

aque jeudi, un autre regard sur la ville

TRIBUNE DE LYON

1€50

3 - DU JEUDI 22 AU MERCREDI 28 NOVEMBRE 2012



VÉNISSIEUX

Qui a tué
Yves Lerebourg de
48 coups de couteau ?

LE PALMARÈS DES PATRONS LES MIEUX PAYÉS DE LYON



MUNICIPALES

Verts se libèrent
Collomb

Eric Jacquet prend la
tête de notre palmarès
2011 avec 4,8 millions
d'euros de gains

EXPORT Les petites entreprises lyonnaises à l'assaut du monde



S. Goodliffe - Fotolia.com

VOIR LA VIE AUTREMENT

■ *Continuez à travailler*

Désormais, de nombreux seniors sont désireux de devenir auto-entrepreneur ou souhaitent poursuivre une activité salariée avec le cumul emploi retraite. Continuer à exercer une activité professionnelle répond à plusieurs motivations : que ce soit économique, pour

se sentir utile dans la société ou pour effectuer une transition douce entre la pleine activité et un repos bien mérité.

■ *Formez les autres*

Seniors, vos compétences sont précieuses. Les salariés expérimentés ont un rôle essentiel à jouer dans la transmission de la

mémoire, des valeurs, des savoir-faire opérationnels et savoir-être au sein de l'entreprise. Mieux que tout autre salarié, vous pouvez faciliter l'intégration des plus jeunes, former du personnel qualifié, une main-d'œuvre compétente qui pourra prendre le relais et assurer la pérennité de l'entreprise.

■ *Jouez plus*

Depuis l'arrivée de la console Nintendo Wii dans les foyers, jeux vidéo et seniors ne sont plus incompatibles. Au contraire, ces jeux sont même conseillés par de nombreux spécialistes qui les considèrent comme un moyen d'améliorer des capacités qui tendent à s'amoinrir avec l'âge, telles que le raisonnement et la mémoire. De plus, jouer avec vos petits enfants ne peut être qu'un excellent moyen d'entretenir le lien intergénérationnel.

■ *Voyagez low cost*

Contrairement aux idées reçues, les seniors ne profitent que très peu de leurs temps libres pour voyager hors saison et disposer de tarifs avantageux. Vie de famille oblige, ils calquent souvent leurs emplois du temps sur celui des enfants et petits enfants. Mais aujourd'hui, les compagnies *low cost* permettent aux seniors de s'évader le temps d'un week end ou plus pour pas cher. Il est temps d'en profiter !

■ *Vivez avec un étudiant*

Depuis quelques temps, la colocation senior-étudiant est en plein essor. Le principe est simple : vous accueillez un étudiant chez vous qui, en échange, vous rend de petits services et vous tient compagnie quelque temps. Outre le fait que ce type de

dispositif valorise la solidarité inter-générationnelle et réduit la pénurie de logements, il vous offre la possibilité de développer du lien social tout en maintenant le lien entre générations.

■ *Parrainez un enfant*

De plus en plus de sites Internet vous proposent d'adopter un ou plusieurs petits enfants et de devenir grands parents de cœur. Une solution intéressante pour les enfants souffrant de l'absence de relation avec leurs grands-parents biologiques, mais également pour les grands-parents candidats qui bien souvent n'ont pas eu la chance d'avoir des petits-enfants ou qui sont en rupture familiale.

■ *Partagez vos compétences*

Différent du bénévolat classique qui, bien souvent, ne demande pas de compétences particulières, le bénévolat de compétences consiste à mettre gratuitement un savoir-faire précis à la disposition d'une association de solidarité le temps d'une mission. Il vous permet d'inscrire votre travail dans une perspective de solidarité et de continuer à être utile dans votre domaine d'expertise.

■ *Devenez mamie au pair*

Vous êtes une senior seule et disponible, vous avez toujours rêvé de partir au pair, mais n'en avez jamais eu l'occasion, le système "mamie au pair" est fait pour vous. Imaginé en Allemagne, ce nouveau concept, est une opportunité pour les jeunes retraités de voyager en toute sécurité, pratiquer une langue étrangère, partager des expériences et une nouvelle vie de famille pour quelques semaines ou plusieurs mois.

PORTRAIT DE SPÉCIALISTE



**“INTERNET PERMET
DE GARDER LE
CONTACT AVEC LES
PETITS ENFANTS”**

Pascale Coupin

Pascale Coupin, formatrice-animatrice de groupes bureautique et découverte informatique et Internet pour les seniors chez REN Formation.

“Dans notre société où les familles sont éparpillées, l’informatique est un moyen pour les seniors de garder le contact, en particulier avec leurs petits enfants. Cela crée une complicité entre eux. Les seniors sont souvent des personnes isolées, Internet leur permet de communiquer et de s’ouvrir au monde. Cela leur facilite également un certain nombre de démarches pour les voyages ou pour avoir des activités en groupe par exemple. Sauf exceptions, ils sont encore très peu consommateurs de réseaux sociaux comme Facebook, dont on montre souvent les dérives. On y étale sa vie, ce qui est une démarche plutôt jeune et qui correspond moins à la mentalité du troisième âge. Toutefois, les seniors sont de plus en plus branchés et l’image de grands parents à la traîne niveau informatique est résolue.”

CARNET D'ADRESSES

APPRENDRE

1 UNIVERSITÉ VIE ACTIVE

Art, philosophie, géopolitique, développement personnel, littérature...

L'Université Vie Active est ouverte à tous sans pré-requis et propose 34 cycles de conférences ainsi que des dix ateliers renouvelés chaque année, afin de permettre aux auditeurs libres de répondre aux questions qu'ils continuent de se poser.

📍 UNIVA, l'Université Vie Active.

@ www.univ-catholyon.fr

2 UNIVERSITÉ TOUS AGES

Créée en 1975 pour permettre un accès à la connaissance aux seniors, l'Université

Tous Ages permet aujourd'hui à toute personne, quel que soit son niveau de formation, de suivre des enseignements universitaires et ce, au plus près de son domicile grâce à une décentralisation importante. Plus de 810 conférences et cours sont disponibles.

📍 86 rue Pasteur, Lyon 7^e.

☎ 04 72 76 84 30.

@ <http://uta.univ-lyon2.fr>

3 LE COURS DES GRANDS

La Classe d'Age “Le Cours des Grands”, c'est l'atelier théâtre spécialement réservé aux plus de 50 ans avec trois ateliers différents par semaine mélangeant diverses activités : training corporel, techniques de jeu, (suite p. 21) ➔

ABONNEZ-VOUS !

104 numéros
+ 16 guides pratiques

4 invitations au Comœdia
pour la séance de votre choix

5€50
par mois
pour 2 ans

JE M'ABONNE POUR 1 AN et reçois en cadeau* 2 places de cinéma au Comœdia (d'une valeur de 17 € 20) pour 65 € (au lieu de 95 € 20)

JE M'ABONNE POUR 2 ANS et reçois en cadeau* 4 places de cinéma au Comœdia (d'une valeur de 34 € 40) pour 120 € (au lieu de 190 € 40)

* valable jusqu'au 1/12/2013 au cinéma Comœdia, 15 avenue Berthelot, Lyon 7^e. Dans la limite des places disponibles.

Mme M. Prénom Nom

Adresse

Code postal Ville

Téléphone E-mail

Envoyez votre règlement par chèque à l'ordre de ROSEBUD à l'adresse suivante :
Tribune de Lyon - Service Abonnements - 9 rue de l'arbre sec - 69001 LYON

En application de l'article L.27 de la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978, les informations demandées sont nécessaires au traitement de votre abonnement. Vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données vous concernant. Sauf opposition formée par écrit, les données peuvent être communiquées à des organismes extérieurs. Si vous ne désirez pas que votre adresse e-mail soit communiquée à nos partenaires commerciaux, cochez la case à côté.

TRIBUNE DE LYON

Toute l'actualité lyonnaise
à portée de main



Lisez Tribune de Lyon
sur ordinateur, smartphone et tablettes
avec l'application  **lekiosk**

➔ PARTAGER

13 L'EGPE LYON-RHÔNE

L'école des grands-parents européen a été créée pour favoriser et renforcer les liens intergénérationnels, permettre aux grands-parents de s'interroger sur leur rôle, leur place dans la famille et dans la société. Son but : promouvoir réflexions et recherches sur le rôle des grands-parents dans la société actuelle et privilégier la force du lien grands-parents/petits-enfants en organisant ateliers, activités culturelles, spectacles, voyages, etc.

✉ 14 rue Berthelot, Lyon 7^e.

☎ 04 78 25 53 71.

@ www.egpe lyon rhone.fr

14 HORIZON PARRAINAGE

Depuis sa création en 2005 à Lyon, Horizon Parrainage, association dont le but est de promouvoir le parrainage de proximité, a pu donner la possibilité à près de 200 enfants ou adolescents d'intégrer de manière temporaire et programmée (périodes des vacances scolaires, certains week-ends) une famille qui lui ouvre sa maison, sa famille, ses amis et son art de vivre.

✉ 7 rue Major-Martin, Lyon 1^{er}.

@ www.horizonparrainage.com

15 ESDES

L'association ESDES Services Inter-Générationnelles a pour objectif de répondre aux attentes des personnes âgées ayant besoin d'une présence à domicile le soir et des jeunes (étudiants, stagiaires, apprentis...) à la recherche d'un logement. Elle propose un service de cohabitation intergénérationnelle en mettant

en relation des seniors et des jeunes dans le cadre d'un échange de services.

✉ Université Catholique de Lyon,
23 place Carnot, Lyon 2^e.

☎ 04 72 32 50 48.

@ www.esdes-intergenerations.net

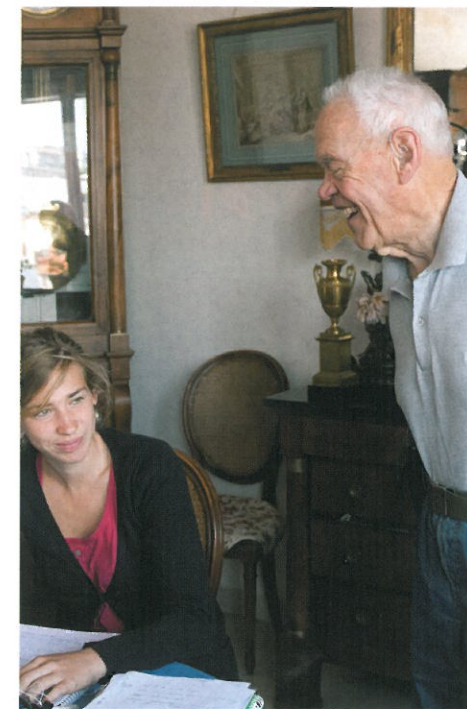
16 LE PARI SOLIDAIRE

Créée en septembre 2005, l'association Le Pari Solidaire Lyon met en relation des personnes âgées ayant une chambre disponible avec des étudiants à la recherche d'un logement. Le dispositif fonctionne sur la base d'un échange "chambre contre présence ou contre participation financière".

✉ 15 rue Ernest Fabrègue, Lyon 9^e.

☎ 04 78 83 54 42.

@ www.leparisolidairelyon.org



PORTRAIT DE SPÉCIALISTE



**“PARISOLIDAIRE
A PERMIS LA MISE
EN RELATION DE PLUS
DE 70 BINÔMES”**

Corinne Belot

Corinne Belot, fondatrice de PariSolidaire Lyon.

“J’ai créé cette association en 2005 afin de prolonger l’autonomie des seniors et de répondre aux difficultés de logement des étudiants. Nous avons deux formules : une chambre contre une contribution financière pour les étudiants et seniors souhaitant rester indépendants, ou une chambre contre une aide à domicile par l’étudiant, qui s’engage à rester certains soirs ou week-end. Nous faisons un véritable travail de sélection afin que les personnalités collent le plus possible. Depuis sept ans, PariSolidaire a permis la mise en relation de plus de 70 binômes. Cette colocation intergénérationnelle est le meilleur des médicaments pour les seniors !”

CARNET D'ADRESSES

1 PARISOLIDAIRE LYON

Le but : recréer un lien entre les générations et contribuer au prolongement du maintien à domicile des seniors. Le principe : mettre en relation des seniors ayant une chambre disponible avec des étudiants en recherche d’un logement peu coûteux. Coût : entre 150 et 350 € par mois. Le plus : la sélection en amont des candidats.

✉ 15 c rue Ernest-Fabrègue, Lyon 9^e.

☎ 04 78 83 54 42.

@ www.leparisolidairelyon.org

2 ESDS SERVICES INTERGÉNÉRATIONS

L’association idéale pour les jeunes en mal de logement et les seniors en mal de compagnie. Coût : de 0 à une centaine d’euros par mois. Le plus : le suivi personnalisé garantissant la qualité des relations entre colocataires.

✉ Université catholique de Lyon,

23 place Carnot, Lyon 2^e.

@ www.esdes-intergenerations.net

3 HABITAT ET HUMANISME

L’association qui agit en faveur du logement et de l’insertion des plus démunis en France a créé deux projets “d’habitat partagé” pour lutter notamment contre l’isolement des personnes âgées :

- Une maison intergénérationnelle composée de 52 logements avec parties communes.

Maison Christophe-Mérieux,

35 rue Cavenne, Lyon 7^e.

04 78 58 17 20.

- Un projet d’habitat partagé conçu spécialement pour de la colocation afin de favoriser la mixité sociale et intergénérationnelle. Opérationnel en 2013.

Rue Chappet, Lyon 7^e.

✉ 9 rue Mathieu Varille, Lyon 7^e.

☎ 04 72 71 16 00.

@ www.habitat-humanisme.org

4 CRIAS MIEUX VIVRE

Le Centre d’Information et de Conseil en Aides Techniques a été créé afin d’informer, rechercher, coordonner, former et faire la promotion de l’action sociale en faveur des personnes âgées, retraitées, préretraitées et en situation de handicap. Le plus : une ergothérapeute aide les seniors à trouver les solutions les plus adaptées pour préserver leur indépendance (élargissement des portes, grossisseur de clés...)

✉ 1 cours Albert-Thomas, Lyon 3^e.

☎ 04 78 62 98 24.

@ www.criasmv.asso.fr

5 LE SITE SERVICES-MAISON.FR

Ce site “partenaire du quotidien sur Lyon et ses environs” propose d’améliorer le confort de vie des seniors à domicile par le biais de services : bricolage, jardinage, travaux administratifs, entretien de la maison, aide à la conduite du véhicule personnel... A savoir : les frais engagés pour des services à domicile sont déductibles en partie des impôts.

☎ 04 78 09 07 79.

@ www.services-maison.fr

6 LE SITE COLOCATION-ADULTE.FR

Ce site, prévu pour les plus de 40 ans, permet de trouver sa colocation (suite p. 35) ➔