

DOSSIER : Avec ce virus, on n'ose plus trop vadrouiller

ENTRETIEN. Dans les Côtes-d'Armor, « nos clubs d'ânés ruraux sont des organisateurs de rencontres »



Comment les retraités ont-ils vécu cette année Covid ? Dans les clubs des ânés, la vie s'est suspendue. Dans les Côtes-d'Armor, il existe 135 clubs, regroupant 15 000 adhérents. Le président de la fédération départementale Générations Mouvement, Henri Lemoine, qui porte aussi la casquette nationale, livre son regard.

Henri Lemoine, président de la fédération départementale Générations Mouvement, reste à l'écoute des adhérents des Côtes-d'Armor. | OUEST-FRANCE

Pour 15 000 retraités des [Côtes-d'Armor](#), les activités auxquelles ils participent dans leurs clubs d'ânés ruraux, c'est d'ordinaire un temps fort chaque semaine. Mais depuis près d'un an, tout s'est arrêté ou presque. Cette année « Covid » se prolonge malheureusement en 2021. Plus que jamais, Henri Lemoine, président de [Générations Mouvement, fédération départementale des ânés ruraux](#), et président de la structure nationale, reste à l'écoute.

Globalement, quel est l'état d'esprit dans les 135 clubs costarmoricains ?

En octobre avant le [reconfinement](#), j'ai rencontré tous les présidents lors d'une série de réunions déconcentrées. Ils étaient tous présents. Il y a une vraie attente de reprendre, d'échanger, de parler des difficultés... Notre tranche d'âge est très touchée. J'ai découvert deux attitudes. Dans les clubs de 100 à 300 personnes, les activités ont repris en septembre dernier, avant de s'interrompre. Les structures plus petites, implantées dans les communes rurales, elles, ne font plus rien. Des seniors craintifs restent calfeutrés chez eux. En théorie, l'autre incarne une chance. Il est devenu un danger.

Ces comportements reflètent-ils deux types de population ?

La moyenne d'âge des adhérents, dont l'effectif semble stable cette année, est de 75 ans. Les plus jeunes vivent avec un smartphone à la main, ont pratiqué l'informatique au travail. Ils sont « connectés ». Pour les autres, marqués par le « papier », ce qui compte, c'est la rencontre, il faut voir les gens en physique. L'objectif est de garder ces deux populations. On a mis en place une liaison numérique pour gérer les activités et communiquer. Je prépare un flash d'information chaque semaine, pour relayer les données de l'[Agence régionale de santé](#) (ARS). Le dernier était consacré, par exemple, à la vaccination.

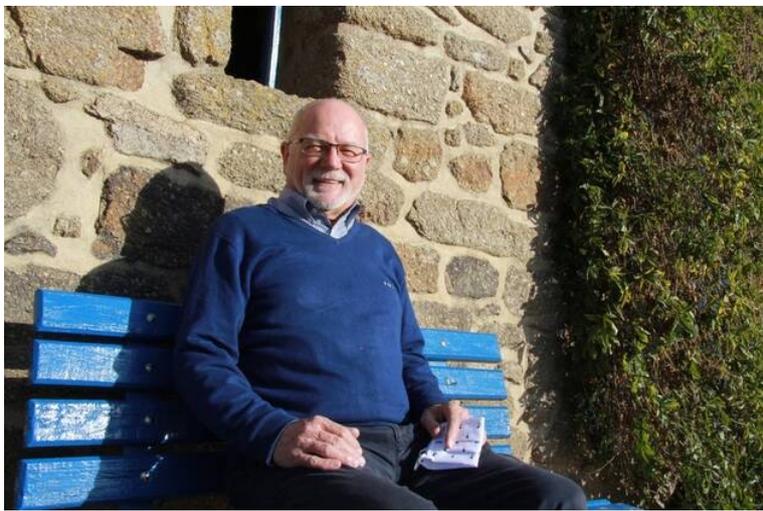


Henri Lemoine : « Pratiquement tous les jours, en fonction des associations, on peut marcher, danser, chanter, faire de la gym, jouer aux cartes, faire des tournois de boules... » | OUEST-FRANCE

Malgré le manque de visibilité, comment avez-vous préparé cette nouvelle année ?

2021 risque d'être plus difficile que 2020. Au niveau départemental, nous avons une salariée au siège de la fédération, à [Plérin](#). Vu le contexte, son activité est partielle. Nous avons souhaité maintenir notre calendrier. On a fait passer ce message aux clubs : « Faites-le comme s'il n'y avait pas le Covid, réservez les salles. » Et on annule s'il le faut. Les clubs pratiquent la solidarité entre leurs membres et la fédération. On a demandé aux clubs de faire un geste, à travers une baisse de cotisation ou un petit cadeau. La cotisation départementale a été réduite d'un euro, ce qui représente un total de 15 000 € en moins.

Un troisième confinement semble se profiler... Sentez-vous un ras-le-bol ?



Lors du premier confinement, c'était la stupéfaction. Si nous sommes à nouveau confinés, l'impression que ça ne se finira jamais va dominer... C'est source d'angoisse. Notre population, par définition, n'a pas perdu de revenus. On peut le connaître par les enfants, les petits-enfants. Notre génération les aide, et parfois, il y a encore les parents à soutenir. Aujourd'hui, il y a un entrain qui n'existe plus. Des gens ne sortent plus de chez eux. L'activité physique, l'activité cérébrale et le lien social, c'est le cocktail gagnant. Il faut le maintenir avec d'autres outils : la visio, WhatsApp... Les clubs sont invités à prendre contact avec le plus fragiles. Plus de la moitié des adhérents sont des personnes seules.

« C'est très important d'avoir un petit cercle de quatre ou cinq personnes autour de soi », encourage Henri Lemoine. | OUEST-FRANCE

Ne plus pouvoir participer aux animations représente un manque...

On est entravé. Nos clubs sont des organisateurs de rencontres. Pratiquement tous les jours, en fonction des associations, on peut marcher, danser, chanter, faire de la gym, jouer aux cartes, faire des tournois de boules... Il y a un vrai rendez-vous avec le club.

Comment faire pour garder le moral ?

Il faut rester optimiste. Il faut privilégier le téléphone avec les images, pour se voir. Il faut passer des coups de fil aux plus isolés, prendre des nouvelles régulièrement des autres. C'est ce qui fait le lien. Certains aident d'autres à faire des courses. C'est très important d'avoir un petit cercle de quatre ou cinq personnes autour de soi. On se motive collectivement. « Tiens, on va faire une marche ! », dit un voisin, et c'est parti. Je suis convaincu qu'en septembre prochain, nous aurons un créneau pour revenir. La vaccination aura fait son effet.

Informations sur gemouv22.fr

Ouest-France Recueilli par Soizic QUÉRO. Publié le 01/02/2021 à 08h30

TÉMOIGNAGES. Au club des aînés de Trégueux, « rien ne sera plus jamais comme avant »



À Trégueux (Côtes-d'Armor), le club Le Bel âge a mis un coup d'arrêt à ses activités, en raison de la crise sanitaire. Le temps qui s'étire, l'ennui, la solitude... Malgré tout, les adhérents tentent de garder le moral.

À Trégueux, Joëlle Dhamin, vice-présidente du club Le Bel âge des aînés de Trégueux, et Bernadette Semonnd, présidente, trouvent « le temps long » sans les animations du club. | OUEST-FRANCE

Ce matin, c'était cours de gym par visio pour Bernadette Semonnd, présidente du club Le Bel âge, à Trégueux (Côtes-d'Armor). La vice-présidente, Joëlle Dhamin, l'a rejointe pour cette séance hebdomadaire. Il faut entretenir la forme. « Ah oui, c'est très important. C'est adapté à notre âge », apprécie Bernadette, 86 ans. « C'est de la gym douce spéciale senior », ponctue Joëlle, sa cadette de neuf ans. Les salles étant fermées, il faut s'adapter.

« Le temps est long »

Ce rendez-vous du mercredi compte. « Parfois, on se demande même quel jour on est dans la semaine. Le temps est long. On n'a plus rien à préparer. Le club m'occupait beaucoup », témoigne la présidente. En 2020, 230 personnes faisaient partie du club. « Mais il y a eu des décès », s'attriste Joëlle.



Les concours de cartes, les potées, les bals, les parties de boules et de Scrabble, les goûters un jeudi sur deux... Tout est en stand-by. La musique ne résonne plus. Les parties de rigolade se sont tues. Les sorties et les voyages ont été suspendus. « **Ça nous manque** », clament en chœur les deux amies. « **Ça coupe la semaine, ça rebooste !** » « **On aimait bien retrouver les copines. Les gens étaient contents de se voir. Aujourd'hui, certains ne sortent plus**, constate Joëlle. Les adhérents attendaient le jeudi **avec impatience.** » Une membre l'a avoué à Bernadette : « **Ça coupe la semaine, ça rebooste !** » Le [Covid](#) fait « peur, très peur » à plusieurs.

« **Il faut prendre le temps d'écouter** »

Heureusement, il y a le téléphone pour communiquer. « **J'ai passé entre 150 et 160 coups de fil, la première semaine du [confinement](#)**, rembobine Bernadette. **Certains étaient déboussolés. On a tout annulé très vite. C'était perturbant. Il y avait un besoin de parler. Il faut prendre le temps d'écouter.** » Les soucis familiaux préoccupent les seniors. « **On sent les jeunes très désemparés. Ils se posent beaucoup de questions.** »

« **Hum, on sera les derniers servis** »

La [vaccination](#) ? « **Il faut que notre tranche d'âge soit aidée pour accomplir les démarches de réservation pour le centre.** » La reprise ? « **Ce sera une année blanche. Réunir 150 personnes dans une salle... Hum, on sera les derniers servis. Ça peut durer. Ce ne sera pas avant l'automne**, pronostique la présidente, **mais rien ne sera plus jamais comme avant. Il y a des adhérents fidèles, mais certains ne reviendront pas. Tout ça les aura fait tellement vieillir...** »

[Ouest-France](#) Soizic QUÉRO. Publié le 01/02/2021 à 07h32

REPORTAGE. À bord du minibus, avec Denise, 87 ans : « Avec ce virus, on n'ose plus vadrouiller »



Chaque jeudi matin, Bruno Valente, élu et secrétaire du club des aînés, prend le volant du minibus municipal de Plœuc-L'Hermitage, à une demi-heure de Saint-Brieuc (Côtes-d'Armor), pour conduire les personnes âgées au bourg de la commune, où elles font leurs courses. Les deux passagères du jour, Denise, 87 ans, et Jeanine, 74 ans, ont rempli leurs cabas de victuailles et de rencontres.

Bruno Valente, conseiller municipal délégué aux seniors et secrétaire du club de l'Âge d'or, conduit le minibus municipal, pour accompagner les personnes âgées, qui vont faire leurs courses au bourg, comme Denise. | OUEST-FRANCE

De couleur vert olive, le minibus flambant neuf, financé par les fonds européens, file sur les routes de campagne de [Plœuc-L'Hermitage \(Côtes-d'Armor\)](#). Début de matinée pluvieux.

Au volant, Bruno Valente, conseiller municipal délégué aux seniors et secrétaire du club l'Âge d'or. C'est jour de marché. Le jeune retraité, ancien responsable de l'atelier de construction de décors à la Comédie-Française, a toujours été investi dans la vie associative. Quand il a fallu dépanner pour le transport gratuit des personnes âgées, de façon temporaire, il a donné un coup de main. Et il continue jusqu'à ce que le prestataire habituel réassure le service.

Bruno Valente occupe ce rôle depuis quelques mois, de façon temporaire. | OUEST-FRANCE

« J'aurai le temps de prendre du pognon ? »

Six kilomètres plus loin, arrivée dans un petit hameau, aux maisons de pierres qui se chatouillent. Au bout de l'allée, Denise, 87 ans, entrouvre la porte. Le volet n'est pas complètement levé.

Sous son long manteau de laine marron, sa robe rouge fait de timides apparitions. Autrefois, Denise, qui aime toujours être coquette, triait les légumes à Jersey. Son sac écossais au bras, elle s'assoit dans le minibus. « **J'aurai le temps de prendre du pognon avant d'aller au Petit Marché ?** », lance Denise. « **Oui, je te dépose à la banque avant** », répond Bruno. « **Il est très gentil**, murmure la passagère. **Ce service, c'est pratique.** »



En tant qu'élus et secrétaire du club des aînés, il aime rendre service. | OUEST-FRANCE

Pendant le [confinement](#), « on appelait les anciens, les personnes les plus isolées pour faire leurs courses ». À 65 ans, Bruno rend service dès qu'il peut. S'il faut changer une bouteille de gaz, il le fait. « **On garde le contact et on est utile en même temps.** » Le trajet s'égrène au fil des mots échangés. Stop devant la banque, entre les cabas à roulettes. Bruno ouvre la porte du véhicule. « **À tout à l'heure Denise !** »

Bruno appelle les passagères la veille



Le jeudi, c'est jour de marché à Plœuc-L'Hermitage. Denise, elle, va à la supérette, Le Petit Marché. | OUEST-FRANCE



Jeanine, 74 ans, habite à un kilomètre du bourg. Elle fait ses courses chaque jeudi. | OUEST-FRANCE

Nouveau départ, c'est au tour de Jeanine, qui habite à un kilomètre du bourg. Une habituée. « **Je les appelle la veille pour savoir si elles ont besoin d'aller faire leurs courses** », glisse Bruno. Jour de grand approvisionnement, pour l'ancienne agricultrice de 74 ans, qui sort de chez elle, masquée. « **Je vais toujours à pied au bourg. Mais depuis mon opération à une hanche, j'ai mal à une jambe** », raconte Jeanine.



Au Petit Marché, Thierry, le gérant, et Denise, cliente « depuis dix-huit ans », ont tissé des liens. | OUEST-FRANCE

« **Tout ce qui me plaît, je suis gourmande** »

Le minibus s'arrête devant le supermarché. « **Quand j'aurais fini, une personne du magasin va appeler Bruno.** » « **Ça marche bien** », dit l'intéressé. Le système a fait ses preuves.

Bruno aide Jeanine à descendre son cabas. L'heure avance, il faut voir où en est Denise. Justement, elle est à la caisse du Petit Marché. « **C'est ma petite boutique, sourit Denise. J'ai fait le plein !** »

Dans son sac, du poulet, des œufs, du lard, des gâteaux... « **Tout ce qui me plaît, je suis gourmande** », rigole Denise, qui fréquente la supérette « **depuis dix-huit ans** ». C'est aussi un lieu de rencontre. Le gérant, Thierry, l'atteste : « **Ça leur fait du bien !** »



Au volant du minibus, Bruno ne manque pas d'humour et discute avec ses passagères. | OUEST-FRANCE

« Je suis toute seule entre mes quatre murs »

Si le [Covid](#) disparaissait (enfin), les seniors pourraient se retrouver au café, à 11 h. Chaque semaine, ils changent d'établissement. Mais le rituel est mis entre parenthèses. « Avec ce virus, on n'ose plus trop vadrouiller », lâche Denise, fataliste.

Elle aime pourtant avoir de la compagnie, rire. « Je suis toute seule entre mes quatre murs. J'écoute Radio Bonheur, je ne suis pas trop télé. » Elle a toujours dansé. « Le twist, les danses bretonnes... À la maison, je mets un CD et je danse ! » Le « taxi » du jeudi la fait sortir. « Ça nous promène un peu. » Denise est sur la route du retour.



Après ses courses, Denise reprend place dans le minibus. | OUEST-FRANCE

Depuis le début de la crise sanitaire, le temps s'est arrêté. « Je ne sors pas autrement. » Elle confie avec nostalgie ce souvenir d'une crêpe savourée au bord de la mer, à Pléneuf-Val-André, et espère un jour, y retourner. Malgré tout, malgré les douleurs, « je m'occupe, je fais mon ménage, je travaille un peu. C'est bon pour le moral ».

« Si on pouvait obtenir des créneaux regroupés »

Le moral, pas facile de l'entretenir en ces temps de restrictions, de privations... « J'aimerais faire plus pour les personnes âgées. Si on pouvait obtenir des créneaux regroupés pour la vaccination, ce serait plus simple », plaide Bruno.

En milieu rural, le transport est un vrai problème pour les anciens. Comment faire pour se rendre au centre, quand on a réussi à décrocher un rendez-vous ? Le minibus, qui a été adapté pour les personnes en situation de handicap, pourrait faire partie de la solution.



Sur le parking du supermarché, Jean-Claude Le Nouvel, président du club de l'Âge d'or, discute avec le secrétaire, Bruno. | OUEST-FRANCE

« Seulement une galette des Rois et un bal »

Halte sur le parking du supermarché. Pour attendre Jeanine. Un visage familier s'approche. C'est Jean-Claude Le Nouvel, président de l'Âge d'or. Au club aussi, la vie est en sommeil. « **On ne sait pas quand on va retrouver les gens** », s'inquiète Bruno.

Voilà près d'un an que rien n'a été organisé à l'Âge d'or, 340 adhérents, dont 250 ont plus de 70 ans. « **J'ai pris la présidence début 2020. On a seulement fait une galette des Rois et un bal...**, rappelle Jean-Claude. **En fin d'année, on a offert un repas à emporter aux membres.** »



Jeanine a fait le plein et rentre chez elle. | OUEST-FRANCE

10 h 47, le téléphone sonne dans la poche de Bruno. « **Elle est prête** », entend-on au bout du fil. Les sacs de Jeanine sont chargés. Des œufs, de la farine... « **J'ai envie de faire des crêpes** », souffle la Plœucoise, qui reprend place dans le minibus. Elle a un sac à rendre à la boulangerie, mais ça bouchonne. « **Ce sera pour jeudi prochain**, annonce Jeanine, qui parle gallo, **sauve-tai !** »

[Ouest-France](#) Soizic QUÉRO. Publié le 31/01/2021 à 20h30