

Pour en finir avec la discrimination par l'âge

LE RESPECTAGE

Un vocable neuf pour une prise de conscience urgente

Au plus près du Larousse, sans attendre l'Académie, osons cette définition :

Respectâge n.m. (lat.*re*, égard et *aetas*, âge). Sentiment qui porte à traiter quelqu'un avec de grands égards, quelle que soit la durée écoulée depuis sa naissance, donc sans discrimination d'âge.

Qui, aujourd'hui, oserait affirmer en public que vieillir équivaut à une perte de valeur ? Et pourtant... l'âgisme imprègne notre société. En avons-nous conscience ? Non. Est-ce grave ? Oui. Parce que nous en souffrons tous, jeunes et vieux confondus. Parce que c'est une violence, une déviance, une injustice. Et d'ailleurs savons-nous vraiment ce que c'est que l'âgisme ? Et comment le dépasser ? Comment en sortir ?

Parmi tous les racismes - c'en est un - l'âgisme a ceci de particulier que les dominants, jeunes aujourd'hui, seront inexorablement des dominés demain, vieux à leur tour. Sauf à mourir avant d'avoir vécu le plein épanouissement de leur vieillesse.

Mais comme les vieux, les jeunes souffrent de l'âgisme. Ils ont par exemple les plus grandes difficultés pour entrer sur le marché du travail, et souvent même bien des soucis pour financer leurs études quand leurs parents sont dans l'incapacité de les soutenir.

Alors trop vieux, trop jeunes ? Et d'abord à quel âge est-on vieux ? Inanité de ces questions, à l'opposé d'une évidence : qui méprise ou dévalorise les vieux et la vieillesse ne s'aime pas soi-même dans sa propre évolution.

A l'inverse, qui honore les vieux, sans oublier d'honorer les jeunes, honore l'avenir de la société toute entière donc notre avenir à tous. Sagesse que nous devons, collectivement, traduire dans nos choix concrets de société. Une des voies du bonheur ? D'une société harmonieuse ? Certainement.

C'est ce que nous appelons le respectâge

L'AGISME EST DELETERE POUR LES VIEUX : EXEMPLES

Les vieux ne sont appréciés que si l'on peut encore les qualifier de « jeunes ». Ainsi Line Renaud, Edgard Morin et certains autres seniors parce qu'ils vont bien ... ou semblent aller bien. Mais il y a tous ces « vieux vieux » qu'on ne peut pas considérer comme s'ils étaient jeunes. Ceux-là sont encore moins respectés, plus discriminés que les autres.

Pendant la crise Covid, la parole des personnes âgées n'a pas été entendue ce qui a conduit à des logiques hyper sécuritaires inadaptées.

Le langage même, le vocabulaire, utilisés sont des vecteurs puissants de maintien de la domination âgiste ; Le terme « dépendant » par exemple, sur-utilisé, sert à expliquer que les personnes âgées vulnérables ne peuvent pas être des citoyens comme les autres, dépendants qu'ils sont de leur famille ou de professionnels. Le mot « autonomie » ne sert que pour évoquer la perte. Grave erreur, chacun pouvant rester autonome à sa façon, l'autonomie des uns n'étant pas l'autonomie des autres. Ou alors l'autonomie des uns vaut moins que l'autonomie des autres. C'est cela la discrimination.

Quant au quotidien, force est de constater que notre société traite fort mal les personnes âgées qui ont besoin d'aide. Elles sont infantilisées, leur parole n'est pas écoutée, leurs désirs sont sous-estimés et ramenés aux seuls besoins physiques : se lever, se laver, manger, éliminer, et vivre dans un intérieur propre. Leurs demandes d'autonomie, de liberté et de respect sont ignorées. Parfois même ces personnes sont enfermées, contre leur gré.

En établissement comme à domicile, en dépit de toutes les analyses convergentes, les vieilles personnes ne sont accompagnées qu'avec des moyens insuffisants et les salariés qui travaillent à leurs côtés sont comme eux dévalorisés, broyés qu'ils sont par une logique de rendement totalement inadaptée, infernale et même avilissante. Ces salariés savent bien qu'ils manquent de temps, y compris pour les besoins les plus physiques, qu'ils n'arrivent pas à remplir, de façon humaine et respectueuse, leurs tâches « taylorisées » parce que le système mis en place ne le permet tout simplement pas. Ils savent combien il est beau et respectable d'aider des hommes et des femmes à vivre le mieux possible mais aussi combien le système réduit, au strict minimum, les moyens des établissements et des services qui les emploient.

Tout le contraire en somme du respectage

NOS PEURS, A DEPASSER

Quoique souvent inconscientes, donc non reconnues, les peurs qui nous habitent imprègnent nos manières d'être, de parler et d'agir. Elles sous-tendent au quotidien les discriminations âgistes malfaisantes que nous dénonçons.

Il y a d'abord la peur du dominant de perdre cet état de dominant – de jeune donc – qui l'autorise à affirmer sans cesse son pouvoir sur les dominés, par le ton - autoritaire ou condescendant, toujours dévalorisant - par les mots employés, par des décisions inappropriées ou simplement des oublis révélateurs.

Et puis la peur de vieillir, liée à l'image très négative de la vieillesse qu'il nous faut restaurer. Restaurer par l'exemple d'abord, la prévention des maladies, la préservation de l'autonomie de chacun, la valorisation de la place des anciens, y compris les plus anciens, les plus fragiles et par là-même les plus discriminés, en tâchant le plus possible « *d'entrelacer sans fin les générations par les liens de l'amitié, de l'intérêt, de la conversation* » comme l'écrivait Pascal Brückner. Parce qu'il y a tant à découvrir encore, tant à dire et transmettre, même avec un corps changé, des capacités diminuées, la vieillesse peut être d'une très grande richesse, intérieure s'entend.

Enfin, il y a la peur de mourir, non la moindre, et surtout la peur de souffrir pour mourir. Brisons le tabou qui consiste à ne pas en parler, parlons-en au contraire, lisons et réfléchissons pour dédramatiser le sujet.

Pour comprendre l'urgence du sujet :

Le vieillissement en France s'accroît d'année en année

Selon l'INSE (Institut national de la statistique et des études économiques), les plus de 65 ans représentaient environ 20% de la population totale en 2020, contre 16% en 2000 et seulement 11% en 1975. En 2023, on compte en France 26% de personnes de plus de 60 ans, soit un habitant sur quatre (chiffres *Le Monde*)

Cette évolution démographique s'explique surtout par le baby-boom, d'une part et par le ralentissement concomitant de la natalité depuis les années 1970 d'autre part. Ainsi, de 1946 à 1950, plus de 850 000 enfants par an étaient nés en France alors qu'en 2022, nous avons enregistré une forte baisse de natalité avec 19.000 naissances de moins que l'année précédente. Le taux de fécondité n'est plus aujourd'hui que de 1.8 enfant par femme.

Devant cette évolution inéluctable, nous espérons, avec Marie de Hennezel en « *une vraie volonté politique d'agir concrètement et de manière cohérente, dans la durée, sur la prévention, l'anticipation et le financement nécessaire* » ... « *pour repenser entièrement l'adaptation de la société au vieillissement de la population* ». Nous sommes prêts à y contribuer. C'est tout l'intérêt – et l'importance – de la réflexion ici menée.

Nous parlons toujours, là, de respectage

LES SOLUTIONS : DES CHOIX INDIVIDUELS ET SOCIETAUX

D'abord refuser toute séparation jeunes - vieux et toute catégorisation. Et reconnaître l'autre comme notre semblable, un citoyen à part entière. C'est la Fraternité (la Sororité) de notre belle devise nationale.

Il importe également au plus haut point de nous préoccuper de la situation de nos jeunes - études, revenus, équilibre général et psychique, - dans la solidarité, mais jamais en opposant jeunes et vieux.

Nous devons reconnaître la citoyenneté et la parole des plus anciens d'entre nous, mêmes celles des plus discriminés en raison de leur grand âge et de leur fragilité. C'est l'esprit de la démarche de « Citoyennage », Association devenue Nationale désormais, représentant les personnes âgées aidées, à domicile comme en établissement.

La liberté de choix et de consentement doit être reconnue à chacun et il importe de respecter ce choix, comme le droit au risque, pour les plus jeunes comme pour les plus vieux. Sans jamais plus de langage ou de vocabulaire âgiste dévalorisant ou rabaissant.

Dans une démarche républicaine, nous devons donner aux aînés vulnérables les moyens financiers et humains de vivre et de sauvegarder leur intégrité, à domicile ou en établissement.

La société doit à ses anciens de les entourer, de passer davantage de temps avec eux. D'où l'importance de recruter des professionnels nombreux, générant ainsi des milliers d'emplois dans un cercle vertueux où l'aide aux vieux donne de l'emploi aux jeunes. En revalorisant les conditions de travail et les salaires de ces derniers, tout spécialement ceux qui travaillent à domicile, oubliés depuis longtemps par les pouvoirs publics.

Enfin, travailler sur notre peur face à la mort et au vieillissement est une nécessité. Toute l'histoire de la pensée humaine peut nous y aider, spirituelle, philosophique ou psychologique. Et bien des ouvrages existent, très accessibles, pour nous y aider. Ceux de la psychologue Marie de Hennezel par exemple qui a longtemps exercé en soins palliatifs auprès de mourants. Ou encore celui, tout récent, du Dr Grange, *Le Dernier Souffle, Accompagner la fin de vie*, avec un avant-propos et une postface de Régis Debray.

Tout cela, c'est le respectage

Au cours de notre vie, nous faisons tous l'expérience d'un corps qui change et de capacités physiques qui diminuent. Mais l'esprit et le cœur peuvent ne jamais cesser de croître et de s'enrichir. Rien ne nous empêche de rester curieux, tournés vers les autres, d'être vieux, d'être mieux, dans une société respectueuse de tous ses citoyens, jeunes et vieux, dans chaque période de leur vie.

Voilà qui devrait rassurer tous les jeunes qui ont tant de mal à accepter de vieillir.

Oui c'est bien dans le respectage que nous voulons vivre

Isabelle HARTVIG

Vice-Présidente de AVEC
(Association Vieillir Ensemble en Citoyens)
Administratrice de Citoyennage

Pascal Champvert

Président AD-PA
(Association des Directeurs au service
des Personnes Agées)
Administrateur de AVEC
Directeur d'établissements et Services à
domicile (94)

Et pour approfondir :

Une bibliographie

Eloge d'une vieillesse heureuse

Colette Mesnage - 2012 - Ed. Carnets Nord/Montparnasse

Le processus du vieillissement nous concerne tous et est devenu, avec l'allongement de la vie, un vrai problème de société et de santé publique. Cette enquête nous permet de faire un point complet sur la façon de mieux vivre la vieillesse sur tous les plans.

Prendre soin de nos aînés c'est déjà prendre soin de nous

Pascal Champvert - 2012 - Ed. du Relié

Le témoignage humain et pragmatique d'un professionnel du secteur, depuis 30 ans dans le milieu de l'aide aux personnes âgées... un combat contre "l'âgisme et les idées reçues. L'auteur rappelle la nécessité de respecter la personne âgée, ses besoins et ses envies, car c'est de chacun de nous dont il s'agit. Entre traité de vie et livre pratique, pour avoir les bons réflexes et se poser les bonnes questions, ce livre apporte des solutions concrètes.

Qu'est-ce que l'âgisme ? Reconnaître et prévenir les discriminations liées à l'âge

Elfi Rebouleau - juil. 2019 - Ed. du Hêtre, Méréville (Essone)

Des outils conceptuels et pratiques pour identifier et lutter contre les discriminations liées à l'âge qu'elles soient en défaveur des seniors ou des plus jeunes, dans les comportements quotidiens ou à l'échelle de la société.

Cessons de maltraiter nos vieux

Elise Richard - 2021 - Editions du Rocher

Autour d'une vaste enquête auprès de personnes âgées, de professionnels, de familles, mais aussi de politiques qui s'intéressent à l'accompagnement du grand âge, l'auteure découvre les failles de tout un système

et présente des solutions et des alternatives qui mériteraient d'être développées.

Cessons de maltraiter les vieux et ceux qui les accompagnent en 44 mesures

Plateforme de l'AD-PA pour des âgés citoyens - Sous la direction de Pascal Champvert - fév. 2022 -

Un plaidoyer en faveur de la pleine citoyenneté des personnes âgées, qui invite à prendre de la hauteur, avec des propositions concrètes et argumentées.

Qui est vieux ici ? Les vieux sortent de l'ombre

Véronique Fournier et quelques autres vieux - mars 2022 - Ed. Rue de Seine

Un essai visant à faire changer le regard et les politiques publiques sur les personnes âgées.

Tu comprendras quand tu seras vieux. Petit manuel anti-préjugés grand âge

Véronique Cayado. Préface de Guillaume Richard - nov. 2022 - Ed. du Palio

Docteur en psychologie et spécialiste du bien vieillir, l'auteure analyse les stéréotypes liés à l'âgisme en s'appuyant sur les travaux de psychologues ainsi que sur son expérience professionnelle chez le leader français du service à domicile.

L'art d'accomoder la vieillesse

Geneviève Delaisi de Parseval – sept 2022 – Odile Jacob

Si vieillir c'était aussi grandir ? Une approche de la vieillesse stimulante et pleine d'espoir. Le chemin de la vieillesse n'offre-t-il pas justement un nouveau défi pour l'esprit ? N permet-il pas de faire une nouvelle lecture de son existence, de son histoire familiale, voire de vivre une seconde vie ?

L'Aventure de vieillir – Et si avancer dans l'âge était un voyage ?

Marie de Hennezel. novembre 2022 – Ed. Robert Laffont

Psychologue clinicienne, l'auteure incite à ne pas attendre le grand âge pour se préparer à vieillir, à prendre à bras le corps son vieillissement car c'est ainsi que l'on peut espérer prévenir le déclin que l'on redoute.

Cassez les codes : la science de l'âge enfin décryptée

Becca Levy (traduit de l'anglais, Etats-Unis) - janv. 2023 - Ed. Lafon, collection Document

Entre témoignages et études scientifiques, l'auteure remet en cause les idées négatives associées à la vieillesse dans les sociétés occidentales et montre qu'accepter son âge permet de vieillir heureux et en bonne santé.

Vieillir dans la dignité : l'évidence d'un défi

Gilles Berrut - sept. 2022 - éd. Cerf

Une invitation à faire évoluer le regard de la société sur les personnes âgées. L'auteur considère que les difficultés rencontrées par les seniors sont liées aux préjugés dont la vieillesse fait l'objet, à l'origine de mécanismes de discrimination négative et d'un regard cynique sur ces populations, dont des scandales comme celui d'Orpea révèlent l'ampleur.

De vieux en mieux : vivants jusqu'au bout !

Xavier Emmanuelli avec Laura Mercier - mars 2023 – Ed. Atlande, Neuilly/Seine, collection Coup de gueule et engagement.

L'urgentiste prend position dans le débat sur la fin de vie et défend le droit à une vieillesse digne et sereine tout en dénonçant le mode de vie ultra capitaliste qui pousse à l'isolement des personnes âgées vulnérables, considérées comme improductives. Il propose des solutions humanistes pour améliorer le traitement réservé aux anciens, notamment en revalorisant le soin à domicile.

Le Dernier souffle. Accompagner la fin de vie.

Claude Grange, avant-propos et postface de Régis Debray - mars 2023 – Gallimard.

Un médecin de campagne, chef de service d'une unité de soins palliatifs pendant vingt-cinq ans, relate à travers une suite de cas concrets et d'histoires singulières la façon dont meurent aujourd'hui des hommes et des femmes et ce qui doit être fait pour une fin digne et sans souffrance. Le philosophe complète ce récit par des réflexions sur la place de la mort dans la société contemporaine.

L'âge citoyen

Jean Carette - A paraître - Ed Boréal, Montréal

L'auteur présente un changement de perspective et suggère de regarder le vieillissement comme un chemin de croissance... Tout en dénonçant l'injustice fondamentale qui régit nos sociétés, il propose l'idée que nous sommes nés pour changer le monde, pour améliorer sans cesse nos sociétés ... suggérant que c'est là que réside notre bonheur, individuel et collectif.