

## Comment accueillir les personnes âgées ?

### Quelques chiffres :

1 - La population des plus de 75 ans augmente chaque année de 2% et notre espérance de vie augmente d'un trimestre chaque année. A ce rythme, en France, le nombre de centenaires aura été multiplié par 100 en 50 ans.

2 - Mais, parmi ces « vieux » de plus de 75 ans:

- la moitié vivent seuls suite à la perte de leur conjoint ou à l'éloignement de leur famille.
- plus de 10 % ont des ressources inférieures au seuil de pauvreté
- une personne sur 10 souffre de maladie type Alzheimer
- à partir de 75 ans, le taux de dépendance double tous les 5 ans.

3 – Une personne âgée dépendante sur 2 souffre de la maladie d'Alzheimer ou d'une pathologie apparentée.

### Et quelques réalités :

Le vieillissement, même « normal » s'accompagne d'une perte progressive de certaines capacités et fonctions ( vue, audition, marche ...) qui rendent plus difficiles les relations sociales et conduisent à la solitude et au sentiment d'inutilité.

### Ce qu'il faut savoir :

1 : Beaucoup de moyens sont mis en place pour les personnes âgées dépendantes:

- l'APA les aide à prendre en charge les frais liés à leur dépendance ( aide ménagère, aide au lever ou au coucher...)

Tous renseignements sur [www.capretraite.fr/l-apa](http://www.capretraite.fr/l-apa)

- l'utilisation du CESU leur permet, sous certaines conditions, de bénéficier d'aides à la personne à tarif préférentiel ( déduction fiscale)

Tous renseignements sur [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)

- chaque mairie peut vous orienter vers le service social ou médical le plus approprié

Mais

- **accepter sa dépendance et en parler n'est pas facile,**
- **et les dossiers sont parfois difficiles à remplir et comprendre**
- ou tout simplement, ces possibilités sont mal connues.

2 : Par contre, **vieillir n'est pas une maladie**, et il n'existe que peu de choses pour la personne âgée simplement diminuée par une vue ou une oreille qui faiblissent, par une marche de plus en plus difficile, par des troubles de l'équilibre ou par une mémoire qui joue des tours.

### Des choses simples à faire pour « nos vieux » dans nos communautés ?

1 : D'abord **ne pas les oublier** lorsqu'ils ne peuvent plus fréquenter l'Eglise ou en sont éloignés : les visiter, ou si ce n'est pas possible leur téléphoner, leur envoyer une lettre, éventuellement un courriel... Les inviter à un culte et faire l'effort d'aller les chercher et de les raccompagner. Et si rien de cela n'est possible, pourquoi ne pas organiser le partage de la Cène à leur domicile une fois ou l'autre ?

2 : Quand ils participent encore au culte, **mieux accueillir leur handicap :**

- Les aider à prendre place : en bout de banc ils entendront mieux et pourront se lever ... si besoin.
- Veiller au son : les sonotones saturent vite ! ( Pourquoi pas des écouteurs ?)

- Leur permettre de pouvoir lire les paroles des chants nouveaux qu'ils ne connaissent pas en imprimant des feuilles en gros caractères en lieu et place de la video-projection
- Intégrer un ou deux chants « anciens » connus d'eux : (Il en est de beaux et bons)
- Et pourquoi pas, de temps en temps un Culte « Retro » ?

### **Et au-delà ?**

L'ABEJ propose d'aider nos communautés à organiser des « Service d'aide » aux personnes âgées.

- Aide aux petits travaux ( entretien du logement, fonctionnalité, salubrité ...) et conseils éventuels.
- Aide et accompagnement pour les démarches administratives ( demandes APA, ...)
- Aide aux aidants : assurer le relais lorsque la personne de la famille en charge de la personne âgée a besoin de « souffler »
- Aide et accompagnement pour des courses
- Proposition d'accompagnement pour une promenade : à pied, en voiture ...

Pour plus d'idées, voir aussi [www.contrelasolitude.fr](http://www.contrelasolitude.fr)