

DONNER VOIX AUX ÂÎNÉS PRÉCAIRES FACE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Représentations, défis et solutions.

SEPTEMBRE 2026



Résumé

Et si les personnes âgées précaires étaient parmi les premières à ressentir les effets des changements climatiques... mais aussi parmi les premières à savoir comment y faire face?

Dans les Pays de la Loire, la population vieillit rapidement : d'ici 2035, près d'un habitant sur quatre aura plus de 65 ans. Dans le même temps, la région est de plus en plus exposée aux aléas climatiques tels que les canicules, les inondations et les submersions marines. Pour les seniors en situation de fragilité, ces deux réalités se croisent et se renforcent.

Chaleur étouffante dans des logements mal isolés. Factures d'énergie difficiles à payer. Isolement face aux alertes météo. Difficultés à se déplacer en cas de crise. Pour beaucoup, le changement climatique n'est pas une projection lointaine : c'est une expérience vécue.

Pourtant, leur voix est rarement entendue dans les débats sur la transition écologique.

Ce rapport change de perspective. Il donne la parole à 54 seniors âgés de 62 à 95 ans, vivant en ville, à la campagne ou sur le littoral ligérien. À travers des entretiens individuels, des échanges collectifs et des ateliers thématiques participatifs, ils ont partagé leurs inquiétudes, leurs stratégies d'adaptation et leurs idées pour mieux faire face à ces crises.

Le constat est clair : les inégalités sociales amplifient les risques climatiques. Comme le rappelle le GIEC des Pays de la Loire, nous ne sommes pas tous égaux face aux aléas. Mais l'étude montre aussi autre chose : ces seniors ne sont pas seulement vulnérables. Ils sont porteurs d'expérience, de pratiques de sobriété, de solidarités concrètes et de solutions adaptées aux réalités locales.

Mené par le GÉrontopôle des Pays de la Loire avec le soutien de Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO, ce travail invite à changer de regard : protéger les seniors précaires est indispensable, mais les écouter et les associer l'est tout autant.

Car construire des territoires plus résilients, c'est aussi reconnaître celles et ceux qui, souvent dans la discrétion, développent déjà des solutions pour s'adapter.

Ce rapport est une invitation : faire de la transition écologique un projet plus juste, plus inclusif, et profondément humain.

Liste des structures contributrices

CCAS d'Angers ; CCAS de Saint-Jean-de-Monts ; CEREMA ; Chauvé seniors ; Comité 21 Grand Ouest ; Communauté de communes de l'Île de Noirmoutier ; CPAM 44 ; Espace Entour'âge à la Roche-sur-Yon ; Gérontopôle Pays de la Loire ; Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO ; Météo-France ; Nantes Métropole ; Petits Frères des Pauvres ; Résidence Autonomie « Les Baronnières » à Mamers ; RésOvilles ; Saint-Nazaire auto-solidaire ; Ville de Saint-Nazaire.

Liste des personnes contributrices

- **Justine ANDRÉ** – Chargée de mission Climat et en appui au GIEC Pays de la Loire – Comité 21 Grand Ouest
- **Christelle BOUCHET** – Chargée de mission Ville Amie des Aîné.es – Saint-Nazaire
- **Béryl COSTALES** – Chargée de mission Prévention des Risques Littoraux – Communauté de communes de l'Île de Noirmoutier
- **Gaëlle CONSEIL** – Designer – CPAM 44
- **Jean-Pierre CRESPIN** – Saint-Nazaire auto-solidaire
- **Daphné LE DUNF** – Chargée de Projets Longévité – Nantes Métropole
- **Anaïk FOURDILIS** – Service Proximité – Saint-Nazaire
- **Frédéric FRENARD** – Chef de projet – RésOvilles
- **Juliette GATIGNON** – Directrice – CCAS d'Angers
- **Stéphanie FORGET** – Adjointe de Direction – Petits Frères des Pauvres
- **Loïc GUILBOT** – Responsable groupe aménagement projet de territoire – CEREMA
- **Nathalie GUILLO-MITON** – Chargée de Développement Social – Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO
- **Estelle HALLAERT** – Chargée d'études Résilience et adaptation au changement climatique – CEREMA
- **Niels LAUNAY** – Géographe – Gérontopôle Pays de la Loire
- **Amandine LAURY** – Déléguée Assurance Maladie – Pôle Établissements – CPAM 44
- **Alban MALLET** – Chargé de mission transition écologique et climat – Nantes Métropole
- **Arlette MARCADÉ** – Maire Adjointe à la Solidarité, Vice-Présidente du CCAS de Mamers
- **Benjamin LE FUSTEC** – Chargé de mission Action Territoriale – Gérontopôle Pays de la Loire
- **Pascale PETIT** – Cheffe de projets – Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO
- **Maxime PALVADEAU** – Chargé de Prévention Santé – Communauté de communes de l'Île de Noirmoutier
- **Martine PERRON** – Consultante, Membre du CREG – Gérontopôle Pays de la Loire
- **Karine ROUSSEAU** – Animatrice – Résidence Autonomie « Les Baronnières » à Mamers
- **Virginie RUAULT** – Responsable de service – Angers Seniors Animation
- **Lionel SALVAYRE** – Référent territorial – Météo-France
- **Milie LE SAUX** – Directrice Action sociale et Solidarité – CCAS de Saint-Jean-de-Monts
- **Marie-Thérèse VIDIANI** – Responsable du service prévention et soutien à domicile – Espace Entour'âge à la Roche-sur-Yon

SOMMAIRE

06

Introduction

- 7 ■ Méthodologie et calendrier de l'étude
- 8 ■ Objectifs et structure du rapport

.....

10

Partie 1 – Cadre conceptuel et méthodologique

- 11 ■ **A. Vieillissement, précarité et vulnérabilités climatiques**
- 11 ■ Vieillissement de la population et transition démographique
- 12 ■ Définition et dimensions de la précarité des seniors
- 14 ■ Vulnérabilités spécifiques des seniors face aux changements climatiques
- 16 ■ Apports et limites des travaux existants
- 18 ■ **B. Démarche méthodologique**
- 18 ■ Principes généraux de la recherche-action participative
- 18 ■ Définition du périmètre de l'étude
- 18 ■ Publics ciblés et critères d'inclusion
- 19 ■ Territoires concernés
- 19 ■ Échantillon et profil des participants
- 19 ■ Outils de collecte de données
- 20 ■ Mobilisation des partenaires locaux
- 20 ■ Traitement et analyse des données
- 20 ■ Limites méthodologiques

.....

22

Partie 2 – Représentations et vécus des seniors face aux changements climatiques

- 24 ■ **A. Représentations du changement climatique**
- 24 ■ Une perception concrète et incarnée du dérèglement climatique
- 25 ■ Des représentations ancrées dans la mémoire et les trajectoires de vie
- 26 ■ Une lecture morale et intergénérationnelle des enjeux
- 27 ■ Entre inquiétude, fatalisme et volonté d'agir
- 28 ■ Une intégration progressive dans les réalités du quotidien
- 29 ■ **B. Expériences vécues et vulnérabilités concrètes**
- 29 ■ Une exposition croissante aux aléas climatiques
- 30 ■ Précarité énergétique et habitat : un facteur central de vulnérabilité
- 31 ■ Santé, fatigue et limitations fonctionnelles
- 31 ■ Isolement social et territorial renforcé
- 32 ■ Accès à l'information et aux dispositifs d'aide
- 32 ■ Des vulnérabilités différenciées selon les territoires

34

Partie 3 – Leviers d’adaptation et solutions coconstruites avec les seniors

36 ■ A. Habitat, cadre de vie et précarité énergétique

- 36 ■ Problèmes identifiés par les seniors
- 37 ■ Attentes vis-à-vis des bailleurs et des collectivités
- 38 ■ Solutions proposées et leviers d’amélioration
- 38 ■ Bonnes pratiques locales existantes ou émergentes

39 ■ B. Mobilités, accès aux ressources et solidarités de proximité

- 39 ■ Contraintes de mobilité en contexte de changement climatique
- 40 ■ Accès aux soins, aux commerces et aux services essentiels
- 40 ■ Rôle des solidarités locales et intergénérationnelles
- 41 ■ Place des acteurs associatifs et des médiateurs sociaux

43 ■ C. Résilience face aux crises climatiques

- 43 ■ Anticipation et prévention des risques
- 45 ■ Dispositifs d’alerte et compréhension des messages
- 45 ■ Accompagnement humain en situation de crise
- 46 ■ Rôle des seniors comme acteurs de la résilience locale

48

Conclusion générale et perspectives

.....

50

Annexes

50 ■ Annexe n°1 : Bibliographie

51 ■ Annexe n°2 : Outils d’enquête

- Grille d’entretien
- Déroulé des focus-groups
- Déroulé ateliers thématiques participatifs

Introduction

L'été, la chaleur s'installe plus longtemps qu'avant. Les volets restent fermés toute la journée pour garder un peu de fraîcheur. Nous hésitons à allumer le ventilateur, parce que la facture d'électricité inquiète déjà. L'hiver, c'est l'inverse : nous chauffons une seule pièce, nous enfilons un pull supplémentaire, nous renonçons parfois à d'autres dépenses. Pour beaucoup de seniors en situation de précarité dans les Pays de la Loire, le changement climatique n'est pas une abstraction. Il se vit au quotidien, dans le corps, dans le logement, dans le budget.

Le vieillissement de la population et l'urgence climatique sont souvent présentés comme deux grandes transitions du XXI^e siècle. Mais sur le terrain, elles ne sont pas séparées. Elles se croisent, se superposent et parfois s'aggravent mutuellement.

Dans les Pays de la Loire, près d'un habitant sur quatre aura plus de 65 ans d'ici 2035¹. Dans le même temps, près d'un senior sur six est pauvre ou en situation de fragilité économique², en incluant les personnes situées dans le « halo de la pauvreté »³. Derrière ces chiffres, il y a des femmes seules avec de petites retraites, des anciens ouvriers aux carrières hachées, des personnes isolées en zone rurale ou sur le littoral exposé aux tempêtes.

La région est particulièrement vulnérable aux aléas climatiques : canicules plus fréquentes et plus longues, inondations, submersions marines. Le GIEC des Pays de la Loire⁴ rappelle que la vulnérabilité ne dépend pas seulement de l'exposition géographique, mais aussi de l'âge, de l'état de santé, des revenus, de la qualité du logement ou de l'isolement social. À risque égal, tous ne sont pas touchés de la même manière.

Les seniors précaires (la notion de précarité étant définie dans la première partie de ce rapport) cumulent

- des logements mal isolés et une précarité énergétique persistante ;
- des réseaux de solidarité fragilisés ;
- des difficultés d'accès à l'information et aux dispositifs d'alerte ;
- une sensibilité accrue aux températures extrêmes en raison d'une moindre capacité de régulation thermique ou de pathologies chroniques.

Pourtant, dans les débats sur la transition écologique, leur voix est rarement entendue. Ils sont souvent décrits comme un public « vulnérable », à protéger, mais plus rarement comme des personnes capables d'analyse, d'adaptation et de proposition.

C'est de ce constat qu'est né ce rapport. Dans la continuité de l'étude exploratoire menée en 2024⁵ par le Gérontopôle des Pays de la Loire, avec le soutien de Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO, ce travail choisit de partir de la parole des premiers concernés. Plutôt que de parler « pour » les seniors précaires, il s'agit ici de parler « avec » eux.

¹ Gérontopôle des Pays de la Loire. (2025). Transition écologique et démographique : défis et perspectives

² Insee Analyses Pays de la Loire • n° 143 • Septembre 2025

³ Le halo de pauvreté désigne l'ensemble des personnes ou des ménages qui ne sont pas considérés comme pauvres au sens monétaire strict, mais dont le niveau de vie est proche du seuil de pauvreté et qui présentent un risque élevé de basculement dans la pauvreté.

⁴ Rapport spécial Populations – GIEC-PL – Volume 1 – La vulnérabilité des populations face aux changements climatiques dans les Pays de la Loire, mars 2025.

⁵ Gérontopôle des Pays de la Loire. (2025). Transition écologique et démographique : défis et perspectives

Méthodologie et calendrier de l'étude

Entre avril 2025 et mars 2026, une recherche-action participative a été conduite auprès de 54 personnes âgées de 62 à 95 ans, vivant en milieux urbain, péri-urbain, rural et littoral, au sein de la région Pays-de-la-Loire.

La démarche combinait plusieurs outils complémentaires (**annexe n°2**) :

- 10 entretiens individuels semi-directifs pour explorer en profondeur vécus, inquiétudes et stratégies d'adaptation ;
- 2 focus-groups, réunissant respectivement 9 et 7 participants, pour favoriser échanges et confrontations de points de vue ;
- 3 ateliers thématiques participatifs, centrés sur le cadre de vie, les mobilités et la résilience face aux crises climatiques.

Ce travail de terrain a permis de recueillir des récits détaillés sur le quotidien des seniors face aux aléas climatiques et de co-construire des pistes d'adaptation réalistes et adaptées aux contextes locaux.

Le calendrier du projet se décompose en plusieurs étapes clés :

1. Phase préparatoire : cadrage et mobilisation (AVRIL – NOVEMBRE 2025)

- Définir le périmètre de l'étude et clarifier la notion de précarité (un brainstorming au sein de l'équipe du Gérontopôle et un brainstorming lors d'une réunion ancrage territoriale de Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO) ;
- Mobiliser les acteurs locaux (collectivités, associations, bailleurs sociaux, CCAS) ;
- Planifier la méthodologie et préparer les outils d'enquête et d'animation.

2. Collecte de données et animation des échanges (JUIN 2025 – FÉVRIER 2026)

Phase A – Entretiens individuels et focus-groups

- Organisation et planification des entretiens et focus-groups avec les partenaires locaux ;
- Préparation des outils d'enquête et d'animation ;
- Réalisation de 10 entretiens individuels approfondis (11 participants : 1 couple, 10 personnes vivant seules) ;
- Organisation de 2 focus-groups :
 - 28 août 2025 à La Roche-sur-Yon (9 participants)
 - 28 octobre 2025 à Mamers (7 participants)

Phase B – Ateliers thématiques participatifs

- Organisation et préparation des ateliers adaptés aux territoires ;
- Tenue de 3 ateliers thématiques, permettant la co-construction de solutions concrètes :
 - Résilience face aux crises climatiques :
 - 20 janvier 2026 à Noirmoutier-en-l'île (focus sur les risques de submersion marine, 9 participants)
 - 30 janvier 2026 à Nantes (focus sur les vagues de chaleur, 8 participants)
 - Cadre de vie et mobilité : 16 février 2026 à Saint-Nazaire (10 participants)

3. Analyse et synthèse des résultats (AOÛT 2025 – MARS 2026)

- Retranscription et analyse des entretiens et *focus-groups* ;
- Identification des thématiques clés, récurrences et spécificités territoriales ;
- Mise en valeur des stratégies d'adaptation et des ressources locales.

4. Rédaction du rapport (FÉVRIER – MARS 2026)

- Intégration de la parole des seniors ;
- Valorisation des solutions co-construites ;
- Structuration des recommandations opérationnelles pour les acteurs locaux et les décideurs.

OBJECTIFS ET STRUCTURE DU RAPPORT

Ce rapport poursuit trois ambitions :

1. Mieux comprendre les vulnérabilités spécifiques des seniors précaires face aux changements climatiques.
2. Identifier, avec eux, des leviers d'adaptation concrets et réalistes.
3. Contribuer à des politiques publiques plus justes, territorialisées, qui intègrent la parole des personnes concernées.

Au-delà des constats, il invite à un changement de regard. Les seniors précaires ne sont pas seulement exposés aux risques climatiques : ils sont aussi porteurs d'expériences, de savoirs et de solutions. Les considérer comme des partenaires à part entière de la transition écologique n'est pas seulement une question d'équité ; c'est une condition de son efficacité.

Le rapport est structuré en trois parties. La première présente le cadre conceptuel et méthodologique de l'étude, en continuité avec les travaux engagés en 2024. La deuxième analyse les représentations et les vécus des seniors précaires face aux risques climatiques à partir des entretiens semi-directifs, et des *focus-groups*. La troisième met en lumière les solutions et leviers d'adaptation coconstruits lors des ateliers thématiques participatifs et des *focus-groups*.

Entrer dans ce rapport, c'est donc écouter ces voix souvent discrètes mais essentielles, et reconnaître que la résilience des territoires commence par la reconnaissance de celles et ceux qui y vivent, parfois dans l'ombre, mais toujours avec une capacité d'adaptation qui mérite d'être entendue.

PARTIE 1

Cadre conceptuel et méthodologique



A. Vieillesse, précarité et vulnérabilités climatiques

1. VIEILLESSE DE LA POPULATION ET TRANSITION DÉMOGRAPHIQUE

Dans les Pays de la Loire, comme dans l'ensemble de la France, le vieillissement de la population n'est pas une abstraction statistique : il se voit dans les rues, dans les villages, dans les immeubles des villes et sur les littoraux. Les générations du baby-boom atteignent aujourd'hui les âges élevés et l'espérance de vie continue de progresser. Selon l'Insee, l'espérance de vie à la naissance est de 85,9 ans pour les femmes et 80,3 ans pour les hommes en 2025, et la part des 65 ans et plus dans la région passera de 20,8 % en 2022 à 24,9 % en 2035, soit plus d'un million de personnes.

Mais derrière ces chiffres, la réalité est souvent très diverse. Dans les zones littorales, comme en Vendée ou en Loire-Atlantique, des retraités viennent s'installer pour profiter de la mer et du soleil. Beaucoup disposent de revenus confortables, d'une épargne, de logements adaptés et de réseaux sociaux solides : voisins, clubs, associations, cercles d'amis. Leur quotidien est rythmé par les sorties, le bénévolat et la vie associative.

Dans les territoires ruraux, comme le nord de la Sarthe, la Mayenne ou l'Anjou, la situation est différente. Le vieillissement est plus souvent marqué par la précarité : petites retraites, isolement social, difficultés d'accès aux services de santé et aux commerces. La maison est souvent grande mais mal isolée, le chauffage coûte cher et la mobilité dépendante de la voiture. Ici, l'hiver et l'été peuvent devenir des épreuves quotidiennes, entre arbitrages financiers et contraintes physiques.

Dans les grandes villes, comme Nantes, Angers ou La Roche-sur-Yon, des seniors aux ressources limitées vivent parfois dans des logements adaptés, mais leur isolement reste fort. Les visites familiales sont plus rares, les voisins peu disponibles, et l'accès aux services de santé ou aux dispositifs d'alerte nécessite plus souvent une bonne organisation et des déplacements fréquents.

Le vieillissement ne se traduit pas seulement par une augmentation du nombre de personnes âgées : il modifie les besoins sociaux, sanitaires et territoriaux. Les logements doivent être adaptés, les services de proximité renforcés, les soins accessibles, et la mobilité facilitée. Les politiques publiques sont amenées à anticiper la fragilité, la dépendance, mais aussi les capacités et les désirs des seniors : beaucoup souhaitent rester chez eux, maintenir leurs activités, et continuer à participer à la vie locale.

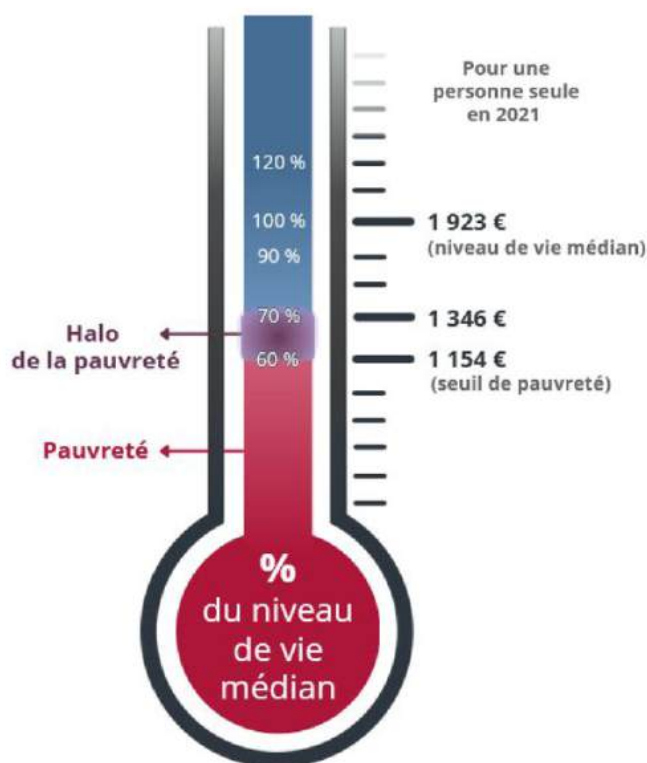
Cette transition démographique se déroule dans un contexte climatique qui accroît les risques. Les canicules deviennent plus fréquentes et plus longues, les tempêtes et submersions menacent les zones littorales, et les villes peuvent souffrir davantage des vagues de chaleur. Les personnes âgées peuvent ainsi être confrontées à la combinaison de fragilités liées à l'âge, aux conditions de logement, aux ressources financières et à l'isolement, qui se cumulent avec les aléas climatiques.

Au quotidien, cela se traduit concrètement : fermer les volets toute la journée pour rester au frais, hésiter à allumer le chauffage en hiver, calculer le coût d'une course ou d'un déplacement médical, et être attentif aux voisins plus fragiles. Derrière chaque statistique se cache un parcours de vie, des choix difficiles et des stratégies d'adaptation. Ces réalités concrètes montrent que le vieillissement n'est pas seulement un enjeu démographique, mais un défi social, économique et territorial qui interagit étroitement avec les changements climatiques.

2. DÉFINITION ET DIMENSIONS DE LA PRÉCARITÉ DES SENIORS

Le vieillissement de la population s'accompagne d'une réalité sociale peu visible mais tangible : la progression continue de la pauvreté et de la précarité chez les seniors. Entre 2013 et 2019, le nombre de Ligériens de plus de 60 ans en situation de pauvreté est passé de 57 800 à 72 700, et leur part au sein de la population pauvre de 13 % à 18 %. Aujourd'hui, près d'un senior sur six vit sous le seuil de pauvreté ou dans le « halo de la pauvreté »⁶, c'est-à-dire proche de ce seuil (**figure 1**).

Figure 1 : Halo de la pauvreté



Source : Insee, Fichier localisé sur les revenus sociaux et fiscaux (Filosofi) 2021.

En 2021, 8,2 % des seniors ligériens étaient en situation de pauvreté monétaire, un taux inférieur à la moyenne nationale (11,7 %). Concrètement, cela signifie qu'une personne seule dans un ménage pauvre vit avec moins de 1 154 euros par mois, et un couple sans enfant avec moins de 1 731 euros. Dans le halo de pauvreté, le niveau de vie se situe entre 1 154 et 1 346 euros pour une personne seule.

À l'échelle départementale, la vulnérabilité varie : la Mayenne compte le taux le plus élevé de seniors pauvres (9,3 %), la Sarthe présente un taux légèrement supérieur à la moyenne régionale tout en ayant le plus fort taux de pauvreté tous âges confondus, tandis que la Loire-Atlantique et la Vendée affichent des niveaux plus bas, avec un halo de pauvreté particulièrement faible. Ces différences montrent que la vulnérabilité des seniors n'est pas homogène : elle dépend autant de facteurs individuels que de contextes territoriaux et sociaux (**figure 2**).

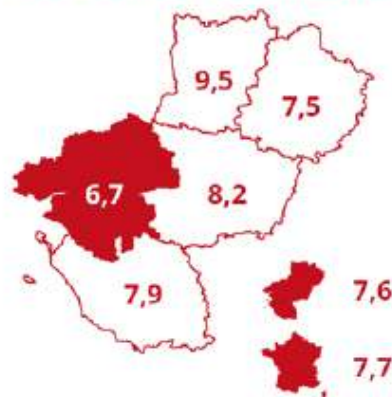
⁶ Insee Analyse Pays de la Loire (n° 143, septembre 2025)

Figure 2 : Taux de pauvreté et taux du halo de la pauvreté en 2021

Taux de pauvreté des seniors (en %)



Taux du halo des seniors (en %)



Lecture : En Loire-Atlantique en 2021, 7,9 % des personnes vivant dans des ménages de seniors sont en situation de pauvreté monétaire ; et 6,7 % sont dans le halo de la pauvreté.

Champ : Les seniors sont les personnes vivant dans un ménage dont le référent fiscal est âgé de 62 ans ou plus.

Source : Insee, Fichier localisé sur les revenus sociaux et fiscaux (Filosofi) 2021.

■ PRÉCARITÉ FINANCIÈRE

Elle touche les seniors aux revenus faibles ou instables, issus de carrières discontinues, de pensions modestes, ou confrontés à des ruptures familiales comme le veuvage ou la séparation. Elle se traduit par des arbitrages contraints au quotidien : *faut-il chauffer, acheter des médicaments ou payer un déplacement* ?

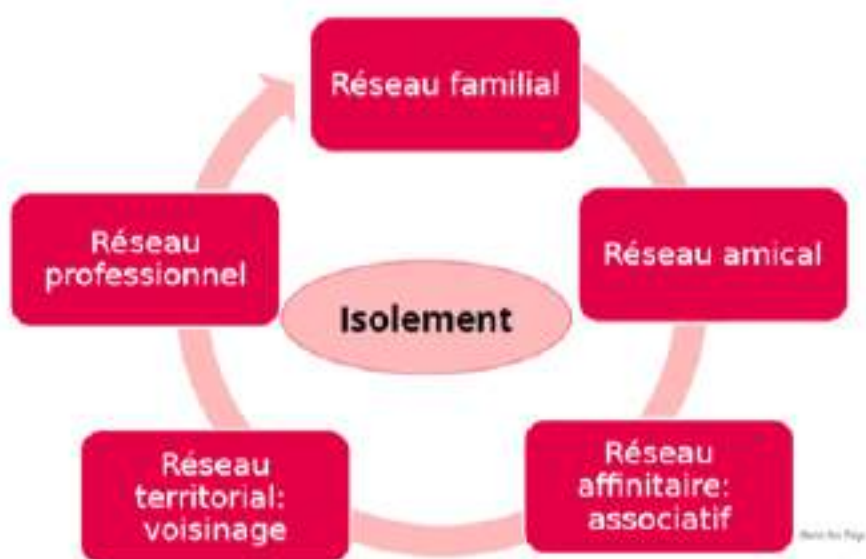
Dans un contexte de hausse des coûts de l'énergie et d'événements climatiques extrêmes, cette fragilité limite fortement la capacité à se protéger et à s'adapter.

■ PRÉCARITÉ SOCIALE ET RELATIONNELLE

Elle renvoie à l'isolement, à la fragilité des réseaux de solidarité et à la perte de liens sociaux. Contrairement à la solitude, qui est un ressenti, l'isolement social, lui, se mesure par le déficit de contacts réguliers et de liens de qualité avec la famille, les amis ou le voisinage (figure 3)⁷.

Il touche particulièrement les seniors vivant seuls ou éloignés des collectifs de proximité. Dans le contexte du changement climatique, cet isolement devient un facteur aggravant : il réduit l'accès à l'information, aux dispositifs d'alerte et à l'entraide, laissant certaines personnes particulièrement exposées aux vagues de chaleur ou aux inondations.

⁷ Baromètre solitude et isolement quand on a plus de 60 ans en France en 2025, Rapport Petits Frères des Pauvres – septembre 2025

Figure 3 : Les 5 réseaux relationnels impliqués dans le processus d'isolement

Source : Petits Frères des Pauvres, 3e baromètre de l'isolement des personnes âgées en France, septembre 2025.

■ PRÉCARITÉ GÉOGRAPHIQUE ET TERRITORIALE

Elle concerne les seniors résidant dans des territoires peu desservis en services, transports ou équipements adaptés. Dans les zones rurales, périurbaines ou littorales, l'éloignement des services essentiels, la dépendance à la voiture et la vulnérabilité du bâti peuvent accentuer les effets des aléas climatiques. Les inégalités territoriales jouent un rôle central : deux seniors d'âge et de revenus similaires ne sont pas exposés de la même façon selon qu'ils vivent dans un centre-ville, un village isolé ou sur une île littorale.

Dans cette étude, la précarité n'est pas une catégorie fixe : elle est vivante, contextuelle et cumulée. Certaines personnes peuvent ne présenter qu'une dimension de vulnérabilité, d'autres plusieurs à la fois. La recherche s'intéresse à la manière dont ces fragilités s'entrelacent dans la vie quotidienne et influencent les décisions, les stratégies et les adaptations face aux changements climatiques. Des éléments matériels, comme la qualité du logement, la densité urbaine, l'accès aux services publics ou l'existence d'une couverture assurantielle, influencent également de manière déterminante la capacité de chacun à anticiper, réagir et se relever face aux effets des dérèglements climatiques.

3. VULNÉRABILITÉS SPÉCIFIQUES DES SENIORS FACE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES

Dans le rapport spécial du GIEC des Pays de la Loire consacré à la vulnérabilité des populations face aux changements climatiques⁸, il est rappelé que la sensibilité des groupes sociaux varie fortement selon les ressources, les conditions de vie et les contextes territoriaux. Les personnes âgées figurent parmi les groupes les plus sensibles, en raison de facteurs physiologiques, sociaux et environnementaux spécifiques qui interagissent avec l'intensification des aléas climatiques.

⁸ Rapport spécial Populations – Volume 1 – La vulnérabilité des populations face aux changements climatiques dans les Pays de la Loire

Le processus de vieillissement s'accompagne d'une diminution de la capacité du corps à réguler sa température, même en l'absence de maladie chronique. Cette moindre régulation thermique constitue un facteur de vulnérabilité physiologique majeur chez les seniors : elle réduit l'efficacité des mécanismes naturels de dissipation de la chaleur et accroît le risque d'effets sanitaires graves lors des épisodes chauds ou froids.

L'exposition à la chaleur représente un enjeu majeur de santé publique dans le contexte du changement climatique. Cette thématique fait partie du programme de travail de Santé publique France depuis de nombreuses années.

Selon *Santé publique France*, la chaleur peut affecter directement la santé des personnes âgées de plusieurs manières :

- par déshydratation, lorsque la perte d'eau liée à la transpiration n'est pas compensée, ce qui fragilise l'organisme ;
- par coup de chaleur (hyperthermie), lorsque la température corporelle dépasse les capacités d'adaptation, avec des symptômes tels que malaise, confusion ou perte de connaissance ;
- par aggravation de pathologies préexistantes : l'exposition à la chaleur peut accentuer des troubles cardiovasculaires, respiratoires, rénaux, neurologiques ou métaboliques ;
- et par un risque accru de décès dans les jours suivant un épisode de forte chaleur (3 à 10 jours), soit directement (hyperthermie, déshydratation), soit par aggravation d'une maladie chronique.

En France, le nombre de vagues de chaleur est en forte augmentation sur les deux dernières décennies. De 2000 à fin 2022, 30 événements ont été observés en vingt-deux ans, soit en moyenne nettement plus d'un chaque année alors qu'il n'y avait en moyenne qu'une vague de chaleur tous les trois ans entre 1947 et 2000. La durée des vagues de chaleur a également fortement évolué en France. De l'ordre de deux jours par an en moyenne avant 2000, ce nombre est passé à dix jours par an dans la décennie 2011-2020⁹.

Ces effets sanitaires montrent que la chaleur n'est pas seulement un facteur de malaise temporaire, mais qu'elle peut déclencher des conséquences graves pour la santé des seniors, particulièrement lorsque leurs conditions de vie ne leur permettent pas de s'abriter efficacement.

Au-delà de la physiologie, les contraintes sociales comme l'isolement, un moindre accès à l'information et aux dispositifs d'alerte, et éloignement des services essentiels, limitent la capacité des seniors à anticiper et à faire face aux épisodes extrêmes. Le rapport du GIEC des Pays de la Loire souligne ainsi que les vulnérabilités climatiques ne se réduisent pas à l'exposition aux aléas, mais résultent d'une combinaison de facteurs sociaux, économiques, sanitaires et territoriaux qui se renforcent mutuellement.

Dans ce contexte, un senior âgé vivant seul dans un logement mal isolé et sans réseau de soutien est non seulement plus exposé aux effets directs de la chaleur, mais il est également moins à même de mobiliser des ressources pour s'adapter ou se protéger.

En résumé, la vulnérabilité spécifique des seniors face aux changements climatiques est une résultante d'un ensemble de fragilités physiologiques, sociales et territoriales, qui s'articulent avec les effets des aléas climatiques eux-mêmes. Cette compréhension permet de mieux cibler les mesures de prévention, d'adaptation et de protection, particulièrement pour les plus exposés.

⁹ Santé publique France, chaleur et impacts sur la santé, juin 2025.

4. APPORTS ET LIMITES DES TRAVAUX EXISTANTS

Les travaux scientifiques et institutionnels consacrés aux impacts du changement climatique sur les personnes âgées ont surtout documenté les effets sanitaires directs, notamment lors des épisodes de canicule, ainsi que l'influence de la qualité de l'air sur leur santé. Ces recherches ont également mis en lumière les déterminants sociaux de la vulnérabilité, comme la qualité du logement, le niveau de revenus ou l'isolement.

Pour Mathilde Pascal, épidémiologiste à la Direction Santé Environnement Travail au sein de Santé publique France : « *La vulnérabilité à la chaleur concerne tout le monde, à différents degrés selon son exposition, sa susceptibilité et sa capacité à faire face. Elle peut varier d'un jour sur l'autre, selon l'état physique, l'activité ou l'environnement. L'habitat reste central pour réduire cette vulnérabilité.* »

Plusieurs enquêtes ont été menées auprès de la population et de communes, afin d'évaluer la connaissance des risques et des gestes de prévention, les freins à l'adoption des gestes de prévention, la perception des risques, les actions mises en place, et les difficultés rencontrées lors de canicules et fortes chaleurs. Elles montrent une bonne connaissance des gestes de prévention (boire de l'eau, se rafraîchir, maintenir sa maison au frais, etc.) mais une perception sous-estimée de la gravité des effets possibles de la chaleur : seuls 2 % des 18-64 ans et 4 % des personnes de 65 ans et plus se sentent très à risque en cas de canicule¹⁰.

Pour autant, ces travaux demeurent largement centrés sur des approches quantitatives ou biomédicales, souvent déconnectées des expériences vécues par les seniors eux-mêmes. La parole des personnes âgées, en particulier celle des seniors en situation de précarité, reste encore peu mobilisée comme source de connaissance. Les stratégies qu'ils développent au quotidien pour faire face à la chaleur, aux périodes de froid ou aux contraintes financières sont insuffisamment explorées.

Or, ces vulnérabilités ne racontent qu'une partie de leur réalité. Derrière la fragilité apparaissent également des capacités d'adaptation, des savoir-faire acquis au fil d'une vie marquée par des contraintes, ainsi que des formes de résilience et de solidarités locales, familiales ou associatives, souvent invisibles mais essentielles.

À l'instar de la précarité, la vulnérabilité n'est pas seulement un obstacle : elle est aussi un révélateur de ressources. Elle met en lumière l'organisation, l'ingéniosité et la capacité des seniors à anticiper, s'adapter et soutenir leur entourage. Les personnes âgées ne sont pas seulement des bénéficiaires de protections ; elles peuvent être actrices de résilience, porteuses de connaissances et de solutions concrètes.

Dans ce contexte, la notion de résilience constitue un fil conducteur de cette étude. Elle renvoie à la capacité d'un individu, d'une organisation ou d'un territoire à faire face à une perturbation, à s'y adapter, et à retrouver un fonctionnement satisfaisant. Trois dimensions complémentaires de la résilience sont mobilisées dans ce rapport.

La résilience individuelle désigne la capacité d'une personne à faire face à une épreuve, à un choc ou à un traumatisme et à poursuivre son développement malgré les difficultés. Chez les seniors précaires, elle se manifeste notamment à travers les stratégies d'adaptation quotidiennes face à la chaleur, au froid ou aux contraintes économiques.

La résilience organisationnelle renvoie, quant à elle, à la capacité des institutions, des associations, des services publics ou des structures d'accompagnement à s'adapter aux crises et à continuer à assurer leurs missions de soutien et de protection des populations.

Enfin, la résilience territoriale désigne la capacité d'un territoire, à travers ses infrastructures, ses politiques publiques, ses réseaux d'acteurs et ses solidarités locales, à faire face à un événement majeur, à maintenir ses fonctions essentielles et à favoriser la reconstruction ou l'adaptation de ses habitants et de ses organisations. Elle implique également la capacité d'un territoire à mettre à disposition des ressources permettant de soutenir les autres formes de résilience, qu'elles soient individuelles ou collectives.

¹⁰ Laaidi K, Gane J, Saoudi A, Zeghnoun A, Le Tertre A. Enquête sur les pratiques des communes pour prévenir les impacts sanitaires de la canicule. Santé publique France. Rapport. 2022. 70 p.

Dans le contexte du changement climatique, ces trois niveaux de résilience sont étroitement liés : la capacité d'adaptation des personnes âgées dépend aussi des ressources offertes par les institutions et par les territoires dans lesquels elles vivent.

L'objectif de cette étude est de faire émerger ces savoirs et ces pratiques pour nourrir des politiques publiques plus justes, territorialisées et adaptées aux réalités locales.

B. Démarche méthodologique

1. PRINCIPES GÉNÉRAUX DE LA RECHERCHE-ACTION PARTICIPATIVE

Le projet s'inscrit dans une démarche de recherche-action participative, visant à associer étroitement les personnes âgées concernées et les acteurs locaux à la production des connaissances. Cette approche repose sur la reconnaissance de l'expertise d'usage des seniors, considérés non seulement comme des publics enquêtés, mais aussi comme actrices et acteurs capables d'analyser leurs situations, d'identifier leurs vulnérabilités et de formuler des pistes de solutions adaptées à leur quotidien.

Ce choix méthodologique prolonge l'étude exploratoire menée en 2024 par le GÉrontopôle des Pays de la Loire, en impliquant directement les seniors en situation de précarité. Il dépasse une approche descendante, en articulant production de connaissances, mobilisation territoriale et co-construction de recommandations opérationnelles.

2. DÉFINITION DU PÉRIMÈTRE DE L'ÉTUDE

Le périmètre de l'étude a été défini lors d'une phase préparatoire, conduite entre avril et juin 2025, comprenant plusieurs temps de travail collectif et de cadrage méthodologique entre le GÉrontopôle Pays de la Loire et Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO. Ces échanges ont permis de préciser les objectifs, d'identifier les thématiques prioritaires et de poser une définition partagée de la précarité dans le contexte du changement climatique.

La précarité est ici appréhendée comme une situation instable et multidimensionnelle, résultant de la combinaison de facteurs financiers, sociaux, territoriaux, sanitaires et culturels, limitant le pouvoir d'agir face aux aléas climatiques. Elle ne se réduit pas à une insuffisance économique, mais inclut également la méconnaissance des dispositifs d'aide, les fragilités liées à la santé, la dépendance aux infrastructures (logement, mobilité, systèmes d'alerte) et les effets potentiellement précarisants de certaines mesures climatiques lorsqu'elles sont subies ou mal accompagnées.

Cette approche inductive de la précarité vise à faire émerger les dimensions de vulnérabilité à partir des récits et expériences vécues, plutôt que de les définir a priori.

3. PUBLICS CIBLÉS ET CRITÈRES D'INCLUSION

Les participants ciblés sont des personnes âgées de 62 à 95 ans, présentant au moins une dimension de précarité. Les critères d'inclusion ont été définis de manière raisonnée pour refléter la diversité sociale, économique et territoriale, sans viser une représentativité statistique.

Ont notamment été pris en compte :

- L'âge, avec une attention particulière aux 80 ans et plus pour les entretiens individuels approfondis ;
- Les niveaux de ressources financières ;
- Les situations d'isolement social ou relationnel ;
- Les conditions de santé et de mobilité ;
- Les trajectoires de vie (femmes seules âgées, anciens travailleurs précaires, jeunes retraités, personnes issues de parcours migratoires, etc.) ;
- Les statuts résidentiels (locataires ou propriétaires).

Cette diversité permet de rendre compte des formes multiples et cumulatives de vulnérabilité face aux changements climatiques.

4. TERRITOIRES CONCERNÉS

L'étude a été conduite sur des territoires des Pays de la Loire, sélectionnés en fonction de leur exposition aux aléas climatiques et de leurs caractéristiques sociales :

- **Territoires urbains** : Angers, Laval, La Roche-sur-Yon, Nantes, Saint-Nazaire ;
- **Territoires périurbains** : Le Pellerin, Couëron et Saint-Sébastien-sur-Loire ;
- **Territoires ruraux** : Chauvé, Mamers, Saint-Gildas-des-Bois ;
- **Territoires littoraux** : Saint-Jean-de-Monts, Noirmoutier-en-l'Île, La Guérinière, L'Épine, L'Herbaudière et Saint-Marc-sur-Mer.

Cette répartition permet d'analyser les vulnérabilités climatiques dans des contextes contrastés et de mettre en évidence les inégalités territoriales d'exposition et de capacité d'adaptation. Les territoires ont également été choisis pour leur capacité à s'engager dans la démarche participative, notamment dans le cadre des ateliers thématiques participatifs.

5. ÉCHANTILLON ET PROFIL DES PARTICIPANTS

L'étude repose sur un échantillon qualitatif de 54 participants, répartis comme suit :

- 11 participants en entretiens individuels approfondis ;
- 16 participants au total aux deux *focus-groups* ;
- 27 participants au total aux trois ateliers thématiques ;

Les participants ont entre 62 et 95 ans, avec une majorité de personnes âgées de plus de 70 ans. L'échantillon comprend 32 femmes (59 %) et 22 hommes (41 %), reflétant la structure démographique du vieillissement et la plus forte exposition des femmes âgées à la précarité. Les situations de logement sont variées : propriétaires occupants, locataires HLM ou parc privé, en logement adapté (PMR).

Toutes les personnes ne présentaient pas une dimension de précarité, notamment en atelier collectif. Cependant, plusieurs participants cumulaient différentes formes de vulnérabilité (financière, sociale, territoriale ou énergétique).

De plus, certains participants étaient engagés dans des actions bénévoles ou collectives, membres d'associations accompagnant des personnes âgées isolées ou précaires, ou acteurs des conseils des aînés. Cette expérience leur a permis de partager des situations de vulnérabilités observées dans leur entourage et d'apporter une expertise d'usage précieuse, enrichissant les échanges et les propositions lors des ateliers.

6. OUTILS DE COLLECTE DE DONNÉES

La collecte des données s'est déroulée entre juin 2025 et février 2026, à l'aide de méthodes qualitatives complémentaires (**annexe n°2**) :

- **Entretiens individuels** : semi-directifs, 1 à 2 heures, explorant parcours de vie, conditions de logement, perceptions du changement climatique et expériences des aléas environnementaux ;
- **Focus-groups** : confrontations de points de vue et émergence de récits collectifs ;

- **Ateliers participatifs thématiques** : cadre de vie et mobilités, résilience face aux crises climatiques à Noirmoutier sur le risque de submersion et à Nantes sur les vagues de chaleur.

7. MOBILISATION DES PARTENAIRES LOCAUX

La réussite du projet repose sur la mobilisation des partenaires locaux : CCAS, associations et associations de seniors, structures médico-sociales, collectivités et acteurs de la prévention santé et de la transition écologique¹¹.

Des réunions bilatérales avec les collectivités et acteurs de terrain, des échanges réguliers avec Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO, ont permis d'assurer le suivi du projet et d'ancrer la démarche sur les territoires.

8. TRAITEMENT ET ANALYSE DES DONNÉES

L'analyse qualitative a été conduite entre août 2025 et février 2026. Les entretiens, focus-groups et productions d'ateliers ont été analysés thématiquement pour identifier :

- Les récurrences ;
- Les leviers et freins ;
- Les spécificités territoriales.

Une attention particulière a été portée à la valorisation des verbatim emblématiques et à la mise en relation des vulnérabilités individuelles avec les contextes sociaux et territoriaux.

9. LIMITES MÉTHODOLOGIQUES

Comme toute démarche qualitative, cette étude comporte certaines limites qu'il convient de reconnaître pour en situer la portée.

D'abord, le nombre de participants (54 seniors au total) ne permet pas de prétendre à une représentativité statistique. Les situations rencontrées, aussi diverses soient-elles, ne reflètent pas l'ensemble des réalités vécues par les seniors précaires à l'échelle régionale ou nationale. L'objectif n'était toutefois pas de mesurer, mais de comprendre, en profondeur, des expériences situées.

Par ailleurs, la mobilisation des participants s'est appuyée sur des partenaires locaux : collectivités, associations, structures d'accompagnement. Ce mode d'accès au terrain a facilité la rencontre avec les personnes, mais il peut également introduire un biais : les seniors rencontrés sont, pour partie, déjà en lien avec des dispositifs d'aide ou des réseaux de proximité. Les situations les plus isolées ou les plus éloignées de ces structures peuvent ainsi être sous-représentées.

Enfin, les entretiens réalisés reposent sur des échanges ponctuels, inscrits dans un temps limité. Ils offrent une photographie à un instant donné, sans permettre de suivre l'évolution des situations dans la durée. De plus, comme dans toute démarche déclarative, les participants ont pu, consciemment ou non, filtrer certaines informations, par pudeur, par souci de préserver leur intimité, ou encore par difficulté à exprimer certaines expériences. Certains aspects de leur vécu peuvent ainsi rester en retrait ou être partiellement évoqués.

Ces limites n'enlèvent rien à la valeur des enseignements tirés de l'étude. Au contraire, la richesse des échanges, la diversité des profils rencontrés et la profondeur des récits recueillis permettent d'accéder à une compréhension fine, incarnée et contextualisée des vulnérabilités et des capacités d'adaptation des seniors face aux changements climatiques.

¹¹ Liste des personnes contributrices en page 3

Elles offrent ainsi des éléments précieux pour nourrir des politiques publiques plus attentives aux réalités vécues et aux besoins concrets des personnes concernées.

PARTIE 2

Représentations et vécus des seniors face aux changements climatiques



Cette partie explore les représentations et vécus des seniors précaires face aux changements climatiques, en donnant une place centrale à leurs expériences et récits. L'objectif est de comprendre comment elles perçoivent et vivent les impacts environnementaux dans leur quotidien, notamment en lien avec leur parcours de vie, leurs conditions de logement et leurs ressources.

Entre juin 2025 et février 2026, une collecte de données qualitative a été réalisée à travers deux dispositifs complémentaires.

Le premier dispositif reposait sur des entretiens semi-directifs individuels, d'une durée moyenne de 1h30 à 2h, réalisés au domicile des participants, enregistrés puis retranscrits. Ils visaient à explorer le parcours de vie, les conditions de logement, les activités quotidiennes et les perceptions du changement climatique. L'accès à la parole des participants a été facilité grâce à des tiers de confiance, qui ont permis d'entrer en contact avec les personnes. Avant chaque entretien, une note d'information a été remise aux participants et un formulaire de consentement a été signé, garantissant le respect de leur anonymat et de leur libre participation à l'étude.

Au total, 10 entretiens ont été menés avec des hommes et des femmes âgés de 65 à 95 ans, résidant dans différentes communes de la région Pays de la Loire :

- Une femme de 67 ans vivant à Angers propriétaire d'un appartement et une femme de 84 ans à Angers, propriétaire d'une maison.
- Un homme de 75 ans et un homme de 83 ans à Saint-Jean-de-Monts, respectivement locataires d'une maison et d'un appartement.
- Trois seniors à Chauvé : un homme de 65 ans locataire HLM d'une maison, un homme de 95 ans propriétaire de sa maison, et une femme de 85 ans également propriétaire de sa maison.
- Une femme de 84 ans à Laval, propriétaire de sa maison.
- Un homme de 80 ans à Saint-Nazaire, propriétaire de sa maison.
- Enfin, un couple de Saint Marc-sur-Mer, un homme de 72 ans et une femme de 74 ans, propriétaires de leur maison.

Le deuxième dispositif consistait en deux *focus-groups*, permettant de confronter les points de vue et de faire émerger des récits collectifs. Nous nous sommes intégrés à des temps collectifs déjà existants au sein des deux structures. Un lien a été établi avec l'animatrice de chaque structure, qui a collaboré en amont avec nous pour préparer la séance, faciliter les échanges et instaurer un climat de confiance auprès des participants :

- Le 28 août 2025 à l'Espace Entour'âge à La Roche-sur-Yon, avec 9 participants (2 hommes et 7 femmes), âgés de 69 à 87 ans.
- Le 28 octobre 2025 à la Résidence Autonomie Les Baronnières à Mamers, avec 7 participants (2 hommes et 5 femmes), âgés de 64 à 91 ans, résidant dans la structure.

Ces démarches méthodologiques ont permis de recueillir des récits individuels et collectifs, mettant en lumière les perceptions, expériences et stratégies d'adaptation face aux changements climatiques, tout en respectant leur diversité et leur anonymat.

A. Représentations du changement climatique

Les entretiens et les *focus-groups* ont permis de s'intéresser à la manière dont les seniors comprennent et perçoivent les changements climatiques, comment leur vécu et leur mémoire influencent ces perceptions, et comment ils intègrent ces phénomènes dans leur quotidien.

1. UNE PERCEPTION CONCRÈTE ET INCARNÉE DU DÉRÈGLEMENT CLIMATIQUE

Les entretiens et focus-groups réalisés montrent que le changement climatique est avant tout appréhendé à travers ses manifestations les plus visibles et les plus directement ressenties. Parmi celles-ci, la chaleur occupe une place centrale dans les discours. Elle constitue l'expérience la plus marquante pour une majorité des personnes âgées interrogées, qui décrivent des températures plus élevées, plus fréquentes et surtout plus difficiles à supporter qu'auparavant. Comme l'exprime l'une d'entre elles :

“ J’ai trop chaud au-dessus de 25 degrés... Vous imaginez comment j’ai vécu l’été. ”

Au-delà de cette perception immédiate, elles insistent sur une intensification des phénomènes climatiques. Les écarts de température sont jugés plus brusques, les épisodes de chaleur plus extrêmes et plus rapides dans leur survenue.

“ Ça me fait penser qu’indirectement, les périodes sont de plus en plus longues. [...] Avant c’était 18, 20, 22, maintenant ça passe tout de suite à 30. Et là, on passe à 38, la semaine dernière. L’organisme en prend un coup. ”

témoigne ainsi un participant, soulignant l'impact direct de ces variations sur le corps.

Toutefois, les discours ne se limitent pas à la seule question thermique. Ils traduisent une perception plus globale du dérèglement climatique, caractérisé par une alternance accrue de phénomènes météorologiques. Les personnes interrogées évoquent des épisodes de fortes pluies, des tempêtes ou encore des changements soudains de conditions climatiques, contribuant à un sentiment d'instabilité.

“ Ce n’est pas que la chaleur... c’est l’alternance de chaleur, de fortes pluies, de dérèglement climatique. ”, résume l'un d'eux.

Cette variabilité est souvent vécue comme une perte de repères. Les saisons apparaissent moins lisibles, les enchaînements météorologiques plus imprévisibles, ce qui génère un sentiment de désorientation et d'inquiétude.

“ Moi, je suis perdue... il fait beau, puis d’un coup il pleut, c’est lourd, c’est pesant. ”

confie une participante, illustrant cette difficulté à anticiper et à s'adapter à des conditions devenues incertaines.

Plus largement, les propos recueillis traduisent l'idée d'un dérèglement global du climat, qui dépasse la seule question des températures.

“ Ce n’est pas que la chaleur... c’est tout qui change. ”

souligne une autre participante, mettant en évidence une perception systémique du phénomène. Le changement climatique est ainsi compris comme un ensemble de transformations interdépendantes, affectant à la fois les cycles naturels, les équilibres environnementaux et les conditions de vie.

Dans ce cadre, certaines inquiétudes spécifiques émergent, notamment autour de la question de l'eau. La raréfaction de cette ressource est perçue comme un enjeu majeur, avec des répercussions potentielles

sur l'alimentation et les conditions de vie.

“ Qui dit manque d'eau, dit manque de nourriture. ”

résume un participant, traduisant une compréhension élargie des conséquences du changement climatique.

Au-delà de la seule question quantitative, la qualité de l'eau et, plus largement, celle des ressources alimentaires suscitent également des préoccupations.

“ C'est la pollution, les désherbants, les engrais, tout ce qu'ils balancent dans la terre. L'eau est polluée, les fruits n'ont plus de goût. ”

souligne ainsi un participant, établissant un lien direct entre dégradation environnementale, pratiques agricoles et qualité de vie.

Dans l'ensemble, ces éléments montrent que les seniors rencontrés développent une perception concrète, incarnée et largement empirique du changement climatique. Celle-ci repose sur l'observation, l'expérience et les ressentis corporels, et conduit à appréhender le phénomène non comme une abstraction, mais comme une réalité quotidienne, directement liée à leurs conditions de vie.

2. DES REPRÉSENTATIONS ANCRÉES DANS LA MÉMOIRE ET LES TRAJECTOIRES DE VIE

Les représentations du changement climatique s'appuient largement sur une mise en perspective entre le passé et le présent. Les seniors rencontrés mobilisent leurs souvenirs pour interpréter les évolutions actuelles, en évoquant des saisons autrefois plus marquées, des températures jugées plus modérées et des rythmes climatiques plus stables et prévisibles. Cette mémoire constitue un point de référence central, à partir duquel les transformations contemporaines sont évaluées.

Cette comparaison nourrit un sentiment de rupture, fréquemment exprimé dans les discours. Plusieurs participants évoquent une perte de repères face à des phénomènes désormais perçus comme plus brusques et moins anticipables :

“ Avant, on savait à quoi s'attendre... maintenant, on est perdus. ”

Le changement climatique est ainsi appréhendé non seulement comme une évolution, mais comme une rupture dans la continuité des cycles naturels, renforçant l'impression d'un dérèglement global et accéléré :

“ Avant, on avait des saisons. Maintenant, c'est tout ou rien : ou bien il pleut pendant trois semaines, ou bien il fait 35 degrés. ”

Les expériences de vie jouent également un rôle déterminant dans la construction de ces représentations. Certains participants évoquent des périodes passées dans des contextes climatiques différents, parfois plus extrêmes, qui leur permettent de relativiser certaines situations actuelles. Toutefois, cette capacité de comparaison s'accompagne d'un constat récurrent : celle d'une adaptation plus difficile avec l'avancée en âge.

“ On s'adapte moins... quand on est jeune, ce n'est pas pareil. ”, souligne ainsi un participant.

Cette dimension met en évidence le rôle du vieillissement dans la manière de percevoir et de vivre les changements environnementaux. Le rapport au climat ne se limite pas à une observation extérieure : il engage directement le corps, les capacités physiques et les ressources individuelles. Dans cette perspective, le changement climatique est perçu à la fois à travers l'évolution de l'environnement et celle des capacités personnelles à y faire face.

Certains propos illustrent également cette lecture dynamique des transformations climatiques :

“ On a connu des climats froids... du froid, on va passer au chaud. ”

Cette vision inscrit le changement climatique dans une trajectoire longue, tout en soulignant son intensification récente.

Ainsi, les représentations du changement climatique apparaissent profondément ancrées dans les trajectoires de vie. Elles relèvent à la fois d'une mémoire individuelle et collective, d'une expérience corporelle du vieillissement et d'une observation située des transformations environnementales. Le changement climatique est dès lors appréhendé à travers un prisme biographique, où se croisent histoire personnelle, évolution du corps et perception du monde environnant.

3. UNE LECTURE MORALE ET INTERGÉNÉRATIONNELLE DES ENJEUX

Au-delà des observations factuelles, les discours recueillis révèlent une forte dimension morale et normative dans la manière dont les seniors appréhendent le changement climatique. Celui-ci est fréquemment interprété comme le résultat de choix collectifs passés, associés à des modes de production et de consommation jugés excessifs :

“ Moi, je dis qu'on tue la Terre. Ce n'est pas le climat qui change tout seul, c'est les hommes qui la détruisent. ”

Cette lecture s'inscrit dans une réflexion plus large sur les responsabilités humaines face aux déséquilibres environnementaux.

Plusieurs participants expriment ainsi l'idée d'une responsabilité générationnelle, en considérant que les pratiques antérieures ont contribué aux transformations actuelles.

“ On a vécu au-delà de nos moyens... il faudra payer pour nos erreurs. ”

résume l'un d'eux, traduisant une forme de lucidité, parfois teintée de regret. Cette perception ne se limite pas à une analyse du passé : elle s'accompagne d'une inquiétude marquée pour l'avenir et pour les générations futures, perçues comme les principales exposées aux conséquences des changements climatiques.

“ Moi, je ne serai plus là... mais ceux derrière, comment ils vont faire ? ”, s'interroge ainsi une participante.

Dans certains cas, cette inquiétude prend la forme d'anticipations plus alarmées, voire de scénarios extrêmes, qui traduisent l'ampleur des craintes exprimées :

“ Dans dix ans, on aura 50 degrés à l'ombre. Les gens devront sortir avec des combinaisons comme les cosmonautes. ”

Ces projections témoignent d'une perception du changement climatique comme un processus déjà engagé, dont les effets pourraient devenir difficilement maîtrisables.

Dans ce contexte, la question de la transmission occupe une place centrale dans les discours :

“ J'ai toujours dit à mes petits-enfants : ne gaspillez pas l'eau, la lumière, tout compte. ”

Les seniors expriment le sentiment d'avoir un rôle à jouer vis-à-vis des générations plus jeunes, en partageant leur expérience et en promouvant des modes de vie jugés plus sobres et responsables.

“ Les seniors doivent transmettre aux jeunes... leur dire de faire autrement. ”

souligne une participante. Cette volonté de transmission s'accompagne d'un appel à l'action, parfois formulé de manière directe :

“ Il faut commencer maintenant. Moi, je le ferai pour vous... c'est votre avenir. ”

Le changement climatique apparaît ainsi comme un enjeu profondément intergénérationnel, au

croisement de considérations environnementales, sociales et éthiques. Il mobilise à la fois des sentiments de responsabilité, d'inquiétude et une volonté d'agir, même à une échelle individuelle. À travers ces discours, les seniors ne se positionnent pas uniquement comme des témoins des transformations en cours, mais également comme des acteurs susceptibles de contribuer, par la transmission et l'exemple, à une évolution des comportements.

4. ENTRE INQUIÉTUDE, FATALISME ET VOLONTÉ D'AGIR

Les représentations du changement climatique s'accompagnent de registres émotionnels contrastés, au sein desquels l'inquiétude occupe une place centrale. Celle-ci est largement partagée par les participants, en particulier face à l'intensification des phénomènes climatiques et à leurs conséquences sur la santé, les conditions de vie et l'avenir des générations futures. Elle s'exprime notamment à travers le sentiment d'une perte de maîtrise face à des événements perçus comme de plus en plus imprévisibles :

“ Ce qui m'inquiète le plus maintenant, ce sont les orages, on ne sait jamais quand ça va tomber. ”

Dans plusieurs discours, cette inquiétude s'accompagne d'un sentiment d'impuissance :

“ Comme la Terre se réchauffe et que personne ne fait rien, indirectement, ça chauffe de plus en plus. ”

Les transformations climatiques sont souvent perçues comme déjà engagées, dépassant les capacités d'action individuelles.

“ On nous parle de climat, mais à notre âge, on subit, on ne peut plus changer grand-chose. ”

résume ainsi un participant, traduisant l'écart entre la conscience des enjeux et les possibilités concrètes d'intervention. Cette perception peut conduire à une forme de fatalisme, notamment lorsque les effets du changement climatique sont projetés dans le temps.

“ Moi, je le fais pour vous. Moi, je le verrai sous la terre. Mais c'est vous qui allez manger. ”

exprime ainsi une participante, soulignant à la fois une distance générationnelle et une forme de résignation face à l'avenir.

Pour autant, cette posture n'exclut pas une volonté d'agir. Plusieurs participants affirment que des marges de manœuvre subsistent à l'échelle individuelle, notamment à travers des pratiques quotidiennes d'adaptation ou de prévention.

“ On peut faire quelque chose pour nous... se protéger, faire attention. ”

souligne une participante, illustrant une approche pragmatique centrée sur la protection de soi et de son environnement proche. Cette volonté d'action s'accompagne également d'un regard critique sur certains discours ou politiques jugés déconnectés des réalités vécues. Une participante dénonce ainsi la surconsommation et certains usages du numérique, tout en appelant à des réponses plus concrètes et accessibles :

“ Il faut proposer des alternatives, pas punir. ”

Dans cette perspective, la solidarité apparaît comme un levier essentiel face aux difficultés rencontrées.

“ Il faut surtout se soutenir. ”

affirme un participant, mettant en avant l'importance des liens sociaux et de l'entraide dans un contexte d'incertitude croissante.

Ainsi, les discours recueillis traduisent une tension entre plusieurs registres : une inquiétude réelle face aux évolutions en cours, un sentiment parfois marqué d'impuissance, mais aussi le maintien d'une capacité d'engagement, ancrée dans des pratiques quotidiennes et des formes de solidarité locales. Cette ambivalence reflète la complexité des rapports au changement climatique, entre lucidité, adaptation et recherche de réponses concrètes.

5. UNE INTÉGRATION PROGRESSIVE DANS LES RÉALITÉS DU QUOTIDIEN

Le changement climatique s'inscrit désormais de manière concrète dans le quotidien des seniors, en influençant directement l'organisation de leurs activités, leurs déplacements et leur manière d'habiter leur logement. Loin d'être perçu comme une problématique abstraite ou distante, il se manifeste à travers une série d'ajustements quotidiens, souvent contraints, qui témoignent de son ancrage dans les pratiques ordinaires.

Les participants décrivent ainsi des adaptations régulières de leurs rythmes de vie, en particulier lors des périodes de forte chaleur. Les sorties sont réorganisées aux heures les plus fraîches, certaines activités sont limitées, et le logement devient un espace à gérer finement pour se protéger.

“ Quand il fait chaud, je sors à l'ouverture du magasin, après terminé, je ne bouge plus. ”

explique un participant, illustrant cette nécessaire anticipation qui repose largement sur un repli au domicile et sur une gestion individuelle du confort thermique. Dans ce contexte, l'espace domestique fait l'objet d'ajustements constants :

“ On ferme tout... on reste dans le noir. ”

Ces stratégies d'adaptation, bien que nécessaires, peuvent être vécues comme contraignantes, voire difficiles à supporter sur la durée.

“ Je ne supporte plus le noir. ”

confie ainsi une participante, mettant en évidence les effets de ces ajustements sur le confort de vie et le bien-être.

Par ailleurs, le changement climatique entre en interaction avec d'autres contraintes, en particulier économiques. L'usage d'équipements permettant de faire face à la chaleur, comme les ventilateurs, ou l'isolation de son logement, est souvent conditionné par des considérations budgétaires :

“ On hésite à allumer le ventilateur... la facture. ”

Ces arbitrages traduisent une tension permanente entre protection, confort et maîtrise des dépenses.

Dans ce contexte, le changement climatique ne constitue pas toujours une priorité autonome. Il s'articule avec d'autres préoccupations immédiates, telles que la santé, les contraintes financières ou encore l'isolement social. Pour des seniors en situation de précarité, il s'inscrit ainsi dans un ensemble de décisions quotidiennes, où chaque choix implique des compromis et des ajustements.

Le changement climatique devient dès lors un facteur structurant du quotidien, sans être nécessairement nommé comme tel en permanence. Il s'intègre de manière pragmatique dans les pratiques et les modes de vie, à travers ses effets concrets sur les conditions d'existence. Cette intégration progressive témoigne à la fois de la capacité d'adaptation des seniors et des limites auxquelles ils sont confrontés dans un contexte de ressources contraintes.

Ainsi, les représentations du changement climatique chez les personnes âgées rencontrées se distinguent par leur forte dimension expérientielle. Elles s'appuient sur des ressentis corporels, des souvenirs et des observations concrètes, qui traduisent une compréhension fine des transformations en cours.

Les discours révèlent à la fois une conscience aiguë des évolutions climatiques, une inquiétude pour l'avenir, un sentiment parfois d'impuissance, mais aussi des capacités d'analyse et une volonté d'adaptation.

Ces représentations constituent un matériau essentiel pour comprendre les comportements et les besoins des seniors face aux changements climatiques, et pour concevoir des réponses publiques plus adaptées, ancrées dans les réalités vécues.

Loin d'une vision homogène, ces représentations oscillent entre inquiétude, adaptation et volonté d'agir. Elles constituent un point d'entrée essentiel pour comprendre les comportements, les stratégies d'ajustement et les attentes vis-à-vis des politiques publiques.

B. Expériences vécues et vulnérabilités concrètes

L'analyse des entretiens et des focus groups met en évidence que le changement climatique ne se limite pas à un ensemble de représentations : il se traduit par des expériences concrètes, profondément inscrites dans le quotidien des seniors. Ces expériences révèlent des formes de vulnérabilité spécifiques, liées à l'âge, aux conditions de vie et aux ressources disponibles. Elles montrent également que les effets du changement climatique s'inscrivent dans des situations déjà fragilisées, qu'ils contribuent à accentuer, agissant ainsi comme un facteur d'aggravation des inégalités existantes.

1. UNE EXPOSITION CROISSANTE AUX ALÉAS CLIMATIQUES

Les seniors rencontrés décrivent une exposition de plus en plus fréquente à des événements climatiques variés, dont ils soulignent à la fois l'intensité et l'imprévisibilité. Ces phénomènes, autrefois perçus comme exceptionnels, tendent désormais à s'inscrire dans une forme de récurrence, contribuant à un sentiment d'instabilité et d'insécurité face à un environnement devenu moins stable :

“ Avant, c'était de temps en temps... maintenant, on dirait que ça revient tout le temps. ”

Cette exposition directe constitue une première forme de vulnérabilité, d'autant plus marquée qu'elle s'articule avec des inégalités sociales perçues. Certains participants expriment ainsi une lecture sociale des risques climatiques :

“ Les riches, ils seront sauvés... et les ouvriers, ils vont crever. ”

traduisant un sentiment d'injustice face à une capacité différenciée à se protéger.

■ LES CANICULES : UNE ÉPREUVE PHYSIQUE ET QUOTIDIENNE

Parmi les aléas évoqués, les épisodes de forte chaleur occupent une place centrale. Ils sont décrits comme particulièrement éprouvants, tant sur le plan physique que dans l'organisation du quotidien. La chaleur agit directement sur le corps, provoquant fatigue, essoufflement, troubles du sommeil et perte d'intérêt pour les activités habituelles.

“ La fatigue... on devient dingue au bout d'un moment. C'est l'enfer. ”

“ Ça fatigue beaucoup plus, on est moins alerte, essoufflé... rien ne m'intéresse. ”

La durée des épisodes caniculaires accentue ces effets en installant une usure progressive :

“ Ce n'est pas un jour... c'est quand ça dure plusieurs jours. ”

Face à ces conditions, les participants mettent en place des stratégies d'adaptation qui reposent sur une réorganisation contrainte du quotidien : limitation des sorties, modification des horaires, repli dans le logement.

“ Les courses, je les fais tôt le matin... après, ce n'est plus possible. ”

“ On attend le soir pour sortir. ”

“ Je ferme tout le matin... et j'attends que ça passe. ”

Ces ajustements témoignent d'une adaptation réelle, mais contrainte, qui peut fragiliser l'autonomie, notamment chez les personnes les plus âgées ou isolées.

■ INONDATIONS ET HUMIDITÉ : DES IMPACTS DURABLES SUR LE LOGEMENT

Les phénomènes liés à l'eau, tels que les fortes pluies ou les inondations, sont également évoqués, en particulier par les participants vivant dans des zones exposées. Au-delà de l'événement ponctuel, leurs effets s'inscrivent dans la durée et affectent directement les conditions d'habitat :

“ L'eau est partie, mais les murs restent humides... ça moisit. ”

Ces situations peuvent être aggravées par des contraintes d'aménagement ou un manque d'entretien des infrastructures :

“ L'eau est bloquée... alors ça inonde les terrains. ”

Elles génèrent également un sentiment d'impuissance face au risque :

“ Il y a quelques années, j'ai eu peur, l'eau est montée dans la rue. ”

Le logement, censé constituer un espace de protection, devient ainsi un facteur de vulnérabilité, révélant l'importance des conditions matérielles dans la capacité à faire face aux aléas climatiques.

2. PRÉCARITÉ ÉNERGÉTIQUE ET HABITAT : UN FACTEUR CENTRAL DE VULNÉRABILITÉ

Les conditions de logement apparaissent comme un déterminant majeur des vulnérabilités face aux changements climatiques. De nombreux participants décrivent des habitations peu adaptées, caractérisées par une mauvaise isolation thermique et une incapacité à maintenir des températures confortables :

“ L'été, c'est un four... et l'hiver, c'est froid. ”

Les stratégies d'adaptation reposent principalement sur des ajustements du quotidien, souvent rudimentaires : fermeture des volets, utilisation de textiles humides, limitation des usages énergétiques. Comme en témoigne une participante :

“ On ferme tout... on met des serviettes mouillées... ”

Cependant, ces pratiques sont fortement contraintes par les ressources économiques. L'usage d'équipements permettant d'améliorer le confort thermique est souvent limité par leur coût :

“ On hésite à allumer le ventilateur... la facture. ”

Les participants expriment ainsi un besoin d'amélioration du bâti, en particulier pour les logements anciens :

“ Il faudrait isoler les maisons des anciens... ”

et

“ Ce qu'il faudrait, c'est adapter les maisons avec une meilleure isolation. ”

Ces éléments traduisent des situations de précarité énergétique, dans lesquelles les individus doivent arbitrer en permanence entre confort, santé et contraintes budgétaires. Le logement apparaît ainsi comme un levier central d'action, mais aussi comme un facteur structurant des inégalités face aux changements climatiques.

3. SANTÉ, FATIGUE ET LIMITATIONS FONCTIONNELLES

Les effets du changement climatique s'inscrivent dans un contexte de fragilité lié à l'âge et à l'état de santé. Les participants évoquent une diminution de leurs capacités physiques, qui rend les épisodes climatiques plus difficiles à supporter :

“ Quand il fait chaud, je ne respire plus. Je reste enfermé, sinon je tombe. ”

La chaleur apparaît comme un facteur aggravant des pathologies existantes, affectant à la fois le corps et le moral :

“ Ça joue sur le moral, sur le physique... sur tout. ”

Elle entraîne également des modifications des comportements essentiels, comme l'alimentation ou le sommeil :

“ On dort mal, on mange moins, tout devient compliqué. ”

“ Je ne mangeais plus que des crudités et du poisson, j'avais arrêté tout ce qui était cuisson chaude. ”

Dans certains cas, ces situations génèrent des inquiétudes importantes, notamment chez les personnes vivant seules :

“ Je me suis dit : si je tombe, qui va m'aider ? ”

Par ailleurs, certains profils, notamment les plus âgés, expriment peu leurs difficultés. Cette faible verbalisation ne traduit pas une absence de vulnérabilité, mais renvoie plutôt à des formes d'adaptation implicites, inscrites dans des trajectoires de vie marquées par l'habitude de composer avec les contraintes, ainsi que par une socialisation générationnelle peu propice à l'expression des besoins.

Elle met en évidence l'existence de vulnérabilités dites « silencieuses », plus difficiles à repérer par les dispositifs d'accompagnement, mais susceptibles de devenir critiques, en particulier lors d'événements climatiques extrêmes.

4. ISOLEMENT SOCIAL ET TERRITORIAL RENFORCÉ

Le changement climatique contribue à renforcer les situations d'isolement social. Les conditions météorologiques, en particulier lors des épisodes de chaleur, limitent les sorties et les interactions sociales :

“ Je ne sors pas... donc je vois moins de monde. ”

“ On n'a plus envie de sortir... ça change la vie. ”

Ce repli sur le domicile est souvent subi et peut accentuer un sentiment de solitude :

“ Il n'y a pas un voisin qui vient demander si ça va. ”

Dans certains cas, les comportements quotidiens sont modifiés :

“ On se sent plus fatigué, on fait moins de choses, on reste chez soi. ”

Dans les territoires ruraux ou peu desservis, cet isolement est renforcé par des contraintes de mobilité et un accès limité aux services. Même lorsque des formes de sociabilité existent, elles peuvent rester ponctuelles et insuffisantes pour compenser l'isolement du quotidien.

Le changement climatique agit ainsi comme un facteur aggravant de l'isolement social et territorial, en réduisant les possibilités d'interaction et de mobilité.

5. ACCÈS À L'INFORMATION ET AUX DISPOSITIFS D'AIDE

L'accès à l'information et aux dispositifs d'aide apparaît comme un enjeu déterminant, mais inégalement réparti. Certains participants bénéficient d'un accompagnement structuré :

“ J'ai été aidé par l'assistante sociale et le Secours catholique pour payer les factures d'électricité. ”

“ Les infirmières passent... ça rassure. ”

Des dispositifs comme le plan canicule jouent un rôle important :

“ Je suis inscrit depuis cinq ans au plan canicule. Ils viennent me voir, ils m'amènent des bouteilles d'eau. ”

“ Le CCAS m'appelle l'été pour savoir si tout va bien. C'est rassurant. ”

Cependant, d'autres rencontrent des difficultés à accéder ou à comprendre ces aides :

“ Les papiers, c'est compliqué... ”

Les formes de solidarité locale apparaissent alors comme essentielles, qu'elles soient informelles ou institutionnalisées. Le recours à des structures d'aide illustre l'importance de ces dispositifs. Un participant, vivant avec une retraite modeste (environ 900 €), évoque ainsi son recours à l'aide alimentaire et matérielle :

“ Je vais à Coup de Pouce, comme le Secours catholique, pour chercher à manger ou du linge. ”

Ces réseaux de solidarité jouent un rôle central dans la gestion des vulnérabilités, mais leur mobilisation dépend fortement de l'information, de l'accompagnement et des capacités individuelles.

Par ailleurs, certains participants expriment une défiance vis-à-vis des solutions techniques proposées, jugées coûteuses ou peu fiables :

“ Quand il faut payer, au bout de 10 ans, on te dit que la pompe à chaleur est vétuste... il faut changer. ”

“ Les panneaux solaires... il y a des maisons qui brûlent... il faudrait peut-être se poser des questions. ”

Ces éléments soulignent la nécessité de mieux encadrer les solutions techniques proposées et de prendre en compte leur fiabilité et leur coût réel sur le long terme. Ils appellent implicitement à des politiques plus transparentes, accessibles, et mieux adaptées aux réalités vécues.

6. DES VULNÉRABILITÉS DIFFÉRENCIÉES SELON LES TERRITOIRES

Les expériences du changement climatique varient selon les contextes territoriaux. En milieu urbain, la densité du bâti et le manque d'espaces verts accentuent les effets de la chaleur. À l'inverse, en milieu rural, l'isolement, l'éloignement des services et les difficultés de mobilité constituent des facteurs de vulnérabilité spécifiques.

Dans certaines zones, notamment exposées aux risques d'inondation, les impacts liés à l'eau sont plus marqués. Ces différences montrent que le changement climatique ne se manifeste pas de manière homogène, mais qu'il est profondément ancré dans les réalités locales.

Elles soulignent également un enjeu majeur pour l'action publique : la nécessité de repérer les vulnérabilités silencieuses, c'est-à-dire celles qui ne sont pas spontanément exprimées mais qui peuvent s'avérer critiques en cas d'événement climatique.

Ces expériences vécues par les seniors face aux changements climatiques révèlent des vulnérabilités tangibles, profondément enracinées dans leur quotidien. Les aléas climatiques impactent directement

leurs conditions de vie, en s'ajoutant à des facteurs préexistants tels que la précarité économique, l'état de santé, le logement ou l'isolement social.

Le changement climatique semble agir ainsi comme un amplificateur de fragilités, pouvant aggraver des situations déjà précaires. En parallèle, les témoignages montrent que des capacités d'adaptation existent, mais qu'elles restent limitées par les ressources disponibles.

Ces observations soulignent l'importance de considérer la diversité des situations et des contextes territoriaux dans la conception des politiques publiques, afin de proposer des réponses adaptées et de renforcer la résilience des seniors face aux transformations climatiques.

PARTIE ③

Leviers d'adaptation et solutions
coconstruites avec les seniors



Les collectivités investies dans les ateliers ont retenu deux grandes thématiques prioritaires : le cadre de vie et la mobilité, ainsi que la résilience face aux crises climatiques. Le troisième thème proposé, habitat et précarité énergétique, bien qu'identifié comme important par les seniors et les partenaires, n'a pas été retenu pour un travail collectif. Il a en effet été considéré que ces enjeux nécessitent un accompagnement individualisé, plus adapté aux situations spécifiques des logements, aux contraintes techniques et aux réalités économiques propres à chaque personne.

Afin de recueillir la parole des seniors et de co-construire des pistes d'action à partir de leurs expériences concrètes, trois ateliers thématiques ont été organisés. Ces temps d'échange sur la base d'inscription volontaire ont mobilisé des profils variés de seniors, propriétaires et locataires, habitants de longue date ou nouvellement installés, personnes engagées dans la vie associative ou relais d'information de proximité, permettant de croiser les regards et d'ancrer les réflexions dans des réalités territoriales contrastées.

Un premier atelier intitulé « Résilience face aux crises climatiques », avec un focus sur les risques de submersion marine, s'est tenu le mardi 20 janvier 2026, de 14h30 à 17h00, à Noirmoutier-en-l'Île. Il a réuni 9 participants (4 hommes et 5 femmes) résidant à La Guérinière, L'Épine, L'Herbaudière (deux participants), et Noirmoutier-en-l'Île (quatre participants), tous propriétaires de maisons, âgés de 68 à 74 ans. Certains résidents sur l'île depuis plusieurs décennies, d'autres s'y sont installés plus récemment. Plusieurs étaient impliqués dans des associations locales ou jouaient un rôle informel de relais d'information au sein de leur voisinage. L'atelier a été animé par Mélodie Delépine, Chargée de mission Action territoriale, et Benjamin Le Fustec, Chargé de mission Animation territoriale au GÉrontopôle Pays de la Loire, en présence de Maxime Palvadeau, Chargé de Prévention Santé à la Communauté de Communes de l'île de Noirmoutier, et de Béryl Costales, Chargée de mission Prévention des risques littoraux au sein de la même collectivité.

Un deuxième atelier « Résilience face aux crises climatiques », centré cette fois sur les vagues de chaleur, s'est déroulé le vendredi 30 janvier 2026, de 9h30 à 11h30, à Nantes. Il a réuni 8 participants (3 hommes et 5 femmes), résidant à Le Pellerin, Nantes (plusieurs quartiers), Couëron, Saint-Gildas-des-Bois et Saint-Sébastien-sur-Loire, locataires et propriétaires, âgés de 62 à 87 ans. Plusieurs étaient fortement engagés dans le tissu associatif et citoyen local : bénévolat dans des associations de quartier, implication dans des conseils citoyens, vigilance de voisinage ou actions de porte-à-porte auprès de personnes isolées. L'atelier a été animé par Mélodie Delépine et Benjamin Le Fustec, en collaboration avec Alban Mallet, Chargé de mission Transition écologique et climat au sein de Nantes Métropole.

Enfin, un troisième atelier « Cadre de vie et mobilité » s'est tenu le lundi 16 février 2026, de 9h45 à 12h00, dans le quartier de Trébale à Saint-Nazaire. Il a rassemblé 10 participants (5 hommes et 5 femmes), propriétaires et locataires âgés de 65 à 88 ans. Certains étaient aidants, d'autres engagés dans la vie associative ou au sein du conseil de quartier, avec un fort ancrage territorial et une diversité de situations en matière de mobilité et d'accès aux ressources locales. L'atelier a été animé par Mélodie Delépine, aux côtés de Christelle Bouchet, Chargée de mission Ville Amie des Aînés à la Ville de Saint-Nazaire, et d'Anaïk Fourdilis, du Service Proximité à la Direction de la relation aux usagers.

Ces trois ateliers ont permis de faire émerger des constats partagés, mais aussi des propositions concrètes, ancrées dans l'expérience quotidienne des seniors et adaptées aux spécificités de chaque territoire.

A. Habitat, cadre de vie et précarité énergétique

Bien que la thématique « Habitat et précarité énergétique » n'ait pas été retenue par les collectivités territoriales pour un travail collectif, en raison de la nécessité d'un accompagnement individualisé et un sujet plus délicat à partager en collectif, elle a néanmoins traversé l'ensemble des échanges. À Nantes, à Saint-Nazaire, à Noirmoutier-en-l'Île comme à La Roche-sur-Yon lors du focus-groups au sein de la Résidence autonomie « Les Baronnières » à Mamers, les seniors ont spontanément évoqué leur logement comme premier lieu d'exposition aux effets du changement climatique. Le domicile apparaît à la fois comme un espace de protection et, parfois, comme un facteur de vulnérabilité accru face aux canicules, aux hivers rigoureux ou aux risques littoraux.

1. PROBLÈMES IDENTIFIÉS PAR LES SENIORS

Les participants ont décrit des situations concrètes liées à l'inconfort thermique et aux caractéristiques structurelles de leur habitat.

À Nantes et à La Roche-sur-Yon, plusieurs locataires de logements sociaux ont évoqué des appartements « qui gardent la chaleur », souvent situés sous les toits ou exposés plein sud, avec peu de circulation d'air en raison d'un manque de transversalité.

La réalité, c'est de se dire qu'en étant dans un logement HLM, on a des appartements qui n'ont pas de transversalité, donc pas d'occasion de faire du courant d'air

F, 69 ans, locataire HLM à la Roche-sur-Yon

Les volets restent fermés toute la journée en période estivale afin de limiter la surchauffe, ce qui accentue le sentiment d'isolement et d'enfermement. Certains décrivent des nuits difficiles, la chaleur accumulée dans les murs ne redescendant pas malgré l'aération nocturne.

Jusqu'à maintenant, depuis le mois de juin, je n'ai pas passé une journée chez moi à ouvrir et à voir de la lumière. C'est inadmissible d'une certaine manière. Alors, il y a la clim, il y a les ventilateurs et on est là, moitié abrutis parce que c'est ça le problème. C'est la fatigue, on est abrutis... Ça joue sur le moral, sur le physique, ça joue sur tout.

F, 69 ans, locataire HLM à la Roche-sur-Yon

À La Roche-sur-Yon, des situations spécifiques ont été mentionnées : vérandas fermées en hiver pour conserver la chaleur mais devenant de véritables serres en été, environnement urbain très minéralisé

avec peu d'ombre et absence de points d'eau à proximité. Les stratégies d'adaptation restent souvent rudimentaires : ventilateurs, serviettes mouillées, ouverture nocturne des fenêtres lorsque cela est possible.



Et pour faire des économies de chauffage, il y a quelques années, tous les balcons ont été fermés en véranda. Et alors c'est très bien parce que ça fait une économie de chaleur en hiver parce qu'il y a un constat de gain de degrés, mais ça fait serre l'été. Même en ouvrant les vitres du balcon, l'écart est sur plusieurs degrés de température.

F, 69 ans, locataire HLM à la Roche-sur-Yon



À Saint-Nazaire, des seniors propriétaires ont mentionné des maisons anciennes peu isolées, difficiles à chauffer l'hiver et surchauffées l'été. Les coûts énergétiques sont apparus comme une préoccupation croissante, notamment pour les personnes disposant de retraites modestes. La crainte d'augmenter les factures conduit parfois à restreindre le chauffage ou à limiter l'usage de ventilateurs et d'équipements électriques, au détriment du confort et parfois de la santé.

À Noirmoutier-en-l'île, la vulnérabilité prend une dimension supplémentaire liée à l'exposition littorale. Les maisons peuvent être situées en zones basses potentiellement inondables, exposées aux vents marins et à l'humidité. La configuration des logements (escaliers, chambres à l'étage) interroge également la capacité à évacuer rapidement en cas d'alerte de submersion ou de disposer d'un étage refuge. L'habitat est alors perçu non seulement sous l'angle thermique, mais aussi sous celui de la sécurité physique.

Au-delà des murs du logement, le cadre de vie immédiat joue un rôle déterminant : manque de végétation, espaces publics très minéralisés, insuffisance d'espaces ombragés. L'environnement extérieur conditionne directement la capacité des habitants à supporter les épisodes climatiques extrêmes.

2. ATTENTES VIS-À-VIS DES BAILLEURS ET DES COLLECTIVITÉS

Les attentes exprimées varient selon le statut d'occupation, mais convergent vers une demande forte d'accompagnement, de lisibilité et d'action concrète.

Les locataires, notamment en habitat social, attendent des bailleurs une meilleure prise en compte du confort d'été : installation de protections solaires (stores extérieurs, volets adaptés), amélioration de l'isolation thermique, entretien des systèmes de ventilation et communication transparente sur les travaux programmés. L'information sur les calendriers et les priorités d'intervention est jugée essentielle pour limiter le sentiment d'incertitude.

Les propriétaires expriment quant à eux le besoin d'être mieux informés sur les aides financières disponibles pour la rénovation énergétique. Les dispositifs existants sont perçus comme complexes, techniques et parfois difficiles à distinguer d'offres commerciales abusives. Plusieurs participants ont souligné la nécessité d'un accompagnement neutre et de confiance pour les guider dans leurs choix.

Vis-à-vis des collectivités territoriales, les seniors attendent également des aménagements du cadre de vie : plantation d'arbres, création d'espaces ombragés, développement d'îlots de fraîcheur accessibles à proximité des quartiers d'habitation. La question de l'information est centrale : comment savoir à qui s'adresser ? Comment être accompagné sans se sentir stigmatisé ?

3. SOLUTIONS PROPOSÉES ET LEVIERS D'AMÉLIORATION

Les échanges ont permis de faire émerger des pistes concrètes, à la fois individuelles et collectives.

Sur le plan du logement, des solutions simples et relativement peu coûteuses ont été évoquées : installation de stores extérieurs, pose de films anti-chaueur sur les vitrages, amélioration de l'aération nocturne lorsque la configuration le permet, végétalisation des abords immédiats par la plantation d'arbustes ou l'installation de jardinières. Certains participants ont également mentionné l'intérêt de dispositifs de récupération d'eau pluviale pour l'arrosage, dans une logique d'adaptation globale.

À l'échelle collective, la création ou le renforcement d'îlots de fraîcheur constitue une proposition récurrente : salles municipales climatisées accessibles en journée, bibliothèques ou maisons de quartier ouvertes lors des vagues de chaleur. L'enjeu n'est pas uniquement technique, mais aussi organisationnel : ces lieux doivent être clairement identifiés, accessibles à pied ou en transport, dotés d'une signalétique visible et d'une présence humaine rassurante.

Un levier central réside dans l'accompagnement personnalisé. Les participants ont proposé la mise en place de permanences locales, de médiateurs spécialisés ou de visites à domicile pour évaluer les besoins réels en matière de rénovation énergétique. Ce soutien humain apparaît comme déterminant pour lever les freins administratifs, financiers et psychologiques.

4. BONNES PRATIQUES LOCALES EXISTANTES OU ÉMERGENTES

Plusieurs pratiques ont été identifiées comme inspirantes ou déjà en place.

À Nantes et à Saint-Nazaire, les dispositifs liés au plan canicule (registres communaux, appels de vigilance) contribuent indirectement à repérer les situations de fragilité au domicile. Les maisons de quartier et structures associatives jouent également un rôle de relais d'information sur les aides à la rénovation et les dispositifs sociaux.

À Noirmoutier-en-l'île, la sensibilisation aux risques littoraux favorise une culture de l'anticipation qui inclut aussi l'habitat : connaissance des zones à risque, diffusion d'informations sur les mesures de protection, échanges entre riverains.

À La Roche-sur-Yon, le rôle des maisons de quartier comme espaces de diffusion d'information et d'accompagnement a été souligné, tout comme les solidarités de voisinage qui permettent de partager conseils pratiques et solutions d'adaptation.

De manière transversale, les solidarités locales constituent une ressource essentielle : aide ponctuelle pour de petits travaux, partage d'expériences sur les dispositifs d'aide, vigilance face aux situations d'inconfort extrême.

Ainsi, même si l'habitat et la précarité énergétique n'ont pas fait l'objet d'un atelier dédié retenu par les collectivités, cette thématique apparaît comme un fil conducteur des préoccupations exprimées. Le logement demeure le premier espace de vulnérabilité face aux changements climatiques, mais aussi un levier majeur d'adaptation, à condition d'articuler amélioration technique, accompagnement individualisé et aménagement du cadre de vie.

B. Mobilités, accès aux ressources et solidarités de proximité

L'atelier organisé le 16 février 2026 à Saint-Nazaire a permis d'explorer de manière très concrète la question des mobilités quotidiennes, de l'accès aux ressources et du lien social dans un quartier en transformation. À travers les témoignages, les travaux en binômes autour de personas et la cartographie collective, les participants ont mis en lumière une réalité contrastée : un quartier globalement bien desservi, mais marqué par des fragilités croissantes liées au vieillissement, à l'isolement et aux transformations urbaines.

1. CONTRAINTES DE MOBILITÉ EN CONTEXTE DE CHANGEMENT CLIMATIQUE

Lors de l'atelier « Cadre de vie et mobilité » à Saint-Nazaire, mais également en écho aux échanges menés à Nantes sur les vagues de chaleur, les seniors ont exprimé des difficultés de déplacement qui s'accroissent dans un contexte de changement climatique. Les fortes chaleurs rendent certains trajets particulièrement éprouvants : absence d'ombre, distances importantes entre les arrêts de bus, manque de bancs pour se reposer, et chaleur accumulée sur les surfaces minérales. Pour les personnes présentant des fragilités de santé, ces conditions peuvent dissuader les sorties et renforcer l'isolement.

Les participants ont également souligné des obstacles plus structurels : trottoirs dégradés, traversées dangereuses, éclairage insuffisant en soirée, et signalétique peu lisible. À ces contraintes s'ajoutent parfois la diminution de la capacité à conduire ou la crainte de prendre les transports en commun en période de forte affluence ou d'épisodes climatiques extrêmes. Dans les territoires plus exposés aux risques naturels, comme à Noirmoutier-en-l'Île, la question de l'accessibilité en situation de crise (routes inondées, nécessité d'évacuation) vient renforcer les inquiétudes liées à la mobilité.

Les seniors décrivent des pratiques de mobilité diversifiées : marche à pied pour les courses de proximité, transports en commun réguliers, usage du train vers Nantes, vélo électrique, voire maintien d'une voiture unique dans le ménage. Plusieurs participants soulignent la proximité des arrêts de bus et la bonne desserte vers la gare ou l'Hôtel de Ville.

Cependant, les fragilités apparaissent dès que l'autonomie diminue. La baisse de la vision exprimée par l'une des participantes liée à une DMLA¹², la fatigue, la peur de chuter ou les difficultés à marcher rendent les arrêts de bus plus éloignés problématiques. La diminution de certaines lignes dans le quartier de Trébal renforce ce sentiment d'éloignement.

La cartographie collective a permis d'identifier des points sensibles :

- trottoirs dégradés et racines d'arbres soulevant le revêtement ;
- marches peu visibles place Nadia Boulanger ;
- zones perçues comme insécurisantes (points de deal mobiles) ;
- extinction de l'éclairage public à minuit, générant un sentiment d'insécurité.

Dans un contexte de changement climatique, ces contraintes peuvent s'accroître : forte chaleur limitant les déplacements à pied, besoin d'ombre, nécessité de points d'eau, et fatigue accrue. Les participants ont ainsi proposé des aménagements simples : bancs à l'ombre avec accoudoirs, plantations adaptées (éviter les racines invasives), points d'eau et toilettes publiques.

¹² La DMLA (dégénérescence maculaire liée à l'âge) est une maladie de la rétine qui touche la zone centrale appelée macula, responsable de la vision fine : lire, reconnaître les visages, voir les détails.

2. ACCÈS AUX SOINS, AUX COMMERCE ET AUX SERVICES ESSENTIELS

La mobilité conditionne directement l'accès aux ressources essentielles. Les seniors ont évoqué les difficultés à se rendre aux rendez-vous médicaux, notamment lorsque les professionnels de santé sont éloignés ou que les délais de transport sont longs. Les vagues de chaleur peuvent compliquer ces déplacements, en particulier pour les personnes atteintes de pathologies chroniques ou avec une mobilité réduite.

L'accès aux commerces de proximité, aux marchés, aux pharmacies ou aux services administratifs a également été identifié comme un enjeu central. Lorsque ces services s'éloignent ou se concentrent dans certaines zones, les personnes ne disposant pas de véhicule personnel se trouvent dépendantes d'autrui. À l'inverse, la présence de commerces et de services accessibles à pied contribue fortement au maintien de l'autonomie et au lien social. Les participants ont ainsi rappelé que le cadre de vie ne se limite pas à l'environnement physique : il inclut la possibilité concrète de « faire ses courses », « voir son médecin » ou « aller à la mairie » sans que cela devienne une épreuve.

- stationnement complexe à Cap Santé et à l'hôpital ;
- absence de transports directs vers certains équipements (médiathèque, Emmaüs) ;
- travaux du centre commercial rendant temporairement les accès plus compliqués.

L'atelier autour des personas ([voir annexe n°2](#)) a montré que les situations diffèrent fortement :

- Jacques, nouvel arrivant veuf, autonome mais isolé socialement, a besoin d'informations claires sur les services et activités locales pour s'intégrer.
- Thérèse, veuve en logement social, dépend des transports en commun pour ses courses et risque l'isolement social en cas de fatigue ou de baisse de mobilité.
- André et Michèle, confrontés à la maladie chronique, dépendent de la voiture pour les rendez-vous médicaux et expriment un besoin de transport solidaire et de relais pour l'aidante.
- Denise, 92 ans, en perte d'autonomie, a besoin d'aide pour les courses, d'un environnement sécurisé et de solutions de mobilité accompagnée.
- Marie-Christine et Thierry, utilisent principalement la voiture, profitent des commerces et loisirs, voyagent régulièrement, l'enjeu s'est de développer de la solidarité avec leurs voisins par du covoiturage (gare ou courses).

Ces situations illustrent un enjeu central : l'accessibilité ne se limite pas à la présence d'un équipement, mais dépend de la capacité réelle à s'y rendre.

3. RÔLE DES SOLIDARITÉS LOCALES ET INTERGÉNÉRATIONNELLES

Face à ces contraintes, les solidarités de proximité apparaissent comme un levier essentiel d'adaptation. Les ateliers ont mis en évidence l'importance des voisins vigilants, des échanges de services informels (courses, accompagnement à un rendez-vous, prêt de véhicule) et des relations de confiance tissées au fil du temps.

À Nantes, plusieurs participants engagés dans des associations ou conseils citoyens ont évoqué des pratiques de porte-à-porte et de veille auprès des personnes isolées, notamment en période de canicule. À Saint-Nazaire, l'ancrage dans le quartier et la connaissance des habitants favorisent l'entraide spontanée. Ces solidarités intergénérationnelles – entre seniors, mais aussi avec des familles ou des jeunes du quartier – constituent un filet de sécurité discret mais déterminant, particulièrement lorsque les dispositifs institutionnels ne suffisent pas à couvrir toutes les situations.

Le quartier de Trébale est décrit comme historiquement solidaire, avec une vie de lotissement forte à l'arrivée des habitants dans les années 1970. Aujourd'hui, le vieillissement du quartier et le départ ou décès de nombreux voisins fragilisent ces liens. Les besoins exprimés portent sur :

- la création de lieux de vie et de rencontre ;
- des rendez-vous réguliers (marché dominical, brocante, ateliers cuisine d'été, concerts ponctuels) ;
- des animations intergénérationnelles (jeux partagés, pump track, cohabitation avec les boulistes).

Le futur jardin public est perçu comme une opportunité : kiosque à musique, boîte à livres, concerts, foodtrucks, repas partagés. L'idée centrale est de créer une habitude de sortie, un rythme régulier favorisant le lien social.

La solidarité passe aussi par des initiatives plus discrètes :

- covoiturage pour les courses ou la gare ;
- relais d'information dans les immeubles ;
- mise en valeur des activités de la maison de quartier ;
- implication du Nomade Café comme espace de sociabilité

4. PLACE DES ACTEURS ASSOCIATIFS ET DES MÉDIATEURS SOCIAUX

Les acteurs associatifs et les médiateurs sociaux jouent un rôle structurant dans l'organisation et la pérennisation de ces solidarités. Ils facilitent l'accès à l'information, orientent vers les dispositifs existants (transport solidaire, inscription au registre canicule, aides sociales) et créent des espaces de rencontre qui renforcent la cohésion locale.

L'atelier a mis en évidence l'importance des acteurs locaux tels que la maison de quartier, le conseil de quartier, le conseil des sages, ainsi que des initiatives citoyennes comme le Nomade Café. Ces structures jouent un rôle de médiation, de diffusion d'information et d'animation.

Un enjeu majeur concerne la communication. Les participants ont souligné la difficulté à connaître l'ensemble des activités proposées et la nécessité :

- d'améliorer la diffusion via les supports municipaux ;
- d'afficher davantage dans les halls d'immeubles ;
- d'identifier des personnes ressources dans les immeubles HLM pour relayer les informations.

La réappropriation des espaces publics après les travaux constitue également un levier fort : expérimenter des usages temporaires, encourager les habitants à se sentir légitimes, favoriser les coopérations locales avant même les grands investissements.

Les ateliers ont montré que ces acteurs constituent souvent un pont entre les institutions et les habitants, en particulier pour les personnes les plus éloignées du numérique ou peu familières des démarches administratives. Leur présence favorise la compréhension des messages de prévention, la remontée des besoins du terrain et la co-construction de solutions adaptées aux réalités locales.

L'atelier de Saint-Nazaire montre que la mobilité ne se résume pas au transport. Elle conditionne l'accès aux soins, aux commerces, à la culture et au lien social. Elle est étroitement liée à l'état de santé, à la qualité de l'espace public et au sentiment de sécurité.

Les leviers identifiés sont à la fois matériels (aménagement simples, confort thermique, accessibilité des trottoirs) et sociaux (animation régulière, relais d'information, solidarité de voisinage).

Dans un contexte de changement climatique, améliorer la mobilité des seniors revient à renforcer leur autonomie, prévenir l'isolement et consolider la capacité collective d'adaptation du quartier.

Ainsi, la mobilité ne peut être envisagée uniquement sous l'angle des infrastructures : elle s'inscrit dans

écosystème relationnel et territorial plus large, où l'accessibilité physique, la proximité des services et la qualité des liens sociaux se combinent pour soutenir l'autonomie des seniors et renforcer la résilience des territoires.

C. Résilience face aux crises climatiques

Les deux ateliers consacrés à la résilience face aux crises climatiques, l'un organisé le 20 janvier 2026 à Noirmoutier-en-l'Île sur le risque de submersion marine, l'autre le 30 janvier 2026 à Nantes sur les vagues de chaleur, ont permis d'explorer deux aléas distincts mais complémentaires.

À travers ces échanges, une conviction commune s'est dégagée : la résilience ne se décrète pas, elle se construit. Elle repose sur l'anticipation, la compréhension des risques, la capacité à agir individuellement et collectivement, et surtout sur la qualité des liens humains.

1. ANTICIPATION ET PRÉVENTION DES RISQUES

À Noirmoutier-en-l'Île, plusieurs participants ont évoqué des événements marquants : tempêtes passées, inondations liées à de fortes pluies en 2024, souvenirs de la tempête Xynthia, ruissellements et coupures d'électricité prolongées. Si certains phénomènes restent rares, leur intensité marque durablement les esprits.

Les habitants ont exprimé un sentiment ambivalent : à la fois une connaissance fine du territoire et de ses fragilités (zones basses, polders¹³, digues anciennes), et un manque de lisibilité des dispositifs existants. Des documents comme le Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs¹⁴ ou le Plan Familial de Mise en Sûreté existent, mais leur appropriation reste partielle. L'enjeu identifié n'est donc pas seulement de produire de l'information, mais de la rendre intuitive, visible et mobilisable en situation réelle.

À Nantes, la prévention des vagues de chaleur s'inscrit davantage dans l'expérience quotidienne : fermeture des volets en journée, aération très tôt le matin, limitation des sorties aux heures les plus fraîches. Mais l'adaptation dépend fortement de la qualité du logement. Une participante a quitté son appartement devenu invivable après une canicule, illustrant la vulnérabilité structurelle de certains habitats.

Dans les deux territoires, l'anticipation passe par :

- la préparation matérielle (constitution d'un pack sécurité) ;
- la connaissance des lieux refuges ;
- l'inscription sur les registres d'alerte ;
- et la transmission régulière d'informations.

À Noirmoutier-en-l'Île, les participants ont été invités à constituer un véritable « pack de sécurité » à avoir chez soi en cas de crise et à détailler un scénario d'action avant, pendant et après une inondation (voir annexe n°3). Ce travail a permis de compléter les documents déjà élaborés par la collectivité pour informer la population. Les participants ont ainsi pu prendre connaissance du Plan Familial de Mise en Sûreté (PFMS) et du Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs (DICRIM), afin de pouvoir les intégrer à leur pratique et les diffuser autour d'eux.

¹³ Un polder est une zone de terre gagnée sur la mer ou sur un marais, protégée par des digues et drainée pour être habitable ou cultivable.

¹⁴ DICRIM signifie Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs.

C'est un document officiel élaboré par chaque commune pour informer les habitants sur les risques majeurs présents sur le territoire (inondation, submersion, tempête, séisme, transport de matières dangereuses, etc.) ; les consignes de sécurité à appliquer en cas d'événement ; les mesures de prévention mises en place par la commune ; et les numéros utiles et les modalités d'alerte.

JE COMPOSE MON PACK SÉCURITÉ



Je reste en bonne santé : trousse de secours, de quoi se laver, médicaments et ordonnances, une bouteille d'eau par personne, aliments non périssables.

J'ADOPTE LES BONS RÉFLEXES

1 AVANT



2 PENDANT



3 APRES



2. DISPOSITIFS D'ALERTE ET COMPRÉHENSION DES MESSAGES

La question des dispositifs d'alerte a suscité de nombreux échanges dans les deux ateliers, révélant à la fois une connaissance des outils existants et des interrogations fortes sur leur efficacité réelle en situation de crise.

À Noirmoutier-en-l'île, les participants ont évoqué les différents canaux mobilisables en cas de submersion marine : sirène communale, SMS d'alerte, messages préfectoraux, communications de la mairie. Toutefois, derrière cette diversité apparente se posent plusieurs questions concrètes : *comment être certain d'avoir bien reçu l'information ? Les bases de données sont-elles à jour ? Les consignes sont-elles suffisamment explicites et opérationnelles ? Que faire précisément lorsque l'alerte est déclenchée ?*

Les habitants ont également soulevé une inquiétude majeure : *que se passe-t-il en cas de panne électrique ou de défaillance des réseaux numériques ?* Une crise climatique peut précisément fragiliser les systèmes de communication. D'où la nécessité, exprimée collectivement, de prévoir des dispositifs redondants, combinant numérique et supports physiques.

À Nantes, les dispositifs liés au plan canicule sont globalement identifiés. Toutefois, il a été rappelé que seule une part limitée des habitants est inscrite sur le registre communal. Les participants ont insisté sur l'importance de multiplier les canaux de diffusion : SMS, appels téléphoniques, affichage en mairie, journaux de quartier, relais associatifs, bouche-à-oreille, voire passage physique dans certains immeubles ou quartiers.

Un enjeu transversal ressort nettement : la redondance et la complémentarité des supports. Une alerte efficace ne peut reposer sur un seul canal. Elle doit circuler par plusieurs voies simultanément, afin de toucher des publics aux pratiques et aux équipements hétérogènes.

L'accessibilité des messages constitue également un point central. Certains seniors sont peu à l'aise avec le numérique ; d'autres présentent des difficultés visuelles ou auditives. Les échanges ont souligné l'importance :

- d'un langage simple et direct ;
- de versions papier en complément des supports numériques ;
- de documents en gros caractères ;
- de pictogrammes ou de formats FALC (FAcile à Lire et à Comprendre) ;
- et d'une communication ciblée pour les personnes âgées isolées.

La répétition des messages a également été jugée essentielle : une information entendue une seule fois peut être oubliée ou mal comprise, surtout en situation de stress.

Au final, les participants convergent vers une idée forte : une alerte ne doit pas seulement informer, elle doit orienter vers l'action. Elle doit dire clairement quoi faire, où aller, qui contacter. La compréhension du message conditionne directement la capacité à réagir, et donc l'efficacité globale du dispositif de protection.

3. ACCOMPAGNEMENT HUMAIN EN SITUATION DE CRISE

Dans les deux ateliers, l'isolement social est apparu comme le principal facteur aggravant en cas de crise climatique. Au-delà des infrastructures et des dispositifs d'alerte, la vulnérabilité repose souvent sur la solitude, la fragilité des réseaux relationnels et la difficulté à demander de l'aide.

À Noirmoutier-en-l'île, il a été rappelé qu'environ 40 % des personnes de plus de 80 ans vivent seules à domicile. Dans un contexte de risque de submersion marine, cette réalité pose la question de la capacité à se mettre en sécurité rapidement, à monter à l'étage, à préparer un pack de sécurité ou à comprendre les consignes, en situation de fragilité.

À Nantes, plusieurs participants ont évoqué connaître des situations d'isolement extrême, parfois révélées tardivement, illustrant les conséquences dramatiques que peut produire une absence de veille sociale, notamment lors d'épisodes de forte chaleur.

Face à ce constat, les solidarités de proximité apparaissent déterminantes. Les échanges ont mis en lumière des pratiques déjà existantes : visites régulières à une voisine de 94 ans réalisées en binôme, appels téléphoniques en période de canicule pour vérifier l'hydratation, vigilance de voisinage renforcée en cas d'alerte météo, coordination entre la mairie, les services de secours et la protection civile. Ces initiatives, souvent informelles, constituent une première ligne de protection.

Les participants ont néanmoins souligné la nécessité de structurer ces élans solidaires sans les rigidifier. Plusieurs propositions concrètes ont émergé :

- Mise en place de référents de quartier clairement identifiés ;
- Habitants volontaires responsables d'un petit groupe de personnes en cas de canicule ou d'alerte ;
- Actualisation régulière des registres communaux des personnes vulnérables, dans le respect de la confidentialité ;
- Organisation d'exercices ou de simulations pour renforcer la culture du risque et tester les chaînes de solidarité.

L'accompagnement humain apparaît ainsi comme le socle de la résilience territoriale. Les infrastructures protègent et les plans organisent, mais ce sont les liens sociaux, la connaissance mutuelle et la capacité à veiller les uns sur les autres qui permettent d'éviter les situations les plus critiques. En situation de crise, la solidarité de proximité ne relève pas seulement de l'entraide : elle devient un véritable levier de sécurité collective.

4. RÔLE DES SENIORS COMME ACTEURS DE LA RÉSILIENCE LOCALE

L'un des enseignements majeurs des ateliers menés à Noirmoutier et à Nantes est que les seniors ne se perçoivent pas uniquement comme des publics vulnérables, mais comme des acteurs à part entière de la résilience territoriale. Cette posture active constitue un levier essentiel pour renforcer les dynamiques locales d'adaptation.

À Noirmoutier-en-l'île, la mémoire des événements passés, tempêtes marquantes, submersions anciennes, souvenirs de 1978 ou de Xynthia, représente une ressource collective précieuse. Cette connaissance fine du territoire, des zones les plus exposées, des hauteurs d'eau observées ou des comportements à adopter en cas d'alerte participe d'une véritable culture locale du risque. Les participants ont toutefois souligné que cette mémoire gagnerait à être mieux structurée et transmise, notamment aux nouveaux habitants ou aux générations plus jeunes.

À Nantes, plusieurs participants engagés dans des conseils citoyens, des associations de quartier ou dans la démarche Ville Amie des Aînés jouent déjà un rôle de relais d'information. Ils contribuent à diffuser les messages de prévention, à organiser des temps d'échange, à repérer les personnes isolées et à assurer une veille informelle lors des épisodes de forte chaleur. Cette implication démontre que l'ancrage territorial, l'expérience de vie et le réseau relationnel des seniors constituent des ressources concrètes en situation de crise.

L'atelier à Nantes a également permis d'imaginer des solutions d'aménagement co-construites, notamment autour des îlots de fraîcheur ([voir annexe n°3](#)). Les participants ont insisté sur la nécessité de penser ces espaces comme :

- des parcs ombragés avec sols perméables, bancs et fontaines ;
- des salles rafraîchies clairement identifiées, accessibles, disposant d'eau potable et d'une présence humaine rassurante.

Un principe fort s'est dégagé : un îlot de fraîcheur réussi est à la fois frais, accessible, visible, vivant, sécurisé et co-construit avec les habitants. L'implication des seniors dans la réflexion sur ces aménagements renforce leur pertinence et favorise leur appropriation.

Ainsi, les seniors apparaissent porteurs :

- d'une mémoire territoriale ;
- d'une capacité d'organisation ;
- d'un réseau relationnel structurant ;
- d'une volonté d'anticipation et d'engagement.

La résilience locale se consolide lorsqu'ils sont associés à la conception des plans de prévention, à l'identification des lieux refuges, à la diffusion de l'information et à l'animation des solidarités de proximité. Cette approche inclusive renforce à la fois l'efficacité des dispositifs et le sentiment d'utilité sociale des aînés.

En définitive, les ateliers à l'échelle de la Communauté de Commune de l'Île de Noirmoutier et de Nantes métropole montrent que la résilience face aux crises climatiques ne repose pas uniquement sur des infrastructures (digues, salles climatisées, plans communaux) ou des systèmes d'alerte. Elle s'appuie sur une articulation étroite entre :

- une anticipation individuelle structurée ;
- la lisibilité des dispositifs publics ;
- la redondance des canaux d'alerte ;
- un accompagnement humain de proximité ;
- et la valorisation du rôle actif des seniors.

Au-delà de la gestion de crise, il s'agit de consolider une culture du risque partagée. Passer d'une logique de réaction à une logique d'anticipation, renforcer les solidarités locales, rendre l'information accessible et impliquer pleinement les habitants, constituent les leviers identifiés pour construire des territoires plus préparés, inclusifs et solidaires face aux aléas climatiques à venir.

Les ateliers montrent que la résilience face aux crises climatiques et aux transformations urbaines repose autant sur l'expérience et l'engagement des seniors que sur les infrastructures et dispositifs techniques. Les seniors, grâce à leur connaissance du territoire, leur mémoire des événements passés et leur réseau relationnel, sont à la fois bénéficiaires et acteurs de solutions concrètes, du logement aux espaces publics en passant par la mobilité et les solidarités de proximité. Une approche co-construite, intégrant dimensions matérielles, sociales et organisationnelles, est essentielle pour concevoir des réponses adaptées à chaque territoire et renforcer la capacité collective à anticiper, prévenir et agir face aux risques.

CONCLUSION GÉNÉRALE ET PERSPECTIVES



Au terme de cette démarche, rendue possible grâce à l'ensemble des personnes rencontrées et des contributeurs mobilisés, une évidence s'impose : pour les seniors interrogés, le changement climatique ne relève ni d'une projection lointaine ni d'un discours abstrait. Il s'inscrit dans l'expérience quotidienne. Il se manifeste dans une chaleur persistante sous les toits durant l'été, dans l'inquiétude face à l'hiver lorsque les ressources ne permettent pas de chauffer davantage le logement, ou encore dans des déplacements différés lorsque l'air devient irrespirable. Ces situations, loin d'être exceptionnelles, s'insèrent dans les routines de vie et viennent parfois aggraver des problèmes de santé préexistants ou en faire émerger de nouveaux.

À Nantes, Saint-Nazaire, Noirmoutier-en-l'Île, La Roche-sur-Yon, Mamers, mais aussi à Angers, Laval, Le Pellerin, Couëron, Saint-Sébastien-sur-Loire, Chauvé, Saint-Gildas-des-Bois, Saint-Jean-de-Monts, La Guérinière, L'Épine, L'Herbaudière et dans les quartiers de Saint-Marc-sur-Mer et Trébalé, les échanges ont dessiné une cartographie sensible des vulnérabilités, mais aussi des ressources.

Le logement apparaît comme le premier espace d'exposition et d'adaptation. Le quartier, les services de proximité, les liens de voisinage en constituent le prolongement. Lorsque l'un de ces maillons se fragilise, c'est l'ensemble de l'équilibre quotidien qui vacille. Mais lorsque ces appuis existent, ils deviennent des facteurs puissants de résilience.

Ce travail a permis de rendre visibles des paroles souvent peu entendues. Il a montré que les seniors concernés ne sont pas uniquement destinataires de politiques publiques : ils en sont aussi des observateurs lucides, porteurs d'une expertise d'usage précieuse. Ils identifient les incohérences, suggèrent des ajustements, expriment des besoins concrets. Leur regard rappelle que l'adaptation climatique ne peut être pensée indépendamment des réalités sociales.

Les suites à envisager s'inscrivent dans le prolongement naturel de cette dynamique. L'enjeu n'est plus seulement de documenter, mais de faire circuler, de transmettre et de transformer les enseignements recueillis en leviers durables d'action. Il s'agira de consolider les acquis, de structurer les outils produits et de les rendre accessibles à d'autres territoires et acteurs, afin que cette expérience puisse être appropriée, adaptée et reproduite.

L'objectif est double : permettre aux professionnels du vieillissement, aux collectivités et aux acteurs de terrain de s'approprier ces résultats pour enrichir leurs pratiques, et inscrire plus fortement les enjeux croisés du vieillissement et du changement climatique dans les stratégies territoriales. Il s'agit également de renforcer la visibilité de la parole des seniors, en la diffusant dans des formats clairs et accessibles, et de conforter la reconnaissance scientifique et institutionnelle des travaux engagés.

La capitalisation, la formation, la sensibilisation et la mise en réseau constitueraient des axes structurants pour amplifier l'impact de ce qui a été initié dans le cadre de cette démarche de recherche-action soutenue par Malakoff Humanis AGIRC-ARRCO.

Au fond, la perspective est claire : passer de l'écoute à l'essaimage. Faire en sorte que les expériences partagées ici nourrissent d'autres dynamiques, ailleurs. Veiller à ce que la transition écologique ne laisse pas en marge celles et ceux dont les ressources sont les plus limitées.

La prochaine étape ne consistera pas tant à ouvrir un nouveau chantier qu'à amplifier celui déjà engagé : transformer l'écoute en action, l'expérience en outil, et la parole recueillie en levier durable pour des territoires plus justes et plus résilients. Consolider les acquis, les structurer, les transmettre ; accompagner leur appropriation par les professionnels et les décideurs ; inscrire durablement ces enjeux dans les stratégies locales : telles sont les orientations qui guideront la suite.

Car la résilience d'un territoire ne se mesure pas seulement à ses infrastructures ou à ses plans d'action, mais à sa capacité à intégrer les voix des plus fragiles dans la définition de son avenir.

Donner voix aux aînés précaires face aux changements climatiques, c'est ouvrir un chemin. Les suites de cette démarche ont pour ambition de l'élargir, de le relier à d'autres territoires et d'en faire un socle partagé pour une transition écologique plus solidaire et plus humaine.

ANNEXES

ANNEXE N°1 : BIBLIOGRAPHIE

- Rapport Petits Frères des Pauvres, Baromètre solitude et isolement quand on a plus de 60 ans en France en 2025, septembre 2025.
- Gérontopôle des Pays de la Loire. (2025). Transition écologique et démographique : défis et perspectives.
- Insee Analyses Pays de la Loire • n° 143 • Septembre 2025.
- Rapport spécial Populations – GIEC-PL – Volume 1 – La vulnérabilité des populations face aux changements climatiques dans les Pays de la Loire, mars 2025.
- Plan Familial de Mise en Sûreté (PFMS), Communauté de commune île de Noirmoutier, 2025.
- Document d'Information Communal sur les Risques Majeurs (DICRM), Communauté de commune île de Noirmoutier, 2025.
- Chaleur et impacts sur la santé. Fiches synthétiques des données/résultats de santé publique France. Saint-Maurice : Santé publique France, 2025. 15 p.
- Parlons climat, Les seniors et l'engagement climatique, Étude quantitative et qualitative – octobre 2025.
- Laaidi K, Gane J, Saoudi A, Zeghnoun A, Le Tertre A. Enquête sur les pratiques des communes pour prévenir les impacts sanitaires de la canicule. Santé publique France. Rapport. 2022. 70 p.
- Secours Catholique – Caritas France. « La crise climatique vue par les personnes qui la vivent. Témoignages et recommandations pour une adaptation juste » 2026.

ANNEXE N°2 : OUTILS D'ENQUÊTE

1. GRILLE D'ENTRETIEN

OBJECTIFS :

- Identifier les représentations des seniors précaires face aux changements climatiques ;
- Explorer leur perception des risques environnementaux ;
- Recueillir leurs vécus et priorités en termes d'adaptation et de soutien.

Territoire ciblé et personnes ressources : CCAS Angers (49), CCAS de Saint-Jean-de-Monts (85), Chauvé (44), CCAS de Mamers (72)

INTRODUCTION

Présentation du projet et des objectifs :

1. Contexte du changement climatique et son impact sur les seniors ;
2. Importance de recueillir leurs perceptions, vécus, et propositions ;
3. Confidentialité et anonymat garantis ;
4. Remettre la note d'information et le formulaire de recueil de consentement éclairé.

Consentement : Demander l'accord pour enregistrer/ prendre des notes.

TALON SOCIOLOGIQUE (*Comprendre leur contexte de vie*)

Pouvez-vous me parler un peu de vous :

- *Votre âge ?*
- *Vivez-vous seul(e) ou avec d'autres personnes ?*
- *Votre logement (appartement, maison, autre) et votre environnement (urbain, rural) ?*
- *Que faites-vous habituellement dans vos journées ? (Activités, rencontres, loisirs).*
- *Avez-vous des enfants, petits-enfants (lieu d'habitation, professions) ?*

REPRÉSENTATIONS DU CHANGEMENT CLIMATIQUE (*Ce qu'ils en pensent*)

Quand on parle de « changement climatique », à quoi cela vous fait-il penser ?

Comment vous sentez-vous dans votre vie de tous les jours avec ces changements ? Qu'est-ce que cela a changé pour vous dans les choses que vous faites chaque jour ?

PERCEPTIONS DES RISQUES ENVIRONNEMENTAUX (*Vécus et craintes*)

Avez-vous déjà vécu des situations climatiques difficiles ?

Par exemple, une canicule, des inondations, un grand froid ou d'autres phénomènes météorologiques extrêmes ?

Si vous n'avez jamais vécu ce type de situation, ce n'est pas grave. Peut-être vous souvenez-vous d'une période de forte chaleur, comme une canicule ? **Si oui, pouvez-vous me raconter comment cela s'est passé pour vous ?**

Comment avez-vous ressenti ces événements sur le plan physique ?

Par exemple : ressenti corporel, effets sur la santé, fatigue, inconfort.

Comment avez-vous géré vos déplacements ?

Avez-vous pu vous déplacer facilement ou avez-vous trouvé des alternatives ?

Quelles solutions avez-vous mises en place ou reçues pour vous adapter ?

Par exemple : des aides, des conseils, ou des équipements spécifiques.

Avez-vous essayé de protéger votre logement ou votre espace de vie ? Si oui, quelles adaptations avez-vous mises en place pour vous protéger de la chaleur ? Si non, pourquoi ?

Quels sont les risques climatiques qui vous préoccupent le plus aujourd'hui ?

Parmi tous les risques dont nous avons parlé – comme les inondations, un grand froid, la canicule, les tempêtes – lesquels vous soucient le plus ? Et pourquoi ?

VÉCUS ET PRIORITÉS EN MATIÈRE D'ADAPTATION (Ce qu'ils jugent important)

Quelles difficultés avez-vous rencontrées lors de ces événements climatiques ?

Une fois que nous avons parlé des événements ou des situations que vous avez vécus (par exemple, une période de canicule, une inondation, ou un grand froid), pourriez-vous me dire :

Quels types de difficultés cela vous a causés ?

Par exemple : des soucis pour vous déplacer, pour rester à l'aise chez vous, ou pour obtenir de l'aide.

Si vous pensez à un événement particulier que nous avons évoqué, qu'est-ce qui vous a le plus marqué ou posé le plus de difficultés dans cette situation ?

Pendant cette période, est-ce qu'il y a eu des choses ou des personnes qui vous ont donné un coup de main, ou qui vous ont permis de garder la situation en main ?

Qu'est-ce que vous avez mis en place, ou à qui avez-vous pu faire appel, pour que ça se passe au mieux pour vous ?

De quoi auriez-vous besoin pour vous sentir plus à l'aise si cela se reproduit ?

HABITAT ET PRÉCARITÉ ÉNERGÉTIQUE (Leur logement face au climat)

Comment vivez-vous dans votre logement quand il fait très chaud ou très froid ?

Comment faites-vous pour chauffer ou rafraîchir votre logement quand les températures sont très chaudes ou au contraire très froides ?

Avez-vous eu des difficultés à chauffer ou refroidir votre logement ? Si oui, lesquelles ?

Si vous pouviez améliorer une chose chez vous pour être mieux préparé(e) à ces variations de températures, ce serait quoi ?

MOBILITÉ ET CADRE DE VIE (Se déplacer en sécurité)

Quand il fait très chaud, qu'il neige ou qu'il pleut beaucoup, est-ce que c'est compliqué pour vous de sortir ou de vous déplacer ? Pouvez-vous me raconter ?

Qu'est-ce qui pourrait vous aider à vous déplacer plus facilement dans ces moments-là ?

Dans votre quartier (ou votre village), comment trouvez-vous les chemins, les routes ou les transports pour aller là où vous avez besoin ?

SOUTIEN ET RESSOURCES PERÇUES *(Leur réseau d'aide)*

Pensez-vous que les personnes âgées comme vous ont leur place dans les discussions ou décisions sur les enjeux climatiques ?

Vous sentez-vous soutenu(e) face aux risques climatiques ? Si oui, par qui ? (voisins, associations, services publics, autre).

Quels services ou aides vous manquent pour mieux faire face aux situations climatiques ?

MESSAGES ET RECOMMANDATIONS *(Leur vision pour l'avenir)*

Selon vous, qu'est-ce qui serait important à faire en premier pour mieux vivre avec les changements du climat (chaleur, froid, tempêtes...) ?

Qu'est-ce que vous auriez envie de dire aux jeunes ou aux élus pour qu'ils améliorent les choses pour les personnes comme vous ?

S'il y avait une chose que vous aimeriez changer tout de suite pour que votre vie soit plus facile avec le climat d'aujourd'hui, ce serait quoi ?

En guise de conclusion

Y a-t-il quelque chose d'important que vous aimeriez ajouter et dont nous n'avons pas parlé ?

Souhaiteriez-vous participer à une prochaine étape du projet, comme des ateliers pour proposer des idées ?

Remerciements sincères pour leur temps et leurs précieuses réponses.

2. DÉROULÉ DES FOCUS-GROUPS

Jeudi 28 août 2025 de 14h30 à 16h30, Espace Entour'âge, 29 rue Anatole France, La Roche-sur-Yon

14H30 – ACCUEIL ET INTRODUCTION

L'atelier commence par l'accueil des participants et la présentation du projet : ses objectifs, son importance et les modalités de participation.

Les animateurs insistent sur la **confidentialité et l'anonymat**.

Les participants reçoivent la note d'information ainsi que les formulaires de consentement éclairé, et le temps d'enregistrement de cette étape est effectué.

Un brise-glace est proposé pour engager la discussion : chaque participant est invité à dire, en deux mots, ce que **le changement climatique** lui évoque.

« Quand on parle de changement climatique, à quoi cela vous fait penser en deux mots ? »

14H45 – TEMPS 1 : REPRÉSENTATIONS DU CHANGEMENT CLIMATIQUE

Objectif : identifier comment le changement climatique est perçu dans le quotidien des participants.

Un **échange collectif guidé** permet à chacun de partager ses idées sur la manière dont les changements climatiques se manifestent dans ses activités ou habitudes.

« Comment cela se manifeste-t-il dans votre quotidien ? Est-ce que cela a changé des choses dans vos activités ou habitudes ? »

L'animateur regroupe ensuite les thèmes similaires pour mettre en évidence les perceptions partagées par le groupe.

15H10 – TEMPS 2 : PERCEPTIONS DES RISQUES ENVIRONNEMENTAUX

Objectif : explorer les vécus et les priorités des participants face aux événements climatiques.

Les participants échangent sur leurs expériences de situations climatiques difficiles (canicule, grand froid, etc.) et sur les impacts sur leur quotidien.

« Avez-vous déjà vécu des situations climatiques difficiles, comme une canicule ou un grand froid ou autre ? Comment cela vous a-t-il affecté ? » « Qu'avez-vous fait pour y faire face ? Selon vous, existent-ils d'autres risques localement ? »

Ils sont ensuite invités à réfléchir aux actions qu'ils ont mises en place et à identifier d'autres risques locaux éventuels.

Enfin, chaque participant classe individuellement les risques du plus inquiétant au moins inquiétant, puis le groupe partage et discute ces classements.

15H40 – TEMPS 3 : SOLUTIONS ET ADAPTATIONS

Objectif : recueillir les expériences, identifier les difficultés et explorer des pistes d'amélioration.

Les participants partagent les solutions qu'ils ont mises en place ou reçues lors d'événements climatiques.

« Quelles solutions avez-vous mises en place ou reçues lors d'un événement climatique ? De quoi auriez-vous eu besoin pour mieux y faire face ? »

Une « **boîte à idées** » **collective** est proposée, où chacun peut écrire ou dessiner des solutions susceptibles d'améliorer le confort et la sécurité face aux changements climatiques, telles que des aménagements du

logement, des services de soutien ou des informations pratiques.

L'animateur synthétise ensuite les propositions et sollicite les réactions du groupe.

16H10 – CLÔTURE ET MESSAGES POUR L'AVENIR

Objectif : recueillir les recommandations et messages clés des participants.

Des **questions ouvertes** permettent de discuter des priorités pour améliorer la situation des personnes âgées face aux conséquences du changement climatique, des messages à transmettre aux plus jeunes ou aux décideurs, et des modalités de diffusion de ces messages.

« Que faudrait-il faire en priorité pour améliorer la situation des personnes âgées face aux conséquences nommées du changements climatiques ? »,

« Un message à transmettre aux plus jeunes ou aux décideurs ? »

« Comment leur transmettre ce message ? »

L'atelier se termine par une **conclusion et des remerciements**, et les participants sont invités à participer à de futurs ateliers.

16H30 – FIN DE L'ATELIER

3. DÉROULÉ ATELIERS THÉMATIQUES PARTICIPATIFS

ATELIER « RÉSILIENCE FACE AUX CRISES CLIMATIQUES »

Mardi 20 janvier 2026, de 14h30 à 17h, Salle du Conseil, à Noirmoutier-en-l'Île

14H30 – ACCUEIL ET INTRODUCTION

L'atelier débute par l'accueil des **participants**, répartis en deux sous-groupes.

Les animateurs rappellent le **contexte et les objectifs de l'atelier**, en mettant l'accent sur les enjeux climatiques du territoire et les risques locaux tels que **submersion, isolement ou tempêtes**.

Les participants découvrent la bulle de confort, qui servira de cadre pour réfléchir à leurs besoins et aux mesures de sécurité. Cette étape inclut également la distribution de la feuille d'émargement et l'utilisation d'un **vidéoprojecteur avec un support de présentation** pour soutenir l'introduction.

14H45 – TEMPS 1 : PARTAGE D'EXPÉRIENCES

Objectif : Recueillir les vécus et bonnes pratiques locales.

Chaque sous-groupe effectue un tour de table guidé par l'animateur : « *Avez-vous déjà vécu des situations climatiques difficiles, comme une tempête, une inondation ou autre ? Comment cela vous a-t-il affecté ? Qu'avez-vous fait pour y faire face ? Connaissez-vous des outils ou initiatives existant ailleurs ?* »

L'animateur de table note sur un **paperboard** les expériences vécues, les situations problématiques, les vulnérabilités et les ressources locales.

15H15 – TEMPS 2 : DIAGNOSTIC PARTICIPATIF

Objectif : Identifier les ressources et acteurs clés du territoire.

Toujours en sous-groupes, les participants complètent un **tableau A3** recensant :

- Les **acteurs clés** : mairie, CCAS, associations, commerce, etc ;
- Les **lieux refuges** : écoles, salles communales, etc ;
- Les **manques identifiés** : zones non couvertes, besoins en matériel, etc.

Un échange collectif permet ensuite de partager les ressources mobilisables et de discuter des stratégies pour renforcer la résilience du territoire.

15H45 – TEMPS 3 : CRÉATION D'UN SCÉNARIO D'ACTION

Objectif : Imaginer des réponses concrètes au scénario de **submersion marine**.

Chaque sous-groupe compose un **pack sécurité** à avoir chez soi et définit les **bons comportements** à adopter **avant, pendant et après** un événement climatique, incluant les actions immédiates, préventives et collectives.

Le résultat attendu est un **scénario complet**, synthétisant les mesures de prévention et de réaction.

16H30 – SÉLECTION ET CONSOLIDATION

Objectif : Conclure en collectif, prioriser les actions et identifier les manques et leviers.

Chaque groupe partage ses propositions, et l'animateur facilite l'identification des **actions prioritaires**, des freins et des leviers pour la mise en œuvre.

Cette étape permet de consolider les résultats et de dégager des recommandations concrètes.

17H00 – CLÔTURE

L'atelier se termine par la projection d'une **vidéo de sensibilisation** intitulée « En cas d'inondation, je sais réagir », et par la présentation des **prochaines étapes de l'étude**.

ATELIER « RÉSILIENCE FACE AUX CRISES CLIMATIQUES »

Vendredi 30 janvier 2026, de 9h30 à 11h30, Salle V626 (Immeuble Valmy), Nantes

9H30 – ACCUEIL ET INTRODUCTION

L'atelier débute par l'accueil des participants, répartis en deux sous-groupes. Les animateurs rappellent le contexte et les objectifs de l'atelier, en mettant l'accent sur les enjeux climatiques du territoire et les risques locaux, tels que canicule, isolement ou submersion.

Cette étape inclut également la distribution de la feuille d'émargement et l'utilisation d'un vidéoprojecteur avec un support de présentation pour soutenir l'introduction.

9H45 – TEMPS 1 : PARTAGE D'EXPÉRIENCES

Objectif : Recueillir les vécus et bonnes pratiques locales.

Chaque sous-groupe effectue un tour de table guidé par l'animateur : « *Que s'est-il passé pour vous lors de la dernière canicule ? Pouvez-vous décrire votre logement et votre environnement de vie ?* »

L'animateur note sur une feuille A3 :

- Les expériences vécues et situations problématiques ;
- Les facteurs de vulnérabilité ;
- Les ressources et pratiques locales mobilisées.

Cette étape permet d'identifier les enjeux réels vécus par les habitants et de préparer le diagnostic participatif.

10H15 – TEMPS 2 : DIAGNOSTIC PARTICIPATIF

Objectif : Identifier les ressources et acteurs clés du territoire.

Toujours en sous-groupes, les participants complètent un tableau A3 recensant :

- Les **acteurs clés** : mairie, CCAS, associations, commerces, etc ;
- Les **lieux refuges** : écoles, salles communales, etc ;
- Les **manques identifiés** : zones non couvertes, besoins en matériel, etc.

Un échange collectif permet ensuite de partager les ressources mobilisables et de discuter des stratégies pour renforcer la résilience du territoire.

10H45 – TEMPS 3 : CRÉATION DE SCÉNARIOS D'ACTION

Objectif : Imaginer des réponses concrètes au scénario « vague de chaleur ».

- Un sous-groupe travaille sur les **îlots de fraîcheur extérieurs** : espaces verts, ombrage, points d'eau, bancs, parcours ombragé, etc.
- Un sous-groupe travaille sur les **îlots de fraîcheur intérieurs** : lieux collectifs, équipements municipaux, adaptations possibles, etc.

Les résultats attendus sont des **scénarios visuels**, complétés.

11H15 – SÉLECTION ET CONSOLIDATION

Objectif : Présenter les actions et identifier les priorités.

Chaque sous-groupe présente ses scénarios complétés à l'ensemble des participants.
Un tour de table permet à chacun de partager ce qu'il retient de l'atelier.

Cette étape permet de prioriser les actions et de dégager des recommandations concrètes pour améliorer la résilience du territoire face aux vagues de chaleur.

11H30 – CLÔTURE

L'atelier se termine par la présentation des supports et ressources de Nantes Métropole, permettant aux participants de poursuivre la réflexion et de mettre en pratique les solutions identifiées.

ATELIER « CADRE DE VIE ET MOBILITÉ »

Lundi 16 février 2026 de 9h45 à 12h, Salle Marcel Pagnol, à Saint-Nazaire

9H45 – ACCUEIL ET INTRODUCTION

L'atelier débute par l'accueil des participants. Les animateurs présentent le contexte et les objectifs de l'atelier, en insistant sur l'importance de faciliter les déplacements, réduire l'isolement et améliorer l'accès aux services essentiels dans le quartier de Trébale.

Les participants effectuent un tour de table guidé par l'animateur : « *Comment je me déplace aujourd'hui ? Quel est le lieu où je vais le plus souvent dans le quartier ?* »

10H15 – TEMPS 1 : EXPLORATION DES VÉCUS

Objectif : Identifier les besoins, freins et obstacles rencontrés selon différents profils d'habitants.

Les participants travaillent en binômes. Chaque binôme reçoit une fiche persona et doit :

- Imaginer une journée-type du persona ;
- Identifier les difficultés de mobilité ;
- Repérer les risques d'isolement ;
- Identifier les ressources possibles.

Chaque binôme restitue ensuite ses observations à l'oral (2-3 minutes par groupe). Cette étape permet de recueillir des vécus variés et de préparer la cartographie collective.

Supports : 5 fiches persona imprimées avec un tableau à compléter.

10H45 – TEMPS 2 : CARTOGRAPHIE COLLECTIVE

Objectif : Visualiser les points sensibles et les ressources du quartier.

Les participants se réunissent en grand groupe pour un échange collectif autour des questions :

- « *Comment vous déplacez-vous aujourd'hui ?* » ;
- « *Qu'est-ce qui est devenu plus difficile avec le temps ?* » ;
- « *Y a-t-il des endroits que vous évitez ? Pourquoi ?* ».

Sur une grande carte A0 du quartier, les participants positionnent des gommettes selon la difficulté d'accès :

- ● Facile
- ● Un peu compliqué
- ● Difficile / dangereux

Ils identifient également les services essentiels, les lieux de sociabilité, les zones accidentogènes et les manques repérés.

Supports : Grande carte A0, gommettes couleurs, paperboard

11H15 – TEMPS 3 : IDÉATION COLLECTIVE

Objectif : Imaginer des solutions concrètes et réalistes pour améliorer la mobilité et les services.

L'animateur lance un brainstorming collectif autour de la question : « *Qu'est-ce qui améliorerait vraiment votre quotidien ? Quels aménagements ou animations vous donneraient envie de sortir davantage et d'utiliser les espaces publics ?* »

Chaque participant propose des idées qui sont ensuite regroupées sur un paperboard.

11H45 – PRIORISATION ET CONCLUSION

Objectif : Sélectionner les actions prioritaires et discuter de leur faisabilité.

Les participants identifient collectivement 1 à 3 propositions prioritaires et échangent sur les freins et leviers à leur mise en œuvre.

Cette étape permet de consolider les idées et de dégager des recommandations concrètes pour améliorer la mobilité et l'accès aux services dans le quartier.

12H00 – CLÔTURE

L'atelier se termine par un tour de table où chaque participant partage ce qu'il retient de la séance.

Les animateurs présentent ensuite les prochaines étapes pour poursuivre la réflexion et éventuellement tester les solutions proposées.

RÉDACTION

MÉLODIE DELÉPINE, CHARGÉE DE MISSION ACTION TERRITORIALE

RELECTURE

SONIA BOLZER, RESPONSABLE ACTION TERRITORIALE

BENJAMIN LE FUSTEC, CHARGÉE D'ANIMATION TERRITORIALE

PASCALE PETIT, REFÉRENT ANCRAGE PARTENARIAT ET INNOVATION SOCIALE RESEAU TERRITOIRE OUEST À LA DIRECTION DE L'ACTION SOCIALE RETRAITE MALAKOFF HUMANIS

NATHALIE GUILLO-MITON, CHARGÉE DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL, MALAKOFF HUMANIS AGIRC-ARRCO

MISE EN PAGE

MANON BASSINO, CHARGÉE DE COMMUNICATION

AVEC LE SOUTIEN DE

