

n° 90 - Été 2022 - gratuit

# PARIS

## info seniors

© Joséphine Brueder/Ville de Paris

ISOLEMENT  
Rompre la solitude



VILLE DE  
**PARIS**

• sommaire

• 2 ▷ 5 • ACTUALITÉS |

• 6 ▷ 7 • CULTURE  
ET LOISIRS |

• 8 ▷ 10 • DOSSIER |

• 11 ▷ 12 • ENQUÊTE |

• 13 ▷ 14 • ACTUALITÉS |

• 15 • VIVRE ENSEMBLE |



© Jean-Baptiste Gurliat/Ville de Paris

## Les Champs-Élysées se refont une beauté

La Ville engage une grande rénovation des Champs-Élysées en deux temps : des premiers travaux de rénovation et de végétalisation d'ici 2024, puis une deuxième phase, de 2024 à 2030, qui aura pour objectif de reverdir en profondeur la célèbre avenue.

**E**N 2020, une concertation avait révélé que les Parisien-ne-s souhaitaient une avenue des Champs-Élysées plus verte et plus authentique. On lui reprochait son côté minéral et ses grandes enseignes impersonnelles, amenant Parisien-ne-s et Francilien-ne-s à l'éviter... Mais le projet « Réenchanter les Champs-Élysées », impulsé par la Ville de Paris et le Comité Champs-Élysées, s'appête à lui donner un second souffle. Embellis et réaménagés, les Champs-Élysées redeviendront le lieu de promenade historique qu'ils étaient à leur création. L'avenue, longue de près de 2 km, attire chaque jour 100 000 visiteurs venus du monde entier. Les travaux de végétalisation et de réparation ont débuté au mois de mai.

### À quoi ressemblera l'avenue en 2024 ?

Pour accueillir les Parisien-ne-s et les nombreux visiteur-se-s dans de bonnes conditions, les espaces et promenades des Champs-Élysées seront rénovés et réparés. Cela concerne par exemple les

dallages, les traversées piétonnes et les mobiliers, qui seront refaits ou remplacés si nécessaire. Ces premiers travaux seront réalisés jusqu'en décembre 2023 et permettront des améliorations esthétiques, du confort pour les piétons, des itinéraires de promenades dans les jardins rénovés, proposant de nouveaux circuits de découvertes culturelles et événementielles. Le budget de cette première phase d'aménagements est de 30 millions d'euros : 24 M€ financés par la Ville de Paris et 6 M€ par la Solideo (la Société de livraison des ouvrages olympiques de Paris 2024).

### Une longue promenade verte prévue après les Jeux

Dans un deuxième temps, après les Jeux Olympiques de Paris (JOP) 2024, une vaste végétalisation de l'avenue est prévue. Une promenade verte s'étendra du Louvre jusqu'à la colline de Chaillot. Des arbres de hauteurs différentes seront plantés, des pelouses et des parterres fleuris seront aménagés. Piétons, vélos et trottinettes auront plus de place pour circuler.

La Ville réalisera un réaménagement d'ensemble de l'avenue en y incluant les places de la Concorde et de l'Étoile, les jardins des Champs-Élysées, l'avenue Montaigne et l'avenue de la Grande Armée, mais aussi les connexions à la Seine et les souterrains, tunnels et sous-sols. Ce projet fera l'objet d'une consultation des Parisiennes et des Parisiens courant 2023.

### Les transformations en chiffres

- ▷ 15 000 m<sup>2</sup> de végétation supplémentaires dans les jardins des Champs-Élysées : massifs végétaux, parterres fleuris...
- ▷ 107 arbres plantés sur les jardins et le rond-point des Champs-Élysées,
- ▷ 12 400 m<sup>2</sup> de sols réparés,
- ▷ 7 700 m<sup>2</sup> de voirie routière transformée en allées de jardin,
- ▷ 146 bancs patrimoniaux rénovés.

# Vols à la fausse qualité: quels sont les bons réflexes à adopter ?

La période estivale est propice aux arnaques et vols à la fausse qualité, dont les personnes âgées sont des cibles privilégiées. Quelques conseils pour les éviter.

## « Méfiez-vous des apparences »

Une personne en uniforme (policiers, artisans, ramoneurs, dépanneurs à domicile, livreurs, poseurs d'alarme ou de détecteurs de fumée, agents EDF, pompiers, éboueurs, professionnels de santé...) ou un « faux voisin » se présente chez moi sans être attendu ou en prétendant avoir rendez-vous.



### ✓ Les bons réflexes

- Je vérifie toujours via l'œil de ma porte, si j'en ai un, qui se présente. Je m'équipe d'un entrebâilleur.
- Je ne laisse pas d'inconnu pénétrer dans mon domicile.
- Si je reçois une convocation ou un courrier m'annonçant un rendez-vous à mon domicile, je vérifie auprès de l'administration ou de la société concernée si cette information est vraie.
- Je ne sors pas ma carte bancaire y compris pour régler une facture de livraison
- Je m'adresse à mon assureur ou à mon syndic pour obtenir les coordonnées d'un artisan.

## « Trop beau pour être vrai »

Un appel téléphonique m'annonce que j'ai remporté un cadeau. Pour le récupérer, je dois délivrer à mon correspondant des informations bancaires et/ou personnelles.

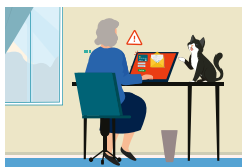


### ✓ Les bons réflexes

- Même si on me propose de l'argent, je ne transmets jamais d'informations personnelles (mots de passe, numéros de comptes ou de cartes bancaires, numéro de sécurité sociale, adresse postale).
- Je contacte mon opérateur téléphonique pour être sur liste rouge.

## « Avoir toujours la puce à l'oreille »

Je reçois un mail ou un SMS qui présente un caractère officiel ou institutionnel (gendarmerie, banque, ministère) et dans lequel on m'incite à donner mes coordonnées personnelles.



### ✓ Les bons réflexes

- Je ne transmets jamais d'informations personnelles (mots de passe, numéros de comptes ou de cartes bancaires, numéro de sécurité sociale, adresse postale).
- Aucun organisme ne sollicite ce genre d'informations par mail ou SMS.
- Je ne clique pas sur des liens douteux.
- Je supprime tout mail suspect et je n'ouvre surtout pas de pièce jointe.
- J'appelle uniquement les numéros officiels que je connais ou en qui j'ai confiance.

### Pour s'informer

- Paris.fr rubrique « Aide aux victimes »

### En cas de doute

- Paris Aide aux victimes au 0187042136 (coût d'un appel local)

### Pour signaler des faits

- Police secours 17
- Plateforme de la préfecture de Police de Paris 3430 (coût d'un appel local)



## CONCERTATION SENIORS Quand citoyens et professionnels améliorent la vie des aînés parisiens

Deux grandes concertations, l'une citoyenne et l'autre institutionnelle (avec les professionnels du secteur) ont été organisées en début d'année. Leur objectif ? Permettre à la Ville d'améliorer le quotidien des seniors, celui de leurs aidant-e-s et leur accompagnement, à travers un plan d'action dédié pour les 4 années à venir.

**L**E MARDI 7 JUIN À L'HÔTEL DE VILLE, s'est tenue la restitution de la consultation institutionnelle pour l'élaboration du schéma seniors 2022-2026. Après une introduction de Véronique Levieux, adjointe à la maire de Paris, en charge des seniors et des solidarités entre générations, les 6 groupes de travail de la consultation institutionnelle, composés de professionnels de la Ville de Paris et de partenaires (Caisse des dépôts, CNAV, Agence régionale de santé, associations locales...) ont restitué leur travail mené de janvier à juin autour de thématiques clés concernant l'accompagnement des Parisiennes et Parisiens de 60 ans et plus : • l'habitat des seniors • l'intergénérationnel • l'accès aux droits et la lutte contre le non-recours • l'accompagnement des aidants • la santé mentale • les Jeux olympiques et paralympiques de Paris 2024 et la pratique sportive des seniors.

Ces recherches complètent les propositions émises au cours de la grande concertation citoyenne, à laquelle plus de 560 seniors parisiens ont participé et dont la restitution a eu lieu le 27 mai dernier. Au cours de celle-ci, les nombreuses contributions de participant-e-s ont permis de distinguer trois enjeux phares : le maintien des seniors à leur domicile quand ils le souhaitent, la sécurisation des déplacements dans l'espace public, et la lutte contre l'isolement.

L'ensemble de ces travaux permettra d'élaborer les grands axes du futur schéma seniors 2022-2026, qui doit être présenté en octobre au Conseil de Paris.

## Fortes chaleurs: ayez le bon Reflex!

Vous avez des problèmes de santé ou vous êtes seul-e durant l'été, la Ville de Paris met en place Reflex: un dispositif d'aide et d'accompagnement personnalisé en direction des Parisien-ne-s les plus fragiles face aux fortes chaleurs estivales.

### À qui s'adresse le dispositif Reflex?

- aux personnes âgées de 65 ans et plus ;
- aux personnes en situation de handicap.

### Pourquoi vous inscrire ?

Pour recueillir des renseignements qui constitueront le registre nominatif. Ces données seront communiquées par la maire de Paris au préfet de Police en cas de déclenchement du plan canicule. Ainsi, vous pourrez être contacté-e, en toute confidentialité, par les agents mandatés de la Ville de Paris pour s'assurer que tout va bien.

En cas de problème, une solution d'aide pourra être envisagée avec vous.

Cette inscription vous permet également de recevoir des messages de prévention pour d'autres événements exceptionnels ou climatiques : épidémies (grippe, coronavirus), crue de la Seine... et vous pouvez vous inscrire tout au long de l'année.

### Comment s'inscrire ?

- en appelant le 3975 (appel gratuit) ;
- en remplissant le bulletin en dernière page de ce numéro
- en remplissant le bulletin mis en ligne sur [Paris.fr](http://Paris.fr).

Pensez à bien préciser vos dates ou périodes d'absence de votre domicile en juin, juillet, août et septembre. Si ces dates changent,

n'oubliez pas de le signaler en appelant le 3975.

### Quelles sont les précautions à prendre avant l'été ?

#### Chez vous

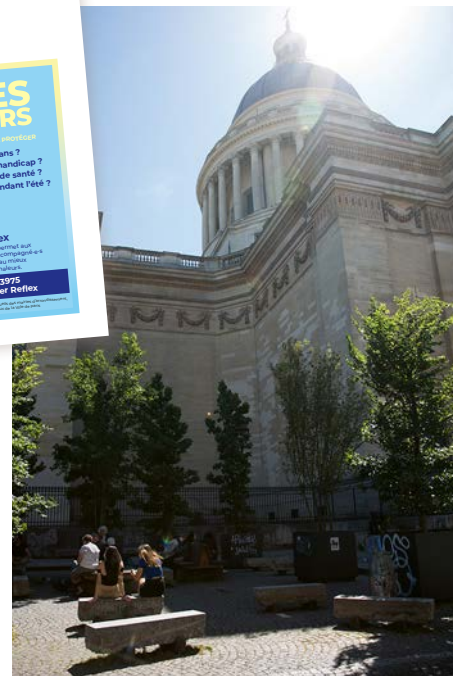
- assurez-vous du bon fonctionnement de vos appareils ménagers ;
- procurez-vous un ventilateur ;
- vérifiez que vos volets ferment bien, que vos stores fonctionnent bien et que vos rideaux isolent bien des rayons du soleil.

#### À l'extérieur

- repérer les endroits climatisés ou frais proches de chez vous.

### Si vous êtes seul-e une partie de l'été :

- informez vos voisins ;
- votre gardien-ne pour qu'il ou elle prenne régulièrement de vos nouvelles ;



© Joséphine Brueder / Ville de Paris

- transmettez-leur les coordonnées d'une personne à prévenir.

Si vous suivez un traitement ou un régime, demandez conseil à votre médecin pour savoir ce que vous devez faire en cas de canicule. Votre pharmacien peut également vous informer.

### Adoptez les bons réflexes en cas de canicule!

- Donner des nouvelles à votre entourage
- Mouiller votre peau plusieurs fois par jour tout en assurant une légère ventilation
- Maintenir votre domicile à l'abri de la chaleur en fermant les volets ou les stores le jour
- Manger normalement (fruits, légumes, pain, soupe...)
- Boire environ 1,5 litres d'eau par jour et ne pas consommer d'alcool
- Ne pas sortir aux heures les plus chaudes et passer plusieurs heures dans un endroit frais ou climatisé

## Déchets: comment se débarrasser de ses encombrants ?



© Jean-Baptiste Gurliat/Ville de Paris

**L**E PRINTEMPS a été l'occasion d'un grand ménage et vous souhaitez vous débarrasser de vos encombrants ? Pour bénéficier de ce service municipal, vous n'avez rien à déboursier. Alors profitez-en si vous disposez de meubles en mauvais état ou qui ne vous plaisent plus, il est interdit de les abandonner sur la voie publique sous peine d'une amende de 135 à 750 €.

Vous pouvez demander une aide pour vous débarrasser des objets de votre habitation ou de votre jardin qui **n'excèdent pas 3 m<sup>3</sup>**. Attention, ce service ne concerne ni les déchets dangereux (peintures, solvants...), ni certains déchets spécifiques (déchets de chantier / gravats, batteries, pneus...).

Vous pouvez effectuer une demande de retrait des encombrants :

- Via le formulaire internet, en vous rendant sur le site [Paris.fr](http://Paris.fr)
- Par téléphone, en composant le 3975 (coût d'un appel local)

N'oubliez pas de préparer la liste de tous vos encombrants avant de téléphoner. Vous devrez les énumérer un par un.

# Paris Plages : activités et farniente tout l'été!

Comme chaque année, la plage s'invite sur les rives de Seine et du bassin de la Villette. Métamorphosés en véritables cités balnéaires du 9 juillet au 21 août, les deux sites invitent à la détente et de nombreuses activités gratuites sont aussi proposées.



© Jean-Baptiste Gurliat/Ville de Paris

**E**VÉNEMENT DÉSORMAIS INCONTOURNABLE des étés parisiens, Paris Plages revient. À partir du 9 juillet, la programmation fera la part belle aux activités culturelles et sportives ouvertes à toutes et tous, en toute gratuité : expositions, cours de sport, ludothèque, bibliothèque hors les murs... Mais si vous préférez reposer vos neurones et vos muscles, rassurez-vous : le sable, les transats et les parasols seront bien sûr au rendez-vous sur les rives de Seine (Paris Centre) et celles du bassin de la Villette (19<sup>e</sup>).

À noter parmi les nouveautés de cette édition 2022 : la végétalisation étoffée des espaces de loisirs et de détente (plus de palmiers, plus de mûriers, de nouveaux espaces de brumisation intégrant davantage de verdure), ainsi que l'organisation, si toutes les conditions sont réunies, de six baignades estivales dans la Seine...

Petit aperçu de la programmation...

## Sur les rives de Seine

- **Pratique du tai-chi** tous les jours de 10 h à 12 h au pied du Pont-Neuf
- **Babyfoot** tous les jours de 13 h à 19 h sous le pont Notre-Dame
- **Pétanque** tous les jours de 10 h à 22 h au pied du pont Louis-Philippe
- **Jeux géants** tous les jours 11 h à 18 h sur le parvis de l'Hôtel de Ville
- **Coaching running** tous les dimanches de 10 h à 12 h au niveau du pont Louis-Philippe
- **Cours de gym suédoise** le samedi et le lundi
- **Des expositions en plein air** seront également proposées aux visiteurs et visiteuses : une en contrebas de la rampe du Châtelet et une en contrebas de la rampe des Célestins.

## Sur le bassin de la Villette

- **Les sports nautiques** : canoë-kayak, kayak polo, stand up paddle, pédalos, vélos-pédalos, petite embarcation (pour les petits) et pirogues hawaïennes.
- **Et aussi** : babyfoot, pétanque, pratique du tai-chi et, pour les plus petits, escalade, trampolines et animations pour les 3-7 ans avec les Ludo Plages.
- **Des bassins de baignade**. Les traditionnels bassins de baignade seront également proposés dans les centres sportifs Léo-Lagrange (12<sup>e</sup>), Louis-Lumière (20<sup>e</sup>) et au stade Carpentier (13<sup>e</sup>).
- **Cours de breakdance** tous les dimanches de 10 h à 12 h.




Plus d'infos sur [Paris.fr](http://Paris.fr) ou dans votre mairie d'arrondissement

# Prévention des incendies : les bons gestes à adopter





Voici un rappel des consignes à adopter en cas d'incendie et quelques recommandations pour éviter les risques de départ de feu.

## Comment se protéger et réagir en cas d'incendie?

### Le feu est à l'intérieur de mon logement







- Je sors de mon logement et je referme la porte derrière moi pour éviter que les fumées ne se propagent 
- Je préviens immédiatement les secours (18), les personnes à proximité et le personnel de l'établissement si je vis en résidence seniors 
- Je me mets en sécurité, dans un lieu désigné par le personnel si je vis en résidence seniors 

### Le feu est à l'extérieur de mon logement ou dans un autre logement

- Je reste à l'abri dans mon logement, la porte fermée pour éviter les fumées toxiques 
- Je glisse un linge humide sous ma porte pour empêcher l'entrée de la fumée 
- J'alerte immédiatement les pompiers (18) 
- Je m'expose à la fenêtre en attendant les secours 

- Dans toutes les situations, si je vis en établissement, je suis les consignes des personnels.
- Si mon logement est équipé d'un boîtier de téléassistance, j'alerte via le bouton d'appel.

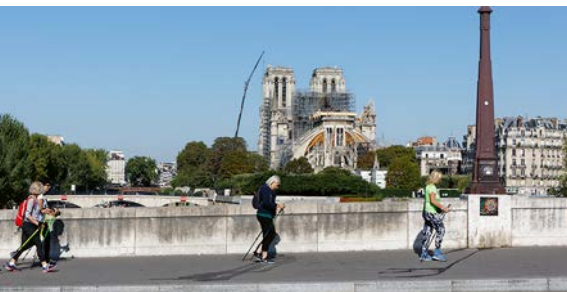
## Comment éviter un incendie chez soi?

- Je débranche mes appareils électriques lorsque j'ai fini de les utiliser (chargeurs, grille-pain, bouilloire...) 
- Je ne surcharge pas mes multiprises électriques 
- Je n'utilise pas les appareils électriques dont les câbles sont endommagés 
- Je ne fume pas dans mon lit et je vérifie que mes mégots sont éteints 
- J'évite d'utiliser des allumettes et des bougies dans mon logement 
- Je n'encombre pas mon logement 

# • culture & loisirs |

## Cet été, faites le plein de sport!

Initié par les clubs sportifs, le dispositif « Sport seniors en plein air » propose un large choix de disciplines pour favoriser l'activité physique des seniors. Et c'est gratuit!



© Henri Garat/Ville de Paris >

**CETTE ANNÉE, PLACE AU SPORT EN PLEIN AIR!** Depuis le mois d'avril et jusqu'à octobre, six clubs sportifs proposent aux seniors parisiens (55 ans et plus) des activités sportives diversifiées (course d'orientation, football, badminton, tennis, marche nordique...) et régulières, plusieurs fois par semaine à des créneaux spécifiquement dédiés à la pratique senior. Ces activités sont toutes organisées en extérieur quand les conditions météorologiques le permettent. Toutes les activités sont gratuites.

Retrouvez ci-dessous la liste et les contacts des clubs participants à l'opération « Sport seniors en plein air ».

• **PUC:** multisport (course d'orientation, randonnée, athlétisme, danse, tir à l'arc, mini-golf, basketball, floorball, football...) au stade Charléty (13<sup>e</sup>) • Les mercredis 10 h-11 h et les jeudis 9 h-11 h  
Contact: Laure Aulanier / 0662024963 / laulanier@puc.paris

• **FSGT:** football en marchant, au TEP Jandelle (19<sup>e</sup>), au TEP Pailleron (19<sup>e</sup>) et au TEP Carpentier (13<sup>e</sup>) • Les lundis 12 h 15-13 h 30 et les jeudis 15 h-17 h  
Contact: Pablo Truptin / 0667381287 / apa@fsgt75.org

• **Comité de badminton:** au club Desnouettes (15<sup>e</sup>), square Jean Leclerc ou des Épinettes (17<sup>e</sup>), clubs des Ternes et Jean Moréas (17<sup>e</sup>) • Les mercredis

10 h 30-11 h 30 et 14 h 30-15 h 30, les vendredis 14 h-15 h  
Contact: Léa Chilini / 0615849386 / developpement@codep75.org

• **JAM Omnisport:** marche nordique et football, au parc Montsouris, Cité Universitaire • Les vendredis 14 h-16 h (marche nordique) et mardis 10 h 30-12 h (football en marchant)  
Contact: Christian Fouladoux / 0646154238 / jamomnisports14@gmail.com

• **Comité de tennis:** tennis santé, au centre sportif des Lilas (20<sup>e</sup>) • Les lundis 14 h-15 h, mardis 15 h-16 h  
Contact: Annick Rizzoli / 0682005262 / annick.rizzoli@fft.fr

• **Comité de handball:** handfit, au parc André-Citroën (15<sup>e</sup>) • Les mardis et jeudis 11 h 30 à 12 h 15

## Des conseillers numériques vous aident dans vos démarches en ligne

Alors que la moindre formalité passe désormais par le numérique, des conseillers sont présents sur le terrain pour vous aider à gagner en autonomie ou à être accompagnés dans vos démarches administratives en ligne.

**LES CONSEILLERS NUMÉRIQUES FRANCE SERVICES** sont formés pour accompagner les personnes qui en ont besoin dans leurs usages quotidiens du numérique : prendre en main un équipement informatique, envoyer et recevoir des e-mails, naviguer sur internet, communiquer à distance, acheter en ligne... Ils peuvent vous aider à réaliser vos démarches en ligne en autonomie, notamment les services numériques de la Ville de Paris et dans l'accès aux droits : création de compte Mon Paris, Facil'Familles, demande de RSA...



### Où peut-on les trouver?

Les conseillers numériques sont présents dans les mairies des 10<sup>e</sup>, 11<sup>e</sup>, 13<sup>e</sup>, 14<sup>e</sup>, 17<sup>e</sup>, 18<sup>e</sup>, 19<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> ainsi que dans les espaces parisiens pour l'insertion du 18<sup>e</sup>, 19<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> arrondissements et dans plusieurs établissements sociaux de la Ville (espaces parisiens des solidarités [ex CASVP d'arrondissement], clubs seniors, centres d'hébergement, résidences seniors...).

Plus de renseignements auprès de votre mairie d'arrondissement, de l'espace parisien des solidarités de votre arrondissement, par téléphone au 39 75 ou en ligne sur Paris.fr

## Des « restos connectés »

**UN PETIT COURS** d'informatique en guise de digestif ça vous tente? Le projet « Restos connectés » porté par l'association numérique Slahsfit s'articule autour des restaurants Émeraude, des restaurants solidaires et des clubs seniors.

Il a pour objectif d'initier à ces outils les seniors parisiens éloignés du numérique, dans un lieu convivial comme les restaurants où ils ont leurs habitudes.

Ainsi à partir de septembre prochain, des ateliers d'initiation numérique seront proposés au public de ces restaurants à l'heure du déjeuner. Dès cet été, l'association viendra prendre contact avec le public dans les six restaurants concernés.

Ce projet avait déjà vu le jour en 2019, avec succès, dans le restaurant solidaire et le club seniors Vellefaux (10<sup>e</sup>).

## Espaces parisiens des solidarités : votre service de référence et de proximité

**V**OUS AVEZ BESOIN D'AIDE, ou des interrogations concernant votre situation, vos droits, des activités qui vous intéressent ? Les espaces parisiens des solidarités (ex centres d'action sociale d'arrondissement) sont votre service de proximité de référence. Au sein de ces 17 établissements répartis sur tout le territoire parisien et ouverts du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h, des agent-es vous accueillent, vous orientent, vous informent et vous accompagnent dans vos démarches : ouverture de vos droits aux aides municipales, accès à des établissements adaptés aux seniors et aux personnes en situation de handicap (clubs seniors, restaurants Émeraude, résidences), relais vers les services sociaux...

### Culture et loisirs : c'est aussi là que ça se passe !

Les EPS sont par ailleurs des lieux ressources, vous permettant de bénéficier de toute l'offre culturelle et de loisirs, gratuite ou à des tarifs très attractifs, proposée aux Parisien-ne-s de 65 ans et plus (ou à partir de 55 ans pour certaines activités). Vous pouvez vous y rendre afin de vous inscrire aux activités proposées par la direction des Solidarités de la Ville et récupérer des invitations à des spectacles dans des théâtres, des entrées au musée ou au cinéma, des conférences, des promenades commentées, des séjours ou des invitations à des manifestations festives tout au long de l'année...

Cet été, un large panel d'activités de loisirs vous est proposé : spectacles sur invitations, sorties intergénérationnelles, et bien sûr, les nombreuses animations et activités en clubs seniors. Rendez-vous dans l'EPS de votre arrondissement pour en savoir plus !

Retrouvez la liste des espaces parisiens des solidarités sur [Paris.fr](http://Paris.fr)

## Université permanente de Paris le programme estival

Pour sa session d'été 2022, l'Université permanente de Paris (UPP) vous propose à partir du 1<sup>er</sup> juillet un large programme de conférences et de visites guidées.

**P**ARISIENS, retraités ou pré-retraités à partir de 55 ans, personnes en situation de handicap, et si vous passiez un été de détente et de culture ? C'est possible avec l'Université Permanente de Paris qui dévoile son programme estival. Vous retrouverez les filières habituelles comme :

- les beaux-arts, qui vous feront voyager dans des univers variés, avec un cycle de conférences sur les techniques de la sculpture, une programmation sur les chefs d'œuvres du musée d'Orsay, sur les châteaux de la Loire ou encore autour de la ville de Florence.
- les arts décoratifs, qui seront également mis à l'honneur par les conférences sur la gemmologie (science relative à l'étude des pierres précieuses) et sur l'art du verre.

Lors des visites guidées, proposées gratuitement tout l'été, vous découvrirez des collections permanentes et des expositions temporaires, sans oublier les visites

des jardins et d'une partie de la Petite ceinture.

### Comment vous inscrire ?

L'accès aux conférences et aux visites guidées est entièrement gratuit et sur inscription pour les visites. L'accès aux conférences à l'amphithéâtre de l'école de médecine, à Odéon est libre sur simple présentation de la carte d'auditeurs UPP, délivrée gratuitement et dans la limite des places disponibles. Les promenades commentées de la rentrée nécessitent une inscription préalable avec participation financière, variable selon votre niveau d'imposition.

Le formulaire d'inscription est disponible en ligne sur [Paris.fr](http://Paris.fr) ou détachable dans la brochure papier (disponible dans les espaces parisiens des solidarités et Mairies d'arrondissement). Il est à déposer sous enveloppe, complété et accompagné des pièces justificatives demandées, à l'accueil de l'EPS de votre arrondissement.

## Des excursions pour s'évader le temps d'une journée !

**P**ARMI LES ACTIVITÉS PROPOSÉES aux seniors par la direction des Solidarités de la Ville de Paris, plusieurs excursions à la journée sont organisées, pour permettre à toutes et tous de profiter des beaux-jours pour aller flâner hors de la capitale. Ces excursions incluent le transport en car, des visites guidées ou libres et le déjeuner au restaurant.

Les inscriptions sont ouvertes, sous réserve des places disponibles, la priorité étant donnée aux Parisien-ne-s aux revenus modestes. Les tarifs, très attractifs, sont en effet adaptés aux revenus de chacun.

Au programme, de l'été à l'automne 2022 : la visite du Château de Chamerolles (région d'Orléans), un déjeuner dansant dans une guinguette (bords de Marne), une balade en



barque au fil des hortillonnages (à Amiens), ou encore la découverte du musée du Louvre-Lens et de la ville d'Arras...

Renseignements et inscriptions dans l'espace parisien des solidarités (EPS) de votre arrondissement  
+ infos: [Paris.fr](http://Paris.fr)



# ISOLEMENT DES SENIORS Paris veut rompre la solitude

À PARIS COMME AILLEURS, les personnes âgées représentent un public particulièrement exposé aux risques d'isolement. Qu'il s'agisse d'une solitude physique et sociale ou d'un mal-être lié à un sentiment de réclusion, cette problématique, qui s'est accentuée depuis la crise sanitaire, impacte près de 8 % de la population parisienne et constitue un enjeu majeur pour la Ville de Paris et sa nouvelle direction des Solidarités. La lutte contre l'isolement fait partie des priorités du futur schéma seniors 2022-2026, qui rassemble les actions menées en faveur des Parisien-ne-s de plus de 60 ans, dans un objectif de prévention de la perte d'autonomie. Pour ce faire, un comité de lutte contre l'isolement des seniors a été créé fin 2021. Il coordonne l'ensemble des acteurs impliqués (associations, institutions partenaires, services publics...) et des initiatives proposées aux aîné-e-s pour rompre leur solitude et les aider à développer ou à recréer un lien social.

© Guillaume Bontemps/Ville de Paris



© Clément Furiel/ direction des Solidarités



## 3 QUESTIONS À Liliane Comensoli, cheffe du service Seniors à la direction des Solidarités

### Dans quel contexte s'inscrit l'action de la Ville en matière de lutte contre l'isolement des seniors ?

Face à la diversité des situations que connaissent les seniors parisiens, la Ville s'est engagée, dès 2012, dans l'élaboration d'un « schéma » favorisant l'adaptation de la ville à l'avancée en âge, pour permettre à chacun de trouver un cadre adapté à son parcours de vie. Cette feuille de route détaille les orientations stratégiques à destination des personnes âgées et les actions de la Ville pour limiter la perte d'autonomie et permettre l'adaptation de nos politiques publiques aux enjeux du grand âge. Le schéma seniors

2022-2026 est en cours d'élaboration et fait suite, pour la première fois, à un contexte de crise sanitaire sans précédent. Nous sommes donc dans une phase de relance de l'activité et de la vie sociale dont les seniors sont encore trop en retrait. Nous avons travaillé de façon concertée avec des partenaires institutionnels et des habitants qui ont répondu à une consultation citoyenne. Parmi les champs d'action que ce schéma recouvre, la lutte contre l'isolement a été définie comme un enjeu essentiel et fait l'objet une stratégie dédiée. La crise sanitaire a eu

Le constat des élus et acteurs de terrain est unanime

un impact énorme sur les seniors et le constat des élus et des acteurs de terrain est unanime sur leur isolement croissant. Il y a eu un phénomène de rétractation et de repli sur soi qui dure même depuis la fin des couvre-feux. À Paris, 470 000 personnes sont âgées de

plus de 60 ans, soit près d'un quart de la population. 174 000, d'entre elles vivent seules à domicile, soit 37 % des seniors et environ 8 % de la population. D'où la nécessité d'instaurer un comité de lutte contre l'isolement des seniors à Paris.

### Comment va se traduire l'action de ce comité chargé de la lutte contre l'isolement ?

Il s'est constitué le 25 novembre 2021 et a réuni, outre les services des directions de la Ville, plus de 60 professionnels du secteur : des partenaires institutionnels (CNAV, CPAM, ARS...) et des associations comme les Petits frères des pauvres ou Epoc, qui propose un suivi psychothérapeutique, Astrée, qui organise des séquences de prise de parole, ou des acteurs de terrain comme la Croix-Rouge française. Également concernés, les Maisons des aînés et des aidants (M2A), des services d'aide et d'accompagnement à domicile, ou



la fédération des centres socio-culturels, dont les missions intègrent de plus en plus la thématique de l'isolement des seniors et contribuent au lien social.

Ce comité coordonne l'ensemble des acteurs impliqués, avec des actions en plusieurs étapes : la sensibilisation et la prévention de l'isolement des seniors, puis le repérage des personnes concernées : cela implique de faire prendre conscience que le phénomène d'isolement peut intervenir à des moments charnières de la vie (départ à la retraite...), parfois bien avant le grand âge, et générer un engrenage. Il faut donc vite repérer les premiers signes. La phase suivante concerne la prise en charge : quand un senior isolé est identifié, il faut le temps nécessaire à l'acceptation, la gestion de la situation, ainsi que des professionnels qualifiés pour prendre en charge et bien orienter. Enfin, nous devons organiser l'accompagnement de ces personnes pour faire, selon les cas, des propositions concrètes de reprise de lien social et de réintégration dans un parcours de soins.

### Repérer les premiers signes

mené par la M2A centre, qui développe des modalités de repérage, d'approche et des solutions adaptées avec les acteurs locaux, en agissant sur l'environnement de la personne isolée et en proposant des activités afin de restaurer l'estime de soi.

Autre exemple dans le quartier Alexandre-Dumas (11<sup>e</sup>), avec des actions collectives de repérage en pied d'immeuble, dans les ensembles immobiliers des bailleurs sociaux, ou par la mobilisation des bénévoles. Je pense aussi au centre social la Maison bleue à la Porte de Montmartre (18<sup>e</sup>), qui expérimente un dispositif partenarial de repérage, d'orientation et d'accompagnement en mobilisant toutes les ressources locales (associations, gardiens d'immeuble, professionnels de santé, commerçants...) et en organisant des actions en pied d'immeuble pour sensibiliser, repérer

les seniors isolés et les orienter vers les services compétents et vers des actions favorisant le lien social.

Pour le reste, cela dépend des situations et des besoins identifiés. Selon les cas, les personnes sont réorientées vers les dispositifs existants. L'enjeu est surtout de faire connaître nos services et nos actions plus que d'en déployer de nouveaux. Beaucoup ne connaissent pas l'existence des clubs seniors, des restaurants Émeraude ou les dispositifs d'aide personnalisée... Autre enjeu : la dématérialisation des services et la question de leur accessibilité, c'est-à-dire l'inclusion numérique des personnes en perte d'autonomie ou qui ne sont pas à l'aise avec ces outils. Cela participe aussi à leur isolement. C'est à nous de nous organiser pour que nos services soient mieux connus et accessibles au plus grand nombre. La création du comité de lutte contre l'isolement va en ce sens.

### Comment ce travail se concrétise-t-il localement ?

Plusieurs EPS sont engagés dans l'expérimentation d'actions spécifiques pour mobiliser les acteurs de leurs territoires afin d'aller au-devant des personnes, de repérer les cas d'isolement, de les orienter et de leur proposer des activités adaptées. Parmi les actions locales, nous pouvons citer le dispositif LIENS (luttons ensemble contre l'isolement)



© Guillaume Bontemps/Ville de Paris

## Isolement : à qui s'adresser ?

**Vous vous sentez concerné par le sujet de l'isolement ou souffrez vous-même de solitude ?  
Vous souhaitez parler de votre situation personnelle ou de celle d'un-e proche à quelqu'un ?**

- Si vous rencontrez des difficultés de mobilité, composez le 3975. Il s'agit du numéro d'information unique de la Ville de Paris, pour vous informer sur toutes démarches et les services de la Ville et vous orienter selon vos besoins (coût d'un appel local). Le centre d'appel 3975 est par ailleurs accessible aux personnes malentendantes ou sourdes.
- Si vous pouvez vous déplacer facilement, rendez-vous dans l'un des 17 espaces parisiens des solidarités (EPS) de la Ville. Ouvertes du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h,

ces structures sont désormais votre service de proximité de référence (lire en page 7 de ce numéro).

- Enfin, vous pouvez vous adresser à votre mairie d'arrondissement, où des professionnel-le-s pourront vous orienter, selon votre situation, vers les services adéquats. Vous pourrez aussi y trouver la brochure *Mon carnet d'adresses* qui rassemble toutes les adresses utiles aux seniors, par arrondissement.

Plus d'informations et contacts sur [Paris.fr](http://Paris.fr)



© goodluz — Fotolia

## L'écoute bienveillante d'Astrée

Depuis 35 ans, l'association Astrée, située dans le 13<sup>e</sup> arrondissement, met en relation des bénévoles formés et encadrés avec des personnes isolées, de tous âges, en situation de fragilité personnelle ou sociale (deuil, ruptures de vie, maladie, dépendance...). Environ 80 bénévoles accompagnent près de 200 personnes isolées, sur tout le territoire parisien.

« Nous proposons une écoute bienveillante, sans jugement ni directive, cela permet à la personne de se libérer, d'exprimer ce qu'elle ressent en mettant des mots sur ses émotions. C'est souvent cette première étape qui permet la résolution d'une situation de mal-être » détaille Françoise Suissa, bénévole de l'association.

« Cet accompagnement dure tant que la personne en a besoin, cela peut être quelques semaines ou plusieurs années. J'accompagne moi-même un homme d'une soixantaine d'années depuis 6 ans désormais ».

Ces temps de parole et d'écoute hebdomadaires d'1 h 30 ont lieu dans les locaux de l'association, au 3 rue Duchef-delaville (13<sup>e</sup>), voire directement chez la personne quand celle-ci éprouve des difficultés de mobilité.

« Chaque personne est accompagnée par le même bénévole, afin de pouvoir tisser un lien de confiance et assurer un suivi privilégié. » Un suivi individualisé qui a pour objectif de rompre l'isolement des personnes fragilisées. Et de leur permettre de retrouver la confiance nécessaire pour aller mieux.

Informations et contact au 0145839500  
ou par courriel : [paris@astree.asso.fr](mailto:paris@astree.asso.fr)

## Chez « Les Petits Frères des Pauvres », des séjours d'été et des visites toute l'année

L'association d'aide aux seniors isolés créée en 1946, intervient toute l'année pour visiter des personnes âgées à leur domicile et leur proposer des activités. L'été, elle organise aussi des séjours accompagnés.

Les Petits Frères des Pauvres – près de 1 300 bénévoles et 50 salarié-e-s – luttent contre l'isolement et la solitude des personnes âgées, prioritairement les plus démunies. À Paris, ses 19 équipes de bénévoles se relaient toute l'année pour effectuer des visites chez des personnes seules, demandeuses de soutien et de compagnie. Durant l'été, une période sensible, le rythme de ces visites est renforcé. « La saison estivale est propice à la solitude chez les personnes âgées qui sont un public fragile pouvant souffrir de précarités multiples » explique Béatrice Locatelli, adjointe à la direction régionale de l'association. « Nous augmentons donc la fréquence de nos passages chez les personnes qui restent à Paris et cela nous permet aussi de rester en vigilance sur les problématiques liées à la canicule ».

### Deux cafés associatifs à Paris et une plateforme d'écoute nationale

L'association met aussi en place des séjours de vacances (à la mer, à la campagne...), subventionnés en partie par la Région Île-de-France, ou encore des activités de proximité pour celles et ceux qui ne souhaitent pas partir trop loin ni trop longtemps (sorties à la journée, pique-niques, balades...). « Cela leur permet de voir autre chose, de quitter la capitale, de s'insérer dans un collectif et une dynamique de groupe, en bénéficiant de l'encadrement rassurant de nos bénévoles » ajoute Béatrice Locatelli. Cet été, 15 séjours sont organisés de juin à septembre pour environ 180 personnes seules et accompagnées par l'association. « Pour ceux qui restent à Paris, nous organisons aussi des activités dans nos lieux d'accueil, notamment au siège, cité Voltaire (11<sup>e</sup>) car nous avons des salles climatisées qui permettent des conditions d'accueil agréables en cas de fortes chaleurs » précise-t-elle.

L'association dispose également d'une plateforme d'écoute téléphonique gratuite au 0800 47 47 88 et de deux cafés associatifs, le café des petits frères (47 rue des Batignolles, 17<sup>e</sup>) et le T-Kawa (34 avenue de la porte d'Ivry, 13<sup>e</sup>) ouverts toute l'année.

En 2021, Les Petits Frères des Pauvres ont accompagné 1 915 Parisien-e-s âgé-e-s de 50 ans et plus.

## Paris en compagnie: un dispositif gratuit, simple et efficace pour sortir de chez soi en toute tranquillité!

À Paris, 174 000 personnes de plus de 60 ans vivent seules à leur domicile. Pour lutter contre l'isolement, Paris en Compagnie, un service gratuit d'accompagnement des Parisien-ne-s de plus de 65 ans, a été mis en place en 2019.

Il fait appel à l'engagement de chacun-e pour accompagner des aîné-e-s dans des déplacements liés à leur vie quotidienne (promenades, sortie au musée, rendez-

vous chez le médecin, etc.), une fois par semaine et pour une durée allant jusqu'à quatre heures. Les accompagnateurs sont des Parisien-ne-s volontaires qui, après avoir participé à une courte réunion d'information peuvent se connecter à l'application mobile Paris en Compagnie et visualiser toutes les demandes d'accompagnement des aîné-e-s faites à proximité. Ces citoyen-ne-s engagé-e-s sélectionnent

ensuite l'accompagnement de leur choix, selon leurs disponibilités. L'objectif : créer du lien social à l'échelle locale et encourager les seniors à participer à la vie de leur quartier.

**Vous souhaitez être accompagné-e pour un déplacement? Faites votre demande par téléphone au 0185747576 ou sur le site [parisencompagnie.org](http://parisencompagnie.org)**

Afin de mieux vous connaître et de répondre à vos attentes, nous vous proposons de prendre quelques minutes pour remplir ce questionnaire et de le déposer dans la boîte aux lettres de votre établissement, espace parisien des solidarités, résidence, club, à l'accueil de votre Ehpad ou l'adresser par courrier à : **Mission communication de la direction des Solidarités (DSol) • 5 boulevard Diderot • 75589 Paris Cedex 12 • Bureau 7224**

## Qui êtes-vous ?

- Un homme       Une femme

## Vous avez entre...

- 50 et 60 ans  
 60 et 75 ans  
 Plus de 75 ans

## Vous et Paris info seniors

### Comment vous procurez-vous ce magazine en général ?

- Au près de votre espace parisien des solidarités (ex centre d'action sociale)  
 Au près de votre mairie d'arrondissement  
 Au près de votre établissement (résidence, Ehpad...)  
 Sur le site internet de la Ville de Paris (www. Paris.fr)  
 Au près de vos amis  
 Autre:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### Avez-vous des difficultés à vous procurer ce magazine ?

- Oui       Non

Si oui, pourquoi: .....

.....  
.....  
.....  
.....

### Après avoir lu Paris info seniors, qu'en faites-vous ?

- Vous le conservez       Vous le jetez  
 Vous le faites circuler

## Votre opinion

### Vous diriez que la présentation du magazine est...

- très attrayante       attrayante  
 peu attrayante       pas du tout attrayante

### Le magazine est-il lisible ?

- tout à fait       plutôt       pas assez       pas du tout

### Selon vous, les sujets abordés sont...

- proches de vos préoccupations et de vos centres d'intérêt  
 plutôt proches de vos préoccupations et de vos centres d'intérêt  
 éloignés de vos préoccupations et de vos centres d'intérêt  
 très éloignés de vos préoccupations et de vos centres d'intérêt



# • enquête de lectorat |

## ***Vous estimez que le contenu du magazine est...***

- très éloignés de vos préoccupations et de vos centres d'intérêt
- très diversifié
- plutôt diversifié
- peu diversifié
- pas du tout diversifié

## ***Les informations qui s'y trouvent vous semblent...***

- très utiles
- plutôt utiles
- peu utiles
- pas du tout utiles

## ***Classez les rubriques du magazine selon votre préférence (de 1, pour celle que vous préférez à 4 pour la moins appréciée)***

- actualités
- culture et loisirs
- dossier
- vivre ensemble

## **Vos attentes**

### ***Quelles seraient vos suggestions de sujets?***

- plus d'infos sur les dispositifs de la ville
- plus d'infos sur les aides
- plus de témoignages de seniors
- plus de culture
- plus de sujets sur la citoyenneté et le bénévolat

### ***Si vous étiez rédacteur en chef du journal, que changeriez-vous à la formule actuelle?***

- Une nouvelle rubrique à laquelle nous n'aurions pas pensé? Si oui, laquelle:

.....

.....

.....

.....

- Des thèmes que vous voudriez voir traités plus souvent

.....

.....

## ***Des remarques, une réclamation, n'hésitez pas à nous faire part de toutes vos bonnes idées!***

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Dans le 14<sup>e</sup>, les seniors malvoyants « continuent de lire »

**L**E PROGRAMME « continuons de lire », expérimenté depuis fin 2021 dans les Ehpad Furtado-Heine et Julie Siegfried (14<sup>e</sup>), permet l'accès à la lecture des personnes âgées atteintes d'une déficience visuelle. Il est porté par l'association Valentin Haüy, qui accompagne les personnes aveugles et malvoyantes pour leur permettre de gagner en autonomie et met à disposition des résident-e-s des lecteurs de livres audio, vocalisés, ergonomiques et adaptés aux handicaps visuels. Le support s'accompagne aussi de l'accès à une médiathèque virtuelle comprenant des milliers d'ouvrages. Cet outil bénéficie actuellement à cinq résident-e-s « empêchés de lire », accompagnés par des personnels de l'établissement spécialement formés à son utilisation. « *Au début les utilisateurs n'y croient pas vraiment, c'est un peu futuriste pour eux* explique Mohamad Alameddine, coordinateur des animations à l'Ehpad Furtado-Heine, *mais rapidement ils sont ravis car l'outil est simple d'utilisation et leur permet de retrouver le goût de la lecture* ». Dans les prochains mois, le projet devrait s'étendre à l'Ehpad Alice Prin (14<sup>e</sup>) et pourrait se développer dans d'autres établissements de la Ville de Paris.



## Un label « Grey Pride » pour des Ehpad plus inclusifs

Deux Ehpad de la Ville de Paris ont reçu le label « Grey Pride », une certification pour accepter pleinement la diversité sexuelle des résident-e-s dans ces établissements.

**L**A QUESTION DE LA SEXUALITÉ au sein des Ehpad, plus particulièrement de l'accueil des personnes âgées homosexuelles dans ces établissements, émerge en France. Plusieurs initiatives favorisant l'inclusion de ces publics très exposés au risque d'isolement voire à la stigmatisation, commencent à se développer. Parmi celles-ci, le label « Grey Pride », créé par le collectif du même nom, a pour objectif de lutter contre toutes les discriminations dont pourraient souffrir les seniors LGBTQIA + et proposer des actions de soutien.



© Joséphine Brueder/Ville de Paris

Pour obtenir ce label, les établissements doivent signer une charte, mettre en œuvre un plan de formation spécifique pour le personnel, évaluer leur engagement et nommer un référent garant de la sensibilisation autour des sujets liés à la sexualité, à l'intimité, au consentement, et au respect de

l'individu en général. En retour, le collectif joue le rôle de centre de ressources, grâce à une hotline, et propose des médiations, notamment pour les situations les plus difficiles. Deux établissements gérés par la Ville de Paris, les Ehpad Harmonie, à Boissy-Saint-Léger (94) et Annie Girardot, dans le 13<sup>e</sup>, sont aujourd'hui certifiés « Grey Pride ». La démarche est engagée dans les 13 autres Ehpad de la Ville, avec l'objectif que tous soient labellisés prochainement.

## Bientôt un lieu d'accueil pour les LGBTQIA +\* les plus fragiles

**S**ITUÉ AU CŒUR DU MARAIS (Paris Centre), cet espace sera tourné vers les personnes invisibilisées au sein de la minorité LGBTQIA + et qui requièrent davantage de soutien : les personnes précarisées, exilées, racisées, trans, séropositives, victimes de violences. Ce lieu permettra de créer un lieu d'échanges et de rayonnement pour accueillir ces publics plus fragiles.

Ce centre de 520 m<sup>2</sup> mettra ses locaux à disposition de l'association AGLIL22M qui regroupe sept associations partenaires. D'autres organismes seront invités pour coproduire des événements ou bénéficier de certains

espaces. Les associations pourront y organiser des permanences santé, sociales, physiologiques et juridiques. Des ateliers ou

© Joséphine Brueder/Ville de Paris



groupes de paroles thématiques transverses (réseaux sociaux, violences sexuelles, violences scolaires, rôles modèles, santé sexuelle, groupe thérapeutique, etc.) doivent également être mis en place. Enfin, les usager-e-s du lieu pourront bénéficier d'aide alimentaire, de repas partagés ou de distributions de vêtements.

\* LGBTQIA + : Lesbiennes, Gays, Bisexuel-le-s, Trans, Queers,

Intersexué-e-s, Asexuel-le-s et le + inclut les nombreux autres termes désignant les genres et les sexualités.

# • actualités |

## L'Orchestre de chambre de Paris en tournée dans les Ehpad

Pendant près de 3 mois, de mai à juillet, les musiciens de l'Orchestre de chambre de Paris ont fait le tour des Ehpad de la Ville, pour y jouer concerts de musique classique. Une mini-tournée pour aller à la rencontre des résident-e-s et ouvrir une fenêtre culturelle au sein même de leur lieu de vie.

« Je crois beaucoup aux vertus thérapeutiques de la belle musique. Le cerveau est content ! » Frédéric Rousseau est lui-même ravi : l'Ehpad Alquier-Debrousse (20<sup>e</sup>), dont il est le directeur, est sur le chemin des pérégrinations estivales de l'Orchestre de chambre de Paris. Lequel ne lézarde pas : la période est propice aux interventions sociales et citoyennes qui mobilisent une partie de son activité annuelle.

« On va vers les gens plutôt que les gens viennent vers nous », résume Amélie Éblé, responsable des actions culturelles et éducatives de l'Orchestre.

### Promouvoir l'orchestre, rencontrer de nouveaux publics, échanger, se produire dans des cadres différents...

Les musiciens aiment quitter le confort des salles qui leur sont consacrées, pour aller au contact direct du public, sur le terrain. Cette proximité est aussi le pari de la « ville du quart d'heure », dans laquelle chaque habitant dispose d'une offre d'activités et de services complète à quinze minutes de marche de son domicile. Adopté par plusieurs métropoles dans le monde, dont la Ville de Paris, ce concept exige notamment de repenser l'utilisation de certains équipements des quartiers, dont les cours d'école où l'Orchestre de chambre de Paris a donné au printemps huit mini-concerts.

### Des mini-concerts de 45 minutes

De mai à juillet, les mini-concerts de l'orchestre sont donnés en trio sur le répertoire de Saint-Saëns ou Offenbach, ou sur celui des contemporains Isabelle Aboulker et Julien Joubert, en plus d'une création autour des *Fables* de La Fontaine et d'une carte blanche laissée aux musiciens. Et ces derniers n'hésitent pas à répondre aux questions sur les compositeurs, leurs instruments, leur métier...

À l'Ehpad Alquier-Debrousse, qui accueille un trio le 5 juillet, Frédéric Rousseau connaît les résultats qu'un tel concert peut produire : il dirigeait l'Ehpad Oasis (18<sup>e</sup>), dont les résident-e-s étaient confinés en raison de la crise sanitaire, pendant l'été 2020, quand des musiciens de l'Orchestre de chambre de Paris ont joué dans la cour de l'établissement. De quoi mettre du baume au cœur. « Nous sommes très friands de ces interventions très qualitatives se réjouit Frédéric Rousseau. Et on sait déjà que les participants en sortiront souriants, détendus, apaisés. »



© Frédéric Saïd/direction des Solidarités

## Un ancien Ehpad reconverti en centre d'accueil pour jeunes mamans

**S**ITUÉ RUE POLIVEAU (5<sup>e</sup>), dans les locaux de l'ancien Ehpad Jardin des Plantes, le centre d'hébergement Agnodice, du nom de l'une des premières femmes médecin et gynécologue selon une légende grecque, a été inauguré le 22 juin. Il accueille et prend soin des femmes enceintes ou en sortie de maternité. Suite au constat de grandes difficultés rencontrées par de nombreuses mères en situation précaire, un appel à projets avait été lancé par l'État pour répondre à ce besoin fort sur le territoire parisien. Dans ce centre d'hébergement et de soin, les conditions d'accueil sont individualisées pour répondre aux besoins spécifiques des futures ou jeunes mamans, mais aussi d'héberger des pères et des enfants d'une même fratrie. Sur place, près de 110 personnes sont ainsi prises en charge par une équipe pluridisciplinaire (infirmière, psychologue, auxiliaires de puériculture, éducatrice jeune enfant, ostéopathe, travailleurs sociaux, équipe d'accueil présente 24 h/24). L'objectif de ce lieu d'accueil temporaire (entre 6 et 9 mois) est de réinstaurer un parcours de soins et de sécuriser ces femmes, en apportant le suivi médico-psychologique lors de la naissance de l'enfant. Les premiers pas de la vie sont ainsi accompagnés par toute l'équipe médico-sociale.



© Frédéric Saïd/direction des Solidarités



# Jean Philippe Riant, le sens du lien

Au plus fort de la crise sanitaire, lors du premier confinement du printemps 2020, Jean-Philippe Riant a choisi de donner un peu de son temps auprès de ceux qui en avaient sûrement le plus besoin. Bénévole au sein de l'Ehpad Julie Siegfried (14<sup>e</sup>), ce consultant en informatique continue aujourd'hui de rendre visite aux résident-e-s de l'établissement, avec qui il a tissé des liens précieux et privilégiés.

## Qu'est ce qui a motivé votre démarche de devenir bénévole à l'Ehpad Julie Siegfried durant la crise sanitaire ?

Une semaine après le début du confinement, le 15 mars 2020, je tournais en rond dans mon appartement comme un lion en cage. Les médias parlaient d'une crise sanitaire sans précédent dans les Ehpad, il m'a alors paru évident que c'était là qu'il fallait être pour me rendre utile, tout simplement. J'ai décroché mon téléphone pour appeler les établissements de mon arrondissement et envoyé des courriels. Très vite, Anita Rossi la directrice de l'Ehpad Julie Siegfried, dans le 14<sup>e</sup> arrondissement, m'a contacté pour me proposer un contrat de bénévole.

## Quelle a été votre activité auprès des résident-e-s quand vous avez rejoint l'établissement ?

Je suis arrivé à l'Ehpad Julie Siegfried à la mi-avril 2020. L'établissement était en isolement quasi-total à ce moment-là et aucun membre des familles de résident-e-s ne pouvait venir en visite. Toutes et tous étaient confiné-e-s dans leur chambre. L'enjeu était alors de leur permettre d'avoir un contact avec leurs familles afin de pouvoir retisser un lien essentiel pour leur bien-être. Étant à l'aise avec les outils informatiques, on m'a confié une tablette trois fois par semaine et je suivais un planning de rendez-vous de visio-conférences établi par l'administration. Cela m'a permis de faire connaissance avec de nombreux résident-e-s et de me faire connaître de leurs familles. J'ai aussi rencontré, grâce à l'équipe d'animation, d'autres résident-e-s qui n'avaient pas forcément de famille, de rendez-vous prévus.

## Quels liens avez-vous pu tisser avec les gens de l'établissement ?

À cette époque je venais à l'Ehpad trois fois par semaine, cela m'a permis de développer des relations étroites avec le personnel d'accueil, l'équipe d'animation, le personnel soignant ou l'encadrement. Mais c'est surtout avec les résident-e-s et leur famille que je suis devenu, comme d'autres agent-e-s de l'équipe d'animation, un des maillons de la chaîne relationnelle que nous essayions tous de maintenir. Entre les visio-conférences, je faisais des mots-fléchés avec les un-e-s et les autres, je discutais peinture avec Pascal, qui fait des toiles dans une pièce en travaux mise à sa disposition, je discutais lecture avec plusieurs résident-e-s bibliophiles à qui j'apportais des livres. Et depuis que les confinements ont été levés, je n'ai pu que tenter de maintenir ces liens. Je continue donc de m'y rendre chaque semaine le samedi après-midi : Jacky n'aimerait pas que je ne lui apporte pas son café en grains à l'heure du goûter. Je pense qu'il ne faut pas tricher avec les relations : si on les crée, on les entretient.

## En quoi cette expérience vous a particulièrement marqué ?

Il y a trop à dire, mais je retiens les regards pétillants de Jeanine quand elle rigolait à une bonne blague pendant nos séances de mos-fléchés (elle nous a quittés en mai 2022) ; les sourires de Jacky quand elle touche les fleurs du jardin en ces jours de printemps ; le rire fort d'Aminata quand je l'accompagnais fumer sa gauloise sans filtre dans le jardin (elle nous a quittés en 2021) ; l'appétit de Kitty pour les livres, surtout en anglais ; la réparation des lunettes d'Henri ; les tubes de peinture à l'huile trouvés en plein confinement pour que Pascal puisse continuer à peindre ; les relations avec les autres bénévoles et leurs associations qui font un travail formidable au quotidien pour beaucoup de personnes qui n'ont pas ou peu de familles. Je retiendrai aussi la confiance que toute l'équipe m'a accordée. Je me suis toujours senti utile, alors je continue.



# INSCRIPTION SUR LE REGISTRE NOMINATIF POUR BÉNÉFICIER D'UN CONTACT EN CAS D'ÉVÈNEMENTS EXCEPTIONNELS

DSOL 2022 - REFLEX

Les renseignements ci-dessous sont recueillis par la Ville de Paris dans le cadre du plan d'alerte et d'urgence départemental piloté par l'État et mis en œuvre par le préfet de police pour des risques exceptionnels. Cette inscription est facultative et s'inscrit dans une démarche volontaire.

Bulletin à renvoyer à : Ville de Paris - DSOL  
Sous-direction de l'autonomie - Service Seniors  
94/96, quai de la Rapée, 75012 Paris  
OU inscription par téléphone 3975 (appel gratuit), pour un traitement plus rapide OU bulletin à remplir sur le site internet [paris.fr/fichier](http://paris.fr/fichier) REFLEX

## Identification du (des) bénéficiaire(s) (Un bulletin par foyer)

### Personne à inscrire :

M.  Mme

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

## Autre personne vivant au domicile :

M.  Mme

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Lien avec la personne inscrite : .....

Si un seul nom figure sur le bulletin, précisez si vous vivez seul-e : Oui  Non

## Domicile (Remplissez soigneusement toutes les rubriques)

Adresse : .....

Bât : ..... Hall : ..... Escalier : ..... N° porte : ..... Code(s) d'entrée : ..... Étage : .....

Dernier étage :  Oui  Non Ascenseur :  Oui  Non Code postal : ..... Ville : **PARIS**

Tél. portable : ..... Autre n° : ..... | Tél. portable : ..... Autre n° : .....

Courriel : ..... | Courriel : .....

Avez-vous une télalarme ? :  Oui  Non |  Oui  Non

Percevez-vous l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) ? :  Oui  Non |  Oui  Non

Votre situation de handicap est-elle reconnue par la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) ? :  Oui  Non |  Oui  Non

**IMPORTANT** : précisez vos dates d'absences prévues entre le 1<sup>er</sup> juin et le 15 septembre. Si ces dates changent, n'oubliez pas de nous le signaler en appelant le 3975.

**Personnes de votre entourage à prévenir** (conjoint, enfant, famille, voisin, ami, gardien...)

**Coordonnées du médecin traitant** (mention facultative)

**Coordonnées d'une personne intervenant à domicile** (aide à domicile, femme de ménage, infirmière, kiné...)

Si vous remplissez ce questionnaire pour le bénéficiaire avec son accord, précisez vos coordonnées

Juin : .....

Juillet : .....

Août : .....

Septembre : .....

**1) Nom et prénom :** .....

Lien avec le bénéficiaire : .....

Téléphone (prioritairement le portable) : .....

**2) Nom et prénom :** .....

Lien avec le bénéficiaire : .....

Téléphone (prioritairement le portable) : .....

**Nom et prénom :** .....

**Adresse :** .....

**Téléphone :** .....

**Nom et prénom :** .....

Lien avec le bénéficiaire : .....

Téléphone de l'intervenant à domicile : .....

Nom du service d'aide à domicile : .....

Téléphone du service d'aide à domicile : .....

**Représentant légal : Oui  Non**

M.  Mme

**Nom et prénom :** .....

Lien avec le bénéficiaire : .....

**Adresse :** .....

**Courriel :** .....

**Téléphone :** .....

En m'inscrivant, je suis informé-e que la Ville de Paris peut procéder à des recherches d'informations dans d'autres bases de données de la ville ou transmettre mes coordonnées à des partenaires pour faciliter la prise de contact après plusieurs tentatives infructueuses. Ces informations peuvent être des numéros de téléphone de contact, données d'état civil, de domicile ou coordonnées de résidence-senior.

Paris, le :

Signature obligatoire :

J'accepte d'être contacté-e par « Paris en compagnie » afin que me soient proposés des accompagnements gratuits pour mes déplacements et promenades.

Les données communiquées par téléphone ou par ce bulletin d'inscription seront utilisées dans le cadre du plan d'alerte et d'urgence départemental en cas de risques exceptionnels. Elles sont recueillies et utilisées dans des conditions garantissant leur confidentialité. Elles sont conservées dans un fichier, établi en application des modalités fixées au décret 2004-926 du 1<sup>er</sup> septembre 2004, et inscrit au registre des traitements de la Ville de Paris. En application des dispositions du règlement européen relatif à la protection des données, vous disposez d'un droit d'accès aux informations vous concernant ainsi que d'un droit de rectification de ces données. Si vous souhaitez exercer ces droits, obtenir communication de données vous concernant ou être radié-e du registre nominatif, veuillez-vous adresser à la Ville de Paris, DSOL, Sous-direction de l'autonomie Service Seniors, 94/96 quai de la Rapée 75012 Paris, ou par téléphone au 3975 (appel gratuit).