

# Ville d'Ottignies-LLN

## « Actions communautaires en santé »

### Rapport d'activités 2013

#### Descriptif des activités, du public et des lieux d'activités

##### Les projets collaboratifs et/ou communautaires :

- Une demi journée est consacré tous les mardis au sein de **deux écoles** à **l'apprentissage des techniques potagères** (semis, plantations, entretien, récoltes et dégustation de fruits et légumes). Les deux établissements concernés étant l'*Ecole* communale fondamentale de Limelette (Avenue de *Jassans* 67 1342 Limelette) et l'*Ecole* maternelle de LA *CROIX* (Chaussée de La *Croix*, 80a. 1340 Ottignies). Les activités proposées s'inscrivent dans un cadre scolaire et s'adressent à des enfants entre 4 et 6 ans. Les enfants sont amenés à travailler sur le potager par petits groupes de 2 à 4 enfants par tranche de 20-25 minutes.
- La ville d'Ottignies et le CPAS ont fait l'acquisition de 6 **tables de cultures** adaptées dont 5 ont été placées sur la terrasse à la Résidence du Moulin et une au potager du Bauloy. Les tables de cultures ont été réalisées par l'ASBL A L'OVRADGE (entreprise de formation par le travail à Ciney). La hauteur des tables est adaptée aux personnes âgées ou souffrantes de problèmes au dos, leur permettant de cultiver debout ou assises. Chaque mini jardin ayant une surface de plus ou moins 1 m<sup>2</sup>, on atteint aisément le centre de la table. La table de culture installée au potager communautaire du Bauloy n'étant arrivée qu'au mois d'août, elle n'a pas encore pu être utilisée en 2013. Les après-midis du jeudi sont donc consacrés à l'apprentissage des techniques potagères à l'aide des tables de culture adaptées (semis, plantations, entretien, récoltes et dégustation de fruits et légumes) au sein de la résidence pour personnes âgées. La résidence du Moulin est située Rue du *Moulin*, 23 1340 *Ottignies*. Une souplesse dans les horaires a permis de déplacer l'activité si besoin ou selon météo. Pour la saison 2013, 4 participantes ont été régulières et 4 autres peuvent être qualifiées de sympathisantes. La tranche d'âge se situant entre 80 et 85 ans. Les tables de cultures commandées n'étant arrivées que mi-mai, l'animation a eu lieu du 16 mai au 26 septembre et a permis de cultiver une bonne dizaine de légumes et petits fruits et 8 variétés de plantes aromatiques. Grand succès pour l'activité, elle est très attendue chaque semaine !
- Les mercredis et samedis après-midi sont consacrés à une permanence au **potager sociale et collectif du Bauloy** (porté par un collectif d'habitants « Les Mains Vertes au Bauloy ») situé dans un quartier de logements sociaux à Ottignies. Ce potager accueille une quinzaine de familles provenant du quartier social et d'autres quartiers de la commune. Cinq familles ont rejoint le projet au printemps 2013. Le projet se veut ouvert et peut encore aisément accueillir plusieurs familles pour la prochaine saison. On constate que la

proportion des participants issus du Bauloy est en diminution cette saison. Les habitants du quartier seront donc prochainement réinformés (journal local, toutes boîtes, affichage dans le quartier...) afin de pouvoir les accueillir au mieux sur le potager au printemps 2014. Les jardiniers se réunissent régulièrement sur le jardin afin de planifier les différentes tâches à effectuer mois par mois durant la saison.

- La matinée du samedi matin est consacrée au **potager communautaire du Buston** situé avenue du Houx à 1342 Limelette. Le potager étant implanté en au cœur du quartier social du Buston depuis sa création en juin 2010. Le potager du Buston accueille une vingtaine de familles issues du quartier. Une liste d'attente existante, deux familles ont libéré leur parcelle et ont été remplacées en début de saison.
- Dans le cadre du projet « **J'y vais à vélo** », en collaboration avec la maison de l'Enfance, de la Famille et de la Santé, trois mercredi après midi ont été consacré à l'encadrement de sortie vélo avec des adolescents (10 à 13 ans). L'apprentissage du code de la route et de la signalisation routière ont été mise en pratique lors de ces sorties. Le but de ces sorties étant, la pratique sportive en plein air, l'autonomie et la sécurité lors de la pratique du vélo.
- Réflexion en cours sur la **mise en place d'un potager communautaire à la « Chapelle aux Sabots »** dont les travaux devraient commencer durant au printemps 2014. Le quartier de la Chapelle aux Sabots est un quartier de logements sociaux situé à l'est de la Ville d'Ottignies-Louvain-la-Neuve. Il est habité par une proportion importante de familles nombreuses et de familles monoparentales. Le quartier est isolé et peu desservi par les transports en commun, ce qui rend difficile l'accès aux infrastructures publiques, culturelles, sportives, ... On peut constater qu'il y a relativement peu de contact entre les communautés et entre les générations et peu d'investissement d'adultes dans des activités de quartier.

#### Le diagnostic communautaire en santé :

- **5 groupes d'habitants** (choisi parmi des groupes existants via des partenaires du Plan de Cohésion Sociale) ont participé au « **diagnostic communautaire santé** » sous forme de tables rondes. Une quarantaine d'habitants ont ainsi été rencontrés avec le soutien du CLPS du brabant wallon. Les Partenaires du plan de cohésion sociale qui ont participé aux tables rondes en collaboration sont Le jour se lève (projet de la maison médicale avec des personnes souffrant d'assuétudes), 2 groupes de Lire et Ecrire (Droit à l'alphabétisation), 1 groupe de l'asbl « Génération espoir » (groupe de femmes questionnant l'inter culturalité à Ottignies-LLN) et un groupe du CPAS SIS (Service d'insertion sociale). Ces tables rondes ont permis de faire ressortir les éléments importants au niveau santé des personnes interrogées ainsi que leurs attentes au sein de leur commune. Des souhaits d'actions précises en sont ressorties (ballade nature, cours de cuisine, participation à un potager communautaire,...).

Quelques-unes de ces « **actions concrètes** » ont pu être réalisées avec les habitants ayant participé au diagnostic. Notamment la journée balade du 27 juin qui a permis la rencontres des différents publics cibles. Deux habitants en formation à Lire et Ecrire ont pu s'essayer au jardinage le samedi matin sur une parcelle didactique réservée à cet effet au potager du Buston. Un cours de cuisine saine a été réalisé avec un autre groupe de Lire et Ecrire (une dizaine de personnes) en 3 étapes : Visite de l'asbl Alimenterre à Louvain-la-Neuve afin de concocter un menu sain et de saison, Déterminer les quantités nécessaire et faire les courses chez Alimenterre et enfin réaliser avec le concours de l'animateur ce repas convivial.

#### Les micro- projets :

- De multiples **visites et échanges** ont été programmées durant la saison 2013 (1<sup>er</sup> mars au 30 septembre) : Visite d'autres potagers, ouverture du potager du Bauloy, visite du jardin botanique de Meise, visite de fermes didactiques dans la région, organisation de 3 repas durant la saison avec les membres du potager du Bauloy, participation à la bourse aux semences organisée par la Maison du Développement Durable de Louvain-La-Neuve le samedi 23 mars 2013.
- Dans le cadre d' « **Eté Solidaire** », accompagnés de deux étudiants, nous avons réalisé divers travaux apportant **une plus value aux différents projets santé en cours** (remise en couleur de bacs à plantes et plantation de plantes aromatiques pouvant profiter aux habitants, divers travaux sur les potagers précités, création d'un hôtel à insecte au potager du Buston, remplissage de terre compostable les nouvelles tables de culture arrivées à la Résidence du Moulin,...).
- Le 27 juin, une grande **balade à pied et à vélo** a été organisée avec une quarantaine d'habitants. Certains ayant participé à des démarches ou projets en cours (diagnostic, j'y vais à vélo, potagers,...).

<b>Effets observés et processus</b>
-------------------------------------

- **Les potagers du Buston et du Bauloy** s'autonomisent de plus en plus (diminution de la présence de l'animateur, prise en charge du planning,...).
- Les projets de potagers étant fort tributaires des conditions météorologiques, le démarrage a été plus lent que les saisons précédentes. Au Buston, toutes les parcelles individuelles ont été cultivées cette saison. Dans le projet au Bauloy, jardin 100% collectif, une répartition des tâches a permis à chacun de se valoriser au sein du groupe malgré le manque de régularité de certains.

- **Le potager du Bauloy** étant collectif, de nombreux échanges et moments de convivialités ponctuent les moments de travail en commun (chacun apporter de quoi agrémenter la pause à l'heure du goûter, échanges des numéros de téléphone pour se retrouver sur le jardin,..). Bonne entente générale entre les membres. Cependant, l'investissement de chacun étant différent, cela peut créer des tensions lors de partage des récoltes. Pour pallier à ce problème, des réunions sont programmées en cette fin de saison afin d'établir une charte, un règlement d'ordre intérieur et de définir l'orientation à donner au projet en 2014. Une partie du potager pourrait être réhabilitée en parcelles individuelles ce qui pourrait permettre d'attirer des habitants du quartier pour qui le travail collectif était un frein.
- **Au potager du Buston**, où les parcelles sont individuelles, on remarque encore que les échanges et la convivialité laissent trop souvent place à certaines tensions.
- **Pour les deux écoles**, tous les enfants concernées adorent l'activité jardinage et certains ont démarré un potager à la maison avec leurs parents. L'activité permet aussi la découverte de fruits et légumes non consommés en famille.
- **La démarche de diagnostic communautaire entamée fin 2012 nous a donc conduit à animer des groupes d'usagers de différentes structures partenaires** : pour rappel, deux groupes de Lire et Ecrire, un groupe du service d'insertion du CPAS, un groupe de patients de la maison médicale rencontrant des problèmes d'alcoolisme ou de dépendance, un groupe de femmes d'origine immigrée. 39 personnes ont ainsi participé à deux premières rencontres. Pour l'animation de ces moments de parole, nous avons conçu, développé et mis en œuvre une méthode spécifique inspirée d'un outil pédagogique de Cultures et Santé en collaboration avec le centre local de promotion de la santé et la maison médicale Espace santé. Dans la première partie de la première séance, chaque participant est invité à s'exprimer sur ce qui est important pour son bien-être, pour sa santé, à partir de plusieurs photos qu'il a choisies. Pendant ce temps, un animateur note les idées clés sur des post-it qu'il rend ensuite à la personne qui s'est exprimée. Dans un second temps, chacun vient poser ses post-it en lien avec ceux qui sont déjà collés : un schéma est ainsi élaboré collectivement selon les catégories des participants. En regard du tableau élaboré ensemble, le principe des déterminants en santé est présenté aux participants. Enfin, pour clôturer la première séance, chacun indique les aspects sur lesquels il a envie de travailler, ou qu'il aimerait qu'ils soient plus présents dans sa vie. La seconde séance reprend sur base de la production de la première, en essayant de préciser ce que les participants estiment important de dire, de faire ou de mieux comprendre,... et surtout avec qui : avec les proches, les amis, les services et associations, la commune ou la société en général ?... Le travail se poursuit alors en sous-groupes pour choisir des priorités et élaborer ensemble des propositions à présenter au grand groupe. A l'occasion de ces moments d'échange, **certains participants ont effectivement identifié leur situation de non emploi et le manque de reconnaissance qui en découle comme une source de stress**

**particulièrement déterminante pour leur bien être et leur santé.** La méthode d'action communautaire appliquée nous amène à considérer qu'il s'agit d'abord bien de soutenir la formulation d'un tel constat, de le relayer au sein de la collectivité locale (à l'occasion de la présentation du diagnostic par exemple), et de tenter de préciser, de mieux comprendre, les liens qui se déploient entre emploi, reconnaissance sociale et santé. Les méthodes et outils d'animation utilisés amènent les participants à prendre également en considération une série d'autres déterminants. C'est ainsi que les mêmes personnes qui nous ont parlé de leur difficulté de vivre sans emploi ont par ailleurs également considéré l'importance pour leur bien être et leur santé de faire du sport, de manger sainement, de faire des activités en famille,... Selon les spécificités qui les réunissent (usagers du CPAS, personnes en situation d'alphabétisation, mères au foyer, patients en situation de fragilité,...), **les participants ont identifié des aspects déterminants aussi diversifiés que le sentiment de ne pas disposer de son temps ou de ne pas pouvoir s'octroyer du temps libre, l'isolement et le manque de liens sociaux, la solidarité, la convivialité, les liens avec la nature, ...** Et en regard de ces constats, toute une série de micro actions ont été inventoriées par les participants selon leurs attentes: organiser une journée sportive, une fête, apprendre à cuisiner des légumes de saison, faire une ballade, s'inscrire dans un SEL, rencontrer les autorités communales, ... Les partenaires et plusieurs participants ont ainsi marqué leur intention de poursuivre la collaboration.

### **Pistes et perspectives**

- Ouvrir l'activité « tables de culture » aux riverains.
- Plus de communication au sein de la résidence en début de saison.
- Si mauvais temps, projection de films documentaires en rapport avec le potager.
- Ateliers « semis » au printemps dans une pièce lumineuse de la résidence.
- Prévoir un atelier cuisine l'été avec les participants.
- Augmenter le panel de légumes cultivés (ex : tétragone, fenouil, carotte boules...)
- Inviter un maître composteur à venir expliquer les bonnes techniques liées au compostage.
- Pour permettre à plus de personnes âgées de participer aux différentes étapes du travail avec les tables adaptées, il serait préférable d'intégrer la cuisine de la résidence au projet et d'ouvrir le projet aux non résidents au printemps 2014.
- Continuer à soutenir les écoles dans leurs démarches d'apprentissage de la culture potagère aux élèves.
- Continuer la démarche de diagnostic et l'ouvrir à d'autres groupes d'habitants, aux élus, aux travailleurs sociaux.
- Continuer à développer des projets collaboratifs et communautaires.