



Dans une société qui exige qu'on vieillisse bien, le modèle de la retraite active est très présent, au point que certains parlent de « tyrannie du bien vieillir ».

des incapacités physiques et mentales. On parle maintenant non seulement du troisième âge, mais aussi du quatrième, voire du cinquième âge, ce qui crée en quelque sorte une distinction entre « jeunes vieux » et « vieux vieux »... Dans une société qui exige qu'on vieillisse bien, le modèle de la retraite active est très présent, au point que certains parlent de « tyrannie du bien vieillir ». On voit même apparaître des anorexies chez des femmes âgées, tant celles-ci craignent de ne pas être physiquement à la hauteur...

Que recouvre cette « tyrannie » ?

L'expression vient du titre d'un ouvrage de Michel Billé et Didier Martz ^[1]. Aujourd'hui, tout le monde aspire à bien vieillir. Mais, comme bien manger ou bien bouger, cela devient une injonction normative alors que chaque parcours est différent. Et de nombreux facteurs sociaux rendent pour certains cet objectif difficile à atteindre. Les populations en difficulté n'ont en effet pas toujours les moyens d'accéder aux soins pour « vieillir jeune ». La pratique régulière du sport, par exemple, peut ne pas faire partie de leurs habitudes. Les personnes doivent pouvoir choisir les moyens de bien vieillir. De manière généré-

« Bien vieillir ne doit pas être une injonction normative »

L'allongement de la durée de la vie ne doit pas faire oublier les difficultés liées au vieillissement, ni la diversité des situations et des besoins.

Comment a évolué la place des seniors dans notre société ?

Le terme de « seniors » est apparu dans les années 1980 lorsque notre société a pris conscience de la place croissante des personnes de plus de 65 ans sous l'effet de l'allongement de la durée de la vie. Parallèlement, de profondes modifications des modes de vie ont décalé l'âge d'entrée dans la « vieillesse » : moindres pénibilités au travail, recul de l'âge légal de la retraite, meilleur état de santé en raison de l'apparition désormais plus tardive



Agathe Gestin,

sociologue et responsable du programme Personnes âgées à la Fondation de France.

rale, en vieillissant, elles ont souvent besoin de prendre confiance en elles.

Que faire face à cela ?

La clé est dans l'écoute et la participation. A Saint-Ouen-l'Aumône, dans le Val-d'Oise, une amicale de locataires qui va chercher les personnes âgées isolées pour leur proposer des activités dans un local à proximité a emporté une large adhésion. La présidente de l'association a elle-même 80 ans. Alors que les activités proposées aux personnes âgées sont souvent conçues par des professionnels en fonction de ce qu'ils estiment être bons pour elles, ici, les membres de l'association sont partis des souhaits des voisins âgés. Ainsi, quand des personnes ont eu peu accès aux livres tout au long de leur vie, leur proposer un club de lecture ou une partie de Scrabble ne les intéressera probablement pas. Elles préféreront, par exemple, un jeu de type quiz musical ou un atelier numérique.

Autre exemple, l'association Old'up réunit des personnes de plus de 75 ans qui ne sont ni des « jeunes vieux », ni en situation de dépendance, et dont la doyenne a 96 ans. Elles ont construit leurs activités elles-mêmes : groupes de parole, ateliers numériques... Les membres sont très dynamiques et visitent des établissements d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad) à travers toute la France pour partager leur point de vue. L'association est accréditée pour être représentante d'usagers dans les établissements : elle souhaite améliorer la qualité relationnelle dans ces lieux et également lutter contre les problèmes de maltraitance. Encore une fois, cela prouve que la participation est la clé de la réussite de ces initiatives.

Parallèlement, la prise en charge de la dépendance reste une question importante alors que les modes de fonctionnement de la famille ont changé...

“ Les populations en difficulté n'ont pas toujours les moyens d'accéder aux soins pour « vieillir jeune » ”

Avec l'augmentation du taux d'activité des femmes, nous avons assisté à une professionnalisation de l'aide. Mais les femmes restent en première ligne pour aider les proches vieillissants en situation de dépendance. Aujourd'hui, il existe de nombreuses initiatives pour soutenir les aidants et les plates-formes de répit font désormais partie des dispositifs de droit commun. Certaines vont au-delà de leurs missions légales en luttant contre l'isolement des aidants, notamment avec des repas partagés. Ainsi, si une personne s'occupe d'un parent atteint de la maladie d'Alzheimer, elle peut prévoir des sorties au restaurant avec d'autres familles dans le même cas.

Les démarches participatives sont-elles efficaces pour lutter contre la maltraitance dans les institutions alors que celles-ci font face à un manque de moyens ?

Une partie des problèmes de maltraitance en établissement a pour origine un manque de moyens qui impose des cadences accrues aux personnels. Mais des études ^[2] montrent également qu'à moyens comparables, les pratiques divergent d'un établissement à l'autre. La posture de la direction et du personnel encadrant est déterminante pour le respect des droits. Elle a une influence sur le recrutement, mais aussi et surtout sur la vigilance et l'efficacité des équipes. La bienveillance des managers permet notamment de décrisper les professionnels par rapport aux risques et d'éviter que ces derniers recourent, par exemple, à des techniques de contention pour limiter les mouvements des personnes âgées.

D'ailleurs, l'émergence de la notion de *care* est importante : elle implique respect des ►

[1] *La tyrannie du bien vieillir*, Le Bord de l'eau, 2010.

[2] « Un état des lieux fondé sur des témoignages d'usagers et de professionnels : la maltraitance "ordinaire" dans les établissements de santé », par Claire Compagnon et Véronique Ghadi, rapport pour la Haute autorité de santé, 2009. Et *Etude des marges de liberté et stratégies de négociation des personnes âgées, des familles et des professionnels*, thèse de Sabrina Albayrak, université de Versailles-Saint-Quentin-en-Yvelines, avril 2018.

- ▶ personnes et de leur autonomie. Même si quelqu'un a des troubles cognitifs et ne mesure pas toujours le danger, il sait de quoi il a envie ou pas...

La loi, en France, a-t-elle pris la mesure de toutes ces transformations ?

La loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement, entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2016, affiche une volonté de rupture, en donnant une dimension sociale et citoyenne à la notion d'autonomie alors que tous les récents débats avaient pour angle la dépendance. Cette loi considère que les personnes dépendantes sont des citoyens à part entière, qui doivent pouvoir choisir le lieu où ils habitent et avoir accès à une vie sociale. Par cette approche globale du vieillissement, elle reconnaît de fait une démarche mise en œuvre de longue date par les associations : pour aider les personnes âgées à dépasser leurs handicaps et dédramatiser le grand âge, il faut favoriser la prévention et le dialogue entre les différents acteurs (personnes âgées, familles, professionnels et institutions).

Pour cela, la loi prévoit de nouvelles aides afin de mieux prévenir la perte d'autonomie, en facilitant l'accès à du matériel adapté ou à des aides domotiques ^[3], en améliorant l'accès à la formation professionnelle pour les accueillants familiaux et les proches aidants. Pour ces derniers, elle institutionnalise le droit au répit : le congé de soutien familial devient le congé de proche aidant, dont les bénéficiaires ne sont plus uniquement la famille très proche ^[4]. Ses modalités sont également assouplies, avec la possibilité de fractionner le congé ou de le prendre à temps partiel tout en travaillant.

Actuellement, les pouvoirs publics et les centres locaux d'information et de coordination gérontologique ont également pour mission de rappeler aux aidants, qui en ont besoin, que des lieux existent pour les sou-

REPERE

L'aide à domicile peut-elle être solidaire ?

L'aide à domicile aujourd'hui en France, c'est ce qui permet à plus de 2 millions de personnes en perte d'autonomie – personnes âgées ou en situation de handicap – de rester chez elles et d'y vivre correctement. Un secteur dont la seule branche associative emploie 230 000 personnes et où les départements jouent un rôle essentiel, puisqu'ils financent désormais plus de 70 % de l'allocation personnalisée d'autonomie (APA) et qu'il leur revient, en parallèle, d'organiser sur leur territoire une offre de services d'aide et de soins à domicile à la mesure des besoins.

Or les départements décident librement du niveau de financement accordé aux services d'aide à domicile qui interviennent au quotidien auprès des personnes, et de leur mode d'organisation. Ce niveau est en moyenne insuffisant et très inégal : d'un département à l'autre, le prix de l'heure d'intervention que les services d'aide sont autorisés à facturer peut varier de 50 %. Résultat : nombre d'associations sont aujourd'hui dans une situation très difficile. Et, dans tous les cas, les salariés du secteur sont sous-payés et leur montée en qualification est trop faible, alors qu'elle serait nécessaire pour mieux satisfaire les besoins.

Philippe Chibani-Jacquot et Philippe Frémeaux

nir. Les maisons pour l'autonomie et l'intégration des malades Alzheimer (Maia) peuvent, par exemple, aider les familles dans leurs démarches administratives. De son côté, le programme Monalisa, qui accueille des jeunes en service civique aux côtés de bénévoles, propose de lutter contre l'isolement des per-

sonnes âgées. Il a été lancé en janvier 2014 par Michèle Delaunay, à l'époque ministre déléguée chargée des Personnes âgées et de l'Autonomie. C'est le fruit d'un travail avec un collectif d'associations, notamment les Petits Frères des Pauvres, la Croix-

Rouge française et Saint-Vincent-de-Paul.

De même, Villes amies des aînés, programme de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), propose une réflexion à l'échelle d'une ville ou d'un village. Les élus et autres acteurs locaux posent un diagnostic pour voir si le vieillissement en bonne santé est possible sur leur territoire, en tenant compte

“ Les personnes dépendantes sont des citoyens à part entière, qui doivent pouvoir avoir accès à une vie sociale ”

des transports, des aménagements et des structures d'accueil de santé. Ils proposent ensuite des améliorations qui peuvent aller jusqu'à une transformation de la ville. Cette approche a toutefois une limite : elle n'est pas transgénérationnelle, alors qu'il nous faut construire une société accueillante pour tous les âges. Mais c'est un début.

Autre exemple intéressant : la démarche du Bistrot Mémoire® de Rennes, transposant en France le programme *Dementia friendly communities*, né dans les pays anglo-saxons. C'est un lieu d'accueil, de convivialité et d'accompagnement de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de pathologies apparentées, ainsi que de leurs proches aidants, où un professionnel est toujours présent. Pour aller plus loin, l'association Bistrot Mémoire souhaite faire de Rennes la première commune française inclusive pour les malades atteints d'Alzheimer. Bruges est également une ville phare dans ce domaine : un travail a été mené auprès des policiers et commerçants pour les aider à s'adresser avec pertinence et respect aux personnes désorientées.

Le Bistrot Mémoire® de Rennes est un lieu d'accueil, de convivialité et d'accompagnement de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, ainsi que de leurs proches aidants.



Bistrot Mémoire

L'Organisation des Nations unies (ONU) est également en train d'étudier un projet de convention internationale...

Il faudrait qu'une trentaine de pays au moins ratifient cette convention pour qu'elle soit adoptée. Le projet a notamment été inspiré par la Fédération internationale des associations de personnes âgées. L'objectif de ces acteurs est de contraindre les Etats à respecter les droits fondamentaux des personnes âgées, droits qui existent déjà dans les textes mais qui ne sont pas souvent appliqués. Il en va ainsi du droit de vote : dans les faits, les personnes à mobilité réduite qui vivent en établissement, souvent, ne peuvent exercer ce droit car il n'y a pas de lieu de vote à proximité.

Face à cela, encore une fois, les moyens d'action sont divers et doivent être participatifs. Ainsi, un Ehpad à Nancy a organisé une élection présidentielle fictive avant la date du scrutin en mai 2017 pour que les personnes âgées conservent un lien et une appétence à l'égard de l'actualité et de la politique. Bien que cela ne soit pas une obligation légale, certains établissements assurent le transport jusqu'aux lieux de vote.

■ Propos recueillis par N. N.

[3] Techniques visant à intégrer à l'habitat tous les automatismes en matière de communication, de sécurité, de gestion de l'énergie, etc.

[4] Sont concernés par ce dispositif les salariés qui ont besoin de pouvoir s'occuper de l'ascendant, du descendant ou du collatéral jusqu'au quatrième degré de son conjoint. Le législateur prévoit également que le proche aidé puisse désormais être une personne âgée ou handicapée avec laquelle le salarié réside ou avec laquelle il entretient des liens étroits. Il faut juste qu'il lui vienne en aide de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir des actes de la vie quotidienne.

? EN SAVOIR PLUS

- « **« Supermamie » : émergence et ambivalence d'une nouvelle figure de grand-mère** », par Agathe Gestin, *Dialogue* n° 158, avril 2002.
- « **« Temps, espaces et corps à la retraite : des paradoxes à penser** », par Agathe Gestin, *L'homme et la société* n° 147, janvier 2003.