

SENIORS

EN ROUTE
VERS LE LABEL



BIEN VIEILLIR À COLOMIERS

Une ville amie des aîné-e-s



ccas

Centre communal
d'action sociale et de la santé

www.ville-colomiers.fr

COLOMIERS



édito



La question du bien vieillir est un engagement fort de la municipalité. **A travers ses politiques publiques transversales et grâce à l'action quotidienne du Centre Communal d'Action Sociale et de la Santé**, la Ville accompagne ses aînées en matière d'accès aux soins, de loisirs, de culture ou encore de participation à la vie columérine. Je pense notamment à notre Guichet Atout seniors, espace d'informations, de prévention et d'accompagnement.

Le 8 avril dernier, après plusieurs mois de travail et de co-construction, **le Conseil municipal adoptait un plan d'actions dédié au bien vieillir avec pour ambition de poursuivre nos engagements pour la qualité de vie des seniors et la prise en compte du vieillissement de la population.**

Parce qu'ils sont les premiers concernés, j'ai souhaité que **les seniors columérins jouent un rôle central dans l'élaboration de cette feuille route.** Je suis fière de présenter aujourd'hui le fruit de ces réflexions partagées et imaginées collectivement : **42 actions concrètes dans les domaines de l'habitat, du social, des mobilités ou encore de la culture et dont les échéances de réalisation s'étalent jusqu'en 2027.** Je tiens à ce titre à saluer le travail réalisé par les équipes de la Ville pour aboutir, en concertation, à un plan d'actions ambitieux qui répond aux attentes et aux réalités de nos aînées.

Ensemble, **continuons à faire de Colomiers une ville du bien-être et du bien vivre**, où l'épanouissement de chacune et de chacun est une priorité, à chaque étape de la vie.

Karine TRAVAL-MICHELET

Maire de Colomiers

Vice-présidente de Toulouse Métropole

Sommaire

- 5. La démarche "Ville amie des aînés"
- 7. Axe 1 : rendre les espaces extérieurs davantage accueillants
- 9. Axe 2 : accompagner le tissu associatif senior
- 11. Axe 3 : promouvoir la participation des citoyens aînés
- 13. Axe 4 : développer des actions à destination des seniors
- 15. Axe 5 : favoriser les déplacements des seniors
- 17. Axe 6 : ouvrir les établissements d'accueil sur la vie columérine

Colomiers, les seniors au coeur de la ville !

Colomiers compte près de 9 000 seniors de plus de 60 ans (21.6% de la population columérine*) qui participent activement à la vie locale dans de multiples domaines : associatif, culturel, sportif, éducatif, intergénérationnel...

Afin de promouvoir le bien vivre et le bien vieillir ensemble, la Ville déploie au quotidien un panel de services dédiés à ses aînées (Guichet Atout seniors, espace d'informations et d'accompagnement, ateliers de prévention, aide à domicile, portage de repas, résidence Emeraude Anne-Laffont) ainsi que d'autres initiatives visant à préserver leur autonomie et leur qualité de vie.

Depuis 2018, Colomiers s'est engagée dans la démarche participative "Ville amie des aînés" dans le but de partager et d'adopter les meilleures pratiques en matière de solidarité envers les personnes âgées.

Candidate au label "Ville amie des aînés", elle met en place un plan d'actions visant à renforcer son engagement en faveur du bien vieillir à Colomiers.

Ce guide présente la démarche ainsi que les actions élaborées en concertation avec les seniors autour de six axes de travail.

**chiffre Insee 2024*

EN BREF, EN 2024

- **350 ateliers de prévention** proposés par le Guichet atout seniors
- **+ de 1 500 personnes** accueillies au Guichet atout seniors
- **4 500 paniers gourmands** remis aux seniors en fin d'année
- **200 seniors** accompagnés chaque été dans le cadre du plan canicule
- **241 seniors** bénéficiaires du portage de repas à domicile
- **151 seniors** bénéficiaires du service municipal d'aide à domicile



La démarche "Ville amie des aînés"



La démarche "Ville Amies des aînés" est une initiative internationale coordonnée par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) visant à promouvoir un environnement inclusif, accessible et adapté aux besoins des personnes âgées.

Elle encourage les villes à élaborer des politiques et des actions concrètes pour améliorer la qualité de vie des seniors, favoriser leur participation sociale et garantir leur autonomie.

8 thématiques

- Lien social et solidarités
- Autonomie, services et soins
- Habitat
- Participation citoyenne et emploi
- Culture et loisirs
- Transports et mobilité
- Espaces extérieurs et bâtiments
- Informations et communication

Les étapes à Colomiers

2018 adhésion au Réseau francophone "Ville amie des aînés"

2022 mise en place de la gouvernance

2023 lancement de la démarche participative : audit technique réunissant 51 acteurs du territoire (élu.es, professionnel.les, bénévoles associatifs) et cafés-débats rassemblant 82 seniors columérins

2024 rédaction du diagnostic de territoire et réalisation du plan d'actions

2025 adoption du plan d'actions lors du Conseil municipal du 8 avril

2025-2027 mise en œuvre du plan d'actions

Le label "Villes amies des aînés"

Lancé en 2021, le label s'appuie sur un référentiel de **5 engagements** déclinés en indicateurs pour mesurer la qualité de la démarche portée par la Ville :

1. Ma Ville s'engage pour répondre au défi démographique du 21^{ème} siècle
2. Ma Ville s'engage à consulter et impliquer les habitants dans la construction d'une politique de l'âge
3. Ma Ville s'engage dans une gouvernance multi partenariale
4. Ma Ville s'engage à élaborer un état des lieux transversal sur l'usage du territoire par les aînés
5. Ma Ville s'engage à réaliser un plan d'actions pour soutenir le vieillissement actif et en bonne santé

Colomiers est auditée par un organisme certificateur en juin 2025.

LE PLAN D' ACTIONS

Le plan d'actions "Villes Amies des Aînés" est le résultat de la démarche participative et du diagnostic de territoire réalisé avec les seniors. Il comprend **42 actions** dont les échéances s'étalent de **2025 à 2027**. Il s'organise autour de **6 axes de travail** détaillés dans ce guide.



AXE 1.

Rendre les espaces extérieurs davantage accueillants

Penser la ville pour toutes et tous, c'est aussi adapter les espaces de vie aux seniors pour faciliter leur quotidien. Colomiers réalise des aménagements visant à rendre l'environnement et les espaces publics accessibles et agréables pour chaque citoyen-ne.

11 engagements

- S'assurer de l'adaptation aux besoins des seniors de tous les **projets d'aménagement urbain**
- Créer des **jardins des familles accessibles** aux seniors
- Favoriser l'accueil des seniors au sein de la **Maison des transitions écologiques**
- Pérenniser l'**organisation de balades urbaines**
- Clarifier et afficher les **règles d'accès aux toilettes publics**
- Mieux **signaler les toilettes publics** et créer une carte des lieux ouverts au public
- Organiser des **marches exploratoires** pour définir les emplacements de **toilettes publics et de bancs**
- Installer plus de **toilettes publics accessibles et sécurisés** et renforcer leur signalisation
- Installer des **bancs** et assurer leur adéquation aux besoins des seniors
- Créer une **résidence incluant des logements adaptés aux seniors**
- Créer une **conciergerie pour les petits dépannages**

FOCUS

↳ La résidence La Passerelle Des logements adaptés aux seniors



Cette résidence seniors a ouvert ses portes fin 2024 dans le quartier du Val d'Aran. Composée de 65 logements, elle dispose d'un pôle santé accessible en rez-de chaussée. Afin de renforcer le lien social entre les habitant-e-s, plusieurs espaces partagés ont été pensés, dont un jardin collectif et une salle commune. L'équipement a été réalisé par le bailleur Altéal en lien avec la Ville dans le cadre du projet de rénovation du quartier.



AXE 2.

Accompagner le tissu associatif senior

La vie associative est inscrite dans l'ADN de Colomiers ! Près de 300 associations forment un tissu dynamique auquel participent activement les seniors, soutenus par la Ville et le Conseil columérin de la vie associative. Un gage de solidarité et de citoyenneté.

9 engagements

- Relayer et promouvoir les sorties et les séjours organisés par les associations columérines et les maisons citoyennes
- Créer une page dédiée au bénévolat sur le site internet de la ville
- Susciter l'envie pour les seniors de s'engager dans des associations de solidarité.
- Soutenir l'organisation de temps conviviaux autour d'événements festifs avec l'association des "Petits Frères des pauvres"
- Développer les séjours de vacances pour les personnes âgées isolées organisés par les "Petits frères des pauvres"
- Faciliter les déplacements et l'accès aux activités avec la mise à disposition d'un service de taxi par l'association "Espace âge d'or"
- Structurer des partenariats avec les associations de seniors pour accompagner leurs adhérents sur le modèle de Colomiers Retraite Active
- Renouveler le partenariat avec le bailleur ALTEAL et l'association Unis-Cité sur le projet "senior connectés".
- Créer un pôle de bénévoles seniors pour accompagner les activités natation et vélo des élèves columérins

FOCUS

➤ Temps de convivialité et séjours pour les seniors isolés



Depuis 2018, dans le cadre de la lutte contre l'isolement des personnes âgées, le CCASS a signé une convention partenariale avec les Petits frères des pauvres. L'association anime une équipe de bénévoles et organise des visites à domicile. Des activités collectives et des séjours vacances sont également proposés renforçant ainsi le lien entre les seniors et la cohésion de l'équipe bénévole.



AXE 3.

Promouvoir la participation des citoyens âgés

Construire la ville en se préoccupant des attentes de toutes et tous, des plus jeunes aux plus âgés, telle est l'ambition portée par la Ville de Colomiers. Plusieurs instances de participation citoyenne (Comités de quartiers, CME-CMJ...) existent sur le territoire pour favoriser l'expression de chacune et chacun.

Au-delà de l'engagement citoyen, s'impliquer dans la vie locale permet de créer du lien entre les générations et de faire vivre des projets pour les seniors.

3 engagements

1. Créer un Conseil des aîné-es, instance d'expression citoyenne pour les seniors columérins
2. Créer des actions communes entre le Conseil Municipal des jeunes et le Conseil des aîné-e-s
3. Créer un guide des seniors en lien avec le Conseil des aîné-e-s

FOCUS

↘ Le Conseil des aîné-e-s



La création d'un Conseil des aîné-e-s a été validée par délibération lors du Conseil Municipal du 8 avril 2025.

Cette instance s'intègre dans le processus de démocratie participative locale déployé par la Ville de Colomiers depuis plusieurs années (Comités de quartiers, Conseil Municipal des jeunes...).

En favorisant l'expression citoyenne sur les projets et actions de la vie locale, le Conseil des aîné-e-s permettra d'enrichir l'action publique par l'expertise des seniors.



AXE 4.

Développer des actions à destination des seniors

Santé, loisirs, sport, culture... Accompagner les seniors dans le maintien de leur autonomie se détermine à tous les niveaux. Ateliers de prévention, sorties ou activités physiques adaptées sont quelques exemples d'actions proposées par le Guichet Atout seniors du CCASS, espace unique d'informations et d'orientation.

7 engagements

1. Développer les **séances de ciné-gourmand**
2. Développer les **activités physiques adaptées** aux seniors
3. Mettre en place des **sessions de formation aux gestes de premier secours** à destination des seniors
4. Poursuivre le **dépistage de la fragilité** avec le **Gérontopole** et développer des **protocoles de coopérations** entre infirmiers et médecins
5. Renouveler le **partenariat** avec la **mutuelle santé communale Just**
6. Mettre en place un **forum "Bien vieillir"**
7. Créer une **charte d'accueil** signée par les **commerçants columérins**

FOCUS

➤ Les séances de ciné-gourmand



Ces séances, au tarif unique de 5€, permettent aux seniors d'assister à la projection film au cinéma Véo Grand Central de Colomiers. L'occasion de partager un moment de convivialité autour d'un goûter. Un groupe de seniors bénévoles participent activement à l'organisation de ces rencontres en lien avec le Guichet atout seniors et le cinéma. En raison du succès des cinés-gourmand, le nombre de séances est passé de 4 à 7 par an.



AXE 5.

Favoriser les déplacements des seniors

A pied, à vélo, en bus, en train ou bientôt en métro... La mobilité des seniors est un enjeu important. Plusieurs actions sont proposées à Colomiers dont le Pass mobilité (aide financière) ou la création d'itinéraires malins pour faciliter les déplacements des aînés.

6 engagements

- Créer des **itinéraires malins** pour favoriser les déplacements piétons dans la ville
- Participer à des actions au sein de la **Maison du métro**
- Pérenniser les sessions de **remise à niveau du code de la route**
- Mettre en place des dispositifs d'**accompagnement à l'utilisation des transports en commun**
- Mettre en place un projet d'**auto-école solidaire** pour faciliter les trajets des seniors
- Préparer l'arrivée de la **ligne C du métro** auprès des seniors

FOCUS

➤ Aide à la mobilité seniors



Depuis 2025, un partenariat entre le CCASS (Centre Communal d'Action Sociale et Sociale) et Tisséo a permis la mise en place de deux actions visant à accompagner et faciliter l'utilisation des transports en commun par les seniors. Ces initiatives ont pour objectif d'**améliorer la mobilité et l'autonomie des personnes âgées**, en leur offrant un accès simplifié et adapté aux transports en commun.



AXE 6.

Ouvrir les établissements d'accueil sur la vie columérine

La prévention comme le maintien de l'autonomie doit être partagée collectivement pour favoriser la santé et le bien vieillir. C'est pourquoi la Ville de Colomiers propose avec le Contrat local de santé, des ateliers et des séances d'information au sein établissements d'accueil ou de santé auprès de tous les publics, jeunes et moins jeunes !

5 engagements

1. Soutenir les **journées thématiques santé et bien vieillir**, tout en renforçant les partenariats
2. Pérenniser les **ateliers "être aidant, être aidé"** à la résidence **Emeraude Anne-Laffont**
3. Réorganiser et **aménager les différents espaces de vie** au regard du public accueilli à la **résidence Emeraude Anne-Laffont**
4. Proposer des **ateliers culinaires avec les résidents**
5. Mettre en place une **instance annuelle de partage d'expérience** entre les établissements d'accueil pour personne âgée

FOCUS

↘ Les journées santé et bien-vieillir



Des journées thématiques ouvertes à toutes et à tous sont organisées à la clinique des Pyrénées. Ces actions sont axées sur la prévention et la promotion de la santé ainsi que du bien vieillir en partenariat avec le Contrat Local de Santé de la Ville de Colomiers. Elles visent à répondre aux besoins tant des patients que de leur entourage, et plus particulièrement des séniors.

Notes

Blank lined area for notes on the left side of the page.

Blank lined area for notes on the right side of the page.

Ville de Colomiers
Centre Communal
d'action sociale et de la santé
18 place du Languedoc
05 61 15 22 26

Informations sur www.ville-colomiers.fr

