

LE  
GRAND  
DÉBAT

# LONGÉVITÉ, OUVRONS LES POSSIBLES

---

**L'histoire de Pierre, 90 ans en 2044**

**Le Collectif "La Fabrique du Bien Vieillir 44"**

**Date d'envoi 15/05/2019**

LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES

## À QUELLE QUESTION DU GRAND DÉBAT SE RAPPORTE VOTRE CAHIER D'ACTEURS ?

- Question 1 - En soi**  
La longévité comme un projet de vie : quel choix pour chacun ?
- Question 2 - Chez soi et près de chez soi**  
Comment inventer un "chez soi" qui avance avec soi ?
- Question 3 - Avec les autres**  
Une longévité inclusive, égalitaire et citoyenne : à quelles conditions ?
- Question 4 - Autour de l'imaginaire**  
Imaginaire de longévité ouvrir de nouveaux possibles ?



Imaginez Pierre, 90 ans en 2044...il vous raconte l'histoire de ses 30 dernières années en Loire Atlantique et son arrivée à Nantes. Grâce à ce récit imaginaire, vous allez découvrir des initiatives nantaises innovantes qui œuvrent toutes autour du bien-vieillir et qui ont décidé de se réunir en collectif.

De l'habitat solidaire, des ateliers d'animation qui ont du peps, un service numérique de partage, de l'habitat partagé et/ou intergénérationnel, des grands-parents de cœur et de l'aide pour souffler en tant qu'aidant...ces nouvelles solutions s'adaptent au vécu des personnes dont l'âge augmente chaque année grâce à l'allongement de l'espérance de vie !

## LES AUTEURS ET LES CONTRIBUTEURS (champ obligatoire)

**La Fabrique du Bien Vieillir 44** est un collectif qui regroupe des structures qui œuvrent autour du bien vieillir en Loire-Atlantique et partagent les mêmes valeurs : **audace, engagement, bienveillance**  
Agitateurs d'idées, le collectif et ses membres innovent pour accompagner les différentes formes de longévité

**Principes fondateurs du collectif :**

- Valorisation des approches novatrices qui s'adaptent à la longévité des individus
- Mutualisation de compétences et de moyens des structures membres
- Coopération des structures membres et des seniors pour créer des passerelles avec les institutions et les autres acteurs locaux (faire-ensemble)
- Réflexion sur l'évolution des attentes et besoins des seniors (d'aujourd'hui et de demain) pour être force de proposition auprès des institutions

**Benevolt** est une plateforme web qui met en relation des retraités actifs avec des associations pour des missions de bénévolat

**Chauffe Citron** propose des rendez-vous culturels inédits. À chaque séance, découvrez un sujet mystère et entraînez votre mémoire. Il n'y a pas d'âge pour être curieux

**Habitat et Humanisme** agit en faveur du logement comme vecteur de réinsertion, de diversité sociale et de réconciliation entre l'humain et l'urbain

**Le temps pour toiT** met en œuvre la cohabitation intergénérationnelle. Elle met en relation des « hébergés » (étudiants, salariés) avec des « hébergeurs » (seniors, familles) lors d'un échange « un toit contre une présence »

**Loki Ora** accompagne les seniors qui ont choisi de partager un logement en colocation dans un esprit d'échange et de solidarité tout en conservant leur indépendance au sein du collectif

**Manou Partages** : facilitateur de lien social entre les générations pour contribuer au développement et à l'équilibre de chacun par la transmission des savoirs et des richesses composantes des parcours de vie

**Votre Second Souffle** prend le relais des proches aidants de 3h à 48h (jour et/ou nuit) au domicile par un professionnel unique

**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

Je m'appelle Pierre. Je prends la plume car je voudrais vous raconter mes 30 dernières années. Nous sommes en mai 2044. Demain, je fête mes 90 ans.

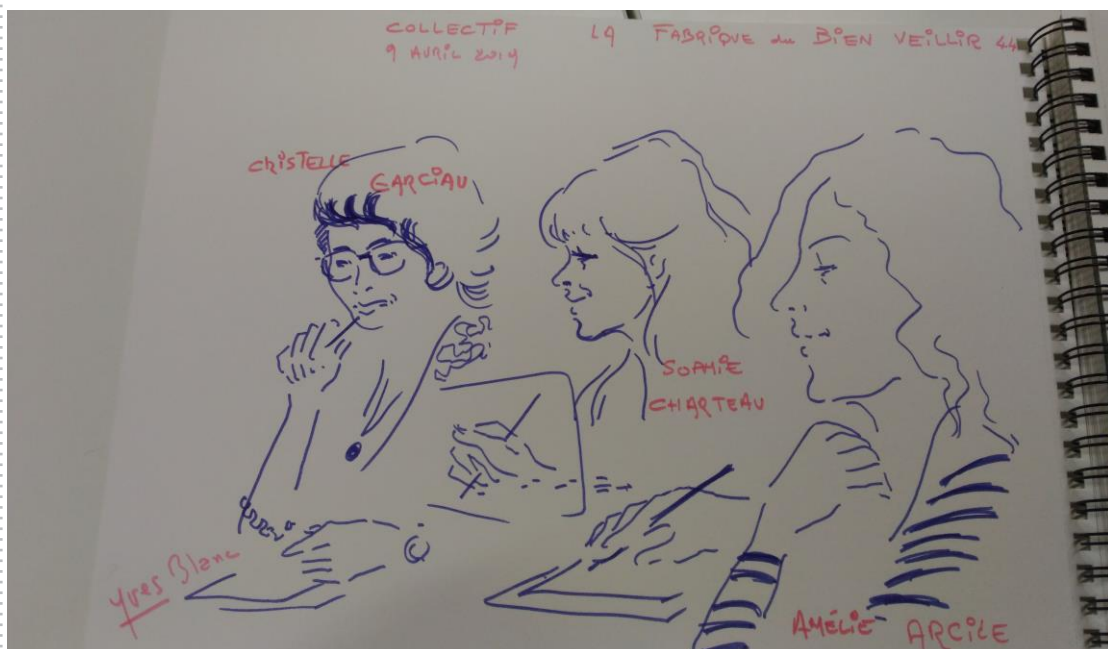
Tout a commencé à l'aube de la soixantaine. J'apprends qu'un plan social se profile aux chantiers navals de Saint-Nazaire. De rendez-vous RH en consultations syndicales, je finis par accepter de partir avec pour projet de me relocaliser à Nantes, ma ville natale. Ma réinstallation nantaise se révèle compliquée. Mes difficultés professionnelles sont à l'image du reste de ma vie à ce moment-là. Logement, famille, loisirs et même mes copains de Saint-Nazaire, tout semble s'éloigner de moi. Mon petit-fils reste un vrai rayon de soleil ! Mais lui et ma fille me semblent si loin dans leur exploitation lozérienne. Je me dis parfois que c'est une période que je préférerais oublier. Et pourtant...

Après quelques mois de difficultés, je suis orienté vers **Habitat et Humanisme** qui me propose un logement. C'est une vraie bouffée d'oxygène ! Leur accompagnement porte ses fruits et je reprends du poil de la bête.

Je me souviens de ce jour d'automne. Je commençais à me sentir bien dans mon nouvel appartement. Je voulais donc en profiter pour sortir, me faire plaisir, rencontrer des gens. Me trouver un loisir en quelques sortes.

Les hasards sont bien faits car je reçois dans ma boîte aux lettres une invitation à une nouvelle activité proposée par Habitat et Humanisme : des ateliers culture et mémoire appelés **Chauffe Citron**. À chaque séance, un sujet mystère à découvrir ! Ma curiosité a été piquée au vif.

Les ateliers ont lieu à deux pas de chez moi. Le jour J, je m'y rends avec un peu d'appréhension. Je suis accueilli par l'animatrice. Elle me met à l'aise en me disant qu'il n'y a pas besoin de s'y connaître en culture pour participer. Une astuce : être bien attentif pendant la séance. Car on va faire « chauffer son citron » !



**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

Cinq minutes plus tard, me voilà assis confortablement au deuxième rang, entouré de Jeanne à ma droite et Anatole à ma gauche. Nous commençons par une énigme... Je rebondis sur une idée de Jeanne et à ma grande surprise, je trouve la réponse ! Nous rigolons bien et l'atmosphère se détend instantanément.

Je repars avec la date de la prochaine séance et une invitation à prendre un café avec Jeanne.

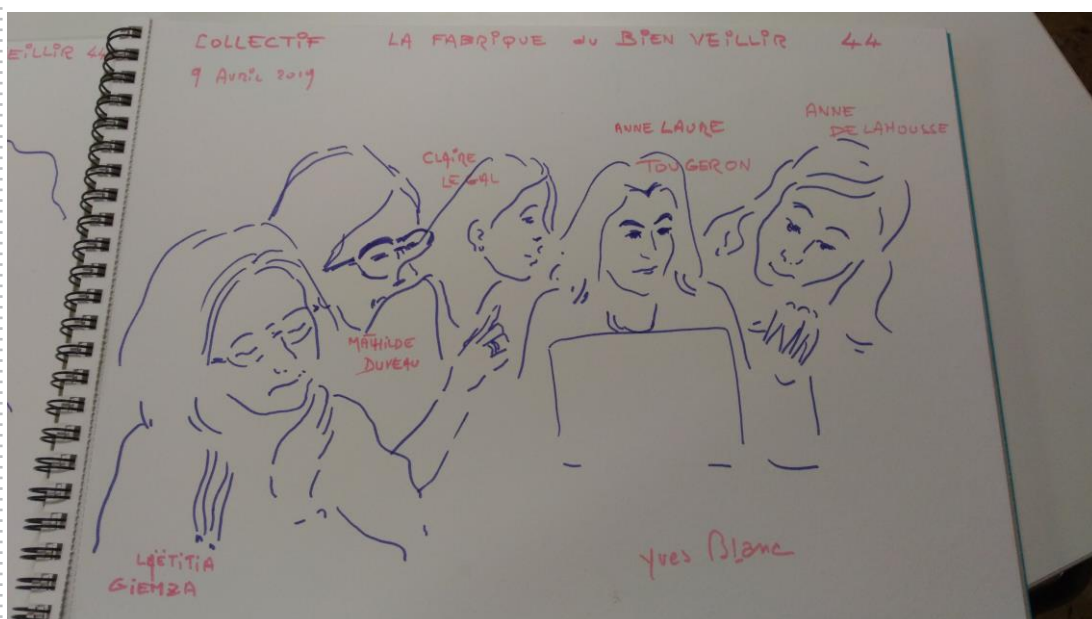
\*

Jeanne a 65 ans. Elle me raconte qu'elle vient de prendre sa retraite après une belle carrière d'institutrice. Elle s'est mise à la poterie et réapprend l'anglais. Elle a aussi eu envie de se rendre utile et de transmettre son goût pour la lecture et l'apprentissage.

Sur internet, elle a découvert **Benevolt**, une plateforme qui lui permet d'être contactée par des associations pour des missions de bénévolat en rapport avec ses envies et ses disponibilités. Elle m'indique qu'il lui a suffi de quelques clics pour créer un profil et poster des propositions de bénévolat !

Quelques temps après, elle a été contactée par une association pour animer tous les mardis après-midi un atelier de lecture auprès des enfants de primaire, dans l'école de son quartier. En recherchant sur le site, elle a vu qu'une autre association cherchait des bénévoles pour encadrer des personnes en réinsertion professionnelle. Elle a pris contact avec eux sur la plateforme web. Depuis, elle aide l'association et transmet ses compétences avec plaisir car elle voit que son aide porte ses fruits !

Cette solution lui convient parfaitement et lui permet de rester disponible pour son mari. J'apprends qu'il a fait un AVC quelques mois plus tôt... « Tu sais Pierre, même s'il a bien récupéré, il a besoin d'une présence rassurante et stimulante. »



**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

Malgré cette épreuve, Jeanne a pu conserver ses engagements grâce à **Votre Second Souffle**. Cette association vient en aide aux proches aidants et prend leur relais de jour comme de nuit au domicile. Jeanne m'explique que la responsable l'avait accueillie avec une attention toute particulière. Dans la foulée, un rendez-vous au domicile a été pris pour évaluer les besoins auprès de son mari.

Dans un mois, une professionnelle interviendra pour permettre à Jeanne de partir pour le mariage de sa filleule dans le sud de la France. « Tu te rends compte Pierre ? Je ne suis pas partie en weekend depuis l'accident de mon mari ! Dire que je n'ai pas pu revoir ma famille depuis... Alors là, pouvoir partir tout un weekend en confiance car Votre Second Souffle a bien compris nos besoins, c'est génial. »

Elle fera certainement appel à eux pour prendre un après-midi ou une journée ponctuellement avec ses copines. Car même si ses actions de bénévole ou avec Chauffe Citron sont de vraies bouffées d'oxygène, prendre du temps rien que pour elle, elle aimerait...

Notre café a déjà duré deux bonnes heures. Jeanne va bientôt partir : avant de rentrer chez elle, elle doit passer chez sa maman lui déposer ses courses hebdomadaires.

« Il y aura certainement la jeune étudiante que Maman héberge depuis septembre dernier. » Cette jeune femme de 21 ans originaire de Bretagne a réussi le concours de professeure des écoles. Elle été affectée à Nantes. La semaine, elle est donc logée chez la maman de Jeanne, de soixante-dix ans son aînée !

Commençant à se lever pour partir, Jeanne m'explique : « Tu sais Pierre, Maman commençait à se sentir isolée seule dans sa grande maison. Elle connaît bien Nantes et souhaitait partager son expérience au quotidien. Elle sait aussi que cela nous rassure de savoir qu'elle n'est pas seule le soir. Et s'il lui arrive quelque chose, l'étudiante est là ! »



**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

Cela est possible grâce à **Le temps pour toiT**. L'association a proposé aux deux intéressées de se rencontrer pour partager leur quotidien dans une logique d'entraide réciproque. L'étudiante était prête à donner un peu de son temps en échange de l'accueil chez la maman de Jeanne. Le temps pour toiT va les accompagner tout au long de la cohabitation et offrir des garanties.

Avant de franchir le seuil, Jeanne me glisse : « La cohabitation se passe extrêmement bien ! Je suis rassurée de savoir que ma mère n'est plus seule le soir et heureuse de les voir si complices. Allez, en parlant d'elle, je m'en vais la retrouver ! »

Dès le départ de Jeanne, je saute dans un bus pour retrouver Anatole pour dîner. Depuis le jour des ateliers culture et mémoire, nous étions aussi devenus amis !

Un jour d'avril, Anatole m'emmène à une causerie sur les nouvelles façons d'habiter. Nous y rencontrons l'association **Loki Ora** qui présente la colocation entre seniors. Nous sommes interpellés, enthousiasmés même.

Après deux ans avec Habitat et Humanisme, je me sens capable d'assumer mon propre logement. Donc pourquoi pas la colocation ? Avec Anatole, nous décidons de nous inscrire à la prochaine session de rencontre et de constitution des colocations. Ce sera drôle d'habiter avec lui.

Un matin de mai, nous nous rendons au premier atelier. Je me souviens que la coach Loki Ora nous accueille chaleureusement. Notre petit groupe de colocataires, avec Anatole bien entendu, s'est assez vite dessiné.

Je suis vraiment content maintenant d'avoir de la compagnie tous les jours. Nous aimons nous retrouver tous les quatre, entre colocataires, à 10h, pour notre café quotidien. Cette coloc' nous a donné des ailes. Nous sommes tous occupés à nos activités le reste de la journée. Le mercredi je m'arrange pour ne pas rater notre repas en commun autour du poulet au citron d'Anatole. Je m'installe ensuite dans le salon pour lire mon journal et me laisser bercer par le son de la musique d'Anatole et son petit-fils.



**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

Mais une question trotte dans ma tête. Un mercredi, je lui demande : « Comment ton p'tit-fils peut-il venir te voir si souvent en habitant au Canada ? ». Anatole de me répondre : « Pierre, mon petit-fils est bien loin, mais tous les mercredis, c'est mon petit-fils de cœur qui vient à la maison ! ». P'tit-fils de cœur, comment ça ?

Anatole m'explique qu'il y a deux ans, il est devenu papi de cœur au sein d'une famille qui habite à quelques pas de chez nous. Cela grâce à l'association **Manou Partages**. Le fils d'Anatole vivant à l'étranger, il le voit rarement. Il avait le sentiment de ne servir à rien. Jusqu'au jour où il lit cet article de presse : « Et si vous deveniez mamie ou papi de cœur ? ». Ce serait l'opportunité pour lui de transmettre sa passion pour la musique. Il a contacté Manou Partages et tout a commencé.

De mon côté aussi mon petit-fils est loin. Pourtant, j'aimerais bien continuer à vivre ces moments de complicité en famille, faire découvrir de nouvelles choses aux plus jeunes. J'ai donc aussi rencontré Manou Partages. Nous avons fait le point sur mon projet, mon futur rôle de papi de cœur. Quelques semaines plus tard, je rencontrais une maman qui élève seule sa fille Calie. Depuis, tout se passe à merveille, cette mise en lien nous apporte beaucoup à tous.

\*

En cette veille de mon quatre-vingt-dixième anniversaire, c'est un réel plaisir pour moi de me remémorer tous ces souvenirs. Je pourrais d'ailleurs aussi vous parler des initiatives qui ont émergé ces dernières années...

Mais attendez, on sonne à la porte ! C'est sûrement Calie qui a maintenant bien grandi. Elle vient m'annoncer une nouvelle. Je vous laisse car la curiosité m'appelle !

**La Fabrique du  
Bien Vieillir 44**

**LONGÉVITÉ,  
OUVRONS  
LES**

**INDIQUEZ ICI VOS COORDONNÉES PRÉCISES, pour que nous puissions vous contacter :  
nom, prénom, mail, téléphone (champs obligatoires)**

Coordonnées :  
Sophie Charteau (Manou Partages)

Coordonnées  
06 85 71 18 74

Coordonnées  
[lafabriquedubienvieillir44@gmail.com](mailto:lafabriquedubienvieillir44@gmail.com)

Coordonnées

Coordonnées

Coordonnées

*Cette page n'est pas rendue publique pour les internautes lors de la mise en ligne sur le site du grand débat, elle est conservée uniquement pour les archives de Nantes Métropole.*

---

## MERCI DE VOTRE PARTICIPATION

Pour contribuer et suivre l'actualité du débat :

**[metropole.nantes.fr/grand-debat](http://metropole.nantes.fr/grand-debat)**

Pour plus d'informations  
[contactgrand-debat@nantesmetropole.fr](mailto:contactgrand-debat@nantesmetropole.fr)