

# La chanson (triste?) des vieux amants

*Tu vas avoir quatre-vingt-deux ans. Tu as rapetissé de six centimètres, tu ne pèses que quarante-cinq kilos et tu es toujours belle, gracieuse et désirable. Cela fait cinquante-huit ans que nous vivons ensemble et je t'aime plus que jamais. Je porte de nouveau au creux de ma poitrine un vide dévorant que seule comble la chaleur de ton corps contre le mien.*

André Gorz. Lettre à D. Histoire d'un amour<sup>1</sup>

*Dieu t'a donné un corps pour t'en réjouir jusqu'aux extrêmes limites de l'âge : c'est aller contre la nature que de te priver de moi, et de me priver de toi.*

Marcel Jouhandeau

**Réalisation** Service Education permanente - Question Santé asbl

**Texte** Pascale Gruber / Question Santé

**Graphisme** Carine Simon / Question Santé

**Avec le soutien de** la Fédération Wallonie-Bruxelles

**Remerciements** Merci à Marie-Pierre Delcour (Infor Homes Bruxelles), y compris pour la citation (ci-dessus) du texte d'André Gorz, à Nathalie Dehard (Le Bien vieillir), à Charles et à Cathy. Merci aussi à ceux et à celles qui ont partagé leurs souvenirs et leurs émotions autour de ce sujet.

**Editeur responsable** Bernadette Taeymans 72, rue du Viaduc - 1050 Bruxelles  
D/2019/3543/2



## Petits détours

par les raisons pour (surtout)

### NE PAS ÉCRIRE CETTE BROCHURE

Franchement, ce n'est pas sérieux. Oui, écrire sur la sexualité du 4<sup>e</sup> âge, c'est vraiment n'importe quoi. Pas opportun. Provocateur. Sur-vendeur (euh, cette brochure est gratuite, mais faisons comme si...). Sensationnaliste. Choquant. Déplacé. Voyeuriste. Inutile. Scandaleux. Vulgaire.

N'en jetez plus, la cour est pleine. D'autant qu'à bien y regarder, aucun de ces arguments n'est pas forcément inexact, pour autant que l'on se place du point de vue de celui qui l'émet.

**Donc oui, c'est vrai : parler de la sexualité des personnes du 4<sup>e</sup> âge peut être considéré comme un « non sujet »,** ne serait-ce que parce qu'il s'agit d'un thème relativement marginal (et/ou, pourrait-on objecter, qui ne nous regarde pas davantage que la sexualité de notre voisin...). Reconnaissons-le également, ce thème est loin de concerner toutes les personnes de cet âge-là, pour lesquelles l'idée d'entretenir des relations sexuelles est une préoccupation inexistante ou complètement hors jeu.



**Donc oui, c'est vrai : parler de la sexualité des personnes du 4<sup>e</sup> âge est loin d'être prioritaire quand on liste la série d'autres problèmes** qui concernent souvent ces personnes, coincées entre pathologies diverses, déficiences physiques, mentales, dépendance, solitude, problèmes financiers et difficultés à aménager leur fin de vie de manière la plus agréable possible.

**Donc oui, c'est vrai : parler de la sexualité des personnes du 4<sup>e</sup> âge est généralement loin de figurer au hit parade des soucis de tous ceux, famille, proches ou professionnels,** qui entourent les dernières années de vie. D'autant que, merci Dr Freud, on sait depuis longtemps que l'idée d'imaginer la sexualité de ses parents est loin d'être « du coton » (entre « cochon » et « coton », combien de lettres de différence ?).

**Donc oui, c'est vrai : nous vivons dans une société « ouverte », tolérante. D'ailleurs, dans les maisons de repos, il arrive que l'on célèbre fiançailles ou mariages, preuve (?)** que ce sujet est considéré à son égale justesse. De plus, légalement, l'arrêté qui encadre et prévoit les dispositions générales des établissements et services destinés aux personnes âgées stipule en toutes lettres que **« Le résident a droit au respect de sa vie privée, affective et sexuelle,** notamment par l'obligation faite aux visiteurs et aux membres du personnel de l'avertir avant de pénétrer dans sa chambre » (*article 8, alinéa 5*). En 2018, RTL a même proposé une émission de télé-réalité dans laquelle des hommes et des femmes ayant dépassé la soixantaine (et parfois bien plus) étaient réunis dans l'espoir de trouver l'âme sœur et l'amour. Signe que l'on n'est pas bégueule, on y proposait aux couples en formation de rester une nuit, seuls, dans un chalet isolé...

Alors, pourquoi s'intéresser à ce sujet ? Pourquoi ne pas suivre les avis clamant en chœur : « Surtout, n'en parlons pas » ?

Parce qu'il y a, aussi, bien des raisons d'en parler.

Voilà pourquoi nous allons le faire ici, avec un petit détour spécifique par les Maisons de Repos et de Soins (MRS)...

Une dernière petite précision : quand nous utilisons l'expression « sexualité du 4<sup>e</sup> âge », cela inclut, bien sûr, la tendresse et l'amour. **Le désir de briser la solitude, d'être vu, reconnu, apprécié, choisi, de plaire, de séduire, de se sentir vivant dans le regard de l'autre et de réaliser que son cœur bat plus vite ou plus fort pour quelqu'un d'autre... tout cela aurait-il une limite d'âge (et dans ce cas, laquelle) ?**

Deux personnes très âgées qui se tiennent par la main, qui tombent amoureux, qui s'aiment, c'est beau, n'est-ce pas ?

Mais la sexualité est aussi érotique, charnelle. De plus, elle n'implique pas forcément qu'il y ait de l'amour. Mais, simplement, entre personnes consentantes, le désir de (se) donner du plaisir. Tiens tiens, on dirait que tout à coup, les choses deviennent un peu plus complexes...

Est-il plausible d'imaginer que, parce que l'âge (y compris le grand âge) est arrivé, tout ce qui relève de la sexualité disparaîtrait comme par magie et chez tout le monde ?

... Le désir de briser la solitude, d'être vu, reconnu, apprécié, choisi, de plaire, de séduire, de se sentir vivant dans le regard de l'autre et de réaliser que son cœur bat plus vite ou plus fort pour quelqu'un d'autre...

## Papy, mamy et LES JOIES du SEXE

« Contrairement aux idées reçues, on ne devient pas 'sage' en vieillissant. Nous restons des fées de la nuit ou des danseurs de tango argentin. »

*Dr Philippe Corten, psychiatre et professeur à l'ULB<sup>2</sup>*

« Ma mère est décédée il y a quelques années. Moins d'un an plus tard, mon père, qui était loin d'être un jeune homme, a retrouvé une nouvelle compagne et s'est installé avec elle. Pour moi, la pilule a été difficile à avaler. Mais j'ai eu la chance de pouvoir en discuter avec une amie psychologue qui connaît ma famille. 'On ne se remet pas en couple, ou en tout cas pas si vite, si on a été malheureux à deux : ta mère avait rendu ton père heureux. Il a eu besoin de retrouver ce bonheur', m'a-t-elle assuré. J'ai mieux compris et j'ai accepté. »

*Laure*



La sexualité des personnes âgées et, plus encore, celle des très âgées, est un sujet largement occulté. Caché, dans notre société comme dans bien d'autres. Tabou. D'ailleurs, il fait l'objet de très peu d'études scientifiques. L'une d'entre elles<sup>3</sup> estime cependant que 26% des 75 à 85 ans auraient eu au moins un rapport sexuel au cours de l'année écoulée. Le Dr Véronique Lefebvre des Noettes évoque également<sup>4</sup> une autre étude selon laquelle 71% des personnes de 80 à 102 ans admettent un intérêt pour la sexualité (à savoir des caresses sans pénétration, la masturbation ou des rapports avec pénétration).

Aucun spécialiste n'a jamais prétendu que les bienfaits apportés par l'intimité et les relations physiques s'arrêtaient avec l'âge. Bien au contraire... Ainsi, rappelle Nathalie Dehard<sup>5</sup>, infirmière sociale, sexologue et formatrice à l'Asbl Le Bien Vieillir, « l'expression de la sexualité des seniors hébergés au sein de nos institutions permet de favoriser leur bien-être physique, émotionnel, mental et social. »

Pourtant, l'idée que papa ou maman « couche », et pas forcément avec son conjoint, et alors même qu'est venu l'âge d'être papy ou mamy, reste souvent un brin difficile à avaler pour les « enfants ». Papa Freud avait plein de théories là-dessus, mais inutile de les déballer : à chacun de se demander ce qu'évoquent de telles pensées... Sans parler de ceux et de celles qui craignent de voir de vieux parents, veufs, veuves, ou divorcés(es) convoler avec « un/une étranger (ère) », au risque de se prendre aussi au jeu de dépenser ou de partager l'héritage...

La sexualité  
des personnes  
âgées...?

TABOU !

Il y a d'ailleurs  
peu d'études  
scientifiques  
sur le sujet !

Enfin, comme pour confirmer que ce sujet est loin d'être transparent, il y a ce refus qui nous a été opposé au sein de maisons de retraite pourtant recommandées car considérées comme de qualité, humaines et attentives aux besoins de leurs résidents.

Non, on ne voulait pas nous y parler de la sexualité des résidents. Non, inutile d'insister : circulez, il n'y a rien à voir, rien à dire.

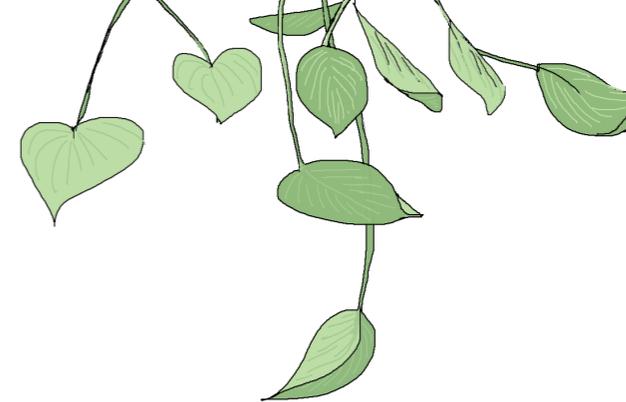
Pourtant, dans une des maisons contactées, la directrice avait admis dans un grand éclat de rire que « la question se pose dans tous les établissements destinés aux personnes âgées. Mais c'est un grand tabou ». Sa hiérarchie a refusé qu'elle s'explique davantage... Vous souvenez-vous de France Gall qui chantait ces « silences qui disent beaucoup... » ?

Qu'évoque en chacun de nous  
l'idée que les aînés puissent vivre une sexualité ?  
Cela nous gêne-t-il et, dans ce cas, pour quelles raisons ?

Un papy, une mamy

est-ce que ça a...

UN SEXE ?



« Pourquoi faire de la sexualité entre personnes du 4<sup>e</sup> âge un sujet particulier ? La question ne devrait pas se poser : il s'agit d'une relation entre deux personnes et c'est tout, quel que soit leur âge ».

*Marie-Pierre Delcour, directrice de l'Asbl Infor-Homes Bruxelles.*

« Ce qui dérange dans la sexualité de la personne âgée, c'est qu'elle **manifeste, à travers son désir érotique, sa volonté de se tourner vers la vie** et non pas vers la mort, ainsi que son âge devrait l'imposer. Un vrai manque de savoir-vivre ! »

*Chloé Vallée, anthropologue<sup>6</sup>*

La sexualité est  
une question  
de relation entre  
deux personnes  
et c'est tout,  
quel que soit  
leur âge...

A la rigueur, tant que les personnes âgées restent actives et autonomes, leur sexualité peut sembler acceptable ou admise (surtout si elle ne s'affiche pas explicitement?). Mais dès que les situations de dépendance s'installent, généralement, les avis se font plus sévères. Toutes velléités de vie sexuelle ou de plaisirs charnels paraissent alors pour le moins « inappropriés ». Souvent, les regards lancés sur les femmes qui, bien que très âgées, semblent vouloir séduire (« aguicher », diront certains), se font particulièrement durs ou cruels...

Cette attitude ne proviendrait-elle pas du fait que nous entretenons l'idée d'une vieillesse construite en opposition à la jeunesse? Dès lors, ce qui est valorisé pour les uns ne pourrait l'être pour les autres. Le sexe ne serait imaginé ou admis qu'entre jeunes (aux corps de rêve, dignes de fantasmes...) ou entre adultes encore actifs ou en âge de procréer. A contrario, dès que les corps ont vieilli, se sont flétris, les voilà jugés peu attractifs ou peu attirants. Un peu comme si un panneau « par ici la sortie de la vie sexuelle » accompagnait le code en vigueur de l'avancée en âge.

« La vieillesse et la sexualité sont deux notions ambivalentes, qui fascinent autant qu'elles dégoûtent », ajoute l'anthropologue Chloé Vallée.

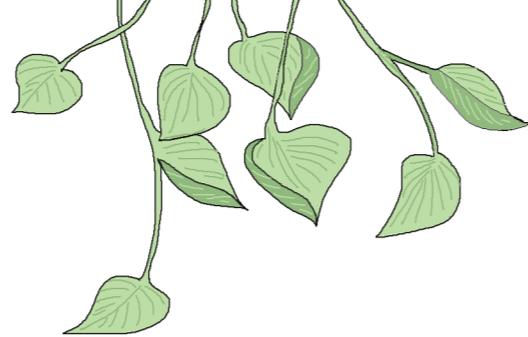
L'image de la vieillesse est liée à celle de toutes les pertes, de tous les déficits, de la régression, du déclin définitif. Au-delà d'un certain âge, la sexualité est donc censée passer à la trappe, une fois pour toutes, comme si elle allait à l'encontre d'une vieillesse « sage et respectable », bien éloignée des désirs et des faiblesses de la chair. Les personnes (très) âgées, on les voit et on les voudrait... asexuées.

Et si elles ne le sont pas? Ce n'est pas normal! Ou cela relève de la déviance, jugeons-nous...



# Pas de boogie woogie

## POUR MAMY ET PAPY



Charles vit dans une résidence pour seniors. Il a rencontré Cathy il y a quelques mois (lire l'intégralité de l'interview de Charles sur [questionsante.org](http://questionsante.org))<sup>7</sup>.

- Charles, qu'est-ce qui est important pour vous avec votre fiancée ? Parler ? Vous tenir par la main ?

- Se tenir par la main ?? Pfff, on n'a plus 15 ans ! C'est pour le jardin d'enfants ça... quoi qu'ici, on dirait parfois un jardin d'enfants ! Ça ne m'intéresse pas ! Le plus important c'est parler, sortir de la solitude ! La camaraderie, ça c'est l'essentiel ! Il a dit à Cathy :

- On ne va pas se marier, hein, prendre une chambre et faire des enfants [...] Non le dialogue, c'est le plus important. Mais il y a de la jalousie, de la médisance, il est difficile d'échanger parfois. Ici 85% des gens oublient qu'ils ont eu une jeunesse, on ne peut pas parler de grand-chose, on ne sait pas ce que les gens ont dans la tête.

« Papy (Mamy), tu as besoin de quelque chose ? ». Il y a fort à parier qu'il /elle ne dira pas qu'il/elle aimerait tant trouver une nouvelle compagne/nouveau compagnon mais aussi, peut-être, une maîtresse ou un amant, pour se réchauffer ensemble...

Chez les aînés, la douleur et la (les) maladie(s) contribuent évidemment au renoncement à la vie sexuelle. Mais ce n'est pas tout. **Les personnes âgées ou très âgées adoptent les normes dominantes de notre société. Cela inclut les diktats qui conduisent à percevoir les relations sexuelles des « vieux » comme autant de déviation à la morale, d'actes malsains ou pervers. « L'âgisme, profondément ancré dans nos sociétés, a été intégré par un grand nombre de personnes âgées », tranche Chloé Vallée.**

Alors, afin de ne pas passer pour des « obsédés/ées », des « vieux maquereaux/vieilles maquereles », des « vieux cochons », des « vieux vicieux », des « vieillards libidineux » et autres termes si chaleureux qu'on leur attribue parfois bien rapidement, certaines personnes très âgées autocensurent leurs désirs et leurs fantasmes. **Elles se résignent, devant l'appel et laissent s'éteindre en elles la flamme, plutôt que de vivre sous le sceau de la honte et du pêché.** C'est l'adieu à toute rencontre du quatrième type...

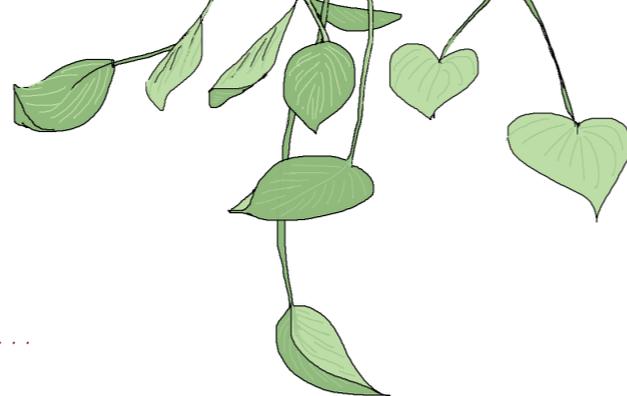
**La sexualité est une pulsion de vie. Mais à tout âge, il n'est pas facile d'accepter d'être vu comme anormal ou déviant..**

Un autre frein s'ajoute à ceux qui viennent d'être décrits : l'absence de partenaire. Cet élément déterminant explique aussi pour quelles raisons la sexualité des personnes âgées se raréfie. Et ce point touche particulièrement les femmes devenues veuves...

Au-delà d'une certaine limite, la libido, le désir, l'envie de plaire, le besoin de toucher l'autre et de le découvrir seraient-ils inconvenants, déplacés, incompréhensibles, impensables, condamnables ?

Laissez-les  
laissez-les

Laissez-les s'aimer...



Propos entendus par Thierry dans la Maison de Repos et de Soins où vit sa belle-mère : cet échange s'est déroulé entre deux résidents, à l'heure du goûter, à la table derrière la sienne.

- *Dis, tu veux flirter avec moi ?*
- *Oui, je veux bien. Mais... c'est quoi flirter ?*
- *C'est facile. Je mets ma zigounette dans ta zigounette et voilà.*
- *Alors non.*

« Franchement, ce n'est plus de leur âge ! » Ah bon ? En sommes-nous si certains ?

Une étude américaine<sup>8</sup> a montré que 8% des résidents des MRS étaient encore actifs sexuellement. Mais 15% auraient aimé l'être s'il avait pu trouver un/une partenaire. Une précision : parmi les 8% d'actifs, 2,9% avaient des comportements inappropriés, incluant des pertes de pudeur, des masturbations en public, des demandes insistantes et pas auprès des « bonnes » personnes.

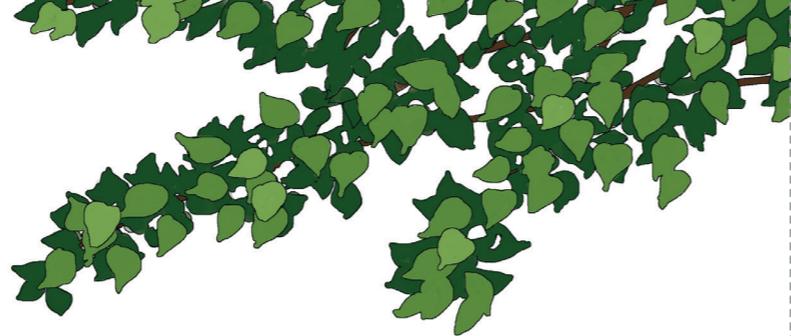
Oui, malgré tous les obstacles, un certain nombre de personnes très âgées vivant en institution continuent à être attirées par « la chose ». Ou aimeraient avoir une vie sexuelle. Ou se masturbent. Certes, certaines limitations physiques les éloignent parfois d'une sexualité active (ou très active), surtout si cette dernière n'est considérée qu'en terme de pénétration. Mais les baisers, les caresses (manuelles ou buccales) ou certaines pratiques sexuelles sont-elles exclues du chapitre de leur intimité sexuelle ? Pour entrer dans le club de ceux à qui on attribue une vie sexuelle faut-il faire l'amour « comme à 20 ans » ?

**De leur côté, les médecins** sont – aussi – des fils et des filles comme les autres, et donc pas forcément toujours à l'aise avec l'idée que les « parents » puissent avoir des relations sexuelles. Bref, tous **ne sont pas à l'écoute des demandes de soutien à une vie affective et sexuelle que pourraient exprimer leurs patients/patientes les plus hardi(e)s**. En revanche, certains docteurs sont attentifs aux plaintes du personnel de MRS excédé par la vision de comportements ou de gestes sexuels (y compris à leur égard). Il arrive donc que des médicaments soient prescrits pour « calmer » le vieux, euh pardon, le jeu.

Pouvons-nous imaginer  
qu'il y a bien des façons de vivre sa sexualité  
et que cela perdure à un âge avancé ?

Pour entrer  
dans le club  
de ceux à qui  
on attribue  
une vie sexuelle,  
faut-il faire  
l'amour "comme  
à 20 ans" ?

Et la...  
Tendresse,  
BORDEL ?



Voici la suite du récit de Charles, qui a récemment rencontré Cathy :

- On n'aurait aucune intimité ici, le personnel frappe à la porte et boum, il rentre comme dans le métro. C'est vrai que certaines personnes sont sourdes ou handicapées ici, mais c'est pas une raison, on a besoin d'intimité quand même, comme tout le monde.

Il donne un petit coup d'épaule à Cathy.

- Hein, on pourrait mettre une pancarte comme dans les hôtels :  
"Don't disturb", qu'est-ce que tu en penses ?



Mais que se passe-t-il dans les coulisses des MRS ?

- « Voici une histoire somme toute banale, celle d'un couple qui entre en maison de repos. Cette histoire est fictive mais inspirée de mon expérience de terrain. Monsieur et Madame Dupont vont bientôt fêter leurs 60 ans de mariage. Ils s'aiment comme au premier jour, me disent-ils. (...) Lors de leur inscription, ils demandent à ne pas être séparés. Ils ont vécu tant d'années ensemble que la simple idée d'être dans des chambres séparées n'est pas concevable. (...) A leur arrivée, Monsieur et Madame s'aperçoivent que leur chambre est aménagée avec deux lits individuels (médicalisés) et non avec un lit double comme chez eux. En en discutant avec le personnel, ils apprennent que c'est ainsi, ainsi pour tout le monde, que pour les soins c'est plus facile. (...)

Lors de cette première nuit, ni Monsieur ni Madame n'a bien dormi. C'était comme un vide à côté d'eux, froid, racontent-ils. 'Je sais que Colette a besoin de moi pour s'endormir, on se fait des petites caresses et elle se sent apaisée'. (...) Elle confie qu'elle a la sensation d'avoir 10 ans. 'On s'est marié, j'avais 19 ans, et depuis, je n'ai jamais dormi que dans un grand lit à côté d'Antoine.'

La nuit suivante, Madame décide qu'ils dormiront ensemble. Colette rejoindra son époux. (...) Caroline, la soignante de nuit, ouvre doucement la porte et stupeur ! Personne dans le lit de Madame. Il lui faut quelques secondes afin de remarquer qu'ils sont tous les deux dans le lit de Monsieur. 'Mais vous êtes fous ! Vous pourriez tomber et vous casser quelque chose. Ce n'est plus de votre âge les galipettes...' Madame se sent gênée, honteuse, sale. Monsieur a bien compris que sentir le corps chaud de sa femme contre le sien, goûter à la douceur de sa peau (...), ressentir ce désir toujours bien présent, c'était terminé.

Les nuits suivantes, la surveillance est intensifiée par certains (on n'est jamais trop prudents) et réduite à néant par d'autres (de peur de tomber sur le couple faisant 'des cochonneries').

Le temps passe, Madame mange de moins en moins (...) Elle se referme sur elle-même. Elle décède quelques mois plus tard. (...)

Il a fallu du temps pour qu'Antoine se remette du décès de son épouse (...). Jusqu'au jour où... le personnel s'aperçoit qu'Antoine est souvent vu en compagnie de Madame R. Chacun y va de son petit commentaire : 'C'est mignon'; 'C'est honteux, sa femme n'est pas morte depuis si longtemps', 'C'est un vieux cochon'.

Il se rend compte qu'il est observé, jaugé, jugé. Il le sait, il en a fait l'expérience avec sa femme, une relation amoureuse n'est pas permise. C'est ainsi qu'à chaque fois qu'il est en compagnie de Madame R et qu'il croise un membre du personnel, comme pour se justifier, pour s'excuser, il dit : 'C'est en toute amitié, vous savez...'» Nathalie Debard<sup>9</sup>.

– « Les couples qui fréquentent une MRS ont une vie commune de 50, 60, 65 ans et même plus (...). Le nouveau résident se retrouve du jour au lendemain dans un 'petit lit', sans personne à côté de lui. Et l'on s'étonne que certaines personnes se lèvent la nuit pour s'installer auprès d'un autre résident et retrouver ce contact ? (...) » (Bénédicte Vandenhove, coordinatrice du service paramédical à la MRS Nazareth)<sup>10</sup>.

– Madame X se fait insulter par d'autres dames de la résidence. On parle d'elle, et pas en bien. On ne veut plus être assis à ses côtés : dans un couloir, Madame X a été vue faisant une fellation à Monsieur Y.

– Une aide-soignante a surpris une résidente pendant la nuit alors qu'elle se masturbait avec un objet « détourné ».

– Un résident fait des avances à une infirmière. Un autre ne perd jamais l'occasion de mettre sa ou ses mains où il ne devrait pas lorsqu'un membre du personnel s'approche de lui.

– Lors de la toilette d'un résident, la pulsion que cela déclenche en lui est clairement visible pour l'aide-soignante.

– Dans la résidence, Madame A et Madame B, veuves toutes deux sexagénaires, entament une relation homosexuelle.

– Monsieur V rejoint dès qu'il le peut le lit de Mme B. Tous les deux sont un peu désorientés, mais ils semblent avoir le même désir de ne pas se contenter de jouer aux cartes. Or, le mari de madame vient lui rendre une visite quotidienne...

« Il y a autant d'histoires qu'il y a de personnes. Il y a autant d'influences que d'interactions, d'échanges, de rencontres. Il y a autant de pratiques qu'il y a de soignants, d'institutions. La vie sexuelle et affective des seniors en maison de repos et de soins relève d'une réalité complexe et multidimensionnelle », assure Nathalie Debard.

Il y a autant  
d'histoires  
qu'il y a  
de personnes

Pas  
de ça  
CHEZ NOUS !

Comment réagir aux manifestations de désir sexuel  
que l'on peut voir chez les personnes très âgées ?



« Je n'ai jamais recueilli de plaintes relatives à une question d'ordre sexuelle, y compris via le service Ecoute Seniors qui permet d'aborder la maltraitance. En revanche, j'ai déjà rencontré des familles tracassées parce que dans la résidence, quelqu'un tourne de très près autour de leur parent. Elles ont le souci de protéger la personne âgée. Par exemple, certaines se demandent, et c'est légitime, si leur mère est bien consentante. »

*Marie-Pierre Delcour, directrice d'Infor-Homes Bruxelles*

« L'opinion généralement répandue selon laquelle les préoccupations sexuelles des personnes âgées seraient anormales voire perverses est encore plus stigmatisante pour les personnes vivant en institution, surtout si elles sont atteintes de démence. »

*Pr Pierre Tap, psychologue*

« Si je laisse faire, on va dire que mon établissement est un bordel ». Crûment résumé, voilà la préoccupation qui taraude certains directeurs de MRS ou leurs chefs de personnel. En pratique, de nombreux freins contribuent à nier les manifestations de désirs ou de pratiques sexuelles des résidents, à les critiquer, à les moquer ou à les réprimer.

En fait, les locaux d'une MRS sont généralement peu propices à l'intimité et à la confidentialité. **Même dans les institutions les plus récentes, l'architecture n'a pas été réfléchi en tenant compte de la vie affective et sexuelle des occupants : tout doit être visible, et de partout.** Les établissements ne comptent ni lieux discrets ni même, souvent, de chambres avec des doubles lits, et pas davantage de pièces où l'on peut s'enfermer. « A l'échelle d'une MRS, les couloirs sont comme les rues d'une ville », remarque Nathalie Dehard. Parfois, on y croise des couples qui s'embrassent. Sauf que dans la rue, voilà longtemps que cela ne fait plus scandale...

De plus, « souvent le personnel n'a pas lu le projet institutionnel : il ne sait pas qu'on y parle de sexualité, et pas pour la réprimer », poursuit la sexologue. Alors, on laisse faire – ou plutôt, souvent, on ne laisse pas faire – en fonction de sa propre vision, de ses propres représentations, de ses préjugés, de ses blessures, de ses croyances, de ses souhaits (y compris concernant ses propres parents). **Et on impose tout cela aux résidents. De l'abus de pouvoir ? Oui, on peut le dire,** admet Nathalie Dehard.

Les établis-  
sements  
ne comptent  
ni lieux discrets  
ni même,  
souvent, de  
chambres avec  
des doubles lits...

Lors de ses formations, elle invite le personnel à se poser la question de sa propre sexualité...

« Souvent, je suis appelée pour donner une formation dans une MRS parce qu'un problème s'y est posé. C'est le cas, par exemple, lorsqu'une équipe se divise autour de la situation d'un monsieur qui s'est remis en couple très vite après un veuvage », constate la sexologue. **Fréquemment, avant son arrivée, aucun espace de parole, de discussion, de remise en cause et, bien évidemment, de projet commun, n'a été établi. Elle espère qu'il le sera après son passage...**

En tout cas, lors de ses formations, en premier lieu, elle invite le personnel à se poser la question de sa propre sexualité afin de réfléchir, ensuite, à celle de l'autre, de manière éthique, sans juger et sans y projeter son propre vécu. Comme le confirme Marie-Pierre Delcour, **« Lorsque le consentement à avoir des relations sexuelles ne fait aucun doute, cette question de la vie affective et sexuelle au sein d'une MRS doit avoir été réfléchi au préalable par le personnel. On ne peut se contenter des réactions personnelles liées à son propre vécu de la sexualité ».**

Cette nécessité d'avancer autour d'un projet et d'une vision commune ne suffit pourtant pas à régler tous les questionnements. **« Dans les MRS, une des grandes difficultés tient au fait de la fragilité extrême d'une majorité des résidents, rappelle Marie-Pierre Delcour. Comment peut-on être sûrs à 100% de leur consentement à des relations sexuelles ? Cette question est d'importance car en cas de doute, le personnel se doit d'être protecteur et assurer la sécurité du résident. »** Avant toute décision, Nathalie Dehard suggère toutefois de prendre le temps de bien observer les personnes, de voir si elles ont l'air heureuses ou perturbées...



En fait, c'est un peu comme si la vie des personnes âgées ne pouvait comporter aucun risque.

Et le problème de la sécurité ? Vous y pensez, à la sécurité ? S'il arrive quelque chose (par exemple, en cas de chute d'un lit), que diront les familles ? (retenez cet argument, il ressort souvent...). En fait, c'est un peu comme si la vie des personnes âgées ne pouvait comporter aucun risque. **« La balance est à faire entre 'une stricte sécurité' – pourtant parfois pire que mieux – et la liberté ou le bonheur auxquels aspirent les résidents,** poursuit Nathalie Dehard. Où placer le curseur ? Selon l'établissement, le personnel, la famille, le résident aussi – car il est le premier qui devrait faire entendre son avis –, il va varier, en fonction des valeurs, des priorités, des peurs... »

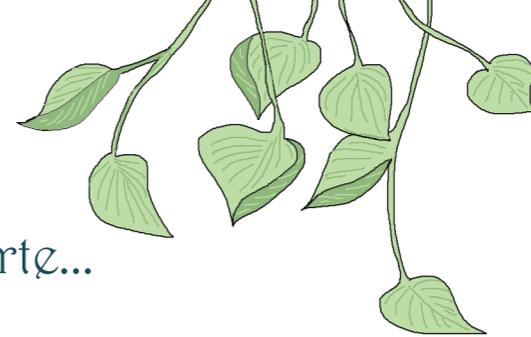
Souvent aussi, la sexualité des aînés pose question parce qu'elle concerne un homme (ou une femme) qui papillonne, allant d'un nouveau partenaire à un autre. Croyez-en les spécialistes : ces situations seraient plus fréquentes que la formation de couples stables. Par ailleurs, pour le personnel, il n'est pas toujours aisé d'accepter l'une des conséquences de la vie affective et sexuelle : elle peut faire souffrir, par exemple en cas de « rupture ». C'est la vie, direz-vous ? Sans doute. Mais la tentation est grande de surprotéger les aînés, plutôt que de se montrer prêt à accompagner les cœurs brisés. **Et puis (air connu), que vont dire les familles (puisqu'il semble entendu – à raison ? – qu'il faudrait tout leur dire, y compris sans l'accord du résident ?) Eh bien elles ne disent rien, parfois. Plus fort encore : il arrive qu'elles soient rassurées de voir que tous les besoins de leur proche sont pris en compte...**

Où commence la bienveillance ?

Où s'arrête la maltraitance à l'égard des personnes âgées ?

Il faut  
qu'une porte soit ouverte...

OU FERMÉE



« En MRS, la sexualité est la partie immergée d'un iceberg : le résident est-il là pour vivre malheureux ? »

*Nathalie Dehard*

« Le sexe est le plus illogique des besoins. »

*Björk*

« Faire l'amour ? Quelle expression singulière ! Il ne se fait pas, il se vit. Le reste n'est que supposition. »

*Pierre Josset*

Il s'agit simplement d'accompagner la personne dans le fait d'être un homme ou une femme. Et cela commence par frapper à une porte avant d'entrer et attendre une réponse pour le faire.

Longtemps, la sexualité des personnes âgées a été occultée, niée, considérée comme une déviance ou une bizarrerie « contre-nature ». Bien sûr, il n'est pas facile de sortir de ces représentations sociales ou de les remettre en cause. C'est donc aussi le cas en MRS, surtout quand on n'a pas la chance d'y évoluer dans un environnement sensible à cette question. « Le cadre de l'institution est essentiel : quelle que soit la vision du personnel, il s'agit **de laisser la liberté à chacun, de ne pas fermer les yeux, de ne pas condamner ou juger, mais d'accompagner** », souffle Nathalie Dehard.

Actuellement, de plus en plus d'établissements semblent vouloir aborder ce thème, y compris en faisant appel à des formateurs. A chaque institution, ensuite, de trouver ses propres solutions, dans le respect des choix et des désirs des résidents. En pratique, dans certaines, on y discutera du fait de proposer des sex toys à ceux qui le demandent. Dans d'autres, on réfléchira à l'installation de « chambres d'intimité » où peuvent se rendre les résidents qui en font la demande (mais il faut réclamer la clé, organiser le nettoyage des lieux, prévoir un endroit discret dans l'institution... soit autant d'obstacles à l'intimité recherchée, et raison pour laquelle cette option semble peu fonctionner).

Fondamentalement, « il s'agit simplement d'accompagner la personne dans le fait d'être un homme ou une femme. Et cela commence par frapper à une porte avant d'entrer et attendre une réponse pour le faire », précise Nathalie Dehard.

En tout cas, bien des enjeux découlent de l'approche globale qui peut (ou qui devrait) être réfléchie dans les MRS en matière de sexualité. **Y compris le fait de sortir d'une vision paternaliste, infantiliste, dé-personnalisante de la personne âgée.**

Cependant, un facteur plus inattendu pourrait entraîner les MRS à accélérer leur réflexion. « Actuellement, une grande partie des sujets âgés vivant en Maison de Repos et de Soins incarnent le modèle familial traditionnel, remarque Marie-Pierre Delcour. Mais la génération post-soixante-huitarde se presse au portillon. Le rapport aux autres de ces personnes, y compris en ce qui concerne le volet sexuel, est très différent. Dans les années à venir, faut-il s'attendre à voir les choses tourner différemment avec elles ? »



Eh oui : un jour peut-être,  
les personnes très âgées  
(avec le soutien de leurs proches ?)  
crieront haut et fort  
de laisser entrer le soleil  
dans leur jardin d'hiver... <sup>11</sup>

Charles (rieur) : *Flirter, c'est pas bon pour moi ça, pas bon pour mon cœur.*

Cathy : *Comment ? Mais c'est tout le contraire !*

Charles : *Non, non ! Mon cœur pourrait exploser.*

Cathy : *Pas du tout, c'est très bon de flirter, c'est reconnu !*

Charles : *Pour le cœur ?*

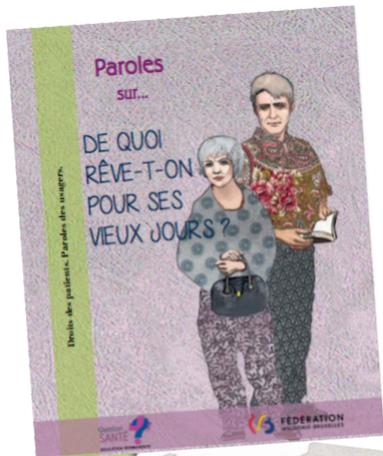
Cathy : *Mais tout à fait !*

Charles : *Alors ça va... Mon Cœur.*



1. Galilée. 2006. 77 pages.
2. Propos rapportés par Philippe Lamotte dans En Marche, 1er novembre 2018 et recueillis lors du salon EnVIE d'amour (Namur, 26/4/2018) et de la journée « Quelle place pour l'intimité et la sexualité des aînés » (Marche, 2/10/2018, à l'initiative du Centre d'action laïque de la province de Luxembourg).
3. Parue dans le New England of Medecine en 2007. Citée dans En Marche, « Choix de lit, choix de vie », le 1er novembre 2018.
4. In : « Sexualité du grand âge. Mythe ou réalité », Dr Véronique Lefebvre des Nœttes, psychiatre du sujet âgé. CGER AP-HP (France).
5. Conférence « C'est en toute amitié vous savez... Comment nos pratiques influencent-elles la sexualité des seniors en maison de repos. » Nathalie Dehard. 23 octobre 2015. Conférence sur la sexualité des personnes âgées, Liège, octobre 2015.
6. Un grand nombre des idées présentées dans cette brochure sont évoquées dans « Vieillesse et sexualité », de Chloé Vallée, Anthropologie sociale et ethnologique. 2014, Aix-Marseille Université.
7. L'interview de Charles et de Cathy (prénoms d'emprunt) a été réalisé par Question Santé en janvier 2019.
8. « A study of sexuality and health among older adults in USA ». Lindau et al. 2007.
9. « C'est en toute amitié vous savez... Comment nos pratiques influencent-elles la sexualité des seniors en maisons de repos. » Nathalie Dehard. 23 octobre 2015. Conférence sur la sexualité des personnes âgées, Liège, octobre 2015.
10. Texte publié in Kairos n° 6 Mai-juin-juillet-août 2018.
11. Pour les cinéphiles, voir le film « Nos âmes la nuit », de Ritesh Batra (<https://www.babelio.com/livres/Haruf-Nos-ames-la-nuit/850872/critiques>). Ou encore : « Harold et Maude », d'Hal Hashby.

A voir aussi sur Internet, un très beau reportage « Amour, sexe et EMS », réalisé en EMS en Suisse, par Valérie Teuscher, diffusé dans l'émission Temps Présent et dont voici le lien : <https://www.youtube.com/watch?v=2wPITfphZE>



**D'autres brochures de Question Santé autour du sujet « Les seniors » :**

- *Paroles sur... De quoi rêve-t-on pour ses vieux jours ?*  
Collection Droits des patients. Paroles des usagers. La version papier est épuisée mais la brochure est toujours consultable sur notre site [questionsante.org](http://questionsante.org) (2016)
- *La retraite, vous la prendrez avec ou sans préparation ?*  
Collection Exclusion/Inclusion (2015)
- *Paroles sur... Home suite home*  
Collection Droits des patients. Paroles des usagers. (2015)
- *Société et vieillesse : quand penche la balance du côté de la jeunesse* - Collection Exclusion/Inclusion (2009)



« On n'est pas sérieux quand on a 17 ans », disait Arthur Rimbaud (« Roman »).

Le poète n'avait pas entièrement raison : l'âge ne fait rien à l'affaire. A 65, à 70, à 75, à 80, à 85, à 90, à 95 ans aussi, on peut être amoureux. Avoir envie de tendresse, de complicité, de rapprochements, de coups de cœur. Ou même ressentir du désir sexuel pour quelqu'un d'autre, sans forcément l'aimer. Oui, vous avez bien lu : du désir sexuel.

Seulement voilà, cela ne plaît pas forcément – et même souvent pas du tout – aux « plus jeunes » (et probablement à un certain nombre d'autres personnes âgées qui les entourent).

Longtemps, la sexualité des personnes âgées a été occultée, niée, considérée comme une déviance ou une bizarrerie « contre-nature ».

Actuellement, elle est encore souvent taboue, ou pour le moins gênante et essentiellement considérée comme une source de problèmes, en particulier dans un certain nombre de Maisons de Repos et de Soins.

Un couple âgé qui se tient par la main, de « jeunes » amoureux qui se regardent dans les yeux, oui, bravo, autant que vous voulez. Mais imaginez qu'ils veuillent aller plus loin ?

Pourtant, il s'en passe, des choses, quand on n'a plus 20 ans.

Et derrière ces « histoires d'amour » se jouent de vraies histoires de (fin de) vies...

Cette brochure s'adresse à tous les publics.

Elle est téléchargeable sur le site [www.questionsante.org/education-permanente](http://www.questionsante.org/education-permanente)

Edition 2019