

Pour l'Année européenne du vieillissement actif

Succès, surprises, satisfactions, défis et quelques craintes.
Il y a de tout cela dans le choix de promouvoir cette réflexion sur tout le continent. Une certitude peut nous réunir : l'avenir de nos sociétés et notre propre projet de vie se jouent dès aujourd'hui. Nos actions informées, résolues et concertées sont attendues par les générations qui s'annoncent : nos enfants et nos petits-enfants.

Voir aussi le site : www.socialinfo.ch

Un vieillissement actif ?

Jean-Pierre Fragnière

Faut-il vraiment s'activer lorsque vient le temps de la vieillesse ? Convient-il de faire de cette affaire une cause publique ? Cette question vous traverse l'esprit ne serait-ce qu'en effleurant le sommaire de ce livret.

Une réponse, simple, mais fondatrice : nous avons presque tous un fort désir de vivre ensemble longtemps.

« Presque ? » Ce n'est pas l'heure de dessiner les exceptions. « Vivre ensemble ? » : quel que soit notre goût de la solitude et notre appétit du « chez-soi », nous revendiquons l'appartenance à un groupe lorsque nous nous énonçons « les miens » ou, plus fort, « les nôtres ». Vivre longtemps ? Qui ose affirmer qu'il ne rêve pas de s'attarder quelque peu ici-bas. Ah, vivre encore ! Et même : « mourir pour des idées, d'accord, mais de mort lente ».

Ceux qui entrent dans la cinquantaine, comme leurs proches d'ailleurs, sont peu à peu confrontés, de gré ou de force, à la délicate question : que faire du temps qui vient ? De quoi sera fait le temps qui reste ?

L'état de notre société ne nous permet plus de fuir cette question ou de repousser les réponses à je ne sais quelles calendes grecques. Nous sommes fringants et nombreux, un fatras d'objets et d'appétits nous cernent et balisent des vies quotidiennes emprisonnées dans des agendas boursoufflés et ronflants.

À l'atelier ou au bureau, on semble vouloir encore de nous. Mais les rangs commencent à se clairsemer. Des visages s'effacent. Parfois des bruits et des rumeurs circulent qui n'annoncent rien de bon. Compétences menacées, décennies d'engagement embrumées, horizon dont on n'ose guère parler. Un sursaut s'impose, les milieux les plus autorisés ont inscrit le débat dans l'agenda politique : et voici l'année européenne du vieillissement actif.

Le chantier ainsi ouvert va examiner ce qui se passe dans la dernière décennie de la vie professionnelle et dans le quart de siècle promis au plus grand nombre après ce passage devenu flottant qui s'appelait « autrefois » la retraite. Donner du sens aux fins de carrière et des projets à solide contenu aux longues années d'un nouveau temps de vie qu'aucune société humaine n'a encore expérimenté ! Vaste et fier défi. Il semble bien qu'il ne soit plus possible de s'y dérober. Alors, faisons face. C'est le sens des pages qui viennent, des informations et des suggestions qu'elles proposent.

Nous commencerons d'ailleurs par une petite cure de prévention contre certaines brumes de traîne qui risquent de gâcher le paysage.

Bonnes nouvelles, d'abord !

Quelques fâcheux réflexes nous induisent à broyer du sombre lorsque nous aborderons ce qu'on appelle un problème. Des décennies de soupirs hypocondriaques ont attaché à la vieillesse des airs de malheur. Pourtant, les esprits les mieux informés et les plus lucides s'accordent à souligner des succès et à égrener quelques bonnes nouvelles. Ne nous en privons pas.

Une vie devant soi

Une vie de plus en plus longue nous est promise et quasiment garantie. Depuis l'élection de François Mitterrand, un certain 10 mai 1981, j'ai gagné presque huit ans d'espérance de vie (il n'y a pas de relation de cause à effet), vous aussi. C'est considérable. Autour de moi, le paysage humain se transforme, la proportion d'octogénaires a quadruplé en 30 ans, le nonagénaire se banalise, les «fauteuils» sont devenus cartons de vin ou bouquets de fleurs. De nombreux centenaires qui s'ignorent se préparent à entrer en scène. Regardez autour de vous, cela concerne aussi votre belle mère.

Cette population nouvelle prend place lentement mais sûrement. Plusieurs vont vouloir ou devoir recourir à des établissements spécialisés, dotés d'équipements adaptés et d'un sens de l'accueil réfléchi. La grande majorité va pouvoir vieillir chez elle, avec le concours de ces prestations concertées qu'on désigne sous les termes de soins et maintien à domicile. Et surtout la présence du voisinage et de quelques proches.

Avec la santé

Les trajectoires du vieillissement sont fort différenciées. Vous ne connaissez sans doute pas le chemin qu'il vous sera donné d'emprunter. Une fin soudaine au terme d'un long parcours en bonne santé ? Plusieurs mois de forte dépendance en fin de vie ? Une lente fragilisation avec une réduction progressive de l'autonomie, ou encore...

Retenons l'essentiel : l'espérance de vie s'allonge, mais la part des années vécues en bonne santé est proportionnellement de plus en plus grande. Tout cela de « gagné » sur les générations précédentes. Cela dit, vous aurez quelques bobos, quelques accidents de santé, mais aussi des soins inédits et des traitements salvateurs... Ces considérations ne doivent pas vous dissuader d'arrêter de fumer!

En grignotant les filets de la dépendance

La conquête de l'autonomie par les différentes catégories sociales traditionnellement brimées dans leur faculté de décider, de choisir et de se faire entendre s'est élargie inéluctablement. La jeunesse s'est émancipée, l'enfance s'est vu reconnaître le droit à la parole, les femmes ont pu saisir leurs bulletins de vote, ouvrir un compte en banque et toucher leur AVS en mains propres. Les patients ont accès à leur dossier médical et les vieillards sont mieux protégés contre toutes les formes de spoliation ou de mise sous tutelle intempestive. Ceux qui n'ont pas encore tout oublié mesurent l'ampleur du chemin parcouru, comme ils se souviennent de la rudesse des obstacles qu'il a fallu surmonter par la persuasion, la force et même la ruse.

Cet élargissement des espaces d'indépendance et d'autonomie balise le contexte et le cadre institutionnel dans lequel se développent les nouvelles formes de vieillissement. Il en détermine les règles du jeu. Il dessine les rôles des différents partenaires engagés dans les relations privées ou professionnelles.

Ceci concerne aussi bien les négociations au sein du couple vieillissant que la relation médecin/malade ou l'accès à la cagnotte du deuxième pilier.

L'appropriation culturelle

La culture et la formation pour tous-toutes ne sont pas restés des slogans confinés dans l'armoire des promesses légères.

La génération qui prend actuellement de l'âge est, sous nos latitudes, la première qui connaît à la fois : la formation, l'information, l'accès à l'écrit et aux instruments de communication modernes. Et cela concerne aussi bien les femmes que les hommes. On n'a jamais vu ça !

Les monopoles culturels se sont estompés, la diversité s'est glissée dans nos oreilles, sous nos yeux, dans l'espace public et la sphère privée. Et je ne sous-estime pas la violence de l'anglicisation de la vie sociale, l'intrusion des séries télévisées, ni les victoires de Coca-Cola. M'infligera-t-on un Nespresso au

bord de ma tombe... après avoir subi Lady Gaga alors que je rêvais des mandolines d'Archangelo Corelli ?

Tout cela pour dire que ce très large accès aux diverses formes de culture est un succès incommensurable. Bien sûr, il faudra trier et choisir ; mais il y a du choix.

Et nous pourrions continuer l'évocation des bonnes nouvelles : l'eau chaude, le frigo et l'ascenseur, l'association « transport-handicap » et la « ligne du coeur et de l'esprit » (merci étienne, encore Danièle, bonjour Alain).

Il n'est pas vain de savoir se réjouir. Ont construit aussi sur de bonnes expériences, surtout lorsque les choix ouvrent les voies d'une liberté confortée.

Ces défis à relever

Il est bon de promener son regard sur la face réjouie des jours. N'oublions jamais de reconnaître les succès et de dire merci. Cela dit, il vaut mieux ne pas se voiler la face. Ces phénomènes de vieillissement nous ont pris de court et même bousculés par leur forme et leur ampleur. Il est temps de rectifier nos images et nos représentations, ne serait-ce que pour corriger nos errements et légitimer les mesures politiques qui vont s'imposer. L'année européenne du vieillissement actif trouve dans cet effort l'essentiel de sa légitimité.

Rien vu venir

Au cours des dernières décennies, on a systématiquement sous-estimé les enjeux et l'ampleur du problème. On a traité les questions par le déni et parfois même le mépris. On s'est référé à un amalgame où l'on assimilait : vieillesse, handicap, maladie, petits moyens matériels et, trop souvent, quelques gros défauts que nous nous interdisons rigoureusement de nommer ici.

La population âgée est devenue une force considérable. Le nombre bien sûr, mais aussi une énergie et des ressources copieuses. Une volonté d'agir et de garder l'initiative, adossée à une large palette de formes d'expression.

Les vieux se sont manifestés sur le marché du logement, dans les clubs de gymnastique, à la cafétéria des supermarchés, dans les boutiques et les trains, les croisières et le prêt-à-porter, l'École-club Migros et Connaissance 3. Ils se sont donné une vie associative florissante. Ils se sont engagés dans les cartons du coeur et le soutien scolaire. Quelques panthères grises ont tenté une percée. Aujourd'hui, la mobilisation n'est pas prête de s'arrêter, ni les énergies de se tarir. La force du mouvement étonne. De toutes parts, on commence à le prendre au sérieux.

L'alarme à la mort sociale

La retraite « couperet » tant désirée et attendue s'est transformée pour beaucoup en une sorte de mort sociale. Peu préparées, mal informées, combien de personnes se sont trouvées du jour au lendemain coupées de leur entreprise, de leur réseau de relations professionnelles, de leurs outils. Désœuvrées devant un carnet d'adresses silencieux, appelées à jouer sur une scène mal connue des rôles sans saveur. Le travail bien fait se mue en bricolage, bien fait aussi, mais si confidentiel. Dans ces transitions mal gérées, la vie sociale s'est lentement éteinte. Beaucoup de souffrances et de ruptures se sont introduites là où l'on attendait liberté, repos et reconnaissance.

Ce désenchantement a frappé trop de personnes qui n'ont pas rencontré l'invite à un sursaut. Combien de ces morts sociales qu'on n'a pas su prévoir, ni donc prévenir. On peut en tirer quelques leçons et accueillir des suggestions.

Solitude

On le répète, mais qui l'entend ? La solitude s'installe comme compagne ordinaire de pans entiers de la vieillesse. Elle est fille des disparitions et des ruptures qui ont ponctué les parcours de vie, elle s'impose automatiquement par les écarts d'espérance de vie entre femmes et hommes ou leur probabilité différente de reconstruire un couple après les ruptures.

Elle succède aussi au départ du dernier enfant. Nids vides et foyers silencieux que camoufle mal la télévision toujours allumée ou la morne compagnie d'un téléphone qui ne sonne plus ou si chichement. Ce virus se prévient. On ne laisse pas s'installer un tel vide. La vieillesse et les journées se partagent. S'arracher à son fauteuil, fût-il confortable, et se risquer à la rencontre de l'autre, des autres.

Comment ? Essayez d'abord le coup de main offert ou un brin d'écoute attentive. L'année du vieillissement actif vous suggérera un bouquet de belles pistes. Elles existent, elles sont là, tout près de vous, à deux pas. Ouvrez la fenêtre. La Suisse offre vraisemblablement plusieurs centaines de groupes de retraités plus ou moins formels. Qui cherche trouve.

De l'oubli à la maltraitance

On ose enfin soulever le couvercle. Les inégalités face à la vieillesse sont multiples et de toutes sortes. Nombreux sont nos contemporains qui glissent imperturbablement dans l'oubli, une sorte de disparition, le destin des outils abandonnés. Perclus de honte et de peur, ils s'effacent et retiennent leur plainte.

À peine se risquent-ils à solliciter l'essentiel, à quérir leur maigre dû. Sevrés de bienveillance, ratatinés dans la résignation, ils attendent. À demi prostrés et discrets, il arrive qu'ils irritent encore. Dans ces couloirs et ces corridors se terrent les différentes formes de la maltraitance. On a montré quelques scandales dans certaines institutions de santé et quelques EMS. On sait que l'essentiel des mauvais traitements sont infligés « à la maison » et par des proches. La riposte résolue et efficace ne fait que commencer; il fallait le redire ici.

Arrêtons là cette évocation de quelques défis à relever. Ce ne sont pas des détails, ils appellent des mobilisations collectives, ils sollicitent nos savoirs et notre savoir-faire. Ne faut-il pas apprendre à vivre ensemble longtemps?

Bon à savoir

Avant de sortir nos hallebardes et de nous en aller guerroyer pour instaurer un royaume du « bien vieillir », il peut être avisé de préciser quelques informations et d'entendre un certain nombre de mises en garde. Une pause brève, mais vraisemblablement féconde est bienvenue.

Les pièges du bien vieillir

N'y allons pas par quatre chemins. Trop de coquins ont flairé le filon. Vieillir fait peur, on peut transformer cette réalité en occasion de glaner quelques écus. Ces gredins endimanchés et bavards agitent deux promesses, étalent trois élixirs et récitent quelques mots savants et aimables.

Envoûté ou tout simplement consolé, vous crachez au bassinnet. Argent vite gagné. La vieillesse est devenue un marché sur lequel s'échangent le meilleur et le pire, des merveilles et des contrefaçons.

Soyons sérieux. Bien vieillir, c'est vivre et assumer (je n'ai pas dit accepter) un processus de fragilisation qui conduit à cette sorte de fin qui porte un nom : la mort. La mort, « pour de vrai ».

Là encore, on peut trouver «à boire et à manger» (si j'ose dire). Ceux qui ont fait un détour à Paris, au salon de la mort, en savent quelque chose. Cela dit, offrez-vous quelques tisanes apaisantes et un fauteuil confortable, mais gardez-vous des assauts mercantiles qui sont prêts à vous vendre un tablard de gadgets anti-âge.

Les incertitudes et les peurs

Le mieux est encore de les accueillir pour mieux les maîtriser. On peut comprendre, les fragilités sont porteuses d'inquiétude, elles sèment des incertitudes qui se transforment en peur. Et si, de surcroît, vous succomez au journal de 20 heures sur TF1, vous êtes mûrs pour frissonner longtemps. La vieillesse est sensible à la peur comme aux courants d'air et aux plaques de verglas.

Agitant cette trouille, des usines à fromage pasteurisé, des serruriers, des notaires et même des partis politiques jouent des coudes pour vous construire votre propre prison, pour vous enfermer dans vos craintes, vos préjugés et la nasse des malheurs qui ne vous arriveront pas.

La crainte peut être un bon avertissement ou un soutien pour je ne sais quelle bonne résolution. Pourquoi pas ? S'il vous faut la peur de mourir pour attacher votre ceinture de sécurité... Elle peut s'imposer comme mère de votre solitude et de vos aveuglements. Elle peut vous conduire à fermer vos volets d'abord, et puis la porte, et à vous terrer dans la huche. Qu'advient-il au bout de cinq à six semaines ?

La tentation du repli

Ils sont trop nombreux ceux qui battent en retraite après les premiers pas. Sur les chemins de la vieillesse, au deuxième obstacle, ils se trouvent pantois, frappés d'aboulie et d'asthénie, comme s'ils avaient rencontré le dragon de Naters.

C'est fréquemment l'effet de deux phénomènes concomitants. La nouveauté d'abord. Il faut le dire et le redire, jamais, dans l'histoire, nous n'avons connu un vieillissement si affirmé et si généralisé. Nous ne disposons pas de mode d'emploi légitimé ou d'une tradition orale incontestée. Il faut inventer, donc essayer, donc risquer, donc échouer quelquefois, donc se relever, donc poursuivre son chemin, donc surmonter la compréhensible tentation du repli.

C'est aussi la conséquence de ce vaste patrimoine de connaissances et d'expériences que nous avons accumulé pour être mis en scène dans l'action professionnelle publique et qui est soudain renvoyé à la sphère privée.

Tout cela appelle des redéfinitions et des réorientations. Nous avons faim de nouvelles raisons d'être dans un environnement humain significativement transformé. Une montagne ? Non ! Une année de réflexion collective pour construire et compléter notre boîte à outils.

Accepter l'ambivalence

Cette attitude familière et suspecte à la fois est une compagne omniprésente du vieillissement des personnes et des sociétés. Elle se manifeste concrètement, par exemple, dans les processus de détachement des adolescents à l'égard de père et mère ou dans les soins dispensés à des parents âgés. Proximité et distance, accueil et rejet, attirance et répulsion, célébration et dénigrement, tous ces éléments peuvent cohabiter ou alterner.

Quel que soit le jugement que l'on porte, il faut reconnaître la coexistence de ces attitudes et apprendre à gérer leur expression. Tôt ou tard il faudra en parler, ne serait-ce que pour dissiper les malentendus et éviter les blocages. Pour la petite Céline, tous les vieux sont des grincheux, mais elle répète inlassablement « j'adore ma grand-mère ».

Tout s'achète

L'accroissement numérique des populations vieillissantes se déploie dans un monde de plus en plus monétarisé. Plus précisément, les rapports marchands grignotent des pans entiers de la vie quotidienne. L'eau embouteillée d'un pays voisin et ami se vend à deux pas de la source d'un glacier oberlandais, de plus en plus de visages professionnalisés sollicitent un honoraire, le quart d'heure d'écoute est tarifé.

Cette monétarisation s'empare de la vie quotidienne des personnes vieillissantes, elle se repaît de la solitude, des craintes, des fragilités, des risques nouveaux montés en épingle qui permettent de vendre un onguent, une couverture chauffante ou une serrure. Il n'est pas si loin le temps des indulgences. Ces prédatons s'accommodent bien des formes diverses de passivité, de soumission et de dépendance. Elles ont tout à craindre de la promotion d'un vieillissement lucide, informé et actif.

Voilà pour les mises en garde. D'autres vous sont venues à l'esprit ? Gardez-les dans un recoin de votre mémoire pour les partager bientôt.

Ressources et ouvertures

Le temps de la vieillesse

Le vieillissement en cours a déjà produit un vaste éventail de ressources, il a fait naître des opportunités qui ne demandaient qu'à être découvertes, utilisées et affinées. Tranches de mode d'emploi.

Autonomie et solidarité

Ceux qui ont dû trop longtemps courber l'échine apprécient et dégustent le renforcement des diverses formes d'autonomie. Ce n'est pas rien d'avoir des droits et beaucoup moins de comptes à rendre.

Nous apprécions à leur juste valeur ces espaces de liberté, cette possibilité de choisir, cet élargissement du territoire sur lequel nous pouvons exercer notre suzeraineté.

Ce mouvement collectif, dont la grande majorité bénéficie, se paye à un juste prix : celui de la reconnaissance et de la promotion des solidarités.

En d'autres termes, la qualité de mon territoire dépend largement de celle des voisins. La trame des solidarités soutient la qualité de vie. Elle donne un contenu à cette autonomie tant souhaitée, menacée de devenir coquille vide lorsque l'isolement et la ségrégation s'imposent. Sur ce chantier, vos suggestions sont bienvenues.

Une panoplie de services

Il en a fallu du temps pour que le club alpin accepte les dames et pour que la coiffeuse et le podologue entrent dans la maison de retraite. Aujourd'hui, des conseils conjugaux sont offerts aux aînés, des médiateurs proposent leurs services et les gares sont adaptées au rythme plus lent et aux accidents de la mobilité. C'est dire que la population vieillissante a induit l'émergence d'un large éventail de services qui ont comblé les manques et les indisponibilités de l'entourage, mais aussi apporté des réponses aux nouveaux mode de vie des divers types de seniors.

Les enseignes ont poussé comme des champignons, surtout là où la clientèle solvable était repérée. Il en est résulté un certain désordre: des zones suréquipées et quelques déserts. Des charlatans ont installé leur comptoir. Des démarcheurs retors, pressants et sans scrupule bénéficient encore d'une regrettable impunité. Sans bloquer l'émergence de ces équipements, des efforts résolus s'imposent pour garantir la transparence et la qualité.

Dans de nombreux domaines, la promotion de l'accessibilité des services au plus grand nombre est ouverte. On connaît l'enjeu : si mes moyens sont très limités, vais-je avoir accès à un appareil auditif, à des lunettes adaptées, ou à la visite de l'ergothérapeute ? L'implantation de ces services sur le territoire, comme la régulation des conditions d'accès entrent dans la liste des missions de l'autorité publique. Les promesses ne suffisent pas.

Souvent, c'est un véritable réaménagement de la cité qui doit être envisagé. On l'a fait pour l'automobile et pour les espaces verts. Certaines villes se présentent comme «amies des aînés», elles s'engagent dans des programmes stimulants et prometteurs (c'est le cas de la ville de Genève). Un champ d'action pour l'année européenne du vieillissement actif.

La lancinante question des compétences

Le sujet mérite plus qu'un détour. Par des mécanismes sinueux et rarement avoués, une chape de disqualification s'est abattue sur la vieillesse. On l'a coiffée des oripeaux de l'incompétence, de l'incuriosité ou du passéisme, allant jusqu'à lui annoncer un retour à l'enfance dans la position de « l'infans » celui qui ne parle pas et auquel on s'adresse en zézayant avec force onomatopées. Diantre ! Qu'est-ce qui leur a pris à ces gendres, ces docteurs et ces préposés ? L'orage est en train de passer. Mais les dernières averses peuvent encore surprendre : trop tôt pour rentrer vos parapluies.

C'est neuf et c'est vrai : la très grande majorité des seniors sont formés et expérimentés ; femmes et hommes disposent de compétences solides et actualisées, ils savent ce qu'ils font, ils savent ce qu'ils veulent. Leur cerveau marche sans béquille. Aucune raison de les écarter ou de leur infliger une lourde lobotomie symbolique. Ils sont assez grands pour comprendre qu'ils doivent transmettre le témoin, éviter de s'accrocher au pouvoir et aux biens, apprendre le détachement. Si, quelquefois, un coup de pouce s'impose, que ce soit une délicate pichenette. En tout état de cause, il vaut toujours mieux éviter les grands moyens. Comme les mulets, les vieux ont parfois de ces revertigots.

L'autre volet de cette affaire de compétences, c'est que le « service des vieux » est une activité sérieuse à confier à des mains avisées, bien formées et expérimentées. Le bricolage n'est pas bienvenu. Ce n'est pas un champ d'expérimentation à traiter au rabais.

De telles affirmations ne sont pas sans conséquences. Aujourd'hui, un vigoureux effort de formation des professionnels concernés s'impose et appelle des mesures d'urgence. Il n'est pas si loin le temps où les services aux personnes âgées étaient largement confiés à des « aides... quelque chose » et à des «auxiliaires... de quelque chose », généralement mal formées et mal payées. D'autres attentes vont survenir.

Inventer et innover

Qui aurait pensé pouvoir consulter sa messagerie dans les alpages ou s'offrir un TGV Genève-Paris en trois heures ? Bien prétentieux qui estime pouvoir décrire les détails de sa vie quotidienne dans 20 ans. Face à cette déferlante d'innovations, il s'agira de développer la disponibilité pour accueillir, mais aussi la sagacité pour trier, les compétences pour en tirer profit, mais aussi la lucidité face aux nouvelles responsabilités auxquelles nous serons confrontés.

Un vieillissement « actif » n'aura rien d'une démarche de dilettante désœuvré. Pour conquérir sa place dans ce monde en train d'émerger, le retraité d'aujourd'hui et de demain fera appel à sa mémoire, il

cultivera ses racines, il honorera les solidarités primaires en accueillant les différences et même les surprises, les bonnes et les moins bonnes. Il y a belle lurette que le « progrès » ne fait plus l'objet d'un culte inconditionnel.

Depuis Tchernobyl et le sang contaminé, suspicion et prudence ont encore gagné du terrain. Le principe de précaution s'est établi sur de nouveaux territoires, y compris dans les terres du vieillissement.

Cette néo-modernité nous accompagnera, féconde et polymorphe, discrète sur les pièges qu'elle dissimule, plus bavarde sur les promesses qu'elle ne tiendra pas toujours. Il faudra naviguer à vue avec la prudence des capitaines de transatlantiques au cours des années qui ont suivi le naufrage du Titanic. Il y a fort à parier que dans un tel environnement, les rapports sociaux (les relations entre les gens) prendront des formes nouvelles. Les codes de délimitation des groupes d'âges se modifieront. De nouveaux lieux de rencontre émergeront, l'assignation des rôles se diversifiera. Il n'est pas impensable de voir s'installer un certain brassage des âges, des genres, des fonctions et des identités culturelles.

Une partie serrée va se jouer entre les forces productrices de ghettos et les mouvements attachés à promouvoir l'ouverture, la diversité et l'enrichissement par l'accueil des différences. Ce n'est pas le moment de quitter l'arène et de s'esquiver en se lavant les mains.

Agir

Les initiatives foisonnent dans les territoires marqués par la présence des seniors et des institutions qu'ils se sont données. Depuis quelques années, les pouvoirs publics ou, le plus souvent, leurs mandataires s'exercent à établir des listes et des profils. Toutes ces initiatives se déploient dans trois secteurs principaux qui les façonnent et leur imposent une part déterminante des règles du jeu.

Dans le champ professionnel

Si plusieurs dossiers sont ouverts, ils attendent une gestion résolue. Trop souvent, l'essentiel de l'effort consiste à lutter contre l'enlisement. Faut-il rappeler les faiblesses de la formation continue ? Faut-il répéter les aspirations à un accès plus aisé aux différentes formes de flexibilité ? Faut-il repenser l'âge de la retraite en considérant à la fois la durée de cotisations, le contenu de l'activité, l'état de santé et les aspirations des travailleurs ?

Faut-il renforcer les mesures d'actualisation des compétences professionnelles ? Faut-il réduire les pesanteurs bureaucratiques et le culte de la performance à tout prix, au détriment de la motivation, de la créativité et de la santé ? Faut-il organiser le transfert de compétences entre les collègues chevronnés et les débutants ? Une valorisation réciproque, des occasions d'assainir et d'innover.

Cette palette d'initiatives attend d'être ajustée aux spécificités de chaque entreprise ou institution. Une bourse d'échange d'informations pourrait se renforcer et contribuer à accélérer le mouvement. Encore timides ou confidentielles, des démarches de ce type commencent à émerger.

Dans la vie domestique

Le temps de la retraite est rarement désigné par le désœuvrement, l'oisiveté, l'inattention aux débats publics et aux conditions de vie des proches et de l'entourage. De telles situations sont beaucoup plus fréquemment subies que choisies. Le plus souvent, au moins dans une première phase, les retraités vaquent aux activités les plus diverses. Ils gèrent le quotidien, répondent à quelques sollicitations. Surtout, ils s'adonnent à deux grandes catégories d'occupations.

Beaucoup appartiennent à ce que l'on nomme la *génération sandwich*. Ils sont appelés à prodiguer régulièrement des soins à un parent âgé et dépendant ou à soutenir un enfant confronté à une situation familiale lourde, voire des ruptures; ils accueillent les petits-enfants, quelquefois, ils cumulent les deux types de services.

Dans tous les cas, leur qualité de vie (ou tout simplement de survie) dépend largement des équipements sur lesquels ils peuvent appuyer leur disponibilité avec confiance et dans des conditions de fiabilité suffisante.

Beaucoup se trouvent une occupation dans un domaine qu'ils ont fréquenté pendant de nombreuses années, voire des décennies. Ils répondent à des demandes ou ils prennent du galon. Leurs agendas

se remplissent. Un fleuve d'occupations se mue en colonne vertébrale d'une vie qui se réorganise et d'un réseau social qui s'étaye en se remodelant. Notons que ces transformations peuvent être une épreuve pour la dynamique des couples et la négociation des rôles.

Il semble qu'un tiers des retraités s'engagent dans ces formes d'activités associatives. L'un anime la buvette du club de boules, l'autre entretient la chapelle, un troisième effectue des traductions pour SOS-asile, son épouse est répondante à la Main tendue.

Le cœur de ces activités n'est sans doute pas le « résultat » que l'on nomme aujourd'hui le « produit » ; il réside dans l'identité qu'il offre, la trame des relations sociales qu'il propose, l'occasion d'un partage qu'il ouvre.

De l'inventaire à l'organisation

Dessiner la carte est sans doute une démarche opportune, elle éclaire et guide les choix conduisant à offrir des services bienvenus. Il convient cependant de se rendre à une évidence. Le nombre des personnes concernées est très important, la palette d'offres n'est pas immédiatement lisible. Plusieurs types d'activités sont relativement complexes, on n'y accède pas sans un mode d'emploi et sans les exercices qui permettent d'acquérir un langage et un savoir-faire de base.

On le devine, un minimum d'organisation et d'infrastructure s'impose. Les formes matérielles et les cadres institutionnels varieront en fonction des spécificités locales, des traditions et des promoteurs. Ici ce sera un centre culturel, là une maison de quartier, ailleurs le complexe paroissial, la maison des associations ou, à Saint-Martin (VS), la maison des générations. Un véritable projet politique mérite d'être formulé. Il pourrait être curieux et inopportun d'en faire une annexe d'un EMS ou d'un hôpital.

Pourquoi ne pas risquer l'élaboration d'un tel projet pour donner force à l'année européenne du vieillissement actif ?

Postures éthiques

On ne dessine pas de tels projets, on ne formule pas une politique de la vieillesse sans référence à un bouquet de valeurs, sans conduire une réflexion éthique. Disposons quelques cartes sur la table.

Un choix de solidarité

Les adeptes du « chacun pour soi » trouveront sans doute inutile et inopportune toute action destinée à promouvoir et étayer un vieillissement actif. Il faut croire en la force des actions solidaires pour s'engager sur cette voie : le bénéfice personnel se conjuguant avec celui de beaucoup d'autres.

Des énergies insoupçonnées se dégagent dans ces initiatives collectives généralement ancrées dans un ou deux objectifs rassembleurs. Des projets de vie peuvent trouver racine dans ces échanges et cette émulation altruiste.

Le choix de l'ouverture

Les activités qui s'imposent à l'aube de la deuxième carrière ou qui viennent s'y greffer se démarquent le plus fréquemment de ce qu'ont été les occupations antérieures. Moment carrefour, fréquemment imprévisible, c'est un temps favorable à des formes d'ouverture souvent choisies, parfois imposées. De toute manière, il faudra faire des choix. L'enfermement dans les rets du repli guette ceux qui hésitent trop longtemps à accepter une proposition, à acquiescer à une sollicitation et à retrousser les manches.

L'accueil des différences

À tous les changements sont associés des découvertes, de nouveaux visages et des comportements inattendus. À chaque instant, un pas vers la diversité. Les différences qui se manifestent interpellent et sollicitent des réactions. Certaines peuvent choquer, d'autres induire une envie de fuir. On s'y fait, dans tout apprivoisement, il y a une première fois.

La quête de la vérité

En fin de carrière, la pièce est jouée, les jeux sont faits. Quelques masques peuvent être levés. On s'ouvre à des activités où il est parfois plus aisé de parler vrai, d'écarter les faux-semblants, d'opter pour des relations dépouillées d'une mise en scène devenue pesante. Et si l'une des conquêtes majeures du vieillissement était la pratique résolue et permanente de la vérité ? Pourquoi boudier ce rêve ? Nous sommes au chapitre des postures éthiques.

La patience du détachement

Imperceptiblement, la mort devient plus familière. Des amis et des proches s'en sont allés, trop tôt. Les cérémonies d'adieu se multiplient à un rythme de plus en plus rapproché. Le corps perd quelques atours, des cheveux et parfois un organe non vital. Souvent, les marques du temps s'installent aux premières loges. Nous avons rendez-vous avec le détachement, cette attitude intime qui se rit des accumulations, qui accueille l'autre et qui sèche le regret d'une ancienne mèche triomphante, d'une performance physique accessible et du temps où les chaussettes s'enfilaient sans qu'on y pense. Apprendre et pratiquer le détachement devient un élixir de bonne survie. La patience ajoute une touche de réalisme et autorise l'éloge de la lenteur. Et si le détachement ouvrait des espaces pour cultiver l'accueil, la bienveillance et le don ?

Le deuil du Panthéon

Qu'avez-vous pensé lorsque François Mitterrand est entré seul au Panthéon, une rose à la main. À deux pas du monument, un petit édifice chic et discret : l'Hôtel des grands hommes. Force passants ont succombé à cette enseigne et se sont offert une nuit « pour voir ». Réveillons-nous, nous n'entrerons pas au Panthéon. N'y plus penser est une sage attitude, une substantielle économie d'énergie et une bonne protection contre le ridicule assassin. Je ne prône pas la modestie, du moins pas ici et maintenant. Pourtant... Heureux celui qui s'engage dans l'action sans rêve de médailles et d'écus, il s'épargnera beaucoup de tracas et dégustera moult moments heureux.

Pour le travail éthique

Cette galerie de postures éthiques porte à penser que nous ne parlons pas seulement d'une attitude générale, mais, plutôt, d'une palette d'actions, d'un véritable travail. La prolifération des techniques entraîne une multiplication des choix, en tout cas des possibles, pour soi et pour les autres. Les enjeux ne sont pas anodins, il pourra s'agir de vouloir vivre encore un peu, ou d'abandonner le combat, brutalement ou sur la pointe des pieds. Le cercle des personnes engagées dans ces situations de choix et directement concernées connaît de plus en plus de diversités internes, de codes de valeurs divergents, au moins partiellement. C'est un vrai « travail » qui attend tous ces partenaires. Ils n'ont pas la possibilité de se dérober et de fuir le moment de la décision.

C'est l'affaire de tous

Nous sommes partis d'une invitation à promouvoir un débat public sur le vieillissement actif. Nous avons repéré des enjeux, des questions, des attitudes et des actions souvent proches de nos soucis quotidiens. C'est notre affaire. Convenons cependant que cette « affaire » nous dépasse et qu'elle appelle une démarche politique, comme moment de synthèse de tant de préoccupations singulières.

Avant de nouer la gerbe et d'adopter un train de mesures, la concertation va s'imposer comme socle sur lequel un édifice solide pourra relever tant de défis. Pas une bâtisse lourde et sécurisante, pas un refuge, mais un bâtiment léger semblable à une feuille. Sa souplesse lui permettra de voir les enjeux, sa mobilité d'adapter les réponses.

L'année européenne du vieillissement ne sera forte que de l'engagement et de la participation du plus grand nombre.

À vous de convaincre les hésitants, les blasés, les sceptiques, les résignés, les suffisants et même ceux qui se voilent la face, ferment les yeux, ajustent leurs boules « Quies » ou se cachent derrière la porte de service.

Tous sont concernés. Le vieillissement avance à belle allure chargé de promesses, respectueux des souffrances et des échecs qu'il charrie inéluctablement.

A nous d'apporter une pierre à l'élaboration d'une politique concertée. Un quart de nos populations est concerné. Beaucoup s'exercent déjà à dire merci et « encore » ; à murmurer : « je viens ».