



# Du bien vieillir à l'âgisme



2e journée  
de physiothérapie  
gériatrique

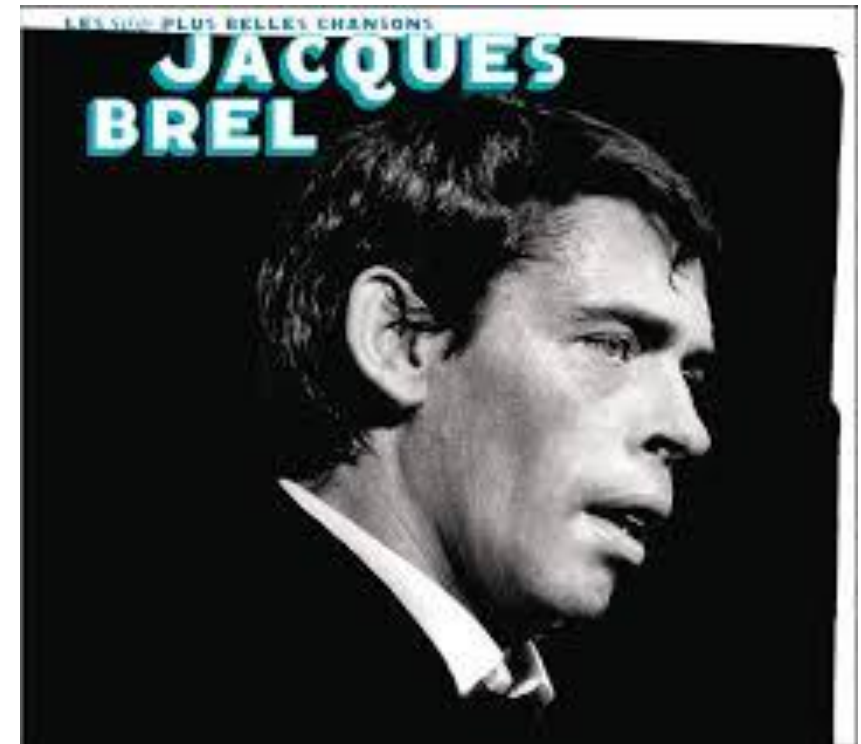
Christine Rolland  
Enseignante Chercheure (IFEC)  
Chercheure associée (CERPOP-Equity)  
Toulouse



# Vieillir (J. Brel)

... Ou terminer sa course  
La nuit de ses cent ans  
Vieillard tonitruant  
Soulevé par quelques femmes  
Cloué à la Grande Ourse  
Cracher sa dernière dent  
En chantant "Amsterdam"

Mourir cela n'est rien  
Mourir la belle affaire  
Mais vieillir... ô vieillir...



Album Les Marquises sorti en 1977.  
Alors que Brel se savait atteint d'un cancer.  
Il meurt l'année suivante à 49 ans

# Invitation à cheminer



Je vous invite à cheminer avec moi

à travers différentes notions en lien avec les questions de l'âge, du « grand âge »,

des représentations associées,

si ce n'est des injonctions, souvent contradictoires ou ambivalentes,

sources de jugements voire de discriminations ...

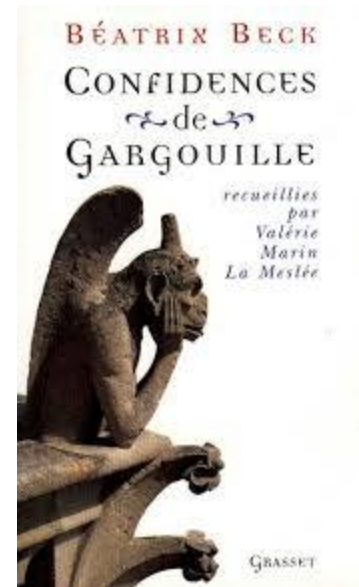
Tout un ensemble qui fait que vieillir parait un parcours individuel ardu, un défi à relever avant de tirer sa révérence

# Déroulé de mon propos

- Vieillesse : une tension entre deux représentations opposées
- Vieillir : un travail identitaire, sous le regard de l'autre, socialement différencié
- La construction institutionnelle de la vieillesse
- L'injonction sociale ou « Tyrannie du Bien vieillir »
- L'inscription du « bien vieillir » dans l'agenda politique
- L'âgisme est un phénomène fréquent, notamment en santé
- Comme accepté, sinon invisibilisé
- Comment agir contre ?

# Deux visions opposées de la vieillesse

« *La vieillesse est peut-être un naufrage mais elle permet aussi d'aborder les rivages bienheureux du détachement* »



Béatrix Beck (1914), Confidences de gargouille, 1998

# Le naufrage de la vieillesse

- Caractérisée par les pertes de capacités physiques et psychiques :  
**le vieux est celui qui n'est plus ou qui n'a plus.**
- Et par le resserrement de l'espace de mobilité

« *Du lit à la fenêtre, puis du lit au fauteuil et puis du lit au lit* »  
(Les vieux. Brel)



# Le poids des années

Les seuls éléments que les vieux auraient en plus des jeunes sont les années.

Mais des années qui s'accumulent, qui pèsent et qui rapprochent de la mort.

**Le vieil homme (ou la vieille femme) est celui dont l'horizon se rétrécit.**

Celui qui n'a plus guère le temps de remettre des projets à plus tard.



# Une vieillesse heureuse selon Cicéron

Un peu avant notre ère, Cicéron fait dresser par Caton un portrait élogieux de la vieillesse

*[La vieillesse] ne fait pas ce que font les jeunes ; elle fait beaucoup plus et mieux : ce n'est pas par la vigueur, l'agilité ou la rapidité corporelles que s'exécutent les grandes actions, c'est par la sagesse, l'autorité et la valeur des avis ; or, loin d'en être privée, la vieillesse en a généralement davantage.*



# Une vieillesse heureuse ... sous conditions

Lélius, jeune homme avec qui Caton dialogue, fait remarquer :

*On te dira peut-être que si la vieillesse te paraît plus supportable, c'est grâce à tes biens, ta richesse et ta position, ce qui n'est pas le cas de la majorité des gens.*

*Oui, mais pas seulement,* répond Caton.

*Cette sagesse à la vieillesse dépend de la personnalité : les vieillards qui gardent la mesure et ne se montrent ni difficiles ni sauvages ont une vieillesse supportable, tandis qu'un naturel chagrin et sauvage est pénible à tout âge.*

→ Cicéron écrit ce texte, le *Cato Major. De Senectute* (Caton l'Ancien. Sur la Vieillesse) à l'âge de 62 ans, alors qu'il se débat dans une fin de carrière politique houleuse

# Eloge de la vieillesse par Montaigne

Montaigne écrit à propos de la vieillesse dans ses Essais (1580) :

*Si la jeunesse est l'âge de la vertu, la vieillesse est « l'âge épicurien ».*

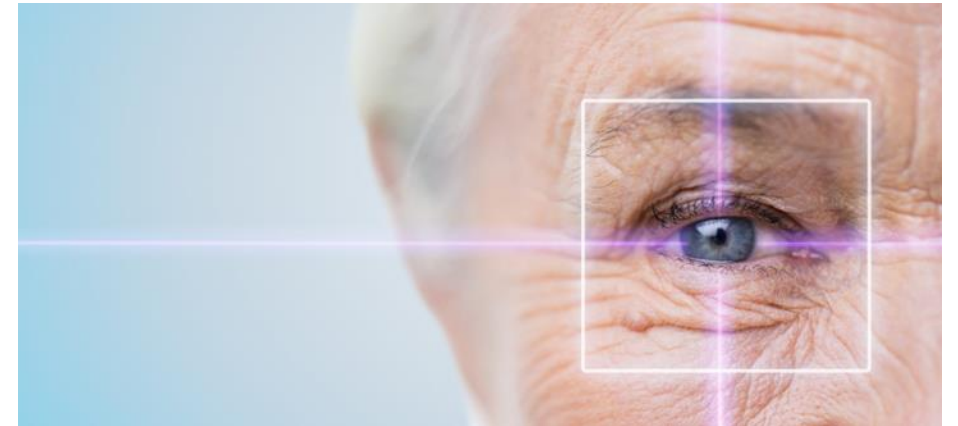
*Quel incalculable bienfait pour l'esprit, comme dégagé des obligations de la débauche, de l'ambition, de la lutte, des inimitiés, des désirs de toutes sortes, quel bienfait d'être avec soi-même, de vivre, comme on dit, avec soi-même !*

Il n'a alors pas 50 ans et souffre de gravelle.



# Point de vue sociologique

Le vieillissement en tant que processus est à comprendre du point de vue de ceux et celles qui la vivent, même si par ailleurs les formes du vieillir ne peuvent être qu'influencées par le regard des autres.



Clément S. Le vieillissement avec le temps, et malgré le monde, *Empan*, 52, 4, 2003

# Enjeu du maintien identitaire

## Vieillir :

- Faire face aux ruptures biographiques (retraite, veuvage, ...)
- Assurer une continuité identitaire, entre son passé et son présent

**Il s'agit de continuer à être ce que l'on a été tout en n'étant plus tout à fait le même.**

Trouver un **équilibre identitaire**,

point dynamique au croisement de différentes tensions exercées alternativement ou conjointement

sur le corps biologique, la perception de son image et l'image de soi renvoyée par le regard des autres.

Feillet R. Corps, vieillissement et identité : entre préservation et présentation de soi, Erès 2012



# Vieillir, une expérience individuelle socialement influencée

Vieillir est une expérience individuelle qui est fonction d'une trajectoire de vie

**Qui induit des manières de vieillir et de se définir « vieux »**

Vieillir est :

- **Un travail continu**, difficile, à inventer pour soi-même
- **Chacun à sa façon**
- **Selon ses ressources** sociales et individuelles
- Questionné lors des « moments critiques », par ex quand rester chez soi est remis en cause



# La rencontre du vieillir et de la vieillesse

Nous vieillissons sous notre propre regard et sous le regard de l'autre.

Vieillir est la rencontre de la manière dont la vieillesse est vécue par chacun et de la manière dont elle est socialement représentée



# Vieillesse, Vieillissement, Vieillir, ...

Les termes sont nombreux : grand âge, 3<sup>ème</sup> âge, 4<sup>ème</sup> âge, retraités, seniors, aînés, ...

Ils tendent à créer des **catégories dans lesquelles les personnes sont assignées**

Dans une **vision homogénéisante** des individus composant cette population

Alors que le **vieillissement est un processus différentiel**, résultant d'interactions multiples entre des facteurs biologiques, sociaux, psychologiques, culturels

Et qu'il se décline en **diverses formes de vieillir**.

Tous ces termes renvoient à **des univers sémantiques différents** :

- Politiques publiques relatives à la retraite et à la dépendance
- Prise en charge biomédicale
- Analyse sociologique ...

qui participent à la construction du regard de l'autre sur les vieux et vieilles

# Politiques vieillesse et représentations sociales négatives

Depuis le rapport Laroque (1962)

Les politiques de la vieillesse présentent le **vieillissement démographique comme un problème sociétal** et les personnes âgées comme un fardeau économique / financement des retraites et de la dépendance

*« progressivement mais de manière inéluctable, il [le vieillissement démographique] grève les conditions d'existence de la collectivité française »*

Jusqu'à la loi Adaptation de la Société au Vieillissement (déc. 2015) qui repose sur le paradigme médical de la dépendance et soulève la question de la **prise en charge**.



Ennuyer B. La discrimination par l'âge des personnes âgées. Revue des droits de l'homme, 17, 2020



# Le temps du Bien vieillir ou « vieillir sans devenir vieux »

L'inscription sur l'agenda politique à partir des années 2000 :

- ✓ Programme national du Bien vieillir (2003)
- ✓ Plan national du Bien Vieillir (2007) : activité physique, nutrition et lien social
- ✓ Stratégie « Bien Vieillir ». Préparer la France de Demain, ajouter de la vie aux années (2023)
- ✓ Loi du 8 avril 2024 portant mesures pour bâtir la société du bien-vieillir et de l'autonomie



Les caisses de retraite et santé publique France vous aident à bien vivre votre retraite

Loisirs, repas, mon couple... 



# Poids démographique et Bien vieillir

Personnes âgées

En 2030

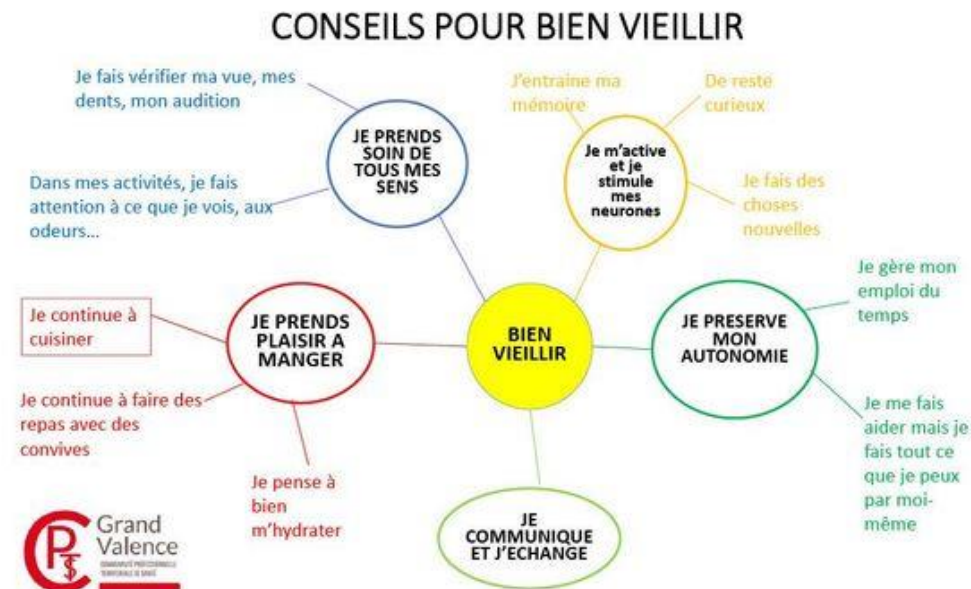
**1 Français sur 3**  
aura plus 60 ans



**Pour la première fois, les + de 65 ans seront  
plus nombreux que les moins de 15 ans**

(DRESS/INSEE)

Introduction et dossier de presse de la Loi du 8 avril 2024 portant mesures pour bâtir la société du bien-vieillir et de l'autonomie



### DES SOLUTIONS POUR BIEN VIEILLIR

**1ER SALON**

**MARDI 12 DÉCEMBRE**  
De 10h à 17h (gratuit)  
Salle Edmond Mille ISBERGUES

AVEC LA PARTICIPATION DE PÉPÉ LE MAT

VIE QUOTIDIENNE & AIDE À LA PERSONNE | PRÉVENTION & SANTÉ | SPORTS & LOISIRS | LOGEMENT & HABITAT

Cet événement est organisé par la Communauté d'Agglomération de Bethune-Bruay Artois Lys Romane.

[bethunebruay.fr/salon\\_bienvieillir](http://bethunebruay.fr/salon_bienvieillir)

Contact : 09 42 61 47 72  
MAYENNE 100% DURABLE 1

Communauté d'Agglomération **Béthune-Bruay** Artois Lys Romane

# Salon DU Bien Vieillir

**MERCREDI 6 DÉCEMBRE 2023**

**Espace Mayenne 10h - 18h**

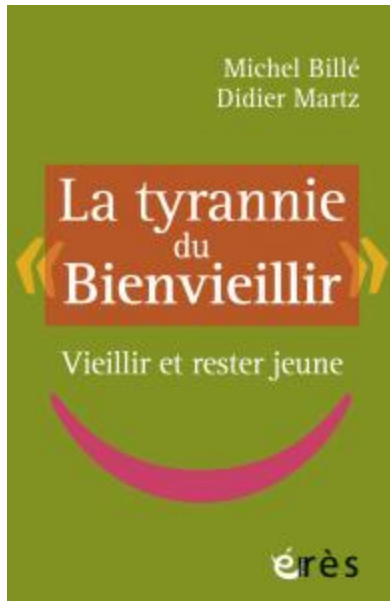
- ATELIERS
- RENCONTRES
- RENDEZ-VOUS
- + DE 100 STANDS

**Entrée gratuite SANS INSCRIPTIONS**

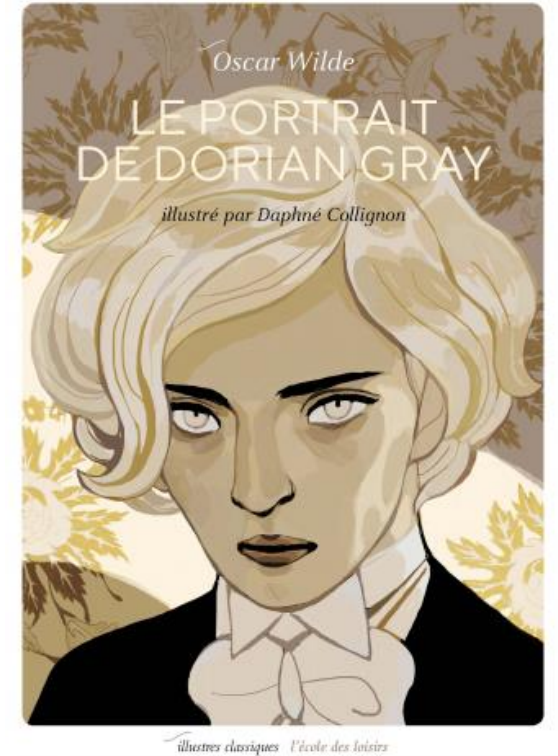
L'âge de vivre vos envies

LA MAYENNE Le Département

# Vieillir sans devenir vieux



- ✓ Oui au senior actif, non au vieillard dépendant
- ✓ Une injonction sociétale voire un nouvel asservissement quasi volontaire
- ✓ L'obsession du jeunisme et les normes de la beauté





# Vieux : « j'assume », peut-être, mais ...

Magazine piloté par Antoine de Caunes, 70 ans, qui déclare : *Bien que vieux, j'ai l'impression d'avoir l'appétit et l'appétence d'un môme de 20 ans !*

... Vieux ou jeune ?

Des témoignages de représentants d'une certaine catégorie sociale (cultivée, renommée, à revenus confortables, ...)

... où l'on retrouve les propos de Caton



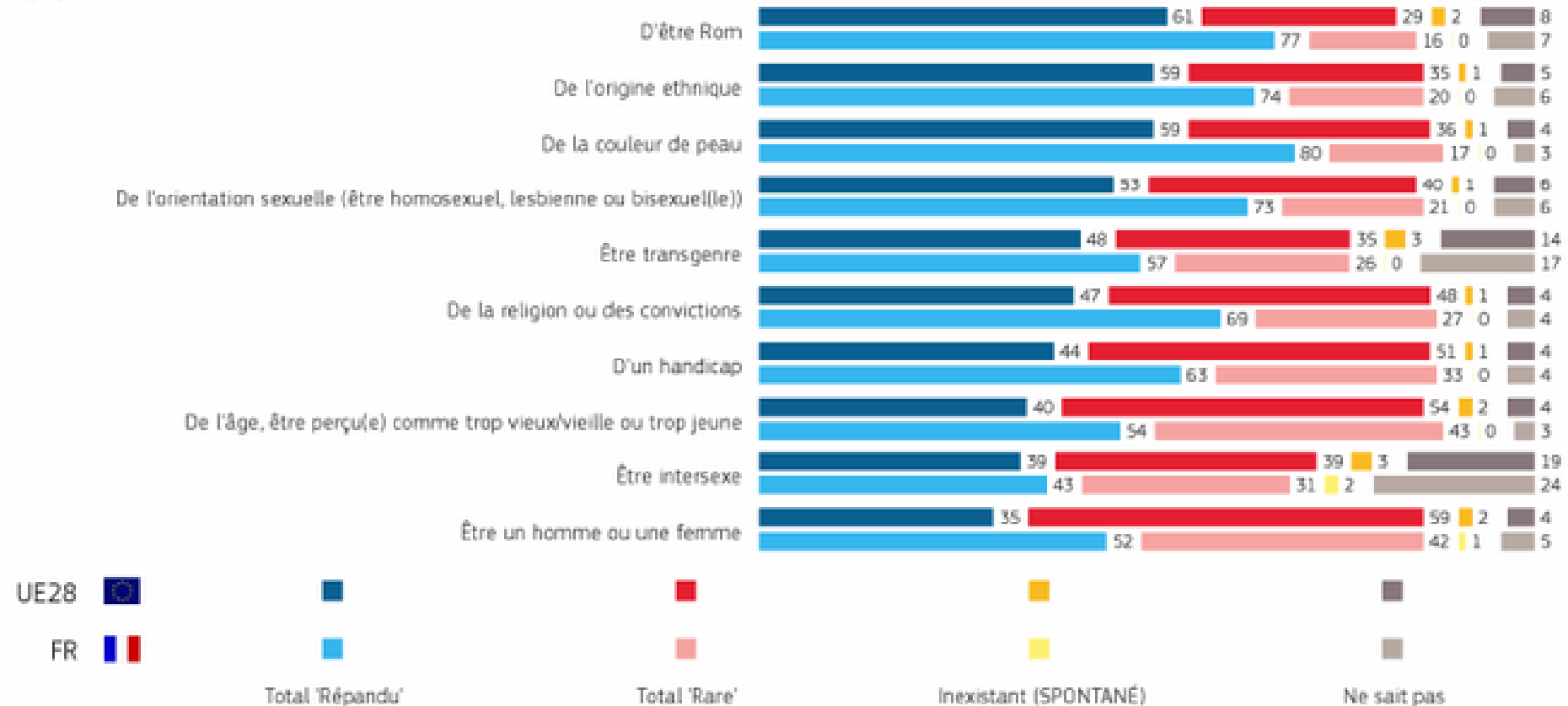
Être tout simplement « vieux » qui qu'on soit : un défi ?

# Eurobaromètre spécial: Comment les Européens perçoivent la discrimination?

<https://europedirect-territoires.com/2019/11/06/eurobarometre-special-comment-les-europeens-percoivent-la-discrimination/>

## 1. PERCEPTIONS DE LA DISCRIMINATION

**QC1** Pour chacun des types de discrimination suivants, dites-moi si, selon vous, il s'agit de quelque chose de très répandu, plutôt répandu, plutôt rare ou très rare en (NOTRE PAYS). Des discriminations sur base ... (%)



Being perceived as too old or too young

40%



# L'âgisme : une discrimination inconsciente sinon socialement acceptée ?

- Selon différentes enquêtes, **l'âge peut constituer un facteur de discrimination important**, devant le sexe, l'origine ethnique ou la religion
- **Un phénomène implicite ou inconscient** qui intègre les représentations négatives de la vieillesse
- **Institutionnalisé dans des politiques sociales** qui ouvrent ou ferment des droits en fonction de l'âge
- **Déployé dans des pratiques individuelles** sous différentes formes (dépréciation, indifférence, infantilisation, ...)
- **Qui tend à ne pas être remis en cause**, voire à être socialement accepté

Caradec V. L'âgisme anti-vieux en pratiques. Petit essai de typologie. *Traits-d'Union, la revue des jeunes chercheurs de Paris* 3.2023:12,82-92



# L'âgisme en santé : un phénomène fréquent aux effets délétères

- Une littérature abondante souligne que la stigmatisation liée à l'âge induit des **effets délétères sur la santé physique et mentale** des personnes visées.
- L'âgisme se rencontre également **dans les milieux de la santé** et influence les actes professionnels vis-à-vis des patients âgés.
- Il constitue un **obstacle à l'égalité en santé** tout au long de la trajection de soin
- Ayant un **impact négatif** sur la qualité des soins et la santé des personnes âgées
- Engendrant une **moindre décision partagée** dans le diagnostic et le traitement, notamment concernant la douleur
- Provoquant une **auto-limitation dans le recours aux soins**

Stéphane A, Joubert S, Missotten P. L'âgisme et le jeunisme : conséquences trop méconnues par les cliniciens et chercheurs !, *Revue de neuropsychologie*, 5, 1, 2013, pp. 4-8



# Un phénomène agissant

## **A plusieurs niveaux :**

- Sur les représentations, conscientes ou inconscientes, homogénéisantes
- Dans les pratiques et comportements individuels
- Dans les dispositifs de politique sociale dont l'accès est défini par l'âge

## **Sous différentes formes**

- La dépréciation
- L'indifférence
- La bienveillance « pour leur bien »

# Que faire contre l'âgisme ?

Alors que la jeunesse est valorisée

Qu'être vieux disqualifie socialement

Que les sources de l'âgisme sont profondément ancrées

Qu'il est institutionnalisé dans des politiques de la vieillesse

Qu'il est peu visible et invisibilisé car socialement acceptable

- ✓ Comment en sommes-nous arrivés là ?
- ✓ Pourquoi en sommes-nous toujours ici ?
- ✓ Comment pouvons-nous avancer ?

(Observatoire de l'âgisme. Entretien avec Tracy Gendron. <http://www.agisme.fr/spip.php?article135>)

# L'âgisme : pour une approche intersectionnelle

À l'instar du sexisme, du racisme, de l'abléisme et autres **termes finissant par « ismes »**,

**l'âgisme est ancré** dans des systèmes institutionnels, des règles juridiques, des politiques publiques et des représentations culturelles, qui s'imposent aux individus et qui ne peuvent être réduits à de seuls préjugés individuels.

Ainsi, **la lutte contre l'âgisme ne peut être envisagée indépendamment des autres rapports sociaux et de manière déconnectée du combat contre les inégalités sociales et de genre** qui, elles aussi, peuvent conduire à l'exclusion, à la discrimination et à la stigmatisation fondées sur des caractéristiques individuelles

Caradec V. L'âgisme anti-vieux en pratiques. Petit essai de typologie. *Traits-d'Union, la revue des jeunes chercheurs de Paris* 3.2023:12,82-92

## A l'occasion de la *Décennie pour le vieillissement en bonne santé* (2021-2030)

Améliorer la vie des personnes âgées,  
de leurs familles et des communautés  
dans lesquelles elles vivent

Bon nombre d'entre elles n'ont pas accès aux  
ressources de base nécessaires pour mener une vie  
empreinte de sens et de dignité.

Beaucoup d'autres sont confrontées à de  
multiples obstacles qui les empêchent de  
participer pleinement à la société.

**Indignons-nous et agissons tous ensemble !**



2e journée  
de physiothérapie  
gériatrique

# Merci de votre attention

Christine Rolland



**Annexe** : enquête du Haut conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge (HCFEA) publiée le 02/10/24 sur la représentation de la vieillesse et de l'âgisme en France

## **Une France âgiste, des Français qui ne le sont pas**

Pour les répondants, la vieillesse appelle des évocations majoritairement négatives à tous les âges : si elle renvoie en premier lieu à la retraite, nombre d'entre eux l'associent à la maladie, aux problèmes de santé, à la dépendance, à la solitude.

Mais même s'ils adhèrent à certaines représentations négatives sur les personnes de 65 ans et plus (difficultés avec les technologies, nostalgie, etc.), les Français en ont généralement une représentation positive et refusent de les ostraciser par rapport aux autres générations (ils ne paraissent pas moins utiles, pas moins agréables à fréquenter, etc.). Les moins de 50 ans les considèrent toutefois davantage « privilégiées », « tournées vers le passé » et peu « solidaires » : des politiques intergénérationnelles d'adaptation de la société au vieillissement semblent ainsi nécessaires afin d'éviter, à terme, une fracture générationnelle en France.

Et si trois-quarts des Français se sentent eux-mêmes peu âgistes, deux tiers d'entre eux considèrent la société française comme âgiste. De fait, plus d'un Français de 50 ans et plus sur dix se déclarent avoir été victimes de comportements ou discrimination(s) âgistes, le plus souvent dans l'espace public.