



FONDATION  
LEENAARDS

## Projet « Moi, personne âgée ! »

La Croix-Rouge Jeunesse genevoise (CRJ) travaille avec des jeunes bénévoles (collégiens, étudiants, etc.), en leur permettant de se rendre utiles auprès de personnes vulnérables à Genève. Les jeunes, encadrés par des collaborateurs, participent à toutes les étapes des actions qu'ils mènent dans les domaines humanitaires, socio-éducatifs et interculturels. Le but de la CRJ est ainsi double : venir en aide à la population en difficulté, notamment aux jeunes et aux personnes âgées, tout en formant les jeunes à la citoyenneté.

### Résumé

#### Projet « Moi, personne âgée ! »

Nombre de personnes âgées éprouvent des difficultés dans leur vie quotidienne ; l'entraide, notamment de la part de jeunes, fait souvent défaut, non par manque d'empathie de leur part mais par ignorance des effets du vieillissement.

Le projet « **Moi, personne âgée !** » de la **Croix-Rouge Jeunesse** a ainsi pour but d'améliorer le quotidien et le bien-être des personnes âgées en formant des jeunes avec des exercices pratiques « mimant » les difficultés concrètes des aînés (parcours adapté, lunettes obstruées, etc.). Ayant permis au jeune de ressentir physiquement et émotionnellement le quotidien d'une personne âgée, cette formation l'amènera à une prise de conscience qui renforcera le respect et l'entraide intergénérationnelle. Les activités du projet :

- Formation de jeunes formateurs (en moyenne 10 jeunes/an)
- Sensibilisation dans les écoles (env. 500 jeunes/an)
- Participation à la Journée des aînés (200 jeunes et 150 p. âgées par année)
- Visites régulières en EMS (10 p. âgées visitées/an) et visites hebdomadaires à domicile (20 p. âgées./an)

Durée du projet : 3 ans, dont une phase pilote avec l'Ecole Internationale de Genève.

Population visée : adolescents et jeunes ; personnes âgées.

#### Points forts :

- Une approche intergénérationnelle et concrète
- Une possibilité de diffuser ce programme dans d'autres cantons (Vaud, Fribourg,...) via les Croix-Rouge Jeunesse locales.

## 1- Pourquoi ce projet ?

Beaucoup de personnes âgées éprouvent des difficultés dans leur vie quotidienne. Chaque geste que nous faisons machinalement leur demande un effort particulier. Ces personnes du 4<sup>ème</sup> âge se retrouvent souvent coupées de toute relation sociale et risquent de perdre leur place dans notre société. L'entraide qu'elles seraient en droit de recevoir, notamment de la part de jeunes en pleine santé, fait souvent défaut, non par manque d'empathie, mais par ignorance. En effet, beaucoup de jeunes ont peu d'occasion de côtoyer des personnes âgées et de se confronter aux réalités de la vieillesse. Par exemple, les jeunes réalisent-ils vraiment ce que signifie se déplacer en ville quand la capacité visuelle est réduite à 30%, payer à la caisse d'un magasin avec des douleurs d'arthrose dans les doigts, etc. ?

Le projet « Moi, personne âgée ! » a pour but d'améliorer le quotidien et le bien-être des personnes âgées en formant des jeunes avec des exercices pratiques « mimant » les difficultés concrètes des personnes âgées : sur un parcours de marche adapté, avec des lunettes obstruées ou un bandeau, ou un harnais pour simuler des difficultés de motricité. Cette formation amènera une prise de conscience qui renforcera le respect tout comme l'entraide intergénérationnelle.

**Nous pensons en effet que dès lors que ces jeunes auront ressenti véritablement « physiquement et émotionnellement » ce qu'est le quotidien d'une personne âgée, avec toutes ses difficultés, ils adapteront leur comportement et feront preuve de plus d'empathie, de patience, de prévenance, de serviabilité.**

### Expérience de la Croix-Rouge Jeunesse en lien avec les personnes âgées

La Croix- Rouge Jeunesse genevoise a déjà mis en place une activité animée par de jeunes bénévoles :

- visites à une personne âgée isolée durant au moins une année à raison d'une fois par semaine pendant 2 heures

Le bilan de cette activité est très positif pour les jeunes et les personnes âgées, qui pour les uns trouvent ou retrouvent un grand-parent et pour les autres reçoivent plein d'énergie et de joie de vivre.

**Désormais, la Croix-Rouge Jeunesse souhaite enrichir et élargir son action en faveur des personnes âgées avec le nouveau projet : « Moi, personne âgée ! », qui implique un programme avec plusieurs activités à la clé.**

## 2- Objectifs

### Objectifs généraux :

- Améliorer le quotidien et le bien-être des personnes âgées
- développer l'entraide intergénérationnelle.

### Objectifs particuliers

Objectifs se détachant d'un programme annuel que nous voulons définitivement appliqué et concret :

- 1) **Former des formateurs qui animeront une formation spécifique (sensibilisation au vieillissement et parcours adapté) afin que les participants deviennent à leur tour formateurs : groupe d'environ 5 personnes idéalement.**
- 2) **Sensibiliser environ 500 jeunes (Ecole Internationale de Genève et CRJ) aux problèmes concrets du vieillissement.**

- 3) **Impliquer chaque année environ 200 jeunes formés à la Journée des Aînés qui aideront env. 150 personnes âgées.**
- 4) **Organiser des visites régulières à un EMS (env. 10 personnes âgées visitées par 10 jeunes) ; fréquence des visites à déterminer.**
- 5) **Développer l'activité « visites » : 20 personnes âgées visitées de manière hebdomadaire.**

La réalisation de ces objectifs créera un système « d'essaimage » de ce projet auprès du plus grand nombre possible de jeunes avec comme idée forte l'application spontanée et quotidienne des enseignements de ce programme. (*Exemple : en tenant la porte à une personne âgée, en l'aidant sur son lieu d'habitation à monter ses courses, en lui donnant le bras pour descendre des escaliers...*)

### **3- Phase pilote**

Afin d'évaluer la faisabilité d'un tel programme et son impact sur les personnes âgées, nous sommes en train de mettre en place une phase pilote qui durera une année et se fera en partenariat avec l'Ecole Internationale de Genève. Nous allons former à ces problématiques tous les élèves de 12<sup>ème</sup> (âgés entre 17 et 18 ans environ) afin de les sensibiliser et de leur donner les outils nécessaires à l'animation de la **journée des aînés**. L'Assemblée générale des Nations Unies a en effet désigné le 1er octobre comme la Journée internationale des personnes âgées. Cette journée a été célébrée à l'échelle mondiale pour la première fois le 1er octobre 1991 et cette action se perpétue depuis.

**A cette occasion, nos jeunes bénévoles aideront de manière pratique nos aînés durant une journée en faisant notamment preuve de civisme dans les transports en commun, en partenariat avec les Transports Publics Genevois, mais aussi en visitant un EMS, en proposant leur aide pour porter des courses...**

L'action dans les TPG, dont un premier test a été effectué en 2010, sera unique à Genève.

### **4- Population cible**

- Les adolescents de plus de 12 ans ainsi que les bénévoles de la Croix-Rouge Jeunesse genevoise.
- Les personnes âgées rencontrant des difficultés dans leur vie quotidienne, difficultés qu'une entraide intergénérationnelle pourrait alléger.

### **5- Partenariat**

Nous incluons cette formation dans notre « offre de formations », programme qui est en voie de finalisation avec l'Ecole Internationale de Genève particulièrement. En relais, nous proposerons ce programme aux associations de parents d'élèves ainsi qu'aux bénévoles CRJ. Dans le développement de ce projet et selon son évolution, nous envisageons un contact, via le DIP, auprès des écoles et universités.

### **Nos partenaires/contacts/référents potentiels :**

- La Croix-Rouge suisse,
- l'Hôpital des Trois Chênes, service de gériatrie,
- les personnes ou institutions ayant déjà instauré en Suisse ou à l'étranger ce type de programme,
- les associations de parents, les institutions en lien avec le 4<sup>ème</sup> âge,
- les personnes de référence dans le domaine des personnes âgées,
- l'Ecole Internationale de Genève,
- le Service social de la Ville de Genève, les clubs d'aînés, le réseau international sur le vieillissement (GINA), etc.

**Selon nos évaluations futures, nous envisageons de partager cette expérience avec d'autres CRJ qui pourraient ainsi développer un programme similaire dans leur canton, notamment les Croix-Rouge de Suisse romande (Vaud, Fribourg).**

## **6- Evaluation**

Après une année, une évaluation sera effectuée en prenant en considération les critères suivants :

### **Critères qualitatifs :**

- contacts accrus des personnes âgées avec l'extérieur via les actions des jeunes bénévoles et leurs visites,
- amélioration de leur quotidien grâce à l'aide des jeunes,
- Témoignages de membres du personnel soignant à domicile et en EMS

### **Critères quantitatifs :**

- nombre de personnes âgées qui seront concernées par les activités du programme,
- nombre de jeunes qui suivront la formation et qui deviendront formateurs
- nombre de jeunes qui participeront à la journée des aînés, au programme annuel de visites à un EMS,
- nombre de jeunes qui rejoindront l'activité Visites de la CRJ.

## **7- Points forts de ce projet**

- **Une approche intergénérationnelle fédératrice et concrète,**
- **Un pari sur l'avenir : rendre la jeune génération plus sensible aux difficultés liées au vieillissement et donc plus respectueuse des personnes âgées**
- **Une possibilité de diffuser ce programme dans d'autres cantons (Vaud, Fribourg,...) via les Croix-Rouge Jeunesse locales.**

## **Contact :**

Croix- Rouge Jeunesse genevoise - Mickaëlle Pra, Coordinatrice  
[m.pra@croix-rouge-ge.ch](mailto:m.pra@croix-rouge-ge.ch) ou 022 304 04 22