

Ville de Nyon



**Forum des seniors  
2019**

# La démarche participative du Forum des seniors

## Pourquoi un Forum des seniors?

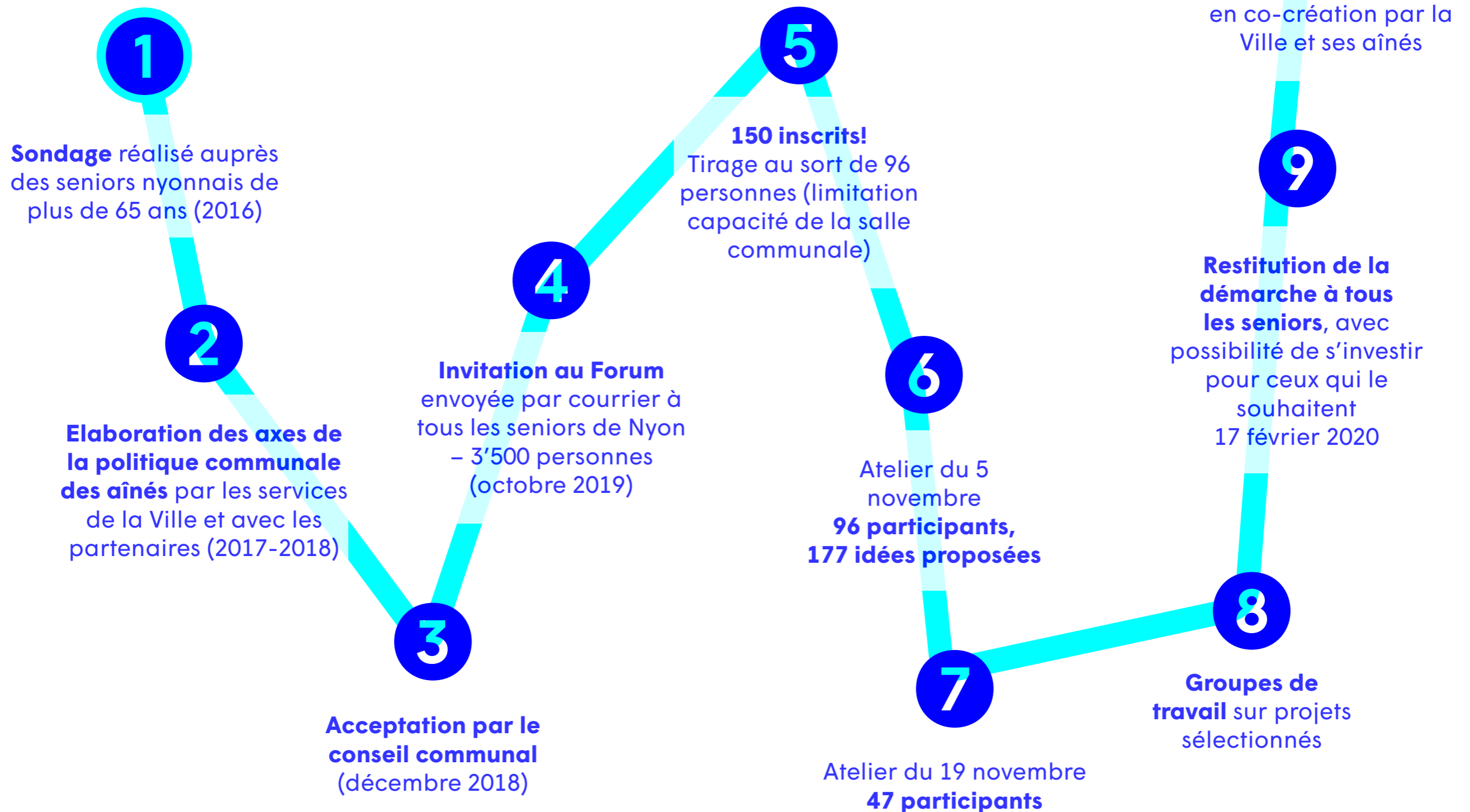
L'objectif du Forum des seniors est de **co-construire certains axes de la politique communale des seniors** avec eux. Il s'inscrit dans les démarches participatives de la Ville de Nyon, qui visent à impliquer la population dans la politique de la ville.

## Sur quels thèmes?

La politique des aînés s'articule autour des **7 axes suivants**, dont certains font partie du Forum des seniors:

- ① Participation sociale, respect et inclusion ;
- ② Participation citoyenne ;
- ③ Information et communication ;
- ④ Logement et maintien à domicile ;
- ⑤ Santé ;
- ⑥ Transports et mobilité ;
- ⑦ Espaces extérieurs et bâtiments publics.

# Comment s'articule cette démarche?



# Les résultats de l'atelier du 5 novembre

**96 participants**, âgés de **64 à 85 ans**

→ 16 sous-groupes de 6 personnes,  
travaillant sur différents thèmes et défis

**177 idées générées**, autour des thèmes suivants:

- Participation sociale
- Respect et inclusion (32 idées)
- Information et communication (21 idées)
- Santé (62 idées)
- Mobilité espaces extérieurs et bâtiments publics (62 idées)

**Parmi ces 177 idées, un tri a été effectué en prenant en compte le périmètre, les votes des participants et la faisabilité.**

# Les idées hors périmètre. Pourquoi ?

**Certaines idées proposées ne rentrent pas dans le cadre de cette démarche participative pour les raisons suivantes:**

→ La Ville de Nyon n'a pas de moyen d'action sur ces sujets car ils dépendent d'autres institutions (Canton, Confédération, associations...)

→ Les idées exprimées sont trop vagues ou trop larges et du coup il est difficile d'impliquer des seniors de manière concrète pour les mettre en œuvre

→ Les idées existent déjà et sont portées par des acteurs

→ Les idées exprimées sont des situations individuelles, pour lesquelles une réponse individuelle doit être apportée dans le cadre des dispositifs déjà existants

*Pour autant, même si ces idées ne rentrent pas dans la suite de la démarche participative, elles sont quand même prises en compte de manière appropriée.*

# Les idées proposées pour lesquelles la Ville de Nyon n'a pas de moyen d'action. Les sujets dépendent d'autres « institutions »

- Avoir accès à des vacances communes dans une structure adaptée pour sa femme dépendante – (services proposés par Pro Infirmis ?)

## • Diminution des primes d'assurance - (décision prise au niveau fédéral)

- Contrôle médical annuel gratuit à l'hôpital - (Canton)

## • Permanence médicale (CMC fermé) – (relève du Canton. Garde des médecins déjà existante)

- Plus de facilité dans le traitement des horaires médicaux. Va et vient assurance médecin - (Canton/Confédération)

- Mise en danger sur les traitements (somnifère en self service à volonté). Meilleur contact infirmière et médecin + CMS – (Canton/Confédération)

- Médecins qui se déplacent – (Canton)

## • Correspondance entre train et bus: améliorer les horaires des bus et des trains au départ de la gare + le week-end - (Confédération)

- Garder les guichets ouverts (ex. à la gare) - (CFF, Poste, etc.)

# Les idées proposées qui sont **trop vagues** ou **trop larges** et pour lesquelles il est difficile d'impliquer des seniors de manière concrète pour les mettre en œuvre.

- Il faut du bénévolat pour faciliter la vie

## • Il faut **BOUGER**

- Améliorer la mobilité
- Etre enthousiastes avec la commune, participer un peu à des activités bénévoles
- Aide à domicile (repas, toilette)
- Nouveaux bâtiments trop près l'un de l'autre et style «ghettos» et «bunkers »
- En périphérie perte d'espaces verts entre les «bunkers» modernes. Plus d'endroits vers pour les enfants
- S'informer des désirs et intérêts capables de motiver

## • **Tenir compte des possibilités physiques et mentales des participants**

- Maintenir des contacts avec ses amis et la famille
- Mettre 100 francs par mois de côté
- Discuter avec les voisins/avec sa colocataire
- Utiliser l'informatique pour prendre des contacts
- Prolonger l'activité professionnelle tant que nous en avons la capacité!
- Relever les centres d'intérêts du senior

# Les idées exprimées sont des situations individuelles, pour lesquelles une réponse individuelle doit être apportée

## • Faire appel, oser demander de l'aide aux associations

Pro Senectute, etc. Trop dur de porter tout ça sur son épaule.

- En cas de solitude et d'isolement, faire appel à une aide extérieure afin de lui dégager du temps libre «dans sa tête »

## • Déménager en Espagne auprès de ses frères et sœurs.

En revanche, ses enfants qui rendent visite lorsque chaque occasion possible

- Diminuer pour arrêter consommation d'alcool, trouver un groupe de discussion
- Faire partie d'une organisation de gens marginalisés

- Reprendre de l'activité sportive
- Suivre un cours ou prendre un tuto
- Choisir 1 messagerie simple à utiliser + guide utilisateurs ou messageries instantanées
- S'abonner dans le café du quartier
- Impliquer Sophie dans une organisation ayant pour but l'intégration dans un mouvement social visant les seniors



# Les idées qui **existent déjà** et sont portées par des acteurs (Ville ou autres)

- Avoir un espace de jour pour alzheimer, etc. (en cours de réflexion et solution dans EMS en attendant)

- Restaurants qui livrent à domicile (il y en a, voir avec le CMS)

- **Organisation plan canicule**

- **Problème déchets dans son secteur: service communal pour personnes handicapées concernant les déchets à domicile/ramassage**

- Problème diminution des ordures ménagères (éloignement éco-point). Service communal supplémentaire de passage devant la porte pour les PMR

- Contrôle/Respect des règles (feux rouges, passage dans les zones piétons) -> sanction – (Police)

- Renforcer le contrôle et amender davantage sur la Rue de la Gare (police)

- Quartiers solidaires

- Maison de quartier

# Idées hors périmètre mais à faire remonter par la Ville

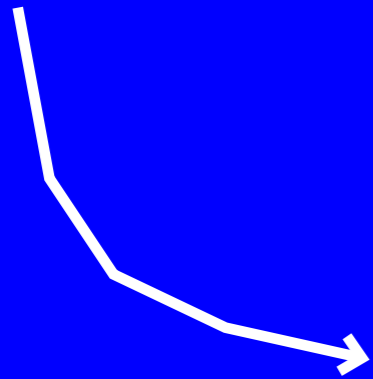
- **Parking de Martinet : Escaliers trop étroit ou inutile pour les handicapés, poussettes. Valises, béquilles, chariots, etc.**

- Besoin d'une rampe depuis le parking jusqu'à la gare côté nord ou prolonger l'ascenseur sur un étage de plus depuis le NStM.
- Cartes gratuites des TPN pour les seniors
- Les appartements doivent être accessibles avec une structure accueillante/de sécurité

- **Création d'appartements protégés**

- Création de plus de maison de quartier en vieille ville par ex.

# Les idées dans le périmètre. Pourquoi?



Parmi toutes les idées proposées, **un grand nombre font partie du périmètre de la démarche participative** du Forum des seniors:

→ Elle sont dans le **champ d'action possible** au niveau de la Ville de Nyon

→ Il est **possible de créer des petites équipes de seniors** autour de ces sujets pour les concrétiser

*Ces idées ont été regroupées en 9 macro-idées*

# Macro-idée ①

## Organiser des activités sportives collectives suivies d'un moment convivial

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES:

- Organiser les **activités sportives collectives** suivantes pour faciliter le contact et s'encourager mutuellement (motivation): tennis de table, badminton, nordic walking, rythme, balade, piscine couverte avec 1 ligne réservée aux nageurs tranquilles, gym collective, gymnastique pour le dos, marche douce
- Créer un **défi collectif** auquel plusieurs seniors participent: marcher au moins 800 pas par jour
- Organiser des **cours de «stimulation» du cerveau**
- Organiser une **dégustation** après les cours ou les activités, tous ensemble
- Organiser la **réservation d'un endroit abrité** pour des activités sportives ou ludiques: une halle de sport, selon les horaires disponibles
- **Rédiger un texte** qui présente de manière attractive l'activité proposée

# Macro-idée ②

## Mettre en place un réseau d'entraide bénévole pour venir en aide à domicile et/ou un réseau d'échanges de services

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES:

- Organiser des **lectures à domicile**
- Mettre en place un **réseau d'entraide pour soulager de manière occasionnelle les proches aidants** (par exemple en cas de conjoint dépendant)
- Créer des **bénévoles de transport** (une personne s'engage pour un groupe restreint de personnes à mobilité réduite) et le communiquer efficacement (par exemple dans Journal de Nyon tout ménage)
- Organiser un **transport en bus pour toutes les personnes à mobilité réduite**
- Organiser des **rencontres entre bénévoles en bonne santé** pour s'occuper des personnes qui ne peuvent plus sortir seules, etc.
- Mettre en place une **astreinte téléphonique** pour appeler à heure fixe les personnes à risque
- Créer un **réseau d'aides entre amis et voisins**
- Mettre en place un **système «nez rouge» comme à Noël** mais toute l'année
- Créer un **réseau de co-voiturage**
- **Organiser de manière collective les déplacements** tables d'hôtes
- Créer une manière d'**Informerses voisins en cas de changement** (ligne de bus, etc.)
- Trouver **une personne au service d'une autre**
- Mettre en place une **aide à domicile/ accompagnement**
- Créer un **partenariat avec des écoles** pour participer à des activités avec des classes pour faire des échanges intergénérationnels
- Former une **équipe de premier contact**. Faciliter le contact entre cette équipe et le senior.

# Macro-idée ③

## Organiser des activités culturelles / artistiques collectives suivies d'un moment convivial

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Organiser une **sortie jeux (bridge) ou chant** par semaine
- Mettre en place des **après-midi sorties en bus** pour seniors
- Organiser des **chorales** pour chanter avec les gens
- Organiser et proposer des **rencontres ou sorties en groupe**: balade, voyage en bus/train, avion hors saison
- Organiser plus de **rencontres «repas»** pour des échanges divers et (y compris repas communautaires)
- Organiser des **thés dansants**
- **Présentation attractive** de l'activité
- Former des **équipes de jardinage intergénérationnelles** pour les potager en carré
- Créer des **clubs d'échanges, de jeux, de discussion thématique**, etc.
- Organiser des **sorties (théâtre, cirque, cinéma, etc.) avec une organisation de transport**
- Améliorer l'**offre des colis de Noël**

# Macro-idée ④

## améliorer l'offre de cours/conférences/ateliers liés à l'informatique

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Organiser des **cours d'informatique** et ou d'initiation à l'informatique
- Mettre en place une manière d'**informer les seniors des risques liés aux réseaux sociaux**
- **Mettre à disposition des ordinateurs** et donner des formations sur le numérique (et informer des lieux où se trouvent les ordinateurs)
- Proposer différentes **rencontres thématiques**

# Macro-idée ⑤

## créer une carte senior pour des avantages sur les activités

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Créer un **abonnement offert** pour une activité culturelle ou sportive, en prenant contact avec des partenaires intéressés
- **Faciliter l'accès à des abonnements**, par ex. bus, CFF, CGN, théâtre, concerts



# Macro-idée ⑥

**mettre en place une centralisation des informations afin de pouvoir répondre aux questions des seniors et les orienter**

## **IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES:**

- Prendre contact avec le **Journal de Nyon** tout ménage pour améliorer la communication des informations pour les seniors
- Mettre en place un **centre d'appel** pour répondre à toutes les questions et aiguiller vers un spécialiste (contact direct ou par téléphone). Géré éventuellement par des seniors
- Créer un **groupe qui rassemble et communique les informations susceptibles d'intéresser les seniors**
- Penser à la **dimension multilingue** dans la transmission des informations

- **Implémenter un lieu** de rencontre + affichages + informations pour toutes les générations + accès internet
- **Informations à prendre en compte :**
  - associations partenaires pour aider sur différents sujets
  - liste des activités existantes
  - planning des sorties prévues
  - présentation des associations qui existent à Nyon
  - des activités récréatives (chant, danse, etc.)
  - promenades dans la région organisées périodiquement et communiquées par la Ville
  - liste hebdomadaires avec les tables d'hôtes

# Macro-idée 7

## créer une lettre d'information destinée aux seniors

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Créer **une lettre envoyée à une fréquence régulière** (format papier et/ou digital), qui regroupe les informations destinées aux seniors: activités associatives, contacts, présentation des associations, des activités récréatives (chant, danse, etc.), promenades dans la région organisées périodiquement et communiquées par la Ville, informations venant de divers lieux et classes d'âge, liste hebdomadaire avec les tables d'hôtes
- Créer un **répertoire des adresses email** des seniors afin de diffuser une information ciblée à leur intention
- Penser à la **dimension multilingue** dans la transmission des informations

# Macro-idée ⑧

## créer un site web spécifique pour les seniors ou l'intégrer dans la refonte de nyon.ch

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Mettre en place **des informations dédiées pour les seniors sur le site internet**: associations, activités, manifestations, santé
- Créer **un site complet** qui reprenne toutes les problématiques qui touchent les seniors
- Créer des **séquences audio-vidéos** pour seniors à intégrer sur le site internet
- **Simplifier la navigation sur nyon.ch** pour les seniors
- Structurer toutes les informations pour les sujets d'intérêt sur web. **Assembler les intérêts par les seniors sur web**. «Push» à chacun pour avoir les informations via SMS, email, etc.
- **Rassembler des informations** venant de divers lieux et classes d'âge
- Penser à la **dimension multilingue** dans la transmission des informations

# Macro-idée 9

## créer un groupe qui fait des propositions et qui est consulté sur la mobilité et les espaces publics

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- Organiser un **transport en bus pour toutes les personnes à mobilité réduite**
- **Bus qui fasse Route de St Cergue**
- Créer une **ligne de bus horizontale** dans la ville
- Ligne de **bus électrique comme Uber**
- Petits "**bus navettes**" (électrique) entre Rive et le Centre Ville (jusqu'à la poste)
- **Places de stationnement** pour les habitants
- Petit **train touristique** (visite de Nyon) : remplacer le moteur diesel polluant par un tracteur électrique. En effet, les touristes partent de la ville avec une mauvaise impression
- Accessibilité des **bus en cas de neige** ou de gel
- **Cimetière** = parc à voiture pendant la brocante. Mieux régler le stationnement pendant la brocante
- Acheter dorénavant des **bus électriques**
- Pour les personnes ayant une faible vue/aveugle: **Feux clignotants de nuit** dès 19h à 20h, **Feux piétons avec sonorisation**
- **Piétons chamboulés par les cyclistes**, trottinettes, etc. sur les trottoirs: Séparation/signalisation claire (marquage)
- **Education des cyclistes**
- Installer un **abri-bus** protégé à l'arrêt de bus direction gare
- Difficulté de circuler pour personnes malvoyantes ou âgées sur la **Rue de la Gare** (cohabitation cycliste)
- Plus d'**abris-bus** à Nyon
- Accès facilité dans les bus
- Plus de **transports publics le soir + week-end**
- Création d'abris-bus avec **bancs** à tous les arrêts
- Installer des bancs supplémentaires aux arrêts de bus et les réserver aux PMR (et/ou âgées)
- Créer un **transport taxi-vélo** pour les seniors et PMR
- **Mini-bus**. Collaboration avec des taxis (possibilité d'abonnement)
- Voirie: faire en sorte de **libérer les passages pour piétons**
- **balades diagnostiques**
- Pas assez de **places pour mobilité douce**, place piéton souvent envahie par les cyclistes

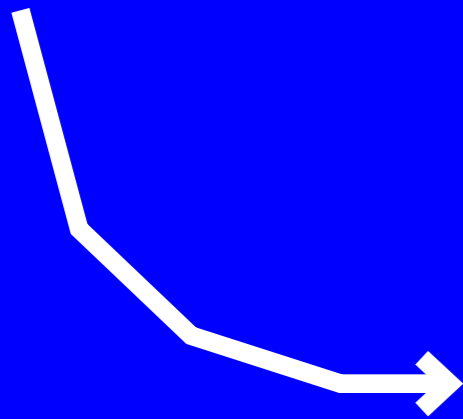
# Macro-idée bis

## Créer un groupe consultatif d'usagers experts qui fait des propositions sur la mobilité et les espaces publics

### IDÉES DÉTAILLÉES PROPOSÉES :

- **Trottoirs accessibles** en "voiturettes", en poussettes/enfants, en chaises roulantes
- **Bancs publics et abris aussi dans le haut de la ville**
- Construire des **parkings**
- Equipement **WC publics** aussi dans les hauts de la Ville
- **Verdures** dans le plan de quartier à exiger (grands arbres seront remplacés par des petits arbres!!!)
- Aménagement **arbres/verdure** dans les nouveaux quartiers
- Faire un **"kiosque à musique"** dans l'amphithéâtre
- Ajouter des **bancs** partout
- Clôturer les **places de jeux des enfants**
- Développer le **marché du samedi**
- Nouveaux quartiers: créer plus d'espace et de meilleures formes de bâtiments
- Eviter le **gravier** et le bois et favoriser la verdure pour éviter les îlots de chaleur
- Avoir des **trottoirs** plus adaptés pour les PMR
- Avoir plus de **verdures** entre les bâtiments
- Création de **"promenades" dans les hauts de Nyon** pour "sortir" du béton omniprésent des constructions.
- Trouver de **l'ombre sur la terrasse du château:**
- Il faudrait **replanter des arbres pour faire de l'ombre**. Surtout important pour les seniors pour se reposer un moment du stress de la ville
- **Bibliothèque** mal logée pour les seniors (pas d'ascenseurs; heures d'ouverture trop limitées)

# La suite de la démarche et l'état d'esprit pour l'atelier d'aujourd'hui



**Le but est de créer des équipes autour d'idées à concrétiser.** Ces équipes seront constituées en fonction des envies de chacun, selon les sujets.

**L'objectif est que ces groupes soient autonomes pour mettre en place les idées qu'ils auront choisies. La Ville fournira un soutien selon leurs besoins.**

La suite de la démarche du Forum des seniors est donc une **phase de concrétisation de projets**. Ces projets seront portés par des seniors qui ont envie de s'impliquer sur des sujets qui leur tiennent à cœur.