

Bien vieillir et mobilité



Défis et pistes de solutions
01/12/2022

Présentation

Le 1er décembre 2022, COOPCITY, Centre dédié à l'entrepreneuriat social a organisé une journée de travail réunissant acteurs et actrices du vieillissement et de la mobilité à Bruxelles sur la thématique « Bien Vieillir et Mobilité ».

Cette thématique à la croisée des secteurs était plus particulièrement déclinée sous deux aspects fondamentaux : La circulation en ville des seniors et leur (ré) appropriation de l'espace public.

L'objectif de cette journée ? travailler ensemble sur les défis prioritaires, et commencer à imaginer des solutions innovantes reposant sur une dynamique collaborative multi-acteurs.

30 acteurs et actrices du vieillissement et de la mobilité ont répondu présent, pour une journée riche en échanges et en réflexion.

Cette journée a abouti à la formulation de 5 pistes de solutions saisies par des groupes de travail, qui pourront passer du concept au projet grâce à l'accompagnement de COOPCITY et de Senior Montessori pour deux demi-journées de travail.

La constitution des groupes de travail s'étant faite en toute fin de journée, de nombreuses personnes n'ont pu y prendre part.

Ce compte rendu a comme objectif de permettre à l'ensemble des structures invitées à cette journée (présentes ou non) de prendre connaissance des échanges et de se positionner si elles le souhaitent sur une piste de solution afin de rejoindre la dynamique de groupe de travail.

Vous trouverez un lien pour vous inscrire aux groupe de travail sur chaque fiche projet présente dans ce compte-rendu. En rejoignant un groupe, vous serez invités à participer aux deux séances de travail prévues dans le 1er trimestre 2023.

Nous espérons que vous serez nombreuses et nombreux à souhaiter poursuivre les échanges pour imaginer de nouvelles collaborations porteuses d'innovation.

Les défis

Une série de défis ont été identifiés par les participants et participantes, comme autant de freins à la circulation des seniors en ville et à leur usage de l'espace public.

Nous les reprenons ici en blocs thématiques.

Les défis liés aux vécus :

Continuer de circuler nécessite très souvent d'adapter ses modes de mobilité, or de nombreux défis sont liés à la transition d'un mode de mobilité indépendant à plus d'accompagnement :

1. La perte d'autonomie et le besoin éventuels d'être accompagnés lors de l'avancée en âge sont souvent vécus négativement. Ce qui est souhaité : rester autonome et indépendant.
2. Le changement d'habitude est vécu comme quelque chose de difficile, synonyme de perte de confort.
3. Ces défis illustrent l'importance de pouvoir préparer activement le changement.

Les défis liés à l'entourage :

L'entourage est très souvent impliqué dans les choix et les modes de mobilité des seniors, ce qui implique les défis suivants :

1. Les peurs de l'entourage peuvent impacter les possibilités et modalités de mobilité des seniors (décider à la place de la personne ce dont elle est capable).
2. L'entourage n'a pas forcément le temps d'accompagner le senior dans ces déplacements, or l'accompagnement est une composante clé.

La dimension psychologique de la mobilité :

La mobilité est une affaire de confiance, or de nombreux freins à celles-ci se trouvent dans :

1. La peur de sortir de chez soi, liée à la crainte d'un accident physique (chute) ou d'une agression.
2. La difficulté à reprendre confiance en soi après un événement traumatisant (une chute, une perte d'équilibre, une perte de repères dans l'espace,...).
3. Notre relation au temps. Une personne âgée peut avoir l'impression qu'elle ne saura pas aller assez vite (pour traverser une rue, monter à bord d'un transport, etc).
4. Il faut « oser » sortir.

Mobilité et transports en commun

Les transports en commun soulèvent des défis d'inclusivité, de sensibilisation, d'équipement. De nombreux défis physiques portent sur l'accessibilité des transports en commun, très souvent vécus comme inappropriés pour des personnes âgées, du notamment à :

1. L'épreuve de « monter » dans le tram.
2. Une desserte inégale et de nombreux quartiers très peu desservis par les transports en commun.
3. L'usage du numérique, de plus en plus nécessaire (pour acheter un titre de transport, consulter des informations, etc), excluant de fait celles et ceux pour qui cela est moins accessible.
4. De façon corolaire, la « déshumanisation » des services, avec de moins en moins de guichet pour pouvoir poser ses questions, obtenir des informations, etc.
5. L'exploitation des services de transports n'est pas adaptée aux seniors, il faudrait pour cela notamment une sensibilisation des chauffeurs et chauffeuses et une adaptation de la vitesse, du temps pour monter à bord, des places prioritaires, etc.

Les parcours piétons :

Les trottoirs cristallisent de nombreux problèmes : obstacles, encombrements, dénivelés, mais également défis de cohabitation avec d'autres usages et usagers (vélos roulant sur le trottoir, trottinettes garées, etc). Ces problèmes impactent directement la sécurité et le sentiment de sécurité. L'aménagement de l'espace public pose de nombreux défis, avec :

1. la présence de travaux dans l'espace public et ce qu'ils engendrent comme changement d'itinéraire ;
2. La nécessité de zones de repos et une trop faible présence de bancs et de toilettes ;
3. La question de l'accessibilité des infrastructures (escaliers, trottoirs, ascenseurs..) ;
4. Les défis autour de l'orientation dans l'espace.
5. Trois freins principaux empêchent la réalisation de trajets piétons pour de longues distances :
6. La fatigue lors des trajets (notamment dû à la trop faible présence de zones de repos)
7. La sécurité, avec des portions de parcours plus dangereuses que d'autres, la non-accessibilité de certaines rues ou trottoirs, etc.
8. L'orientation dans l'espace.

Les défis sociétaux

Un certain nombre d'obstacles autour de la mobilité relèvent de défis sociétaux. Les tensions entre accompagnement et autonomie amènent des questions telles que :

1. Comment sortir des comportements individuels pour retrouver le collectif / communautaire ?
2. Comment penser des solidarités de proximité ?
3. La présence des personnes âgées dans l'espace public pose les questions suivantes :
4. Comment créer du lien entre différentes populations et différentes générations dans l'espace public ?
5. Comment faire converger les intérêts de différents publics vulnérables ?
6. Comment faire pour qu'il y ait une place et une cohabitation entre tous et toutes, jeunes, aînés, etc. ?
7. Comment lutter contre l'invisibilité des personnes âgées dans l'espace public et leur donner une visibilité qui soit non stigmatisante ?

Mobilité et information

L'accès à l'information est un défi majeur pour la mobilité des seniors, avec des obstacles à différents niveaux :

1. L'accessibilité à la connaissance des services d'aide pour se déplacer (chèque social, chèque taxi, etc) ;
2. L'accessibilité et la disponibilité de l'information liée à la mobilité (accès aux guichets, coordination de l'offre) ;
3. La compréhension de l'information.

Enjeux prioritaires

Ces défis amènent une liste de questionnements prioritaires pour repenser la circulation des seniors en ville et leur usage dans l'espace public.

Accès à l'information :

Comment les seniors peuvent-ils être informés ? Comment améliorer l'accès à l'information, la disponibilité et la coordination de l'offre d'information ? Comment répondre à la fracture numérique ?

Préparer le changement:

Comment travailler les perceptions des seniors eux-mêmes envers les questions de mobilité et d'usage de l'espace public ?

Inclusion des aînés :

Comment sensibiliser la société à la présence des seniors dans l'espace public, en évitant la stigmatisation ?

Comment permettre une meilleure représentation des seniors dans la vie de la cité ?

Partage de l'espace public :

Comment penser des aménagements urbains répondant à la multiplicité des vulnérabilités (enfants, femmes, seniors, etc) et à des enjeux de sécurité, confort, cohabitation, etc ?

Comment améliorer l'accessibilité et l'adaptabilité de la signalisation, des transports, et des infrastructures dans l'espace public ?

Que faudrait-il (ajouter) à l'espace public pour améliorer le sentiment de sécurité au sein de celle-ci ? comment répondre aux enjeux de sécurité et de mixité ?

Comment l'espace public peut-il accueillir une autre relation au temps, et l'aménagement de zones de repos ?

Trottoirs : comment faire cohabiter les usages ?

Transports:

Comment surmonter les obstacles physiques liées aux infrastructures de voirie ?

Comment développer l'accessibilité des transport en commun pour les seniors ?

Quelles sont les alternatives à la voiture qui permettraient aux seniors de se déplacer tout en gardant son indépendance ou sa liberté ?

Comportements:

Qu'est ce qui permettrait de casser l'isolement et motiverait la personne à sortir de chez elle ?

Enjeux prioritaires

4 défis prioritaires ont été désignés, à partir desquels imaginer des pistes de solutions collaboratives.

1

Comment repenser l'aménagement des espaces publics, des transports, et de la signalisation pour prendre en compte la multiplicité des vulnérabilités, la sécurité, et favoriser la rencontre ?

2

Comment rompre l'isolement et inciter les seniors à sortir de chez eux ?

3

Comment mieux sensibiliser la société à la présence des seniors dans les espaces publics tout en évitant la stigmatisation ? Comment travailler les représentations que les personnes âgées ont d'elles-mêmes en matière de mobilité et espace public ?

4

Quelles alternatives à la voiture pour permettre aux seniors de se déplacer tout en gardant indépendance et libertés ?

Méthodologie de résolution des défis

Des groupes se sont constitués pour travailler sur chacun de ces défis, et creuser une piste de solution par défi qui soit actionnable et multi-acteurs. Les fiches projets présentent ces pistes de solutions, et invitent à rejoindre les groupes de travail pour approfondir la réflexion.

Toutes les solutions incluent la concertation et la représentation des seniors dans le développement des dispositifs.



Les projets



- **Projet « coach de route »**
- **Projet « Bancvenue »**
- **Projet « Campagne de sensibilisation #Laisse-moi bouger »**
- **Projet « Atelier mobility coaching »**
- **Projet « Centre de mobilité active »**
- **Annexe : Autres pistes de solution"**



Projet "coach de route"

Défi : Comment repenser l'aménagement des espaces publics, des transports, et de la signalisation pour prendre en compte la multiplicité des vulnérabilités, la sécurité, et favoriser la rencontre ?

Synthèse de la solution :

Ce projet s'adresse à toute personne qui rencontre des difficultés de déplacement sur des trajets de proximité (difficultés physiques, cognitives, psychologiques, etc).

Par ce dispositif, la personne s'adresse à la commune (service référent à définir) qui renvoie vers des services de coachs (communaux, associatifs, bénévoles, privés.. à définir).

Le coach identifie le trajet le plus adapté et accessible, en fonction des besoins de la personne, et l'accompagne sur ce trajet afin de favoriser son autonomie. Pendant cet accompagnement (qui se fait une ou deux fois pour un même trajet, afin de sécuriser la personne), le coach identifie les dangers potentiels et ce qui dans le parcours est inconfortable pour la personne et les renseigne sur Mystreet*.

Cet accompagnement et ce signalement permettent de palier aux difficultés liées à l'accessibilité de l'espace public de manière rapide (les aménagements pour un espace public réellement inclusif nécessitent des temps beaucoup plus long), en agissant localement et sur des aménagements faciles et rapides à mettre en place (rabaïsser un trottoir, réparer un lampadaire, etc).

**** Mystreet est un dispositif qui permet d'alerter sur des obstacles sur la voirie – trottoir dépaillé, panneau tombé, etc afin que les services communaux puissent réparer)***

[Je souhaite rejoindre le groupe de travail « Coach de route »](#)

Premières structures inscrites : Entr'ages (Juliette Laisné) et le Service mobilité de la commune de Watermael Boisfort (David D'Hose).

Projet "Bancvenue"

Défi : comment rompre l'isolement et inciter les seniors à sortir de chez eux ?

Synthèse de la solution :

Le projet s'adresse en premier lieu aux seniors valides et non valides en besoin de lien social, et bénéficie plus largement à l'ensemble des piétons. L'objectif du projet est de recréer du lien social en plaçant des bancs et des chaises devant chez soi.

Les personnes sont invitées à place ou banc ou une chaise devant chez elles : ce mobilier leur permet de s'asseoir devant chez elles mais également de se reposer durant leur promenade, grâce aux autres personnes qui participent à l'action. Un sticker à l'effigie du projet est apposé sur le mobilier urbain, afin de présenter le projet et d'inviter les gens à s'asseoir.

Si le premier public visé est les seniors, toute personne qui souhaite se reposer peut utiliser ces chaises et bancs. Cette initiative pourrait être proposée aux comités de quartier, qui travaillent sur les solidarités de proximité. Pour lancer le projet, sont organisées :

1. Une journée de communication pour annoncer le lancement ;
2. Une campagne de communication via des ambassadeurs pour expliquer le projet et des stickers à apposer sur le mobilier ;

Inspirations extérieures :

Un projet similaire existe en Flandre. Ce sont les habitants et habitantes qui installent le banc. Le banc ici n'est pas une nuisance car il est retiré la nuit, il devient un instrument de convivialité dans le quartier. Dispositif qui repose sur l'appropriation.

Freins identifiés :

1. Importance de travailler en concertation avec les services espaces publics des communes pour les autorisation de mobilier sur le trottoir
2. Réflexion sur les modalités du dispositif afin qu'il soit approprié par les habitants et promeuve un partage apaisé de l'espace public.

[Je souhaite rejoindre le groupe de travail « Bancvenue »](#)

Premières structures inscrites : Croix-Rouge de Bruxelles (Catherine Souchon et Christophe Januel) et Entr'âges (Juliette Laisné).

Projet "Campagne de sensibilisation #laisse moi bouger"

Défi : Comment mieux sensibiliser la société à la présence des seniors dans les espaces publics tout en évitant la stigmatisation ? Comment travailler les représentations que les seniors ont d'eux-mêmes en matière de mobilité et espace public ?

Synthèse de la solution :

Le projet vise deux publics : la personnes senior et son entourage proche et médical.

L'objectif du projet est de travailler sur l'ensemble des facteurs qui poussent l'entourage à dire aux seniors «arrête de bouger» (mécanisme de surprotection des seniors, d'infantilisation) et vise à faire comprendre qu'un senior peut continuer à bouger dans son environnement.

L'objectif de la campagne est également de sensibiliser les seniors eux-mêmes pour les encourager à user de leur pouvoir d'agir et de bouger. Le projet repose sur une campagne de communication et d'actions de sensibilisation pour :

1. Encourager le senior à identifier et faire usage de son pouvoir d'agir et de se déplacer ;
2. Encourager son entourage à abandonner des réflexes sur-protecteurs et infantilisants.

La campagne utilise des situations concrètes et oriente vers des solutions et des interlocuteurs privilégiés. Cette campagne pourrait se prolonger via d'autres dispositifs, tels que la mise en place d'un référent mobilité senior dans chaque commune.

[Je souhaite rejoindre le groupe de travail "campagne #laisse moi bouger"](#)

Premières structures inscrites : Commune d'Uccle (François Lambert-Limbosch), Maison Biloba Huis (Nathalie Parmentier), Happy Days (Solenne Gougnaud-Delaunay).

Projet "Atelier mobility coach"

Défi : Comment informer les seniors des modalités de mobilité existante ?

Synthèse de la solution :

La solution repose sur l'idée que l'information des seniors doit également passer par une sensibilisation des différents acteurs qui sont dans leur entourage, pour qu'ils puissent être un relais clé, et repose donc sur deux canaux de communication :

1. Des ateliers « mobility coaching » pour les acteurs entourant les seniors ;
2. Une communication direct aux seniors ;

Atelier mobility coaching :

L'objectif est d'inviter des acteurs associatifs et communaux qui sont en contact avec des personnes âgées à des ateliers « mobility coaching » avec un référent mobilité.
Fréquence suggérée : 2 fois par an.

Ces ateliers s'adressent :

Aux ASBL agissant auprès des seniors et aux maisons de quartier ;

Aux centres de jour ;

Aux communes ;

Aux ergothérapeutes et assistants sociaux des services de gériatrie.

Ces ateliers mettent à disposition des supports écrits, accessibles également en ligne.

Cette solution est directement inspirée d'ateliers similaires conduits par Bruxelles Environnement.

Communication directe :

Le projet propose également un volet de communication directe aux seniors, qui passerait par les journaux communaux. Cette communication structure l'information sur les modalités de mobilités existant pour les seniors selon différents critères, tels que :

1. Services de mobilité pour personnes seules et valides ;
2. Services de mobilité pour personnes seules et invalides (fauteuil roulant) ;
3. Services de mobilité pour personnes ayant besoin d'être accompagnées ;
4. Services de mobilité en groupe ;
5. Services privés ;
6. Services public

Je souhaite rejoindre le groupe de travail "atelier mobility coach"

Projet "Centre de mobilité active"

Défi : Quelles alternatives à la voiture pour permettre aux seniors de se déplacer tout en gardant indépendance et libertés ?

Synthèse de la solution :

L'objectif du projet est de promouvoir des solutions multi-modales, pour prolonger et élargir la mobilité active avec différents modes de transports.

Public cible: une attention particulière est portée sur les seniors, mais le projet est accessible à tout le monde.

Le projet se base sur le développement d'un lieu qui regroupe différentes fonctions, telles que :

1. Proposition et mise à disposition de différents modèles de vélo adaptés à différentes capacités de mobilité : duobikes, tuktuks, vélos cargos (pour famille) ;
2. Un local adapté et sécurisé ;
3. Un centre communautaire ;
4. Un pôle de rencontres et d'évènements.

Je souhaite rejoindre le groupe de travail "centre de mobilité active"

Premières structures inscrites : Labolobo (Maud Catalan).

ANNEXE : Autres pistes de résolution des défis

D'autres pistes de résolution des défis ont également été esquissées. Nous les remettons ici afin qu'elles puissent nourrir les réflexions des groupes de travail.

Défi : Comment repenser l'aménagement des espaces publics, des transports, et de la signalisation pour prendre en compte la multiplicité des vulnérabilités, la sécurité, et favoriser la rencontre ?

Navette :

Qui passe toute la journée avec un trajet réfléchi en fonction des besoins (courses, santé, social, culture, etc) ;

à l'échelle du quartier (petite échelle) ;

Pas uniquement réservée aux seniors : conçue pour un partage entre différents publics, parcours défini avec les habitants et habitantes du quartier.

Création d'un HelpDesk qui pourrait orienter les personnes.

Pour les trajets piétonniers :

Penser les connections entre différents points d'intérêt ;

Penser les zones de repos et de sanitaires ;

Signaliser les zones de repos ;

Mettre une couleur sur le bitume ;

Indiquer les distances .

Aménagement d'espaces de rencontres :

Privilégier des petites infrastructures ;

Abris pour confort thermique (grosses chaleurs, pluie, froid, etc) ;

Espaces sécurisés ;

Espaces privilégiant la rencontre entre jeunes, aînés, familles, etc ;

Repérer et valoriser les lieux de rencontre existants qui permettent une réelle rencontre entre populations et générations ;

Créer un label « ami des aînés » pour les cafés, commerces, restos, etc inclusifs ;

Familiarisation avec l'environnement proche : points relais, points d'arrêts, points papotes, « safe zones » « social zones ».

Défi : Comment mieux sensibiliser la société à la présence des seniors dans les espaces publics tout en évitant la stigmatisation ? Comment travailler les représentations que les seniors ont d'eux-mêmes en matière de mobilité et espace public ?

Pour des seniors avec fragilités croissantes : sensibiliser le secteur santé (1ere ligne) à encourager les déplacements / sorties ;

Pour des personnes en capacité physique de se déplacer plus qu'elles ne le font : visibiliser les alternatives multimodales via des acteurs experts ou la formation d'acteurs intermédiaires (action one shot ou travail en plusieurs séances) .

Pour l'entourage du senior et le grand public: Lutter contre la surprotection/l'infantilisation et mettre en valeur le « droit au risque » via une campagne de communication / sensibilisation: campagne contre l'âgisme conçue avec et par des seniors.

Défi : Comment informer les seniors des modalités de mobilité existante ?

Créer des antennes de référence mobilité pour les seniors.

Classer les modalités de mobilité selon :

- Prix
- Public / privé
- Seul / en groupe
- Besoin : sortie médicale, vie sociale, etc
- Horaires et fréquences
- Accès PNR
- Services avec accompagnant
- Etc



coopcity.be