

JVMA Journées Vieillessement et Maintien de l'Autonomie

Tours 01/06/2023 Martine Gruère, Vice-présidente de OLD'UP

Fabrique du Bien Vieillir

Rester citoyen tout au long de sa vie ; rester citoyen lorsque l'on vieillit (c'est ainsi que j'ai traduit ce qui m'a été demandé)

Comment ne pas être citoyen tout au long de sa vie ? C'est un droit irrévocable mais comment le rester lorsque l'on est assigné à la place de « retraité » ?

En retrait / coupé de la vie active salariée / coupé des forces vives et reconnues de notre société / devenus « illégitimes » car dans notre société, c'est le métier, le diplôme, éventuellement le titre prestigieux, qui fondent la légitimité, l'identité.

Être retraité, c'est certes une chance : un repos bien mérité, la liberté retrouvée et pour une majorité d'entre nous : une pension qui nous est régulièrement versée...

Mais c'est aussi –aux premiers jours de la retraite « tant attendue » ? Etre face à l'inconnu, devoir s'inventer un cadre, des activités intéressantes, plaisantes, créer souvent de nouvelles relations en sachant que le vieillissement -peut-être des handicaps- et la mort sont au bout du chemin...

Certains/certaines sont d'emblée suroccupés par leurs fonctions de grands-parents ou d'aidants pour des plus âgés ; certains ont des projets en attente depuis longtemps ; certains continuent à exercer leur métier par choix ou par contrainte... Nous avons devant nous de 20 à 40 ans à occuper...

De la télévision aux pratiques sportives et/ou culturelles ; du tourisme au jardin à cultiver, les possibilités de s'occuper sont multiples mais **qu'en est-il du sens de ces occupations** ? Lorsqu'éventuellement on se pose la question. A quoi ? A quoi servent-elles ? Sont-elles d'abord destinées à soi ? A son plaisir, à un épanouissement personnel, au besoin d'un repos mérité ?... Pourquoi pas ?

Mais certains/certaines personnes âgées et très âgées ne s'en satisfont pas. Ils/elles ont encore le besoin, le désir, **d'être utiles** que ce soit pour les autres ou plus généralement pour la société.

Ils éprouvent le besoin d'être des citoyens engagés.

Dépenser notre argent, consommer, partager, rémunérer ceux qui nous aident, payer les impôts – ce sont des actes de base auxquels il n'est pas possible d'échapper. Est-ce faire acte de citoyenneté ?

Veiller à respecter ceux qui nous entourent, notre environnement ; voter lorsque cela nous est proposé, ce serait une marche supplémentaire.

« Donner du sens et de l'utilité à l'allongement de la vie », C'est s'engager davantage. Cela devient un acte volontaire...C'est la première proposition de l'association OLD'UP, une proposition ambitieuse.

En France aujourd'hui, être à la retraite, être Vieux, ce n'est pas particulièrement valorisé. Le bon modèle, promu partout est celui des étapes précédentes de la vie : « le jeune »- idéalement dynamique et créatif – et « l'adulte » qui a un emploi rémunéré, porte sa famille, ses relations, l'ouverture au monde, du mieux possible et qui assume toutes les obligations à respecter.

Que reste-t-il pour les Vieux ? Certains vivent bien cet âge parce qu'ils ont un titre, des fonctions reconnues, qu'ils ont peut-être une réputation ou encore une passion qui les tient...Mais les autres ? Nous, les autres ?

Comment faire savoir que nous ne sommes pas pour une majorité d'entre nous des personnes « fragiles » ou « vulnérables » dès nos 60 ans passés, certes nous serons touchés -plus tard – par des handicaps variés mais beaucoup d'entre nous ne connaissons pas la grande dépendance à laquelle parfois nous avons l'impression d'être assimilés.

Nous avons plus besoin de considération, de respect, que de compassion –je le dis souvent. La compassion nous enfonce dans l'infantilisation, l'incapacité à nous assumer, l'irresponsabilité ...Elle nous interdit de jouer un rôle positif dans et pour notre société. Nous avons besoin de réciprocité.

Pour nous permettre d'être des citoyens à part entière –participant aux actions et débats, contribuant aux besoins et avancées de notre société - il nous faut d'abord changer la place et le regard :

- **de nous-mêmes sur nous -mêmes**
- **et de vous, nos concitoyens plus jeunes, sur notre âge, sur les Vieux.**

Cela suppose pour les uns et les autres d'accepter comme un préalable, nos différences, nos spécificités du fait de notre vieillesse - et de les identifier comme un gain, une chance, et non comme une perte. C'est à un véritable renversement que je vous invite.

Nous les Vieux, les retraités, nous sommes libres, disponibles, ouverts au monde si nous le souhaitons ; du fait de notre passé, nous avons tous des compétences, de l'expérience ; nos pensions nous permettent de nous engager en tant que volontaires, bénévoles. Un grand nombre d'entre nous contribuent déjà sous des formes variées à l'humanisation de notre société, ils sont porteurs d'initiatives diverses.

Mais les obstacles sont nombreux :

Comme à tous âges, nous connaissons des difficultés :

L'invasion récente du numérique –de toutes les technologies – peut nous marginaliser complètement, nous exclure du monde actuel, mais aussi de nos droits essentiels.

La mobilité est ou devient pour beaucoup d'entre nous, un risque d'immobilité, d'isolement

La pauvreté empêche, réduit - comme à tout âge - la vie, les relations si précieuses et parfois l'accès aux soins.

La représentation péjorative, négative de la vieillesse –l'âgisme –renforce ces obstacles qui peuvent être aussi sous-tendus par les peurs d'une concurrence dangereuse pour les salariés, par la crainte des experts ou des politiques de perdre leur pouvoir sur nous...

Alors que nous pouvons/ devrions être complémentaires ! Nous serions tous gagnants

Comment progresser vers une citoyenneté accessible et partagée par tous ?

Il s'agit de nous écouter, de nous entendre, de prendre en considération ce que nous disons, demandons, proposons en assumant nos différences...

Cela suppose au préalable que :

1/ Nous les Vieux, nous osions nous exprimer, nous nous autorisons à nous exprimer.

C'est un des points qui m'a frappée lors de mon engagement dans **le Conseil National de la Refondation « La Fabrique du Bien Vieillir »**

J'ai eu la grande chance d'être, au nom de l'association OLD'UP, pressentie pour assumer avec Yann Lasnier - Délégué Général de Petits Frères des Pauvres – le co-pilotage du Chantier « Renforcer le lien social et la citoyenneté des personnes âgées »

A ce titre nous avons rencontré et écouté des personnes âgées, des aidants et des professionnels concernés lors de 3 rencontres à Châlons-en-Champagne (Marne), Marseille et Rennes.

Au cours de ces 3 ateliers j'ai eu parfois l'impression d'entendre une autre France – pas celle qui était alors présentée dans les médias -. Ni revendicative, ni dans la plainte mais dans l'intérêt réel de partager des interrogations, des constats, des idées, des suggestions d'actions...

Le besoin de s'exprimer et d'être entendu à été cité par tous...et présenté comme un problème... « Il faudrait que les échanges se fassent autant de haut en bas que de bas en haut »...Or pour s'exprimer il faut oser s'affirmer et ne pas avoir peur des représailles. Très partagée cette peur empêche de dire ce que l'on voudrait pour soi ou pour les autres, elle empêche d'alerter en particulier lorsqu'il s'agit d'une maltraitance.

Afin d'être entendu sans risque, le recours à des personnes « extérieures » a été souvent et très explicitement demandé avec des appellations diverses : médiateur, relais de confiance, personnes ressources, usager-experts, représentants d'usagers...

Comment éviter ces intermédiaires et favoriser l'expression directe de chacun quelque soit son âge et ses conditions de vie ?

Cela a été la première préoccupation de OLD'UP dès sa création. Le cœur de notre association consiste en la proposition de participer à des groupes de paroles, des groupes horizontaux, centrés sur soi –pour mieux comprendre et assumer ce qui nous arrive – ou encore des groupes centrés sur nos intérêts du moment, des groupes destinés à nous former, à développer des compétences. Dans tous ces groupes **la convivialité** est fondamentale. Des liens d'estime et d'amitiés se créent et l'on retrouve la confiance en soi.

Après 2 ou 3 ans de participation à un de ces groupes, une vieille dame très effacée en arrivant nous a dit « J'avais honte d'être vieille, maintenant j'en suis fière »...et nous avons appris qu'elle avait créé une association dans son ensemble d'immeubles. Elle a osé s'afficher comme une citoyenne portant la voix des autres pour le bien de tous !

Dans le cadre du CNR, cette attente a été aussi clairement exprimée : disposer d'espaces, de temps de discussions, de lieux d'accueil où se retrouver (tiers lieux, cafés...) en groupes divers, ouverts (à l'intergénérationnel) ou fermés (entre soi).

Se réunir, partager des réflexions, c'est faciliter l'expression de chacun, c'est lutter contre l'isolement et inciter à s'engager...

2/ Cela suppose que vous, les « pas encore vieux », en particulier les soignants et les membres de nos familles,

Vous reconnaissez nos droits à nous autodéterminer, nos droits aux choix et aux risques sans ingérence abusive, sans décider à notre place « pour notre bien ». Nos voix, nos idées, nos envies, nos refus doivent être entendus et pris en compte lorsqu'il s'agit de notre propre vie.

Trop souvent nos trajets de vie ne sont pas respectés

Nous ne sommes pas des objets (à soigner ou à enfermer), nous sommes des sujets, des personnes à part entière.

3/ Cela suppose d'une façon plus générale :

- De mettre en valeur nos compétences et nos engagements déjà si nombreux (grands-parents, aidants, élus, responsables associatifs, bénévoles..)
- D'évaluer ce que nous rapportons par nos services multiples, nos contributions humaines et financières. Economiquement cela équivaut ou dépasse ce que nous coûtons
- D'associer des Vieux nous représentant à tous niveaux –du local au national- dans les instances qui nous concernent et/ou qui prennent des décisions qui nous impactent ; qu'ils participent activement, et soient entendus.

C'est à ces conditions (et probablement à d'autres) que nous serons pleinement citoyens pour le plus grand bénéfice de tous !

Martine Gruère-Arnaud, Vice-présidente de OLD'UP

Tours 01/06/2023