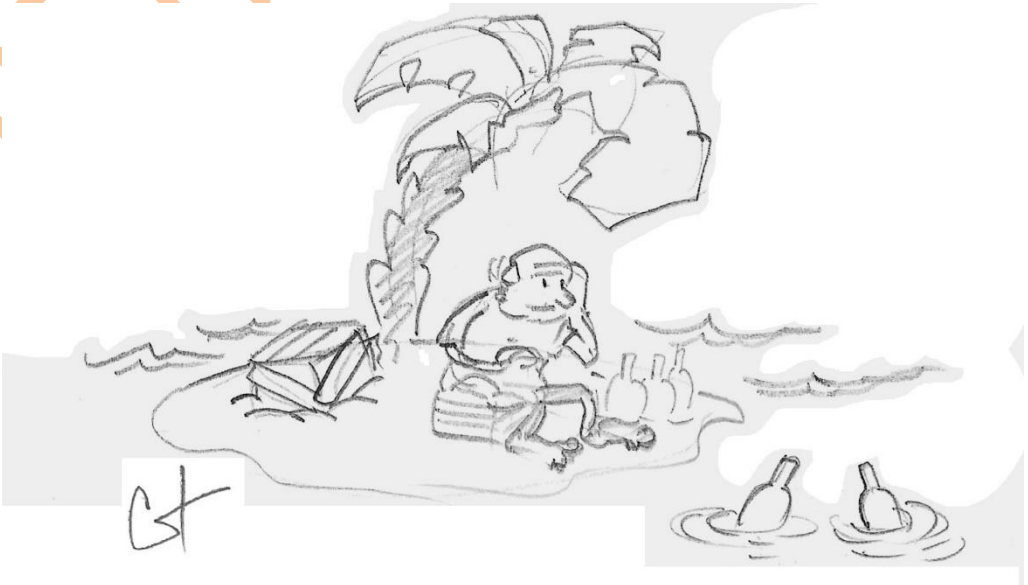
L'Orppa propose des activités aux plus de 60 ans (gymnastiques, yoga, tennis de table, informatique, ateliers créatifs manuels, thé dansant, ...)
4 Rue Marteau, 51100 Reims Tél : 03 26 88 40 86

65+ « Dispositif dédié aux Rémois (se) de 65 ans et plus pour permettre de rester actifs, impliqués, en santé, bien dans leur vie et dans leur ville ». Propose des activités spécifiques en s'appuyant sur les associations et structures rémoises. Conférences, cinéma, jeux, prévention routière, activités physiques, …. www.reims.fr tél 03 26 77 84 77

Les Maisons de Quartier, associations locales, culturelles, sportives et de loisirs, proposent des activités intergénérationnelles mais aussi certaines adaptées aux séniors.
www.maisondequartier-reims.fr

Des **visites à domicile** pour des personnes isolées sont proposées par Unicités, les bailleurs sociaux, ORRPA, …. Unis-cité : abertoni@uniscite.fr tél : 06 13 93 45 67

L'association REV' en Champagne propose aux personnes ayant un handicap moteur ou une maladie invalidante, des sorties, activités, spectacles, culture, jeux, rencontres. Déplacements avec Tréma. rev-en-champagne@gmail.com



TRAITS CFDT 51

Annexe 4

Rencontre avec Mme la Directrice de la résidence Avranches (ARFO) le 7 mars 2025.

L'ARFO, structure associative possède 14 résidences : 12 à Reims, 1 à Tinqueux et 1 à Bétheny.

Cette résidence est une propriété de Reims Habitat. Sur les 14 résidences ARFO en est propriétaire de 5.

Il s'agit d'un foyer autonomie où les résident-e-s sont chez eux avec leurs meubles s'ils le souhaitent, leur boite aux lettres, la Wifi, fibre, etc., mais avec toujours la possibilité d'appeler une personne en cas de problème. Les résident-e-s peuvent entrer et sortir librement, recevoir chez eux. Le bâtiment a été rénové entre 2012 et 2015 avec notamment renforcement de l'isolation et pose de douches à l'italienne.

La résidence est située dans un coin très calme, le long de l'école, avec deux jardins avec des bancs devant et derrière. Des commerces d'alimentation, tabac-journaux et pharmacie sont très proches, ainsi que la maison de quartier.

Des activités sont proposées au sein de la maison. Le département finance des cours de yoga, de gym douce. Les résident-e-s peuvent participer aux **activités de la maison de quartier**. Certaines animations sont organisées avec l'école voisine.

Cette résidence propose des F1bis de 32 m^2 et des F2 de 44 m^2. Dans certaines autres résidences ARFO il y a des F3.

Le F1bis revient à 739,97 € par mois et le F2 à 1016,49. Ce prix comprend eau, électricité et chauffage. Cette résidence n'est pas accessible aux APL, contrairement à d'autres.

La résidence propose une chambre d'hôte pour les familles visiteuses et des places de garage et parking.

Les résident-e-s peuvent prendre **un repas de midi payant** s'ils le souhaitent, une quinzaine le font. Il s'agit d'un service de réchauffage à 11 h 30. Le soir on peut emporter un plat chaud chez soi. **On incite à l'autonomie, manger chez soi et donc faire ses courses**.

La résidence comporte 61 logements, actuellement 4 sont vides. Globalement sur les résidences ARFO on n'a pas vraiment actuellement de listes d'attente. Actuellement les résident-e-s ont ici entre 73 et 97 ans.

Les conditions d'accueil sont d'être retraité et de pouvoir accomplir les gestes de la vie quotidienne. Une commission d'admission organise l'acceptation de l'accueil. Une personne de confiance, de la famille ou non, doit être désignée en cas de besoin. La résidence n'est pas médicalisée, du personnel médical extérieur peut-être appelé à la demande. De même que des aides personnalisées pour la toilette, les repas, les soins, etc. peuvent être faites par des personnes extérieures.

RETRAITES CFDT 51

Mais si la situation se détériore trop on voit comment trouver d'autres hébergements avec la personne référente, la famille ou éventuellement l'aide sociale. **On essaie d'anticiper avec les résident-e-s le parcours résidentiel.**

Trois personnes s'occupent de la résidence : la responsable, l'animatrice et la personne qui s'occupe de l'entretien des parties communes. Il y a des remplacements pendant les vacances. Notre sentiment est qu'elles ont des charges très lourdes. L'aide du personnel va souvent pour des raisons humaines au-delà de ce qu'il devrait officiellement être.

Quelques résident-e-s sont autonomes informatiquement, mais avec les familles ou d'autres aides il faut gérer les problèmes des autres.

L'ARFO fonctionne sans aucune subvention.

Le département finance des activités et les aides individuelles données aux résident-e-s.

C'est l'ARFO qui gère financièrement collectivement les 14 résidences, avec une certaine autonomie financière à chacune pour de petits travaux et achats.

Un contrôle est exercé par le Département, notamment sur le suivi du projet personnalisé

Les résident-e-s font avec la responsable **tous les ans un projet personnalisé** (pour répondre à des besoins qui se sont fait jour), éventuellement avec l'aide de la famille ou de la personne référent.

Un conseil de la vie sociale existe, mais par manque de volontaire il s'agit en ici actuellement en fait d'une réunion trois fois par an de tous les résident-e-s.

RETRAITES CFDT 51