

Commission du 3^{ème} âge du Bas-Vallon

Bilan 2007 à 2013

Historique

En 1993, le Grand Conseil du canton de Berne a approuvé la Politique du 3^e âge 2005. Puis, dans son rapport de planification de mars 2004, la SAP rappelait l'invitation faite aux communes d' « (...) élaborer leurs propres planifications du 3^e âge en s'inspirant de la ligne directrice formulée dans le présent rapport, afin de mieux coordonner l'offre destinée aux personnes âgées sur le plan communal et intercommunal. ». (SAP, 2004, p.38)

En 2005-2006, sur mandat des communes de La Heutte, Orvin, Péry, Plagne, Romont et Vauffelin-Frinvillier, une commission a réalisé un « Rapport pour une politique du 3^e âge dans le Bas-Vallon », en se basant notamment sur un questionnaire envoyé aux citoyens âgés de 55 ans et plus. A noter qu'un taux de retour du questionnaire de 43% a été constaté, montrant ainsi l'intérêt des citoyens pour la question.

Fin 2006, une commission permanente dite du 3^e âge a été instituée par les 6 communes, afin de mettre en œuvre les mesures proposées dans le rapport.

Structure de la commission

Une 1^{ère} séance est tenue en février 2007.

La commission est composée de 7 membres et la provenance de ces derniers est variée afin de garantir la diversité et l'ouverture. Chaque commune nomme son représentant.

Mandat - collaboration

La commission se positionne comme centre de référence pour toutes les questions en lien avec le 3^e âge et joue un rôle de coordination.

La durée du mandat est indéterminée.

En réponse à la demande du canton pour un complément aux rapports régionaux, un groupe de travail « Politique du 3^e âge du district de Courtelary » s'est constitué et réuni dès octobre 2007. Leur rapport paraît en 2009.

La commission permanente du Bas-Vallon y envoie une représentante et revoit les objectifs planifiés, se concentrant ainsi à l'avenir sur les projets locaux.

Dès 2010, une commission du Jura bernois est constituée ; elle est toujours en fonction et travaille à l'échelle régionale. Une représentante du Bas-Vallon est membre.

Organisation

La commission s'est réunie en moyenne 7 fois par année, selon les besoins, le rythme dépendant des tâches à effectuer.

Une part de travail des membres se fait de façon bénévole et individuelle, en fonction de leur réseau et de leur affinités (contact avec les bénévoles, participation à des cours ou aux marches, rédaction de documents, etc.).

Le coût total (séances de travail, activités, etc.) au prorata par habitant est de :

CHF 1.— à 1.95 / année, selon les actions entreprises

Actions entreprises

Année	Activités	Description
2007	Guide des services d'aide, de soins et d'action sociale favorisant le maintien à domicile au Bas-Vallon	Création du guide

Année	Activités	Description
2008	Guide des services d'aide, de soins et d'action sociale favorisant le maintien à domicile au Bas-Vallon	Envoi du guide aux habitants de plus de 65 ans des communes du Bas-Vallon Envoi de 60 guides aux prestataires de services du guide Dépôt de guides dans les bureaux communaux
	Collaboration avec la Croix-Rouge, section Jura bernois	Annonce dans l'Echo: recherche de bénévoles pour les transports
	Présentation des Sapeurs pompiers	Séance à Orvin au local des Sapeurs pompiers 15 participants

2009	Séance d'info « Présentation de Pro Senectute »	Séance à Frinvillier 30 participants
	Séance d'info de la police cantonale sur la prévention	Séance à Frinvillier 70 participants

2010	Collaboration avec Pro Senectute	Organisation d'un cours « Prévention des chutes » : 5 séances à Plagne 18 participants
		Organisation d'un cours « Gym du périnée » : 4 séances à Plagne 12 participantes
	Marche découverte	4 marches emmenées par 2 bénévoles 12-20 participants
	Séance d'info « Prévention contre le démarchage en tout genre » par une juriste de la Fédération romande des Consommateurs	Séance à Frinvillier 50 participants

Année	Activité	Description
2011	Guide des services d'aide, de soins et d'action sociale favorisant le maintien à domicile au Bas-Vallon	Mise à jour Envoi de 605 guides aux habitants de plus de 65 ans des communes du Bas-Vallon
	Séance d'info « Maintien d'une autonomie dans les activités de la vie quotidienne » par une ergothérapeute	Séance à Frinvillier 20 participants
	Séance d'info « Décès à la maison » par une infirmière du SASD Bas-Vallon et un entrepreneur de pompes funèbres	Séance à Frinvillier 35 participants
	Marche découverte	4 marches emmenées par 2 bénévoles 18-20 participants

2012	Collaboration avec Pro Senectute	Organisation 3 cours « Brain Gym » : 3x6 séances à Plagne 8 -11- 16 participants
		Organisation d'un cours « Gym du périnée » : 4 séances à Péry 8 participantes
	Séance d'info « Comment remplir sa déclaration d'impôts » par un employé de l'intendance des impôts	Séance à Frinvillier 10 participants
	Séance d'info « Les assurances sociales : AVS, allocation d'impotence et prestation complémentaire » par une employée de l'Agence AVS du Bas-Vallon	Séance à Frinvillier 35 participants
	Marche découverte	2 marches emmenées par 2 bénévoles (+ 2 marches annulées pour cause de mauvais temps) 19-20 participants

Année	Activité	Description
2013	Collaboration avec Pro Senectute	Organisation de 2 cours « Gym du périnée » : 2 x 4 séances à Plagne 7 + 11 participantes
	Séance d'info « Décès à la maison » par une infirmière du SASD Bas-Vallon et un entrepreneur de pompes funèbres	Séance à Péry, suite au dîner des aînés de la Paroisse de Rondchâtel 50 participants
	Séance d'info « APEA Autorité de protection de l'enfant et de l'adulte »	Séance à Frinvillier 20 participants
	Conférence de Mme Cousin-Zermatten «Se soigner avec les plantes, recettes de nos grands-mères »	Séance à Péry 70 participants
	Marche découverte	4 marches emmenées par 2 bénévoles 14 – 20 participants

Réflexions

- La participation des +65 ans aux différentes activités est encourageante et plutôt élevée, compte tenu du bassin de population du Bas-Vallon (env. 4000 habitants). A noter que les marches, les cours et les conférences sont également fréquentés par des personnes plus jeunes que 65 ans.
 - Les marches sont bien fréquentées et ceci de façon stable. Les participants expriment le désir d'une augmentation du rythme.
A noter que 2 personnes bénévoles motivées, extérieures à la Commission du 3^e âge se chargent de choisir les itinéraires et de conduire le groupe.
 - Les cours donnés par une monitrice Pro Senectute sont également bien fréquentés. Les participants ont demandé un renouvellement de cours pour les années suivantes.
Une ouverture dans un autre village a été tentée avec succès.
Une coordination avec la Gym des aînés du village a été faite.
 - Les conférences et séances d'information sont les activités les plus difficiles à prévoir en terme de succès. Les thèmes choisis ont pourtant tous un lien avec la personne du 3^e âge.
Le temps (météo) semble avoir un impact important sur la fréquentation (jardinage au printemps, par ex.). A noter que certaines conférences ont malheureusement été organisées en même temps que la rencontre mensuelle des aînés de Péry.

- Les campagnes d'information ont été effectuées de différentes manières :
 - Annonce dans la presse locale (Echo du Bas-Vallon)
 - Inscription des cours dans le programme d'activités de Pro Senectute
 - Tout-ménage pour les +65 ans
 - Courrier adressé pour les +65 ans
 - Affichettes d'information placardées dans les « lanternes »
 - Affichettes d'information remises aux personnes lors de différentes rencontres (course des aînés organisée par les communes, rencontre des aînés de la Paroisse, etc)

Le courrier adressé est relativement onéreux pour un bénéfice moindre. Ce moyen n'a donc été utilisé qu'une seule fois.

L'expérience montre que la visibilité est la meilleure avec une implication active des membres et de leur réseau dans le passage de l'information (bouche-à-oreille), associée aux affichettes et annonces répétées dans l'Echo.

- Le guide des services a eu un écho favorable de la part des communes. Par contre, peu de retour de la part des personnes intéressées, malgré l'envoi par courrier et accompagné d'une lettre de la Commission.
- Les communes utilisent de façon inégales nos compétences : par exemple, dans un 1^{er} temps, seules quelques communes nous ont demandés de répondre (au nom des 6 communes) à un questionnaire en lien avec la politique du 3^e âge. Notre commission a probablement insuffisamment tenu informé les conseils communaux de nos actions et rappelé notre mandat (changement des conseillers communaux depuis 2007).

Bibliographie

Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale (SAP). (2004). *Politique du 3^e âge dans le canton de Berne. Rapport de planification et plan d'action pour la mise en œuvre des objectifs définis par le Grand conseil dans le cadre de la politique du 3^e âge 2005*

Romont, le 10 décembre 2013