

LE
GRAND
DÉBAT

LONGÉVITÉ, OUVRONS LES POSSIBLES

Vieillir en préservant ses choix

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 la matinée portant sur le thème : Vieillir en préservant ses choix. Construire un projet de seconde partie de vie conforme à ses aspirations.

Cette matinée était organisée 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).

• S'entendre sur les enjeux

Dans leur introduction à deux voix, Hal'âge et Plan 9 ont insisté sur le fait que la capacité à faire des choix est liée à la capacité d'autodétermination des personnes, la personne vieillissante doit être au centre des décisions qui la concerne. En France, le champ des possibles est limité, dominé par les notions de maintien à domicile et de dépendance. Dans d'autres pays, notamment l'Allemagne et la Belgique, il existe une pluralité d'innovation dans le domaine de l'habitat. Cela permet aux vieux et vieilles de construire le projet de vie qu'ils souhaitent.

Réfléchir au choix, c'est se demander comment, en partant de rien, on arrive à un projet d'habiter le plus en adéquation possible avec un projet de vie. Cela implique de ne pas agir en consommateurs de l'offre d'habitat mais en acteurs de ses propres choix. Pour rester maître.sse de ses choix, il faut se demander le plus tôt possible de quelle manière on souhaite vieillir. Ce n'est pas toujours facile car on ne se voit pas vieillir. « J'ai 84 ans, ce n'est pas vieux. Ça ne sera jamais vieux ». Les participants ont souligné qu'ils se sentaient assignés par la société à une identité de vieux et qu'il leur appartenait de changer cette dynamique pour conserver jusqu'au bout leur dignité. « J'ai décidé de traverser le miroir debout. »

Pour cela, se demander ce que signifie pour soi « vieillir au mieux », « ne pas se laisser imposer » les décisions des autres, semble nécessaire.

Pour se projeter dans d'autres manières d'habiter nous sommes amené.e.s à nous désencombrer la tête et notre lieu de vie. Cela implique de réfléchir à l'importance qu'ont pour nous nos objets. « J'ai deux choses qu'on me prendra pas, une commode et une armoire ». Nos possessions nous rassurent. « S'il y a l'adversité qui arrive tout d'un coup, ben c'est une sécurité toute idiote mais qui me fait du bien. »

Nous avons entendu le témoignage de Pierre-Marie Bozec-Claverie, qui a fait partie de l'association Démén'âge. Il nous a expliqué le pourquoi de l'accompagnement au tri et à la mise en carton d'une vie, qui parfois conduit à des résultats surprenants. Comme l'exemple d'une dame : « On a mis deux mois à l'aider à déménager. La veille, elle nous appelle et dit qu'elle ne veut plus déménager. Elle n'a jamais été aussi heureuse chez elle qu'à partir de ce moment-là. Donc on a redéfait tous les cartons. On s'est rendu compte que le choix, il était là aussi. ». L'important est de ne pas subir ses objets tout en se battant pour que les objets qui comptent restent avec soi.

Cette question des traces que l'on accumule au long d'une vie est centrale dans ce qui fait de nous des personnes aux yeux des autres. Une personne a témoigné qu'en maison de retraite l'attitude des soignants changeait parfois lorsqu'ils voyaient des photos de jeunesse de la personne dont ils s'occupaient. Une autre personne a raconté qu'elle avait fait un album photo de sa vie pour chacun de ses petits-enfants afin de partager son histoire avec eux. C'est autant son histoire que celle d'une époque, il y a dans l'album des tickets de rationnement datant de la seconde guerre mondiale.

C'est compliqué de se projeter dans une autre manière d'habiter car l'offre ne nous laisse pas toujours le choix. « J'ai été aux HLM, je leur ai dit je vous rends mon T4 mais je voudrais un T3 parce que je veux recevoir ma famille. Ils m'ont proposé un T2, alors j'ai gardé mon T4. » Ainsi l'environnement peut contraindre fortement les choix de vie. « Notre environnement empêche des choix ». C'est la raison pour laquelle il est important d'amener de la créativité dans l'offre d'habiter. Les acteurs du vieillissement, élus et professionnels pensent que vieillir se résume à deux choix : domicile ou établissement. Les banquiers et les notaires non plus n'ont pas beaucoup d'idées sur les différentes manières de penser son vieillissement. Connaissent-ils les besoins et aspirations des personnes concernées ? Qu'on n'entende plus « vous avez pas le choix », car pouvoir choisir « ce n'est pas que pouvoir d'agir, c'est du vouloir d'agir ».

**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).

Oser vieillir comme on a envie et « pas comme ils nous disent de faire avec leur bien-vieillir ». Par exemple « En ce moment, j'arrête pas de dire je m'en fous » et ça fait du bien d'être le vieux ou la vieille que l'on choisit d'être. « Ce qui est important c'est de se connaître. Ça amène ou apporte une sérénité et une liberté de vivre jusqu'au bout, jusqu'au passage ». Changer d'habitat c'est aussi un changement de vie qui peut faire du bien. « J'avais pas envie de rester dans le jus de ma monoparentalité. Bouger peut être aussi agréable ».

Deux témoignages vidéo ont permis d'approfondir cette question du changement de vie. Maurice, dont la femme, qui a la maladie d'Alzheimer, est en EHPAD, sait qu'il ne veut pas vieillir seul chez lui. Depuis plusieurs mois, il s'intéresse à des projets alternatifs. « Je me suis retrouvé seul, j'ai rencontré le projet « La Maison de la diversité » [Un projet de Maison de retraite pour seniors LGBT], pour la première fois de ma vie, je me suis trouvé en situation de choisir ». Pouvoir choisir, c'est affirmer son identité, pour beaucoup de vieux et vieilles l'offre actuelle sonne comme un risque de « retourner dans le placard ». Suzanne a cofondé la Maison des Babayagas à Montreuil avec ses amies Thérèse et Monique, toutes trois convaincues qu'il leur fallait inventer une alternative à la maison de retraite. Suzanne n'a pu aller jusqu'au bout de cette expérience, elle vit aujourd'hui dans un logement-foyer (plutôt foyer-logement ou résidence services) où elle participe activement à la vie collective. Elle est souvent nostalgique et aimerait comprendre pourquoi cette expérience a échoué et rendu ce choix impossible

Comment passer au concret et agir par nous-mêmes, « comment faire du collectif »? Il faut s'investir sans attendre. « Si je ne change pas les choses maintenant qu'est-ce que j'aurai pour moi quand la question va se poser pour moi ? »



Présentation des thèmes de la journée



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

Pour les participant.e.s, faire ses choix c'est s'interroger sur comment vivre bien, le mieux possible, en vivant vieux. Pour que cela soit possible, il est nécessaire qu'existe une offre diversifiée et innovante de modes d'habiter prenant en compte le vieillissement.

Les participant.e.s soulignent l'importance de :

- **Réinventer les façons d'habiter** : nous demandons aux collectivités locales d'oser soutenir les projets portés par les personnes concernées. Leur rôle est d'accompagner l'audace, pas de décider à la place des concerné.e.s. Parmi les propositions, la diversité est souhaitée : habitat social et habitat privé, propriété et location. Il paraît indispensable que ces nouvelles propositions prévoient une chambre en plus ou un appartement de prêt pour recevoir. Vieillir, ça ne doit pas être couper les liens, chacun chez soi dans son T2. Parmi ces offres, il ne faut pas oublier l'adaptation des logements du parc social pour les personnes qui ne peuvent ou ne veulent pas en partir.
- **Affirmer un droit à l'expérimentation** : les modes d'habitat alternatifs sont en grand partie encore à inventer. Il faut pouvoir entreprendre localement des projets.
- **Identifier des territoires favorables** : les habitats alternatifs innovants s'insèrent sur un territoire, leur viabilité dépend pour partie de l'adaptation au vieillissement de leur environnement et d'un tissu large de formes de solidarités.
- **Apprendre à penser et agir au sein d'un collectif d'habitant.e.s** : « sans s'en rendre compte, on crée parfois des problèmes là où il n'y en a pas ». Il faut que chacun.e accepte l'autre. Ce serait intéressant d'avoir des temps d'écoute et de réflexion entre personnes âgées avant même d'entrer dans un projet d'habitat alternatif. « Il ne doit pas y avoir que les offres de loisirs et de repas pour vieux. Il faut aussi des temps de débat et de créativité ».
- **Avoir accès à des facilitateurs** : faire des choix implique un cheminement personnel (ce que l'on veut soi-même) et collectif (ce que souhaite le groupe d'habitant.e.s). Il est important que ce cheminement soit accompagné par un facilitateur. Son rôle n'est pas « de faire à la place de » mais d'aider chacun.e au sein du groupe à exprimer ses besoins et aspirations et de permettre au groupe de s'entendre sur des principes communs.
- **Valoriser l'expérience** : il est important que chaque projet ne soit pas conçu de manière isolée, de profiter de l'expérience d'autres groupes qui ont pensé cette question du choix, en France ou à l'étranger. Pour cela il faut documenter et évaluer l'impact des projets existants. Faire aussi des portes ouvertes dans les EHPAD et les résidences-autonomie pour rencontrer des vieux et pas juste visiter un logement.
- **Recueillir et valoriser les histoires de vie** : le patrimoine ce n'est pas que des monuments et des grands personnages, c'est aussi l'histoire populaire, les archives intimes qu'il faut préserver. Vieillir c'est avoir eu une vie longue, dont on a envie qu'il reste des traces. C'est d'autant plus important que l'histoire des femmes s'est écrite dans les archives intimes plus que dans les contenus des manuels d'histoire.
- **Réfléchir à l'offre de petits services** : faciliter l'entraide sur des choses du quotidien qui deviennent parfois difficiles avec l'âge comme le petit bricolage. Plus largement, informer sur l'offre de services publics et associatifs et avec de vrais gens « dites pas juste « faut regarder sur Internet » ».
- **Développer les partenariats entre services à domicile et personnes concernées** : penser ensemble les services. Valoriser le travail des professionnels.

Plus encore, elles/ils aimeraient que leurs souhaits soient pris en compte

- « Stop à l'injonction de bien vieillir », « C'est des gens qui imaginent pas vieillir qui ont inventé le bien vieillir »
- « Vieillir comme on veut » et « vieillir comme on est »
- « Être acteur de ses propres décisions »
- « Arrêter d'entendre qu'ils sont toujours soit trop jeunes soit trop vieux pour faire leurs choix »
- « Transformer l'environnement »
- « Réfléchir aux traces de leur vie »
- « Je suis unique. Et vous ? »

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