

LE
GRAND
DÉBAT

LONGÉVITÉ, OUVRONS LES POSSIBLES

La solidarité par l'entraide

Hal'âge, Plan 9

Date d'envoi 07/06/19

**LONGÉVITÉ,
OUVRONS
LES****À QUELLE QUESTION DU GRAND DÉBAT SE RAPPORTE VOTRE CAHIER D'ACTEURS ?** **Question 1 - En soi**

La longévité comme un projet de vie :
quel choix pour chacun ?

 Question 2 - Chez soi et près de chez soi

Comment inventer un "chez soi"
qui avance avec soi ?

 Question 3 - Avec les autres

Une longévité inclusive, égalitaire
et citoyenne : à quelles conditions ?

 Question 4 - Autour de l'imaginaire

Imaginaire de longévité
ouvrir de nouveaux possibles
?



Le 10 mai 2019, les associations Hal'âge et Plan 9 ont organisé une journée de rencontres, échanges et réflexion sur les enjeux de la longévité.

La présente contribution retrace le contenu de l'après-midi portant sur le thème : "Habiter et vieillir ensemble jusqu'à la fin ? Penser l'autonomie par l'entraide."

Cet après-midi était organisé autour d'un exposé à deux voix, l'éclairage universitaire et le point de vue citoyen se faisant écho, suivi d'un échange collectif puis d'un travail en groupe.

LES AUTEURS ET LES CONTRIBUTEURS (champ obligatoire)

Créée en 2014, l'association nationale Hal'âge développe et soutient les démarches d'innovation sociale au croisement de l'habiter et du vieillir en proposant des ressources, des outils et des espaces de rencontre/échange d'expériences aux porteurs de projets innovants, citoyens et solidaires.

Créée en 2015, l'association nantaise Plan 9 contribue à rapprocher décideurs, experts et citoyens autour d'enjeux de société. L'objectif est d'accompagner des formes participatives de recherche mettant en avant les expertises d'usage et des sujets peu traités dans le monde académique.

17 participants ont contribué aux échanges, 13 femmes et 4 hommes. Parmi les 17 participants, 13 étaient directement concernés dans leur vécu par les thématiques abordées.

**LONGÉVITÉ,
OUVRONS
LES****VOTRE CONTRIBUTION EN TEXTE OU EN IMAGES**

Nous vous remercions de vous limiter à 10 000 caractères (5 pages de 2 000 caractères maximum).

I. S'entendre sur les enjeux

Dans leur introduction à deux voix, Hal'âge et Plan 9 ont insisté sur la notion d'interdépendance. Les liens qui unissent les vieilles et vieux qui décident de vieillir ensemble ne sont pas réductibles à la rédaction d'une charte. La solidarité demande à être mise en pratique.

Le mot « entraide » est comme « une évidence naturelle mais qu'on ne sait pas faire vivre ». Quelqu'une souligne l'importance de pouvoir s'appuyer sur un groupe afin de ne pas rester seul.e face à la détresse exprimée par une personne aidée : « Ça m'est arrivé de me retrouver face à une personne âgée, je me suis retrouvée face aux angoisses de mort. La dame, elle, après m'avoir parlé allait mieux, mais moi, j'allais très mal.. J'ai vu mes propres limites. ».

Les deux principaux termes que retiennent les contributeurs.trices sont « la réciprocité » et la « temporalité ». Il est important dans un groupe que tout le monde n'ait pas les mêmes besoins au même moment, c'est un des atouts des habitats intergénérationnels. Parce que l'entraide se joue, aussi, au niveau du collectif, « Quand on apporte de l'aide à quelqu'un.e... ce n'est pas forcément cette personne qui rend. C'est un travail du groupe. ». Il faut éviter que l'entraide se transforme en dette, que les personnes aidées se sentent redevables sans pouvoir rendre et être alors gênées de recevoir.

Plus une personne vieillit plus elle va potentiellement avoir besoin d'être aidée, c'est pour cela qu'il faut parler au plus tôt au sein du collectif d'habitant.e.s de ce que cela signifie « habiter ensemble jusqu'au bout », de quel bout parle-t-on ? Comment rend-on cela possible ? Il faut décider de la place de chaque habitant.e dans la décision, ainsi que de la place des familles. En Allemagne, il existe l'exemple intéressant du référent, quelqu'un dans le groupe avec lequel on peut parler en priorité lorsqu'on sent sa situation se dégrader. En France, les collectifs ont souvent recouru à des chartes mais cela ne résout pas tout, le plus souvent « plus la charte est précise, moins elle a de sens » lorsque surviennent les problèmes à traiter. En fait, l'idéal serait plutôt « une charte d'autorisation », suggère un participant. « Le fait de se dire qu'on s'est engagé à se parler », une charte qui permet à chacun.e de s'autoriser à aborder les questions concrètes d'entraide.

Ne pas avoir peur de mettre les sujets sur la table, c'est vital, dans notre culture parler de la mort est tabou alors que l'on peut dédramatiser cette question en en parlant en groupe sans attendre d'être face à une situation problématique. Cela permet de se désinhiber. Si rien n'est discuté, le collectif peut être mis en péril au moment où les besoins d'aide de certains habitant.e.s augmentent fortement.

Comment faire bouger les manières d'habiter pour qu'elles soient plus favorables à l'entraide ? C'est la question à laquelle se sont attelé.e.s les contribut.eur.rice.s.



Travail en atelier

**LONGÉVITÉ,
OUVRONS
LES****VOTRE CONTRIBUTION EN TEXTE OU EN IMAGES**

Nous vous remercions de vous limiter à 10 000 caractères (5 pages de 2 000 caractères maximum).

II. Penser ensemble d'autres possibles

L'entraide dans l'habitat c'est « vivre en solidarité » et « ça ne vient pas au moment du vieillissement. Ça demande un bagage, un cheminement ». « La solidarité, ça ne se décrète pas ». C'est un partage concret fondé sur la reconnaissance du fait que nous sommes interdépendants. Le fait de vieillir peut changer le regard que l'on porte sur soi et sur les autres et amener des personnes, qui jusque là n'y pensaient pas, à s'ouvrir à de nouvelles manières de faire. Pensons à tenir compte de la fragilité des personnes isolées qui peuvent avoir des difficultés à exprimer leurs besoins et à rejoindre un groupe. On peut avoir tendance à s'isoler quand on vieillit alors que vieillir c'est changer et s'adapter en permanence. C'est une dynamique dans laquelle on a besoin les un.e.s des autres. « Tous, on va évoluer, il faut inscrire ça dans des pratiques concrètes très vite ».

L'entraide ayant un sens différent pour chacun.e, il est important qu'il existe une grande diversité d'offres. Certain.e.s peuvent vouloir penser l'entraide dans la non-mixité, d'autres dans l'intergénérationnel. L'important c'est de trouver une proposition dans laquelle on se sent en confiance, la confiance est fondamentale pour faire exister l'entraide.

L'entraide dans l'habitat doit être pensée au niveau du collectif qui habite ensemble car le sens donné varie selon les personnes et les contextes. L'entraide commence par l'écoute dans chaque groupe, surtout ne pas hésiter à faire appel à des tiers, professionnels, pour permettre au groupe de cheminer et de se dire les choses. Il est important que les familles aient bien connaissance des souhaits des habitant.e.s pour que cela ne crée pas de tensions dans le futur. "L'importance ce n'est pas de trouver des solutions. Il faut mettre en place une charte d'autorisation/un pacte de recherche de solutions. On s'engage ensemble à aborder le problème, sans forcément s'obliger à trouver des solutions. ». Il faut avant tout s'autoriser à penser autrement les relations qui nous lient aux autres et penser comment inventer d'autres manières de vivre ensemble.

L'entraide, si elle doit être définie au niveau du collectif d'habitant.e.s, ne concerne pas qu'elles et eux. On peut difficilement se passer d'une réflexion sur les liens avec l'environnement, le quartier : « Créer des solidarités. Avoir un quartier organisé pour être en bienveillance. », pouvoir faire appel à des tiers de confiance, bénévoles et professionnels lorsque la situation devient trop compliquée pour être gérée par le seul collectif d'habitant.e.s., discuter de la solidarité et de comment on vit ensemble, avec toutes les parties prenantes : habitant.e.s du territoire, associations, professionnels, élus...

Tout au long de la vie de l'habitat, il est utile de formaliser des temps d'échanges en partant de questions très concrètes comme le fait d'écrire ses directives anticipées. Il peut s'avérer être nécessaire, pour des échanges de qualité, que quelqu'un.e ait un rôle de médiation (rôle tournant des habitant.e.s volontaires, ou appel à un tiers). Ne pas être d'accord les un.e.s avec les autres, ne doit pas faire peur, au contraire il faut apprendre à se dire les choses. « Le collectif peut aider à dépasser les tabous avec humour ». Il peut aussi envisager de se former pour mieux comprendre et accompagner le vieillissement de chacun.e. L'important c'est de ne pas avoir à se projeter dans un vieillissement où chacun.e ne verrait plus « que des personnes payées pour ça »

La mise en place de formes d'entraide peut rencontrer des obstacles. Les participant.e.s en identifient cinq :

- **Les proches.** Parfois la famille peut décider contre la volonté de l'habitant.e âgé.e. Ne pas faire reposer l'entraide uniquement sur la famille. Savoir vivre ensemble est un enjeu de société.
- **Le caractère.** Parfois il peut être difficile d'aider quelqu'un que l'on ne trouve pas sympathique, qui a un caractère difficile. Des règles peuvent être fixées au sein du groupe pour que l'entraide ne se fasse pas selon l'affection que l'on a pour la personne mais selon ses besoins.
- **Le genre.** « Dans mon groupe de parole, je suis le seul survivant sur trois hommes. Les femmes sont peut-être davantage sensibles à l'échange ».
- **L'action politique locale.** Certaines communes n'acceptent pas la mixité des statuts des habitant.e.s (locataires, propriétaires) alors que c'est une force pour penser l'entraide.
- **L'intergénérationnel.** Ce peut être une ressource mais cela ne doit pas se résumer à faire porter aux jeunes le poids de l'aide aux personnes vieillissantes. Ne pas réfléchir la solidarité uniquement en termes de relations parents-enfants, penser que les personnes sans enfant vieillissent également.

Ce qui permet de dépasser ces obstacles, c'est l'échange. « Sans les autres, je n'en serais pas là où j'en suis aujourd'hui ». Tou.te.s les participant.e.s insistent sur le fait qu'il faut commencer par apprendre à se connaître, soi-même et les autres, pour oser aborder tous les sujets et se dire les choses. Nous avons à mettre des mots sur le « jusqu'au bout » pour pouvoir ensuite trouver des solutions qui ne mettent ni le groupe, ni la personne aidée en difficulté.

.e.

**LONGÉVITÉ,
OUVRONS
LES****VOTRE CONTRIBUTION EN TEXTE OU EN IMAGES**

Nous vous remercions de vous limiter à 10 000 caractères (5 pages de 2 000 caractères maximum).

III. Propositions

- Placer l'entraide au cœur des projets d'habitat dès la conception du projet en respectant au mieux le rythme de chacun.e.
- Lâcher prise sur la réciprocité pure et parfaite, l'entraide ne doit pas être pensée comme un sacerdoce mais comme une force.
- Impliquer les proches et les acteurs du quartier dans la définition et les pratiques qui permettent d'y vivre en solidarité. Penser et agir en réseau en trouvant des moyens de faire travailler ensemble les acteurs du vieillissement.
- Offrir aux collectifs d'habitant.e.s des ressources extérieures pour faciliter la formation (sur les maladies dégénératives par exemple) et les échanges. « Comprendre, ça enlève des peurs ».
- Penser tout au long de la vie du collectif et bien avant que le problème se pose ce que veut dire aider et être aidé.e et donc la manière dont les habitant.e.s s'engagent les un.e.s envers les autres.
- Oser parler de ce qui se passe « au bout de la vie », vivre la fin d'une vie cela s'apprend, en dépassant les tabous imposés par la société. L'accompagnement de la perte peut aider, éviter que les personnes restent seules face aux deuils. Quand on vieillit on perd des liens parce qu'on voit mourir des membres des proches.
- Sortir des rôles assignés, qu'il s'agisse du genre ou de l'âge. La responsabilité des vieilles et des vieux ne doit peser ni sur les filles, ni sur les jeunes. Les vieux doivent se prendre en charge, ensemble, être acteurs.trices de leur vie : « On ne veut pas être à la charge de ses propres enfants, pourquoi est-ce qu'on serait à la charge des enfants des autres. » tout en étant conscient.e.s, qu' « être à sa propre charge implique d'avoir les moyens financiers » de répondre à ses besoins.
- Trouver du plaisir : partager, dans l'échange, des moments festifs, se fabriquer des souvenirs ensemble pour mieux vivre en solidarité en se sentant en sécurité les un.e.s avec les autres.



Les participant.e.s

LONGÉVITÉ.
OUVRONS
LES

**LONGÉVITÉ,
OUVRONS
LES**

INDIQUEZ ICI VOS COORDONNÉES PRÉCISES, pour que nous puissions vous contacter : nom, prénom, mail, téléphone (champs obligatoires)

Hal'âge 133 rue de Strasbourg 36 000 Chateauroux contact@halage.info 0972586520

Coordonnées

Coordonnées

Coordonnées

Coordonnées

Cette page n'est pas rendue publique pour les internautes lors de la mise en ligne sur le site du grand débat, elle est conservée uniquement pour les archives de Nantes Métropole.

MERCI DE VOTRE PARTICIPATION

Pour contribuer et suivre l'actualité du débat :

metropole.nantes.fr/grand-debat

Pour plus d'informations

contactgrand-debat@nantesmetropole.fr