

## Le vieillissement vu par les seniors



Alain KOSKAS, président de la FIAPA (Fédération Internationale des Associations de Personnes Agées)

Catherine OLLIVET, présidente fondatrice de France-Alzheimer en Seine-St-Denis

Marie-Françoise FUCHS, fondatrice et présidente d'honneur de « Old-up » (citation 1)

Modération : Dr Jean-Pierre AQUINO, délégué général de la Société Française de Gériatrie et de Gériatrie



La médecine et la santé s'attachent principalement à répondre aux **besoins** des usagers et peu à garantir **leur place de citoyen**. La citoyenneté respectée impose de **recevoir une information loyale et compréhensible** et ainsi d'exprimer ses **choix**. La participation de TOUS les citoyens à son élaboration, sans limite d'âge, sans aucune discrimination, est le socle pour fonder une citoyenneté heureuse.

Ainsi, un **lien intergénérationnel actif** peut s'établir, initié par un nouveau mode de communication différent d'une relation « aidant-aidé ». En utilisant les expériences de vie, **le regard de la lenteur** qui révèle de nouvelles choses et de nouvelles façons de vivre, les seniors permettent d'affronter plus facilement le monde (assez violent il faut le dire) dans lequel nous évoluons tous. La personne âgée se **réinvente** au fur et à mesure de son vieillissement avec une ambition qui ne vise plus la réussite socio-professionnelle mais la **poursuite des découvertes**, le développement de valeurs comme la tendresse, la sagesse, la bonté ou la justice. Son environnement et son entourage sont indispensables car la fréquence et la qualité des relations sociales sont directement liées à la qualité de vie et à l'envie de vivre ! Faisons d'ailleurs toujours attention aux « **proches** » ! Lorsque ce proche est un membre de la famille (parents, conjoints, enfants et petits-enfants), il devient un « **obligé** ». Dans certaines situations familiales, la charge mentale, parfois financière peut devenir très importante voire insupportable. C'est l'image entière du modèle familial qui se complexifie... Permettre **une solidarité familiale personnalisée** sur l'histoire et les liens de chacun paraît indispensable à la construction d'un modèle pérenne et non stigmatisant. L'écoute active des patients et de leurs proches permet une analyse précise et individuelle de chaque situation pour **co-construire les meilleures réponses**.

« Nous ne sommes pas si loin de vous et nous nous demandons aussi comment vous allez... »<sup>1</sup>



### Les mesures demandées par les seniors eux-mêmes :

#### Ne pas porter qu'un regard MEDICAL sur les personnes âgées !

Prendre le temps de réfléchir, d'analyser chaque situation de façon affûtée, précise et individualisée.

Ne pas recommander des actions mais les exiger (écrire DOIT et DOIVENT) ! Les *vieux* méritent mieux que des recommandations et des suggestions.

Dépasser le regard négatif qui peut être porté sur les gens âgés y compris par eux-mêmes.

Mettre en pratique les propositions des programmes de prévention en condamnant toute forme d'âgisme et de discriminations pour les jeunes comme pour les aînés.

Redonner une place aux « usagers du vieillissement » en conférant une citoyenneté à tous les individus.

**Il est aberrant que les décisions concernant les personnes âgées se fassent sans elles. Prenons le temps de les écouter, ne parlons pas d'elles sans elles ! Changeons les relations de dépendance pour des relations de concitoyen afin de construire ensemble la société et les soins de demain.**