

Bien vieillir à Couëron

Ville amie des aînés

CCAS de Couëron



mai 2022



La démarche **Ville Amie des Aînés** nécessite de s'inscrire dans la durée et se construit sur la base d'une démarche participative avec les habitants et les partenaires.

Réalisation d'un diagnostic autour de 8 thématiques :



l'habitat
 les espaces extérieurs et les bâtiments
 les transports et la mobilité
 l'information et la communication
 la culture et les loisirs
 le lien social et la solidarité
 l'autonomie, services et soins
 la participation citoyenne et l'emploi

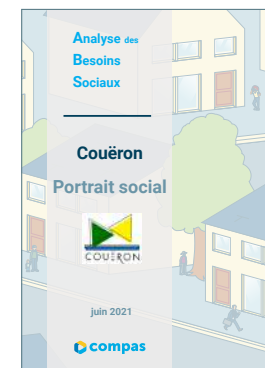




Les étapes de travail



Portrait social : les populations âgées hier, aujourd'hui et demain à Couëron



389
questionnaires exploitables



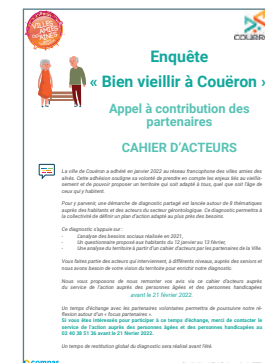
Enquête habitants : questionnaire à destination de l'ensemble des habitants



14
acteurs répondants



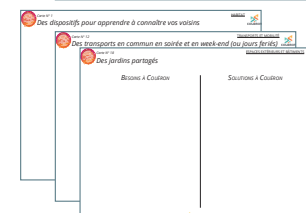
Cahiers d'acteurs : questionnaire à destination des acteurs, partenaires, professionnels



23
participants



Focus-groupe : ateliers d'échanges entre les partenaires et représentants des habitants autour des enjeux du territoire, orientations et pistes d'actions



CHIFFRES CLÉS

LES SENIORS



4 500 seniors de 60 ans et plus
+5% entre 2012 et 2017
21% de la population a 60 ans et plus



1 540 personnes âgées de 75 ans et plus
+19% entre 2012 et 2017
7% de la population a 75 ans et plus

14%



60-74 ans

5%



75-84 ans

2%



85 ans et plus

Part parmi la population totale



+30%

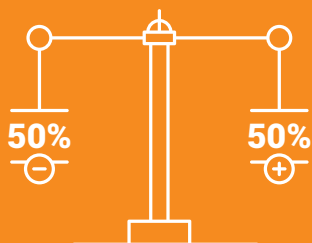
Projection des 60 ans et plus à l'horizon 2032



44%

des 75 ans et plus seuls à domicile

Le niveau de vie mensuel médian



1 963€ pour les 60-74 ans

1 723€ pour les 75 ans et plus

Indice de fragilité des personnes âgées



13% des 75 ans et plus

200 Personnes âgées

Pour vous, les aînés ce sont ... ?

Marie

Je donne des cours bénévolement

70 ans

Jean

J'entretiens mon jardin

72 ans

Jeannine

Je vis seule

78 ans

Christiane

Je vis dans une grande maison

77 ans

Les jeunes seniors, tout juste retraités et encore actifs
Des personnes qui ne sont plus en activité professionnelle mais encore autonomes
Les personnes plus âgées que moi (plus de 60 ans)
Les personnes âgées (60 ans et plus) que l'on ne sollicite pas assez
J'emploie facilement « aînés » pour une personne de 60 ans et plus
Les 80 ans et plus = les anciens

Les personnes les plus âgées d'une tranche de la population
Des personnes d'un certain âge qui ont envie de « vivre à plein »
Les personnes plus âgées que nous
Des personnes qui veulent encore rester en forme malgré l'âge
Des personnes d'un certain âge

Des sources de conseils et d'expériences
Certains sont « une bibliothèque »
Ceux qui savent
Ceux qui ont l'expérience et la sagesse
Des personnes qui peuvent transmettre des connaissances, des savoir-faire

Des personnes qui veulent être considérées jusqu'à la fin de leur vie
Des personnes de 60 ans et plus, en bonne santé physique, mentale et ayant envie de vivre
Des personnes plus fragiles qui ont besoin de plus d'attention et d'aide
Parfois des personnes « fragiles » à protéger

Age

Connaissance

Vie

Fragilité

Bernard

Je ne chauffe que la pièce principale

84 ans

Colette

Je loue une chambre à une étudiante

76 ans

Claude

Je vis en foyer logement

86 ans

Joseph

Je connais par cœur l'histoire de la ville

79 ans

Pour vous, les aidants ce sont ... ?

Qui sont-ils ? Où sont-ils ? Comment les toucher ?

Catherine

Je garde mes petits enfants

64 ans

compas

Françoise

Je m'occupe de mon papa en perte d'autonomie

65 ans

compas

Jacqueline

Je m'occupe de mon conjoint en perte d'autonomie

74 ans

compas

Denise

Je vis en maison de retraite

88 ans

compas

Des personnes qui se rendent disponibles (courses, toilette, préparation des repas,...) , des membres de la famille, qui font parfois de nombreux kms pour que la personne aidée soit maintenue au domicile

Une personne qui permet à une autre « handicapée ou vieille » de continuer à vivre dans son environnement « choisi » dans de bonnes conditions

Une personne bénévole ou financée par un organisme pour soutenir un aîné dans ses démarches

Des personnes qui rendent service sur beaucoup de choses de la vie avec bienveillance

Assistent au quotidien les personnes malades

Sont des membres de l'entourage (pas des professionnels)

Une personne, une aide indispensable pour pouvoir rester au domicile

Une personne sur laquelle on peut s'appuyer

Une personne qui accompagne son parent vieillissant ou dépendant ou autre personne handicapé

Les enfants – les petits enfants – les aides à domicile

Une personne de soutien (enfants, conjoint(e), voisin, professionnels de santé...)

Indispensables

Devoir de les aider à tenir et à continuer leur rôle

Des personnes fatiguées

Souvent fatigués, besoin d'être soutenus

Famille et entourage

Professionnels

Fatigue

Marguerite

J'ai recours à une aide à domicile

91 ans

compas

Marcelle

Je fais livrer mes repas

87 ans

compas

Thérèse

C'est ma fille qui me livre mes courses

77 ans

compas

Emile

Mon médecin me visite à domicile

94 ans

compas



• Les orientations et préconisations

- Paradis, Lac de Beaulieu, Tour à plomb, Place Charles de Gaulle, cimetières, bords de Loire

Besoin d'accès à des toilettes publiques

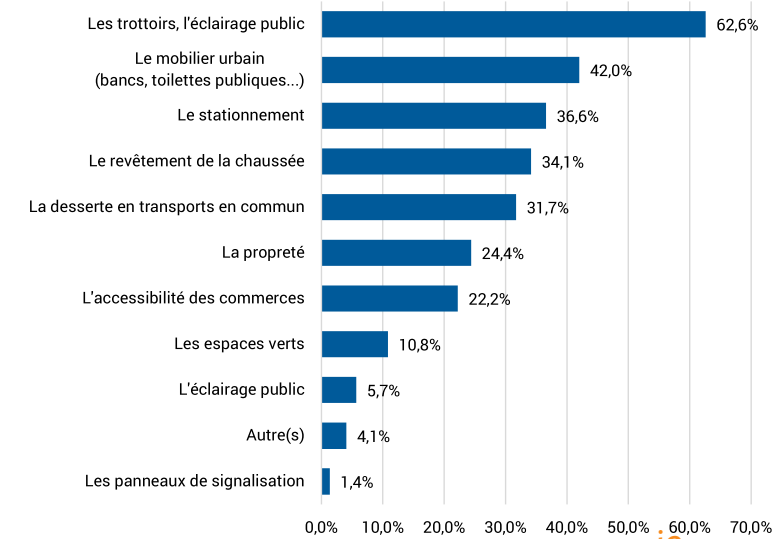
- Augmenter l'offre de toilettes publiques
- Améliorer la visibilité et la signalétique des toilettes publiques
- Renforcer la propreté des toilettes publiques

- Toilettes du port, remplacer par de l'auto-nettoyage, prendre modèle sur ceux près du cimetière de la Chabossière



50% jugent l'espace public inadapté aux seniors
33% le jugent adapté

Axe d'amélioration à envisager ?



- Augmenter le nombre de tables de pique-nique, aires de jeux, espaces de jeux et d'accueil toutes générations...
- Développer des équipements structurants sur le territoire
- Aménager les espaces verts et espaces remarquables

Besoin d'aménagements nouveaux

- Lac de Beaulieu, Square Martinet, bords de Loire / ● Piscine, Cinéma / ● L'Erdurière, Ile de la Liberté, parc Joseph Bricaux à la Chabossière, villages

Besoin de bancs publics adaptés aux déplacements et conditions physiques des aînés

- Répartir des bancs publics sur l'ensemble du territoire
- Augmenter le nombre de bancs publics sur les lieux de loisirs et de promenades
- Augmenter le nombre de bancs publics sur les lieux de déplacements fréquents des aînés (commerces de proximité)
- Adapter les bancs publics aux besoins spécifiques des aînés (hauteur de l'assise, accoudoirs, exposition ...)

- Grands boulevards comme le Bd François Blancho / ● Cimetière / ● entre la médiathèque et Boulodrome / ● à proximité du Centre Henri Normand / ● dans les parcs et les espaces publics, au lac de Beaulieu, sur les bords de Loire / ● hall de Super U / ● à proximité des commerces, rue du collège, Bossi, Carrefour / ● Ile de la liberté, près du CCAS

• Les orientations et préconisations



- Plus de couleurs sur les bâtiments / un marché des producteurs / ● Installer des corbeilles à papier, modifier la taille des bennes à déchets verts (trop hautes) / ● Renforcer les contrôles, installer des caméras, rappeler les gestes de prévention des cambriolages,...

- Egayer et rendre attractif le centre bourg
- Renforcer la propreté
- Lutter contre l'insécurité

Besoin d'améliorer le cadre de vie

- Réflexion en cours Centre Henri Normand, un local auto-géré, un local associatif, salle des milles clubs de la Chabossière vieillissante / ● Ancienne maison Bessonneau

Besoin d'équipements dédiés aux personnes âgées

- Mettre à disposition un local
- Créer une maison des seniors (ou maison des habitants)

Besoin d'accès aux administrations sur tout le territoire

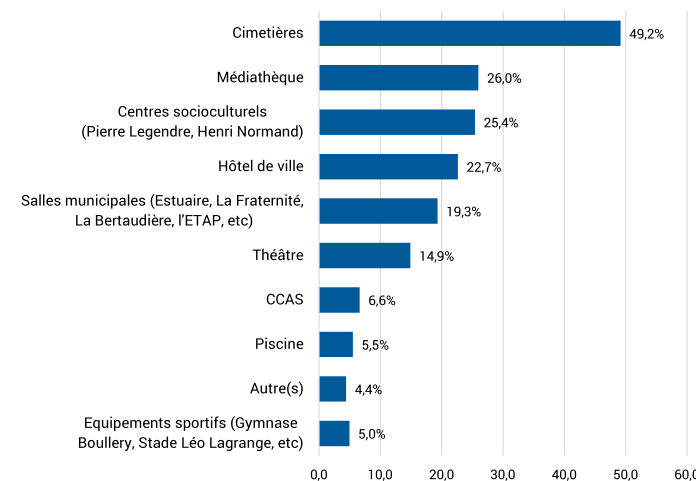
- Proposer des permanences administratives dans les quartiers
- Développer des accompagnements aux démarches administratives

Besoin de commerces sur tout le territoire

- Développer les commerces itinérants
- Augmenter le nombre de commerces
- Répartir les commerces sur le territoire



Difficultés d'accessibilité ?



- Maison des services / sécurité sociale / impôts / Caisses de retraites (Carsat...) / La Poste / CCAS / Aides juridiques / Bénévoles
- Chaussures / cordonnier / Horloger / Poissonnerie / Légumes / Produits bio et locaux / Marché de fruits et légumes de saison / Marché des producteurs
- Boulangerie quartier Le Bossis / Marché sur les bords de Loire / Marché à la Chabossière



• Les orientations et préconisations

- Pont des moutons / Noé Allais / Quartier du Berligout / près du CCAS / Entre l'arrêt de bus bd Joséphine Even et le Centre Pierre Legendre



- Pont de Retz / Rond-point du Carrefour Market / rue du Docteur Janvier / rue des Daudières / route M26 / zones de travaux / identifier les obstacles (contrastes) / supprimer les nids de poule sur les parkings / ● Boulevard de l'Europe / Rue des moutons / Axe qui longe la Loire et la médiathèque/ Du rond-point des martyrs de la résistance au Pont de Retz / rue Henri Gautier direction pont SNCF / en campagne

Besoin d'améliorer l'entretien des routes

- Agir sur les zones de danger du réseau routier

Besoin de faciliter les déplacements des piétons

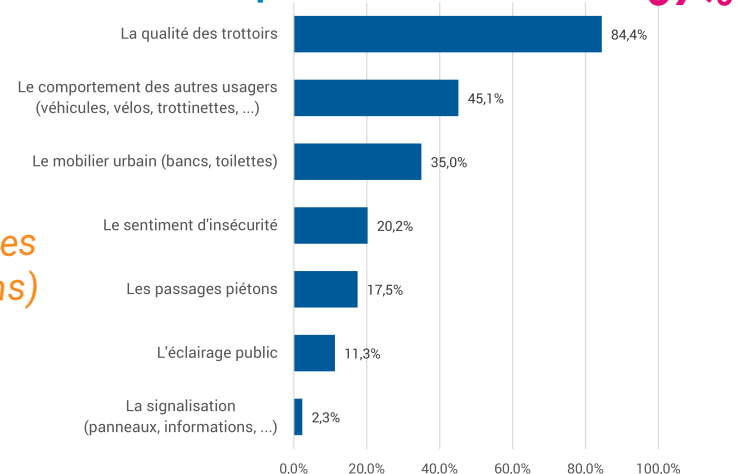
- Eclairer les passages piétons la nuit
- Installer des rampes ● Centre socioculturel Pierre Legendre / ● feuilles mortes poubelles, voitures garées (ZA ouest, Pont des moutons)
- Nettoyer et dégager les trottoirs et les entretenir
- Sécuriser les déplacements piétons
- Ralentir la circulation

Besoin de favoriser les déplacements doux (à pied, à vélo,...)

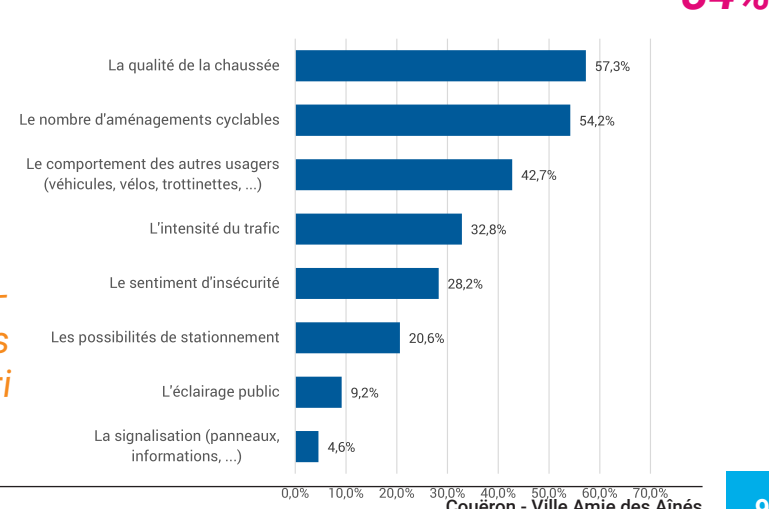
- Développer le réseau des pistes cyclables
- Sécuriser les pistes cyclables
- Développer les espaces de stationnement des vélos
- Encourager les déplacements à vélos
- Améliorer la signalétique des déplacements doux (piétons, pistes cyclables)
- Aménager l'ancienne voie de chemin de fer / entre l'Er-durière et le Bourg / traversée du Pont de Retz / ● vélos électriques, faire connaître le triporteur du Centre Henri Normand

36% jugent qu'il n'est pas facile de se déplacer
58% ... facile

Difficultés ... à pied :



Difficultés ... à vélo





Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations

Besoin d'accompagnements à la mobilité

- Proposer des transports solidaires
- Proposer des déplacements avec personne accompagnatrice

Besoin d'accompagner la conduite des seniors

- Développer les cours de remise à niveau pour le code de la route

Besoin d'actions environnementales

- Développer l'usage de la voiture électrique
- Proposer des aires de co-voiturage

● Bornes de recharge

Besoin d'améliorer l'accessibilité des services et équipements

- Faciliter l'accès aux équipements pour les personnes à mobilité réduite et personnes vieillissantes
- Médiathèque / Cabinet médical Paul Langevin / liaison entre la salle de l'Estuaire et les bords de Loire / pentes accentuées lac et espaces verts

Besoin d'améliorer le stationnement

- Organiser le stationnement
- Eviter les stationnements longue durée
- Tracer des places de stationnement (CSC Pierre Legendre), places PMR (rue du 4 septembre, à proximité des commerces à la Chabossière) / ● Utilisateurs de l'Express place Charles de Gaulle / Cimetière



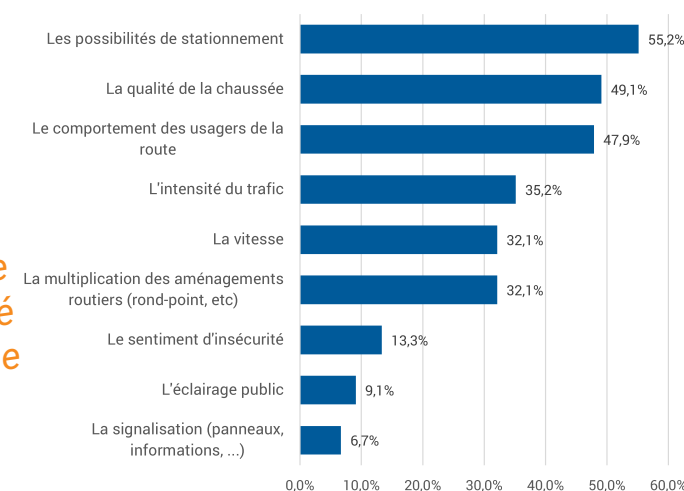
● transports avec des accompagnants / balades accompagnées / randonnées santé / accompagnements pour port de charges lourdes

36% jugent qu'il n'est pas facile de se déplacer

● Octobre Bleu / avec les assurances / bénévoles de la prévention routière

Difficultés ... en voiture :

42%





Les besoins des populations

- Les orientations et préconisations



Besoin de faciliter l'usage de transports en commun

- Augmenter les fréquences des lignes existantes
- Modifier les circuits et la maillage des bus
- Faciliter l'accès aux transports pour les personnes à mobilité réduite et personnes vieillissantes
- Diffuser les horaires de bus aux personnes âgées

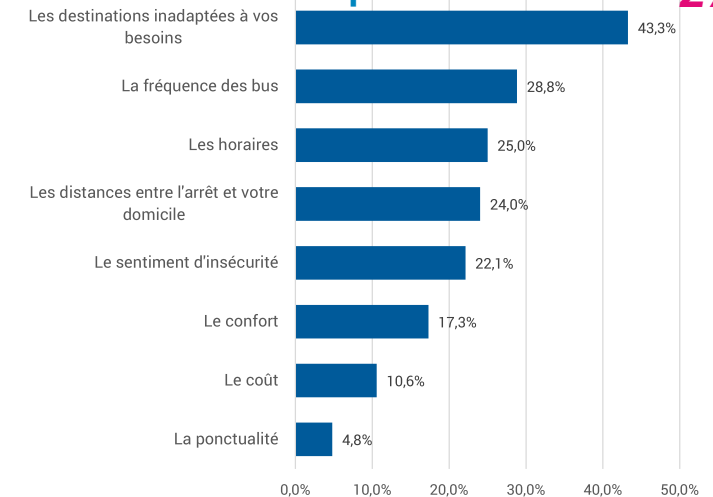
● *Train Nantes<->Couëron / Bus E1 / pendant les vacances scolaires / aux heures creuses*

● *Ligne 71 vers le centre de la Chabossière/ rue des fleurs vers le centre ville / Médiathèque / Cimetière / Bords de Loire / villages / hors Couëron (communes voisines, Centres hospitaliers, visites d'Ehpad) / nombre d'arrêts de bus / arrêt dans le bourg de Couëron vers le marché d'Indre / vers lac de Beaulieu / du centre-ville vers la gare / prolonger le navibus / transports inter-quartiers / vers l'accueil de jour de St Herblain*

● *Accès aux quais de gare / montée dans le train / passerelle sncf / accès parking nord SNCF / Accès aux bus / sensibilisation des conducteurs (freinage brutal, démarrage rapide,...) / présence d'aubettes à chaque arrêt*

36% jugent qu'il n'est pas facile de se déplacer

Difficultés ... en transports en commun : 27%





● magazine municipal / Octobre bleu / site de la ville / habitants référents

Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations

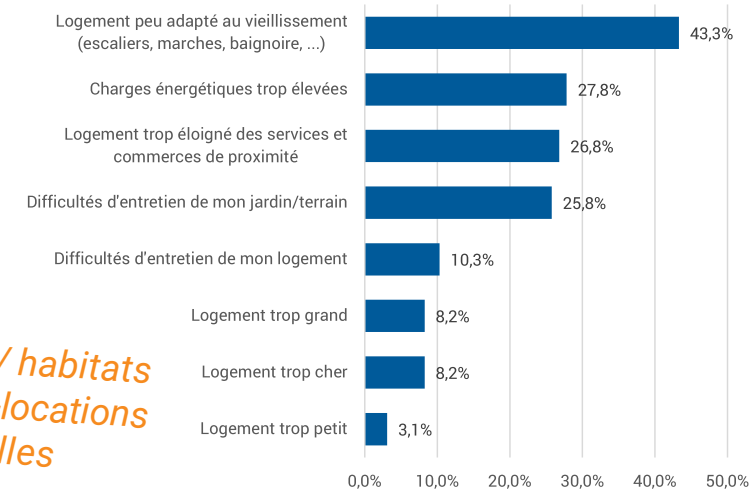
Besoin d'actions sur les logements existants

- Accompagner l'adaptation ou l'amélioration des logements
- Améliorer le parc locatif vieillissant
- Informer sur les aides à l'amélioration de l'habitat
- informer sur l'offre de logements sur le territoire



41% jugent que leur logement n'est pas adapté au vieillissement

Chez les 60-74 ans :



Besoin de développement de nouvelles formes d'habitat

- Proposer une offre nouvelle, une diversification de l'offre d'habitat
- Accompagner les initiatives de nouvelles formes d'habitat
- Informer sur les différentes formes d'habitat
- Consulter les habitants lors de la création de nouveaux logements

● *habitats partagés (exemple de Berligout) / habitats inter-générationnels (quartier du Marais) / co-locations entre pairs / co-locations intergénérationnelles*

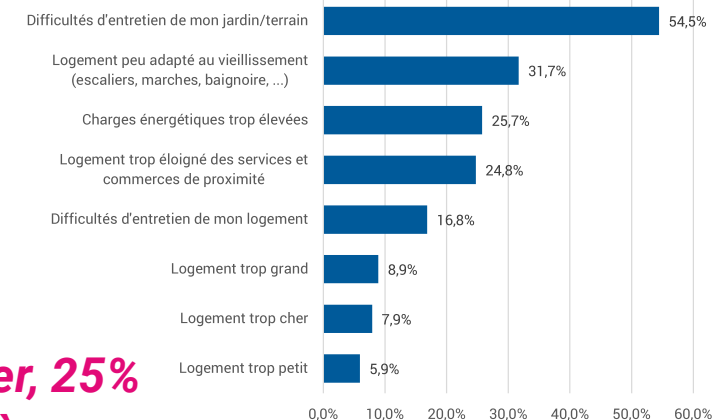
Besoin de logements accessibles financièrement

- Développer des logements sociaux ou à prix accessibles adaptés au vieillissement
- Proposer des aides financières pour l'accès aux logements
- Développer le nombre de places en établissements pour personnes âgées
- Prévenir les expulsions

14% déclarent un besoin d'accompagnement pour adapter leur logement

38% des habitants des villages seraient prêts à changer de quartier, 25% des habitants du Bourg et 16% des habitants de la Chabossière

Chez les 75 ans et plus :





Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations



Besoin d'accès aux soins

- Renforcer l'offre médicale
- Faciliter l'accessibilité des maisons médicales
- Augmenter les accompagnements à domicile

17% estiment ne pas avoir à disposition l'ensemble des services médicaux, paramédicaux et sociaux

Besoin d'accompagnement pour les dossiers administratifs

- Développer des aides administratives

55% ... satisfaits

Besoin de renforcer les équipes d'accompagnement à domicile

- Valoriser les métiers d'aide à domicile

39% déclarent rencontrer des difficultés d'accès aux soins médicaux et sociaux

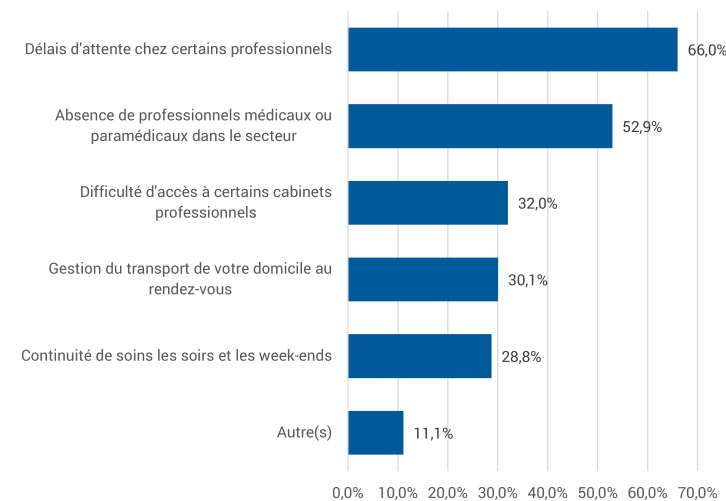
Besoin d'accompagnement des aidants

- Proposer des formations aux aidants
- Renforcer et/ou créer des dispositifs d'aide aux aidants
- Augmenter les capacités d'accueil temporaire et d'accueil de jour
- Accompagner les aidants

● Visites / Appels / Référents / Maison des services / Accompagnants

Points à améliorer

43% ... aucune difficulté



● Halte-relais / accueil de jour / Lieux de paroles / accompagnement psychologique / forum des aidants / prendre soin de soi / séjours



85% des répondants déclarent connaître les services du CCAS



Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations

- Entretien du logement / courses / petits travaux / repas partagés / visites à domicile / repas à emporter / ● des intervenants de quartiers / des personnes référentes / un travail avec les services de soins / avec la police municipale

Besoin d'accompagnement des seniors isolés

- Développer les accompagnements de la vie quotidienne

Besoin d'aller vers les seniors

- Développer une veille sociale
 - Créer des groupes de convivialité
- Communiquer dans les lieux fréquentés
- Faciliter la transition entre vie active et retraite

Besoin de liens intergénérationnels

- Développer des parcs et jardins
 - Valoriser les savoir-faire

- Super U / ● ateliers, échanges, témoignage "les mercredis de la retraite" / ● Parcs avec bancs et jeux pour enfants / barbecue en commun / verger collectif /



6% déclarent connaître un sentiment d'isolement «souvent», 23% «parfois» et 24% «rarement»

33% ... jamais

Points à améliorer





Les besoins des populations

- Les orientations et préconisations



Besoin de partenariats entre les structures

- Développer des structures et services intergénérationnels

Besoin de prolonger et renforcer les actions intergénérationnelles existantes

- Prolonger les actions existantes
- Elargir le public concerné par les actions proposées
- Développer de nouvelles actions intergénérationnelles
- Encourager les espaces d'échanges

6% déclarent connaître un sentiment d'isolement «souvent», 23% «parfois» et 24% «rarement»

Besoin d'inclusion pour les personnes en situation de handicap

- Adapter les activités aux personnes en situation de handicap

● Conciergerie / ● Ludothèque / Centre sociaux / Prix chronos médiathèque - résidence La Grange / ● Animations PA-PH / groupes de convivialité / ● Séances de cinéma avec échanges après le film, sport, nettoyage des quais, activités culinaires, fête des bords de Loire, repas, sorties, jardins, fêtes des voisins, ateliers d'écriture, aide aux devoirs, lectures / ● troc, échanges d'outils, échanges de savoirs, accompagnement des jeunes vers l'emploi

Points à améliorer





Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations

- Gros caractères / Flyer bus et trains / ● Boucle magnétique mal-entendants / Langue des signes

- France 3 local / Télé-Nantes



29% estiment n'être pas du tout informés ou mal informés

48% ... bien informés

Besoin d'adapter la communication aux publics seniors

- Améliorer la lisibilité des documents
 - Développer le Facile à lire et à comprendre
- Prendre en compte les différents handicaps
- Développer un magazine TV par et pour les aînés

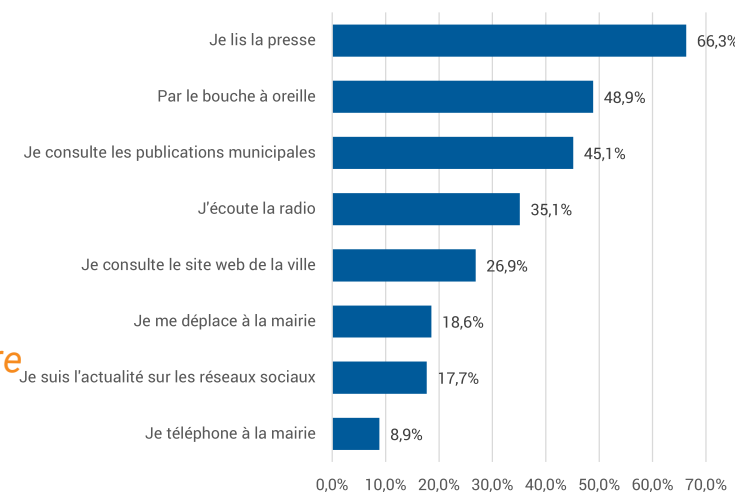
Besoin d'améliorer le cadre de vie

- Afficher des plans de la ville ● *Place Charles de Gaulle / La Chabossière*

Besoin de diversifier les modalités d'accès à l'information

- Proposer un numéro d'appel «1ère démarche»
- Développer des panneaux d'affichage

Accès à l'information





Les besoins des populations

- Les orientations et préconisations

● Guide seniors



Besoin de favoriser l'accès à l'information

- Diffuser largement les documents d'information existants (Magazine du Clrpac / Plaquettes du service PA-PH du CCAS / Guide des seniors)
- Développer la complémentarité papier / numérique
 - Actualiser les documents d'information
- Développer des communications ciblées
 - Avoir des personnes référentes pour guider vers les bons interlocuteurs
- Développer l'accès à l'information sur tout le territoire

Besoin de liens intergénérationnels

- Informer sur les possibilités de bénévolat

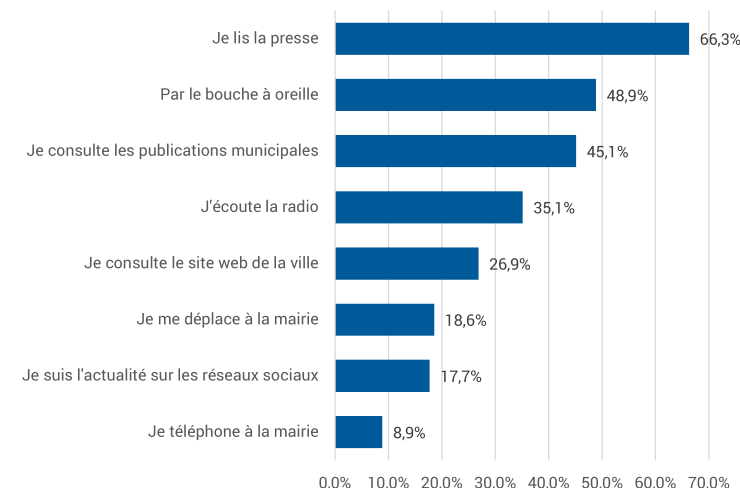
● bus itinérant

● Dans les lieux publics / associé une fois par an au magazine municipal / revoir distribution dans les boîtes aux lettres dans certains quartiers / dans les institutions / multiplier les lieux d'accès à l'information

● Pages associatives sur le site de la mairie / Liste de numéros utiles / courriers aux 60 ans et plus / Encart systématique «infos pratiques seniors» dans le magazine municipal / organismes d'aide aux seniors / animations culturelles / plus d'informations dans Presse Océan

29% estiment n'être pas du tout informés ou mal informés

Accès à l'information





Les besoins des populations

• Les orientations et préconisations



● Médiateurs numériques / chèques Aptik / Le coup de main numérique / lieux ressources / groupes de soutien / ● Un conseiller à l'achat de l'équipement adapté / mise à disposition de tablettes numériques au CCAS / accès à du matériel à bas prix / bourse au matériel d'occasion / information sur la réparation de matériel / repair café / ● tiers lieux / émetteur local internet /

Besoin de réduire la fracture numérique

- Accompagner la réalisation de démarches administratives par internet
- Former à l'usage des outils numériques
- Equiper en outils numériques
- Permettre l'accès aux outils numériques
- Faire connaître les accompagnements et lieux d'accès au numérique

Besoin de renforcer la coordination entre les acteurs

- Faire vivre le réseau des acteurs
- Développer la coordination dans les parcours entre le domicile et l'entrée en établissement
- Faire connaître les évolutions des dispositifs et les projets de territoire
- Travailler à l'échelle de la métropole (Ville Amie des Aînés)
- Former les bénévoles sur le « bon accompagnement »

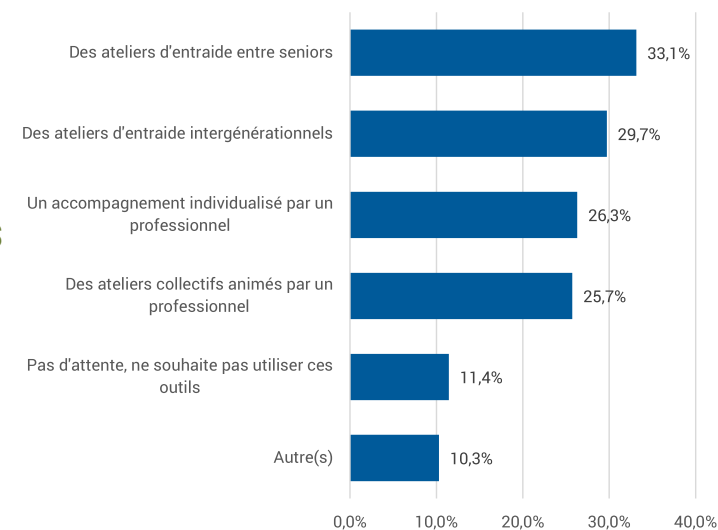
● Services d'aide à domicile / soins infirmiers / médecins / police municipale / Clic ...

25% n'ont pas accès à internet

11% des 60-74 ans

50% des 75 ans et plus

Les attentes pour se familiariser à l'utilisation des outils numériques





Les besoins des populations

- Les orientations et préconisations



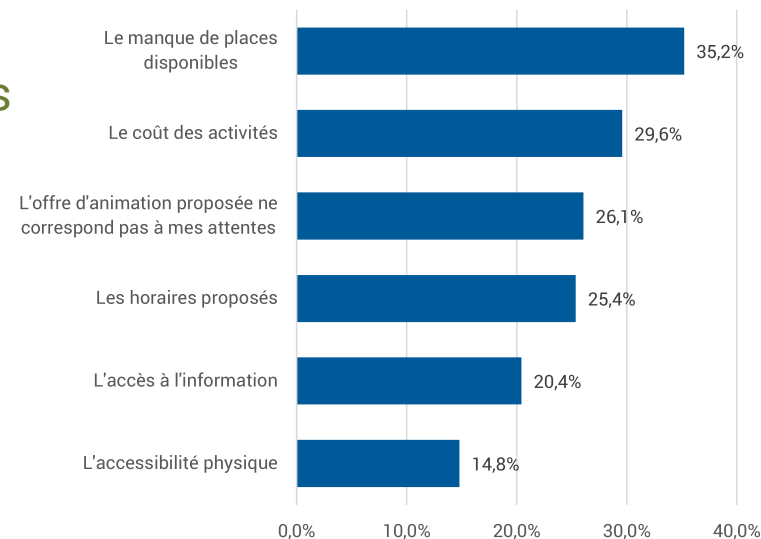
9% jugent l'offre de loisirs plutôt insatisfaisante ou très insatisfaisante
52% ... satisfaisante

Besoin d'un accès aux loisirs pour tous

- Adapter la programmation et les horaires au public des seniors
- Diversifier l'offre culturelle
- Adapter la tarification
- Multiplier les canaux de diffusion des informations culturelles et sportives
- Faciliter les déplacements vers les lieux culturels
- Faciliter l'accès à la culture des personnes dépendantes
- Développer l'accès à la culture sur tout le territoire
- Renforcer l'offre de loisirs à destination des seniors

● Théâtre en journée, avant 17h / spectacles tous publics / utilisation du théâtre Boris Vian en semaine / ● Spectacles à domicile / lectures par téléphone / médiateurs culturels / offres de cinéma / ● une carte culture-sports, quotient familial, tarif symbolique / ● magazine municipal / professionnels au domicile / périodes de découvertes / ● transports le week-end / minibus / déplacements vers les théâtres, cinémas, concerts nantais / ● encourager le bénévolat / développer des partenariats / ● créer des annexes de la Médiathèque / ● Gym seniors, visites de musées, spectacles, coachs sportifs, vélos adaptés PMR, randonnée, foot en marchant, piscine avec accès PMR, sorties et séjours vacances

Difficultés



Points à améliorer





Les besoins des populations

- Les orientations et préconisations



Besoin d'inclusion

- Accompagner la mobilité des PMR pour la participation citoyenne
- Valoriser les instances citoyennes

● Transports solidaires vers instances de participation citoyenne / accompagnements aux bureaux de votes /

21% ne se sentent pas suffisamment informés sur les activités de bénévolat et/ou rémunérées

47% ... bien informés

44% sont bien informés des moments d'échanges/débats entre les habitants et la ville sur différents sujets

Parmi eux, 48% y participent (83 répondants)

Points forts

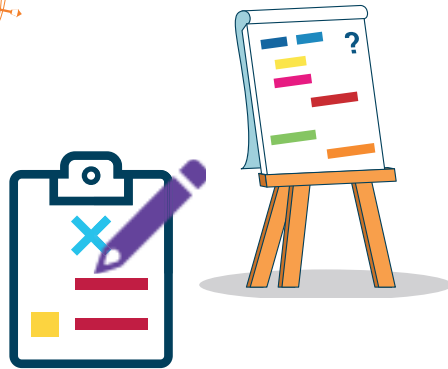


Points à améliorer





Prochaines étapes



Acteurs / partenaires : présentation de cette synthèse à l'ensemble des acteurs, partenaires et habitants ayant participé au focus-groupe et/ou ayant été sollicités via le cahier d'acteurs

7 juin 2022 - 14h/16h



Habitants : présentation d'une synthèse à destination des habitants dans le cadre d'Octobre bleu

11 octobre 2022 - 14h/16h



Contact :

contact@compas-tis.com

Tél. : 02 51 80 69 80

[@compas_infos](https://www.instagram.com/compas_infos)

[@Compas](https://www.instagram.com/Compas)

www.lecompas.fr

Spécialiste du développement social local

Le Compas se développe depuis plus de 20 ans grâce à ses valeurs humaines, son réseau, ses partenariats bien ciblés, ses outils et méthodes continuellement renouvelés et son savoir-faire reconnu.

Nos engagements :

- > Contribuer au mieux-vivre des habitants et mettre en évidence les besoins invisibles.
- > Capitaliser les connaissances et les questionnements pour éclairer les enjeux sociaux.
- > Tisser une relation de confiance pour construire ensemble les politiques de demain.