

# PROJET CITOYEN : "CARE" POUR CRÉER DU LIEN À TOUS LES ÂGES



EQUETER LOUANNE, DUPONCHEEL RÉMI, ODENT CLARA, MINET ARWEN, SEDRAN INÈS, VANDEMEULEBROECKE BASTIEN ET VANMEENEN NATHAN

# SOMMAIRE



**1**

L'INTERGÉNÉRATIONNEL

---

**2**

CARE

---

**3**

TABLEAU COMPARATIF DE PROJETS

---

**4**

QUELQUES CHIFFRES

---

**5**

INITIATIVE EN WALLONIE PICARDE

---

**6**

CHECKLIST DU PARFAIT CITOYEN

---

**7**

TÉMOIGNAGES

---

**8**

SOURCES ET RÉFÉRENCES

  
coopérer aux relations entre âges

# L'INTERGÉNÉRATIONNEL

## C'EST QUOI ?

Le terme "intergénérationnel" désigne tout ce qui concerne les relations entre différentes générations. Il peut s'agir de la solidarité, des échanges ou des interactions qui se produisent entre elles, tant sur le plan familial que social. Par exemple, des mouvements intergénérationnels peuvent être organisés pour favoriser les liens et la transmission des valeurs.

## POURQUOI CE SUJET ?

Nous avons choisi ce sujet à l'issue d'une réflexion de groupe, au cours de laquelle nous avons échangé autour des thématiques et des valeurs qui nous tiennent à cœur. Chacun a pu exprimer ses idées et ses sensibilités, ce qui nous a permis d'identifier des points communs et des préoccupations partagées. Cette thématique nous a particulièrement touchés, car elle met en lumière l'importance du lien social, du partage d'expériences et de la transmission entre les générations.

## POURQUOI EST-CE IMPORTANT ?

L'intergénérationnel est important parce qu'il permet de créer du lien entre des personnes d'âges différents, dans une société où chacun a tendance à évoluer dans son propre monde. Il s'agit d'un moyen de partager des connaissances, des expériences et des façons de voir les choses. En se rencontrant vraiment et en échangeant, on se rend compte qu'il y a beaucoup plus de points communs qu'on ne l'imagine au départ.





# NOTRE OBJECTIF

« CARE », ayant pour acronyme « Coopérer aux relations entre âges », a été choisi car il représente pleinement l'essence même de notre projet. Ce nom reflète à la fois notre volonté de créer du lien et de favoriser une collaboration active entre les différentes générations.

En effet, notre démarche ne se limite pas uniquement aux relations entre des personnes dites « jeunes » et des personnes « âgées », comme on pourrait le supposer au premier abord. Elle s'inscrit dans une vision beaucoup plus large et inclusive, englobant l'ensemble des générations, qu'il s'agisse des générations X, Y, Z, Alpha ou encore des Baby-boomers.

À travers ce projet, nous souhaitons mettre en avant la richesse de ces échanges intergénérationnels, en valorisant la diversité des expériences, des points de vue ou encore des savoirs. Chaque génération possède en effet des compétences, des connaissances et des sensibilités qui méritent d'être partagées. En favorisant ces interactions, notre objectif est de renforcer la compréhension mutuelle, de déconstruire certains stéréotypes et de créer des liens durables entre les individus au-delà des différences d'âge.

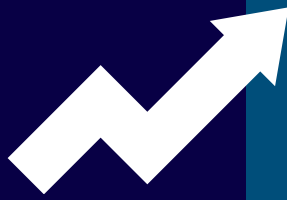
# CARE



# TABLEAU COMPARATIF DE PROJETS

	Avec intergénérationnel	Sans intergénérationnel
Création de relations entre les générations	✓	✗
Échanges directs entre participants	✓	✓ ✗
Réduction des barrières entre les âges	✓	✗
Transmission de savoirs	✓	✓ ✗
Apprentissage mutuel	✓	✗
Partage d'expériences de vie	✓	✗
Valorisation des connaissances de chacun	✓	✗
Réduction du sentiment de solitude	✓	✗
Renforcement de la cohésion sociale	✓	✗
Expérience enrichissante pour tous	✓	✗
Impact durable sur les participants	✓	✗
Activités collaboratives	✓	✓ ✗
Participation active des participants	✓	✓ ✗
Implication de plusieurs générations	✓	✗
Changement de regard sur les autres générations	✓	✗
Déconstruction des stéréotypes	✓	✗

# QUELQUES CHIFFRES



# 266

Ce sont les organismes déjà  
référéncés sur le portail  
Intergénérations.be.

# 9%

C'est le pourcentage des personnes âgées  
qui se sentent souvent seules, soit environ  
162 000 personnes de 65 ans et plus. Et  
ça, c'est fort, parce que derrière ce  
pourcentage, il y a des milliers de  
personnes qui n'ont pas assez de liens  
sociaux au quotidien. De plus, 8 % disent  
ne voir personne au moins une fois par  
semaine.

# 38 000

Ce sont les membres réunis au sein  
d'Énéo (association qui défend les  
droits et les intérêts des aînés).

# 7,2 %

C'est le pourcentage de Belges qui se sont  
sentis seuls tout le temps ou la plupart du  
temps au cours des 4 semaines précédant  
l'enquête. La solitude n'est pas un cas  
rare en Belgique : elle touche une partie  
réelle de la population et elle reste un  
vrai problème social.

# 23 %

Des 65 ans et plus souffrent  
d'isolement social en Belgique.  
Autrement dit, près d'un senior sur  
quatre vit avec un manque de  
contacts sociaux. Et avec le  
vieillissement de la population, ce  
chiffre risque encore de peser  
davantage dans les années à  
venir.

# 37,2 %

Des ménages wallons sont composés d'une seule  
personne. Plus il y a de personnes seules, plus le  
risque de rupture de lien entre générations  
augmente.

# INITIATIVES Wallonie Picarde



## CUISINONS MALIN

Ce projet rassemble différentes générations autour d'ateliers cuisine. Les participants partagent des recettes, des astuces et des habitudes alimentaires, ce qui favorise l'échange et la transmission de savoirs. C'est aussi un moyen simple de créer du lien social dans les quartiers.

## ATELIER THÉÂTRE "POUR DIRE ET AGIR"

Cet atelier réunit des personnes de différents âges pour créer des spectacles autour de thèmes de société. Le théâtre devient un outil d'expression et de dialogue entre générations. Il permet aussi de développer la confiance en soi et l'écoute des autres.



## JOURNAUX DE QUARTIERS

Des habitants de tous âges participent à la création de journaux locaux. Ils écrivent des articles, partagent des témoignages et racontent la vie du quartier. Ce projet valorise la parole de chacun et renforce le sentiment d'appartenance à la communauté.



## RENCONTRES "INTER-HOMES"

Ces rencontres permettent à des jeunes et à des personnes âgées de se retrouver autour d'activités (jeux, discussions, animations). L'objectif est de casser l'isolement et de créer des échanges naturels entre générations. Cela favorise aussi une meilleure compréhension mutuelle.



# CHECKLIST DU PARFAIT CITOYEN

- Être ouvert à toutes les générations sans préjugés
- Écouter activement les autres, peu importe leur âge
- Respecter les expériences et les parcours de vie
- Partager ses connaissances et compétences
- Être curieux des autres générations
- Valoriser les échanges plutôt que les différences
- Participer à des activités intergénérationnelles
- Refuser les stéréotypes liés à l'âge
- Adapter sa communication selon son interlocuteur
- Être patient dans les échanges
- Demander de l'aide sans gêne quand c'est nécessaire
- Créer du lien dans son environnement (école, quartier, famille, etc.)
- Favoriser l'inclusion de tous lors d'activités
- Respecter les rythmes et capacités de chacun
- Être bienveillant dans ses paroles et ses actions
- Privilégier la coopération plutôt que la compétition
- Transmettre des valeurs (respect, solidarité, entraide)
- S'intéresser aux histoires et souvenirs des autres

# TÉMOIGNAGES

**USERNAME** 8 HOURS AGO

Témoignage : Annie, 86 ans, explique comment le smartphone lui permet de rester proche de ses petits-enfants grâce aux appels vidéo et aux messages. La vidéo montre comment les outils numériques peuvent renforcer les liens entre générations malgré la distance. Elle insiste sur l'importance de rester connecté et de partager des moments du quotidien.



**POUR ALLER PLUS LOIN**



**POUR ALLER PLUS LOIN**



**USERNAME** 4 HOURS AGO

Témoignage : Ce reportage explique le lien entre enfants et personnes plus âgées à travers des échanges concrets (écoles, maisons de repos, familles). Il montre que chacun a quelque chose à transmettre et à apprendre. L'objectif est de créer une relation basée sur le partage, la transmission et la solidarité.



**POUR ALLER PLUS LOIN**



**USERNAME** 8 HOURS AGO

Témoignage : Jean-Pierre (mentor) accompagne Mohammed (chercheur d'emploi) dans sa recherche de travail. Ils se rencontrent régulièrement pour échanger conseils, expériences et motivation. La vidéo montre que l'expérience des plus âgés peut aider concrètement les plus jeunes dans leur parcours professionnel.



# SOURCES ET RÉFÉRENCES

Toutes les images non créditées ci-dessous sont libres de droits et proviennent de banques d'images telles que Unsplash.

Ce travail a également bénéficié de l'utilisation d'une intelligence artificielle à des fins de correction et d'amélioration rédactionnelle.

Ag'Y Sont asbl. (s. d.). Animations intergénérationnelles en maison de repos et de quartier. <https://www.agysont.be/nos-actions/animations/>

Ag'Y Sont asbl. (s. d.). Atelier théâtre "Pour dire et agir". <https://www.agysont.be/events/atelier-theatre-tournai/>

Ag'Y Sont asbl. (s. d.). Éducation permanente – Projets intergénérationnels. <https://www.agysont.be/nos-actions/education-permanente/>

Ag'Y Sont asbl. (s. d.). Qui sommes-nous ? Centre d'animations intergénérationnelles. <https://www.agysont.be/qui-sommes-nous/>

Ag'Y Sont asbl. (2024). Du théâtre pour dire et agir [Image]. <https://www.agysont.be/wp-content/uploads/2024/02/Du-theatre-pour-dire-et-agir-b.jpg>

DUO for a JOB. (s. d.). DUO for a JOB : mentoring intergénérationnel pour trouver un emploi [Vidéo]. Enmieux. <https://www.enmieux.be/video/duo-job-un-mentoring-intergenerationnel-pour-trouver-du-emploi>

Entr'âges. (s. d.). Intergenerations.be : portail des initiatives intergénérationnelles en Belgique. Consulté le 17 avril 2026, sur <https://www.intergeneration.be>

Énéo. (s. d.). Présentation du mouvement social des aînés. Consulté le 17 avril 2026, sur <https://www.eneo.be>

Fondation Roi Baudouin. (2020). Isolement et solitude en Belgique : comprendre pour agir. Fondation Roi Baudouin.

Intergeneration.be. (s. d.). Chiffres clés sur l'intergénérationnel et l'isolement. Consulté le 17 avril 2026, sur <https://www.intergeneration.be>

KTO TV. (2023, 25 janvier). Vies de familles – Le smartphone : cultiver le lien intergénérationnel [Vidéo]. <https://www.ktotv.com/video/OO416192/vies-de-familles-du-25-janvier-2023>

Larousse. (s. d.). Intergénérationnel. Dans Dictionnaire de français Larousse. <https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/interg%C3%A9n%C3%A9rationnel/10909973>

Lumni. (2022). Le lien intergénérationnel [Vidéo]. <https://www.lumni.fr/video/le-lien-intergenerationnel>

Observatoire de la Santé et du Social de Bruxelles-Capitale. (2019). Baromètre social : isolement des personnes âgées. Commission communautaire commune.

Parlement de Wallonie. (2021). Statistiques sur la composition des ménages en Wallonie. Parlement de Wallonie.

Statbel. (2022). Enquête sur les conditions de vie (EU-SILC) : solitude et contacts sociaux en Belgique. Direction générale Statistique.

Tanddem. (s. d.). Isolement social des personnes âgées en Belgique. Consulté le 17 avril 2026, sur <https://www.tanddem.be>

Ag'Y Sont asbl. (2024). Du théâtre pour dire et agir [Image]. <https://www.agysont.be/wp-content/uploads/2024/02/Du-theatre-pour-dire-et-agir-b.jpg>

Images non créditées. (s. d.). Photographies libres de droits. Unsplash. <https://unsplash.com>