



ASSOCIATION OLD'UP

RAPPORT MORAL ET FINANCIER 2021

2021, une deuxième année où OLD'UP a dû composer avec la pandémie toujours présente, tout au moins toujours menaçante. Un frein pour OLD'UP ? Certainement pas. L'engagement, même à distance, des membres et leur formidable adaptation aux outils du numérique a permis de poursuivre les échanges et maintenir les liens, de conserver un maximum de rencontres et de poursuivre les actions.

Si du point de vue quantitatif, les résultats de l'année 2021 sont moins éloquents que ceux des années précédentes, l'analyse qualitative de tout ce qui a été vécu à OLD'UP durant cette année particulière montre bien le dynamisme de l'association et sa capacité d'adaptation, on pourrait même dire d'innovation.

La vitalité de l'association n'a pas faibli, les groupes de paroles et les ateliers ont tenu à maintenir leur rendez-vous, et OLD'UP a poursuivi les actions engagées et en a initié de nouvelles.

Le dynamisme de OLD'UP s'illustre également par l'adhésion de nouveaux membres, par l'augmentation constante des abonnés à la newsletter avec de nombreuses demandes de la province.

OLD'UP a porté la parole des Vieux chaque fois que l'association a été sollicitée pour rejoindre un groupe de travail thématique ou participer à un événement. OLD'UP est représenté dans de nombreuses instances et sa compétence appréciée.

I – VIE DE L'ASSOCIATION

Conformément aux statuts de l'Association, les réunions statutaires ont eu lieu :

L'Assemblée Générale ordinaire s'est déroulée le 10 juin 2021.

Les élections ont permis le renouvellement de mandat des membres sortants et l'entrée d'un nouveau membre au Conseil d'Administration.

les Conseils d'Administration se sont tenus aux dates suivantes :

les 22 janvier, 11 et 12 février, 19 mars, 7 mai, 11 juin,
24 septembre, 22 octobre, 9 novembre 2020, 17 décembre.

Chacune de ces réunions, précédée par l'envoi d'un ordre du jour, fait l'objet d'un compte-rendu envoyé à tous les membres du CA.

Véritable instance démocratique qui « dirige et dynamise » OLD'UP, le Conseil d'Administration réfléchit à ses orientations, assure son bon fonctionnement et prend les décisions nécessaires.

Lors de sa séance du 19 mars 2021, le Conseil d'Administration a reçu la démission de Philippe GUTTON qui a souhaité se retirer de la présidence de OLD'UP.

En application de l'article 13, paragraphe 2 des statuts de OLD'UP, article qui définit les pouvoirs des vice-présidents, l'un de ceux-ci « *peut remplacer le président encas d'empêchement prolongé ou permanent de ce dernier...* », Martine GRUERE, vice-présidente exécutive a accepté d'assurer cette fonction par intérim.

Lors de la séance du 19 novembre, le CA coopte, à l'unanimité des 12 membres présents, Jean-Daniel REMOND comme nouveau membre. Proposé comme Président de OLD'UP, sa nomination sera soumise au vote lors de la prochaine Assemblée Générale.

Jean-Daniel Remond est né en mars 1942

Etudes en psychologie (Sorbonne) et médecine (CHU Saint Antoine).

Activités : Direction d'une société de prospective, la Société Internationale des Conseillers de Synthèse (SICS), puis Direction de l'Institut de Formation à la Médiation (IFM).

Création d'une société d'études et de formation (Europe et Cultures SA); au sein de cette société, mise en œuvre d'une méthode originale d'accompagnement et de coaching, tant dans le domaine de l'entreprise, que dans le domaine politique et artistique.

Puis Délégué à l'Action Sanitaire et Sociale de la Croix Rouge, puis Directeur Général Adjoint de cette structure.

Il continue à ce jour ses activités de conseil et de coaching.

Parution de livres : l'Analyse sociale de la ville (Ed. Masson), La paix, pourquoi pas ? (en collaboration Ed. Hachette), Une mère silencieuse (Ed. Seuil), Les enfants de Socrate (Ed. Le Publieur).

Au cours de ses différentes activités, Jean-Daniel a eu l'occasion de rencontrer Marie-Françoise Fuchs, ainsi que les trois vice-présidentes de OLD'UP qui, chacune à leur manière, ont su lui parler de cette association avec l'enthousiasme qui les porte.

Ayant eu en plus l'opportunité d'intervenir en 2015 au Colloque organisé par OLD'UP au Conseil Economique et Social, Jean-Daniel a pu apprécier l'importance de l'intérêt des personnes présentes pour ce sujet d'une actualité sociétale urgente. Il est donc devenu important pour lui d'apporter sa contribution à une réflexion-action concernant le sujet de la vieillesse qui, au-delà de son importance démographique, est en train de nous apprendre quelque chose d'essentiel de l'histoire de l'humanité.

Les réunions générales mensuelles de OLD'UP se déroulent le jeudi matin dans les locaux du C3B.

L'année 2021, avec une nouvelle période de confinement et les restrictions sanitaires, n'a pas permis de maintenir toutes les rencontres. A partir d'avril, nous avons pu reprendre et nous réunir aux dates suivantes : 8 avril, 20 mai, 30 septembre, 21 octobre, 18 novembre et 16 décembre.

A chaque réunion, plus de 40 membres sont présents avec toujours quelques personnes nouvelles qui viennent voir, chercher de l'information ou se faire une opinion avant de rejoindre un groupe et d'adhérer.

Ces rencontres sont appréciées car toujours riches. Un sujet central permet de présenter un projet, faire le point sur une action en cours, donner la parole à un animateur ou à un responsable. Que ce soit un membre de OLD'UP qui parle ou un invité extérieur qui expose son sujet, l'intérêt est toujours vif et les échanges nourris.

Deux actions ont été menées en 2021 :

- une enquête portant sur le confinement, approfondissement des constats liés à celle conduite en 2020 ;
- les finalisation, impression, diffusion de l'outil d'aide et d'accompagnement à l'usage du numérique, kit composé d'un guide et de 21 fiches pratiques.

Enquête Confinement

En 2020, puis en 2021 OLD'UP a lancé une enquête nationale avec le soutien de la Fondation de France. L'enquête de 2020 est un véritable succès, 5 385 personnes ont répondu au questionnaire. En 2021, avec le soutien de la CNSA et de la Fondation de France, les membres de OLD'UP décident de ne pas clôturer l'enquête avec la seule restitution des résultats de 2020, mais de la poursuivre en approfondissant la réflexion sur le vécu du confinement pour les personnes âgées et sur ce que cette crise a révélé du regard porté par notre société sur le grand âge et sur la place qu'on lui attribue.

En 2021 comme en 2020 les travaux furent pensés, conçus, organisés, diffusés par des Vieux pour des Vieux. Pour mener à bien ce projet de grande ampleur, les membres de OLD'UP ont dû s'adapter, se former : à l'utilisation des outils de visioconférence, à la passation d'entretiens, à la prise de notes en situation d'entretien...

D'autre part, en complément, OLD'UP a recouru aux services du bureau d'études émiCité et de deux chercheurs de l'Université de Lille et de Douai. Ceux-ci utilisent l'intelligence artificielle pour traiter des grandes quantités de réponses dans les sciences sociales. Le coût de ces aides a été assuré par la CNSA et la Fondation de France.

Le premier objectif de ce prolongement de l'étude a été d'analyser les réponses aux questions ouvertes que contenait l'enquête. Il s'est agi de mieux comprendre ce qui se joue chez les Vieux en période de crise et de mettre en lumière leurs besoins, leurs difficultés, mais aussi leurs forces, leurs compétences, leurs capacités d'adaptation et d'apprentissage, les lieux où ils peuvent être utiles à leurs proches et à la société, leur vision de l'avenir à l'échelle nationale et internationale. In fine, les résultats obtenus ont été discutés entre les membres de OLD'UP au sein de focus group afin de faire émerger des propositions favorisant une meilleure inclusion des Vieux au sein de la société.

A partir de 4 thématiques issues des réponses à l'enquête nationale - fragilité ou fragilisation des vieux, isolement, inutilité ou utilité, déconnectés ou connectés – des propositions ont été formulées :

- Changer le regard des proches, de la famille, réévaluer son rôle et sa place au sein la cellule familiale, accepter d'être aidé, être présent sans « peser » sur l'entourage. Entretenir et développer les relations intergénérationnelles.

- Communiquer sur les engagements bénévoles, associatifs des personnes âgées afin de les valoriser. Prendre en compte des « Vieux experts » de la même manière que l'on nomme « patient-expert » les patients dotés d'une expertise sur leur maladie, leur handicap. Développer les échanges de services et le partage d'expériences.
- Réaliser une grande enquête publique pour évaluer l'utilité sociale des Vieux.
- Mettre en place un Comité des Sages au sein des communes.
- Mettre en place des adaptations pour améliorer la vie quotidienne des Vieux et leur inclusion dans la société.
- Développer la formation, faciliter l'accès à l'information et au numérique,
- Agir pour l'aménagement du territoire et l'adaptation de l'environnement.

Cette étude démontre que les participants « cassent » toutes les représentations courantes sur les personnes âgées : dépendantes, inutiles, isolées et déconnectées numériquement. Quel que soit leur vécu des confinements, elles se sont préoccupées surtout des autres, inquiètes de l'impact de cette crise sur les plus jeunes ou les plus vieux qu'elles. Pour la plupart, elles ont acquis l'usage des outils de communication numérique.

Néanmoins, cette crise a choqué les « enquêtés ». Ils ont été sidérés par la marginalisation qu'ils ont vécu et par la force des images que la société leur a renvoyée : les plus de 60 ans sont des vieux, les « vieux = foutus = fardeaux ». Cette généralisation associant du simple fait de leur âge un état de santé voire une place ou plutôt une « non-place » au sein de la société a été extrêmement mal vécue. La présence d'un danger extérieur, la communication anxigène dans les médias a parfois persuadé leurs proches et notamment leurs enfants qu'ils correspondaient à cette image dégradante du vieux et ils se sont retrouvés dans une infantilisation sociétale et familiale. Certains en sont venus à douter, tous en tout cas se sont rendus compte que leur place dans la société n'était pas celle qu'ils croyaient. Au sein de la famille notamment, ils se sont rendus compte qu'ils n'étaient pas attendus sur les aspects traditionnels de la transmission familiale et que le numérique avait instauré une frontière avec leurs petits-enfants qu'ils n'arrivent pas tous à surmonter.

Le discours social qui au cours de cette crise a régulièrement opposé les générations - « à cause des vieux, nous sommes privés de notre jeunesse », « les vieux nous coûtent chers », « pourquoi vacciner les vieux en premier ? » - leur semble particulièrement dangereux. Ils craignent que s'installe à la suite de la crise sanitaire et économique une confrontation agressive Vieux-Jeunes.

Face à cette tempête d'images négatives associées à leur âge, à leur vieillesse, remettant en cause ce qu'ils pensaient eux-mêmes, les participants à l'enquête se sont interrogés sur leur place dans la société. Avec un nombre aussi important de vieux que compte aujourd'hui et que comptera à l'avenir notre société : quel est l'apport que doivent ou devraient avoir ces générations ? Quelle est leur utilité sociale et familiale, leur utilité politique ?

L'enquête est publiée sur le Site de OLD'UP https://www.oldup.fr/atelier/nos-actualites/969_un_livret_résumant_les_résultats_assortis_de_témoignages_et_des_commentaires_de_personnalités_de_OLD'UP_est_à_télécharger_sur_le_site_et_sera_publicé_en_version_papier_en_2022.

Actions numériques menées par OLD'UP

Depuis la création de l'association en 2008, OLD'UP a mené des actions en faveur de l'utilisation des outils numériques pour des personnes âgées voire très âgées. Il y a deux raisons principales à cette orientation : elle résulte de la conjonction des objectifs que s'est fixés OLD'UP et de la philosophie qui a été la sienne depuis sa création d'une part, et du contexte de l'expansion de l'informatisation de la société d'autre part. Les

nouvelles technologies et le numérique sont de plus en plus des éléments clés de la reconnaissance sociale et de l'inclusion. Les vieux et les très grands vieux sont mis de côté, alors que l'une des plus fortes aspirations de toute personne, quel que soit son âge, est celle de la reconnaissance de son appartenance à la société ;

En conséquence OLD'UP a mis en œuvre des formations à l'utilisation des tablettes et smartphones qui ont eu lieu de 2012 à 2019. Ces formations, assurées par des étudiants encadrés et rémunérés, ont visé en particulier 60 nonagénaires. Grâce à l'évaluation de ces formations, OLD'UP a réalisé avec le soutien de La Fondation de France, La CNAV, la Conférence des Financeurs de Paris et la MASFIP :

- un guide d'une trentaine de pages plutôt destiné aux aidants afin de leur permettre d'accompagner les personnes âgées dans l'utilisation des outils numériques (smartphones et tablettes principalement)
- un lot de 21 fiches pratiques pour compléter ce guide a été réalisé avec le soutien de la MASFIP. Chacune des fiches est consacrée à une fonctionnalité précise : "Utiliser WhatsApp", "Prendre des photos, les revoir, les partager", "Recevoir ou envoyer un message"...

Ces outils sont destinés à être utilisés en version papier pour faciliter la lecture et permettre la prise de note par les personnes âgées.

En 2021, 2500 kits ont été distribués, via un financement de la Conférence des Financeurs de Paris auprès de 17 structures parisiennes qui les ont elles-mêmes distribuées à leurs adhérents et bénéficiaires. Il s'agit principalement de structures qui organisent des ateliers et des formations à l'utilisation des outils numériques par les personnes âgées, avec généralement des jeunes aidants bénévoles qui peuvent utiliser le guide pour compléter leur formation.

Les structures qui ont reçu nos outils en 2021 nous ont contactées à la suite des réunions en visio-conférences organisées par la DASES en 2021 auxquelles OLD'UP a participé, et qui étaient destinées aux lauréats de l'appel à projets 2021. Le réseau de la Conférence des financeurs nous a permis de toucher davantage de bénéficiaires et d'élargir notre cercle de distribution.

Une autre diffusion est en place, celle-ci est nationale. Grâce à la MASFIP, un accord a été conclu avec le groupe mutualiste VYV qui, via son site internet, permet de se procurer guide et fiches [en cliquant sur ce lien](#).

OLD'UP souhaite faire un bilan qualitatif de son action. Les questionnaires d'évaluation envoyés aux structures et/ou à des individus utilisateurs vont être analysés pour améliorer la connaissance des obstacles à un usage fluide du numérique.

II - ACTIVITÉS INTERNES

En 2021, les Groupes et Ateliers de OLD'UP ont été soumis aux restrictions liées à la pandémie. Confinement et mesures barrière n'ont pas toujours permis les rencontres régulières des différents groupes.

Cependant les liens ont été maintenus, les rencontres ont pris d'autres formes, contacts et échanges ont été préservés.

II/1 - Les Groupes de parole

Les "groupes de parole" sont toujours fréquentés avec plaisir. Ils sont au nombre de huit, qui se réunissent une fois par mois, autour d'une animatrice. Chacun d'entre eux propose un thème général d'échanges, par exemple "le goût de vivre", "vivre ma réalité". Chaque réunion est centrée sur un sujet, en général choisi à l'avance par les membres. Il s'agit d'échanger sur ce qui nous concerne personnellement. Lorsqu'il s'agit de la famille, c'est bien de la nôtre dont il s'agit, souvent avec les soucis qui nous sont propres et qui se trouvent parfois apaisés parce qu'ils peuvent être exprimés. Le temps, le corps, notre vieillissement sont des thèmes constamment abordés. Nous essayons "d'apprendre à vieillir" - ce qui est du reste le titre de l'un de nos groupes - et le faire ensemble est précieux. .

Ces rencontres régulières, une fois par mois, entre les mêmes personnes, entre 6 et 10, sont à l'origine de nouvelles amitiés, d'autant plus appréciées que les amis d'autrefois ne sont plus présents, pour la plupart.

D'autre part, s'exprimer, en prenant la parole, nous enseigne, non seulement sur les autres, mais sur nous-mêmes. Il peut arriver que nous soyons surpris de ce que nous avons dit !

1 Les liens familiaux

Animé par Geneviève MANSION et Marie-Jeanne KOUSKOFF

Malgré le confinement et la pandémie, le groupe a pu garder le rythme des rencontres. A partir de mars, les participantes ont mis beaucoup d'énergie (et de succès) pour échanger par Zoom. Certaines, peu équipées, suivaient au téléphone. Les échanges ont tourné autour de ce que nous ressentions et c'était nécessaire et bienfaisant : l'isolement, la solitude, l'inquiétude, comment chacune y faisait face, par quels moyens ? C'est là que les liens d'amitié créés depuis plusieurs années prenaient tout leur sens. Ils palliaient justement l'absence des liens familiaux distendus et difficiles à gérer.

2 Vivre MA réalité

Animé par Nancy de la PERRIERE et Geneviève AUTONNE

Ce groupe se réunit une fois par mois et le nombre des participants oscille entre 15 et 10, avec une grande majorité de fidèles, d'une réunion à l'autre.

A la fin de chaque réunion d'une durée d'une heure et demie environ, le thème de la réunion suivante est décidé, avec l'accord de tous.

Pour éviter les digressions, et les considérations d'ordre général, il est établi que chacun parle de soi, de son vécu, de ses propres réactions à l'évènement, à l'opinion ou au sentiment rapporté.

La régularité des présences semble un bon indicateur de satisfaction des membres. A travers ce qu'il dit, chacun (chacune...) se laisse connaître. A la fin des réunions, il y a souvent un prolongement d'échange.

Ainsi, le groupe de parole constitue un ciment entre les membres de OLD'UP.

3 Le temps qui nous construit

Animé par Eliane LACROIX et Geneviève AUTONNE

« Tant qu'il est temps ! », quel thème riche et vigoureux !

Le groupe de parole de 8 à 10 personnes se retrouve avec joie et vivacité. Chacune s'exprime très librement, même les 3 ou 4 nouvelles de cette année.

Le temps à vivre est si précieux que nous partageons avec plaisir nos activités et cherchons ensemble comment vivre le temps qui s'écoule.

Thèmes abordés cette année :

- Ce qui nous fait du bien
- Que signifie perdre son temps ?
- Ce que mon passé a fait de moi
- La patience
- La surprise et l'imprévu
- Le sommeil : est-ce perdre son temps ?
- Comment avons-nous vécu ce temps de vacances ?
- Différence entre revivifier son temps et vivre au jour le jour
- Le changement
- Différence entre « agir » et « remplir son temps » ?

4 Le goût de vivre

Animé par Laure BRANDT, Eliane LACROIX et Françoise LAVELLE

Le groupe « le goût de vivre » a pu fonctionner régulièrement tous les mois en 2021, en zoom ou en présentiel avec 10 à 12 participants dont deux nouvelles (sur les 15 à 18 habituels, certains n'étant pas à l'aise avec l'informatique).

Nous avons continué à chercher comment développer ou garder le goût de vivre à partir de thèmes divers choisis chaque fois par le groupe tels que « l'écoute », « l'attente », « la fantaisie », « les moyens de dépasser les difficultés liées à la pandémie ».

Nous avons terminé l'année en analysant le fonctionnement du groupe : qu'en attendons-nous ? Que nous apporte-t-il ? Globalement, les participants ont fait un bilan positif, soulignant le plaisir qu'ils ont à y participer : « le groupe est réconfortant », « il est dynamique », « c'est comme une famille »...

5 Les Septuagénaires

Animé par le Docteur Monique CAMBIER et Marie-Claire CHAIN

Le groupe des Septuagénaires a réussi à tenir 9 réunions dont 4 par Zoom durant la période de confinement. De janvier à mai, les rencontres par Zoom ont permis de garder le lien, de prendre le temps de l'écoute de chacun, de ses activités et de ses loisirs, de ses interrogations, de ses engagements. Les échanges ont été riches sur des thèmes tels que la transmission, la conversation, l'engagement.

A partir de juin, le groupe a pu se rencontrer de nouveau et les échanges ont porté sur les vacances et le sens de l'accueil, la présence d'un robot chez soi, la lecture de la presse ainsi que la télévision, l'habitat de demain. Le plus souvent les sujets sont en lien avec l'actualité de OLD'UP, les actions en cours comme celles en projet.

6 La relation à notre corps au fil du temps

Animé par Bernadette AUMONT et Laure BRANDT

C'est un groupe nouveau qui s'est réuni 3 fois depuis la rentrée de septembre 2021.

Les participantes sont six intéressées à approfondir leur connaissance du corps et à échanger sur leurs vécus corporels. Elles pensent que notre corps a encore des ressources insoupçonnées malgré son vieillissement. Encore faut-il en connaître les moyens. A la dernière réunion, a été évoquée la puissance de la musique sur le cerveau grâce aux apports du docteur Cyrulnik.

7 Apprendre à vieillir

Animé par Anne de la LOGE et Eliane LACROIX

La Résidence Service Arcadie qui accueille habituellement le groupe a été extrêmement rigoureuse dans l'application des règles sanitaires. Les membres du groupe n'ont pas pu se retrouver avant le 3 novembre.

Les 2 réunions de fin d'année ont permis de réunir respectivement 20 et 13 membres. 21 Arcadiennes sont adhérentes de OLD'UP.

8 Les Aidants

Animé par Nancy de la Perrière

Nouveau groupe en projet pour mettre en commun les questions que les aidants se posent et pour les soutenir dans leur place, sans en souffrir trop, en continuant à mener leur propre vie.

II/2 – Les Ateliers d'Expression

1 Atelier d'écriture

Animé par Bernadette AUMONT et Claire-Marie AGNUS

Cet atelier d'écriture fonctionne au rythme à peu près d'une fois par mois.

Il rassemble huit personnes et il se fait un vrai travail sur la singularité de l'écriture de chacune.

2 Atelier d'écriture« Bulles de mémoire »

Animé par Claude CAILLART et Jocelyne AUGIER

Malgré les problèmes liés à la pandémie et ses contraintes, dix ateliers ont pu se tenir, tant en présentiel qu'en distanciel. Réussir à écrire, et à communiquer par mail ou zoom n'a pas été une tâche facile, mais ce fut un défi intéressant à relever. Avec une moyenne dépassant 8 participants, cet atelier a permis de maintenir ou rétablir le lien entre les 11 inscrits habituels. En l'absence temporaire de l'animateur habituel, la continuité de l'action a été assurée par une nouvelle arrivante, s'intégrant ainsi dans la culture de notre association.

3 Spiritualité

Animé par François MONCONDUIT et Marc COHEN

Il existe une dynamique des 3 groupes Spiritualité qui s'approfondit car elle répond à deux besoins ressentis par les participants :

- Tout d'abord pouvoir parler de l'expérience intérieure que l'on fait de sa vie, en approfondissant sans cesse la conscience qu'on en a. Celle-ci ne se rattache pas nécessairement à une croyance religieuse particulière, mais procède d'un besoin de sens qui est à mettre dans tout ce que l'on vit au quotidien.

- Il y a ensuite le besoin d'être ensemble dans cette quête. Chacun en effet trouve d'autant plus d'aisance à dire qu'il y est encouragé par le fait que les autres font de même. Et il s'approfondit d'autant mieux qu'il est sollicité par la bienveillance et les questions exprimées par chacun.

Ainsi se développent une confiance mutuelle et une proximité qui créent du lien, cimentent le groupe, et font éprouver, certains le disent, du bonheur à le vivre ensemble.

Tout cela est l'œuvre de chaque participant. Et l'animateur de ces groupes tient à les en remercier vivement.

4 Nous rendre présents par la méditation

Animé par Marie-Thérèse LUNVEN et Claudine BRISSET.

L'année 2020 a, malgré ses contraintes, permis 8 rencontres, 5 en présentiel et 3 en visioconférence, réunissant une douzaine de membres de OLD'UP

Il y a une nette progression dans la démarche spirituelle, les participants s'appliquant et approfondissant les thèmes : liberté, créativité, être vrai, devenir.

Le groupe réunit 7 à 9 femmes très motivées.

Exercice après exercice, nous nous formons chaque année davantage à cette pratique qui nous apprend à entrer dans notre profondeur.

Un texte de sagesse est envoyé par mail une semaine à l'avance pour nous préparer... La séance débute par quelques mouvements de chi Gong qui nous calment ..., quelques rappels sur l'attitude intérieure, la posture à adopter, puis l'exercice commence avec l'audition d'une k7 d'un enseignant (Christophe André ou un autre) d'un quart d'heure. Ensuite 10 minutes en silence, une marche silencieuse, un autre exercice et un partage.

5 Mourir et alors ...

Animé par Marie-Thérèse LUNVEN et Nicole VALCKE.

Le groupe rassemble 1 homme et 8 femmes très fidèles et 2 ou 3 plus irrégulières.

Après quelques années avec le titre "Sens de la vie, Spiritualité du "up", nous avons repris l'ancien titre de ce groupe "MOURIR ET ALORS..." qui a une douzaine d'années d'existence. Voici ce que nous approfondissons chaque fois davantage :

Non pas la mort mais la conscience de la mort nous fait réaliser la chance que nous avons d'être vivants : joie de respirer, joie d'exister. "Cette conscience de la mort fait naître en nous trois désirs : désir de réalisation, désir de dépassement, désir de transcendance", écrit François Cheng dans ses "Cinq méditations sur la mort autrement dit sur la vie". Elle intensifie tout ce que nous vivons : rencontres, événements, jusqu'aux détails de notre quotidien.

C'est dans cet esprit que chacun exprime son expérience selon le thème choisi par le groupe dans un climat de confiance et d'amitié. La devise du groupe est "grandir en humanité".

III/3 – Les Ateliers à Thèmes

Comme pour les groupes de parole, les rencontres des ateliers-à thèmes ont subi les aléas des mesures liées à la pandémie.

1 Actualités internationales

Animé par Françoise SAUVAGE et Eric STRARAM

Le groupe cherche à comprendre l'évolution du monde et de la société, à suivre son évolution. Les participants veulent rester acteurs et engagés pour continuer à donner du sens à leurs vies et faire entendre leurs voix.

En 2020/ 2021, 9 séances dont 6 en Zoom avec en moyenne à chaque rencontre en présentiel entre 12 et 14 membres, dont 3 ou 4 nouveaux depuis septembre 21 46 adhérents sont inscrits et reçoivent les informations, les dossiers et les documents pour la préparation des rencontres, ainsi que les comptes-rendus.

Rappel des sujets abordés en 2020/2021 :

- L'Europe sortira-t-elle plus forte après la pandémie grâce à son plan de relance ?
- La Méditerranée, mer de tous les dangers
- L'Arctique

- L'OTAN
- Le droit de la mer (intervention Monique Camuset)
- Le droit de la mer et la biodiversité (sujet traité par Annick de Marffy)
- Psychologie des foules et réseaux sociaux (sujet développé par Laure Brandt)
- La Chine et les relations commerciales avec le monde et plus particulièrement l'Europe (Route de la soie traitée par André Coconnier)
- Les informations qui vous ont le plus marqués ces trois derniers mois.

2 Au fil des lectures

Animé par Amicie de BALORRE et Yvette SULTAN

Le groupe s'est rencontré lors de 8 réunions dont 2 Zoom en début d'année, et les deux dernières de l'année à la MDA7. La moyenne des participants a été de 5.

Les sujets abordés ont été principalement le choix de chacun.

Les trois derniers mois de l'année ont été consacrés à la Sortie Littéraire de fin d'année écrasée par "les commentaires" sur la prochaine parution de "Anéantir" de Michel Houellebecq.

3 Actualités culturelles

Animé par Sylvia ERTZER et Catherine BAILLEUX-LEGRAND

8 réunions entre janvier et décembre 2021 à la MVAC12 avec un total de 52 participants, soit une moyenne de 6,5 personnes par séance.

Le samedi 11 septembre, le groupe a tenu le stand d'information OLD'UP au Forum des associations du 12e et proposé les guides et fiches numériques.

En 2021, le groupe a gagné en visibilité

En septembre, les réunions ont basculé du 3è au 2è mardi du mois pour éviter de se rencontrer le même jour et à la même heure que l'atelier *Au fil des lectures*.

En 2021, nous avons gagné en visibilité : *Actualités culturelles* a été mentionné en juin dans la Newsletter de OLD'UP. Depuis septembre, des vignettes d'expositions présentées lors de nos réunions apparaissent sur le site dans la rubrique Nos Actualités / A l'affiche.

Malgré les perturbations en raison du Covid 19, nous avons pu maintenir les réunions en présentiel, sauf en mars. Une visioconférence avec écran partagé a permis de montrer les magnifiques clichés en noir et blanc de la photographe Sabine Weiss (1924 - 28 décembre 2021).

Depuis octobre, nous avons accueilli trois nouveaux adhérents de OLD'UP qui ont considérablement dynamisé les échanges.

Pour continuer de parler arts et spectacles pendant la période de distanciations culturelles entre janvier et juin, nous avons organisé un *Grand Culture Bazar*, puisé nos inspirations dans des émissions de radio, sur Culturebox ou Netflix, selon la devise « Tout est art ». Les galeries, havres de culture vivante et lieux essentiels d'évasion, nous ont fourni des sujets pour des réunions *click & collect*. Nous avons fait une partie de *Jeu de l'oie* en comptant les jours avant que musées et cinémas rouvrent. A partir de juin, nous pouvions enfin remplir notre *Panier de marché* avec des produits culturels frais.

Les expositions qui nous ont fourni les thèmes du jour entre juin et décembre :

- *Elles font l'abstraction* au musée Pompidou,
- *Cérisiers en fleurs : Damien Hirst* à la Fondation Cartier,
- *Chaim Soutine/Willem De Kooning* au musée d'Orsay
- session russe avec *Ilya Répine, Peindre l'âme russe* au Petit Palais et la *Collection Morozov* à la Fondation Louis-Vuitton.

Nous avons également abordé des sujets plus pointus :

- La situation des femmes-artistes afghanes comme Kubra Khademi exilée en France.
- L'esclavage avec l'histoire du négrier *Zong* présenté à l'Institut finlandais.

Nous nous sommes interrogés sur la restitution d'œuvres d'arts premiers en nous appuyant sur des textes de l'anthropologue Claude Lévy-Strauss et de Felwine Sarr, co-auteur du rapport sur la restitution des œuvres africains.

Nous avons réfléchi sur le handicap dans le projet *Phénix* de Prune Nourry et ses bustes de modèles aveugles, sculptés les yeux bandés à la galerie Templon.

4 Relations « médecin/malade »

Animé par Marie-Claire CHAIN et le Docteur Monique CAMBIER

En 2021, chacun des 5 ateliers (de janvier à juin) a réuni en distanciel (Zoom) environ 18 personnes.

De septembre à décembre, les 4 ateliers en présentiel ont réuni de 20 à 26 participantes à chaque fois.

Janvier :Thème de l'anxiété avec la reprise de soins barrières et de la difficulté du présentiel. Besoin d'échanger sur sa santé d'en parler. « Ne plus avoir d'avenir est une expérience particulière » Se cantonner à l'essentiel..

Février : invitation, grâce à Yvette Sultan, du Docteur Ounnoughene nutritionniste. Comment bien s'alimenter avec les aliments dont notre corps a besoin. Situation clinique, état dentaire. Plaisir de bien manger, convivialité, exercice physique adapté et situations particulière (handicap dépendance). Réponse aux diverses questions des participantes, notamment le surpoids.

Mars : propos à partir de la dernière séance, questions sur la propagation du virus bien que vaccinés. Chacune raconte et écoute l'autre.

Avril : thème de l'Euthanasie. Que dit la Loi ? . Échanges autour de l'implication des participantes .

Mai : Qu'est ce que la vie ? . Questions philosophiques, on continue sur la Loi Léonetti : refus de la sédation. Laisser mourir ou donner la mort. Impasse.

Juin : chacun s'exprime sur les effets de la dernière séance et parle de ses accidents de santé et de celles du conjoint lorsqu'il est encore là. Infarctus, les signes : les bronches bloquées coloscopie préventive, anévrisme de l'aorte ; L'une d'entre nous se sent thérapeute de son médecin (la confiance ?) Ce que l patient peut apprendre à son médecin (ça parle à plusieurs). Les Directives anticipées (on reprendra ce sujet en 2022)

Septembre : Retour au présentiel avec la joie de se retrouver, d'échanger sur les vacances et sa santé pendant ce temps-là. Problèmes de vue, gestion de la douleur dans les maladies chroniques (polyarthrite rhumatoïde), diabète. Gestion des effets secondaires des médicaments. Trouver une gériatre apte à prendre en charge tous les symptômes de l'âge.

Octobre : présence du Neurologue de la Pitié Salpêtrière : Nicolas Villain : sur les questions de la mémoire et des maladies dégénératives (cf compte-rendu sur le site).

Beaucoup de monde environ 30 personnes intéressées. Le thème avait été annoncé.

Novembre : échanges à propos de l'intervention du Dr N Villain, On reparle des comportements angoissés pendant cette pandémie qui ne s'arrête pas. Comment apprivoiser nos angoisses nos problèmes de sommeil, trouver une paix intérieure. Se préoccuper des absentes à l'Atelier. On parle de l'habitat futur ..

On reparle de la différence entre dépression et maladie d'Alzheimer. Évocation des problèmes d'accueil dans les hôpitaux. Les secrets de la bonne humeur.

Décembre : présentation du groupe THEO sur les problèmes de vision chez les personnes âgées. Monique Cambier assiste aux réunions et en fait le CR. Nous allons établir un questionnaire au sujet de la vision que Monique transmettra à l'ophtalmologue, Chantal CUSSAC, qui viendra nous éclairer en Janvier 2022.

Marie Paule Debray nous informe sur les Centres de coordination gérontologique (6 pour les 20 arrondissements de Paris) désormais appelés « Maisons des Aînés et des Aidants » ou encore M2A. La M2A des 7-15-16è est située 24 bd de Grenelle - 75015

Questions autour du Dossier médical partagé. (DMP)

III - COMITE SCIENTIFIQUE

Deux nouveaux co-présidents

Le Comité Scientifique de OLD'UP a été créé dès 2008, en même temps que l'association. C'est en dire l'importance fondamentale.

Il a tout d'abord été présidé par le professeur Maurice Tubiana et Claude Vimont. Tous deux ont activement travaillé à sa mise en place. Claude Vimont a produit de nombreux textes sur l'accessibilité.

Le docteur Marie-Françoise Fuchs et feu le professeur Robert Moulias ont pris la suite. Sous leur direction, le Comité Scientifique a mis en œuvre de nombreux projets.

Depuis l'automne 2021, suite au décès de Robert Moulias et de la décision de Marie-Françoise Fuchs de se démettre de cette fonction, deux nouveaux co-présidents ont été pressentis. Le Comité Scientifique est désormais co-présidé par Blandine Destremau et Jean-Luc Noël. Marie-Françoise Fuchs, fondatrice et présidente d'honneur de OLD'UP, reste très présente et active au sein du comité.

Blandine Destremau est docteure en économie, sociologue, directrice de recherches au CNRS. Ses travaux portent sur le vieillissement et son accompagnement par les familles et les politiques sociales. Elle vient de publier: *Vieillir sous la révolution cubaine. Une ethnographie*, Paris, éditions de l'IHEAL, 2021. Ses centres d'intérêt en relation avec le vieillissement portent notamment sur la dimension vécue des temporalités, sur la construction de générations et leurs relations, et sur les solidarités familiales, de proximité et nationales. Elle explore également la façon dont des organisations de personnes âgées peuvent contribuer à ce que ces personnes expriment leurs propres besoins, choix et priorités. Elle est intéressée à investir ses compétences et connaissances pour l'accompagnement de projets qui articulent réflexion et action, et différentes formes de diffusion des résultats des recherches (parole publique, conférences et débats, publications, etc).

Jean-Luc Noël est psychologue clinicien. Après 17 ans passés en tant que psychologue hospitalier, à l'hôpital Sainte-Perrine, Paris, il exerce à présent en libéral, tant à son cabinet que pour les institutions, qu'il accompagne en groupe d'analyse de pratique, résolution de crises, construction des projets d'accompagnement et de soins, lutte contre la maltraitance... (en EHPAD, pour des réseaux de santé, des accueils de jour Alzheimer...). Il est spécialisé en psycho-gérontologie et auprès des malades présentant des maladies neuroévolutives tout en ayant une connaissance globale du milieu gérontologique et des problématiques psychologiques, sociologiques et éthiques liées à l'âge. Il collabore régulièrement avec l'Espace éthique Île-de-France et la Fondation de France (dont il est un ancien président du comité personnes âgées).

En octobre 2021, une rencontre avec Blandine Destremau et Jean-Luc Noël, coprésidents du Comité Scientifique, était organisée et ouverte à tous et toutes. Des questions ont été posées, des propositions ont été émises. Elles constituent une base pour déterminer ensemble les axes des actuelles recherches-actions du Comité Scientifique et évoquer son fonctionnement.

Un fonctionnement participatif et collégial

Comme auparavant, ce fonctionnement est fluide, participatif et collégial. De petits groupes peuvent se constituer autour d'un projet, et solliciter l'accompagnement de l'un ou l'autre coprésident pour le structurer, construire une méthodologie et le mener à bien. Des personnes individuelles peuvent de même lancer une idée qui circulera et fera son chemin dans l'association jusqu'à devenir un projet. Des séances de réflexion ou séminaire peuvent être organisés pour réfléchir à une idée ou un projet, et le relier avec

des grandes questions de société formulées en questions scientifiques. Les coprésidents, ainsi que toutes les personnes impliquées dans le comité scientifique, peuvent mettre en relation des membres de OLD'UP avec des personnes ressources du milieu universitaire ou professionnel, ou celui des entreprises. Le comité scientifique se met à la disposition de OLD'UP pour étayer les réflexions de l'association, tant au point de vue méthodologique, des connaissances, de l'état des recherches sur un sujet donné que sur les mobilisations des personnes ressources, expertes du sujet.

La création d'un projet fait l'objet d'une présentation au Conseil d'Administration de OLD'UP, il doit être approuvé par le CA

Si certaines des activités ont continué par visioconférence en 2021, les OLD'UPiens participant aux activités scientifiques de l'association ont été très heureux de pouvoir recommencer à se retrouver en présentiel.

La valorisation du projet « Immersion en EHPAD »

20 membres de OLD'UP s'étaient portés volontaires en 2019-20 pour mener une expérimentation d'immersion en EHPAD et aux domiciles de personnes « aidées ». L'observation a été menée dans 13 établissements d'origine diverses (Mutualistes, associatifs, publics, privés à but lucratif...) et répartis sur divers lieux du territoire français. Ce projet a été appuyé par les associations AD-PA, Moulin vert, Korian, AGE Village, MASFIP et Croix Rouge, et a bénéficié du professionnalisme du groupe EmiCité qui a préparé et suivi toutes les phases de l'expérience.

Le rapport de cette expérimentation est en cours d'écriture en vue de la publication d'un livre « Mort ou vif en EHPAD ».

De fait, l'immersion en EHPAD et donc l'observation libre des résidents comme des différents professionnels s'est révélée une aventure, une expérience qui laisse ses traces, car le temps passé en établissement a été un vécu intense dans un environnement où chacun, au-delà d'une présence pourvoyeuse de soins, a besoin d'une présence relationnelle

Le récit de cette expérience tente de faire savoir qu'un monde est à dévoiler, un monde que l'«homme» approchant une transformation radicale de sa vie doit affronter. Qu'est-ce que vieillir ? Qu'est-ce que mourir ? Se préparer à ce pas vers l'infini, l'illimité, interroge chacun d'entre nous par moments. C'est notre propre chemin, nous le parcourons seuls, mais l'accompagnement, le sourire, la main proche peuvent contribuer à lui donner sens et pertinence heureuse.

Nous pouvons facilement trouver hébergement et soins, mais **l'intention et l'attention relationnelle** ne sont pas toujours programmées ; elles sont pourtant essentielles. C'est là qu'est la **rencontre fertile et partagée**. Les chemins à parcourir se font en douceur, utiles, ouverts et rassurants.

Ainsi, nous souhaitons à OLD'UP mettre l'accent sur ce **projet prioritaire** à développer plus ardemment dans tous les cas d'accompagnement en établissement ou à domicile.

Le lancement du projet « Elderly »

La vie s'allonge et nous confronte à de nouvelles expériences, en particulier celle d'un temps à vivre qui peut paraître un temps inutile quand ce temps est celui d'une fin de parcours annoncé ou ressenti. Que ce temps se vive à domicile, ou en institution, que ce soit un temps de rémission de maladie ou un temps d'une maladie chronique qui évolue et qui fait vivre des formes de dépendance, il est singulier, mais en même temps inconnu, car personne jusque-là ne le vivait.

Le projet « Elderly » se donne comme objectif d'explorer ce temps pour comprendre ce que l'on fait de ce temps neuf. On pourrait s'arrêter à penser que ce n'est qu'un temps du désespoir, où l'on tourne en rond et où l'on ne vit que la maladie du corps. Mais l'on

peut aussi penser que cette possibilité de vie en plus puisse devenir un temps intense de vie, de découverte et de joie. IL peut être aussi le temps de se retrouver soi-même.

Vieillir peut être le risque de se perdre, mais aussi la chance de se (re) trouver, ce temps nouveau peut être cette ultime chance. Ainsi, mieux connaître ce temps permettra de le vivre avec sourire et cet éclairage peut permettre l'ensoleillement d'un temps qui semble perdu ou qui ne servirait à rien.

Nous tenterons de répondre à quelques questions pour y apporter une nouvelle vision :

- Qu'est-ce qui est signifiant dans ce temps de vie ?
- Comment le comprendre au plan psychique et social ?
- Comment le mettre en valeur et l'accompagner pour qu'il reste source de satisfaction ?

Cette recherche (étude et action) a commencé modestement il y a 4 ou 5 ans, à l'initiative de Marie Françoise Fuchs et la collaboration de Nancy de la Perrière, et avec l'apport significatif de Françoise Desbonnet (très malheureusement décédée ce été), avec un petit groupe de 6 personnes. Ce petit groupe s'est réuni environ deux fois par trimestre et a investigué avec la méthode « Validation » les expériences récoltées par les unes et les autres.

Jean-Luc Noël reprend donc la coordination de ce projet, auquel participent 6 adhérentes, nonagénaires ou presque. Des entretiens et des groupes d'expression sont prévus en EHPAD et à domicile, ainsi que l'enrichissement sur le sujet par des philosophes et psychologues qui seront invités pour éclairer certains points qui émergent.

Le groupe de lecture « Psy et vieillissement »

Le groupe, animé par Marie-Françoise Fuchs, mffoldup@gmail.com, s'est réuni régulièrement une fois par mois, le jeudi matin de 10h à midi.

Le but de ce cercle de lecture est de balayer, faire connaissance et échanger à leurs propos, autant que faire se peut, les parutions qui jalonnent régulièrement nos « librairies » concernant le « Vieillesse ». Depuis 3 ou 4 ans ces parutions se sont intensifiées considérablement. Revues et livres paraissent dans le champ qui nous concerne.

Nous nous sommes réunis principalement en « virtuel » grâce à Zoom et avons bénéficié à chaque rencontre, grâce à notre collègue Françoise Voituriez, d'un compte rendu très complet qui a pu être distribué rapidement. Ce très gros travail de retranscription des enregistrements recueillis est très riche et nous songeons éventuellement à les utiliser pour en faire une publication accessible (après remaniements).

Quelques livres ou revues retenus : « A table, les vieux » sous la direction de Philippe Pitaud, « La lutte, la révolte et l'espérance » de Emmanuel Hirsh, « Clinique du vieillir » sous la direction de Jean-Marc Talpin avec l'association ARAGP, « Fragilité et force du Lien » sous la directions de Benoit Verdon et de Philippe Gutton, « Vivre avec nos morts » de Delphine Horvilleur « la fin du courage » de Cinthia Fleury, « Clinique des métamorphoses » de Sylvain Missonnier, « Abel ou la traversée de l'Eden » de Marie Balmory, « Jeunes Robots et vieilles personnes » de Jérôme Pélissier, « Vieillesse oblige » de Paule Giron, « Les aventuriers de l'âge perdu » de Pierre Gouabault et bien d'autres... Voilà, une nouvelle année s'ouvre en présentiel et Zoom pour des réunions « hybrides ». Toujours attendus nos rendez-vous regroupent de 8 à 15 personnes qui discutent avec passion.

A bientôt à tous ceux qui souhaitent partager ces lectures et ce temps d'échanges. Faites-vous connaître si vous êtes décidés à nous rejoindre.

Le séminaire « Un essai de compréhension de l'intergénérationnel »

Jusqu'à l'éruption de la pandémie, Philippe Gutton, Président de OLD'UP et psychanalyste, organisait deux séminaires auxquels plusieurs membres de OLD'UP participaient régulièrement. Avec la participation de divers intervenants invités, le séminaire « OLD'UP vieillissement », ouvert à tous et mensuel, visait à approfondir les changements s'effectuant dans la psyché lors du vieillissement.

Aux côtés du Pr. Benoît Verdon, un second séminaire de recherche « Psychanalyse et vieillissement » rassemblait entre 10 et 15 cliniciens, en majorité universitaires, travaillant les processus du vieillissement sous l'angle de la psychanalyse. Malheureusement, en raison de la pandémie, ces deux séminaires ont dû être interrompus au cours de l'année 2021.

En novembre 2021, Blandine Destremau et Philippe Gutton ont lancé un séminaire mensuel, conduit dans le cadre du Comité scientifique, sur le thème : "Un essai de compréhension de l'intergénérationnel". Deux séances ont déjà eu lieu en 2021

Au croisement des sciences psychologiques / psychanalytiques et de la sociologie, ce séminaire se propose d'explorer différents aspects des relations intergénérationnelles, à partir de situations empruntées à des mythes (Œdipe), des biographies, des romans et des propres expériences de vie. Par le biais d'une discussion encadrée, il aspire à esquisser de grandes figures des relations intergénérationnelles, de ce qui s'y joue aux plans individuel, familial, social, voire économique. Il s'agit d'un séminaire expérimental : Blandine Destremau et Philippe Gutton souhaitent mettre en œuvre cette méthode pour élaborer des thèmes et pistes de recherche pour soit structurer une deuxième édition du séminaire de façon plus ciblée, soit élaborer un projet de recherche collectif et participatif.

Projets en préparation

L'année 2021 a aussi vu la construction de deux projets, accompagnés par le Comité scientifique, et qui démarreront en 2022 :

- L'un concerne une enquête sur le cadre de vie à envisager pour ses vieux jours (Marie Geoffroy),

Avec 2 objectifs :

- Donner la parole aux Vieux sur la question de l'habitat qui est un sujet qui les concerne directement et sur lequel ils peuvent s'exprimer. Inciter les personnes âgées à réfléchir elles-mêmes à ce qu'elles souhaitent et à le dire.
- Faire de la sensibilisation, de la prévention et de la formation

Beaucoup de personnes âgées ne se sentent pas concernées par la question. Il faut pourtant y réfléchir en amont. La prévention est utile pour les personnes encore valides qui peuvent anticiper sur ce type de situation.

Comment les personnes âgées souhaitent vivre quand apparaissent les premières difficultés, quels sont leurs besoins et leurs désirs ?

Tout le monde met en avant le « maintien à domicile » : certes mais comment parvenir à rendre possible ce maintien dans tous les logements ? et quelles solutions en cas d'échec ?

Le projet portera sur l'habitat générationnel, sujet plus large que l'habitat intergénérationnel. Il sera national : les problématiques liées à l'habitat ne sont pas les mêmes à Paris et en Province, et encore différents en milieu rural. OLD'UP intégrera les équipes de province.

Le projet se déroulera en dehors de toute considération économique, avec une réflexion en fonction des besoins et des désirs des personnes âgées.

- L'autre a pour sujet « Comment être Vieux et citoyen en France et au niveau de l'Europe ? Françoise Sauvage et Moira Allan

Lors de la réunion générale du 16 décembre, Françoise Sauvage et Moïra Allan ont présenté un nouveau projet action : « Comment être vieux et citoyen en France et au niveau européen », les deux objectifs principaux de cette recherche étant :

- développer les liens existant entre OLD'UP et diverses organisations et institutions internationales,
- collaborer avec des associations de trois pays européens pour réaliser ce projet et ainsi encourager chaque senior à prendre pleinement sa place dans la société en affirmant « Rien pour nous sans nous ! ».

Ce projet, approuvé par le Conseil d'Administration de OLD'UP, se déclinera sous plusieurs formes : un groupe de travail pour piloter les différentes réalisations, notamment l'organisation de conférences et d'un café créatif. Plusieurs membres se sont déjà portés volontaires pour rejoindre le groupe de travail.

Le Comité scientifique a été sollicité pour accompagner la réflexion et la préparation de ces 2 projets.

IV – ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

IV/1 – Développement territorial

1 National

Responsables : Claude Caillart et Geneviève Mansion

Dans un environnement contraint par la pandémie, le lien avec les antennes a pu être maintenu par des moyens téléphoniques et informatiques.

La réunion annuelle des correspondants régionaux, titulaires ou potentiels, s'est déroulée par zoom le 4 mars 2021. Le compte-rendu de cette rencontre est accessible sur le site. Appelés à participer à certains conseils d'administration à Paris, les présidents des associations de Marseille, Nantes, et Toulouse ont pu mieux faire connaître leurs activités. De même, par les canaux du site et de la newsletter, les relais ont pu s'exprimer et contribuer à une meilleure communication.

A **OLD'UP Nantes** la pandémie et le confinement ont perturbé la vie de l'association en 2021. Les réunions administratives du CA et du Bureau ont eu lieu en visio, les groupes de parole, les ateliers et séminaires également en visio. Une formation au maniement de ZOOM s'est faite par téléphone. Les liens avec les institutions, le Gérontopôle, le CCAS de Nantes, le Département, ORPAN... ont été maintenus en visio. Un nouveau contact avec les Petits Frères des Pauvres. La reprise des activités en présentiel en septembre a été un peu difficile, avec notamment la crainte de contamination dans les transports publics. L'AG a pu se tenir en présentiel en septembre avec le quorum requis.

OLD'UP Marseille, après un ralentissement, a repris les quatre ateliers fondateurs : Le premier est animé par Michel Poncet, le vice-président, pour "Penser à panser la pensée", conduisant ainsi les participants à réfléchir au fonctionnement du cerveau qui vieillit ; il attire beaucoup de participants. Le deuxième est consacré aux relations entre le médecin et les malades. Le troisième est animé par Bruno Viard, un ancien professeur de lettres à l'université, qui fait réfléchir en groupe à la question de la transmission, dans notre époque où les références évoluent. Le quatrième atelier, enfin, traite de la culture numérique. C'est sur ce thème que Marseille a animé une table ronde, dans le cadre de l'enquête nationale OLD'UP sur les Vieux confrontés à la pandémie. Ces ateliers ont lieu pour l'instant en zoom, faute de locaux de réunion. Une recherche de

financement est en cours auprès du Conseil Départemental. L'association a ouvert un site internet : oldup-marseille.com , piloté par le Secrétaire général, Jean-Claude Orsini.

OLD'UP-OC / Toulouse Malgré une année 2021 compliquée par la pandémie nous avons maintenu les activités et le lien avec les adhérents-es : appels téléphoniques, petits groupes. A côté de nos activités traditionnelles (groupe de paroles, écriture, transmission, théâtre, Slam,) trois ateliers ont vu le jour : lecture, cinéma et art contemporain. En projet, gymnastique douce et partage d'expériences artistiques et techniques. L'année 2021 a permis de concrétiser nos efforts passés auprès des partenaires tant privés que publics (Département, SICOVAL, Carsat, AG2R-La mondiale...). Nous avons pu développer de nouveaux projets grâce à leur soutien financier:

- La Campagne de communication du Département de la Haute Garonne sur le bénévolat (affichage dans le métro de Toulouse et sur les Bus du département).
- A qui le dites-vous ? recueil de paroles sur la vieillesse afin de réaliser une production artistique prévue en mai 2022.
- Numérique pour les seniors : séquences de sensibilisation à l'utilisation des tablettes numériques auprès des seniors.
- Membre du Sylver OCC Cluster Lab et du SICOVAL, Lancement d'un projet d'intergénérationnel avec l'université Toulouse Capitole et animation d'un groupe sur le sujet au sein du Comité de développement de la métropole. Toulousaine

Toulon Nous avons participé par zoom à un colloque international francophone, organisé à partir de Hyères, sur le thème de La Transmission. Des représentantes de l'antenne-relais de Toulon y ont également participé. Elles continuent à réunir, régulièrement, un groupe amical de réflexion.

A **Brest**, la correspondante de l'antenne-relais a réussi à maintenir le lien avec les contacts établis précédemment. Plusieurs réunions à Brest ont permis d'organiser une table ronde en octobre, dans le cadre de la Semaine Bleue, pour présenter les résultats de l'enquête OLD'UP ; à cette table ronde, réunissant 50 personnes, ont participé d'autres associations, et des étudiants de l'université de Bretagne-Ouest . Un groupe de sympathisants et d'adhérents se réunit périodiquement, en lien avec les intervenants sociaux de Brest-Métropole.

A **Valence** Une convention nous lie avec une association, par l'intermédiaire de trois de ses dirigeants. Ils nous ont invité à participer en août à un événement local, destiné à promouvoir et financer la réalisation d'un projet de maison inter-générationnelle. Ce projet nous donne un exemple d'action concrète, et cette association s'intègre parfaitement dans notre réflexion globale sur l'intergénérationnel.

Nous avons eu de très nombreuses relations en présentiel et par mails avec le **Nord** : Lille et Dunkerque. Le projet n'a pas débouché sur une antenne OLD'UP pour l'instant. Nous travaillons sur des perspectives avec : la **Normandie, Limoges et Strasbourg**.

2 Europe et International

Responsables : Françoise Sauvage et Moïra Allan

L'année 2021 a été très chargée culminant par l'approbation du CA du 16 octobre du projet : « **Citoyenneté et Europe** » ou : « *Comment être Vieux et citoyen en France et au niveau européen ?* ».

Le projet est en route suite à la création du Groupe Europe et le Monde qui s'est réuni trois fois avant la fin 2021 et qui va voir sa première action concrétisée le vendredi 11 mars 2022 sous la forme d'un café créatif sur ce thème.

Le groupe constitué de dix membres au départ en comprend maintenant 14, dont chacun apporte une grande richesse.

L'année s'est déroulée sous les contraintes de la COVID et beaucoup de nos activités ont été suivies via Zoom. Les évènements et manifestations ont été les suivants :

Age Platform Europe – fondé en 2001

But : renforcer la coopération entre les organisations de seniors et de personnes âgées au niveau de l'Union Européenne et de l'AELE (Association Européenne de Libre Échange) ; plus de 100 organisations, régionales, nationales et européennes.

- Assemblée générale zoom en deux parties 01/06/21 et 17-18/11/21
- Task Force sur les droits des personnes âgées, 4 réunions en 2021
- Groupe Communication – OLD'UP a contribué à l'élaboration du plan stratégique d'Age Platform 2022-2025.
- YouTube – vidéo OLD'UP sur l'Âgisme avec Estelle Huchet, chargée des relations avec les membres d'Age Platform & Moira Allan,
- Livre vert – promotion à travers nos membres. Il est à regretter que ce livre vert ne donnera pas suite à un livre blanc.
- Participation le 18/11/21 à la conférence organisée par la présidence Slovène de l'UE sur *Les droits de la personne pour tous les âges : promouvoir une perspective de parcours de vie et Coopération intergénérationnelle pour lutter contre l'âgisme*

Age France - Coordination des membres français d'Age

Moira Allan et Jean Ray-Capet représentent OLD'UP lors des réunions régulières.

MIPAA – Évaluation quinquennale



OLD'UP a participé à l'évaluation quinquennale du plan d'action international de Madrid sur le vieillissement. M Alexis RINCKENBACH, chef du Bureau des affaires européennes et internationales à l'DGCS, a, pour la première fois, associé la Coordination Age au rapport de la France, à titre de représentation de la société civile. Old Up a assuré la traduction en anglais avec l'aide des outils internet

EURAG



Plus ancienne fédération européenne des organisations de personnes âgées dans 32 pays européens – depuis un an, la Russie y est représentée à travers une organisation de retraités qui compte 2 millions d'adhérents. Le président d'EURAG, Dirk Jarré, autrichien qui parle parfaitement bien le français, vient d'être nommé vice-président du SGA-Vienna (Special Interest Group on Ageing-Vienna) des NU.

OLD'UP était représenté par Moira Allan au dernier conseil qui se tenait à Budapest. Le thème développé était « *Quel est le rôle des seniors dans les processus décisionnels* » ? Ce thème était, l'inspiration de notre projet approuvé par le CA en octobre. La prochaine réunion aura lieu à Kiev en Ukraine fin mars 2022.

3 International

Nations Unies

OLD'UP est accrédité depuis 2018 au groupe de Travail non-limité sur le Vieillessement, (OEWGA en anglais). Ce groupe défend les droits des personnes âgées et se bat pour faire adopter par les Nations Unies une charte pour les droits des personnes âgées. Il existe depuis 2010.

Garop – (Global Alliance for the Rights of Older People)

Cette organisation est dédiée à faire accepter une charte. En mars 2021, OLD'UP a réalisé trois vidéos – ancien président Philippe Gutton, Martine Gruere et Françoise Sauvage – pour une campagne que GAROP a mené pour la 11^e réunion d'OEWGA. En tout, une cinquantaine de vidéos ont été réalisées de partout dans le monde dont 32 venant des liaisons du Pass It On Network.

Pass It On network

Un réseau virtuel dont Moira Allan est co-fondatrice et responsable de la coordination internationale, qui, depuis sa création, porte le drapeau OLD'UP partout dans le monde.

IV/2 – Actions de terrain

1 - Groupe des représentants d'usagers (RU)

animé par Marie GEOFFROY et Geneviève DOLIVET

Étant donné la situation sanitaire et compte tenu de la difficulté à se réunir, toutes les séances prévues n'ont pas eu lieu jusqu'à ce qu'aient été mises en place les séances en distanciel. La composition du groupe, normalement une douzaine de personnes, a varié selon les séances.

Nombre de thèmes ont été abordés ; d'abord une réflexion sur notre rôle alors que les établissements sanitaires nous étaient pour la plupart fermés ou que les réunions étaient sans cesse reportées par les directions. Ensuite a été évoquée la situation hospitalière pendant le COVID

Les autres thèmes ont porté sur les questions suivantes :

- Les événements indésirables
- les droits des patients et les droits des représentants d'usagers
- La médiation en santé et les autres formes de recours
- L'agrément, ce qu'il est et comment l'obtenir
- La fin de vie, attentes, législation, débat sociétaux

Question d'éthique : réflexions à partir d'un article d'un représentant du Comité d'éthique AP/HP : qu'est ce que le soin quand on a ni diagnostic ni traitement

2 – Conférence : Les « 5 à 7 » de OLD'UP

Les 3 conférences annuelles à la mairie du 7^e, les « 5 à 7 » de OLD'UP, ont pu se tenir aux dates prévues :

- | | |
|------------|--|
| 25 janvier | Gérard Bonnet, psychanalyste, a présenté son livre « Vieillir, un retour d'idéal » |
| 10 mai | Rencontre entre Marie-Françoise Fuchs et Laure Adler, autour de leurs ouvrages respectifs sur la vieillesse : La voyageuse de nuit (Grasset) et Rencontres tardives (In Press) |
| 11 octobre | Jean-Luc Noël, psychologue clinicien, co-président du Comité scientifique de OLD'UP et Fabrice GZIL, philosophe, éthicien, directeur adjoint de l'Espace éthique d'Île-de-France sur le thème « Les dits et non-dits des Vieux » |

3 - Silver Valley, robots et intelligence artificielle

Old'Up a continué durant toute l'année 2021 à participer aux sessions de la Silver Valley, par visioconférence, en compagnie de porteurs de projets de nouveaux produits ou services destinés aux personnes âgées.

Avouons que ce n'est pas facile de s'habituer au vocabulaire utilisé par la communauté des startups: "pitch, concept crash, open lab...", les jeunes parlent souvent trop vite, ils acceptent cependant de reformuler le projet et comprennent notre besoin d'entendre un exposé clair, sur tous les plans ; nous prenons ensuite un temps de réflexion et d'échange au sein du groupe de seniors avant de donner notre avis sur un projet. C'est une activité passionnante qui nous permet de rester en phase avec le monde d'aujourd'hui et d'anticiper l'avenir!

IV/3 - Communication et partenariats

Les actions de communication reflètent la vitalité de OLD'UP :

1 - Site internet <https://www.oldup.fr/>

Responsables : Brigitte Cadeac d'Arbaud, André de Montalembert

Le site internet de OLD'UP est un outil qui vise à faire entendre la voix de OLD'UP, « Elevons la voix ». Le site www.oldup.fr a été créé, en 2015, pour des Vieux par des Vieux qui revendiquent de se parler, de s'informer et d'entraîner le plus grand nombre à retrouver lien, motivation, considération, plaisir. Outil de communication et de valorisation des activités de OLD'UP, il contribue à faire évoluer les représentations du Grand-Âge.

L'action est pérenne et très évolutive. En 2021 le site a été « élagué » et la fonctionnalité « plié » / « déplié », destinée à faciliter la lecture d'articles longs, a été appliquée.

Notre site est relativement bien utilisé avec 10 % de fidèles supposés être les adhérents. En une année, 19 000 pages ont été visitées (18 000 en 2020), avec une durée de navigation moyenne supérieure à 3,6 minutes. 2/ 3 des visites sont générées par GOOGLE. 20 % par la newsletter de OLD'UP. Les réseaux sociaux apportent plus de visites en 2021. La tendance s'est accrue en cours d'année pour atteindre 10 % au trimestre 4. Pour élever la voix, OLD'UP doit développer sa lisibilité sur les réseaux sociaux. Twitter et Instagram en particulier.

60 % des visiteurs utilisent un ordinateur, 35 % un smartphone et 5 % une tablette.

51 % des visites concernent la page d'accueil, 21 % la page NOS ACTUALITES, 12,5 % la page NOS GROUPES, 7,5 % la page ACTIONS DE TERRAIN, 3,5 % la page PUBLICATIONS, 3,5 % la page COMITE SCIENTIFIQUE, 1 % la page EUROPE ET LE MONDE.

Les journalistes, les institutionnels, les professionnels de santé visitent le site et contactent ensuite OLD'UP pour permettre à l'association et à ses membres de participer à des réunions, des interviews, des émissions TV, de rédiger des articles...

La fonctionnalité « Archives » est pratique mais trop peu utilisée par les membres de OLD'UP. Outre l'accès aux archives, elle permet aux membres d'avoir accès à des comptes-rendus de groupes qualifiés de « privés ».

En conclusion le site soutient l'action de OLD'UP.

2 - La chaîne YouTube de OLD'UP

En 2021 la chaîne YouTube de l'association créée en 2020 grâce au soutien de la mutuelle UMR et de la Fondation de France a pu se développer grâce au soutien renouvelé de l'UMR. Une vidéo est réalisée et publiée chaque mois avec un témoignage d'un membre de OLD'UP, la présentation d'un projet de l'association, d'une thématique ciblée... <https://www.oldup.fr/atelier/nos-actualites/976>

Vidéos réalisées de janvier à décembre 2021 :

- « Bulles de mémoire », entretien avec Claude Caillart.
- « Vieillir ? Un moment clé », entretien avec Nancy de La Perrière.
- Présentation du kit « Comment se servir de sa tablette ».
- « Donner et recevoir », entretien avec Françoise Sauvage.
- « Vieux et connectés » entretien avec Bernadette Aumont et Pierre Alixant.
- « OLD'UP à l'ONU : vieillir dans la jouissance de ses droits », avec Françoise Sauvage, Martine Gruère et Philippe Gutton.
- « Vieux et vivants ! », Rencontre entre Laure Adler et Marie-Françoise Fuchs.
- « Penser et créer sa vieillesse », entretien avec Paule Giron.

- « Lutter contre l'âgisme », entretien avec Moira Allan et Estelle Huchet de Age Platform Europe.
- Micro trottoir de OLD'UP : « C'est quoi une personne âgée ? ».
- « De Cuba à OLD'UP » entretien avec Blandine Destremeau, nouvelle co-présidente du Comité scientifique de OLD'UP
- « Confinements : OLD'UP mène l'enquête » présentation de l'enquête et du Livret « Les Vieux et la crise sanitaire ».

Cette action se poursuit en 2022 grâce au fidèle soutien de l'UMR.

3 – Newsletter

Une newsletter est envoyée deux fois par mois aux adhérents et sympathisants (730 abonnés) pour les informer des événements à venir proches. Elle annonce également puis avise régulièrement les membres des changements d'horaires, de lieux ou de thèmes de réunions. 72 % des destinataires l'ouvrent et regardent de plus en plus souvent le site.

En 2021 le plan de cette lettre d'information a été remanié et s'est agrémenté d'illustrations. Le lancement de la nouvelle lettre a eu lieu en avril 2021.

L'objectif de cette nouvelle lettre est de mieux informer les membres et sympathisants de OLD'UP grâce à de brèves présentations des actualités de OLD'UP et de ses partenaires complétées par des liens qui donnent accès à une information plus complète sur le site.

4 - Publications : la collection OLD'UP chez In Press

2 livres parus en 2020 :

Clinique du Bien Vieillir, livre collectif sous la direction de Jean-Marc Talpin : Comment penser les cliniques du vieillir ? Face au vieillissement de la population, le besoin de prise en charge des âgés au domicile ou en institution connaît un développement constant. L'ouvrage aborde les multiples approches cliniques du vieillir.

Vieillesse oblige de Paule Giron : le nouveau livre de Paule pour penser autrement sa vieillesse et inviter les aînés à vivre leur automne comme un été indien.



5 -Participations représentations extérieures

OLD'UP est présent auprès d'un grand nombre d'institutions publiques et d'organismes. Les membres de OLD'UP, dont la nomination est approuvée par le Conseil d'Administration, représentent de manière permanente l'association au niveau national (Haute Autorité de Santé, Défenseur des droits, France Asso Santé, ...), Départemental (Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie – CDCA , Espace Éthique Île de France, Conseil Départemental) ou encore municipal (Mairie de Paris au niveau de l'Hôtel de Ville et de mairies d'arrondissement).

A ceci, s'ajoutent le niveau européen (Ageplatform, le MEF Mouvement Européen France) et international (ONU, groupe de travail sur le vieillissement).

A ces investissements réguliers, s'ajoutent les participations en réponse aux demandes reçues par téléphone ou mail ou encore arrivées directement à un des membres déjà connu et repéré. Il faut ajouter qu'internet génère également des appels d'étudiants, ou encore de journalistes de la presse écrite, de la radio et de la télévision.

Au final, on peut dire qu'il n'existe pas de semaine sans que OLD'UP ne participe à un événement.

L'enjeu est de communiquer et de faire savoir la richesse de toutes ces participations et de tous ces engagements qui sont une richesse à la fois pour OLD'UP et pour ceux qui y participent

Le site internet et la newsletter essaient de rendre compte largement de cette actualité de OLD'UP.

CONCLUSION DU RAPPORT D'ACTIVITÉ 2021 ET PERSPECTIVES 2022

Pour OLD'UP, l'année 2021 a été marquée par des mouvements importants et complémentaires.

Le socle de l'association constitué pour l'essentiel par des adhérents solides, engagés, enthousiastes s'est maintenu et les actions de base –groupes de paroles et ateliers, recherches actions, développement national, européen et international, communications...- se sont poursuivies et parfois développées avec succès.

Ce fond solide, garanti en particulier par le Conseil d'Administration au complet, a permis d'assurer la vie et la vitalité de l'association après la démission du Président Philippe Gutton (en mars 2021) et le départ des 2 co-présidents du Comité scientifique : Marie-Françoise Fuchs et Robert Moulias, malheureusement décédé.

Philippe Gutton a été un Président très apprécié de OLD'UP pendant plus de 4 ans. Grâce à lui, une collection de livres « OLD'UP » a été créée aux Editions In Press et des antennes de OLD'UP ont pu naître en France (Toulouse, Marseille en particulier).

L'intérim assuré par Martine Gruère a permis de rechercher sereinement notre futur Président...Le choix de Jean-Daniel Remond a été approuvé à l'unanimité par notre Conseil d'Administration le 19 novembre 2021

Pour le Comité Scientifique, 2 nouveaux co-présidents, plus jeunes, ont été nommés. Cette instance voulue depuis la création de OLD'UP fera l'objet d'un travail de réflexion et de définition en 2022-2023.

Comme le montre notre Rapport Moral 2021, OLD'UP avance et progresse sans arrêt. Nous sommes de plus en plus pressentis par les médias, les institutions nationales et locales, des associations diverses, pour donner nos avis, partager nos réflexions « en tant que vieux pour les vieux ». De plus en plus de « jeunes vieux » se tournent vers nous cherchant « un sens et de l'utilité » à la longévité de retraités qu'ils découvrent. Nous avons besoin de forces nouvelles, elles sont là.

Assurer la fonction de Présidente par intérim a été une chance, accueillir notre nouveau Président en est une autre, plus grande encore !

Martine GRUERE
Vice présidente

L'année 2022 va être l'occasion pour moi en tant que nouveau Président de OLD'UP, accompagné de trois Vice-Présidentes totalement engagées et inspirées, et d'un Conseil d'Administration, lui aussi engagé et vigilant, d'exprimer en quoi l'allongement de la vie est une expérience unique à vivre dans l'histoire de l'humanité.

Comment les personnes, qui ont la chance de bénéficier de ce cadeau que représente ce supplément de vie, peuvent contribuer à réalimenter un "humanisme" dont notre époque a fondamentalement besoin, pour affronter les enjeux complexes de l'évolution de notre société ? OLD'UP peut avoir une action enthousiasmante dans ce domaine.

Jean-Daniel REMOND
Président de OLD'UP



OLD'UP
Génération des « Vieux debout » - Association loi 1901
4 rue Amélie – 75007 Paris

Rapport financier 2021

En 2021, comme au cours des exercices précédents, OLD'UP a d'abord fonctionné grâce à l'investissement personnel de chacun de ses membres bénévoles, en imagination, en implication et en temps passé, ainsi que le détaille le Rapport moral qui précède le présent Rapport financier.

Cet investissement constitue la première ressource dont bénéficie OLD'UP. Bien qu'elle ne soit qu'indirectement pécuniaire, elle justifie néanmoins les ressources financières dont l'association a bénéficié et qui se sont élevées à un montant total de 75 080 euros en 2021.

Au premier chef de ces ressources financières viennent les cotisations des membres de l'association. Un montant de 6 930 euros, témoigne de leur attachement et de leur fidélité à Old'Up, malgré les difficultés rencontrées tout au long de l'année 2021.

Ces cotisations justifient également la confiance de ses partenaires envers OLD'UP qui, par leurs contributions respectives, financent les actions initiées et portées par ses bénévoles.

Les principaux contributeurs de notre association pour 2021 ont été les partenaires suivants :

- La Fondation de France, pour 20 000 euros,
- La CNSA, pour 18 150 euros,
- Le groupe UMR, pour 10 000 euros,
- La Conférence des Financeurs Paris, pour 15 000 euros,
- La Ville de Paris, pour 5 000 euros.

Ces différentes contributions totalisent 68 150 euros.

En regard de ces ressources, OLD'UP a engagé un ensemble de charges totalisant pour 2021 un montant de 73 303 euros.

Les principales charges de l'association correspondent d'abord à la couverture des charges extérieures engagées dans la réalisation des principales actions pilotées par l'association, telles qu'elles sont décrites au Rapport moral.

Le total des charges de fonctionnement proprement dites de OLD'UP, qui se rapportent à sa gestion et à son administration, n'excède pas le montant des cotisations de ses membres, démontrant ainsi l'indépendance financière de l'association.

La dynamique de développement de partenariats contributeurs et de maîtrise des charges, conduite tout au long de l'année sous le contrôle des membres du Conseil d'administration, a conduit à constater pour 2021 un excédent de 1 777 euros, portant un montant de 40 715 euros les fonds propres de OLD'UP à la clôture de l'exercice.

Ce niveau de fonds propres devrait favoriser l'amorçage des charges de l'exercice 2022 fondées sur un budget de ressources et de dépenses à l'équilibre.

Les comptes annuels 2021 vous sont présentés ci-après.

Comptes annuels de l'exercice clos le 31 décembre 2020 (en euros)

1. Compte de résultat (de l'exercice)

	2021	2020	2019	2018
Produits d'exploitation	75 080	180 937	89 226	60 405
Cotisations	6 930	9 087	9 165	8 370
Contributions	68 150	171 850	79 500	47 500
Autres produits	-	-	561	4 535
Charges d'exploitation	73 303	170 694	67 094	80 543
Achats et ch. ext.	73 303	170 694	47 673	57 290
Salaires et ch.soc.	-	-	19 421	23 253
Excédent / (-) Déficit	1 777	10 243	22 132	- 20 138

2. Bilan (au 31 décembre)

	2021	2020	2019	2018
Actif net	40 715	38 938	28 695	6 563
Disponibilités	42 500	85 238	30 195	22 490
Charges à payer	- 3 850	- 55 300	- 10 000	- 15 927
Contributions à recevoir	5 000	9 000	8 500	-
Cotisations perçues d'avance	- 2 935			
Fonds propres	40 715	38 938	28 695	6 563
Report à nouveau	38 938	28 695	6 563	26 701
Excédent / (-) déficit.	1 777	10 243	22 132	- 20 138

3. Annexe

Les comptes annuels ont été établis selon les principes, normes et méthodes comptables découlant des règlements n° 2014-03 et n° 2018-06 de l'Autorité des normes comptables relatifs, respectivement, au plan comptable général et aux comptes annuels des personnes morales de droit privé à but non lucratif.

Les conventions générales comptables ont été appliquées dans le respect du principe de prudence, conformément aux hypothèses de base : continuité de l'exploitation, permanence des méthodes comptables et indépendance des exercices.

Par référence à l'article 142-1 du règlement n° 2018-06 précité, il est précisé que les cotisations sont comptabilisées en produit lors de leur encaissement effectif. Cependant, les cotisations de l'exercice N+1 encaissées en fin d'année d'exercice N ont été extournés sous l'intitulé « Cotisations perçues d'avance » du bilan de clôture de l'exercice N à compter de l'exercice 2021.