

# LE NUMÉRIQUE AU SERVICE DU LIEN INTERGÉNÉRATIONNEL

par Marie de Hennezel



Lors des séminaires que j'anime au sein d'Audiens sur le thème de l'Art de bien vieillir, la question du lien intergénérationnel est évoquée. On sait que « rester en lien » est une des préconisations du bien vieillir.

Quand nous réfléchissons à ce qui donne du sens à cet âge de la vie, le fait de continuer à s'enrichir au contact des autres et à enrichir les autres, apparaît comme essentiel. Cela suppose qu'on conserve, en vieillissant, l'estime de soi, qu'on ait le sentiment de continuer à apprendre, à rester créatif, bref à rester ouvert au « nouveau ». Cette attitude tranche avec une certaine image du vieillissement en terme de fermeture, de déclin, de diminution. Tout se passe, dans nos sociétés occidentales, comme si l'aîné était méconnu, invisible ou considéré comme un objet de commisération, autrement dit comme s'il devenait un sous-adulte. Il a malheureusement tendance alors à s'auto-dévaluer.

Dans mes séminaires, nous travaillons à mettre en place toutes les stratégies qui permettent de garder une bonne image de soi, et de rester jeune de cœur et d'esprit.

Certes, le corps vieillit. Comme le disait Albert Jaccard, avec humour, « je saute moins haut, je cours moins vite, mais tant que je peux fabriquer

en moi des émotions nouvelles, je ne suis pas un être trop vieux ! ». Cette ouverture au nouveau suppose d'être ouvert au changement. Or parmi les changements auxquels les seniors sont confrontés, l'adaptation à une société de plus en plus « connectée », où la communication passe par de nouvelles technologies, est un passage obligé.

L'association OldUp, lauréat du prix d'Encouragement attribué en 2012 par la Fondation Audiens Générations<sup>1</sup>, regroupant des octogénaires et nonagénaires qui veulent rester créatifs et continuer à jouer leur rôle dans la société, l'a bien compris. Une de leurs actions a été de créer des ateliers d'initiation au numérique, animés par des jeunes, afin de développer « la complicité entre les générations. »

Je voudrais m'attarder un instant sur cette notion de *complicité*. Là où la fonction de l'aîné était de transmettre aux plus jeunes un savoir être et une certaine sagesse de vie, on assiste aujourd'hui à la naissance d'un nouveau modèle relationnel. Ce sont

les petits-enfants, la génération dite digitale, qui initient bien souvent leurs grands-parents au maniement du numérique, qui leur montrent comment naviguer sur leurs téléphones portables, poster des photos sur Whatsapp ou Instagram. Cela crée un lien.

Contrairement à ce que j'ai souvent entendu, le numérique n'est pas une ligne de fracture entre les générations, c'est un fantastique levier de rapprochement. Même pour les très âgés, de jeunes startups s'ingénient à inventer des outils qui permettent aux plus récalcitrants de garder un lien. Quand on n'est pas particulièrement technophile mais qu'on découvre que l'on peut utiliser une tablette numérique adaptée, on sent un certain plaisir, même une certaine fierté à maîtriser de nouveaux modes de communication. Je croise tous les jours des septuagénaires ou des octogénaires<sup>2</sup>, le nez sur leur tablette, tellement heureux de pianoter dessus. On n'imagine pas la joie qu'un tout petit message posté par un enfant ou un petit enfant peut déclencher !

<sup>1</sup> Créée en 2007 sous l'égide de l'Institut de France, la Fondation Audiens Générations a pour vocation de récompenser chaque année des œuvres, projets ou initiatives traduisant la solidarité active entre générations pour ces secteurs d'activité.

<sup>2</sup> 70% des plus de 65 ans ont une tablette numérique.