

burenhulpnetwerken  
réseaux d'entraide

## HET BUURTPENSIOEN PENS(I)ONSQUARTIER

# EVALUATION D'IMPACT SYNTHÈSE



©brunoachen



©janvanbostraeten

étude d'impact coordonné par

**Samen  
toujours**

RESEAUX D'ENTRAIDE BURENHULPNETWERKEN

en coopération avec

**SAWB**

**coopcity**

HET BUURTPENSIOEN  
PENS(I)ONSQUARTIER

## HET BUURTPENSIOEN - PENS(I)ONSQUARTIER

BuurtPensioen – Pens(i)onsQuartier (BPPQ) s’efforce de trouver des **solutions à la solitude et l’isolement social des personnes âgées et vulnérables**, en créant des réseaux d’entraide où les petites aides et les liens entre habitant.es sont activement stimulés et soutenus.

Le réseau stimule le **potentiel de l’aide informelle** grâce à l’accompagnement et au suivi actif des échanges entre les habitant.es qu’il propose. En mettant en relation les habitant.es, BuurtPensioen – Pens(i)onsQuartier souhaite en même temps renforcer la cohésion sociale au niveau du quartier et promouvoir le contact entre générations et cultures différentes.

En stimulant l’entraide et la cohésion sociale dans les réseaux d’entraide, le BuurtPensioen - Pens(i)onsQuartier contribue à l’accompagnement des personnes âgées et des personnes dépendantes. L’objectif est de renforcer leur autonomie et leur estime de soi afin qu’elles puissent **continuer à vivre de manière indépendante** dans leur environnement familial le plus longtemps possible. De cette manière, BuurtPensioen - Pens(i)onsQuartier participe à **une meilleure reconnaissance** des personnes âgées et les personnes nécessitant des soins dans notre société.



En **2021** les réseaux de BP-PQ comptait **598 participant.es**



Les réseaux d’entraide était présent dans **11 quartiers**.

- **Neder-Over-Heembeek**
- **Laeken**
- **Marolles**
- **Bruxelles Centre**
- **Quartier Nord**
- **Molenbeek**
- **Ixelles**
- **Jette**
- **Ganshoren**
- **Evere**



©brunoachen



©brunoachen

## Profil des répondant.es

53 nombre de répondant.es = 10% du réseau

- 58% ont 60+ ans
- 87% sont des femmes
- 66% ont plus de 2 ans d'ancienneté dans le réseaux
- 59% uniquement bénévoles à BP-PQ (pas de volontariat sur le côté)
- 68% ont rejoint le réseau dans le but d'aider : 45% aider ; 24% être aidé.e ; 23% les 2



©brunor.chen

Le **profil des répondant.es**, en terme d'âge et de sexe, **reflète plus au moins celui de l'ensemble des participant.es** de BuurtPensioen – Pens(i)onsQuartier.

Le réseau attire des personnes qui ont déjà de l'expérience (68%) que ce soit en s'occupant d'un.e membre de la famille, d'un.e voisin.e, par une expérience professionnelle, un engagement dans des associations, etc.

Les répondant.es ont majoritairement entendu parler de BuurtPensioen – Pens(i)onsQuartier par un activité (28%), le bouche-à-oreille (21%), par un partenaire (24% : 13% par un service social et 11% par la commune), par un trac publicitaire (11%).

### Les enseignements

- BPPQ s'inscrit dans une logique de don et contre-don
- 74% participation au réseau permet de faire de nouvelles connaissances
- 60% ont créé des relations qui se poursuivent en-dehors du réseau
- 64% sentiment d'apporter quelque chose - 79% sentiment de recevoir quelque chose
- 78% impact fort à très fort sur le bien-être mental
- 64% impact fort à très fort sur le bien-être physique
- 57% impact fort à très fort sur le regard porté sur le monde
- 58% impact fort à très fort implication dans le quartier





**La recherche des dimensions sociales** (de rencontre, d'échanges et de liens amicaux) est prépondérante pour les répondant.es : échanger (64%) ; construire des liens amicaux (51%) ; rompre la solitude (49%) ; des balades (43%).

La participation au réseau a pour impact, auprès des répondant.es, de : faire de nouvelles connaissances (74%) ; se changer les idées (66%), aider des personnes (64%) ; se sentir utile (53%)

- **'Se sentir utile'** et **'aider des personnes'** sont deux changements qui ne ressortent pas dans ce que les répondant.es viennent chercher dans les réseaux or c'est ce plus de la moitié d'entre elles.eux remontent comme étant parmi les impacts les plus importants.
- 64 % d'entre elles.eux souhaitent avoir des temps collectifs et individuels.
- Les participant.es au réseau ne font pas que rencontrer des personnes au moment des activités. **De vraies relations se nouent, se construisent et persistent plus loin et au-delà du réseau. Ils.elles sont près de 60% à maintenir des liens qui débordent des rencontres internes.** Cela résulte des processus de rencontre mis en place par le réseau qui eux-mêmes sont très probablement générateurs d'impacts sociaux importants.
- Bien que les personnes soient majoritairement entrées dans le réseau pour apporter de l'aide, elles disent également **recevoir** quelque chose **en retour (79%)**.
- 60% des répondant.es estiment que le sentiment d'apporter et de recevoir évolue dans le temps. Comme pour toute relation, **le fait de l'inscrire sur la durée, pour apprendre à mieux se connaître, participer, s'impliquer, est nécessaire.**





## Résultats et témoignages

L'évaluation d'impact a permis de mettre en lumière **quatre impacts** sur:

- le bien-être mental
- le bien-être physique
- le regard que les gens portent sur le monde
- l'implication dans le quartier/et les relations avec les voisin.es

Les participant.es disent que participer aux réseaux a un impact positif sur

LE BIEN-ÊTRE  
MENTAL

77%

en mettant en contact des gens, en créant de la solidarité, en donnant l'opportunité aux participant.es de s'impliquer et de se sentir utile

« Ca fait du bien d'être membre du réseau. »  
*67 ans, Molenbeek*

« Le fait d 'augmenter le sentiment du bien être chez les personnes seule, me rends heureuse et joyeuse. »  
*49 ans, Molenbeek*

« Oui, je me sens soutenue et bien entourée. »  
*41 ans, Molenbeek*

« Je suis moins angoissée et moins soucieuse et je me consacre aux autres. »  
*43 ans, Molenbeek*

« Je suis contente d'avoir un réseau dans mon quartier. »  
*83 ans, Molenbeek*

« Je trouve que la solidarité est valeur fondamentale de notre société. »  
*64 ans, Ixelles*

« Je me sens bien moralement, le fait de faire le bien, je sens que me vide les idées pour laisser la place aux choses utiles. »  
*42 ans, Molenbeek*

« Je suis moins seule, j'ai des nouveaux contacts, je reçois des visite à domicile. »  
*55 ans, Molenbeek*

« Je suis plus à l'écoute positive des personnes. »  
*73 ans, Jette*

« Le plaisir de se rencontrer et de s'amuser ensemble. »  
*52 ans, Molenbeek*

« Comme pour tous le confinement a été une rude épreuve, mais à plusieurs on se remonte le moral, pas uniquement dans le réseau. »  
*86 ans, Bruxelles-Ville*

« Oui, je suis de meilleur humeur. »  
*70 ans, Jette*

« Oui, n'ayant pas de famille, les réunions sont très sympathiques. »  
*77 ans, Ixelles*

« J'en ai besoin. »  
*68 ans, Ixelles*

« Les contacts nous sortent du morose. »  
*86 ans, Bruxelles-Ville*

## LE BIEN-ÊTRE PHYSIQUE

64%

le fait de sortir rencontrer des gens, de participer à des activités ou d'effectuer de petits dépannages permet aux participant.es de se mettre un minimum en mouvement et a donc un impact positif sur le bien-être physique;

« Ca m'a changé beaucoup de choses dans ma vie. »  
*53 ans, x*

« J'en ai besoin. »  
*68 ans, Ixelles*

« Oui, c'est un but en soi du fait que je suis toujours seule. »  
*77 ans, Ixelles*

« Ca me fait du bien physiquement. »  
*75 ans, Jette*

« Oui, j'ai moins de stress, d'angoisse. »  
*70 ans, Jette*

« Suite au "rester confiné", mon veuvage et ma blessure, j'ai presque retrouvé ma "forme" de 2019 en bougeant, pas uniquement avec le réseau»  
*86 ans, Bruxelles-Ville*

« En apportant une aide qui peut être positive à ces personnes, je me sens bien meilleur [sic] en moi-même. »  
*73 ans, Jette*

« Je suis en forme, je demande des conseils des personnes âgées»  
*42 ans, Molenbeek*

« Oui, je vais bien surtout dans ma participation aux balades dans le quartier. »  
*58 ans, Bruxelles-Ville*

## LE REGARD SUR LE MONDE

57%

les rencontres intergénérationnelles et interculturelles y sont sans doute pour quelque chose.

« Je suis heureuse d'avoir une solidarité entre les gens, avec un sourire, avec un peu de temps. Ensemble nous pouvons faire avancer les choses sans retour. »  
*58 ans, Bruxelles-Ville*

« Le fait de faire du bien, le monde est meilleur. »  
*49 ans, Molenbeek*

« Je suis très sensible au problème de l'isolement des personnes en général, j'informe et j'agis. »  
*43 ans, Molenbeek*

« Le réseau est un moyen efficace qui est essentiel pour les seniors. »  
*83 ans, Molenbeek*

« Cela m'apporte une ouverture d'esprit et la découverte de situations peu connues »  
*64 ans, Ixelles*



« Je vois la souffrance des personnes âgées seules, la demande de tuer la solitude, la place des aînées dans cette société. La mobilisation des bénévoles. la diminution de la solidarité entre la famille. »  
*42 ans, Molenbeek*

« Oui, je sensibilise les autres par rapport à la problématique de la solitude, j'en parle plus à mes amies et famille. »  
*52 ans, Molenbeek*

« Oui, j'ai un autre regard sur l'âge et les cultures. »  
*31 ans, Molenbeek*

« Un effet sur un regard sur le monde mais surtout sur un regard la société qui a changé. »  
*73 ans, Jette*

« La vie est plus facile si tout le monde se mobilise pour aider les seniors. »  
*52 ans, Molenbeek*

« Je me suis redonné compte des besoins des autres. »  
*68 ans, Ixelles*

« Les contacts interculturels m'y ont aidé. »  
*86 ans, Bruxelles-Ville*

« Oui, l'initiative que vous avez eue de créer est très bonne : des gens qui pensent aux autres. C'est une vision de l'être humain : créer et essayer d'unir les autres. »  
*78 ans, Ixelles*

L'IMPLICATION  
DANS LE QUARTIER

58%

LES RELATIONS  
AVEC LES VOISIN.ES

57%

le réseau met en relation des habitant.es des quartiers, contribuant ainsi à la cohésion sociale dans les quartiers.

« J'apprends plus à connaître mes voisins et voisine. »  
*52 ans, Molenbeek*

« Je connais mieux mes voisins, la relation d'entraide est plus forte entre les voisins. »  
*47 ans, Molenbeek*

« J'apprends à mieux connaître mes voisins, je partage des plats et je discute avec mes voisins. »  
*31 ans, Molenbeek*

« J'ai mieux connu une de mes voisines grâce au réseau. »  
*64 ans, Ixelles*

« Oui, je connais mes voisins et je prends souvent des nouvelles et je leur propose mon aide. »  
*49 ans, Molenbeek*

« Oui, je suis en contact avec mes voisins, j'achète le pain ou je fais des courses ou je demande des nouvelles. »  
*41 ans, Molenbeek*

« Je me sens super bien avec mes voisins on se partage des choses, des petits plats, soupe... »  
*58 ans, Bruxelles-Ville*

« Je suis contente d'en faire partie [de BPPQ]. J'appartiens à un groupe même si je ne participe pas beaucoup. »  
*78 ans, Ixelles*

« Oui, car finalement j'ai de la chance. »  
*68 ans, Ixelles*

« Grâce à vous, il y a une entraide dans le quartier, vous apportez plus pour les personnes âgées. »  
*47 ans, Molenbeek*

« Je m'occupe de temps en temps d'une personne au home, je lui rends visite, je lui apporte de la soupe, je passe un moment avec elle. Le réseau a augmenté ma puissance d'agir autour de moi. »

31 ans, Molenbeek

« Je pense que le quartier peut être influencé par les aides individuelles de chaque volontaires dans le réseau. »

73 ans, Jette

« Je suis active dans le quartier, je prends un plaisir à faire du bien autour de moi. »

43 ans, Molenbeek

« Je m'intéresse plus à la vie du quartier. »

41 ans, Molenbeek

## Conclusion

BuurtPensioen-Pens(i)onsQuartier en facilitant les contacts et les relations entre les habitant·es des quartiers (jeunes et moins jeunes), ont **un impact positif sur le bien-être mental, physique, le regard que les participant·es portent sur le monde ainsi que leur implication dans les quartiers et leurs relations avec les voisin.es.**

BuurtPensioen-Pens(i)onsQuartier **contribue au mieux vivre ensemble** dans la ville, en recréant de la cohésion sociale dans les quartiers. Il joue un **rôle préventif et curatif** sur la santé des participant·es.

L'implication des habitant·es des quartiers permet également de **toucher les personnes sorties des radars et/ou difficilement joignables.**

## Etude d'impact Samen Toujours

Les résultats présentés dans ce rapport de synthèse ne concernent que les participants du réseau d'entraide Het BuurtPensioen - Pens(i)onsQuartier.

L'étude d'impact complet a également été menée auprès des participants du réseau Bras dessus bras dessous. Le rapport complet et les chiffres clés des deux réseaux sont disponibles sur le site [www.samentoujours.be](http://www.samentoujours.be) ou via <https://www.buurtpensioen.be/fr/impactevaluatie>

HET BUURTPENSIOEN  
PENS(I)ONSQUARTIER



Samen  
toujours  
RÉSEAUX D'ENTRAIDE • BUUREN-HULPNETWERKEN



## Contact

Het BuurtPensioen - Pens(i)onsQuartier vzw  
Rue de Laeken 76, bte 3  
1000 Bruxelles



**T. 0484 48 38 33**



**info@buurtpensioen.be**



**www.buurtpensioen.be**  
**www.pensionsquartier.be**



**Facebook: BuurtPensioen - PensionsQuartier**



**Instagram: @buurtpensioenpensionsquartier**

