



La communauté se compose à la fois de personnes physiques et d'associations d'âinés ou représentant leurs intérêts. Les seniors sont actuellement plus de 200.

seniors peuvent nous permettre de comprendre quels sont leurs besoins, leurs attentes, mais aussi nous proposer des idées, émettre des avis.

Des exemples concrets de propositions émanant des seniors?

Notre but est de faire le maximum pour augmenter leur qualité de vie. Il existe des projets dans le domaine de l'habitat, des technologies, de la mobilité, etc. On a à la fois des projets où nous amenons nous-mêmes les problématiques sur la table et parfois ce sont les seniors qui nous les font apparaître. Par exemple, une des idées qui a émergé de la base, a trait à l'utilisation des technologies dans l'usage quotidien, WhatsApp, Twint ou l'application des CFF. Pour eux, soit les offres de formation sont chères et pas assez de proximité, soit l'accompagnement ne se déroule pas dans un langage compréhensible ou dans le bon rythme, ce qui ne donnait pas envie d'utiliser ces applications. On est donc en train de développer avec eux une plateforme qui se compose de vidéos tutorielles où un senior devenu instructeur parle aux seniors, et une autre dédiée à l'entraide intergénérationnelle.

On développe et on a développé aussi plusieurs projets sur le plan de l'habitat, en EMS, dans des structures intermédiaires ou en vue de garantir le maximum d'autonomie de la personne âgée à son propre domicile, ainsi que dans le domaine

Des seniors, acteurs de leur propre vieillissement

Demander leur avis aux seniors ne se limite pas à une discussion autour d'un café. Pour que la démarche ait du sens, qu'ils soient réellement entendus, il faut une structure organisée et pérenne, comme le Senior-lab.

TEXTE: MIREILLE CHÈVRE

PHOTOS: SENIOR-LAB

Rafael Fink est responsable de la communauté du Senior-lab depuis 2020. Il s'occupe de la coordination, de la représentation de cette plateforme et est aussi en charge de faire le pont entre les projets et la communauté de seniors, à savoir coordonner leur participation lors des différentes activités et les projets de recherche. Il répond à nos questions.

Qu'est-ce que le Senior-lab?

Le Senior-Lab est une plateforme de recherche appliquée d'innovations dédiée à la qualité de vie des seniors. Elle a été créée en 2018 par trois Hautes Écoles vaudoises, la Haute École de santé La Source, installée à Lausanne, la Haute École d'ingénierie et de gestion, basée à Yverdon, et l'École cantonale d'art de Lausanne. Cette plateforme se base sur deux grands piliers. D'abord l'interdisciplinarité – on a des experts en santé, en gérontologie, en économie, en ingénierie, en design industriel, etc. – ce qui permet d'avoir une approche assez globale des problématiques liées à la population âgée. Le second pilier est celui de la participation. Le Senior-lab est centré sur l'utilisation des usagers finaux. On se base sur une communauté ouverte, où les



L'impression que la voix des seniors est entendue?

Si on veut mettre les seniors au centre du processus comme experts de leur propre vieillissement, il faut éviter les démarches alibis. C'est assez dangereux parce que cette attitude peut générer de la frustration et un refus de participer. Ils sont tout à fait critiques vis-à-vis de cet aspect. Il faut créer un lien de confiance pour pouvoir les solliciter sur la durée. D'autre part, les solutions innovantes que l'on pourrait mettre en place risquent de ne pas être adoptées par le marché, parce qu'elles ne répondraient pas à leurs besoins et attentes.

La transparence et l'information sont par ailleurs essentielles. Quand on les invite à participer, les aînés savent toujours s'il s'agit d'un projet d'utilité publique ou si le Senior-lab a été mandaté par une société ou une organisation et qui elle est.

Des retours de la part des seniors?

Les retours sont surtout émis dans les domaines de la domotique et des technologies. C'est un marché en plein essor. La base est la montre-alarme qui permet d'appeler à l'aide mais aussi le développement de capteurs de mouvements ou alors les GPS qui permettent de localiser une personne. On a eu des retours plutôt critiques, dans le sens où les personnes âgées ne veulent pas être surveillées en permanence et que leurs données soient utilisées sans

leur consentement. Ils se sont dits capables de décider s'ils veulent augmenter leur sécurité moyennant une intrusion dans leur vie ou accepter un certain risque au profit de leur liberté.

Et sinon, comment un retraité ou futur retraité peut-il participer au Senior-lab?

Tout d'abord, c'est une communauté ouverte, on n'oblige personne à participer à telle ou telle activité. Cela se passe en fonction des intérêts et des disponibilités. S'inscrire à notre communauté, par le biais d'un formulaire sur notre site internet ou en appelant, permet d'être informé par mail de nos activités et du résultat de nos projets. On est aussi disposés à se déplacer par exemple dans les communes, lors de l'accueil des nouveaux retraités. Pour le Senior-lab, les retraités sont déjà importants comme communauté croissante en termes de chiffres, qui ne doit pas être considérée comme un poids mais au contraire comme une ressource et pas seulement dans le domaine de l'entraide ou des soins aux proches et aux enfants. Rien que dans le bénévolat, c'est une ressource énorme. La plupart des sociétés ne pourraient pas fonctionner sans eux.

Liens utiles

Téléphone : 021/556 40 11

Site internet :

www.seniors-lab.ch

des transports publics. Là, il s'agit de déterminer quelles informations donner aux arrêts de bus, la grandeur des caractères de l'affichage, la pertinence des annonces sonores, l'accessibilité à la billetterie et aux abonnements. Des tests ont été effectués avec les seniors.

Qui sont les seniors membres de la communauté et combien sont-ils?

Plutôt Vaudois évidemment, bien que l'on soit ouvert à toute la Suisse romande. La communauté se compose à la fois de personnes physiques et d'associations d'aînés ou représentant leurs intérêts. Les seniors sont actuellement plus de 200, dont l'âge varie entre 60 et 92 ans, et présentant des profils différents.

Comment émergent leurs idées?

Souvent les idées des seniors interviennent dans le cadre d'autres projets. Par exemple, un retraité membre du Conseil des seniors d'Yverdon a expliqué que lorsqu'il avait besoin de conseils dans les domaines de la technologie, il demandait à sa fille de mettre des annonces à la Haute École d'ingénierie et de gestion. On a trouvé l'idée intéressante et on s'est demandé comment la mettre à profit. Le Senior-lab organise également des événements, qui sont l'occasion de faire remonter des idées lors de groupes de travail et d'ateliers participatifs. Si l'on remarque qu'il y a un certain consensus sur le plan des besoins, on essaie de faire en sorte de concrétiser l'idée.

Ces groupes de travail et ateliers participatifs ne sont donc pas des prétexte pour donner

Une expérience bruntrutaine

On l'a vu, le Senior-lab s'est aussi déplacé à Porrentruy dans le cadre des appartements protégés des Bannelats. Comment s'est déroulé ce mandat?

On avait organisé deux ateliers de cocréation avec des seniors et des professionnels actifs dans la place avec plusieurs objectifs comme de comprendre quelles motivations permettraient à un futur locataire d'habiter dans ces logements, quels étaient les besoins en matière d'infrastructures et de services, à l'intérieur et à l'extérieur des appartements.

J'ai trouvé intéressant que certains facteurs-clés aient pu être définis, comme la préservation des habitudes de vie. La jouissance d'un balcon ou d'un accès à l'extérieur était un aspect fondamental de même que la présence d'un concierge ou d'un référent social en cas de besoin ou pour créer une certaine cohésion entre les habitants. Il y avait aussi beaucoup de recommandations au niveau de l'aménagement, notamment de la salle de bain avec une buanderie intégrée. La question de la luminosité est aussi apparue clairement, avec un accent sur la lumière naturelle. Ils ne voulaient pas non plus d'un ghetto, mais vivre dans des lieux ouverts intégrant différentes populations avec un accès au centre-ville, aux transports. Je peux dire que la plupart des demandes ont été intégrées au projet.