

Droits des patients. Paroles des usagers.

Paroles sur...

DE QUOI
RÊVE-T-ON
POUR SES
VIEUX JOURS ?



« Peu de gens savent être vieux. »

La Rochefoucauld

Réalisation **Question Santé asbl** - Service Education permanente
Texte Bernadette Taeymans/Question Santé

Graphisme Carine Simon/Question Santé

Remerciements à Gaëlle Gallet, coordinatrice de l'asbl Senoah
Avec le soutien de la DG Culture – Education permanente

du Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Editeur responsable Bernadette Taeymans 72, rue du Viaduc – 1050 Bruxelles

D/2016/3543/14

Cette brochure a été réalisée sur base de deux débats organisés par les asbl Senoah et Question Santé.

Ceux-ci ont eu lieu les 28 mai et 5 juin 2015. Ils réunissaient des professionnels du secteur de la santé et du vieillissement : coordination et soins à domicile, maisons de repos et de soins, alternatives au logement pour les personnes âgées, travailleurs sociaux... Ce sont leurs paroles qui sont reprises tout au long de cette brochure. Merci à tous les participants de ces rencontres.

Nous avons mis en exergue certains éléments que nous estimons importants. Nous souhaitons que la brochure acquiert valeur de témoignage collectif et soit un tremplin pour d'autres échanges.

Aujourd'hui peut-être, ou alors demain...

Un double regard... Voilà, sans doute, ce qui caractérise les paroles, les échanges et les témoignages de ceux et de celles qui ont participé aux débats¹ concernant les lieux et les conditions de vie dont rêvent les personnes pour leurs « vieux jours ». Pourquoi s'agit-il d'un double regard, d'une double approche ? C'est simple.

Tous les intervenants - et toutes les réflexions reprises ici - émanent de professionnels du secteur de la santé et du vieillissement. Ils ou elles travaillent dans des services de coordination et de soins à domicile, ou bien dans des maisons de repos et de soins, ou bien dans des alternatives aux logements des personnes âgées. Dans certains cas aussi, il s'agit d'assistant(e)s sociaux.

Leur double casquette est donc tissée, d'un côté, par leurs expériences de terrain et le vécu qu'elles impliquent et, de l'autre, par leurs propres représentations de ce qu'ils/elles souhaitent ou envisagent pour eux/elles-mêmes. Cette conjugaison nourrit probablement la richesse et l'originalité de leurs propos...

Parfois, en les lisant, le « simple » lecteur se reconnaîtra à 100 %. Parfois, il sera confronté à des systèmes de pensée différents. Parfois, le savoir-faire de ceux et de celles qui s'expriment ouvrira de nouvelles perspectives et de nouvelles pistes. Y compris, peut-être aussi, dans le chef des « décideurs »...

- Je pense qu'il faut un lieu qu'on choisit, qu'on a pu découvrir, et peut-être même tester...
- J'ai 33 ans. Vers la cinquantaine, je m'imagine en habitat groupé. Après ça, je m'imagine dans une « formule groupe » où il y a davantage d'entraide. Mais je me vois bien finir ensuite dans une maison de repos... ou, plus exactement, une de celles que je connais et que j'apprécie !
- Moi je me vois bien changer de lieu de vie et, vers 50-55 ans, déménager pour une maison plus petite, une fois que les enfants ne sont plus là. Puis après, j'imagine aller en maison de repos... mais en chambre individuelle. C'est une nécessité !
- Personnellement, je ne veux jamais aller en maison de repos. Pour moi, c'est une perte de liberté !
- Avec mon mari, on se prépare déjà pour quand on sera moins mobiles. Donc on s'est mis à la recherche d'une maison de plain pied ou d'un appartement spacieux. Et si un jour je me retrouve seule, j'imagine aller en maison de repos.
- Je veux une maison de vie, pas de repos ou de soins !
- Moi je ne me gênerais pas d'être « un poids » pour mes enfants. On entretient ses enfants quand ils sont jeunes, ils peuvent aussi s'occuper de nous quand on vieillit ! Cette vision est sans doute liée à mes origines africaines. Quand je serai plus vieille, j'imagine vivre avec mes enfants et petits-enfants.
- Je voudrais que ce soit chez moi. Ce serait le signe que je garde une certaine autonomie. Et si besoin, il y a plein de services qui peuvent aider.
- L'idéal serait de rester chez moi, mais sans devenir un poids pour ma famille. Si ma santé ne le permet pas, ce sera un autre lieu, mais il faut un lieu qui me respecte et où je pourrai continuer à vivre et à avoir le choix.

*L'âge grandissant entrave-t-il les rêves ?
Est-il (im)possible de concevoir une société 3^e et 4^e âge
entendus dans leurs désirs,
dans leurs choix de vie et de lieux de vie ?*

Un lieu pour vieillir... ou bien des lieux pour des moments de vieillesse

Le plus souvent, lorsqu'on évoque le lieu de vie des personnes âgées, on oppose domicile et maison de repos (ou de soins), comme si seulement deux temps ou deux réalités de vie existaient : la vie active et celle en perte d'autonomie. Cette vision manque de nuances, sans doute en raison de méconnaissances. En tout cas, la plupart des personnes maintiennent une représentation binaire de l'évolution des phases de vie et des lieux de vie...

Les professionnels qui ont pris part aux débats nous rappellent, eux, la diversité des attentes, des besoins des personnes, tout comme des possibilités d'envisager l'avancée en âge.

– On ne devrait pas parler de LA vieillesse mais DES vieillesse. Car il y a des différences : avec ou sans dépendance, démence, etc.

– Mon idéal, je pense qu'il changera en fonction du temps, des âges de la vieillesse. Avec mon compagnon, on a décidé de faire le choix d'un endroit qui va évoluer. On sait qu'on revendra un jour notre maison, pour acheter plutôt un appartement dans un lieu convivial.

– Actuellement, j'ai du mal à imaginer qu'on sera peut-être un jour dépendants. Mais il peut arriver un âge où on n'est plus en sécurité à domicile. Dans ce cas, une institution est mieux. Mais j'espère que, d'ici là, l'institutionnel aura changé et sera moins médical.

– Il ne faut pas se demander dans quel lieu on va vivre. Ce qu'il faut, c'est qu'il y ait une grande multitude de lieux de vie humanisés. Il faut qu'au moment où on a besoin de changer de lieu de vie, on ait le choix et qu'on l'envisage, à ce moment-là, en fonction des conditions. Mais, pour ça, il faut de la diversité, et la valeur de respect ! »

– Il faut rompre avec le sectionnement des choses. Il faut envisager que les mêmes personnes passent par des choses différentes, des projets différents selon les âges de la vie.

– On pourrait imaginer un « lieu tampon » quand on sort de l'hôpital ou quand il y a un besoin en urgence. Un lieu accueillant où on a le temps de trouver une solution qui convient à plus long terme !

*Certains des lieux de vie proposés actuellement sont-ils trop médicalisés ? Manquent-ils d'humanité ?
A-t-on exploré toutes les possibilités qui pourraient s'ajouter aux options actuelles ?*

La famille... et les autres

Selon une étude (relativement ancienne : elle date de 1998), une personne âgée sur deux a une vision neutre de la Maison de repos (MR)... mais espère y aller le plus tardivement possible². En pratique, selon une analyse plus récente (2011), même si une personne sur deux déclare ne pas choisir elle-même sa MR, 85 % des résidents se disent satisfaits de la situation³. Ils se sentent davantage « chez eux » en MR ou MRS (Maison de repos et de soins) quand ils participent à la sélection de l'établissement. De même, avoir au préalable une image positive de l'institution aide à s'y sentir mieux, tout comme lorsqu'on y propose la possibilité de s'impliquer dans des tâches concrètes et utiles.

Parfois, face à certains choix de vie - dont celui d'entrer en institution -, la personne âgée pense davantage à ses proches qu'à elle-même. Face à elle, la famille, pousse souvent à prendre cette décision, jugée « raisonnable ». Mais cela n'empêche pas l'entourage de se sentir souvent désarmé, ou même coupable. Les personnes âgées et leur entourage communiquent-elles assez sur ce sujet ? Quant aux professionnels qui gravitent autour de ce noyau, ils admettent, eux-aussi, leurs propres limites...

– Souvent pour les enfants c'est tabou de parler vieillesse à ses parents. C'est difficile de voir ses parents vieillir, c'est aussi lié à la mort, donc c'est particulièrement difficile.

- En tant qu'intervenant, on entre dans une histoire familiale... et on n'est pas formé à ça !
- Une chose qui me préoccupera, c'est de ne pas devenir une charge pour mon fils, ni humainement, ni financièrement. J'ai envie de rester quelqu'un qu'il a envie de voir, et pas une charge !
- Ce qui est important, c'est d'avoir un réseau. Par exemple, si on a beaucoup de liens (famille, amis, voisinage), quand on sort de l'hôpital on va pouvoir être aidé. Pourtant de plus en plus de gens n'ont pas de réseau et sont seuls...
- Avec l'aide à domicile, on n'aide pas juste une personne âgée, on aide une famille. C'est le cas, aussi, avec les institutions. Donc il faut intégrer la famille dans la démarche.
- Dans une solution à domicile, c'est important d'inclure les aidants proches (famille, enfants, voisins, etc.)
- Il faut une prise de conscience collective de la part de la génération des enfants.

*Comment tisser des liens
entre tous les acteurs
impliqués dans cette problématique ?*

Ouvrez, ouvrez le coffre aux valeurs...

Les intervenants qui ont participé aux débats sont loin d'être dupes. Ils savent que, derrière les choix de lieux de vie, derrière les décisions, qu'elles émanent des personnes concernées ou bien des familles, ce sont des questions de valeurs qui se posent. Les identifier n'est pas si difficile : selon les cas, elles renvoient, en tout ou en partie, aux notions d'autonomie, d'intimité, de respect, de liens affectifs. De la part de ceux qui « décident ». Mais, aussi, dans le chef de ceux ou de celles qui seront appelés à intervenir auprès de la personne, une fois la décision prise. L'idéal (sans doute) ? Atteindre un équilibre entre de mêmes valeurs, portées de chaque côté : celles de la personne âgée, mais aussi de ceux ou celles qui l'entourent...

- Ce qu'il faut avant tout, ce sont des lieux qui respectent les individus.
- Il y a souvent des adultes âgés qui ne décident plus rien. C'est la famille qui détermine pour eux. Pourtant, il faut leur rendre leur droit à choisir, à exprimer besoins et envies. Il faut que la maison de repos agisse aussi en ce sens, afin d'être un lieu de vie qui respecte l'individu.
- Au niveau des valeurs, les personnes âgées devraient agir comme n'importe quel citoyen.
- L'insertion sociale est importante ! Ce n'est pas parce qu'on a plus de 60 ans qu'on ne peut plus fréquenter les mêmes lieux !

*Comment être et rester dans le respect
quand on se trouve, par exemple,
face à des personnes présentant des problèmes cognitifs?*

Je suis, donc je choisis...

Répondre aux besoins et aux attentes des personnes âgées — et pour ce faire, être attentif à leur évolution, aux changements de leurs besoins et de leurs attentes : voilà, probablement, l'une des clés qui mène à une retraite la plus heureuse possible, et sur le long terme. Seulement voilà : fonctionnons-nous, en permanence, en reconnaissant la place de la parole et des envies des aînés ? Cette clé de voûte, cette garantie du maintien de l'humanité de la personne âgée passe, probablement, par des remises en question multiples et permanentes. Cependant, si nous voulons laisser les choix aux personnes du 3^e et 4^e âge, avons-nous d'autres options ?

- Seuls les habitants d'une maison de repos devraient avoir le choix... même si en tant que professionnel, on ne pense pas que ce soit l'idéal. Après en avoir discuté, le choix leur revient. Et il faut que ce choix soit respecté !
- Il y a un problème. C'est qu'aujourd'hui, souvent, on ne choisit plus sa maison de repos.
- Il faut essayer que tous les choix proposés soient adaptés à toutes les envies, tous les besoins.

– Dans la pratique de la gestion des maisons de repos, c'est très compliqué d'être flexible et de répondre à tous les besoins. Par exemple, en ce qui concerne le changement de chambre individuelle à chambre double.

– Au niveau de l'intimité, j'imagine qu'au début, si je suis encore bien, j'aurai envie de mon espace individuel. Mais il faut aussi pouvoir envisager de changer les choses si la solitude et l'isolement commencent à peser. Donc, il faut qu'au sein de la maison de repos ça puisse évoluer. Parfois ce sont les personnes qui demandent à aller en chambre commune pour avoir plus de contacts.

– Ma belle-mère allait souvent voir ses copines en maison de repos. C'est comme ça qu'elle a choisi la maison pour laquelle elle s'est inscrite sur liste d'attente. Et quand une place s'est libérée, celle-là ne lui plaisait pas. Elle a attendu qu'une autre place se libère, une qui lui plaisait...

– Ce qui me marque, c'est la diversité des points de vue, des envies, des besoins. Ce que j'aimerais, c'est que l'offre permette de respecter cette diversité. Il ne faut pas qu'une seule et unique manière de voir les choses...

*Pour répondre aux valeurs de la personne âgée,
qui doit s'adapter ?
Elle... ou ceux qui l'entourent ?*

Victime, figurant ou acteur. Au choix ?

Diverses études se sont intéressées aux désidératas des adultes et des aînés quant à leurs dispositions concernant la vieillesse. Sans surprise, on sait donc qu'une majorité de personnes souhaitent vieillir chez elles, en restant le plus autonomes possible. A défaut, l'entrée en MR(S) est la première alternative citée.

Actuellement, 45 % des 80 ans et plus vivent dans une de ces institutions. L'entrée s'y déroule, en moyenne, à 80 ans. Lorsqu'il existe un soutien informel (famille, voisins, amis, aidants proches non professionnels), ce recours est retardé.

Avant leur entrée en maison de repos, la plupart des personnes vivaient seules. Souvent, l'arrivée en MR ou en MRS suit le décès du conjoint, ou bien résulte des incapacités grandissantes de la personne, et donc de sa dépendance. Ou bien en-

core, de la décision de ne pas épuiser ses proches. Il arrive également que ce choix soit motivé par la volonté d'échapper à l'isolement.

Quoiqu'il en soit, le choix d'une maison de repos plutôt que d'une autre se fait rarement en fonction du projet de vie proposé par l'institution. D'ailleurs, les professionnels intervenus lors des débats en sont bien conscients... Mais leurs propos dépassent ce constat.

Ainsi, ils s'interrogent sur l'attitude globale des personnes âgées dans leur volonté d'être, jusqu'au bout, les acteurs de leur vie...

– Quand on parle du vieillissement, du lieu de vie, de maison de repos, les gens parlent d'exigence d'entraide, de solidarité, de relations humaines. Mais il faut aussi se demander : qu'est-ce qu'on fait pour entretenir les relations ? Même en vieillissant on doit être acteur, ne pas attendre que tout vienne à nous, que tout tombe du ciel. Il faut donc participer, être constructif ! »

– Il y a un côté victimisation. En vieillissant, on se place comme victime. Donc, dans des institutions, il faut aussi arrêter cette tendance. Si on les place comme des acteurs de la maison de repos, alors les personnes âgées peuvent sortir de ce côté « victime ».

– Il ne faut pas non plus infantiliser les personnes âgées.

– Il faut, jusqu'au bout, pouvoir choisir. Même si c'est choisir sa fin de vie, ses derniers mois, ses dernières semaines...

– Quand, en tant que professionnel, on se tourne d'office vers les enfants, on dépossède la personne âgée de son identité, de son projet de vie.

– Une ligne conductrice, c'est de rester acteur de sa vie, garder la possibilité de choix. Mais n'est-ce pas une tendance dans la vie, depuis la jeunesse, d'être acteur ou d'attendre que les choses se fassent ?

*Est-il possible, pour les personnes du 3^e et 4^e âge,
de devenir les acteurs de leur vie
si elles ne l'ont pas été plus tôt ?*

Et est-il possible si facilement de le rester ?

Ici, on vit

Derrière les mots, derrière les maux... Certes louable, l'objectif qui consiste à garder la personne âgée dans le meilleur état physique possible a cependant une limite. En effet, ce but semble virer parfois à l'obsession. A moins qu'il ne dissimule l'absence de tout autre projet et/ou de moyens permettant aux personnes âgées de cultiver, plutôt, leur propre vie ? En tout cas, les professionnels sont loin d'être aveugles face à cette problématique...

- La maison de repos devrait être avant tout un lieu de vie, et non un lieu de soins.

- Je veux une maison de vie, pas de repos ou de soins ! Je rêve d'un lieu communautaire sans soignants. Je trouve que des métiers d'éducateurs sont plus adaptés. Il faudrait un lieu privatif, individuel aussi. L'intimité, ce n'est pas possible dans des chambres communes. Je veux un lieu où je peux choisir de ne rien faire si c'est ça que je veux... ou bien où je peux choisir ce que je veux faire.

On devrait pouvoir repenser la nécessité des soignants dans les maisons de repos. Un éducateur a une toute autre approche. Il est sans doute plus à même de mener à un plus grand respect des individus.

- Il faut travailler le concept de maison de repos pour que ce soit vraiment un lieu de vie. Il faudrait aussi changer le financement des maisons de repos qui ont des subsides en fonction du niveau de dépendance de leurs pensionnaires.

- Plus une maison de repos est médicalisée, plus c'est une approche hygiéniste, et moins les projets de vie sont pris en compte.

- En maison de repos, finalement j'aime bien la notion de « client » plutôt que de patient. Le client a ses besoins, ses envies...

*Est-ce à la personne âgée
de « s'adapter » au projet de la MRS ?*

Ou bien l'inverse ?

La formation des professionnels, voilà LA question...

Imaginer des institutions « différentes » - ou oser les imaginer - passe également par une remise en cause de la formation des soignants. Selon les professionnel(le)s ayant participé aux débats, il y aurait tout à gagner à voir des évolutions émerger sur ce terrain-là.

Ainsi, ces participants ont parlé de sortir d'une « relation de pouvoir » pour aller vers un respect et une collaboration avec les personnes âgées. Mine de rien, dans de nombreuses situations, cela impliquerait un fameux changement de cap...

- La question de la formation du personnel est intéressante. Il est formé au niveau technique, aux tâches médicales, mais pas à l'accueil et l'accompagnement individuel de la personne.

- En tant que professionnel, il faut prendre conscience des réseaux qui existent et les connaître. Et il faut informer sur ce qu'on fait.

- On ne pourra pas être dans une démarche réellement qualitative et donc individuelle. Là, c'est un changement politique qu'il faut !

Comment insuffler de nouvelles priorités dans la formation des professionnel(le)s ?

Pas de risques, un point c'est tout

« L'autre regard » porté par les soignants concerne une problématique souvent délaissée, sinon taboue : celle du risque (éventuel) que l'on est prêt à laisser dans la vie des aînés.

Visiblement, la loi d'airain du sacro-saint « principe de précaution » semble particulièrement peser sur les personnes âgées. A croire qu'il a été inventé pour les empêcher de vivre, ne serait-ce qu'à minima.

Des institutions qui ont peur (pensez donc aux procès ou aux plaintes qui pourraient les attendre !), des familles et un entourage qui, eux-aussi, vivent dans l'obsession du « pourvu qu'il n'arrive rien de grave »... Et voilà ! Au stade suivant, le « pourvu qu'il n'arrive rien » (comprenez : « rien », tout court), menace de s'imposer aux personnes âgées...

Cette préoccupation (souvent exacerbée) d'aller vers une absence de tout risque se dissimule parfois sous le mot « responsabilité ». Visiblement, elle interpelle les professionnels. Peut-être parce qu'ils y voient un frein important aux désirs « raisonnables » de vivre, tout simplement ?

- La valeur du risque est importante. C'est comme si à partir d'un certain âge, on ne peut plus prendre aucun risque : on ne doit plus monter les escaliers, plus aller se promener seul, plus monter sur une échelle... Il faut accepter qu'il y a, dans la vie, une prise de risque.
- C'est souvent une réalité avec les patients atteints d'Alzheimer. Ils veulent sortir, se promener, mais on leur parle de sécurité, du risque de se perdre.
- C'est comme les plaisirs de la vie (petits gâteaux, alcool, etc.) qui ne sont plus bons pour leur santé. Mais ça reste un plaisir !!!
- On peut conseiller, expliquer les risques, les avantages de telle ou telle situation. Mais le choix final revient à la personne âgée.
- Il faut aussi déculpabiliser les enfants sur les risques qu'ils laissent prendre à leur parent âgé quand c'est lui qui choisit !
- Parfois, à force de sécuriser son proche, on ne le respecte plus !
- Il faudrait des campagnes de sensibilisation sur le droit au risque.
- Des jeunes adultes fument en sachant le risque qu'ils prennent. Alors pourquoi une personne âgée n'aurait-elle plus le droit de prendre le risque de monter un escalier ?
- Il faut prendre conscience qu'une maison de repos, c'est un « village ». Il y a donc aussi sa part de risque...
- On est dans une société du risque zéro. Donc c'est toute la société qu'il faudrait sensibiliser.
- Les institutions ont le devoir de mettre les familles devant la réalité du droit au risque.

Qui porte ou soutient le droit des personnes âgées de vivre « comme les autres », c'est-à-dire, parfois, en prenant certains risques ?

Le frein du jeunisme

L'image de la personne âgée véhiculée dans la société représente un facteur qui influe fortement sur les attitudes adoptées face aux aînés.

Généralement, la jeunesse reste associée à l'activisme et au bonheur immédiat. Mais on est loin du compte pour la vieillesse⁴.

Voici une sélection des représentations les plus courantes à l'égard des personnes âgées et de la vieillesse : un fardeau lié à une moindre utilité, des personnes à protéger, des victimes, une accumulation de pertes, un chemin inexorable vers la mort... La vision d'un conflit de génération mène aussi à la perception d'une lutte destinée à se « partager le gâteau ».

Pourtant, les enquêtes sur le bonheur au sein de chaque génération questionnent cette vision pessimiste ou négative. En effet, en Belgique, les 66-77 ans formeraient la tranche d'âge des personnes « les plus heureuses ». Ce sentiment diminue ensuite. Cependant, selon le Pr Marc Elchardus, il reste plus élevé pour les 75-81 ans que pour les 18-25 ans ou pour les 46-55 (une catégorie préoccupée à la fois par ses enfants... et ses parents)⁵.

Délivrés des problématiques qui stressent les plus jeunes, les seniors se tracasseraient moins de ce que l'on pense d'eux et apprendraient à conformer leurs attentes aux possibilités. Bref, ils seraient capables de faire de « petits bonheurs » des sources de grandes satisfactions. De plus, les personnes âgées sont loin de perdre forcément leur rôle social ou de s'exclure d'un processus de solidarité.

Il n'empêche : les propos des professionnels exprimés lors des débats ne nient pas l'impact de l'image de la personne âgée reflétée par la société et les médias...

– Le jeunisme fait qu'on ne tient pas compte des besoins des personnes qui vieillissent.

– Il y a vraiment une question culturelle : pour certains c'est négatif, pour d'autres être vieux c'est valorisant !

– La société considère qu'à 55 ans on est senior. Donc, cette période couvre parfois 50 ans de vie... Mais pendant ces années, il y a des réalités très différentes. Or les offres proposées aux seniors touchent plus les 70-80-85 ans. Avant ça, beaucoup sont encore très autonomes, ont encore des occupations... Ils ne voient pas l'intérêt de rejoindre des associations.

– Les mots ont leur importance dans la représentation des seniors : maintien à domicile, placement en maison de repos, etc. ça ne donne pas l'image d'un senior acteur ! Et ça ne donne pas envie de s'identifier comme une personne vieillissante.

*Pour quelle raison l'épanouissement personnel
aurait-il une limite d'âge ?*

Le début d'une longue route...

A travers les propos des professionnels, au final, ce qui est souligné, c'est une absence de sensibilisation, d'information, et de mobilisation concernant ces problématiques de lieux de fin de vie.

Bien sûr, individuellement, au fur et à mesure que l'âge augmente et, par exemple, lorsque la fin de la vie active se profile, de nombreuses personnes cessent de faire l'autruche. Mais une sensibilisation plus générale ne permettrait-elle pas d'envisager les 3^e et 4^e âges de manière plus précoce, sinon plus « naturelle » ?

De plus, pour penser un problème, et en considérer toutes les perspectives, encore faudrait-il disposer de toutes les informations nécessaires. Actuellement, c'est loin d'être toujours le cas.

Au final, ces manques ne contribuent-ils pas à faire perdurer les situations actuelles, y compris avec leurs déficiences ou leurs défaillances ?

– Je n'ai pas de lieu de vie idéal. Mais je me dis qu'il faut se préparer, être bien informé, savoir ce qui existe... même si on ne sait pas ce qu'on sera en vieillissant.

– L'organisation de conférences, de séminaires de sensibilisation, c'est une piste aussi. Mais, souvent, ça touche un public déjà sensibilisé...

– On ne voit pas de grosses campagnes de sensibilisation ! Ce sont le plus souvent des petites initiatives...

– Les films, c'est un bon moyen de sensibilisation. Ça fait s'interroger, ça remet en question certains préjugés.

– Il faut multiplier les initiatives d'information et de sensibilisation pour toucher un maximum de personnes. Il faut multiplier les canaux...

- Il faudrait communiquer sur le fait que c'est la personne âgée, le « Je », qui décide et qui a le droit de choisir ce qui lui convient.
- C'est quoi la bonne façon d'anticiper ? D'en parler ?
- Penser son lieu de vie quand on est jeune en pensant déjà à l'avenir. Cette info ne devrait pas être diffusée seulement aux 50-60 ans...
- En donnant de l'info aux 50-60 ans pour leurs parents qui vieillissent, en fait, on les sensibilise aussi à leur propre vieillesse, mais de façon moins directe, donc moins frontale.
- En aval, c'est le regard de la société qui doit changer (avec le droit au risque, au respect, l'humanité...). Et il faut comprendre et accepter qu'il y a plusieurs vieillesse, plusieurs étapes... Et aussi, il faut militer pour qu'il existe plusieurs possibilités de lieux de vie !
- Il y a un espèce de modèle culturel. On se projette à travers ce qu'on a connu au niveau familial, au lieu de construire de nouveaux modèles. Mais ça suppose que les modèles culturels changent. Je pense qu'il y a donc un gros travail à faire à ce niveau-là. Il faut une offre culturelle adaptée aux personnes âgées. Une offre qui fasse réfléchir, changer les mentalités.
- Je pense que les communes ont un rôle important à jouer ! La commune connaît les différents acteurs : habitants, associations, institutions, services, etc. Donc elle devrait avoir un rôle de coordination.
- Il faut sensibiliser avant qu'arrivent les difficultés, les gros problèmes de santé. Car à ce moment-là, on n'a plus toujours le choix.

*Comment faire changer les modèles actuels
si aucun discours « public » ne porte
cette problématique parmi toutes les tranches d'âge ?*

Réflexions pour demain

Encore une fois, c'est sans oublier leur double casquette de « professionnels » et d'adultes ou de citoyens comme les autres, qu'il faut sans doute lire les messages qu'ils ont souhaité faire passer aux 50 ans et plus. A nouveau, leurs paroles détonnent et sortent du « consensus mou ». Elles montrent, aussi, qu'il n'est pas forcément nécessaire d'être « vieux » pour être sage. Même, et surtout, si cette sagesse passe par bien des remises en cause...

– J'ai envie de leur dire : faites-moi rêver ! Plutôt que le discours « C'est triste de vieillir ».

– Militez pour la citoyenneté, la liberté, le droit au risque. Défendez-vous ! Ne vous laissez pas faire !

– Vivez consciemment !

– Pensez aux différentes éventualités pour l'avenir.

– Qu'est-ce qui est important pour vous ? Ne pas être un poids pour votre famille ? Rester actif ? Etc.

– Il faut une démarche de réflexion et d'information pour qu'au moment venu, on puisse poser un choix réfléchi et volontaire.

– Il ne faut pas que le cheminement soit seulement une démarche individuelle... mais aussi une démarche collective. L'aspect collectif donne de la force, du pouvoir aux gens.

– Parlez-en en famille !

– Vieillir ? Pour ETRE quoi ? Pour devenir QUI ? Pour continuer à être QUI ? Et non pas : vieillir pour quoi faire ? Car on a aussi le droit de ne rien faire !!

*« C'est un malheur qu'il y a trop peu d'intervalles
entre le temps où l'on est trop jeune,
et le temps où l'on est trop vieux. »*

Montesquieu

1. Organisés par les asbl Senoah et Question Santé, deux débats ont eu lieu les 6 et 15 octobre 2015, avec des professionnels du secteur de la santé et du vieillissement.
2. Casman M.-T., Lenoir V., Legros Bawin B., Vieillir en MR : quiétude ou inquiétude ?, ALMA, mars 1998.
3. Wallonie Santé N°1, Le ressenti des personnes âgées à leur entrée en MR ou MRS : facteurs favorisant l'adaptation et leviers pour l'améliorer, Wallonie, 2011.
4. Jaumotte Anne. Analyse 2013/10. Lieux de vies des aînés, Enéo Mouvement social des aînés, juin 2013.
5. Fondation Roi Baudouin. Zoom +50 ans et plus : Penser plus tôt à plus tard. 2014.

Autour de la thématique de la vieillesse, d'autres brochures sont disponibles sur le site www.questionsante.org ou peuvent être demandées via education.permanente@questionsante.be

Parmi elles :

- Paroles sur... Home suite home (2015)
- La retraite, vous la prendrez avec ou sans préparation ? (2015)
- Aidants proches, indispensables mais invisibles (2015)

Quand des professionnels du secteur de la santé et du vieillissement se rencontrent, si on leur demande de réfléchir, ensemble, aux lieux où passer la fin de ses jours... que racontent-ils? Des histoires de professionnels? Pas du tout! Ou du moins, pas seulement. Non.

Avant tout, ils parlent d'hommes, de femmes, certes âgés, et de ceux qui les entourent. Ils parlent de la nécessité de proposer des choix aux personnes vieillissantes. Des options qui correspondent à leurs différentes évolutions, aux différentes phases de leur vieillesse et puis, aussi, à leurs valeurs...

Ils parlent de la prise de risque, que l'on refuse souvent aux personnes âgées. Ils parlent de la formation, encore à repenser, pour les professionnels qui entourent les aînés.

Ils parlent de la nécessité - qui ne s'arrête pas à 65 ans ou plus - de rester un acteur de sa vie. Jusqu'au bout, et autant qu'on le peut...

Le tout donne une brochure pour penser autrement - et sous un autre jour - aux jours à venir...

Cette brochure s'adresse à tous les publics.
Elle est téléchargeable sur le site www.questionsante.be

Edition 2016