



*Commune de Cugy*

*Concept communal  
en faveur*

*des Seniors 2022 - 2026*

*Propositions et plan de mesures*



*Le développement  
personnel*

*Soins et  
accompagnement*

*La vie associative  
et communautaire*

*L'information et la  
Communication*

*Les infrastructures,  
l'habitat et  
les services*

## Table des matières :

1. Introduction
2. Une politique communale de la vieillesse : une nécessité
3. Le cadre législatif de Senior+
4. Les objectifs de Senior+
5. Les domaines d'intervention de Senior+
6. Etat des lieux et **plan de mesures par domaine d'intervention**

<b>1. Introduction</b>
------------------------

La Commission Seniors, dénommée le Conseil des Seniors de Cugy (le CdS), a été constituée en mars 2022 dans le but d'élaborer un concept communal visant à améliorer la qualité de vie des aînés dans plusieurs domaines d'intervention définis.

### Le Conseil est composé de :

1. Charly Haenni, président
2. Alex Glardon, conseiller communal, vice-président
3. Roger Ansermet
4. Marlyse Bangerter
5. Jacques Bersier
6. Dominique Egger
7. Rafaëlle Mascarò
8. Nikki Overney, représentante du Conseil général
9. Ernest Veth
10. Sylvie Marchon, secrétaire

Le conseil des Seniors est placé sous la responsabilité du Conseil communal, respectivement de **M. Alex Glardon**, conseiller communal en charge du dicastère finances/santé/social et vice-président du Conseil.

Ce concept communal constitue une feuille de route pour la mise en œuvre concrète de mesures en faveur des seniors de la Commune. La stratégie adoptée par le Conseil des Seniors se base sur une évaluation des besoins, un état des lieux de la situation existante, un catalogue de propositions et un plan de mesures.

### Le Concept Senior+ de la Commune de Cugy vise à :

- favoriser le maintien à domicile le plus longtemps possible ;
- conserver une bonne santé mentale et physique ;
- garder l'autonomie ;
- éviter l'isolement, en participant régulièrement à la vie associative et culturelle ;
- améliorer l'information et le soutien administratif aux aînés(es), développer l'échange et le partage de connaissances ;
- favoriser l'accessibilité des espaces extérieurs et des bâtiments publics pour tous les seniors indépendamment de leur degré de mobilité.

## 2. Une politique communale de la vieillesse : une nécessité

Avec le déploiement de la politique Senior+ de notre canton, les districts et les communes se sont vu confier de nouvelles responsabilités et compétences dans ce domaine. La loi sur les seniors (LSen) précise que les communes doivent élaborer des concepts communaux et des mesures concrètes en faveur des seniors.

Les contours du vieillissement :

- L'évolution démographique dans le canton de Fribourg, à l'instar de l'évolution que connaissent la majorité des pays industrialisés et la Suisse, va dans le sens d'une forte augmentation de la proportion des seniors.
- L'augmentation de l'espérance de vie se traduit aussi par une coexistence prolongée des générations et donc par une société à quatre générations qui ont des besoins, des attentes et des comportements qui peuvent être très différents.
- Le prolongement de la vie est un fait positif dans notre société, mais il implique aussi des actions planifiées et une véritable stratégie afin de répondre aux défis posés par la situation à venir. Les pouvoirs publics, les prestataires publics, parapublics, privés, les familles, les proches, les bénévoles et les seniors ont un rôle à jouer dans cette perspective.
- Le vieillissement a des conséquences sur la santé. Cet impact peut être différent d'un individu à l'autre, selon leur profil socio-économique, leurs comportements et leur héritage génétique.
- L'environnement global de la personne âgée peut également avoir un impact en finalité sur son état général, ainsi que sur son inclusion sociale. Les communes ont donc une influence potentielle sur la qualité de celui-ci.
- Entre 2010 et 2035, les projections statistiques tablent sur un doublement de la population des personnes de 65 ans et plus.

**Augmentation du nombre de personnes de 65 ans et plus :**

**Canton de Fribourg**

<b>2013 :</b>	<b>43'482</b>	<b>2035 :</b>	<b>85'956</b>
---------------	---------------	---------------	---------------

soit une augmentation de 97 %

**Le nombre de personnes de plus de 80 ans va passer de 24,4% à 29% durant cette même période.**

**District de la Broye**

<b>2020 :</b>	<b>5'300</b>	<b>2035 :</b>	<b>9'200</b>
---------------	--------------	---------------	--------------

Pour ce qui concerne notre Commune, nous comptons à ce jour 300 personnes de plus de 65 ans, 70 octogénaires et 8 nonagénaires.

### 3. Le cadre législatif de Senior+

La nécessité de développer une politique en faveur des personnes âgées ressort tout d'abord de la Constitution du canton de Fribourg du 16 mai 2004. Les articles suivants ont en effet permis de poser le cadre du développement et de la mise en œuvre de cette politique dans le canton :

- Les personnes âgées ont droit à la participation, à l'autonomie, à la qualité de vie et au respect de leur personnalité (art. 35 Cst).
- L'Etat et les communes favorisent la compréhension et la solidarité entre les générations (art. 62 Cst).
- L'Etat s'emploie à la promotion de la santé et veille à ce que toute personne ait accès à des soins de qualité égale (art. 68 Cst).

La loi sur les seniors (LSen), la loi sur les prestations médico-sociales (LPMS), la loi sur l'indemnité forfaitaire (LIF), ainsi qu'un programme cantonal multisectoriel constituent le cadre général posé par le projet Senior+.

### 4. Les objectifs de Senior+

L'art. 1 de la loi sur les seniors (LSen) présente les objectifs principaux de cette politique en faveur des personnes âgées. Ceux-ci sont aussi applicables au niveau des communes. Cette politique a pour but de :

- **veiller à l'intégration des seniors dans la société ;**
- **favoriser leur autonomie ;**
- **prendre en considération leurs besoins et leurs compétences.**

### 5. Les domaines d'interventions de Senior+

Pour atteindre les trois objectifs politiques susmentionnés, l'action des pouvoirs publics devra se concentrer sur les cinq domaines d'intervention suivants :

- **le travail ;**
- **le développement personnel ;**
- **la vie associative et communautaire ;**
- **les infrastructures, l'habitat et les services ;**
- **les soins et l'accompagnement social à la personne fragilisée.**

Bien que le domaine du travail ne soit pas directement une compétence communale, les autorités communales peuvent toutefois aussi prévoir des mesures en faveur des seniors, en leur qualité d'employeur. Nous renonçons à traiter cette thématique dans le présent concept. En revanche, nous ajoutons un domaine d'intervention :

- **Informations et communication.**

## 6. Etat des lieux et propositions

### 1. Le développement personnel

#### **Existe dans la commune :**

- Gym des aînés (organisation par Pro Senectute).
- Le repas des aînés (organisation par le Conseil Communal).
- Le miel offert aux octogénaires à Noël (organisation par le Conseil Communal).
- La sortie des aînés (organisation par l'USL).
- Le dîner de Noël - matchs aux cartes (organisation par les Samaritaines).
- Après-midis récréatifs (organisation par le Groupement des Dames).
- Le loto des aînés (organisation par l'USL).

#### **Propositions :**

- ✓ Promouvoir la gymnastique des seniors dispensée par Pro Senectute de manière hebdomadaire à Cugy.
- ✓ Soutenir le développement de cours informatiques pour les seniors pour lutter contre la fracture numérique (ordinateur, tablette, smartphone, photos, liseuse, etc...).
- ✓ Organiser des cours pratiques pour le retrait d'argent au bancomat, le paiement par QR code et la prise de billet CFF.
- ✓ Inciter les seniors par le biais du journal communal à exercer du bénévolat, notamment dans le cadre du concept communal.
- ✓ Mise en place d'un parcours santé autour du terrain de sport, aménagement d'un fitness extérieur pour les seniors.
- ✓ Evaluer la possibilité de suivre des cours de perfectionnement de conduite (refresh).
- ✓ Système de prise de température du moral des seniors.
- ✓ Mise sur pied de cours de cuisine.
- ✓ Marche à suivre lors du décès d'un partenaire (infos utiles Le Lien).
- ✓ Informations sur les directives anticipées et le mandat pour cause d'inaptitude.

### 2. La vie associative et communautaire

#### **Existe dans la commune :**

- Toutes les activités culturelles et sportives développées par les sociétés locales (représentées par l'USL).

#### **Propositions :**

- ✓ Organiser la livraison des livres à domicile avec le soutien de la bibliothèque, atelier d'animation, club de lecture pour les seniors.
- ✓ Questionner les sociétés au sujet de leurs activités touchant les seniors et éventuellement leur suggérer de développer des activités spécifiques pour les seniors.
- ✓ Mise en place d'un groupe de marche.
- ✓ Organisation de parcours-découvertes (exemple : connaissance des champignons, des plantes, des arbres, etc.).
- ✓ Mise en place d'un groupe VTT et/ou VTT électrique.
- ✓ Rencontres intergénérationnelles – possibilité d'échanges avec le CO.
- ✓ Opération « coup de balai » pour des espaces publics propres sous forme de « corvées communales » agrémentées par un moment de convivialité.

- ✓ *Mise en place d'un groupe pour organiser des activités culturelles, des rencontres ou d'autres activités (exemple : la mise sur pied de conférences).*
- ✓ *Développer l'idée de l'apéro et/ou de la table d'hôte dans la commune.*
- ✓ *Créer « une table de bistrot » dans les restaurants de Cugy, selon le modèle Pro Senectute.*

### **3. Les infrastructures, l'habitat et les services**

#### **Existe dans la commune :**

- *Les bâtiments communaux sont accessibles.*
- *Appartements aménagés (résidence l'Age d'Or).*

#### **Propositions :**

- ✓ *Dans l'étude de mobilité en cours, prendre en compte l'aspect senior.*
- ✓ *Développer des espaces de convivialité pour favoriser les rencontres (pose de bancs publics) et faire l'inventaire des « obstacles » ou emplacements à améliorer ou à revoir.*
- ✓ *Ouverture de toilettes publiques, adaptées aux personnes à mobilité réduite.*
- ✓ *Promouvoir/suggérer un projet pour la création d'appartements protégés (par exemple en partenariat public-privé).*
- ✓ *Vérifier l'accessibilité des services publics et privés (coiffeurs, boulangeries, restaurants, etc.) pour les personnes à mobilité réduite.*
- ✓ *Soutenir l'implantation d'une pharmacie/droguerie.*
- ✓ *Création de parcours de marche mesurés sous forme de boucle.*
- ✓ *Obtenir un rabais sur les cartes journalière CFF pour les seniors.*
- ✓ *Informersur la prise en charge des déchets pour les personnes à mobilité réduite.*

### **4. Les soins et l'accompagnement social de la personne fragilisée**

#### **Existe dans la commune :**

- *Prestations assumées par le RSSBF (Réseau Santé Social de la Broye fribourgeoise).*

#### **Propositions :**

- ✓ *Rechercher des bénévoles pour organiser et encadrer des activités pour les aînés.*
- ✓ *Promouvoir des visites à domicile par des bénévoles.*
- ✓ *Favoriser, aider et accompagner le développement des projets en faveur des seniors.*

### **5. Informations et communication**

#### **Existe dans la commune :**

- *Page Seniors sur le site internet.*

#### **Propositions :**

- ✓ *Etablir une page Seniors à chaque édition du Lien.*
- ✓ *Informersur les seniors sur les prestations et les offres existantes en faveur des seniors dans la Commune par le biais du Lien.*
- ✓ *Améliorer le soutien administratif (support) aux aînés pour les prestations complémentaires, rente d'impotence, impôts, etc.*
- ✓ *Informersur les seniors en cas de canicule, pandémie et autres sujets particuliers.*

- ✓ Séance d'information pour la préparation à la retraite.
- ✓ Promouvoir les séances d'informations concernant les EMS (démarches administratives, coûts, etc.)
- ✓ Informations sur les risques des arnaques sur Internet, cyber-escroqueries, système de paiement en ligne, démarchage téléphonique.

## 7. Le plan de mesures pour les cinq domaines d'intervention

Pour les cinq domaines d'intervention, le Conseil des Seniors établit un plan de mesures en rapport avec les propositions développées. Pour chaque mesure, les moyens financiers et les ressources nécessaires seront abordés.

### 1. Le développement personnel.

No	Description de la mesure	Resp.	Délai	Ressources
1.1	Désigner une personne de contact pour le CdS auprès de Pro Senectute -> Marlyse Bangerter	MB	Liquidé	CdS
1.2	Organiser et mettre en place des cours informatiques et créer un service de support pour les seniors (helpdesk)	RA	Aut. 2022	CdS
1.3	Organiser une formation pour l'utilisation du bancomat, de l'e-banking et le paiement par QR Code. Idem pour l'achat d'un billet CFF à l'automate. Voir avec les CFF	CH	Aut. 2022	CdS
1.4	Préparer un courrier pour Le Lien afin d'inciter les seniors pour des actions de bénévolat.	RM	Aut. 2022	CdS
1.5	Aménagement de parcours pédestres mesurés et balisés avec un départ depuis la grande salle de Cugy. Plusieurs boucles possibles	RA, JB, DE et EV	Aut. 2022	Employés communaux
1.6	Mise en place d'un parcours santé « urbain » autour du terrain de sport, aménagement d'un fitness extérieur pour les seniors.	Tous	2024	Conseil communal

### 2. La vie associative et communautaire.

No	Description de la mesure	Resp.	Délai	Ressources
2.1	Mettre en place une organisation pour la livraison des livres à domicile pour les seniors empêchés dans leur mobilité	RM	Aut. 2022	CdS
2.2	Voir la possibilité de créer un club de lecture ou des ateliers d'animation pour les seniors	RM	2023	CdS
2.3	Contacteur les sociétés de l'USL afin de promouvoir des activités spécifiques pour les seniors en leur sein.	AG	Aut. 2022	Conseil communal
2.4	Créer un groupe pour développer des activités culturelles et des rencontres (exemple : mise sur pied de conférences à intervalles réguliers).	CdS	Print. 2023	A trouver
2.5	Mettre en place un groupe de marche.	CdS	Réalisé	CdS
2.6	Mettre en place un ou deux groupes de sortie Vélo et/ou vélo électrique. Collaboration avec Pro Senectute possible.	CdS	Print. 2023	A trouver

2.7	<i>Organisation d'un parcours-découverte par année afin d'améliorer les connaissances diverses (exemple : connaissances des plantes, des champignons, des arbres, etc.).</i>	DM	2023	A trouver
2.8	<i>Opération « coup de balai » à mettre en place (en collaboration avec d'éventuelles autres initiatives communales).</i>	CdS	2023	Bénévoles en collaboration avec la voirie
2.9	<i>Développer le concept « tables de bistrot » avec les restaurateurs de Cugy, selon le modèle Tavolata de Pro Senectute.</i>	JB	Réalisé	CdS

### 3. Les infrastructures, l'habitat et les services.

No	Description de la mesure	Resp.	Délai	Ressources
3.1	<i>Proposer de nouveaux espaces de convivialité à l'intérieur de la commune et les aménager (exemple : la pose de bancs).</i>	CH	Print. 2023	CdS + Conseil communal
3.2	<i>Solliciter le Conseil communal pour la création de toilettes publiques, adaptées aux personnes à mobilité réduite.</i>	CdS	2023-2024	Conseil communal

### 4. Les soins et l'accompagnement social à la personne fragilisée.

No	Description de la mesure	Resp.	Délai	Ressources
4.1	<i>Mettre en place un groupe de bénévoles pour promouvoir des visites à domicile et/ou des promenades accompagnées.</i>	CdS	Réalisé	Groupe à disposition

### 5. Informations et communication.

No	Description de la mesure	Resp.	Délai	Ressources
5.1	<i>Rédiger une page Seniors pour chaque édition du Lien. Lister toutes les informations utiles à communiquer.</i>	CH	En cours	CdS
5.2	<i>Animer la page Seniors du site internet de la Commune. Lister toutes les informations utiles à faire paraître.</i>	CdS RA	En cours	CdS + adm. communale
5.3	<i>Préparer une information concernant le démarchage téléphonique des caisses-maladies « inter-mieux.ch ».</i>	CH	Aut. 2022	CdS

### 8. Budget annuel

Les activités projetées par le Conseil des Seniors font l'objet d'une planification annuelle avec un budget qui sera soumis au Conseil Communal pour approbation dans le cadre du processus budgétaire usuel.

Une éventuelle activité sortant du cadre de la planification annuelle et nécessitant un financement spécial devra faire l'objet d'une demande auprès du Conseil Communal.

## 9. Approbation et entrée en vigueur

Le présent Concept Senior+ pour la période 2022-2026 a été approuvé par le Conseil Communal dans sa séance du 21 novembre 2022. Il entre en vigueur de manière immédiate et est publié sur le site internet de la commune.

## 10. Dispositions finales / Modification du règlement

Sur proposition du Conseil des Seniors et du Conseil Communal, le présent concept peut être modifié et adapté en tout temps et en fonction des besoins.

Adopté en séance du Conseil communal le 21 novembre 2022

Le Syndic



Bernard Grandgirard



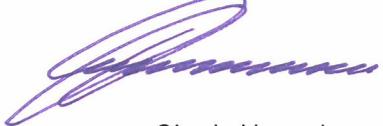
La Secrétaire



Sylvia Bersier

Pour la Commission des Seniors

Le Président



Charly Haenni

Le Vice-Président,  
Conseiller communal



Alex Glardon

Distribution :

- Direction de la Santé et des affaires sociales (DSAS)
- Conseil Communal de Cugy
- Conseil des Seniors