

Colloque européen sur le vieillissement actif et la solidarité entre les générations

Créteil, 17 & 18 octobre 2012

Entre visites de terrain, tables rondes, projection de films, interventions poétiques, stands et exposition de photos..., cette troisième édition du colloque européen annuel organisé par le Conseil général du Val-de-Marne a été particulièrement intéressante et dense. Comment aider les seniors à bien vieillir et quelle doit être leur place dans notre société ? Ces deux questions fondamentales ont rythmé les débats qui s'inscrivaient dans le cadre de « l'Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle ».

« ... Sans m'en rendre compte, j'étais entré dans l'apartheid de l'âge ». Simonne Abraham-Thisse, conseillère générale déléguée chargée des projets et financements européens, a choisi de livrer ces mots de Bernard Pivot extraits de son dernier livre. Façon de dénoncer la stigmatisation dont sont bien souvent victimes les seniors, alors qu'aujourd'hui ils vivent plus longtemps et mieux, et détiennent des compétences dont tous doivent pouvoir profiter, notamment les jeunes. D'où la nécessité, a-t-elle affirmé dès l'ouverture du colloque, que l'Europe soutienne davantage et de façon plus concrète les politiques d'aide au vieillissement actif.

Les dispositifs institutionnels en France et au plan européen

Au nom du ministère des Solidarités et de la Cohésion sociale, Cyril Vinsonnaud, coordinateur national pour l'année européenne 2012, a présenté le dispositif national en trois volets dont l'objectif est de faire évoluer les comportements : améliorer le marché de l'emploi pour les seniors, mieux reconnaître leur contribution à la société et renforcer les moyens de leur autonomie. Des initiatives spécifiques ont déjà été engagées comme la conférence sur les bienfaits de l'activité culturelle dans les maisons de retraite, le programme « Bien vieillir » (évaluation des activités physiques et sportives sur la qualité de vie des résidents) et les « Trophées Trajectoire » destinés à récompenser les employeurs qui favorisent le retour ou le maintien dans l'emploi des seniors. Le gouvernement travaille aussi à un projet de loi sur l'autonomie dont les mots-clés sont anticipation/prévention, adaptation de notre société au vieillissement et accompagnement de la perte d'autonomie.

Au plan européen, outre des financements dédiés au vieillissement, un « eurobaromètre » a été lancé en début d'année où l'on apprend, par exemple, que les Européens se considèrent vieux à partir de 64 ans ou que 27% des plus de 55 ans font du bénévolat.

Vivre mieux et plus longtemps grâce à la recherche et à l'innovation

En introduisant la première table ronde, Pascal Savoldelli, Vice-président du Conseil général du Val-de-Marne chargé des finances et du développement économique, nous rappelle que le nombre des personnes âgées, qu'elles soient dépendantes ou non, augmente de façon constante : les plus de 60 ans vont ainsi représenter rapidement plus de dix millions de personnes en France. Il y a donc de grands défis à relever, notamment pour les prochaines générations, et il convient dès aujourd'hui de mutualiser les efforts pour améliorer la vie des seniors, en particulier grâce à la recherche appliquée à la médecine et à l'industrie

pharmaceutique pour améliorer les traitements des différentes pathologies liées au vieillissement ; en tout premier lieu, celles qui affectent la mobilité et la motricité comme les maladies d'Alzheimer et de Parkinson ou les troubles vasculaires cérébraux . Voilà pourquoi le Département s'est fortement investi pour en faire un terreau de l'innovation en se dotant d'outils tels que le Pôle d'allongement de la vie Charles Foix ou la pépinière d'entreprises de Villejuif. Outre les nécessaires avancées technologiques et médicales auxquelles il contribue ainsi, le Conseil général se mobilise également pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées et leur insertion au niveau social.

Cette recherche au service du vieillissement doit être pluridisciplinaire et transversale, nous dit le docteur Jean Mariani, professeur à l'Université Pierre et Marie Curie et directeur scientifique à l'Institut de la longévité Charles Foix (auquel le Conseil général apporte son soutien sous la forme d'une pépinière d'entreprises travaillant sur les gérontechnologies). Dans ce domaine en effet, la recherche en sciences humaines et sociales est au moins aussi importante que la recherche en biologie. Cette unicité s'est d'ailleurs traduite par l'émergence relativement récente dans l'histoire médicale de la gériatrie, mais il y aurait encore beaucoup à faire. Un avis que partage Rachel Sherrard qui, après avoir travaillé une vingtaine d'années en Australie, a rejoint l'université Pierre et Marie Curie grâce à une bourse européenne : elle considère en effet que mener des recherches sur l'adaptation biologique et la physiologie des cellules doit être désormais une priorité.

Les technologies de l'information et de la communication au service du lien social

Il est un point sur lequel tous les intervenants convergent : les technologies de l'information et de la communication permettent d'améliorer les conditions de vie à domicile des seniors. C'est, par exemple, la finalité du projet transnational FoSIBLE (« mieux vieillir chez soi ») qu'a présenté Myriam Lewkowicz, maître de conférences à l'Institut Charles Delaunay et à l'Université de technologie de Troyes. Ce système utilisant la télévision comme le ferait un ordinateur connecté à Internet, permet aux personnes âgées de rompre leur isolement et de communiquer entre elles ; ou encore du site « Alloa-aidants.fr » basé sur l'échange de témoignages et le partage d'expériences. Au plan institutionnel européen, ce type de projet peut être soutenu, notamment *via* les fonds structurels, nous rappelle Eric Marin, de la direction générale de la santé et des consommateurs à la Commission européenne. Celle-ci a d'ailleurs lancé un programme comportant un appel à projets, des sites de référence et un forum de l'innovation.

Mais, il y aurait une condition pour que les technologies au service du vieillissement progressent : avoir une taille critique suffisante et trouver un marché européen, voire mondial. C'est le cas du projet européen Jade, présenté par Valérie Ayache, directrice de Medic@lps, qui est doté d'un budget conséquent (près de 3 millions d'euros) et rassemble 39 partenaires de cinq régions européennes différentes ; ou encore de « Doc at home », un système par lequel le médecin et l'infirmière peuvent contrôler leurs patients à distance. Autre innovation, présentée par Dominique Guénaux, directeur général d'Ubiquiet, le projet « Carer+ » qui vise à développer les compétences numériques des aidants pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées.

Prévenir les risques de fragilité des personnes âgées

« *Vieillir est encore le seul moyen qu'on a trouvé pour ne pas mourir jeune* ». Ces mots sont de Geneviève Laroque, disparue au mois de septembre dernier, qui aurait dû intervenir au colloque. Brigitte Jeanvoine, Vice-présidente du Conseil général, chargée des solidarités en faveur des personnes âgées et des handicapés, a tenu tout d'abord à lui rendre hommage en ouverture de la deuxième table ronde. Puis, elle ajoute que le vieillissement est « *une marche en avant qui ouvre des possibles* » : pivot familial pour les enfants et les petits-enfants, il permet aussi d'observer les évolutions d'un monde en constante mutation. Prévenir, c'est donc à la fois agir sur la santé, mais aussi lutter contre la solitude et favoriser la participation des personnes âgées à la vie de la cité en continuant de solliciter leurs facultés, quel que soit leur âge.

Témoignage émouvant et emblématique que celui de Jeanne Cristofini, 92 ans, qui confie non seulement assumer son vieil âge mais lui trouver un sens dans l'attention qu'elle porte aux autres. Quant à Pascal Champvert, président de l'association des directeurs d'établissement pour personnes âgées (AP-DA), il stigmatise à nouveau le défaut d'intérêt porté au vieillissement par nos sociétés occidentales, plus promptes à encourager la consommation rapide de biens que l'on jette avant qu'ils ne soient vieux. Selon lui, un discours d'ouverture et non de contrainte doit accompagner les actions de prévention de la fragilité : par exemple, en adaptant mieux les transports en commun afin de prévenir les chutes et difficultés propres aux personnes âgées.

Même avis exprimé par Christophe Ambroise de la direction des services aux personnes âgées et aux handicapés du Conseil général du Val-de-Marne, pour qui la cité doit être accessible à l'ensemble de la population. D'où la création des groupes de travail animés par le Département qui associent les communes et intercommunalités, les opérateurs de transports, les associations et les universités pour travailler ensemble aux plans d'urbanisme et de voirie. Prévenir la fragilité, c'est aussi et surtout prévenir les chutes, précise encore Coline Cimadevilla, qui travaille dans la même direction du Conseil général, car on sait que 40% des sujets âgés hospitalisés à la suite d'une chute deviennent dépendants et entrent dans une institution. C'est pourquoi le Département a entrepris une démarche d'animation et de sensibilisation auprès de ses 47 communes, dont 28 ont décidé d'organiser des ateliers dédiés à la prévention des chutes.

Exemples d'actions menées au niveau local et européen

À Rotterdam, nous explique Anthony Polychronakis de la direction des affaires sociales et de l'emploi de la ville, 5,6% des personnes âgées vivant chez elles et 42,3% résidant dans les maisons de retraite sont victimes de maltraitance ou d'exploitation financière ! Un plan d'actions a donc été lancé qui comporte une ligne téléphonique et une équipe municipale dédiées, un réseau de travailleurs sociaux, un centre sur les violences domestiques, un « code de conduite » pour la formation des personnels et des sanctions pénales.

Dans la même intention, Boel Bolwig, responsable des services sociaux de la ville suédoise de Västerås (140 000 habitants), détaille les actions entreprises par sa municipalité pour soutenir le vieillissement actif : visites à domicile, systèmes d'alarmes, centres de jour où se rencontrer, faire de l'activité physique ou des jeux, utilisation de l'iPad pour lutter contre l'isolement, programme « iHomeCare » (de la formation à l'envoi de textos jusqu'à la mise en place de vidéosurveillance à domicile)... Certes, les moyens technologiques existent sur

lesquels il faut évidemment capitaliser mais, nous ont dit la majorité des intervenants, c'est la relation humaine qui compte avant tout.

Au Danemark, sans doute l'un des pays européens le plus avancé en la matière, les établissements fonctionnent désormais comme des domiciles privés (jusqu'à 60 m² par personne). Alors, à charges financières égales, pourquoi ne pas réaliser, ici aussi, des espaces privés de 30 m² avec boîtes aux lettres individuelles, mobilier personnel et animaux de compagnie ?

Le sens et l'utilité des seniors dans la société

L'association « Old'up », représentée par le Docteur Marie-Françoise Fuchs, a pris le parti de faire des seniors des acteurs à part entière de la société. En pratique, il s'agit de leur proposer des ateliers, de profiter de leur expertise pour améliorer l'accessibilité des espaces publics et de les encourager à se porter volontaires pour expérimenter les innovations technologiques. C'est à partir de 75 ans, cette seconde période de la retraite qui voit souvent la perte des amis et l'éloignement des petits-enfants devenus grands, qu'il faut redonner confiance et envie aux personnes âgées et encourager leur participation à la vie de la cité.

Même démarche participative dans le petit Comté de Louth (110 000 habitants) en République d'Irlande où « L'ami des aînés », l'association que dirige Joan Martin, incite les seniors à être des leaders de leur communauté en prenant la parole *via* un forum dédié et en s'exprimant sur leurs propres besoins. Des réunions ont ainsi régulièrement lieu qui traitent de toutes les questions pratiques liées au vieillissement et, en matière de sécurité, une collaboration a été instituée avec la police sur la fiabilité des commerçants.

Dans la province du Hainaut (Belgique), on a choisi de s'appuyer sur la solidarité intergénérationnelle. « Hainaut Seniors », le département action citoyenne que dirige Pierre Mayence, a créé dans les bibliothèques des espaces de lecture dédiés aux personnes âgées. Celles-ci peuvent aussi suivre des cours du soir et participer à « l'école des devoirs » pour aider des enfants en décrochage scolaire.

Enfin, pour soutenir les efforts en faveur d'une participation active des seniors dans la société, Maciej Kucharczyk, directeur général de la plateforme européenne AGE qui a pris l'initiative de « l'année européenne du vieillissement actif », a le souci de lui trouver un prolongement sous la forme d'une Convention européenne sur le changement démographique (à l'instar de ce qui a été fait pour le changement climatique).

L'impact des évolutions démographiques et de la crise économique sur le vieillissement

Au Mexique, par exemple, l'évolution démographique du vieillissement est beaucoup plus rapide qu'en Europe : elle est passée de 8% à 24% pour les plus de 65 ans, contre 21% à 34% dans nos pays européens. En outre, en raison de la crise économique c'est dans les campagnes qu'on trouve le plus grand nombre de personnes âgées. D'où l'urgence d'anticiper ces évolutions par les autorités politiques, nous dit Miguel Angel Martin Ramos, membre du réseau Partenalia qui regroupe des collectivités territoriales (dont le Conseil général du Val-de-Marne) de plusieurs pays européens.

Egalement membre de ce réseau, la psychologue Mercedes Pérez Salanova constate que dans la province de Barcelone où un jeune sur deux est au chômage, on assiste à un retour « forcé » de la famille multi-générationnelle. Les femmes âgées, notamment, sacrifient leur

pension de retraite pour soutenir leurs enfants et petits-enfants (une aide financière qui peut constituer jusqu'à 40% du budget des familles dans cette situation, soit une sur deux). À l'inverse, la contribution des enfants au soutien des personnes âgées a baissé en une seule année de 12,5% à 7,5%.

La France n'est pas épargnée, nous dit aussi Serge Guérin, sociologue et professeur à l'ESG Management School de Paris, où le regard porté sur les seniors n'a pas vraiment évolué : dans les entreprises, on est encore considéré comme « vieux » à partir de 45 ans et pour l'opinion les seniors coûteraient chers et seraient des privilégiés. En réalité, c'est l'inverse : 50% des retraités perçoivent moins de 1 300 euros par mois (950 euros en moyenne pour les femmes) et un million d'entre eux vivent sous le seuil de pauvreté. Et pourtant, sait-on que ce sont les personnes âgées qui, dans notre pays, font marcher le monde associatif grâce au bénévolat ? Sait-on que 4,5 millions d'aidants de 60 ans d'âge moyen accompagnent des personnes qui en ont 77 en moyenne - des proches pour la plupart, mais aussi des voisins pour 18% ? Enfin, remarque Serge Guérin, le vieillissement constitue en lui-même un levier d'innovation sociale.

Conclusion de Simonne Abraham-Thisse, Conseillère générale déléguée, chargée des projets et financements européens

« Beaucoup d'expériences et d'opinions différentes ont été livrées. On a ainsi appris que le vieillissement n'était pas une maladie et que les effets du vieillissement n'étaient pas une fatalité. La recherche et l'innovation relèvent le défi du maintien en bonne santé pour bien vieillir, c'est-à-dire bien se maintenir en activité.

Il appartient aux États et aux collectivités, y compris à l'Europe, de soutenir les recherches en gériatrie dans des pôles tels que l'Institut de Longévité Charles Foix, épaulé par une pépinière d'entreprises de gérontechnologies. Cet ensemble Charles Foix est aujourd'hui reconnu comme exemplaire en Europe et nous pouvons en être fiers.

Autre leçon à retenir de ces deux journées, toujours dans le domaine de la recherche : il faut absolument encourager les synergies entre les chercheurs européens. Quant à l'apport des nouvelles technologies, notamment dans le domaine de l'information, il est précieux, non seulement pour soigner mais pour rompre l'isolement et la solitude, véritables facteurs d'exclusion sociale et de morbidité des personnes âgées.

Par ailleurs, il nous faut trouver une harmonisation entre les impératifs du marché et le service public, sans quoi les bienfaits annoncés ne bénéficieront qu'aux plus aisés ; cela doit revenir à flécher les crédits sur les personnes plus que sur les outils.

Autre enseignement : nous devons absolument avoir une approche transversale de toutes les questions qui concernent le vieillissement. Le vieillissement est l'augmentation d'un phénomène délétère qui, avec le temps, affecte nos cellules alors que diminuent les facteurs protecteurs. Quant à notre attitude sur le vieillissement, deux mots essentiels : s'adapter et accepter, c'est-à-dire aussi s'accepter. Car nos choix de vie relèvent autant de notre responsabilité personnelle que des choix des pouvoirs publics.

Bien vieillir, c'est aussi avoir les moyens de lutter contre la maltraitance. À cet égard, on ne soulignera jamais assez le rôle essentiel que jouent les aidants, car bien vieillir, c'est avoir la

possibilité de rester chez soi et d'y être aidé. Cela conduit aussi à travailler sur la question de l'accessibilité des logements et sur l'urbanisme.

Les personnes âgées ont un avenir... Il dépend de nous tous que la société ait un autre regard sur elles. Cessons en effet d'exclure pour parvenir à une société de tous les âges.

J'en viens au rôle des politiques et de l'Europe. Celle-ci nous a montré qu'elle s'intéresse au vieillissement de la population, mais c'est à nous d'intervenir auprès des politiques et des élus. Je voudrais d'ailleurs vous dire à ce propos que nous attendons avec impatience ce fameux projet de loi sur l'autonomie qui nous est promis depuis des années.

Je terminerai par un double message d'espoir et d'optimisme ; ce message c'est celui, rayonnant, de madame Cristofini : voir le bon côté de la vie aide à vivre plus longtemps !

Enfin, j'adresse tous mes remerciements à Gérard Henri, responsable régisseur de la Maison Départementale des Syndicats ainsi qu'à Dominique Paquin et Christophe Devette de la Mission Europe du Conseil général du Val-de-Marne. »

Extrait d'un texte lu par le collectif théâtral « L'Enjeu a des Ailes » lors du colloque

Le pathos, Hermann Hesse

« Lorsqu'on est plus âgé, il convient davantage d'avoir de l'humour, de sourire, de ne pas prendre les choses au sérieux ; il faut transformer le spectacle du monde en un tableau, observer les choses comme s'il s'agissait des jeux furtifs des nuages dans le ciel du soir. Prendre de l'âge ne signifie pas seulement se dégrader physiquement, se flétrir. Comme chaque étape de l'existence, la vieillesse a ses propres valeurs, une magie, une sagesse, des peines spécifiques. Nous n'avons pas envie de croire ceux qui prétendent que les vieux ne valent rien.

On n'est malheureusement pas toujours en accord avec son âge. Il arrive souvent qu'on soit intérieurement en avance sur lui, ou plus fréquemment encore qu'on retarde par rapport à lui – la conscience et le rapport à l'existence ont alors atteint une maturité moins grande que celle du corps, ils refusent d'intégrer les manifestations naturelles de l'âge et s'imposent des exigences qu'ils sont incapables de satisfaire.

Celui qui vieillit et prête attention à ce phénomène peut observer comment, malgré la disparition des forces vitales et de certaines facultés, une existence agrandit, multiplie chaque année le réseau infini de ses connexions, de ses entrelacements, et ce encore tardivement, jusqu'à la fin même. Il peut constater aussi que, tant que la mémoire veille, rien de ce qui se passe et de ce qui s'est passé ne se perd. »

Phrases poétiques distribuées par le collectif théâtral « L'Enjeu a des Ailes » lors du colloque

« La vieillesse n'est pas un accident mécanique »

Simone de Beauvoir

« L'âge s'empare de nous par surprise. »

Goethe

« Que s'est-il donc passé ? La vie, et je suis vieux. »

Aragon

« Ne pas honorer la vieillesse c'est démolir la maison où l'on va coucher ce soir »

Régine Detambel

« J'étais un boute-en train au temps de ma jeunesse,
boute-en-train je demeure même dans la vieillesse.

A la barbe des ans, du catarrhe, de la goutte,

Comme un vieux boute-en-train je veux finir ma route. »

Carlo Goldoni, personnage de Pantalon