



© Bruno Achen

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2019



**« Bras dessus Bras dessous (BdBd)
ou la belle aventure du voisinage solidaire »**

Notre association met en contact des personnes âgées de plus de 60 ans, vivant à domicile et exprimant un sentiment de solitude et/ou d'isolement social, avec des voisins plus jeunes souhaitant passer un peu de temps au gré des disponibilités et des affinités qui se créent.

En s'appuyant sur ce réseau local de bénévoles qui permet des rencontres intergénérationnelles et interculturelles, Bras dessus Bras dessous vise un vieillissement harmonieux chez soi. Ce défi ne peut se concevoir qu'en complément du travail des acteurs formels qui les accompagnent et du soutien de leurs aidants proches. Remettre l'aîné au centre de sa vie sociale par le biais d'une nouvelle relation qu'il choisit de construire auprès d'un de ses voisins du quartier, tel est notre objectif !

Équipe: Aurélie Grimard, Céline Remy, Florence Gentet et Marianne Massion

Relecture: Yasmine Boudaka, Victor Remy

Graphisme: Florence Gentet

Photographies: Bénédicte Plovier, Bruno Achen et Nour Eddine M'Rabet

Illustrations: Lison De Ridder et Lucie Castel

BRAS DESSUS BRAS DESSOUS NOS CHIFFRES CLÉS EN 2019

EN UN CLIN D'ŒIL :



3 COMMUNES :
Forest,
Uccle,
Anderlecht.



7 QUARTIERS :
4 à Forest,
2 à Uccle,
1 à Anderlecht.



220 VOISINS



14 NATIONALITÉS

ÉQUIPE



4 SALARIÉS



5 ADMINISTRATEURS



5 SUPER-BÉNÉVOLES



1.280 AMIS



10.253 LIKES,
PARTAGES, ...

5 ACTIONS



VOISINAGE



PETITS SERVICES



RÉFÉRENCEMENT



MOMENTS
COLLECTIFS



SENSIBILISATION



1.028 INSCRITS
À LA NEWSLETTER

ACTIVITÉS 2019



MOMENTS
DE VOISINAGES



1.742 REPAS
COLLECTIFS



3 JOURS À LA MER



Près de **100**
RÉFÉRENCEMENTS

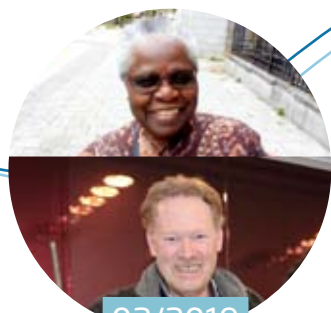


Plus de **600** PERSONNES
rencontrées à la caravane



2.600 FLEURS
distribuées dans les rues
de Bruxelles

LES MOMENTS FORTS DE 2019



02/2019

Démarrage du Contrat de Quartier
Wiels sur Senne
avec Firefec/BDD et Miro



03/2019

Vacances à Wissant



23/04/2019

Le 1^{er} mardi bolo à Uccle



14/06/2019

Goûter de printemps
à l'Imprimerie dans le cadre
de la journée du volontariat
de Deloitte



9/10/2019

Le démarrage de l'antenne
d'Anderlecht dans le cadre
du Contrat de Quartier Peterbos



1/10/2019

Journée internationale
des personnes âgées
« Simple comme une fleur »



2019

Le projet caravane :
4 semaines dans les rues de Forest
et Uccle à la rencontre des voisins avec
les partenaires de Capt'Âges et de be.Source



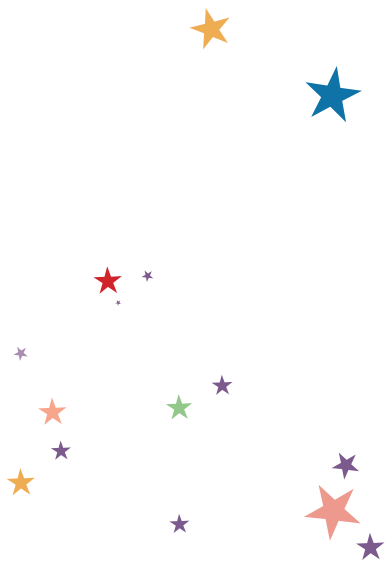
12/2019

Le repas de fin d'année



SOMMAIRE

1. LE CONTEXTE	9
2. LA FINALITÉ DU PROJET	15
3. NOS ACTIONS	19
4. L'ACCOMPAGNEMENT BDBD	25
5. LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE	29
6. LES VOISINS	39
7. LES ACTIVITÉS 2019	47
Les duos	
Les moments collectifs	
Le référencement	
La sensibilisation	
8. LE BILAN FINANCIER	61
9. LES PARTENARIATS	65
10. L'ÉQUIPE	69
11. ON PARLE DE NOUS	73
12. CONSTATS ET CONCLUSIONS	77
13. NOUS SOUTENIR	81



À Kathleen et Gilberte
qui sont parties rejoindre les étoiles.
Ce qui passe, vit et se transmet.



I. LE CONTEXTE

I. LE CONTEXTE

1.1 Vieillesse de la Population

L'allongement de la durée de vie est une évolution sociétale. En 2014, la part des « 65 ans et plus » sur la totalité de la population bruxelloise était de 13,28%¹. D'ici 2020, ce pourcentage pourrait croître de 16,76% selon l'étude menée par la VUB (Vrije Universiteit Brussel) et qui prévoit qu'en 2040, près d'un Bruxellois (Région de Bruxelles-Capitale) sur huit atteindra 80 ans et plus².

Le défi posé à la société et aux responsables publics est de créer les meilleures conditions pour que les aînés puissent donner un sens à ces années de vie supplémentaires et faire pleinement partie de la société. Il s'agit de veiller à leur rendre un quotidien plus facile et le plus heureux possible, en soignant leur qualité de vie.

Au vu de la difficulté de créer un nombre de places équivalentes à cette croissance dans les maisons de repos et de soins dans les prochaines décennies, et parce que celles-ci ne présentent pas toujours une option adéquate, prolonger la durée de vie à domicile, bien accompagné, se révèle être une des solutions.

1.2 Solitude et isolement

D'après une enquête réalisée en Belgique en 2012³, « 23% des seniors interrogés se trouvent dans une situation d'isolement, car ils combinent un petit réseau social avec des sentiments de solitude ». Or, on observe que « le manque de relations sociales a un impact négatif important sur la santé des seniors et donc sur leur qualité de vie. Contrairement, la

participation des aînés à la société leur permet de vivre plus longtemps et en meilleure santé »⁴. L'isolement a donc un impact fort sur l'état de santé des seniors et sur leur bien-être en général. En diminuant l'isolement, l'objectif de l'association est donc d'avoir une incidence déterminante sur la santé des seniors.

Au sein de notre projet, deux constats se dégagent de nos premiers contacts avec les personnes en demande :

L'isolement social La personne âgée à domicile, accompagnée ou pas par des services d'aides et/ou de soins à domicile, souffre d'isolement : « les journées sont longues », « je n'ose plus sortir en rue seul.e », « j'ai peur de tomber », « les sacs de courses sont lourds », « je me sens seul.e », « à quoi bon faire cette activité seul.e » sont des témoignages souvent recueillis.

Le manque d'information La personne âgée et son entourage sont dépourvus et méconnaissent les services et structures à leur disposition. Il est fréquent d'entendre : « je n'ai pas compris ce que mon généraliste me recommandait », « comment organiser ce déplacement pour un rendez-vous en radiologie ? », « je dois faire quelques petits travaux mais à qui puis-je m'adresser ? », « j'ai fait une chute, où puis-je trouver un déambulateur pour quelques semaines ? ». Ces questions sont récurrentes et le manque d'information engendre dans certains cas :

- Un renforcement de l'isolement social,
- Un mauvais aménagement du lieu de vie, que l'on finit par devoir quitter,
- Une non valorisation de ses droits (non recours aux droits : CPAS, mutuelle, reconnaissance de handicap...),
- Une ingérence décisionnelle de l'entourage.

1. <https://monitoringdesquartiers.brussels/>

2. De Donder, L. Verte, E. Teugels, H. Glorieux, M. Bernard, M. Vanmechelen, O. Smetcoren, AS & Verte, D, Etude de programmation pour Bruxelles. Recherche portant sur la mise en place d'une programmation relative aux structures de maintien à domicile et de logement des personnes âgées. 2012, University Press, Zelzate, p. 19 et 21

3. FRB-IPSOS-KUL-ULG

4. Quentin Martens, Centre d'Etudes Politiques, Economiques et Sociales, 2015

De plus, le sentiment d'isolement mène parfois à une surconsommation de services formels (médicaux et paramédicaux) afin de combler la journée et avoir un lieu pour pouvoir exprimer une souffrance.

Sachant qu'il n'existe pas un profil type de personne âgée mais bien une variété d'individus (3^{ème} et 4^{ème} âges, Belges ou pas, précarisés ou non, à mobilité réduite ou pas, à domicile, en maison de retraite, veufs, seuls), l'urgence, tant pour le secteur formel qu'informel, est de porter un regard différent sur l'allongement de la vie en se souciant de la participation des aînés à notre société, en tant que citoyen actif à part entière.

1.3 Engagement citoyen

« Globalement, une série d'études observe une certaine tendance à la hausse du nombre de volontaires au cours de la dernière décennie »⁵.

En Belgique, le nombre de citoyens impliqués dans des activités volontaires est estimé entre 1 million et 1,4 million selon les études et les méthodes de calcul (fréquence, type de volontariat considéré...). Et le pourcentage de personnes qui déclarent s'engager au service d'individus ou d'une collectivité oscillerait entre 12 et 20% en moyenne.

Selon la FRB⁶, il n'existe pas de différence significative entre hommes et femmes au niveau de la participation au volontariat (13,0% hommes et 12,1% femmes). Quant au niveau de l'âge, le taux de bénévolat suit globalement une courbe légèrement ascendante, avec un pic entre 40 et 49 ans, suivi d'un déclin progressif. Contrairement à une autre idée souvent entendue, les seniors ne sont donc pas proportionnellement plus nombreux à s'engager comme volontaires.

Le fonctionnement de Bras dessus Bras dessous repose sur le bénévolat citoyen engagé de proximité.

5. CES-ULg

6. « Le volontariat en Belgique - Chiffres-clés » - FRB - 2015

La diversité des profils des bénévoles se traduit par la pluralité des raisons évoquées par les bénévoles eux-mêmes pour expliquer leur engagement associatif. Des motivations diverses peuvent ainsi se croiser : la recherche d'un épanouissement personnel grâce à de nouveaux contacts sociaux, à des partages de connaissances et à des motivations altruistes telles que la défense d'une cause ou la volonté de donner du sens à sa vie en rendant le monde meilleur.

1.4 Vivre ensemble et vivre mieux

La ville est le lieu par excellence de cohabitation d'une pluralité de mondes qui s'inscrivent et se distribuent de manière différenciée dans les espaces urbains⁷. L'anonymat des villes se fait plus présent et les chiffres liés à l'isolement grimpent significativement, tant chez les personnes âgées que chez les plus jeunes. Le quartier ou micro quartier est souvent l'échelle la plus pertinente pour revitaliser le lien social et renforcer les solidarités. S'il y a bien un « lieu », un « territoire de vie » sur lequel il faut investir, c'est celui-là. La majorité des personnes âgées vit au quotidien dans un périmètre inférieur à 500 mètres.⁸

Notre projet vise à rétablir des relations intergénérationnelles dans nos quartiers, en allant à la rencontre de ce voisin qu'on croise chaque semaine à l'arrêt du tram, à l'épicerie, dans la salle d'attente du médecin, ou à la boulangerie.

Le renforcement de liens sociaux permet un impact important sur le bien-être des personnes isolées mais aussi des personnes engagées. **Le projet renforce une dynamique communautaire que le secteur formel n'arrive pas toujours à construire.**

7. Grafmeyer & Joseph, 2004

8. Cfr CHAPON, P-M., NADER, B. « Les défis territoriaux face au vieillissement », La Documentation française, 2012



2. LA FINALITÉ DU PROJET

2. LA FINALITÉ DU PROJET

La création de Bras dessus Bras dessous est la résultante de ces constats : une initiative solidaire locale individualisée, visant à maintenir le senior en lien avec la société qui l'entoure en lui permettant d'y prendre une part active afin de prolonger un vieillissement harmonieux à domicile.

Comme le soulignait le panel citoyen « *Le monde change, les aînés aussi* »⁹ : « *Quand les générations futures se penchent sur l'avenir des seniors* », il faut « *partir des cellules sociales les plus petites, créer des équilibres dynamiques au niveau micro pour fertiliser l'ensemble de la société par l'exemplarité plutôt que faire des théories ou miser uniquement sur des changements de mentalités qui prennent très longtemps.* »

Notre projet se veut porteur d'alternatives en :

1. Privilégiant la dimension « humaine »

Complémentaire du travail d'autres acteurs (qui par faute de temps et de moyens concentrent leur professionnalisme sur les actes « techniques »), nous voulons remettre la personne âgée au centre de sa vie et des activités sociales qui en découlent. Notre volonté est donc davantage centrée sur les différents aspects des relations humaines de quartier (multiculturalité, intergénérationnalité).

2. Construisant une solidarité locale

S'inscrivant à l'échelle du quartier et dans une logique de voisinage, Bras dessus Bras dessous encourage la solidarité citoyenne de proximité et met en place un modèle transposable !

Bras dessus Bras dessous se veut être un acteur de création d'empathie.

9. Panel citoyen « *Le monde change, les aînés aussi* » mené par Cera et la FGF, mars 2015

3. Innovant

Né d'une expérience « pilote » dans un quartier de Forest, le projet est aujourd'hui actif dans tous les quartiers des Communes de Forest et d'Uccle, et depuis octobre 2019 dans celui du Peterbos à Anderlecht. L'association a été approchée en 2019 par des citoyens souhaitant créer une antenne dans les villes de Nivelles et Ottignies Louvain-la-Neuve. Les deux antennes verront le jour en janvier 2020.

“ R., notre super aîné de 92 ans a ému Marianne, chargée de projet de BdBd lorsqu'il lui a donné à son retour de Wissant une petite photo de lui, avec son nouveau pull : pour mettre dans ton portefeuille. ”



“ C., une jeune dame de 91 ans se confiait à Nicole, super-bénévole ucquoise : moi j'ai fait appel à BdBd car l'année passée, j'ai perdu 3 grandes amies... j'aimerais tant me faire de nouvelles amitiés ! ”

“ C., voisineuse de Madame B. était inquiète de l'état de santé de sa voisine : j'ai contacté la coordinatrice d'antenne qui a tout de suite pris la balle au bond. Après concertation elle a contacté un service de soin à domicile qui a dispatché une infirmière, appelé son généraliste pour l'alerter sur la situation etc. Dans les 48h elle était hospitalisée pour une semaine. À son retour, l'équipe de BdBd était au taquet, pour s'assurer qu'elle se réinstallait bien, l'aider à trouver un kiné à domicile, etc. ”



3. NOS ACTIONS

3. NOS ACTIONS

Notre projet crée et coordonne des réseaux intergénérationnels et multiculturels de solidarité de quartier autour de l'isolement des aînés (dits Voisinés). Au sein des quartiers, des voisins plus jeunes (dits Voisineurs) consacrent du temps à leurs voisins plus âgés, en fonction des besoins et disponibilités respectives. Le projet propose parallèlement des activités collectives permettant aux voisins de tout âge de se rencontrer en dehors des liens individuels créés.

Les participants s'engagent à se soutenir mutuellement. Une personne offre de l'aide à une 2^{ème} personne, qui à son tour, à un autre moment peut demander quelque chose à une 3^{ème} personne. La base du projet est la réciprocité : tout le monde peut avoir besoin d'un coup de main à un moment et offrir son aide à un autre moment. Chacun participe en fonction de ses talents, de ses disponibilités et de sa capacité. Il en suit une dynamique qui contribue à améliorer la cohésion sociale dans un quartier.

Ces échanges peuvent ainsi s'articuler autour de 5 volets :

Les « duos de Voisins » : Le cœur du travail de BdD est le tissage de liens interpersonnels entre deux ou trois voisins, des moments cosy et privilégiés qui vont permettre à la personne isolée qui a décidé d'ouvrir sa porte à l'autre, de prendre le temps de la rencontre de proximité.

Les « petits services » : Le rôle du Voisineur se limite aux relations informelles, voire à de petites aides ponctuelles.

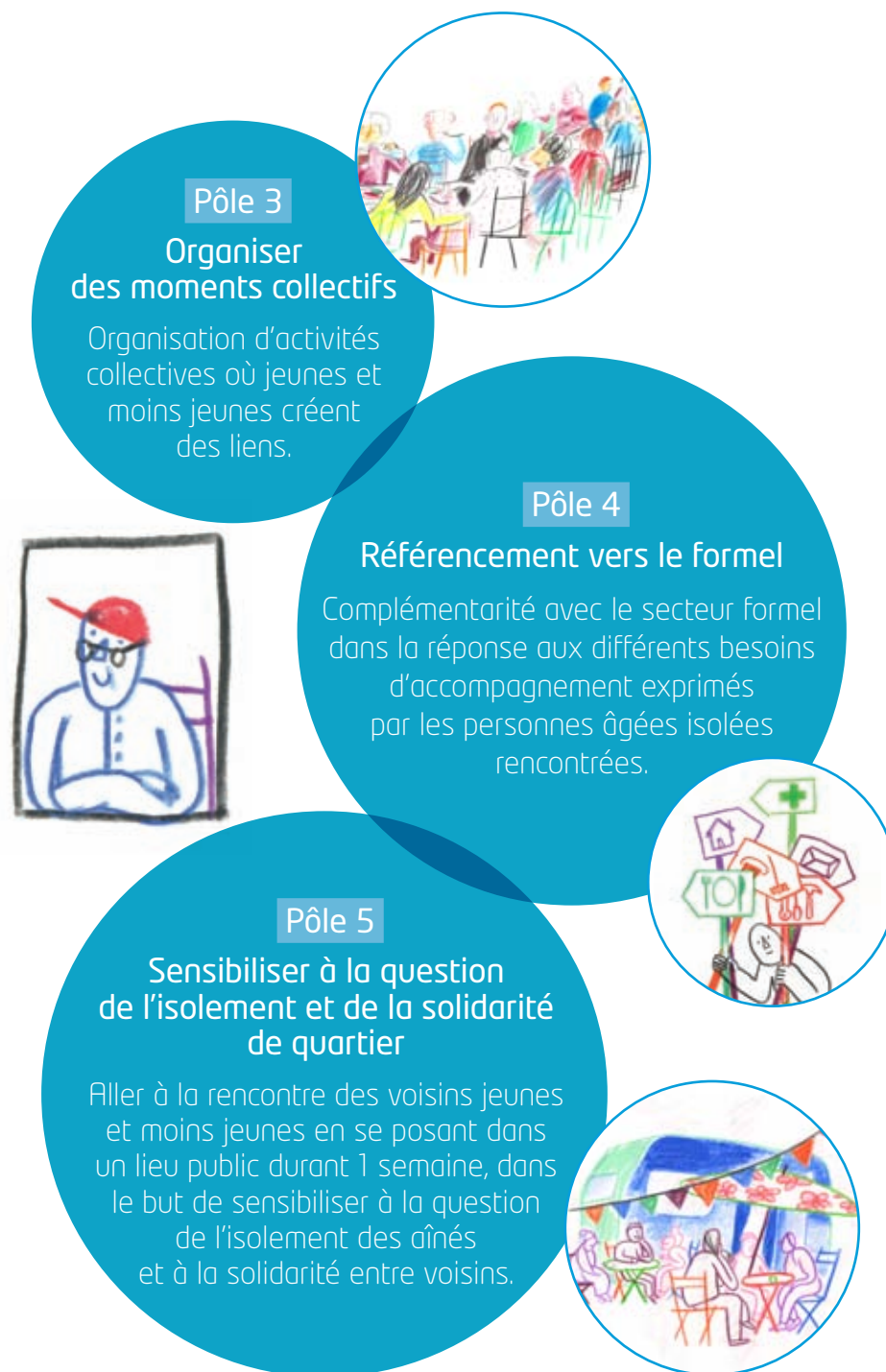
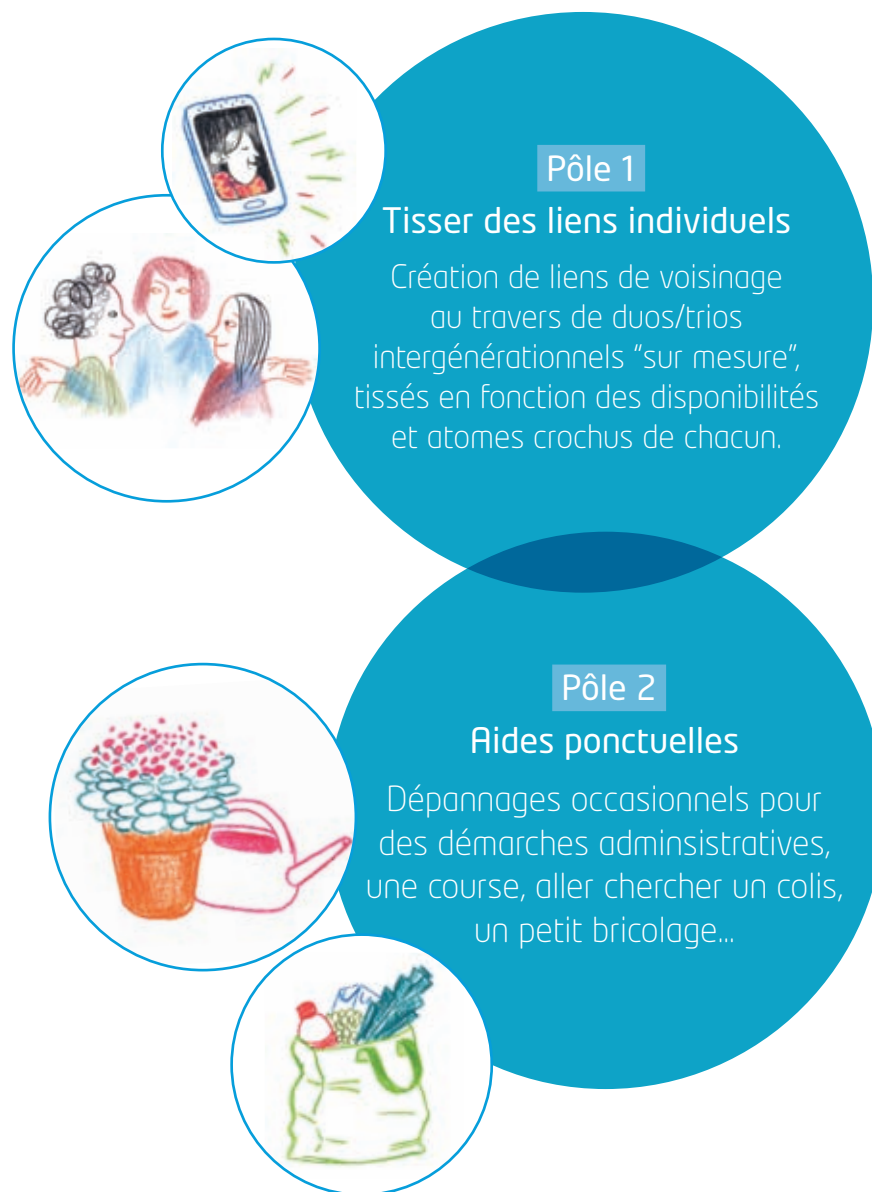
Le « collectif » : Cela dit afin de répondre à la demande des Voisins de connaître les duos d'à côté et/ou à ceux qui ne désirent pas de liens individuels, quelques moments collectifs ont été créés au sein du projet durant lesquels ce beau petit monde se retrouve...

Le « référencement vers nos partenaires » : Lors des premières rencontres et au cours de la relation ensuite, certains aînés expriment le besoin de se faire aider pour des choses auxquelles des professionnels peuvent répondre : de l'aide et des soins à domicile, des documents administratifs à introduire, un statut légal à clarifier, des travaux, un déménagement, etc...

La « sensibilisation » : Afin de sensibiliser le voisinage à la question de l'isolement des aînés et à la solidarité entre voisins, Bras dessus Bras dessous part à la rencontre des citoyens jeunes et moins jeunes en se posant dans des lieux publics quelques jours. Le volet « sensibilisation » nous permet aussi de rencontrer de nouveaux habitants qui pourront rejoindre s'ils le souhaitent, les activités collectives et/ou individuelles du projet.



Cinq actions qui s'entrecroisent pour soutenir la personne âgée isolée dans la diversité des besoins qu'elle exprime sur le long terme :

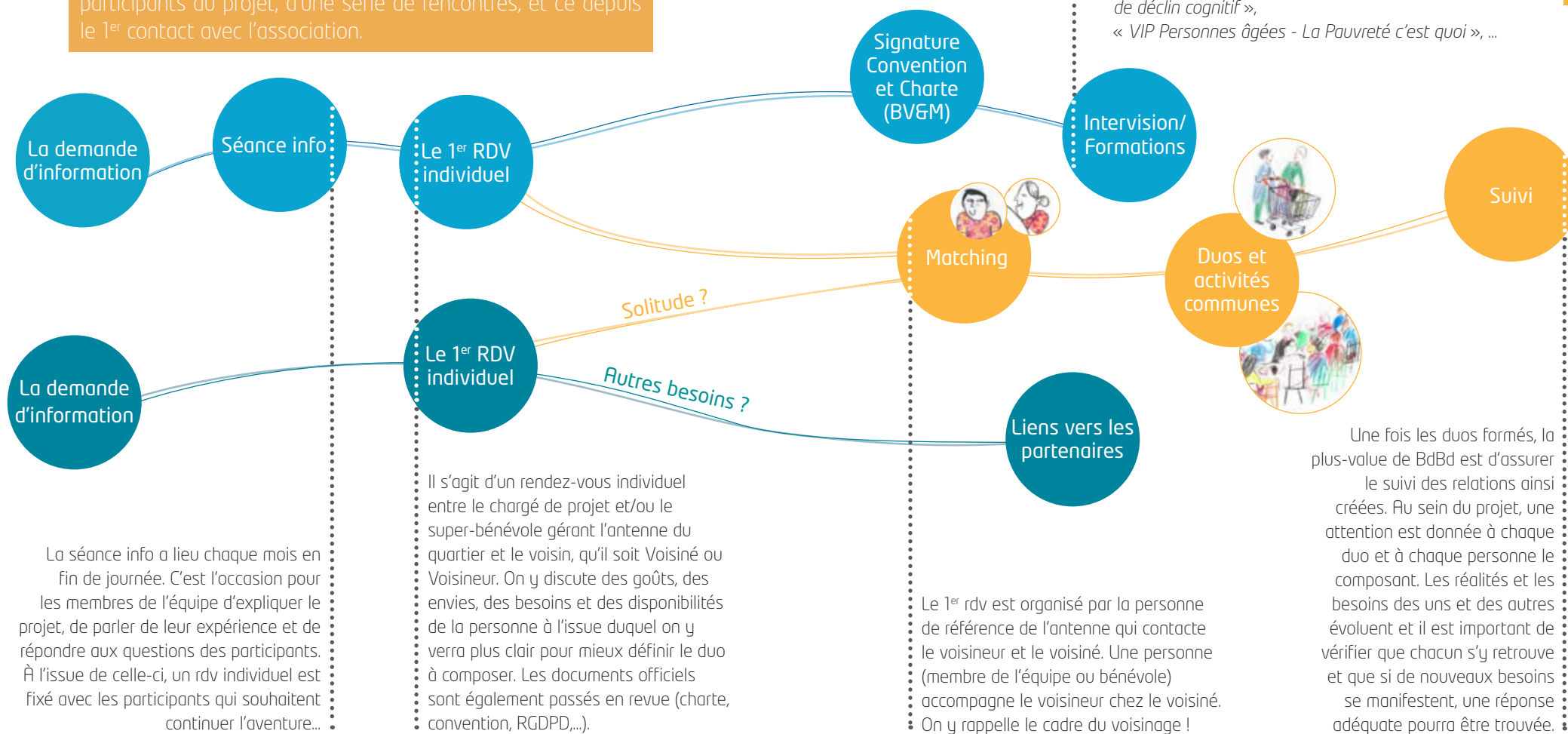




4. L'ACCOMPAGNEMENT BDBD

4. L'ACCOMPAGNEMENT BDBD

Dans notre monde idéal, Bras dessus Bras dessous n'existe pas, les voisinages sont spontanés ! Dans la vraie vie, bon nombre de personnes n'osent pas aller à la rencontre de leurs voisins. Passer par Bras dessus Bras dessous leur donne un cadre... Ce cadre, BdD l'a dessiné. Nous rythmons la vie des voisins participants au projet, d'une série de rencontres, et ce depuis le 1^{er} contact avec l'association.



Des interventions régulières pour échanger sur le projet, leur voisinage et se nourrir de l'expérience d'invités extérieurs.

Les formations :

- Organisées par notre partenaire **Samen Toujours**. Cette plateforme propose des formations répondant aux besoins et aux réalités vécues par les réseaux d'entraide : le fonctionnement d'un réseau d'entraide, la relation à l'autre et l'empathie, le respect de la vie privée, mettre ses limites.

- Proposées par la fondation **be.Source** :

« Comprendre et Accompagner les personnes souffrant de déclin cognitif »,

« VIP Personnes âgées - La Pauvreté c'est quoi », ...

La séance info a lieu chaque mois en fin de journée. C'est l'occasion pour les membres de l'équipe d'expliquer le projet, de parler de leur expérience et de répondre aux questions des participants. À l'issue de celle-ci, un rdv individuel est fixé avec les participants qui souhaitent continuer l'aventure...

Il s'agit d'un rendez-vous individuel entre le chargé de projet et/ou le super-bénévole gérant l'antenne du quartier et le voisin, qu'il soit Voisiné ou Voisineur. On y discute des goûts, des envies, des besoins et des disponibilités de la personne à l'issue duquel on y verra plus clair pour mieux définir le duo à composer. Les documents officiels sont également passés en revue (charte, convention, RGDPD,...).

Le 1^{er} rdv est organisé par la personne de référence de l'antenne qui contacte le voisineur et le voisiné. Une personne (membre de l'équipe ou bénévole) accompagne le voisineur chez le voisiné. On y rappelle le cadre du voisinage !

Une fois les duos formés, la plus-value de BdD est d'assurer le suivi des relations ainsi créées. Au sein du projet, une attention est donnée à chaque duo et à chaque personne le composant. Les réalités et les besoins des uns et des autres évoluent et il est important de vérifier que chacun s'y retrouve et que si de nouveaux besoins se manifestent, une réponse adéquate pourra être trouvée.



5. LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE BDBD

5. LES RÉSEAUX D'ENTRAIDE BDBD

Notre projet met en place et coordonne des réseaux inter-générationnels et multiculturels de solidarité de quartier, au sein desquels des voisins se consacrent du temps en fonction des besoins et disponibilités respectives.

Dans une commune, une ou plusieurs antennes peuvent exister, selon différents critères :

La notion de quartier

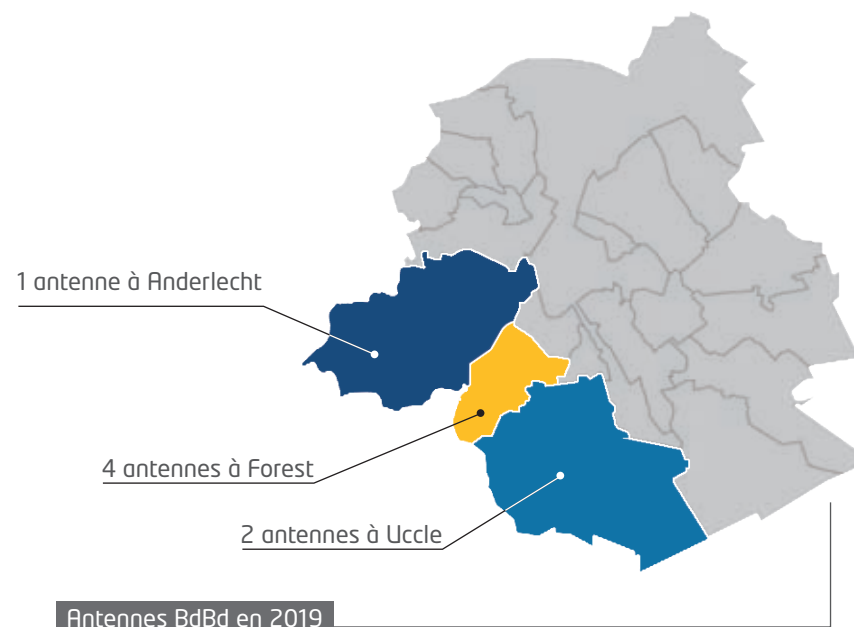
Le projet a pour objectif de mettre en lien des voisins de tout âge autour de l'isolement des plus âgés. Les Voisineurs, s'ils signent une Convention de Volontariat en s'engageant chez Bras dessus Bras dessous, vont en fait rencontrer un voisin avec lequel ils vont partager des moments. La proximité des personnes est un atout dans la relation ainsi créée : il est facile de passer un moment ensemble sans perdre de temps dans les transports. Elle permet également une rencontre plus courte ou improvisée, un petit dépannage « en urgence » s'il y a un souci.

Si la majorité des personnes âgées évolue dans un périmètre de 500 mètres autour de leur domicile, nous considérons des quartiers un peu plus larges, axés autour du point commercial le plus proche ou délimité par un parc, frontière naturelle dans le cas de la commune de Forest par exemple.

Le nombre de voisins dans une antenne

Le chercheur Robin Dunbar a extrapolé les résultats d'une étude réalisée en 1992¹⁰ afin de déterminer un nombre maximum pour la taille d'un groupe d'humains. Ce nombre ne devrait donc théoriquement pas dépasser 150 individus, nombre au-dessus duquel la confiance mutuelle et la communication ne suffisent plus à assurer le fonctionnement du groupe.

Notre expérience « pilote » à Forest nous montre qu'au-delà de 100 voisins, la qualité du réseau et des relations tissées change. Il est dès lors essentiel, pour assurer la qualité de la relation, de garder la dimension de quartier à toute nouvelle antenne.



10. R.I.M. Dunbar, « Neocortex size as a constraint on group size in primates », *Journal of Human Evolution*, vol. 22, n°6, juin 1992, p. 469-493 (DOI 10.1016/0047-2484(92)90081-1)

L'antenne de Forest



Le « *Mardi Soupe* »

Bras dessus Bras dessous a vu le jour dans la Commune de Forest, et plus particulièrement dans le quartier du stade de l'Union Saint-Gilloise (dit quartier des « Alliés »). En mai 2016, à l'occasion du grand lancement des premiers voisinages et de la création de notre réseau de bénévoles, les demandes d'accompagnement sont rapidement venues de l'entièreté de la commune. Petit à petit, grâce aux volontaires, nous avons pu composer des duos sur mesure pour offrir un soutien de qualité. Notre action a rapidement débouché sur des partenariats avec les associations présentes sur la commune ayant envie comme nous de mélanger les catégories d'âges, les publics, les genres etc. ...

Ce tissage de liens tant auprès des citoyens, qu'avec les associations et les instances communales a permis de faire naître un groupe de travail « seniors » auprès de la coordination sociale du CPAS.

L'année 2019 a débouché dans le cadre du contrat de quartier « Wiels sur Senne », sur la création du projet CAPT'AGES : un partenariat nous permettant de fédérer le travail de trois associations qui œuvrent au « bien-être » des aînés forestois (Miro Ldc, Firefec Bandundu, Bras dessus Bras dessous).



L'antenne a parallèlement renforcé ses partenariats avec les différents services de la Commune, le CPAS et le réseau

associatif forestois. Et ce autour de projets ponctuels comme de projets plus durables, comme le « Portage de livres » avec la Bibliothèque de Forest (BibliF) par exemple.

Nous avons également continué à interroger la société sur le vieillissement en occupant l'espace public à l'aide de notre dispositif caravane durant 3 x 1 semaine (lundi au vendredi) dans 3 quartiers différents de Forest (Marconi, Saint-Antoine et Primeurs). Mais aussi lors de la journée des aînés du 1^{er} octobre, en distribuant des fleurs aux 4 coins de la commune, pour sensibiliser les citoyens.



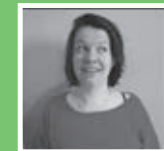
La Caravane des Primeurs

Aujourd'hui Bras dessus Bras dessous a scindé Forest en 4 zones (Wiels, Alliés, Kersbeek, Altitude 100), chacune chapeautée par des volontaires dynamiques qui renforcent encore l'idée de quartier dynamique autour des aînés isolés à domicile.

L'ANTENNE DE FOREST :



- Créée en **Mai 2016**
- **4** quartiers
- **145** Voisineurs et Voisinés
- **45** duos
- **1.310** soupes
- **1** Chargée de projet, Aurélie



- **4** super-bénévoles : Annette, Concetta, Hélé et Nour Eddine
- **6** interventions

DÉFIS 2020 :

- **Consolider l'autonomie** des 4 antennes
- Des **actions de sensibilisation** : caravanes et babbelbank
- Et à l'heure où nous écrivons ces lignes, **adapter notre accompagnement** aux nouveaux besoins/ demandes durant la crise du Covid-19.

L'antenne d'Uccle

L'antenne d'Uccle a vu le jour dans le quartier de la Bascule, à l'initiative d'une habitante du quartier qui rêvait d'y installer ce genre de dynamique. Très vite suivi par d'autres voisins de ce quartier, le projet a démarré en Octobre 2018.

L'antenne a officiellement été lancée en 2019 grâce au recrutement des premiers Voisinés et Voisineurs et les premiers tissages de lien. L'antenne a aussi répondu positivement aux demandes d'autres quartiers : à partir du moment où des voisins jeunes et moins jeunes expriment l'envie, il n'y avait aucune raison de ne pas sortir de nos « murs ».

Par ailleurs, de nombreux partenaires se sont manifestés pour soutenir cette nouvelle antenne. Les liens avec la Commune se sont tissés, notamment avec le soutien et l'énergie du Service Seniors. L'équipe de la Bibliothèque du Phare nous a généreusement ouvert ses portes tous les jeudis pour une permanence de l'antenne, ainsi qu'aux activités que certains aînés ont ainsi découvert : prêt de livres, ciné-débat,...



Le « Mardi Bolo »



Depuis le 23/04/2019, l'antenne d'Uccle a elle aussi son moment collectif: le « *Mardi Bolo* » au centre récréatif du 3^{ème} âge de la rue Vanderkindere.

Sur le modèle forestois de l'année précédente, l'antenne a organisé une semaine de Caravane fin Septembre sur la Place Danco avec nos partenaires du Hub be.Source.



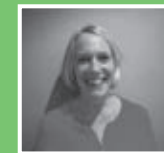
La Caravane place Danco



L'ANTENNE D'UCCLE :



- Créée en **Octobre 2018**,
- **2** quartiers,
- **69** Voisineurs et Voisinés,
- **18** duos,
- **347** bolo,
- **1** Chargée de projet, Marianne



- **1** super-bénévole, Nicole
- **6** interventions

DÉFIS 2020 :

- **Consolider l'autonomie** de l'antenne de la Bascule et d'Uccle-Centre et poser les bases de l'antenne dans le quartier du Homborch
- Des **actions de sensibilisation** : une caravane, des babbelbank, et l'action « *Simple comme une fleur* » le 1^{er} Octobre.
- Et à l'heure où nous écrivons ces lignes, **adapter notre accompagnement** aux nouveaux besoins/demandes durant la crise du Covid-19.

L'antenne d'Anderlecht



Inauguration de l'antenne au Peterbos

L'antenne Bras dessus Bras dessous d'Anderlecht a vu le jour en Octobre 2019 avec l'ouverture de l'antenne de quartier du Contrat de Quartier du Peterbos.



Les premiers mois ont permis de créer de premières synergies avec les acteurs du quartier.



“ Madame R. devait déménager, son appartement ayant été vendu. Isolée socialement et en rupture numérique, elle était perdue dans les démarches à suivre. Son Voisineur l'a accompagnée moralement dans ce grand changement, et plus pratiquement vers le guichet logement de la Commune qui a pu l'aider dans ses démarches administratives. ”

Bras dessus Bras dessous a parallèlement organisé des permanences à l'antenne et participé à des événements de quartier (journée de la Santé, fête de quartier, ciné-club,...) afin de présenter et faire découvrir le projet aux habitants du Peterbos.



« Ciné-croissant »

De premiers voisins ont manifesté leur intérêt pour le projet, et au cours du mois de Décembre 2019, un 1^{er} duo était créé dans le quartier.

L'ANTENNE D'ANDERLECHT :



- Créée en **Octobre 2018**
- **1** quartier
- **Permanences** à l'antenne du CDQ
- **4** Voisineurs et **1** Voisiné
- **1 premier** duo

DÉFIS 2020 :

- **Développer l'antenne** du Peterbos, en tissant des liens et des projets communs avec les acteurs du quartier, en identifiant les besoins des aînés et en rencontrant des voisins plus jeunes souhaitant tisser des liens avec ces derniers.
- En terme d'**actions de sensibilisation** : des babbelbank sont prévus durant les mois d'été, et l'action « *Simple comme une fleur* » le 1^{er} Octobre 2020
- Et à l'heure où nous écrivons ces lignes, **adapter notre accompagnement** aux nouveaux besoins/demandes durant la crise du Covid-19.



6. LES VOISINS

6. LES VOISINS

Pour atteindre ses objectifs, Bras dessus Bras dessous offre une réponse personnalisée à chacun des participants. Nous partons des besoins de notre public avec lequel nous construisons le projet.

Notre projet est à la portée de tous (pas de critères d'âge, d'appartenance, de genre, socio-économique). Il se veut être un vecteur de décroisement dans des quartiers très différents. Le vieillissement harmonieux à domicile est l'affaire de tous.

En partant des multiples besoins de notre public, nous élaborons une co-construction inclusive qui permet :

- aux **aînés dits Voisinés** d'être accompagnés, individuellement et qualitativement. Ce partage peut s'effectuer « généralement » à domicile, autour de leurs envies et dans le respect de leurs horaires.

- aux « **jeunes** » voisins dits **Voisineurs** généralement très monopolisés par la vie active, de rejoindre notre association à l'écoute de leurs disponibilités (recrutement après les heures de travail, réunions en soirée et le week-end), et de participer à une activité solidaire dans leur quartier.

En prenant part au projet, ces différents voisins s'embarquent dans une nouvelle relation a priori improbable (générations, milieux, cultures différentes).

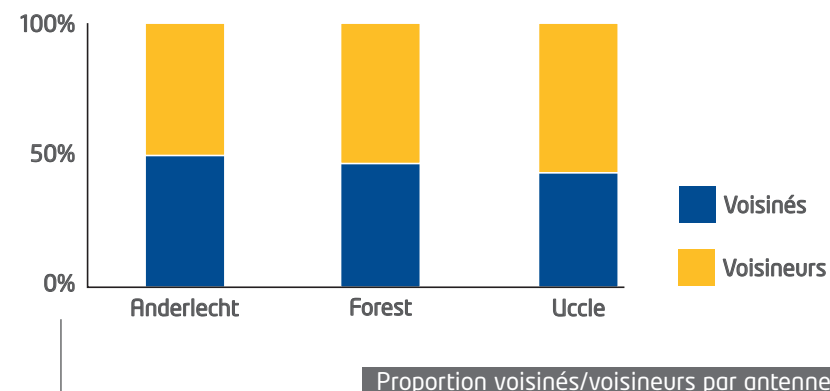
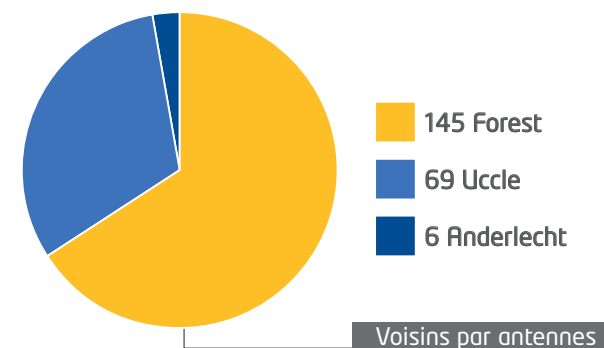
Si Bras dessus Bras dessous vise à répondre au sentiment de solitude exprimé par des voisins plus âgés, la valeur « réciprocité » est elle aussi, au cœur du projet : tout le monde peut avoir besoin d'un coup de main à



un moment et offrir son aide à un autre moment (améliorer une langue, sa manière de faire la confiture, coudre un bouton, versus un peu de temps, des petites courses, une promenade, une recette d'ailleurs, etc...). Chacun participe en fonction de ses talents, de ses disponibilités et de sa capacité. Il s'ensuit une dynamique qui contribue à améliorer la cohésion sociale dans un quartier.

Le projet et la relation évoluent donc en toute agilité afin d'être complémentaire au secteur formel et répondre aux envies qui découlent de la rencontre.

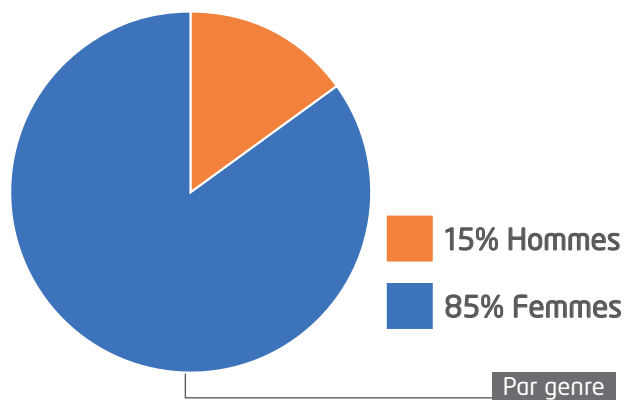
En 2019, notre association a touché et mobilisé 220 personnes d'âges, d'origines culturelles et socio-économiques aussi diverses que ne l'est notre métropole.



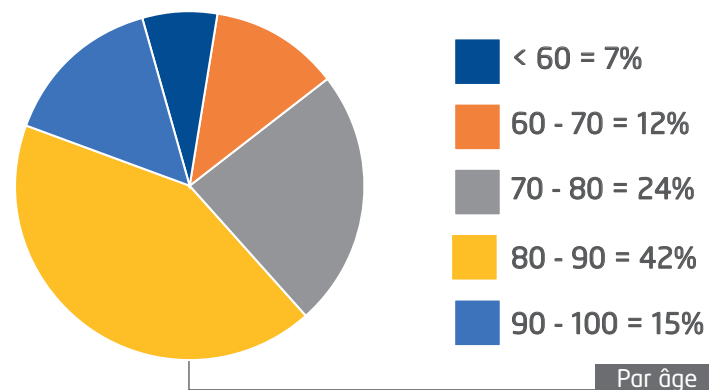
6.1. Les Voisinés

Les demandes des aînés sont très diversifiées et varient selon leur âge, leur degré de mobilité, leur mode de vie et leurs intérêts personnels. Une fiche d'identification détaillée est complétée lors de la première rencontre afin de cerner la demande et d'y répondre le plus adéquatement possible.

“ Le mari de Madame L, 96 ans, vient d'être placé en maison de repos. Très touchée par cette séparation et très agitée par l'organisation pratique de sa nouvelle vie, notre voisine a pu, grâce à notre association, être redirigée vers un service de transport qui la véhicule régulièrement vers la Maison de repos. Sa Voisineuse l'y amène également chaque semaine, c'est l'occasion d'échanger, d'aller faire une course additionnelle en route si besoin. ”



“ Grâce à mon voisineur, S. j'ai pu retrouver une amie de longue date, perdue de vue. Et le plus merveilleux c'est que S. m'a amenée lui rendre visite dans les Ardennes le temps d'un week-end ! ”



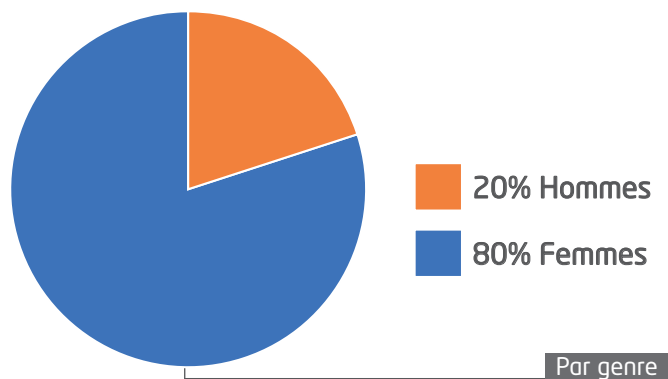
“ Madame M., voisinée par W. Ce qui est intéressant dans notre duo, c'est que ma voisineuse peut aussi me transmettre ses connaissances dans le domaine de la technologie, par exemple. Je suis curieuse d'esprit et j'aime creuser dans mon smartphone pour découvrir ce qui s'y cache. J'utilise déjà WhatsApp et depuis peu je m'intéresse également à Facebook. Je peux dire sincèrement que dans notre duo, il n'y a pas de place pour l'ennui ! ”



6.2. Les Voisineurs

Afin d'accueillir un public aussi diversifié que ne l'est notre société, BdDd attache une grande importance à la flexibilité des participants et tient compte de leurs disponibilités, envies et contraintes (horaires, mobilité,...). Nous sommes convaincus que l'on trouve toujours un peu de temps à consacrer aux choses que l'on aime. Sans cette souplesse, nous nous priverions d'une partie de la population active ayant de longues journées. Il est donc essentiel d'adapter notre méthodologie et notre cadre afin de garantir la pluralité la plus importante.

Les Voisineurs sont recrutés de manière similaire à leurs aînés (rencontre, fiche d'identification,...). Ils sont formés et suivis par la suite, par le biais d'échanges réguliers, d'intervisions et de formations.



“ S. 50 ans, voisineur ponctuel.

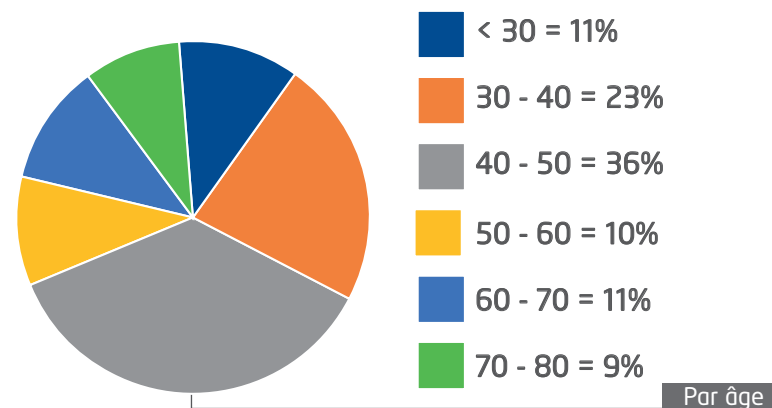
Mes horaires sont très chargés, mais à ma mesure je participe à ces liens de quartier. Pour BdDd, toute aide, même ponctuelle est précieuse et nécessaire. De temps en temps, je transporte l'une ou l'autre chose, je donne un coup de main pour déplacer un meuble par exemple etc. C'est très gratifiant : quand on rend service à quelqu'un, on le fait pour soi aussi.

”

“ R. pensionné, voisineur pour de petits services depuis 3 ans.

Je me suis rendu compte que tout cela est vraiment très positif pour moi, ces contacts avec des gens de milieux qu'on n'a pas l'habitude de côtoyer.

”



“ W. 21 ans, voisineuse régulière.

C'est en 2016 que je suis devenue la voisineuse de M. Depuis, il n'y a pas un samedi sans passer une ou deux heures chez elle. C'est devenu une habitude, une nécessité – tant pour elle que pour moi. Lors de nos rencontres, nous partageons nos histoires. De plus, par son âge et son vécu, M. possède des connaissances et savoirs que les nouvelles générations ont tendance à oublier. Elle m'a appris par exemple à faire du tricot ! Je ne suis pas encore une aussi grande experte qu'elle, mais plus je m'entraîne, plus ça ressemble à quelque chose. D'ailleurs, je tiens à la féliciter d'avoir été si patiente avec moi et d'avoir réparé mes erreurs de débutante en ne râlant que très peu, victoire !

”



7. LES ACTIVITÉS 2019

7. LES ACTIVITÉS 2019

 **2.808**
moments de voisinage

7.1. Les duos

Le cœur de l'activité de Bras dessus Bras dessous repose sur la création des duos/trios de voisins. Ce tissage de liens s'est renforcé en 2019 tant :

- en terme de **nombres de duos**, car les antennes créées comptent un nombre sans cesse croissant de Voisineurs et Voisinés,
- qu'en terme **géographique** puisque des antennes ont été créées dans de nouveaux quartiers : **Uccle-Globe, Uccle-Calevoet, Anderlecht-Peterbos.**

De nombreux nouveaux duos ont vu le jour en 2019, en tenant compte des besoins et des envies exprimés par les aînés, mais également en respectant les affinités de chaque voisin(e). Les rencontres se déroulent au domicile du Voisiné et/ou à l'extérieur en fonction de la mobilité, du temps, des envies et de la disponibilité de chacun : Marguerite et Florent jouent toujours au Scrabble chaque semaine, Laurent se fait amener des livres de la Bibliothèque par Marie, Sanah va visiter Josiane tous les



mois avec des biscuits préparés par sa maman, Carmen et ses deux élèves de rhéto vont, chacune à leur tour, visiter Monique à la sortie de l'école, Anne-Sophie et Jean vont voir une exposition de temps en temps.

Avec le temps, la remise en lien et en mouvement de nos Voisinés, les rôles de certains évoluent dans le projet : des Voisinés deviennent Voisineurs ou bénévoles au sein du projet, des Voisineurs sont à leur tour accompagnés après un mauvais épisode de santé, etc.



Aussi, Jean - initialement et toujours « Voisiné » - est devenu bénévole-comptable en nous faisant profiter de son expérience professionnelle passée. Monique, Voisinée, s'est chargée de prendre des nouvelles par téléphone de dizaines d'aînés plus fragiles pendant la canicule de l'été 2019.

En 2019, **2.808 moments** ont été échangés entre Voisinés et Voisineurs, à la maison ou lors d'une balade à l'extérieur au gré des envies, de la santé et du temps.

Activités des duos : un bon moment à la maison ; une séance de cinéma ; une exposition en ville ; des parties de scrabble, d'échecs,... ; des sorties en ville, en rue puis au restaurant ; des promenades dans le quartier ; un repas chez l'un puis chez l'autre ; des petites courses occasionnelles ; le portage de livres à domicile...

Quelles qu'elles soient, ces activités et la relation qui s'installent entre les voisins amènent à chacun ce petit plus qui colore le quotidien et rend la ville plus humaine.

7.2. Les moments collectifs

Parallèlement à ces duos, certains voisins souhaitent prendre part à des activités à l'extérieur. En privilégiant leur participation à des activités organisées par nos partenaires dans les quartiers, BdBd a initié quelques moments collectifs en répondant à différents constats :

- Les voisins des duos, jeunes ou moins jeunes, sont curieux de **rencontrer les autres voisins du quartier**,
- Ces activités permettent aux aînés plus « timides » de **prendre la température du projet** en venant s'y frotter, sans engagement aucun,
- Certains aînés isolés mais encore mobiles ne souhaitent **pas forcément un voisinage individuel** ni prendre part à des activités dites « seniors » proposées par ailleurs,
- Souvent mal informés à cause de leur isolement, de nombreux aînés ne connaissent pas le **réseau associatif et institutionnel de leur quartier**. Lors de ces moments collectifs, nos partenaires (maisons médicales, personnel communal ou du CPAS, associations de quartier) viennent présenter leurs activités de manière informelle. Nous les invitons à y passer dès qu'ils le souhaitent pour partager un repas, échanger et écouter ce que leurs voisins plus âgés expriment comme besoins et envies.

Le « Mardi Soupe » de Forest et le « Mardi Bolo » d'Uccle. Ces moments collectifs sont organisés chez et en collaboration avec des partenaires, respectivement au Miro LDC à Forest, et dans le centre récréatif du 3^{ème} âge rue Vanderkindere à Uccle.

En 2019 :

- **1.210 repas** ont été servis à Forest lors des « **Mardi Soupe** », auxquels se réunissent 25 à 40 voisins selon les semaines.
- les « **Mardi Bolo** » d'Uccle réunissent depuis le 23/04/2019, entre 10 et 25 voisins chaque semaine. Au 31/12/2019, **347 repas** ont été servis,
- dans notre récente antenne du Peterbos à Anderlecht, ce moment n'a pas été créé puisqu'une autre association partenaire l'organise

déjà. Une nouvelle initiative collective émergera probablement au cours des prochains mois en fonction des propositions du public concerné.

Ces mardis sont généralement des moments « sans programme » où il est juste bon de s'asseoir et d'être ensemble, de partager ce qui est et de prendre le temps d'échanger ou de se taire ensemble si c'est ce qu'il convient.

Toutefois, comme décrit plus haut, certaines activités spécifiques sont organisées durant ces mardis. L'occasion de faire du lien inter-générationnel, de donner la parole aux aînés devant des élus communaux, de profiter des produits d'un artisan,...

Un midi intergénérationnel avec les élèves de l'Institut St-Ursule de Forest en Septembre 2019

... parce que c'est l'occasion de passer un bon moment avec des plus jeunes et de casser les "stéréotypes" ancrés chez chacun.

Cette année, pour des raisons organisationnelles internes à notre partenaire, notre projet "Correspondances" s'est transformé en un "mardi intergénérationnel", où jeunes et moins jeunes ont eu l'occasion de se rencontrer, de comparer leurs points communs et leur enfance, de jouer et de partager un repas le midi.

Les jeunes sont arrivés les mains pleines de desserts confectionnés par leurs soins.

L'atelier « Chocolat » de la Fabrique à Chocolat et la Visite du Musée du Chocolat en Novembre et Décembre 2019

... parce qu'on n'a pas/plus l'occasion de prendre un tram jusqu'au musée du chocolat, ni de ramener à la maison des chocolats qu'on a choisi soi-même (et pas notre aide familiale).

Lors de notre soupe hebdomadaire le 05/11/2019, le projet a reçu la visite et explications de la fabrication du chocolat par un maître chocolatier, Samy Letaief. Quelques semaines plus tard, une excursion en car au Musée du Chocolat "Belgian Chocolate Village" a permis aux aînés de retrouver le chocolatier. La traditionnelle soupe s'est alors transformée en « Stoemp saucisses » pour fêter la Saint-Nicolas.

Les vacances à Wissant. En Mars 2019, nous avons organisé **1 séjour à la mer de 3 jours pour 19 personnes**. L'occasion pour de nombreux aînés qui n'étaient plus sortis de Bruxelles depuis des années, d'aller prendre le grand air en bonne compagnie.

« **Au programme ? Pas de programme !** », chaque journée se composait des envies et des besoins de chacun, toute sortie s'aménageant selon la mobilité, la santé des uns et des autres.



@Bénédicte Plovier



@Bénédicte Plovier



@Bénédicte Plovier

Un projet de lutte contre la fracture numérique a vu le jour en septembre 2018, afin de répondre aux demandes des aînés que nous accompagnons, concernant l'utilisation des outils numériques dont certains disposent (smartphone, tablette, pc) ou aimeraient disposer.

L'accompagnement numérique a pris différentes formes en fonction de la mobilité et des besoins des personnes : **formations en petits groupes** sur des thèmes précis, **permanences IT** pour des questions urgentes, **apprentissage** et **support à domicile** pour les personnes moins mobiles



DE JANVIER À AVRIL 2019 :

 - 14 permanences accueillant entre 5 et 10 personnes,
 - 4 cycles de formation à l'usage du smartphone accueillant chacun 10 participants,
 - 20 interventions au domicile des personnes immobilisées.



@Bruno Achen

Le repas de fin d'année a clôturé l'année ce 19/12/2019.

155 voisins de tout âge, de toute origine et de toutes les antennes étaient de la fête. De quoi renforcer la cohésion de notre association et offrir un chaleureux moment de partage en cette période souvent synonyme de grande solitude.

Cette année, chaque aîné est rentré à la maison avec un petit arbre de Noël décoré. Au total, **250 sapins** ont été offerts ou délivrés aux aînés de notre communauté.



7.3. Le référencement

Bras dessus Bras dessous ne veut pas se substituer au secteur formel de l'aide à domicile et ni autres secteurs. Les activités de lien social permettent de faire émerger une demande qui peut ensuite être référée vers d'autres acteurs. Et parallèlement, les services d'aides aux personnes (Maison Médicale, service social, acteurs de l'aide et des soins à domicile,...) conseillent Bras dessus Bras dessous à leurs bénéficiaires quand ces derniers leur parlent de solitude.

EN 2019, PRÈS DE 100 RÉFÉRENCIEMENTS ONT ÉTÉ FAITS VERS NOS PARTENAIRES :

.....
 Le besoin d'une aide ménagère à tarif réduit ; l'introduction d'une procédure de reconnaissance de handicap ; une demande d'aide au CPAS ; une demande de colis alimentaire ; l'introduction ou la mise à jour de dossiers administratifs à l'administration, à la Mutuelle, auprès d'un opérateur téléphonique ; mais aussi des demandes en matière de logement, de transport, ...

Ce travail de référencement est de plus en plus présent dans nos activités, pour deux raisons :

- Parce que les seniors que nous rencontrons "vieillissent" à nos côtés et leurs besoins d'autres types d'aides est croissant
- Et parce que les acteurs formels et informels nous connaissent de plus en plus et nous réfèrent des demandes auxquelles ils ne savent pas répondre. Il est fréquent qu'un médecin nous appelle pour nous mettre en contact avec un patient plus âgé très isolé qui a des besoins que le médecin ne sait pas chez qui relayer.

“ Madame F, Voisineuse, a connu une complication médicale. Hospitalisée, elle est perdue à son retour à la maison et a besoin d'aide administrative et logistique. L'association l'a référée vers une structure d'aide et de soins à domicile qui le lendemain a envoyé une assistante sociale et mis en place le passage d'une aide administrative et d'une aide-ménagère. Parallèlement, notre Voisineuse se fait maintenant « voisiner » régulièrement pour se changer les idées.

”

7.4. La sensibilisation

Alerter et témoigner sur les questions d'isolement des seniors, c'est aussi une mission sociale de Bras dessus Bras dessous, ainsi que promouvoir la solidarité entre les générations. Les activités de sensibilisation démarrées en 2018 ont continué en 2019 et démontré tout leur sens.

En 2019, l'asbl a re-conduit son expérience positive de Caravane et sa distribution de fleurs lors de la Journée Internationale des Personnes âgées.

Le projet « Caravane » Il s'agit d'un dispositif mobile - une Caravane, des tables et des chaises de toutes les couleurs - posé une semaine entière au coin d'une rue. Le projet vise à aller à la rencontre des aînés et de sensibiliser les plus jeunes à la question du vieillissement et de l'isolement des plus âgés, et à tisser des liens entre voisins qui le souhaitent.

Durant les 4 Caravanes de l'été 2019, plus de **600 contacts** ont été réalisés ; parmi eux des citoyens jeunes et moins jeunes de toutes origines socio-économiques et culturelles.

QUATRE QUARTIERS ONT ÉTÉ VISÉS CETTE ANNÉE :

- le Parvis Saint-Antoine en Juin 2019, dans le cadre du Contrat de Quartier avec nos partenaires de Miro LDC et Firefec/BDD
- le Parc Marconi à Forest en Juin 2019 avec nos partenaires de be.Source
- le Quartier des Primeurs en Septembre 2019, dans le cadre du Contrat de Quartier avec nos partenaires de Miro LDC et Firefec/BDD
- la Place Danco à Uccle en Octobre 2019 avec nos partenaires de be.Source



Quartier des Primeurs



Place Danco



Parc Marconi



Parvis Saint-Antoine

L'action « *Simple comme une fleur* » lors de la journée internationale des personnes âgées.

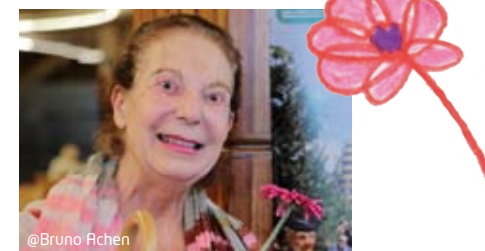


L'action vise à sensibiliser le public aux conditions de vie des personnes âgées qui souffrent de solitude. Et ce, en parcourant les rues pour donner une fleur aux passants qui l'offriront à leur tour à une personne âgée concernée souffrant de solitude.

Au-delà de ce geste simple et symbolique, la volonté de sensibiliser le public à la situation des personnes âgées isolées, de leur offrir un espace de parole, de permettre aux bénévoles de témoigner de leur engagement.

Le **1^{er} octobre** a lieu la **journée internationale des personnes âgées**. À cette occasion, Bras dessus Bras dessous et le projet BuurtPensioen-PensionsQuartier se sont mobilisés pour la deuxième année consécutive. L'action vise à sensibiliser le public à la question de l'isolement des personnes âgées. Nos bénévoles parcourent les rues pour donner une fleur aux passants qui l'offriront à leur tour à une personne âgée souffrant de solitude. Au-delà de ce geste simple et symbolique, l'action offre un espace de parole à certains aînés et permettent aux bénévoles de témoigner de leur engagement.

Cette année, **2.600 fleurs** ont été distribuées dans **9 communes bruxelloises** : Bruxelles-Centre, Laeken, Neder-over-Heembeek, Jette, Ixelles, Molenbeek, Evere, Forest et Uccle.





8. LE BILAN FINANCIER

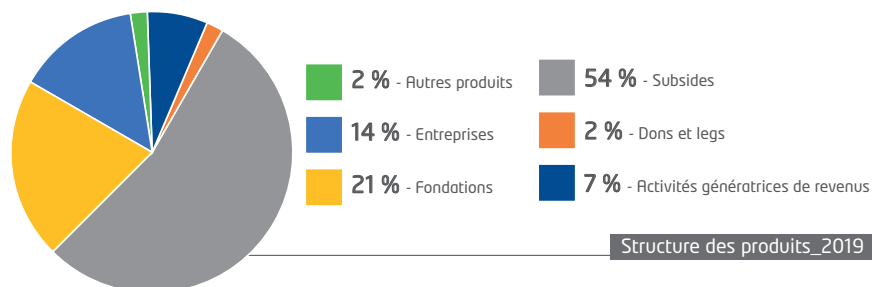
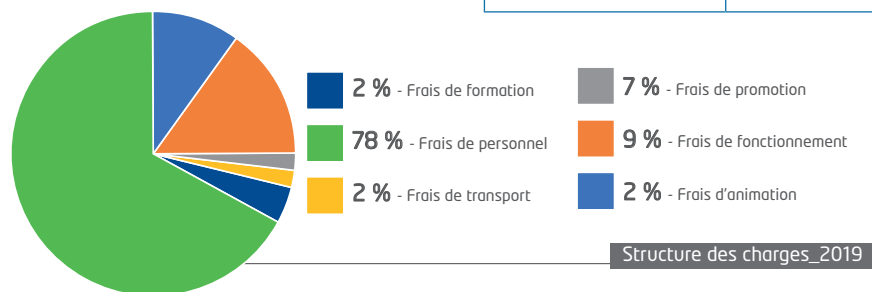
8. LE BILAN FINANCIER

Bilan 2019

AVOIRS	
Créances à 1 an au plus	60.121,41
Placement de trésorerie	-
Liquidités	2.839,71
Total des avoirs	62.961,12

DETTES	
Fonds social	
Bénéfice reporté	5.819,88
Provisions	
Provisions pour Risques et Charges	12.800,64
Dettes	
Dettes financières	-
Dettes fournisseurs	4.198,93
Dettes à l'égard des membres	15.026,71
Dettes fiscales, salariales et sociales	-516,00
Produits à reporter	25.630,96
Total des dettes	62.961,12

Compte de résultat



Compte de résultat

CHARGES	2018	2019	Budget 2020
Services et bien divers	17.254,95	53.435,29	65.975,00
Frais d'animation	1.898,22	15.206,76	15.500,00
Frais de fonctionnement	7.225,65	24.543,47	33.275,00
Frais de promotion	5.146,99	3.670,86	5.700,00
Frais de transport	1.817,12	3.079,78	2.500,00
Sous-traitance : formation, accompagnement,...	1.166,97	6.934,42	9.000,00
Frais de personnel	59.460,55	108.365,15	253.215,38
Charges financières	9,15	164,85	500,00
Provisions pour risques et charges	-	12.800,64	-
Total des charges	76.724,65	174.765,93	319.690,38

PRODUITS	2018	2019	Budget 2020
Activités génératrices de revenus	1.070,00	12.683,35	13.000,00
Dons et legs	6.794,50	3.605,00	11.000,00
Subsidés	36.436,67	95.394,68	186.920,96
Région	36.436,67	61.570,00	113.600,00
Communes	-	33.824,68	73.320,96
Fonds privés	34.500,00	64.251,84	111.200,00
Fondations	18.000,00	36.551,62	41.000,00
Entreprises	9.000,00	25.289,90	62.700,00
Autres produits	7.500,00	2.410,32	7.500,00
Autres produits	-	265,80	-
Total des produits	78.801,17	176.200,67	322.120,96



9. LES PARTENARIATS

9. LES PARTENARIATS

Bras dessus Bras dessous met en avant une vision pluridisciplinaire du vieillissement à domicile, axée sur :

- Une prise en charge individuelle et flexible,
- L'expertise de chaque acteur,
- Une collaboration permanente entre partenaires et autour de la personne,
- Un suivi régulier et une adaptation constante de la prise en charge.

9.1. Nos partenaires financiers

En 2018, nous tenons à remercier les partenaires financiers institutionnels et privés qui ont généreusement décidé de soutenir Bras dessus Bras dessous, nous permettant ainsi de consolider le projet à Forest et développer une antenne dans la Commune d'Uccle.



Un grand merci également aux donateurs privés

qui nous ont soutenu par un don et en participant aux 20km de Bruxelles, à la nocturne Filigranes et à la vente de sapins.



9.2. Nos partenaires opérationnels

BdBd a rapidement tissé autour du projet, un réseau de partenaires et d'interlocuteurs associatifs et institutionnels du secteur, avec lesquels différents types de liens se sont développés, allant du lien informel au partenariat formel. Merci à tous ces partenaires avec lesquels il est bon de collaborer :

Nos partenaires publics : la Commune de Forest, son Service Cohésion Sociale, son Service Jeunesse, son Service Social, son Service Environnement, son Service Prévention et son Service Mobilité, le Service d'Aide et Soins à Domicile du CPAS de Forest, la Bibliothèque de Forest, la Commune d'Uccle, son Service des Affaires Sociales et son Service Action Sociale, la Bibliothèque du Phare, la Commune d'Anderlecht.

Nos partenaires associatifs : le Centre de Santé Mentale Adret, Agence Alter, ATD Quart Monde, Atoll, Le Bien Vieillir, Le Brass, Buurt Pensioen-Pensions Quartier, Caban, Le Cairn, le Centre Culturel Al Malak, Clara asbl, la Clinique de la Ramée, le Collectif Alpha, Coopcity, CREDAL, la CSD, le Début des Haricots, Epsilon, Entr'âges, Entraide et Culture, Firefec Bandundu, Frickshaw, l'Institut St-Ursule de Forest, Le grimoire d'Alessia, InforFemmes, La ligue Bruxelloise Francophone pour la Santé Mentale, Libération Films, le Lotus, La Maison des Jeunes de Forest, Une Maison en plus, la Maison Médicale Étoile, la Maison Médicale 1190, La Maison Médicale des Primeurs, La Maison Médicale Marconi, la Maison Médicale Uccle centre, Médecins du Monde, Miro LDC, Notre Dame des Champs, St Vincent de Paul, Senior Montessori, La Petite Miette, Petits Frères des Pauvres, Samenlevingsopbouw, Samen Toujours, Service Santé Mentale av. de Fré, Sociaal Vervoer, Soins chez Soi, Source Plurielle, le Sud, le Suta, Tahadi, Ten Weyngaert, Traffik Klassik, Unipso, le Wiels - et l'équipe de Supermouche/Supervlieg.

Nos partenaires privés :

- Fondations : be.Source
- Entreprises et indépendants : VR Déco, Faces, Prismes, Filigranes, Deloitte Belgium, La Librairie Candide, Famidesk, Bread & Bento, Caroline Lumia, Gaëlle Ryelandt, Chantal Dehon, Jonathan Willems, la Boucherie Étienne, La Vivrière, le St-Aulaye, Rhino, Generous et La Fabrique à Chocolat.

Et les autres partenaires sans qui Bras dessus Bras dessous ne pourrait exister.



10. L'ÉQUIPE

10. L'ÉQUIPE

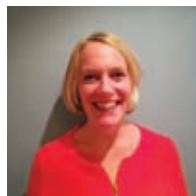
L'équipe



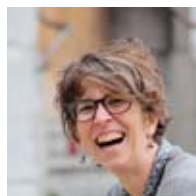
Aurélie Grimard



Céline Remy



Marianne Massion



Florence Gentet

Le Conseil d'Administration



Aude Garely



Mima De Flores Canales



Emmanuelle Ghislain



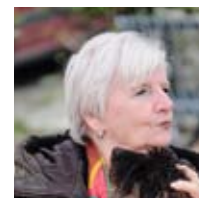
Stéphane Heymans



Yasmine Boudaka



Les « super-bénévoles »



Nicole



Pour Eddine



Annette



Concetta



Hélé

Le réseau de Voisins

Adèle, Alain, Alain, Alexandra, Ali, Alice, Alice, Aliette, Amalia, Amira, Ana, Andrée, Andrée-Rose, Angela, Angélique, Anita, Anna, Anne, Anne, Anne-Aurélie, Anne-Sophie, Annette, Annick, Anouk, Antoine, Arnaud, Aurélie, Aurélie, Béatrice, Bénédicte, Bénédicte, Bérengère, Bernadette, Bernadette, Bernard, Brenda, Brigitte, Bruno, Btisse, Camilla, Carmen, Carolina, Caroline, Caroline, Catherine, Cécile, Célestine, Céline, Céline, Céline, Chantal, Charlotte, Christian, Christiane, Christiane, Christiane, Christine, Clara, Clarisse, Clémence, Concetta, Danielle, Denise, Denise, Dominique, Edith, Éliane, Éliane, Elise, Éliane, Ellini, Emma, Estelle, Eva, Évelyne, Fanny, Fanny, Fernande, Fleur, Florence, Florent, Francine, Francine, François, Françoise, Gabriel, Gaël, Gaele, Georgette, Georgette, Gilberte, Gisèle, Godelieve, Heidi, Hélé, Hélé, Hélé, Henri, Huguette, Isabelle, Isadora, Jacqueline, Jacqueline, Janie, Janou, Jean, Marc, Jean, Jean, Jean-Claude, Jean-Claude, Jean-François, Jeanine, Jeanine, Jeanine, Jeaninne, Jeanne, Jecheskel, Jeny, Jessica, Jocelyne, Josette, Josiane, Julie, Katalyna, Katleen, Latifa, Laura, Laurence, Laurent, Liliane, Lisette, Louis, Louise, Louise, Louise, Lucette, Luciana, Lucie, Lydie, Emmy, Maguy, Mairead, Malika, Marc, Margaret, Margot, Marguerite, Marianne, Marianne, Marie, Marie, Marie-Josée, Martine, Michèle, Micheline, Micheline, Myriam, Mohamed, Monica, Monique, Monique, Monique, Murielle, Myriam, Nathalie, Nicole, Ninon, Norma, Pour Eddine, Panchita, Pascal, Pascale, Pascaline, Patrick, Pauline, Philippe, Philippe, Rachida, Raphael, Raymond, Reginald, Renée, Robert, Rocco, Rosa, Roseline, Sabine, Sabine, Sacheeta, Salvatore, Sam, Sana, Sandra, Simone, Slim, Stéphan, Sybille, Sybille, Sylvie, Teresa, Thérèse, Thierry, Valérie, Véronique, Véronique, Virginie, Viviane, Wioletta, Yolande, Yolande, Yvonne, Yvonne, Zohra...



II. ON PARLE DE NOUS

II. ON PARLE DE NOUS





12. CONSTATS ET CONCLUSIONS

12. CONSTATS ET CONCLUSIONS

Le projet existe maintenant depuis quatre ans et a connu une croissance importante. Il offre encore beaucoup de potentiel et compte de nombreux chantiers ouverts. Voici les quelques conclusions et constats pour 2019 :

1/ Le potentiel de croissance : Le modèle est transposable à divers territoires car il est cadré et « protocolisé » : processus définis, boîte à outils de voisinage, plateforme informatique de suivi des voisinages, ...

Grâce à son caractère agile, il s'adapte à la diversité des quartiers, notamment parce qu'il est basé sur le partenariat. Il amène donc une grande force de déploiement sans rentrer en concurrence avec les acteurs déjà présents.

2/ Le déploiement dans des quartiers multiculturels : Paradoxalement on y constate indifférence, méfiance ou non compréhension de notre action et à la fois une envie de décroïsonner le quartier. Le Monitoring des quartiers à Forest (dans le cadre du Contrat de Quartier Wiels) rapporte la « volonté de la part des habitants de voir s'ouvrir des espaces de mixité ethno-culturelle » et « la nécessité d'aller vers plus d'interculturalité, d'intergénération, d'inter usages ». Ces constats nous amènent à renforcer plus que jamais notre travail avec les associations du périmètre afin d'approcher des quartiers plus multiculturels. Cela demande du temps mais l'empathie sort toujours gagnante.

3/ L'autonomie difficile des antennes : Un point sur lequel la mise en œuvre des actions reste plus difficile est la structuration du projet par « antennes ». En effet, afin d'être capable de répondre aux nouvelles demandes en gardant le caractère de proximité, Bras dessus Bras dessous s'est rapidement structurée en antennes de quartier. Chaque antenne est sous la responsabilité d'un chargé de projet salarié.

Celui-ci s'entoure de volontaires qui tissent et entretiennent les liens créés dans un périmètre de quartier. Ces « super-bénévoles » sont rares et il n'est pas évident de les recruter sur le long terme (nouveaux engagements

professionnels, changement de la situation familiale, ou de santé). Les salariés doivent donc se substituer à ces bénévoles. La gouvernance bénévole est un choix institutionnel afin de garder « l'empathie » et « l'engagement » comme le moteur du projet. Le salarié est présent pour accompagner les bénévoles et pour établir les cadres et diffuser les outils.

4/ La force des partenariats : Le projet tisse des partenariats qui permettent de toucher les plus isolés et répondre à leurs besoins de manière holistique. Ces partenariats pouvant déboucher sur de nouvelles idées et projets, il est donc important que nos activités restent centralisées sur le public de personnes isolées.

5/ Le référencement est devenu un enjeu clef et les demandes augmentent car :

- Les aînés savent à qui demander,
- Les aînés ont de nouveaux besoins liés au vieillissement ou à leur (re)socialisation : soins de soi, de son habitat,
- Les acteurs formels sans réponse nous envoient des aînés à écouter/conseiller.

6/ La remise en mouvement : Parmi les aînés que nous accompagnons depuis un moment, il est intéressant de remarquer que de plus en plus de Voisinés sont devenus Voisineurs ou se sont proposés pour d'autres types de volontariat au sein de l'association. Force est de constater qu'une personne remise en mouvement se réapproprie son « temps » et a l'envie de participer aux projets. Dans la mesure du possible nous essayons de répondre à ces demandes.

7/ L'empathie de voisinage : BdBd structure les énergies de quartiers et met en contact des personnes qui ont disparu de nos trottoirs avec un réseau de proximité. Ces liens retrouvés ont un énorme impact sur la santé des voisinés mais aussi sur l'image des seniors dans l'œil des voisineurs¹¹.

11. Un des chantiers en cours est de faire une batterie d'indicateurs pour mesurer l'impact du projet.



13. NOUS SOUTENIR

13. NOUS SOUTENIR

Pour aller plus loin ensemble...

- **Inscrivez-vous à notre newsletter** et abonnez-vous à nos réseaux sociaux
- **Aimez, partagez, relayez** autant que vous voulez
- **Devenez Voisineurs**
- **Faites-nous profiter de vos compétences** (ressources humaines, gestion de projet, IT, administrative, etc.)
- **Soutenez-nous financièrement** via un don ou une action
 - > **40€** avec attestation fiscale (avec la communication : « pour Bras dessus Bras dessous »)
 N° compte IBAN: BE26-0000-0000-2929
 - < **40€** sans attestation fiscale
 N° compte : Triodos : BE70 5230 8078 6325
- **Courez les 20km à nos couleurs**



POUR EN SAVOIR PLUS :

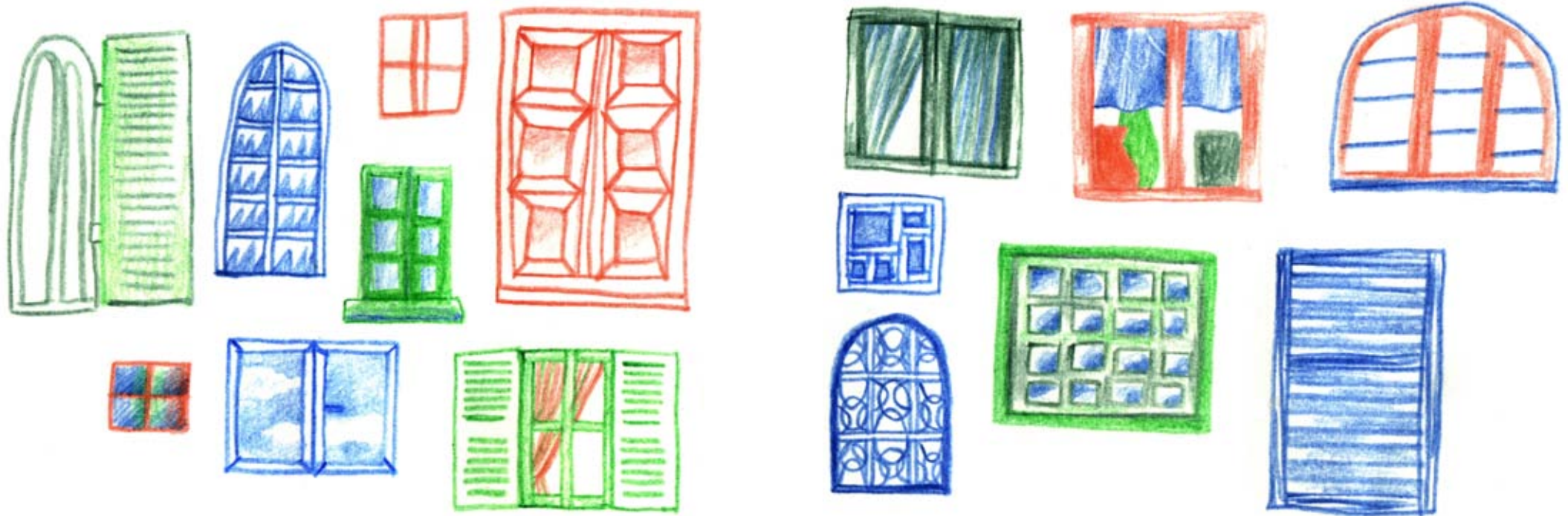
Mail : info@brasdessusbrasdessous.be

Tél. : 0486/76.62.89

www.brasdessusbrasdessous.be

 [brasdessusbrasdessous](https://www.facebook.com/brasdessusbrasdessous)





" LE SOLEIL ACCEPTE BIEN DE PASSER PAR DE PETITES FENÊTRES..."

Frederik van Eeden



Bras dessus Bras dessous

14, Place de l'Altitude 100 - 1190 Forest | Téléphone : 0486 / 76.62.89
www.brasdessusbrasdessous.be | info@brasdessusbrasdessous.be | 