

«Les aînés d'aujourd'hui et de demain»

Yves Clercq- UDCCAS 85

yves clercq: cabinet.nicodem@orange.fr;
www.cabinet-nicodem.fr

En guise d'introduction

*La crise du covid: La crise du covid
a rendu saillant les ambivalences
de notre époque dans son rapport
à la vieillesse*



.....

La crise du covid révélateur des difficultés d'un secteur : le modèle actuel a atteint ses limites



- Le modèle Ehpads est questionné
- Le tout domicile atteint ses limites
- Des situations d'urgences dramatique
- Epuisement des aidants
- Difficultés de recrutement
- Des hospitalisations de plus en plus courtes

Un modèle qui aurait du être refondé il y 15 ans!



Nécessité d'interroger notre vision des personnes âgées, de leurs besoins et la manière d'y répondre
La crise: une opportunité pour grandir: redonner du sens à l'accompagnement du vieillissement



La personne âgée n'existe plus!



De nouveaux profils

- Génération sandwich
- Célibataires/divorcés
- Senior nomade
- Travailleurs migrants
- Nouveaux mode de vie..nouveaux rapports à la santé





Enquête réalisée entre Mai et Août 2021 auprès de 730 personnes



- Les objectifs :

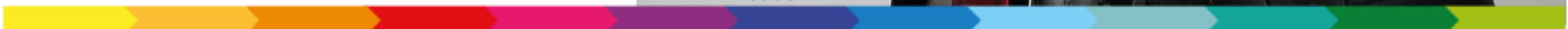
- Mesurer l'impact de la crise sanitaire sur les retraités vendéens,
- Comprendre les attentes et les besoins des retraités vendéens en ce qui concerne le lien social, les activités et actions qui leur sont habituellement proposées.




1^{er} résultat : des retraités qui semblent avoir bien résisté à la crise

80 % se sentent plutôt heureux et en phase avec leur époque

76% affirment aimer leur vie telle qu'elle est





1^{er} résultat : des retraités qui semblent avoir bien résisté à la crise... mais des signes d'inquiétude

40%

se sentent impactés dans leur vie sociale

Près de 10 %

ne sont pas en mesure de répondre à la question

Près de 30%

se sentent moins optimistes et se posent plus de questions sur le sens de leur retraite

28 %

prennent moins de plaisir à rencontrer de nouvelles personnes

Des idées reçues questionnées

Internet

Le
déracinement

L'âge et
l'isolement


L'intergénération

L'ennui



L'âge n'est pas forcément le problème!

- C'est plutôt l'état de vie (en couple ou seul, célibat choisi ou non, situation de veuvage, entente dans le couple) qui a été un déterminant dans la manière de vivre la période Covid
- 75 ans apparaît comme « un âge pivot » en raison du risque de facteurs cumulés plus fréquent avec l'avancée en âge



Au-delà de l'âge 4 profils se dessinent

- **Les retraités résilients (70 %)** : personnes que la crise a interrogées mais qui ont su globalement en tirer profit,
- **Les personnes « fragilisées par la crise » (20%)**, qui le disent, en ont conscience et attendent sans doute de l'aide,
- **Les « invisibles » (10%)**, personnes dont la crise a renforcé un isolement potentiel, parce que non « âgées », non fragiles, non perçues comme isolées ou déracinées. Elles semblent représenter une minorité importante (parmi les personnes qui affirment, à l'issue de la crise, préférer rester seules, prenant moins de plaisir à rencontrer de nouvelles personnes tout en regrettant de ne pas avoir de liens sociaux suffisants),
- **Des personnes « entre deux eaux » qu'il est difficile de situer.**



Une population de retraités fragilisée par la crise

1/4

de la population des retraités éprouve des difficultés à l'issue de la crise sanitaire

10 %

ne sont pas capables d'exprimer une opinion sur leur bien être actuel

Près de 15%

affirment
« *ne pas aimer leur vie* »

Une fragilité qui ne touche pas que les plus âgés et les plus isolés

60 %

des personnes
exprimant des
difficultés ne s'estiment
pas isolées

Les plus âgés
n'apparaissent pas
comme étant les plus
affectés par la
période





Pour les 60 / 75 ans

36 %

pensent plus à leur
vieillesse

15 %

de cette catégorie
d'âge se sentent
moins optimistes

22%

pensent plus à
leurs limites



Pour les 75 / 85 ans

Même si la crise sanitaire n'a pas changé leur vie :

75 %

pensent plus à leur
vieillesse

30 %

se sentent inutiles

8%

pensent que les
retraités n'ont
pas toute leur
place



Les plus de 85 ans

- Ils se sentent heureux dans leur vie, toutefois de nombreux indicateurs montrent qu'ils ont été particulièrement affectés par la crise.
- Ils doutent plus de leur utilité, de leur place, de leur capacité à transmettre.
- Cela traduit une image de soi « fragile »

58,8 %
se sentent inutiles



En bref...

10 %

fragilisés au point de
se sentir inutiles

34 %

des répondants, tous âges
confondus, préféreraient
rester seuls plutôt que
d'avoir une vie sociale
en demi-teinte

Les 55/64 ans : Ils affirment aller bien,

**Entre 75 ans et 85 ans : Ils doutent de plus en plus
même si les personnes ne se sentent pas forcément très affectées,**

**Les plus de 85 ans : Le sentiment d'inutilité et
l'ennui sont des préoccupations et les réponses sont
beaucoup plus empreintes de doutes.**




Renforcement d'un sentiment de déclassement chez les personnes fragilisées

Plus on est âgé :

- Plus on se soucie de la jeunesse et de l'avenir de la société
- Moins on pense être utile
- Moins on se sent en capacité de contribuer à l'avènement d'un monde meilleur





Au-delà de l'âge 4 profils se dessinent

- **Les retraités résilients (70 %)** : personnes que la crise a interrogées mais qui ont su globalement en tirer profit,
- **Les personnes « fragilisées par la crise » (20%)**, qui le disent, en ont conscience et attendent sans doute de l'aide,
- **Les « invisibles » (10%)**, personnes dont la crise a renforcé un isolement potentiel, parce que non « âgées », non fragiles, non perçues comme isolées ou déracinées. Elles semblent représenter une minorité importante (parmi les personnes qui affirment, à l'issue de la crise, préférer rester seules, prenant moins de plaisir à rencontrer de nouvelles personnes tout en regrettant de ne pas avoir de liens sociaux suffisants),
- **Des personnes « entre deux eaux » qu'il est difficile de situer.**



À l'issue de cette enquête plusieurs questions ont émergé :

- Comment rejoindre les publics invisibles/nouvellement isolés : comment leur donner l'envie de franchir le pas et de se saisir des offres d'activités qui leur sont proposées ?
- Comment aider les plus de 85 ans à trouver leur place ?
- Comment répondre aux besoins de sens et d'utilité des retraités afin qu'ils ne s'épuisent pas dans des activités qui les éloignent d'eux-mêmes ?
- Comment accompagner les 30 % moins optimistes ?
- Que proposer aux 2/3 des personnes souhaitant être acteurs d'un monde meilleur tout en considérant qu'un certain nombre semble douter de sa capacité à y contribuer ?

Des retraités loin des clichés !

Une peur de l'ennui s'exprime, traduisant une difficulté à penser le vieillissement dans une époque complexe


93,3 %

Partagent la valeur
du lien social

70,5 %

Ont l'envie de
nouvelles relations
témoignant
d'un refus de se
replier sur soi





La recherche d'activités porteuses de sens

Les activités ne sont donc pas recherchées uniquement pour s'occuper ou remplir le temps mais pour répondre à d'autres besoins :

Besoin de transmettre et d'apporter sa contribution au monde

72 %

Besoin de s'enrichir intellectuellement et culturellement

76,6 %

Besoin de vie sociale et d'utilité sociale



Les activités doivent aussi permettre de **fuir les soucis** et de **penser à d'autres choses** (pour 42 %)

Le refus de rester dans « l'entre-soi »

70 %

souhaitent ne pas
rester dans
« l'entre-soi »

Tout en aspirant à pouvoir

Partager leur vécu
avec des pairs

Trouver
des solutions
avec eux





Les activités sont moins importantes
que le lien qu'elles permettent.



Avec l'avancée en âge, ce n'est pas tant la quantité de choses accomplies
ou le nombre de personnes fréquentées qui compte que la qualité de ce
qui est vécu.

L'activisme

- Une réponse inappropriée à une quête de sens et d'unité
- Un facteur d'accentuation du risque de repli sur soi et de désinvestissement



Des besoins qui se dessinent

Différencier 3 catégories

**Personnes
insérées**



**Personnes en
besoin de
« déprise »**




**Personnes
fragilisées**



**Et les
autres...**



Passer du « faire venir » à l'aller vers



Changer de paradigme...



Quelques recommandations

- Favoriser des propositions dont l'objectif est d'accompagner au « travail du bien vieillir » et aux peurs qui l'accompagnent
- Accompagner à la déprise les personnes qui ont besoin de lâcher prise afin d'éviter le désinvestissement ou le surinvestissement
- Développer des activités intergénérationnelles
- Accompagner les personnes qui souhaiteraient s'engager dans du bénévolat mais qui hésitent à franchir le pas
- Accepter la pluralité des publics et la diversité de certains besoins
- Inventer de nouvelles façons de communiquer adaptées aux publics
- Réfléchir en fonction des réalités de territoires



1^{er} Défi: lutter contre l'isolement facteur d'entrée en dépendance



Introduire du tiers

- Favoriser la continuité du parcours de vie (CNSA)
- Mettre en réseaux les différents acteurs
- Favoriser l'émergence de « tiers lieux »
- Des quartiers qui décroissent les générations
- Accompagner les aidants
- Identifier « les invisibles »
- Prendre conscience du maquis administratifs



2^{ème} défi:
réinventer les
modèles

Des nouvelles formes d'habitats

- Qui doivent prendre en compte la diversité des parcours et des besoins
- Solitude \leftrightarrow isolement
- Fragilité \leftrightarrow dpdce
- Autonomie \leftrightarrow indépendance





Travailler la prévention:

- éviter le point de rupture qui favorise le désinvestissement
- Mettre en œuvre un vrai politique de maintien à domicile
 - Dans une logique de parcours de vie
 - Ne pas opposer les modèles

Des nouvelles formes d'habitats

- Logements individuels adaptés
- Habitats partagés
- lieux de Vie collectifs

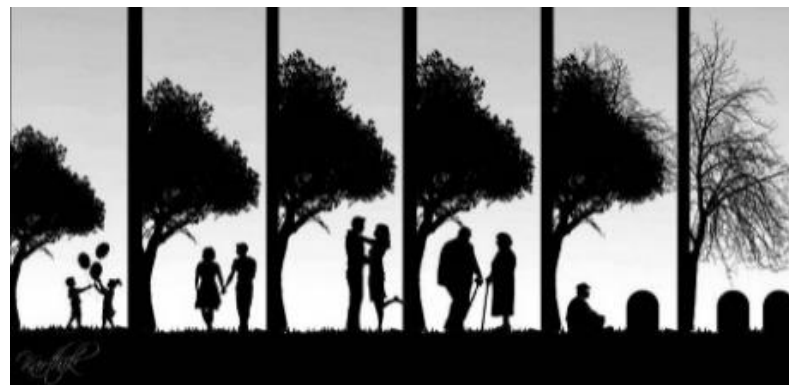


3^{ème} défi: élargir la vision de l'accompagnement en pensant différemment les besoins

- Avant d'être une personnes âgé un citoyen
- La question du parcours de

“on decide pour nous ce qui est bon pour nous sans nous demander notre avis”

- Une approche qui a privilégié la dimension sanitaire au mepris de la loi 2002-2
- Le modèle actuel va évoluer
- Repartir du resident et des besoins des publics
- Remettre la question de l'accompagnement de la fin de la vie au delà d'une approche médicale ou/et techniciste





Penser autrement l'accompagnement- innover

- Prendre soin des personnes très vieilles dans une société qui ne sait pas comment faire avec la vieillesse

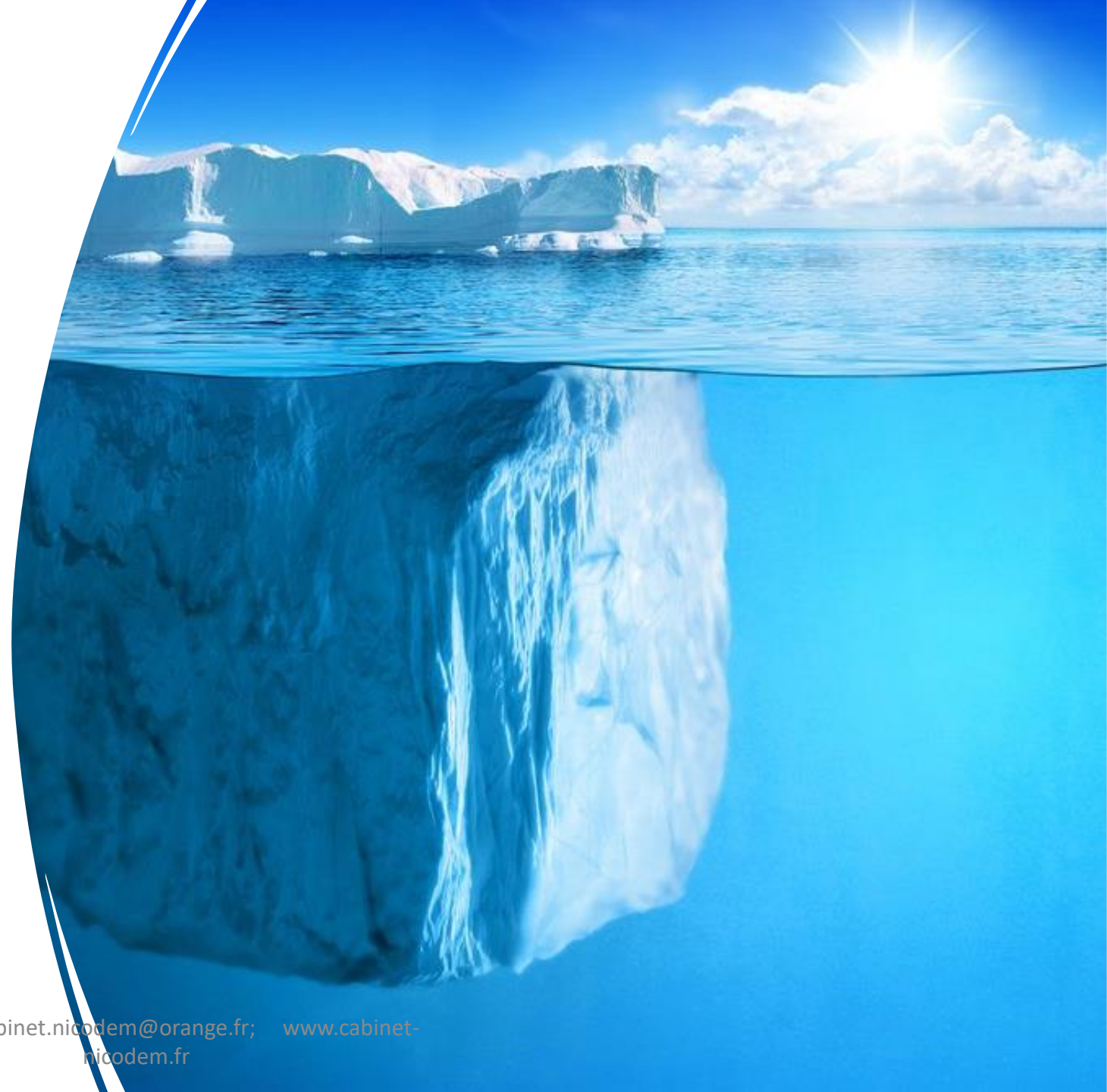
Pour un accompagnement global de la personne

accompagner
la crise
physique

accompagner
la crise sociale

accompagner
la crise
psychologique

Élargir son regard sur
la question du
vieillessement et de
son accompagnement
afin de penser
autrement l'institution



En guise de conclusion



Un enjeu : prendre en compte que les seniors aspirent à autre chose

Les retraités vivent une période de leur vie où ils sont en forte recherche de sens

Soif d'altérité et
de relations
authentiques
Soif d'amitié et
de tendresse

Besoin d'achever
la construction
de sa
personnalité

Besoin de se
réconcilier avec
soi et avec la vie

Besoin de se
relier à la nature
et de se nourrir
intérieurement

Besoin de se
resituer dans
une histoire plus
globale

Définition du
sens de la place
de l'être humain
dans un
environnement
plus large

Questionnement
sur la vie,
la mort

Aspiration à
continuer de
vivre à travers
une sensibilité
au sacré et un
retour à
l'essentiel



la vieillesse : une période de croissance potentielle dans le déclin

- La personne est confrontés à 2 défis :
 - Faire face aux pertes et à la confrontation à la finitude
 - Affronter l'angoisse Inhérente à toute période de développement

De
l'importance
de se
raconter
pour bien
vieillir

le besoin essentiel de se
raconter

Etayer

Trouver un sens à sa vie

les caractéristiques des personnes heureuses malgré les dépendances

Elle choisissent une attitude positive en donnant un sens à la perte

- *Accepter délibérément les pertes*
 - faire preuve de réalisme et de maturité
 - avoir des raisons d'accepter
- *Accueillir sereinement la mort*
 - être prêt(e) à mourir en tout temps
 - avoir des explications satisfaisantes
- *S'engager positivement dans sa solitude*
 - identifier les bienfaits de la solitude
 - questionner ou approfondir ses croyances

Elles découvrent et réalisent un gain


- *Affirmer sa force*
 - démontrer sa détermination et son courage
 - rester maître de sa vie
- *Apprécier plus intensément la vie*
 - goûter le moment présent
 - aimer et se sentir aimé(e)
 - demeurer dans le coup
- *Enrichir son univers relationnel*
 - se rapprocher de l'autre
 - se rapprocher de la nature
 - se rapprocher du Divin

- De la nécessité de la transmission de soi et de son expérience
 - Compter et exister aux yeux de l'autre




la qualité relationnelle

- Être reconnu dans sa spécificité
 - Renforce l'estime de soi
 - Renforce l'identité



Maintenir un sentiment de contrôle

- besoin d'anticiper, organiser, planifier les visites (un bon facteur de prévention)
- Redonner des espaces de décisions
- Renforcer le sentiment de responsabilité
 - Ex: Donner le choix de s'occuper d'une plante
- Renforcer le sentiment de participer à la vie collective



accompagner
la crise
physique

Le rôle majeur de la prévention

Prendre en compte les sources de
douleurs et d'inconforts




accompagner la crise sociale

Accompagner la solitude

Accueillir l'expression des
renoncements sociaux

Aider la personne à rester acteur
de sa vie



accompagner
la crise
psychologique

aider la personne à se rabibocher avec elle-même

aider la personne à garder/retrouver une identité acceptable

aider la personne à garder/trouver un sens acceptable à sa vie