

VIèmes RENCONTRES-DEBATS

*« Les Seniors aujourd'hui :
témoins du passé ou bâtisseurs d'avenir ? »*



Actes de la journée du 6 décembre 2011

Auditorium de la Bibliothèque Louis Nucéra
2, Place Yves Klein - 06000 Nice



C.G.A.S
VILLE DE NICE

TABLE DES MATIERES

I - L'INTRODUCTION.....	5
II - LES CONFERENCES.....	7
PREMIERE CONFERENCE	9
DEBATS AUTOUR DU THEME TRAITE	21
SECONDE CONFERENCE.....	29
TROISIEME CONFERENCE	39
DEBATS AUTOUR DU THEME TRAITE	51

I - L'introduction

Monsieur Sébastien Boutelier introduit la journée : « Le thème central de cette réflexion est la place des seniors dans la société. Depuis la première rencontre-débat, en avril 2009, différentes thématiques ont été abordées en lien avec ce sujet, donnant lieu à des débats toujours plus enrichissants.

Nos conférenciers aborderont aujourd'hui le thème suivant : « *Les seniors aujourd'hui : témoins du passé ou bâtisseurs d'avenir ?* ».

Pour répondre à cette question, nous avons convié des intervenants prestigieux. Le Professeur Dominique PRINGUEY, psychiatre et chef de service au Centre Hospitalier Universitaire de Nice, Monsieur Pascal CHAMPVERT, directeur de l'Association des directeurs de service à domicile et des établissements pour personnes âgées et membre du collectif « Une société pour tous les âges ».

Je vous remercie d'applaudir celui qui est à l'origine de ces Rencontres-débats, qui est notre Vice-Président au Centre Communal d'Action Sociale de Nice, Conseiller Municipal, Délégué à la Citoyenneté des Seniors et à l'Aide Sociale et Président de l'Université de Nice Inter-Ages, Monsieur Jean-Michel GALY ».

Monsieur Jean-Michel GALY

Monsieur Jean-Michel GALY présente le thème de ces 6èmes Rencontres-Débats et accueille les intervenants :

« Je suis ravi d'accueillir nos deux intervenants, Monsieur Dominique PRINGUEY et Monsieur Pascal CHAMPVERT pour traiter d'un sujet sur lequel tout peut sembler avoir été dit, mais qui pourtant prend depuis moins d'une décennie des connotations nouvelles. En fait, il pose, d'une autre façon, la question de la place des seniors dans notre société et, à ce titre, poursuit la quête que nous menons depuis nos premières Rencontres-Débats à propos de ces seniors qui désormais ont du temps et voient se présenter devant eux un avenir qu'ils n'auraient osé espérer il y a peu. Mais, rentrons dans le vif du débat.

J'ai le plaisir de passer la parole à mon collègue, professeur de psychiatrie, éminent spécialiste dans son domaine, Monsieur Dominique PRINGUEY, qui aborde « *le vécu de vieillesse* ». Qu'est-ce que le vécu de vieillesse ? Est-ce que c'est parce que l'on est vieux que l'on se sent vieux ? ».

II - Les conférences

La première conférence était donnée par le Professeur Dominique PRINGUEY: « **Le vécu de vieillesse** ».

Le Président de l'AD-PA, Pascal CHAMPVERT est revenu sur : « **En quoi le vieillissement est-il une chance pour notre société ?** ».

Monsieur Jean-Michel GALY a enfin proposé une conférence sur le thème : « **Il n'est pas d'âge pour ensemer l'avenir** ».

Ces conférences ont débouché chacune sur un débat qui a donné lieu à de nombreux échanges sur la place des seniors dans la société.

Première conférence

Monsieur Dominique PRINGUEY

« Le vécu de vieillesse »

Dominique PRINGUEY est Psychiatre.

Il intervient en tant que Professeur de Psychiatrie à la Faculté de Médecine de Nice et est Chef de Service au CHU de Nice.

« **P**ermettez-moi tout d'abord de vous remercier de votre invitation à partager vos travaux. Le CHU de Nice s'est préoccupé très tôt de la problématique de la santé psychologique et psychiatrique des sujets âgés. Mon Collègue, le Professeur Philippe Robert, a été missionné pour élaborer un Centre Mémoire de Recherches et de Ressources actuellement installé sur l'hôpital de Cimiez. C'est d'ailleurs en France la deuxième responsabilité psychiatrique dans le domaine, la plupart du temps supervisée par la neurologie, ce qui témoigne d'une dynamique très forte de l'implication de la Psychiatrie dans l'approche des problématiques du sujet âgé à Nice. Mais nous allons prendre un focus beaucoup plus large aujourd'hui, pour envisager un certain nombre de problèmes généraux liés au vécu de vieillesse.

La première chose, vous l'avez évoqué, Cher Monsieur GALY, est de répondre à la question de la datation de cette étape importante de la vie humaine : on la fixe à l'âge mûr, que l'on a dit troisième, voire quatrième âge, en posant des limites à soixante ou soixante cinq ans, voire soixante dix sept pour les fans de Tintin et Milou, ce que l'on appelait à l'époque tout de même le bel âge, bien mérité et où l'on se trouve libéré des charges de la vie active et des responsabilités en rapport. On a aussi très vite considéré que la vieillesse est aussi le moment où débutent les problématiques de dépendance à la famille, à l'entourage.

Question de label également. Qu'est-ce qu'un vieux ? Qu'est-ce qu'un vieillard par rapport à un vieux dans le discours courant à propos des personnes âgées ? Quelle tranche d'âge est ici considérée ? Peut-on reprendre l'idée que le terme « d'ancien », « d'ancêtre, » n'évoque plus dorénavant la sagesse, l'expérience. Les méthodologies d'aujourd'hui, caractérisent même le « vieux vieux » ou « old old » au-delà de 80 ans, certes posant des problèmes médicaux particuliers et nécessitant une approche spécifique. Le vocable de « senior » plus actuel qualifie sans doute une période où, enfin à la retraite, l'on peut enfin s'adonner à ce que depuis si longtemps on a hâte de faire.

Il faut débiter en se préoccupant de lever une ambiguïté en rapport avec le vécu de la vieillesse selon que l'on s'intéresse à ce que vivent les personnes âgées, ou plutôt que l'on considère notre façon de les vivre. J'ai pour ce faire repris l'enseignement de mon maître Arthur TATOSSIAN, homme très marquant qui a formé pas moins de trois Professeurs des Universités en Psychiatrie, avec les Professeurs Jean NAUDIN et Jean Michel AZORIN à Marseille. C'est, on peut le dire, lui qui nous a engagés dans la plus difficile des méthodologies de la psychiatrie, la phénoménologie.

Nous proposons de différencier ce que la personne âgée vit elle-même et comment les autres la vivent, pour annoncer le risque principal tenant à cette différence : l'incompréhension. On peut faire ici référence à FREUD lui-même qui, vers l'âge de soixante douze ans, très embarrassé par un cancer de la mâchoire et d'importantes douleurs, donc assez handicapé à cette époque-là, suggérait qu'au fond sujet âgé et sujet jeune sont les plus grands opposés de la vie humaine au niveau essentiel, libidinal, et au niveau de la vie, au plan général, celui de la culture.

Et cette incompréhension, TATOSSIAN la rapportait à une intuition, ce qui est le propre de la phénoménologie qui se donne pour tâche de saisir les significations à l'état naissant : la pression sociale que l'on appellerait le « jeunisme » conduit à un stéréotype qui privilégie production, activité et mobilité et conduit de façon latente à traiter l'âge comme une déviance par rapport à la norme. Ce trait annonce de fait un certain nombre de problèmes.

Un grand ancien suggérerait que quatre motifs pourraient faire paraître la vieillesse malheureuse : elle détournerait des affaires, de l'activité professionnelle, elle affaiblirait le corps, priverait de tous plaisirs et ne serait pas tellement éloigné de la mort. Ce qui n'intègre pas le fait qu'il y a toujours plus âgé que soi-même à tout âge, et même chez les jeunes.

Le premier problème est une question de relativité. A partir du grand âge, on connaît certes diverses modifications et le corps involue. Il faut savoir que cette involution démarre très jeune, à l'âge de dix sept ans, avec la disparition de la glande thymique, et divers changements biologiques, notamment la diminution du stade IV profond du sommeil. Beaucoup plus tard, la retraite marque une étape majeure au plan physique et intellectuel. Mais c'est au plan relationnel et social que l'on retrouve les changements les plus importants liés aux disparitions, aux deuils, aux séparations, à l'éloignement aussi, notamment au départ des enfants, au « deuil » du petit dernier qui s'en va.

Dans tous les cas, ces modifications de la vie appellent une réponse. Et cette réponse, la plupart du temps, est une acceptation. La psychologie va montrer comment est recherché et trouvé un nouvel équilibre, comment cette situation est assumée à partir d'un certain travail psychique, travail qui est lent, qui prend même des années. C'est un travail qui est progressif, mais qu'il faut faire, prendre en compte et aider.

Ce déclin, le plus jeune l'envisage déjà pour lui-même, le voit chez l'autre et va engager une vision adulte-morphique des problématiques. De fait, il va aisément repérer les dimensions de fragilité, au niveau du corps, diminution physique, handicap, difficultés de mémoire, problèmes psychiques et mentaux, tenant à la morale parfois, situation économique précaire. Les signes négatifs forts sont évidents : dès l'apparence corporelle, sur le visage la peau terne, un peu flétrie, le cheveux cassant, le teint sec et blanc, la vêtue démodée, le geste incertain, la démarche fragile, et puis, les signes de dépendance, la perte d'autonomie, le besoin de compensation. Ces traits vont accentuer la distinction entre vieux et moins vieux.

Le processus biologique de sénescence, en marche dès l'adolescence, avec l'âge se précise. Le cerveau se rétrécit un peu, les neurones se reproduisent moins facilement et la perte se chiffre en pourcentages : 90% à l'âge de 50 ans, à 90 ans, 83%. Ce qui se donne en poids n'augure rien bien sûr d'une conséquence directe sur l'efficacité mais annonce des remaniements fonctionnels. La dégénérescence des cellules cérébrales, les neurones, démarre jeune, dès l'âge de 25 ans. Les neurones ont une certaine durée de vie et sont régulièrement remplacés par des cellules jeunes. Avec l'âge, ce remplacement s'effectue moins bien, d'où l'atrophie de la substance cérébrale. De même les transmissions des cellules au moyen de messagers chimiques sont moins actives, moins importantes. Les récepteurs qui reçoivent les messagers sont moins renouvelés.

On sait peu que l'on reconstruit son cerveau continuellement. Le senior qui garde des activités, des relations, des projets est dans une situation d'optimisation de ce risque réel. Et ce plus se soutient de deux avantages qui persistent : la *plasticité cérébrale*, capacité à produire de nouveaux neurones et connexions, même si cela est moins facile à faire, et la *capacité d'autonomie* du sujet : toutes les structures « logicielles » qui président au fonctionnement du corps et du cerveau sont disponibles à tout âge, en dehors des difficultés liées à la pathologie.

Comme principe premier, on gardera l'idée que le sujet âgé en difficulté possède toujours des ressources qu'il va falloir chercher. En acceptant, il est vrai, les situations irréversibles comme les détériorations cérébrales, les démences comme la maladie d'Alzheimer, où la détérioration du tissu cérébral défait sévèrement l'autonomie du sujet. Nous cherchons encore aujourd'hui le moyen de réduire cette destruction mais la tâche s'avère bien difficile.

Le processus de vieillissement, qui n'est pas la vieillesse, se traduit aussi par des modifications sensorielles, souvent minimisées, mais auxquelles on doit porter attention car elles jouent un rôle important. On voit moins bien, on devient astigmatique parce que la cornée s'est épaissie, le cristallin également ; on a aussi une plus grande sensibilité à la lumière. L'audition est moins bonne chez les hommes. La sensibilité au tact est moins facile, et l'on connaît des difficultés d'ajustement à la forte chaleur. La discrimination est moins facile au niveau de l'odorat et de la gustation. On goûte moins bien. Cette involution est aussi l'exigence de nous retrouver et de continuer à nous reconstruire, comme un moyen de défense et une quête vitale.

Le sommeil s'altère. Les stades III et IV commencent à diminuer dès la fin de l'adolescence. Par la suite, prenant de l'âge, on se réveille plus souvent pendant le sommeil. L'éveil pendant le sommeil tient à la possibilité fondamentale du réveil qui traduit la réversibilité permanente de l'état de sommeil. L'accroissement de l'éveil pendant le sommeil résulte de la difficulté croissante d'assumer la complexité permettant cet avantage adaptatif. L'os est plus fragile, c'est l'ostéoporose. Les tendons se transforment en fibres. Il faut entretenir le muscle ; l'équilibre est un peu moins facile. Les gestes et la façon de reconnaître les objets ne bougent pas.

Les processus cognitifs, le raisonnement, le jugement, la planification, sont émoussés comme les modalités d'adaptation et leur souplesse que l'on appelle la flexibilité. Le maintien du niveau d'attention est plus difficile, de même l'ajustement des comportements. On est plus sujet à la distraction, plus lent dans les processus, même si on les réalise à peu près complètement lorsqu'on est en pleine santé. La mémoire s'altère, ce qui se manifeste souvent au début par la difficulté à se souvenir des noms propres, d'où l'aide apportée par les calepins. Autre problème, la gestion cognitive de la complexité. On est moins à l'aise avec les textes difficiles. Il est moins facile, avec l'âge, d'énoncer des choses complexes. La mise en place de stratégies est moins facile, et quelles que soient la personnalité, l'appartenance culturelle, l'histoire de vie, l'expérience professionnelle, la tendance est à la prudence et à la diminution de la prise de risque. On s'avère moins alerte dans le traitement de l'information, ce qui peut creuser l'écart avec les jeunes, alors même que l'expérience de l'âge peut prévenir de certains choix hasardeux.

Il faut néanmoins répéter que le principe du maintien d'une stimulation intellectuelle est la seule solution à la maintenance du bon fonctionnement de ces processus fragiles, fortement sollicités dans des conditions de stress, d'angoisse et notamment de dépression. De même, le maintien cognitif dépend de l'état de santé général ce qui est un problème de santé publique, d'où les préconisations en faveur de la forme physique, de la modération des excès, de la régularité du sommeil et de la veille, de la conservation d'une activité physique, d'occupations intellectuelles, et notamment de la rencontre des autres.

Nous venons de brosser un tableau négatif de la vieillesse, et comprendre la vieillesse, c'est aussi la considérer comme une étape de la vie, une autre façon de vivre la vie. Cette autre façon de vivre a ses buts, ses valeurs et ses modalités, ses stratégies.

On peut être moins actif mais plus pertinent, riche en expérience. On fera plus dans la qualité que dans la quantité. On peut faire valoir les acquis, l'enseignement des épreuves que l'on a traversées ou des stratégies que l'on a bâties. On sera plus exact, peut-être plus méticuleux que rapide. Avec l'âge, le temps long apparaît comme une nécessité, possiblement en rapport avec l'exigence particulière d'avoir à aménager son passé personnel ce qui détache d'une participation à des projets collectifs de l'ordre du futur, ce qui est aussi la qualité des personnes âgées en charge de responsabilités susceptibles de faire valoir leur richesse.

Cet ordre du temps que l'on débiterait au plan psychologique par notre passé, le « big-bang » de la naissance, connaît le déroulement des différentes étapes de la vie jusqu'à notre fin, notre futur certain, la mort. Mais du point de vue de l'expérience banale de tous les jours, les choses sont exactement l'inverse. Certes nous savons que notre passage un jour se terminera par notre fin, mais nous n'avons jamais demandé à être là. A chaque instant la grâce de l'avenir nous permet pas à pas de construire notre passé. Cet enseignement de la phénoménologie philosophique, avec Paul RICOEUR notamment, prend une dimension majeure au niveau psychopathologique, orthogonale par rapport à l'approche psychologique traditionnelle, voire comportementale, car il atteste d'une part que ce qui est important est ce que l'on fait ici et maintenant et que d'autre part, le travail doit débiter par le recueil des ressources omises ou gênées et d'aménager la situation en faisant appui.

Le problème existentiel central de l'homme consiste dans le travail d'intégration de ce qui a été vécu, soit à accepter sa propre vie, comme la seule qui était possible et nécessaire, et à intégrer tous les moments heureux, malheureux, les réussites et les erreurs que l'on a fait. Cette intégration donne cette richesse, le poids de l'expérience humaine, qui investit l'ancêtre, le sage dans des domaines que les jeunes n'ont pas encore connus, ne peuvent pas connaître. S'accepter soi-même et accepter sa propre vie, c'est accepter sa propre fin, la mort comme la réalisation absolue de cette vie et non comme un échec ou un raté. C'est un problème dont la résolution est une voie d'accès à la sagesse.

La vieillesse et le vécu de la vieillesse connaissent en fait une multitude de variétés. Il y a des vieillesse réussies, il y a des vieillesse ratées. Et il n'est pas sûr qu'il faille garder le slogan classique : on vieillit comme on a vécu, bien ou mal. Mais il est vrai que les gens qui ont eu des problèmes dans leur vie, notamment des troubles du caractère, sont peut être moins outillés pour envisager les intégrations existentielles évoquées. Il est un autre paradoxe que des gens qui ont vécu des choses terribles, comme la psychose par exemple, sont moins affectés en prenant de l'âge : la vie dans son déroulement réduit la pression des exigences sociales, atténue les sollicitations relationnelles et offre l'opportunité de revenir sur soi-même, réduisant les marques de la maladie psychotique.

Comprendre la vieillesse, c'est lutter contre le travers qui nourrit le mythe du vieillard détaché de tous les besoins, de tous les liens du monde, de toutes les sollicitations extérieures. En réalité, en regardant de plus près, le mode « senior » affiche en réalité un sujet actif, constructif, orienté vers l'avenir et manifeste l'un des trésors de la vie, qui n'est pas facile à découvrir. Plus cool, la vieillesse chaise longue, où passif l'on régresse : ritualisation et défenses sont souvent liées à l'inquiétude, à la finitude. Ce dont on se défend autrement dans la colère, la revendication, tout autant que dans les comportements auto-agressifs et la dépression. Ces variations psychologiques sont aussi conditionnées par les situations de la vie. Les bilans de vie parfois difficiles et les handicaps accumulés vont limiter les possibilités d'élaboration de ce type senior à partir duquel on envisagera les étayages thérapeutiques.

La Vieillesse est pour l'adulte ou le jeune une expérience très originale des structures de la vie humaine. Le vécu du temps s'y fait dans le présent, le maintenant, par perte de l'anticipation. Le mouvement propre et intime du vivre est le ralenti. La mort des autres amène à un certain conservatisme et l'orientation prédominante vers le passé témoigne du travail en cours relevant de l'exigence existentielle fondamentale évoquée : l'intégration de la biographie en une unité reconnue et assumée (E. Erikson). Ce présent intensif manifeste souvent un caractère pénible pour l'entourage, liant insouciance et égoïsme, et quelque chose de très banal, la sensibilité à l'actuel. Le présentisme fonde la sensibilité pour ce qui est en train de se passer maintenant, ce dont il faut tenir compte.

L'espace de la vieillesse est étroit, rétréci, focalisé à l'ici. Cette stabilisation suggère le besoin de se reposer, et motive des comportements plus passifs, moins d'activité. La production est plus faible, l'absentéisme plus important au niveau professionnel. La crainte du déclassement motivé par les difficultés croissantes à réaliser l'activité incite le sujet à se suridentifier à l'espace qu'il occupe, à l'endroit où il vit, à sa maison, à ses biens, et aussi à l'argent. D'où le privilège accordé à la pensée instrumentale, une pensée opérationnelle qui se traduit par des manies, manie de l'économie, avarice, collectionnisme, conservatisme, persévération thématique : le radotage, tentative d'intégrer certains thèmes relatifs à la vie du sujet, marque aussi son échec relatif. Cet espace vécu réduit est une manière de gagner le calme d'un peu de solitude propice à se retrouver soi-même mais peut aussi conduire à un isolement renforcé par la peur d'être abandonné. Ce problème de l'espace est rapporté à celui de l'institution quand le sujet s'y trouve déraciné en quelque sorte, et doit affronter des horaires imposés, une cohabitation non choisie, des programmes dont l'organisation touche à l'infantile.

La vieillesse est un vécu particulier de l'autre. On fait valoir que le sujet a tendance à vivre dans le général et qu'il vit l'autre avec un certain misonéisme. Ce retrait par rapport à l'autre se donne dans sa façon de vivre l'autre comme un rôle, que cela concerne la famille, les voisins, l'équipe soignante. Le sujet vit cette distance simultanément au fait qu'il se sait dépendant. D'où aussi des difficultés à communiquer en raison de la rigidité des opinions, d'une sexualité moins aisée, et où l'on est à la fois lié et un peu distant. La perte du monde du travail qui certes motive le bénévolat, peut animer regrets et amertume. Le recours à l'activité doit pouvoir jouer un rôle de compensation, mais ce n'est qu'une médiation relative dans le mesure où le jardinage, le bricolage, les sorties et même les voyages, se déroulent loin de l'autre, notamment de la famille qui est tenue à distance alors même que le sujet en a le plus grand besoin, le plus souvent.

Cette solitude peut être le vœu du sujet de se protéger des sollicitations d'autrui, manifestant une prudence relationnelle et souhaitant une intimité à distance. Cette prudence apparente est à mettre en parallèle avec la souffrance de la vie, celle des deuils imposés, répétés : conjoint, enfant, ami, familial, voisin, animal de compagnie et quand ce n'est pas plusieurs membres de la famille en même temps. Le soi, avec l'âge, est tout occupé au mouvement d'intégration biographique et par là apparaît narcissique. Ce vécu du soi peut correspondre à une défense psychologique par rapport aux pertes subies: perte de sa vitalité corporelle, problèmes de santé, altérations des facultés psychiques, baisse de la mémoire, réduction de la vivacité intellectuelle, abandon des rôles sociaux qui avaient été gratifiants sur le plan économique.

L'évolution du statut familial, le passage à la retraite, l'entrée en institution, se caractérisent chaque fois par des changements sociaux et relationnels sollicitant la dynamique identitaire, et attestant des fondements de la constitution du Soi par l'autre en symétrie de la construction de l'autre par le Soi selon un principe attributionnel. La question de l'identité dans la phénoménologie de Paul Ricoeur reprise par Alfred Kraus répond de la quête permanente d'un équilibre entre soi-même, c'est-à-dire le Soi, et ses rôles, à savoir ce que les autres attendent de nous. Il s'agit d'une équilibration continue entre ce que nous sommes nous-mêmes indépendamment des autres, ce qui motive nos actions, et ce que les autres en attendent. Au quotidien nous avons à remplir de nombreux rôles sociaux : celui de conjoint, de père ou de mère, de membre d'une famille, de professionnel, de participant à diverses activités sociales et relationnelles, loisirs, détente, sports...

Or le point sensible est au changement de rôle, au passage d'un rôle à un autre qui s'effectue par le passage par un point marqué par l'absence de rôle, une absence d'identité. Ce zéro identitaire est nécessaire pour reconfigurer les réponses à la situation nouvelle et se vit dans un moment très bref souvent imperceptible mais qui peut être plus saillant, prolongé, ressenti de façon anxieuse et qui se répétant peut petit à petit mettre en péril le Soi. Cette dynamique de rôle chez le sujet âgé est plus délicate à assumer. La difficulté se manifeste notamment lors du transfert d'un chez soi autonome à l'institution qui peut être vécu comme une régression extrême et un retour à une époque infantile, celle où l'on était encore à l'école par exemple, vécu de fragilité dont le paradoxe tient à la proximité de la mort. Toutes choses certes atténuées par une croyance confessionnelle et une religiosité intrinsèque.

Chez le sujet âgé, le suicide prend souvent le sens d'un acte de démission, notamment dans le contexte d'une maladie grave, comme le cancer..., d'une perte du sens de la vie, affine à la maladie mélancolique, où l'on compte un tiers des suicides chez les plus de 60 ans, et l'usage de moyens particulièrement efficaces et une prémédication calculée. La plupart du temps, les troubles psychiques sont des troubles de l'adaptation dits réactionnels, en réponse à une situation difficile : traits de caractère sensible, problèmes dans la famille, situation sociale tendue, gêne physique, soucis financiers. Les doléances manifestent une prudence excessive, témoignant de l'inquiétude d'un sujet face au stress, c'est-à-dire aux événements sollicitant, et le sentiment que l'on doute des possibilités de faire face comme par le passé.

Le syndrome d'asthénie intellectuelle décrit par nos anciens, où le sujet se plaint de distraction, d'oublis, d'erreurs, de difficultés d'adaptation, ce qu'aujourd'hui nous appelons en anglais MCI (mild cognitive impairment) répond de troubles cognitifs légers et transitoires qui peuvent alerter sur le début de difficultés plus importantes. Il s'agit le plus souvent et dans un premier temps du mouvement défensif d'un sujet qui tente de contrôler la situation et s'y épuise progressivement risquant l'évolution vers la dépression. Le souci s'exprime au travers de symptômes corporels évoquant l'hypocondrie, dans l'engagement d'une consommation médicale importante et ne vise pas uniquement à obtenir des médicaments mais à rencontrer quelqu'un susceptible de rassurer. La suridentification s'étend à cette époque aux biens, garants de l'assurance d'un monde stable.

La dépression se caractérise par la manifestation de symptômes typiques qui s'expriment depuis au moins 15 jours - qui en fait évoluent parfois depuis plusieurs mois, et qui associe, à une humeur dépressive signée par une tristesse pathologique et incompréhensible, par une irritabilité inhabituelle, ou encore par une perte d'intérêt ou de plaisir dans la vie quotidienne, au moins 4 des symptômes suivants : perte ou gain de poids, insomnie ou hypersomnie, agitation ou ralentissement, fatigue ou perte d'énergie, dévalorisation ou culpabilité, difficultés de concentration ou indécision, idées suicidaires, symptômes à l'origine d'une souffrance clinique ou d'une altération du fonctionnement quotidien.

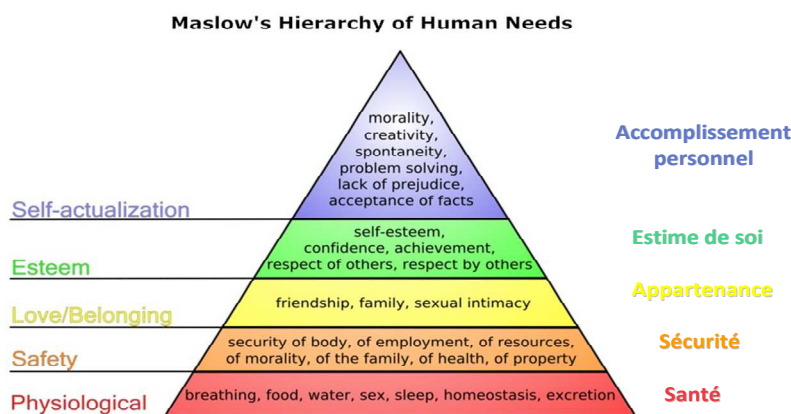
On rappelle l'importance des symptômes du corps touchant l'alimentation, le poids, le sommeil, la force musculaire, se manifestant dans le ralentissement des mouvements, les douleurs diffuses et la sensation d'oppression thoracique. Dans une approche globale de l'expérience dépressive, l'étonnante impression de vieillissement apparent que l'on a quand on connaît le ou la malade, a été porté au compte d'un « miracle diagnostique » que l'on retrouve à l'inverse au plan thérapeutique au 15ème jour d'un traitement antidépresseur bien conduit dans la sortie de la dépression sous la forme d'une transformation radicale et l'expression d'un rajeunissement franc.

L'approche thérapeutique chez le sujet âgé doit se centrer plus particulièrement sur la situation actuelle et s'appuyer sur l'empathie : ni surprotection ni défaitisme, plutôt maîtrise de nos propres réactions et contrôle d'un mélange de désir de dépendance et d'agressivité qui risque de figer le médecin en position de parent protecteur, de fils ou fille. L'attitude pragmatique règle l'action psychothérapeutique sur l'actualité, de façon pédagogue et occupée à des gratifications et des actions sur l'environnement, en termes de possibilités en structure d'accueil, de protection et de support social, visant à modifier l'attitude du patient quant à sa situation.

Le vécu de la vieillesse est un vécu d'attente pour lequel importe une bonne connaissance des vulnérabilités à prendre en compte, à commencer par la garantie des besoins élémentaires : la santé, la sécurité et l'appartenance sociale, comme cela est inscrit dans la théorie psychosociale « eupsychique » de Maslow. S'il faut savoir garantir à nos anciens ce sentiment d'appartenance, l'enjeu se situe au niveau de l'estime de soi et des accomplissements de la personne, ce dont on saura tenir compte dans la prise en charge.

Théorie psycho-sociale « eupsychique »

A theory of human motivation Maslow A. 1943



Le vécu de vieillesse P D Pringuey CHU de Nice -VIème rencontre du CCAS de Nice
« Les seniors aujourd'hui: témoins du passé ou bâtisseurs d'avenir » Mardi 6 Décembre 2011

30

Mais connaître l'autre, c'est distinguer entre savoir et comprendre. Comme spécialiste, notre science établit le domaine cognitif où l'on décrit un objet, un et distinct, de façon statique, instantanée, en vue d'un contrôle effectué par un expert qui privilégie l'activité et l'individualité. Comprendre est tout autre chose, et ressort d'une approche de l'expérience de l'autre qu'il faut faire à la façon d'un artisan dans une visée phénoménologique, qui est une direction et une dynamique forcément inachevée et ouverte au changement, et qui dans une présence passive manifeste dans la relation le principe premier de la sollicitude.

Pour conclure, il faut reconnaître qu'il est difficile de comprendre les gens qui sont plus âgés que nous, problème qui n'est pas tellement nouveau pour le psychiatre dans la mesure où il s'y confronte avec les malades psychotiques qui restent très difficiles à comprendre, même si on y arrive partiellement. Cette difficulté est sous estimée et l'on réfère trop souvent au sujet âgé la position d'une personne handicapée, malade, en dépendance et en souffrance. Ensuite, je voulais vous alerter, comme TATOSSIAN l'a fait déjà, sur la thématique du stéréotype assez défensif où l'on considère l'âge comme une déviance, comme on le fait sur le plan éthique, sur le plan sexuel ou sur le plan confessionnel.

Les mesures d'assistance matérielle et économique, d'aides psychologiques proposées à profusion et toujours généreuses, doivent rester à la mesure des personnes concernées qui attendent qu'on les comprenne et qu'on leur accorde un minimum d'attention. C'est d'un étayage dont ces personnes ont besoin, qui doit les reconnaître dans leur individualité. C'est un accompagnement dans la décision d'assistance qui est ici pertinent. Ce sont surtout des sujets âgés qui pourront se déclarer pour les sujets âgés et l'on aura tout intérêt à reconnaître la sagesse des sujets âgés. Il nous faudra garder vigilance pour faire résistance aux solutions répondant à un constat de déviance, en évitant notamment un surcroît d'activisme.

Peut être enfin, faut-il garder ce sage conseil, référence importante même si elle n'est pas très récente, à savoir qu'il y a « *des armes qui conviennent le mieux à la vieillesse... : Les lettres et la pratique des vertus qui cultivées à tout âge, après une longue vie, bien remplie, portent des fruits merveilleux* ». Il est de Cicéron dans le *De Senectute* (De la vieillesse) de son traité *Cato Major*, Caton l'ancien, datant de -44 av JC. Je vous proposerais de relire tranquillement ce texte magnifique ».

DEBATS AUTOUR DU THEME TRAITE

Monsieur J.M. GALY :

« Sur ce qu'à dit notre collègue, le Professeur PRINGUEY, dont j'ai plaisir à voir qu'il a cité Cicéron, preuve que la sagesse antique est une sagesse éternelle, est-ce que quelqu'un à une question à poser ? ».

Une participante:

« Messieurs, ce n'est pas une question que je vais poser. Je tiens à féliciter ce monsieur qui a tellement bien expliqué la vieillesse. C'est la première fois que j'entends quelqu'un parler si bien de tout cela. Je vous félicite et je vous remercie. Parce que moi, je n'habite pas Nice. Je viens d'arriver ici, à Nice Je viens de ma montagne, de ma campagne. Et là, vraiment, je suis ravie. J'ai assisté à cette réunion, comme ça, par hasard parce que je suis curieuse de nature. Je suis une nomade, j'ai parcouru le monde, je vous félicite encore ».

Professeur D. PRINGUEY :

« Merci bien, c'est très touchant ».

Monsieur J.M. GALY :

« Les psychologues et les psychiatres bâtissent leur opinion sur une analyse de sujet, en l'occurrence les personnes âgées qui, jusque-là, avaient une espérance de vie relativement courte. Or, à l'heure actuelle, il y a quasiment une génération nouvelle qui apparait dont la durée de vie est presque égale à la durée de la vie active. Ce que vous nous avez dit touche-t-elle cette génération-là, ou bien la génération la plus dépendante qui est repoussée plus loin et qui de toute façon existe puisqu'il y a toujours une fin de vie ? Autrement, dit, un senior comme moi, comme ceux qui sont dans cette salle, tous en pleine forme, avec quelques petites difficultés, par-ci, par-là, peuvent-ils être intégrés dans le champ de l'analyse que vous avez menée ? ».

Professeur D. PRINGUEY :

« J'ai omis d'évoquer dans mon introduction les conflits d'intérêts. Et le premier que j'aurais eu à mentionner renvoie au fait que je suis médecin, ça fait déjà un premier problème, et je suis psychiatre, ça n'arrange rien. Et en outre, je suis phénoménologue, c'est le désastre. Mais, le plus gros conflit d'intérêts, c'est que moi-même je ne sais pas très bien où je me situe là dedans parce que j'en suis pour l'instant à soixante deux. Je suis dans un seuil, déjà engagé, et donc je parle d'où je suis, de l'endroit d'où je suis. Et donc, c'est une première difficulté. Je ne suis pas sûr qu'un jeune collègue, un jeune de mes agrégés aurait abordé les choses sous cet aspect-là.

Deuxièmement, je vais me rappeler que Cicéron était assez âgé. C'était pratiquement à sa dernière année de vie qu'il a édité cela. A soixante trois ans, il a été assassiné violemment, d'ailleurs...peu de temps après. Mais, il parle de Caton l'Ancien, qui lui en a quatre vingt deux ou quatre vingt trois ans. Et puis de certains hauts personnages de l'époque, qui eux, ont presque atteint quatre vingt dix et cent ans. Donc, là, il y a un autre problème. Un problème qui est particulier, c'est que la pathoplasticité ou la modification pourrait être liée à notre mode de vie et à l'implication de notre mode de vie dans nous, notre manière de vieillir. Alors, ce serait un ethnologue qui pourrait dire actuellement, dans telle et telle situation d'organisation sociale, les éléments, les organisations, le vieillissement. Comment le vieillissement s'organise, à quoi il correspond ? Mais, oui, je crois que vous avez posé une question à laquelle on peut répondre en trichant un tout petit peu, en disant : c'est à nous de décider.

Ce que l'on veut faire ? Voilà, on est libre. Le problème, c'est que la liberté, c'est un équilibre à la nécessité. C'est-à-dire que l'on est libre, mais que cela a un prix, la liberté. Et donc, si on propose des choses, il faut les assumer.

Si on travaille un peu plus longtemps, il faut alors considérer qu'on sera peut être un peu

moins performant au sens de la personne qui a vingt cinq ans, qui peut dormir deux heures la nuit, ou faire le tour du monde trois fois en deux semaines. Là, il y aura probablement des ajustements qui pourront se faire. Mais, moi, j'ai même renversé le problème avec le travail des jeunes. J'ai même vu aux Etats-Unis, des enfants tenir une boutique, ils avaient onze ans, tenir avec les cartes de crédit, avec les trucs à payer, les factures, et ce qui est impensable pour nous, quelque part. Alors, je pensais que c'était en sus de leurs ... quatorze heures, quinze heures, probablement en stage, je ne sais pas quel format, d'ailleurs. Et c'est intéressant, parce qu'on va presque prendre le problème à un autre endroit. Ce sont nos décisions sociopolitiques qui sont importantes à ce sujet-là. Et il est bien dommage de ne pas garder des anciens, de les mettre en congé retraite, obligatoirement sous le seul prétexte d'un niveau d'âge. D'ailleurs, dans les disciplines libérales, il y a des gens qui travaillent jusqu'à quatre vingt, quatre vingt cinq ans, et continuent à effectuer leur travail quotidien. En neuropsychiatrie, il y en a qui continuent à travailler, alors que l'on peut se demander si à quatre vingt cinq ans on peut rester en neuropsychiatrie ».

Un participant :

« Sachant que tous les êtres humains sont nés avec une espèce d'angoisse de mort et que les êtres humains, tout au long de leur parcours, essaient d'accepter la mort en tant qu'évidence dans ce « parcours de vie », il y a une lecture qui existe et des outils pour pouvoir intégrer « cette certitude ». Mais à la fin, parce que moi aussi, je suis confronté à une sorte d'angoisse de mort probablement, face à cette incertitude, comment on fait concrètement ? Parce que pouvoir entendre des choses et les intégrer, il y a quand même un large fossé. Paradoxalement, on essaie d'allonger la vie éternellement, avec tous les problèmes de dépendance que cela provoque. Donc, moi, franchement, je n'arrive pas trop à comprendre certaines choses ».

Professeur D. PRINGUEY :

« Il y a deux réponses : la première c'est que l'on n'est pas tout seul. Même par rapport à cela. Si on travaille en institution, si on travaille en équipe, si on travaille tout seul, la difficulté c'est de pouvoir élaborer avec d'autres. Les groupes Balindt, en soin et en médecine, avaient prévu ou tenté de permettre à des médecins de se retrouver et de pouvoir échanger sur les problématiques qu'ils étaient en train de souffrir auprès de leurs malades avec leurs malades. La question est, je reviens à ce que j'évoquais sur l'enseignement qui est quasi-scientifique, que c'est le support social qui est le plus important, que soit même, on n'est pas grand-chose, on est peu de chose.

Alors, quand on est vraiment très seul et qu'il y a un souci, il faut consulter un psychologue, un psychiatre et faire des soins. Globalement, si vous posez des questions par rapport à des attitudes sur les personnes âgées, il n'y a pas d'autres solutions que de se faire aider, de ne pas rester seul. Et quand vous dites la mort, ce n'est pas une angoisse, la mort, c'est une certitude, c'est une énigme. Après on est angoissé sur cette énigme et l'angoisse est déjà l'élaboration par rapport à la certitude de la mort, à la finitude. Ce qui est angoissant, c'est que c'est indéterminé et imminent dans l'approche phénoménologique de la mort. Donc, une certitude imminente, indéterminée et en plus posant d'autres problèmes que le problème de la fin du corps. D'ailleurs, c'est ce que fait le suicidant, il se venge sur son corps. Le corps, on peut l'exterminer, mais le Soi, l'histoire du sujet continue dans la célébration des siens, de son entourage, des autres. Ceux qui ont plus de génie que les autres, comme Cicéron, on peut les célébrer, il est mort. Et bien, ce qu'il raconte est vraiment quelque chose d'émouvant. Il parle aux modernes, très fort ».

Un participant :

« Vous avez parlé de socialisation. Toute notre vie de travail, c'est une socialisation. Je crois qu'une fois que l'on arrête le travail, on est obligé de partir à la retraite. Je crois que la socialisation est encore plus importante. Parce que du moment que vous ne travaillez plus,

que vous ne voyez plus personne, c'est là que l'on ressent les douleurs, que l'on ressent de la fatigue, qu'on déprime le plus.

Je pense qu'il ne faudrait pas travailler tout le temps et en plus on recule l'âge de la retraite. Je pense que c'est un bien pour les générations à venir. Parce lorsque l'on va au boulot, quelque fois, les douleurs on n'y pense pas. Nous prenons un comprimé et nous continuons. On n'y pense plus au cours de la journée. Je crois que c'est cela la vie. Et c'est là que l'on peut apporter aux autres ».

Professeur D. PRINGUEY :

« Oui, et vous voyez que c'est là, sans doute, l'essentiel de l'accueil que l'on peut apporter aux gens qui sont condamnés à la retraite et à qui on peut offrir des occupations et même des responsabilités, je l'ai évoqué tout à l'heure. Ce qui reprend d'ailleurs la question qu'on vient de débattre, c'est qu'au bout du compte, nous sommes déterminés par l'autre.

Trop travailler, c'est se fuir soi-même. Se fuir soi-même, ce n'est pas bien. Quelque part, ceux qui réussissent leur retraite, au sens des classiques, je ne sais pas ce que vous direz, mais ce sont des gens qui la vivent déjà avant d'y être. Non, c'est eux qui décident. Même en temps que responsable, on sait que c'est en train de changer. Ce changement, je crois que la très grande habileté, c'est de le faire très progressivement. Mais la difficulté, c'est de revenir sur soi et de se dire : « mais qui je suis dans cette histoire là ? » - « je ne suis pas uniquement tout le travail que j'ai fait. Je suis une personne, en profondeur ». Et je me suis fui parce que j'avais un peu d'angoisse, peut-être... ». Mais, vous avez raison en ce qui concerne le maintien d'une socialisation chez des gens qui se trouvent embarrassés parce que le soutien social qu'ils avaient, le support social sur le motif du travail qu'ils avaient, vient à changer soudain. Cette soudaineté qui n'est pas bonne non plus, c'est la brutalité. La brutalité des choses de la vie, ça vous fait passer d'un fait à un évènement qui reconfigure tout, parce que l'on va retrouver monsieur ou madame à la maison et là, alors, c'est le bonheur.... Et ainsi de suite. ».

Monsieur J.M. GALY :

« Il y a une autre question qui m'a interpellé. C'est vrai que vous avez posé la question de travailler jusqu'à un âge avancé. Mais si l'on veut bien voir que celui qui travaille le fait dans un domaine déterminé, car rarement les métiers sont polyvalents, le travail est quand même une mutilation de l'individu, justement parce que celui qui exerce une activité le fait dans un domaine particulier. Et si au bout d'une vie de travail, il n'a d'autre espérance que de continuer de travailler dans la même spécialité, cela pose une question d'épanouissement personnel. Cela vaut pour la plupart de nos citoyens. Il y a une vacuité qui se crée tout de suite après. Or nous avons tous quelque autre chose à faire, une autre chose que ne saurait remplir ce quotidien répété qu'est la pratique d'une profession.»

Un participant :

« Moi j'ai particulièrement apprécié l'intervention de Monsieur GALY. Monsieur GALY dit : quand on est poinçonneur des Lilas, que l'on fait un métier qui n'est pas intéressant, c'est là où je suis en désaccord avec vous, après je suis en accord avec tout le reste. Quand on est poinçonneur des Lilas, que l'on fait un métier peut intéressant et que l'on travaille dans une chaîne de montage, on perd sa vie à la gagner. Moi, je ne parlais que de moi. Quand on est directeur de service à domicile d'établissement gérant des personnes âgées, quand on est président conférencier, que l'on adore son métier, si je ne fais que travailler au sens de mon métier, je suis dans la même situation que vous : je perds une partie de mon temps. Parce que ce que je perds moi, ce que je comprends, c'est que j'ai un autre travail à faire. Quand je dis : « je », c'est que j'ai un autre travail à faire qui est celui auquel Monsieur GALY nous invite, c'est un travail sur moi : c'est-à-dire ne pas me fuir moi. Et en quoi le problème de la retraite est-il un effroyable révélateur pour un certain nombre de gens ?

C'est un révélateur de gens qui ne se sont jamais posés aucune question sur eux. Parce que, qu'ils aient eu un métier intéressant ou pas, ils se sont beaucoup occupés à autre chose et comme le disait aussi Monsieur GALY : quand on est en couple, ce sont des gens qui ne se sont plus posés la question sur leur couple et qui subitement se retrouvent face à l'autre sans le prétexte des enfants à s'occuper, sans le prétexte du travail qu'il faut faire.

Ce que je crois, c'est que ce travail à faire, c'est un travail sur soi et ce travail sur soi, Monsieur PRINGUEY l'a expliqué en parlant de la religiosité. C'est ce qui fait que nous travaillons sur tout ce qui donne du sens à nos vies. C'est ce que moi, j'appelle la religiosité. Il y a différentes formes de spiritualité dont la religiosité est un élément. Il peut y avoir des religiosités, spiritualités sans dieu, avec plusieurs dieux. Il peut y avoir un travail thérapeutique, mille chemins et je crois que chacun a à se réapproprier le chemin du travail sur soi ».

Professeur D. PRINGUEY :

« Qu'est-ce que vous en pensez, les uns, les autres ? Ce que vous évoquez est peut-être presque une élaboration à partir de la rencontre avec la souffrance psychiatrique. On gardera en ligne de fond l'angoisse comme une tension entre liberté et nécessité. Ce qui fait l'angoisse, c'est cette liberté qui ne s'accorde plus aux fins et se trouve embarrassée pour d'autres motifs. Il y a l'angoisse du philosophe, l'angoisse de l'écrivain, l'angoisse du médecin, l'angoisse du psychiatre et de la famille.

Mais, à chaque fois, c'est différent. Les balances entre liberté et nécessité ne sont pas les mêmes, les enjeux ne sont pas les mêmes. Alors, ensuite, on a vraiment deux intuitions cliniques qui nous viennent et qui sont au lit du malade, il y a deux choses importantes dans la vie, dont nous parlent nuit et jour les patients. Premièrement, la créativité humaine et la vie, cela se construit à chaque instant. Dans ce que vous dites, c'est une sorte de travail de créateur. Ce n'est pas scier du bois, ou bricoler, descendre faire la vaisselle, non. C'est à chaque instant, configurer. Alors, on peut configurer tout le temps le même truc, le poinçonneur ou autre. Et, en même temps, ce n'est pas vrai parce que ce sont des équipes. Le poinçonneur : ils vont au bar du coin, ils consomment et cela ne se passe parfois pas bien. C'est pareil pour les codes barres. Il y a aussi un enjeu relationnel à la créativité comme une partie de l'âme de l'homme. Ceux qui ont du talent vont faire une œuvre d'art.

Vivre une vie, c'est construire une œuvre d'art singulière. Voilà. Et sous cet aspect, ceux qui nous le disent, ce sont les mélancoliques, les déprimés graves : « je n'y arrive plus, je ne peux plus créer » et donc, créature tu dois créer et tu dois te créer : « je n'y arrive plus ». C'est cela la mélancolie. Et la manie, l'exaltation maniaque, déchainement pulsionnel, libidinale, la grande catastrophe de l'agitation, c'est Moi. Je sais tout faire, je sais tout créer et je vais vous montrer que tous les autres sont des nuls, vous aussi docteur et toute l'équipe, et la famille. Il y a moi, les autres, et cela veut dire que le truc de la créativité, cela s'est emballé. Il va falloir calmer le jeu, voir un peu où nous en sommes et quels sont les horizons, à quoi cela correspond. C'est un aspect de l'âme et l'autre aspect, c'est l'identité humaine.

DATOSSIAN nous a indiqué la copie sur RICOEUR et HONNETH et probablement, pour le travail au quotidien. D'ailleurs, dans le cadre d'un prochain congrès de psychiatrie à Lille, c'est nous qui nous organisons comme société, ma société de phénoménologie psychiatrique va présenter les motifs d'une approche dite de thérapie de l'identifié de la schizophrénie. L'identité en temps que ce que j'ai évoqué tout à l'heure. C'est-à-dire qu'à chaque instant, mon moi-même répond à l'autre dans des rôles qui sont multiples, qui me construisent, qui me justifient. Mais, à partir de quoi ? Egalement, en symétrie je le construis et je le justifie et la construction de mon identité se fait à chaque instant sur les histoires de créativité. Et cette construction identitaire, elle est inapparente chez la plupart d'entre nous. Ce sont nos malades schizophrènes qui viennent nous dire que eux, ça y est, ils ont compris. Alors, j'en ai un qui a fait l'école hôtelière. Et qui a dit, en pétant un câble au niveau du délire, d'une impatience de son existence, il s'est déclaré directeur.

Alors, quand il décompense, il s'habille chic, il a l'attaché case et il se présente, bien sûr dans un hôtel, et à chaque fois, bien sûr, il y a les pompiers. Comment vous dire ? C'est un accomplissement d'un projet identitaire, mais qui ne tient pas. Si on veut devenir directeur, il faut quand même progresser et il y a des stades, il y a des étapes. Cette question de l'identité, elle est en jeu de manière très forte, même au niveau des équipes et comme je le disais, le problème de soin du schizophrène, psychotique, c'est de construire tout doucement un passé à partir duquel il va pouvoir élaborer. Voilà, où redémarrer.

Cette entité double : identité, créativité, c'est quelque chose d'opérationnel, comme indication du travail psychique et qui porte ce que je vous évoquais. Parce que vous pouvez retrouver dans ce que vous évoquez, une préoccupation en rapport avec la constitution identitaire, cette fabrique de l'homme, à chaque instant. Et les moyens que l'on se donne pour la faire. Alors, la créativité de l'équipe, la créativité de l'aidant, la créativité du milieu, celle du médecin, celle du soutien social ».

Un participant :

« Je suis très émue. Tout d'abord, j'ai été infirmière pendant vingt cinq ans et j'ai craqué avec le travail. Je m'en suis sortie, à soixante ans, justement en art thérapie et maintenant, je suis peintre. Voilà, je dessine et je retrouve mon âme d'enfant, tout ce que j'ai aimé en étant petite et ce que je n'ai pas pu faire, justement en travaillant très dur. Et j'aimerais un jour apporter ce témoignage, parce que cela me touche profondément. Je vous remercie Monsieur ».

Monsieur J.M. GALY :

« Voilà, vous nous apportez-là un superbe témoignage en forme de passage de témoin. Je vous remercie, cher collègue et ami, cher Professeur PRINGUEY. Désormais, c'est au tour de Monsieur CHAMPVERT d'intervenir dans le débat. Il est membre d'un collectif : « une société pour tous les âges » autrement dit, sans exclusion aucun âge et surtout pas le nôtre, je l'ai compris ainsi. Alors, quelle est notre place dans la société ? Je vous laisse volontiers la parole ».

Seconde conférence

Monsieur Pascal CHAMPVERT

*« En quoi le vieillissement
est-il une chance pour notre société ? »*

Pascal CHAMPVERT est Président de l'AD-PA, Association des Directeurs de Services à domicile et établissements pour personnes âgées.
Il est Membre du Collectif « Une société pour tous les âges »

« **B**onjour.

Deux mots de présentation, je m'appelle Pascal CHAMPVERT, je préside l'AD-PA : l'association des directeurs au service des personnes âgées. Elle regroupe les directeurs des établissements pour personnes âgées et de services à domicile. Je représente les directeurs qui travaillent pour les vieux 'vieux', les « old old », dont on a parlé tout à l'heure Monsieur PRINGUEY.

Je dirige moi-même des services à domicile et des structures pour personnes âgées dans l'est parisien et je suis membre d'un collectif, comme l'a dit Monsieur GALY, qui s'appelle : « une société pour tous les âges », un « think tank », en bon français ; c'est un groupe de réflexion sur les questions des personnes très âgées, du handicap à tout âge et du vieillissement. Nous n'avons pas voulu réitérer un groupe qui parle des vieux comme d'une espèce de catégorie à part, comme des martiens. Notre société se raconte qu'il y a des martiens qui arrivent sur terre à quatre-vingt-dix ans, c'est-à-dire, qui sont autres ; nous pensons que ce n'est pas ça. Il y a des très vieux qui vivent dans une société, qui sont les représentants, les symboles du phénomène du vieillissement ; et ce phénomène du vieillissement, il nous concerne tous. Il concerne aussi, ceux que l'on appelle les jeunes. Voilà, ce qu'est « une société pour tous les âges ».

Je souhaite rebondir sur ce qu'a dit Monsieur PRINGUEY. Il a cité FREUD, avec une phrase que je ne connaissais pas, disant que les jeunes et les vieux, la jeunesse et la vieillesse, sont les plus grands opposés dont la vie humaine soit capable ; J'ai un peu lu Freud, mais il y a un autre grand psychiatre, psychanalyste auquel je me réfère plus, qui est Jung. Jung était un disciple de FREUD, qui s'est fâché après avec lui.

Carl Gustav JUNG parle de chemin d'individuation, c'est-à-dire chemin de vie : « *ce qui fait qu'on progresse dans une vie, c'est rapprocher les opposés* ». Il dit, « *c'est rassembler les polarités* ». Il cite trois polarités : ce qui est extérieur et intérieur à nous, les sens et l'intuition, l'émotion et la raison. Ce sont trois couples qui nous habitent en permanence. Et je trouve très intéressante la phrase de Freud évoquée par Monsieur PRINGUEY, parce que, quand il dit : « *jeune et vieux, c'est le plus grand opposé* », j'ai envie de dire, ça tombe bien, parce que, ce dont je suis habité, moi, à travers la lecture et un peu de pratique de la pensée de Jung, c'est que nous avons dans ce chemin à rassembler nos polarités pour, dit Jung, être complet. Et je dirais sans doute désormais, grâce à Monsieur PRINGUEY, que, au fond, rassembler cette polarité jeunes – vieux c'est certainement un des plus grands éléments de nos chemins de vie.

J'ai prévu de faire cette présentation en quatre thèmes, en quatre temps.

1. VIEILLESSE ET VIEILLISSEMENT

C'est quoi un vieux ? Geneviève Laroque, Présidente de la Fondation Nationale de Gérontologie et membre d'*Une société pour tous les âges*, nous dit : « être vieux c'est avoir 10 ans de plus que celui auquel on s'adresse ». Dominique PRINGUEY, pour moi, est un vieux ; il a donné son âge, il a 62 ans, j'en ai 52. Je vais prendre beaucoup de précaution pour dire que Monsieur GALY, pour moi : « vous êtes un vieux ». Pourquoi prendre ces précautions ? Il est intéressant que j'en prenne. Monsieur GALY que j'ai rencontré ce matin, est un homme courtois. J'ai entendu l'intérêt des présentations qu'il a faites, j'ai beaucoup d'empathie à son égard. Si je le regarde les yeux dans les yeux, et lui dis : « monsieur vous êtes un vieux », je mesure la transgression que je réalise dans nos sociétés contemporaines. Monsieur GALY pourrait me dire : « J'invite ce Monsieur CHAMPVERT, qu'est ce qu'il est discourtois ».

Quelle est cette société dans laquelle on ne peut pas dire que quelqu'un est vieux ? Monsieur GALY ayant quelques années de plus que moi, il est objectivement vieux. Hier soir, Monsieur BOUTELIER est venu me chercher à l'aéroport, nous avons eu quelques échanges et j'avais bien compris qu'il était beaucoup plus jeune que moi ; donc pour lui je suis un vieux. Et quand Monsieur PRINGUEY se posait cette question intéressante : « ai-je du conflit d'intérêt ? », « En suis-je, n'en suis-je pas ? », j'ai envie de dire, je ne réponds que pour moi, c'est à Monsieur PRINGUEY d'avoir sa réponse pour lui, que je suis un vieux.

Nous sommes tous le vieux de quelqu'un ou pas. Je ne reviens pas sur ce qu'a développé Monsieur PRINGUEY sur la vieillesse du corps, mais au-delà il y a la vieillesse de tout le reste. Monsieur PRINGUEY parlait de Cicéron ; Cicéron est extrêmement intéressant, car il a écrit sur la vieillesse, et sur des sujets qui sont toujours aujourd'hui d'actualité. Cicéron c'est un vieux dans la société romaine, il meurt autour de 65 ans, c'est vrai qu'il y avait des gens plus vieux que lui, mais c'était exceptionnel, même si Caton l'ancien était encore plus vieux. Des vieux il y en a toujours eu et il y en a dans toutes les sociétés. Vieillir est éminemment relatif. Qu'est ce que vieillir ? Il y a mille façons de le dire. Monsieur PRINGUEY a montré combien l'avancée en âge était une diminution de la capacité du corps. A 52 ans, je cours moins vite qu'à 30 ans. Mon corps diminue mais en même temps il y a autre chose que l'Occident ne dit pas suffisamment et c'est le grand drame de la société dans laquelle nous vivons ; ce que nous disent toutes les spiritualités, avec un dieu (christianisme, judaïsme, islam) avec plusieurs dieux, (hindouisme, animisme), ou sans dieu, (bouddhisme, taoïsme ou certaines philosophies comme celles d'André Comte-Sponville ou Luc Ferry), les chemins thérapeutiques (Freud, Jung Lacan), c'est qu'il nous est donné au cours de notre vie de faire grandir notre connaissance du monde, de nous, des autres, notre relation, à la vie, à l'humanité, à l'amour, à la communion avec la nature...

Ceux qui sont allés en Afrique Noire savent qu'un vieux est appelé un grand. Souvent entre eux les Africains s'appellent grands. On ne dit pas ça à un copain mais à quelqu'un qui est plus âgé que soi, par affection. Dans une conférence que je donnais, une étudiante camerounaise a pris la parole pour dire : « dans mon pays, il y a des gens qui sont désorientés, l'on dit d'eux qu'ils sont tellement hauts qu'ils parlent aux esprits et c'est pourquoi nous ne les comprenons pas ».

Objectivement, d'un point de vue médical, la situation d'une dame de 70 ans ayant une maladie d'Alzheimer, à Nice, ou dans la forêt camerounaise est exactement la même. Mais ce qui fait une différence fondamentale, c'est le regard que la société porte sur elle. Dans notre belle Ville de Nice, et dans tout notre beau pays de France, la vieille dame est dépendante, en Afrique, elle est tellement haut qu'elle parle aux esprits. C'est un des éléments fondamentaux de notre relation aux très vieux, c'est que nous sommes dans une société qui les dévalorise profondément.

Cela commence quand le vieux ? Le vieux cela commence très tôt. Cela peut même commencer à quarante ans. Combien d'entre nous ont vécu difficilement le passage des quarante ans ? Il y en a même qui passent difficilement les trente. Les sportifs de haut niveau par exemple. C'est une question qui nous habite tous, c'est quoi être vieux. Je rebondissais sur ce que disait une participante à propos de Lucrèce en début de matinée : « *tu ne seras heureux qu'en regardant ta mort en face* ». Je pense que l'on peut dire la même chose de la vieillesse : « *tu ne seras heureux qu'en regardant ta vieillesse et ton vieillissement en face* ». Le vieillissement étant entendu ici comme un processus.

2. LE VIEILLISSEMENT : UNE CHANCE POUR L'OCCIDENT

Les vieux nous parlent de la société occidentale. Il y a toujours eu des vieux mais les sociétés occidentales vivent ce qu'aucune société ne vit aujourd'hui et qu'aucune société dans l'histoire de l'humanité n'a jamais vécu : ce n'est pas d'avoir des vieux, c'est d'avoir des gens qui vivent très vieux, et pour certains avec des fragilités importantes. En France, nous appelons cela d'une façon méprisante la dépendance. Moi j'aurais envie de dire, pour reprendre cette étudiante, des gens qui sont tellement hauts qu'ils parlent aux esprits, ou à l'esprit selon les préférences.

Dans les résidences pour personnes âgées que je dirige, on a créé des crèches pour qu'il y ait du lien entre les résidents et ces enfants. Tous les journalistes me disent que c'est superbe, cela permet aux résidents d'avoir des relations avec leurs petits enfants. Je leur réponds qu'ils ne sont pas dans le réel. Ils n'ont pas ces relations avec leurs petits enfants mais avec leurs arrières petits enfants, voire avec leurs arrières arrières petits enfants. Les journalistes ne sont pas responsables de tout, ils sont un miroir de la société. Le journaliste ne fait que reprendre ce que pense la société. La société continue aujourd'hui à penser le monde comme s'il existait trois générations, c'est-à-dire la famille telle que nous la connaissions au début du XX^{ème} siècle, les enfants, les parents, les grands parents.

Avoir dans une famille quatre générations est devenu banal. Et il y a même, ce que la Fédération Nationale de Gérontologie appelle des familles penta générationnelles. Une à 100 ans, une à 80 ans, l'autre à 60 ans, puis 40 ans et enfin 20 ans. Ce qui est intéressant c'est d'analyser la relation au vieillissement de celle qui est âgée de 80 ans. Objectivement, au sens où être vieux c'est avoir 10 ans de plus que celui auquel on parle, elle est vieille. Pour autant, elle a une vision de l'avenir qui est bien plus positive que la moyenne des gens de son âge, car elle a toujours sa mère. Elle a donc l'idée que la vie est longue. C'est un des éléments auxquels les vieux servent. Jeanne Calment a été en bonne santé jusqu'à 116 ans ; à 120 ans elle commençait à être affaiblie. Même à 120 ans, en ne disant rien mais simplement en étant, elle disait : « *la vie est longue* ». Les taoïstes disent : « *Le sage enseigne par le non dire et gouverne par le non faire* ». Le non dire ce n'est pas se taire. La meilleure illustration que l'on peut donner à des occidentaux du non dire et du non faire, c'est Jeanne Calment, c'est-à-dire que je suis témoin simplement parce que j'existe. Je ne sais pas quel âge a la doyenne des Niçois, c'est probablement une dame, différence d'espérances de vie oblige, peut-être vivant à son domicile, en parfaite santé, ou dans un logement foyer de la Ville de Nice, peut-être est-elle très handicapée. Quoiqu'elle fasse, elle témoigne pour l'ensemble des Niçois que la vie est longue.

On peut voir se déclarer une maladie d'Alzheimer à 75 ans et avoir quinze ans d'espérance de vie. On peut faire un accident vasculaire cérébral à 75 ans et avoir 10-15 ans d'espérance de vie et cela aucune société ne l'a jamais vécu au monde, aucune société ne le vit aujourd'hui. C'est pourquoi lorsque nous avons des échanges avec nos amis africains, et qu'ils nous disent respecter les vieux mieux que nous, ils ont incontestablement raison car leur représentation de la vieillesse est une représentation positive. Par contre, quand nos amis africains nous expliquent qu'ils sont plus développés que nous parce qu'ils n'ont ni maison de retraite ni de service à domicile, la famille les accueillant, je réponds qu'ils parlent d'un besoin qu'ils ne connaissent pas dans leur pays.

Quinze années handicapé cela n'existe pas en Afrique. Ajouté à cela qu'en Occident, les femmes travaillent, que nous n'habitons plus dans la ferme en face de nos parents et de nos grands parents ; la situation de la femme a changé : arrêtons de parler de solidarité familiale, il n'y en a pas, il y a des solidarités féminines. Roselyne BACHELOT le dit très bien : les aidants sont des aidantes. Inévitablement dans cette société-là, il faut faire appel à des professionnels. Il faut des familles qui aiment et des professionnels qui aident. C'est un élément extrêmement original et nouveau.

Quand nous comparons avec l'Afrique il y a un autre élément de changement. C'est là où les paradoxes sont extrêmement intéressants. A Nice, la vieille dame atteinte de la maladie d'Alzheimer sera matériellement mieux traitée qu'au Cameroun. La société occidentale, qui a réussi à ce que matériellement on s'occupe bien des personnes âgées est précisément la société qui a dévalorisé les personnes âgées intrinsèquement dans son processus de développement économique.

A partir de la fin de la seconde guerre mondiale, le niveau de vie de l'ensemble des Français et des Occidentaux s'est considérablement développé, sur des valeurs de renouvellement rapide, des moyens de production et des biens de consommation. Aujourd'hui, on achète, ça ne dure pas, on jette. On a basé notre développement économique sur la jeunesse, la rapidité. Autant, je suis critique sur une part de ce qu'est l'Occident, autant je ne me plains pas car je ne voudrais pas faire le même métier en Afrique où j'aurais un revenu probablement quatre fois inférieur.

Reconnaissons la chance que nous avons de vivre dans cet Occident qui permet à des personnes âgées de vivre très longtemps, dans des conditions matériellement plus correctes¹, même si elles sont fragilisées. Pour autant il y a une sorte de retour du refoulé : ces sociétés occidentales qui ont réussi à faire vivre longtemps des vieux fragiles l'ont fait en excluant la question de la vieillesse, du vieux, du vieillissement et de la fragilité. C'est l'aporie dans laquelle nous sommes aujourd'hui. C'est une réussite en même temps qu'un échec et nous sommes en tant que société, mais aussi chacun d'entre nous en tant qu'individu confrontés à cela : le vieillissement, et la diminution physique sont des phénomènes que toutes les sociétés ont connu, mais les sociétés traditionnelles y donnaient une réponse à travers la place du vieux et de la spiritualité. Or dans nos sociétés occidentales nous avons une grande probabilité de vivre plus vieux, mais non seulement la société occidentale ne nous aide pas à vieillir mais elle nous dévalorise quand nous vieillissons. Pour sortir de cette aporie, il est important de se demander à quoi sert le vieillissement et comment nous élaborons notre relation à notre propre vieillissement ; Comment je peux arriver à l'élaborer comme quelque chose de positif ?

¹ Même si beaucoup de retraités ont de vrais problèmes dans notre pays.
Actes des rencontres-débats du 6 décembre 2011

3. LE VIEILLISSEMENT : UN ENJEU ETHIQUE

Il y a de plus en plus de personnes âgées de plus de 85 ans. 80% des plus de 85 ans vont bien. L'avenir de tous ceux qui aujourd'hui ont 70 à 80 ans, c'est d'avoir plus de 80% de probabilité à 85 ans d'aller bien. Les démographes disent que l'espérance de vie sans handicap augmente plus vite que l'espérance de vie. La probabilité de chacun d'être handicapé diminue, mais pour autant le nombre de personnes âgées fragilisées va augmenter de façon importante car le nombre de personnes de plus de 85 ans ne fait qu'augmenter.

Nous sommes dans une société qui a une image profondément dévalorisée du grand âge, mais cela va même au-delà, il s'agit de discrimination. Au sens où l'article 13 du Traité d'Amsterdam demande à tous les pays de l'Union Européenne de lutter contre toute type de discrimination, notre société est profondément âgiste. Notre société ne reconnaît pas comme son égal la personne très âgée surtout si elle est handicapée. Tout le monde aimerait ressembler à Line Renaud, mais quand vous écoutez les interviews de Line Renaud ou de Charles Aznavour, les journalistes leur disent systématiquement qu'ils sont les plus jeunes d'entre nous. Cela revient à dire à un juif : *« je t'accepte comme mon ami à condition que tu enlèves la kippa »*, ou à une femme : *« vous êtes mon égal si vous avez un comportement d'homme »*. C'est comme si je disais à une personne handicapée : *« vous êtes mon égal si vous courez aussi vite que moi »*.

Nous sommes profondément discriminants, et pire que cela, nous ne le savons pas ; si j'étais arrivé en disant à Monsieur GALY que j'étais ravi de venir à Nice, mais que je ne pouvais pas intervenir car dans l'assistance il y avait trop de femmes et du coup elles n'allaient rien comprendre, il s'agirait bien d'une discrimination que notre société aujourd'hui repère. Dans notre beau pays de France, quand il y a eu des débats sur le droit de vote des femmes, certains hommes politiques disaient qu'ils ne pouvaient pas donner ce droit de vote à des femmes qui, de toute façon, voteraient bêtement comme leurs maris. Ces discours aujourd'hui seraient insupportables et rejetés comme sexistes. Si j'avais dit que je ne voulais pas non plus donner une conférence devant des personnes juives ou noires, on aurait pu déférer mon mail devant un tribunal et j'aurais été condamné à juste titre. Si j'avais dit que je ne parlerais pas devant une assemblée de seniors, Monsieur GALY n'aurait pas pu me faire de procès.

Si je dis espérer ne pas rencontrer trop de vieux, il ne se passe rien. Donc notre société, qui s'est armée pour lutter contre toutes ces discriminations, n'est pas encore consciente de la discrimination qu'elle produit à l'égard des vieux. Or Simone de BEAUVOIR disait : *« Quand je me coupe de cette vieille femme, je me coupe de moi-même car je me coupe de mon avenir »*. En me coupant de l'autre, je me coupe de moi-même.

Vieux je vais le devenir, et handicapé, je pourrais le devenir, et mortel je le suis déjà : c'est là l'angoisse. D'où le mécanisme de rejet qu'est l'âgisme. En France, le jeunisme est une qualité, l'âgisme est un défaut ; le vocabulaire n'est jamais neutre. Ce mécanisme de rejet fait que je me rejette moi en partie ; Intégrer le vieux et le très vieux, c'est réintégrer l'ensemble de la société.

Suis-je vieux ? Cette question est fondamentale Notre société affirme que tous les seniors sont des jeunes : comportez-vous comme des jeunes. Charles Aznavour a 86 ans, mais s'il se dit qu'il est jeune, il peut continuer à remplir le Palais des Congrès à Paris ; un jour, je ne lui souhaite pas, il aura le « coup de vieux ». D'un seul coup ce n'est plus possible de se raconter cette histoire fausse, qu'on est jeune.

A quoi sert le vieux ? Il sert simplement parce qu'il est. Et un être humain n'a pas besoin de servir ; c'est en tant qu'être humain que nous lui devons le respect. Mais le vieux nous parle. Il nous dit que la vie est longue, il nous dit la fragilité. Il nous apporte la lenteur. Le lent cela ne s'apprend pas en le décrivant. Le lent, pour un petit enfant, cela s'apprend en le vivant. Quand on a trois ans, que nous avons des parents qui ont entre vingt-cinq et trente-cinq ans, des grands parents qui ont entre cinquante-cinq et soixante-dix ans, qui courent tout le temps, il n'y a que les quatre-vingt ans qui vont lentement. Les jeunes apportent du désordre, de la vie, de la créativité, dans tous les sens, aux très vieux, et les très vieux apportent le lent. Si vieillesse pouvait, si jeunesse savait. Aujourd'hui je le vois très bien dans le travail : je mets plus de temps à faire la même activité mais pour d'autres choses je vais beaucoup plus vite car j'ai de l'expérience. Les seniors nous apportent également une réflexion sur le sens de la vie.

4. LE VIEILLISSEMENT UN ENJEU ECONOMIQUE

L'économie est avant toute chose une technique. Je crois profondément que la technique doit toujours être soumise à la politique, que la politique doit être soumise à l'éthique. L'économie est une technique de l'équilibre entre des besoins illimités et des ressources limitées. C'est aussi trouver des équilibres entre les dépenses et les recettes, vous savez à quel point la crise nous rappelle qu'un certain nombre de ces équilibres sont difficiles à trouver.

L'éthique majeure est que l'être humain n'a pas besoin de prouver qu'il sert à quelque chose, et qu'à partir de cela, l'être humain apporte à tous les autres y compris le plus fragile d'entre nous. Or l'éthique rejoint l'économique, car les personnes âgées, d'un point de vue économique, sont une chance pour la société. Les transferts financiers vers leurs enfants et leurs petits enfants sont un exemple. La génération des 60-70 ans a souvent à aider ses enfants, ses petites enfants mais aussi ses parents. Cela veut dire que c'est une génération qui soutient parfois trois générations. Dans une situation de crise économique, le jeune retraité est un amortisseur de crise important. Le jeune et le vieux vieux sont des consommateurs, le marché des seniors est un puissant vecteur de croissance économique. Les vieux vieux eux ont une autre fonction. Ces 20% de personnes âgées fragiles sont des consommateurs de services.

Un des grands débats entre économistes est de savoir s'il y a un avenir à l'industrie en Europe. Pour autant, tous les économistes sont d'accord pour dire que l'on passe d'une société post industrielle, à une société de services. Les personnes très âgées sont demandeurs de services, d'aide à domicile ou de services dans des structures. Par ailleurs, c'est un élément structurant d'aménagement de territoire. Dans beaucoup de cantons ruraux, le premier employeur du canton c'est la maison de retraite puis le service d'aide à domicile. Cela veut dire que dans ces cantons, c'est parce qu'il y a des très vieux qui ont besoin d'aide qu'il peut y avoir des jeunes qui restent dans le pays, et s'il y a des jeunes ce sont des classes qu'on ne ferme pas, ce sont des pharmaciens, des artisans qui restent... On évite le phénomène de désertification ; la présence de personnes âgées qui n'ont pas envie de déménager est un élément de stabilité économique.

L'importance des retraités dans toute l'action bénévole et associative est également évidente, y compris dans l'action démocratique dans notre pays. Dans certains villages de Haute Provence, dans certains villages de Bretagne, si ce n'est pas un retraité qui se présente aux élections municipales, personne n'ira.

On ne construit pas une société démocratique un clan contre un autre, mais ensemble, avec du débat politique. Sur la question du lien entre éthique, politique et économique, je m'appuie sur André COMTE-SPONVILLE dans « *Valeur et Vérité* ». Pour lui nous devons toujours répondre à une question au niveau auquel elle est posée. Si nous répondons par de la technique à une question éthique, c'est du cynisme. Si nous répondons à une question technique par de l'éthique c'est de la naïveté.

Dans la Bible il est dit « tes père et mère tu honoreras », il s'agit d'un élément structurant. Si c'est dans la Bible, c'est que c'est éminemment culturel ; quand on nous parle d'aidants naturels dans les familles, c'est une erreur de perspective car aider ses parents, c'est tout sauf naturel. Si je réponds que je ne peux pas aider mes parents car je n'ai pas d'argent, c'est cynique. Je peux les aider par ma présence, par mon amour etc. Parallèlement si je dis que l'on va créer une prestation autonomie juste parce que c'est éthique, c'est de la naïveté car à partir d'une proposition éthique, j'impose une solution politique ou économique. Le rôle du politique est d'être entre les deux, entre l'éthique et la technique, qu'est l'économique. C'est là où nous sommes bien dans une démocratie : à partir de l'éthique qui est personnelle, pour régler des problèmes économiques du collectif entre les deux, il y a la politique. Au sens propre, la vie de la cité ; c'est ce que Monsieur GALY fait au quotidien en tant qu' élu local.

Pour conclure, il me paraît important du point de vue politique que ces questions éthiques entrent dans l'agenda. Avant 2003, la question démographique, de ce grand nombre de personnes âgées dans la société française, était très peu abordée. Ce qui explique les retards français. Nous manquons de personnel dans les établissements, dans les services à domicile. Les personnes âgées et leurs familles payent trop cher. Les hommes et les femmes politiques doivent faire davantage pour aider les personnes âgées mais, pour autant, les citoyens ont aussi un rôle à jouer

La vraie démocratie, la vie dans la cité, c'est réintégrer, dans chacune de nos vies, les questions éthiques, les questions économiques mais aussi cette question politique : quelle est l'action que nous posons ? Le défi pour chacun d'entre nous est de savoir, à partir de nos croyances, de nos convictions, et de nos réalités économiques, quelles actions nous entreprenons, chacun là où nous sommes, pour faire en sorte de régler au mieux la question de notre propre vieillissement, et la question du vieillissement de nos proches. Pour ainsi concourir à mieux accompagner le vieillissement de la société. Monsieur PRINGUEY a parlé d'intégration dans nos vies. Intégrer le vieillissement dans nos propres vies est le chemin pour bien vieillir, pour mieux apprivoiser l'angoisse de mort et donc dépasser les angoisses de la vie ».

Troisième conférence

Monsieur Jean-Michel GALY

« Il n'est pas d'âge pour ensemer l'avenir »

Jean-Michel GALY est Conseiller Municipal, Délégué à la Citoyenneté des Seniors et à l'Aide Sociale.
Il est Vice-Président du Centre Communal d'Action Sociale de Nice et Président de l'Université de Nice Inter-Ages.

« **J**e pense que la meilleure introduction consiste à faire un bilan de ce qui a été acquis, pendant les cinq premières conférence-débats. Et puis, j'aborderais le sujet, d'une manière moins technique que celle dont a usé mon excellent collègue, le Professeur PRINGUEY, c'était particulièrement détaillé.

Jusqu'au début du XIX siècle, généralement, on mourait, en moyenne, à quarante ans. Il faut se faire à cette réalité historique. La moyenne d'âge était de quarante ans. En deux siècles, l'espérance de vie a doublé. Alors qu'aux alentours de 1800, la moyenne s'établissait à trente neuf ans pour les hommes et à 40 ans pour les femmes, aujourd'hui, en 2010, l'espérance de vie pour les femmes est de 84,9 ans et de 77,3 pour les hommes. Elle a quasiment doublé en deux siècles. Et en 2050 on prévoit que la moyenne d'âge pour les hommes sera de 85 ans et pour les femmes de 91 ans.

Si nous réfléchissons à ces chiffres, l'on aboutit à l'idée qu'entre le moment où l'on prend sa retraite, même si l'âge de la retraite est repoussé de quelques trimestres, et le moment où l'on quitte la vie, il y a un laps de temps de plus en plus long qui nous est imparti. Au lendemain de la deuxième guerre mondiale, l'angoisse de nos parents était : *est ce que nous allons bénéficier de la retraite pour laquelle nous avons cotisé ?* Il est vrai que peu de gens finalement franchissaient la soixantaine et bénéficiaient d'une longue retraite. Ça ne veut pas dire qu'il n'y avait pas d'exception. Ça ne veut pas dire qu'à l'époque il n'y avait pas un senior particulièrement valide qui franchissait le cap des 100 ans. Mais il était seul de sa génération.

Autrement dit, alors que l'on se demandait si on allait vivre encore au-delà des soixante ans, voilà qu'aujourd'hui la question se pose de savoir ce que l'on va faire quand on sera centenaire. Le Maire de Nice, Christian ESTROSI, systématiquement, lorsqu'il s'adresse aux seniors, rappelle ce fait d'évidence, qui est tiré des meilleures statistiques : sur deux petits Niçois qui naissent aujourd'hui, il y en a un qui sera centenaire. Alors que le centenaire était la chose du monde la plus rare, voici que nous sommes tous en passe d'être centenaire.

Je rappelle toujours la même anecdote que je tire du livre d'Homère qui s'appelle *L'Illiade*. Dans *L'Illiade*, il y a un senior, un géronte, pour utiliser le terme grec de l'époque, qui s'appelle Nestor. Généralement on dit : « le vieux Nestor ». Ce Nestor, c'est un personnage extraordinaire, quasiment mythologique, puisque Homère nous dit : « *il avait vécu au moins trois vies* ». Quand je traduisais le texte, lorsque j'étais plus jeune, je me disais oui, c'est la forme mythique. Homère, en se rappelant la vieille époque de la guerre de Troie, recule vers l'origine du temps, vers le début du temps, quand les gens étaient imaginés vivre plus longtemps. Quand je reprends la liste des patriarches dans la Bible, cette liste nous montre qu'à l'époque du déluge, ils vivaient au moins 1000 ans et que, même après le déluge, ils ont mis du temps à réduire leur temps de vie pour atteindre les 120 ans que leur avait impartis le Seigneur. Mais, à réfléchir à la situation que vivait Nestor, je me dis qu'il devait être le seul centenaire de sa génération et, comme la moyenne d'âge était de trente-cinq ans, voire quarante ans, pour peu qu'il ait dépassé la centaine réellement, il avait bien vécu trois générations. Mais, il était le seul de sa génération.

J'insiste sans cesse sur ce point, parce que nous avons du mal à l'intégrer aujourd'hui. Mais nous toutes et tous, nous sommes bien seniors, moi avec vous, puisqu'avec mes soixante-dix ans je suis senior. C'est une formidable nouvelle que nous annonçons aux générations qui nous suivent, comme un Evangile : désormais, une génération apparaît qui va entrer et demeurer dans l'espace senior bien au-delà de la soixantaine, et le rester, pour nombre d'entre nous, jusqu'à la centaine et plus. Que nous le voulions ou pas, que cela plaise ou pas.

Le deuxième point, c'est que nous sommes en bonne forme, quelques petits problèmes certes, par-ci par-là, mais nous sommes en bonne forme. Autrement dit, nous allons bénéficier, en bonne santé, d'un laps de temps aussi long que celui que nous avons passé dans la vie dite « active ». C'est une révolution fondamentale. Nous assistons à l'émergence d'une génération inédite qui ouvre la voie aux générations seniors futures. Cette génération a du temps devant elle et bonne espérance de le vivre sans trop de handicap. Alors, cette génération-là, qui doit vivre, est confrontée à la question que vous posez toujours : « *d'accord, mais je fais quoi avec ?* ».

Jusqu'alors, on savait à peu près ce qu'il fallait faire. Quand on était jeune, il fallait avoir un métier. Que l'on soit apprenti ou que l'on aille à l'université, qui est une forme d'apprentissage, c'était l'acquisition d'un métier. Ensuite, on rendait ce que la société nous avait donné. En tout cas la société française, où l'éducation était gratuite, elle l'est toujours, d'ailleurs. On rendait à la société sous forme d'années d'un travail, plus ou moins choisi. Et puis, il n'y avait pas guère de troisième partie de la vie. Il y avait la négociation du dernier virage, avec ce que cela pouvait comporter d'angoisse, de rupture. Évidemment, il y avait une brutalité de transition. Mais, aujourd'hui, que la retraite soit à soixante ans, à soixante-deux, à soixante-sept... la question qui se pose à moi et que vous vous posez certainement, c'est que le laps de temps qui m'est donné, j'en fais quoi ? C'est la seule question qui me semble mériter d'être posée.

Je pourrais me dire : « Qu'est-ce que tu as trouvé pour occuper ton temps ? Pour occuper mon temps ? Autrement dit, je cherche à m'occuper, à tuer le temps comme on dit. Et comment ? Alors que j'ai un laps de temps aussi précieux, je voudrais déjà le tuer ? Comme si ce temps, il était de trop, comme si j'avais hâte de le court-circuiter. Comme si le vieux schéma était tellement pratique : j'étudie, je travaille et je disparaïs. Je suis toujours productif. J'étudie parce qu'on va m'utiliser, je travaille, c'est-à-dire que je mets en pratique ce que j'ai appris et je quitte la scène de la vie le plus vite possible. Pour ne gêner personne et n'être une charge pour personne.

L'ancien modèle n'est plus viable au sens premier du terme, alors que je me trouve à l'aube d'une vie pleine et entière, avec peu de difficultés physiques. Je vais y revenir, parce que c'est le passage le plus difficile : je décide de faire quoi ? Alors, je reviens toujours sur les mêmes idées. Je me rappelle toujours les propos qu'alors actifs, nous tenions au collègue qui partait à la retraite : « Eh bien, tu vas pouvoir lire, tu vas pouvoir voyager... » Que pense la société ? Vous avez quelques années devant vous, mais vous devez éviter de peser sur la société, éviter de revendiquer, et si vous pouvez éviter d'être malade, c'est super : on veut tout. Alors, vous vous conformez à l'idée que les autres se font, vous prenez sur vous de voyager, de vous occuper les mains avec les cartes, avec les boules. Bref, faites quelque chose et ne dites rien. En gros, c'est cela. Mais, en réfléchissant à la situation, je me disais : les voyages ? Les voyages, c'est bien. Mais il y a des voyages pour quoi ? Des voyages pour qui ? Parce qu'il y a voyage et voyage. Si c'est le voyage d'étude, le voyage en vaut la peine. Si c'est un voyage d'agrément, cela en vaut la peine aussi. Et si c'est douze mois de voyages d'agrément, et bien, c'est comme le divertissement pascalien, ça finit par devenir très pénible. Je rencontre plein de seniors qui ne veulent plus voyager.

Pour quelle raison ? Parce que le voyage sans but autre que de tuer le temps est une vacuité permanente.

Sauf si le voyage est conçu comme un lien qui permet, quand on retourne chez soi, de voir le voisin et, pendant toute une journée, de lui raconter votre voyage : le voyage finit par n'avoir de valeur que par le récit que l'on en fait. Généralement altéré par rapport à la réalité : autrement dit, on est dans l'occupation. Généralement, dans l'occupation la plus simple : on s'occupe les mains et le regard, donc on a l'impression de faire quelque chose, alors que l'on ne fait rien. Mais si on veut que la personne humaine n'ait pas le sentiment de l'inutilité, il n'y a pas pire que le sentiment de l'inutilité, si on veut qu'on ne somatise pas en se disant : « et bien oui, du temps où je travaillais... » Et vous avez ces seniors qui répètent à longueur de journée ce qu'ils faisaient quand ils étaient actifs. Ceux-là vous refont la petite musique, écartant tout ce qui les gênait à l'époque pour ne plus garder que les quelques moments où c'était bien. On le fait pour ne pas être saisi par le sentiment d'inutilité, de la vacuité, celui de la solitude, finalement. La solitude, avec des enfants qui vivent leur vie. Ils ne sont pas là, forcément. Auquel cas, ils deviennent une occupation, et l'enfant devient un jouet. J'ai besoin qu'il vienne parce que ça m'occupe. Ces petits enfants deviennent un jouet. On joue alors au papy gâteau, ou à la mamie tartine à longueur de journée, et on se conforte, tellement on a besoin de se conforter. C'est bien, mais parfois trop, c'est trop. Le résultat, c'est qu'on se trouve au bord d'un vide de vie, sans pareil, et on n'a pas d'arme pour y faire face. Les seules recettes que nous avons, ce sont les recettes issues du passé. Quand on est une génération de transition, on voit bien que ça ne va pas, mais on n'a pas d'autres outils que ceux que l'on utilisait jusque-là.

La question est simple, finalement : s'il est vrai que je dispose de tant d'années, c'est que j'ai du temps devant moi. Les seniors aujourd'hui ont un avenir, mais vous avez noté que cet avenir, qui est réel, est comme diminué, quand il n'est pas occulté. On se demande : « Mais quel avenir ont-ils et quelle place ont-ils dans la société ? » Mais, jamais personne ne pose franchement la question : « Est-ce que les seniors ont un avenir ? » Nous tous qui sommes dans cette salle et qui passons ou avons passé allègrement le cap de la soixantaine, j'ai une bonne nouvelle à vous annoncer, une vraie nouvelle : vous avez forcément un avenir. Alors, on raccourcit le temps pour ne pas le voir. On le raccourcit, on se dit oui, d'accord, il a peut-être raison, mais enfin, il me reste très peu d'années à vivre et surtout, je suis obsédé par l'image que la société, systématiquement, va me renvoyer.

Vous avez entendu mon collègue, Monsieur CHAMPVERT. A l'heure actuelle, c'est le grand débat sur la dépendance. On a tous l'impression que l'on ne pourra éviter d'en passer par là. C'est vrai. Moi, je guette les moments où j'ai quelques troubles de mémoire. Et dès qu'ils viennent, je me dis : « Ca y est, je suis atteint par la maladie d'Alzheimer ». Ce qui signifie que, quelque part, on veut réintégrer le vieux système, c'est tellement stable pour l'esprit. Là, on comprend, parce que c'est toujours ainsi que ça s'est passé. Cela nous évite de réfléchir sur ce que pourrait être un autre système. Donc, on essaie d'écraser le temps. Même si j'ai 70 ans, même si je prends les chiffres qu'a donnés Monsieur CHAMPVERT et que d'ailleurs n'aurait pas écartés Monsieur BENCHIMOL, ou bien mon collègue, le Professeur PRINGUEY, si jusqu'à 85 ans ça va, il me reste 15 ans, et 15 ans c'est long. Et quinze ans de la qualité dont je jouis actuellement, c'est criminel que de les gaspiller. Mais, le poids du passé nous les fait écraser, au point que l'on se dit : « Ca y est, déjà, j'ai les marqueurs, les fameux marqueurs dont nous a parlé notre collègue PRINGUEY.

C'est atroce, je n'ai que rarement consulté les médecins, jamais les psychologues, ni les psychiatres. Mais, ces symptômes-là, ça y est, je les ai. Je vais être dans la situation de celui qui va être atteint de dépendance. Cela ne surviendra que dans quinze ou vingt ans, ça ne fait rien, j'appréhende déjà.

Parce que pour moi, il n'y a qu'une génération, la société me le dit : « Après l'activité, tous retraités jusqu'à la fin ». Et voir les choses ainsi est terriblement meurtrissant pour le moral et même, le physique. Parce que je n'ai d'autre espérance que de m'occuper les mains avant que ne survienne l'inévitable, toujours marqué, en bout de ligne, par la mort. Je sais fort bien qu'elle surviendra. Et, à tout âge, je le sais. Mais moi, j'ai le temps de mourir. J'ai un temps aussi long avant de mourir que lorsque je suis entré dans la fonction publique comme enseignant. J'ai tout ce temps-là devant moi et je le vis comme si c'était demain !

De plus, la société nous raconte n'importe quoi. Que nous dit la société ? Il faut bien les occuper, les seniors. Vous voulez être occupés, vous êtes à la caisse d'un supermarché, à soixante ans, on va vous y coller jusqu'à soixante-sept. Comme ça, vous serez occupés. Le problème, c'est que dans les enseignes du commerce, il n'y a personne de soixante-sept ans qui est à la caisse. Il n'y a que des jeunes, vous l'avez noté, aussi. Et vous avez monté cette expression, que j'ai mis du temps à comprendre : « le travail des seniors ». Mais les seniors, c'est eux ! Ce n'est pas nous !

Le travail des seniors, les injonctions de la communauté européenne sur le travail des seniors, ce sont ceux qui ont à peine dépassé la cinquantaine. C'est la tranche d'âge de ceux qui ne sont pas seniors. C'est-à-dire de ceux qui ont entre 50 ans et la date effective de la prise de la retraite : soixante-deux ans chez nous. Autrement dit : « 50 à 62 ». Ces seniors-là, qui déjà ne sont pas seniors, ne travaillent pas. Il n'y a pas de travail pour eux. Et quand on fait le bilan, en moyenne d'âge, à quel âge moyen le Français quitte-t-il le travail ? Ce n'est pas à soixante-sept, ce n'est pas à soixante-cinq, ce n'est pas à soixante-deux, ce n'est même pas à soixante, c'est à cinquante-huit. Autrement dit, dans notre pays : on quitte le travail, en moyenne à cinquante-huit ans. Si les gouvernements repoussent l'âge de la retraite, c'est pour diminuer la retraite, d'un point de vue économique à proportion. Ce n'est pas pour vous donner du travail jusqu'à soixante-deux, soixante-cinq ou soixante-sept. Personne ne vous donnera du travail. Et parler du travail des seniors, c'est un contresens complet, puisque nous avons vu qu'être senior, c'est à partir du moment où l'on peut prendre sa retraite. Disons, soixante ans, soixante-deux ans, de façon à être clair. Soixante ans, au moins, dans le cadre d'une décade. Ce qui signifie que la société n'a pas d'activité à donner. Et même, si vous vous insistez, en disant : « oui, je veux continuer à jouer du code barre à la caisse d'une enseigne ». La société vous dira : « Non ». Vous pourrez vous rouler par terre, vous ne serez pas embauchés. Le résultat est que même si l'on prend soixante ans, et je prendrais plus volontiers cinquante-huit, ça fait beaucoup d'années durant lesquelles nous sommes face à la question fondamentale que l'on peut se poser : « Qu'est-ce que je vais faire de toutes ces années ? Ou, plus généralement, qu'est-ce que l'individu va faire de toutes ces années ? »

Alors quand j'ai dû m'occuper des seniors, cela m'a tracassé parce qu'au départ, j'étais sur la ligne « occupation ». Finalement, on me disait qu'il fallait mettre en place des animations où les seniors s'occupent. Je joue aux cartes, je joue aux cartes ... Mais, ça dépend dans quel esprit les choses s'opèrent. Je me posais donc la question. Une nuit, où j'avais du mal à trouver le sommeil, je me repassais en mémoire, c'est une bonne forme de détente, l'évolution de l'humanité. Ça n'a l'air de rien. Je me suis dit, que quand même, aussi loin que je remontais dans le temps, je voyais le Niçois qui était accroché là-bas, à Terra Amata. A vingt-cinq ans, il n'y était déjà plus. En dehors de quelques périodes où l'on a vécu un zeste plus vieux, les cimetières étaient pleins de gens qui ont au maximum trente-cinq, quarante ans avec une mortalité infantile terrible. Il faut attendre le XIX siècle, et ce coup d'accélérateur du début du XX siècle, pour que, et c'est une première de l'histoire de l'humanité, l'homme arrache au temps une portion de temps aussi importante que celle qu'il a consacré à la production. Ce qui signifie deux choses : ou bien, on n'en fait rien, ou bien on prend conscience qu'il y a un allongement absolu de notre capacité à vivre et donc de notre capacité à inventer, de notre capacité à créer, de notre capacité à ouvrir l'avenir. Mais la prise de

conscience n'est pas nécessairement une prise de décision. Pourtant, la décision est à notre portée immédiate.

D'abord, je le répète : nous sommes de plus en plus en bonne forme physique. En plus, rien ne nous empêche, comme à tous les âges d'ailleurs, et sans faire un lifting général où l'on veut tous ressembler à la starlette des années vingt, d'entrer dans l'espace senior en belle et grande forme. Rien ne nous empêche, non plus, de ne pas être habillés comme des vieux. On voit souvent dans un couple de seniors le mari : il est en forme encore, et de belle prestance, mais il déambule avec un vieux survêtement, de vieilles baskets, accompagné de son épouse qui sort habillée à la mode d'il y a quarante ans, parce qu'ils ont déjà intégré en eux-mêmes l'image du vieux que véhicule la société. La raison, vous le savez, c'est la société qui a un train de retard. Son vocabulaire n'a toujours pas changé. On en a discuté, tout à l'heure : elle nous voit toujours avec les yeux d'un jeune qui regarde, en les habillant de ringardise, les vieillards que nous sommes.

Mais, il y a un autre argument qui me convient mieux, c'est celui dont il faut également parler si on veut aller plus loin dans la discussion. Je sais bien que, pour utiliser les termes de mon collègue Pascal CHAMPVERT, je sais bien qu'à la limite, je pourrais dire : « Le monde est absurde ». On a connu ça quand on était sur les bancs du lycée. L'absurdité du monde se résume à ce principe simple : que je sois là ou pas, quelle importance ? Je peux me jeter par la fenêtre, quelle importance ? Je peux faire de ma vie ce que je veux, quelle importance ? Je veux être grabataire, quelle importance, c'est possible. Et pourtant, ce principe n'est pas dans l'air du temps. Quelle que soit la religion, qu'il s'agisse du Christianisme, du Judaïsme ou de l'Islam, de l'Hindouisme ou du Bouddhisme, ces religions sous-tendent, malgré les apparences, que la vie dont nous disposons est unique en elle-même. Cela peut paraître paradoxal pour des religions qui prônent le retour dans l'attente de la résurrection ou de la réincarnation, mais cette vie-là pèse d'un poids unique dans la balance de notre destin. Nous n'avons même pas le droit de nous la retirer à nous même, cette vie, d'où le débat sur l'euthanasie. Certains disent : « Ecoutez, Monsieur, moi, je n'ai pas demandé à naître, je voudrais, quand même, pouvoir maîtriser ma mort. Et si j'ai envie de me jeter par le balcon, je peux me jeter par le balcon. Mais les religions vous disent : « Non ». Pourquoi ? Et bien, parce que de la vie que vous menez, sur terre, jusqu'au bout, dépend le salut de votre âme. Même des religions, comme l'Hindouisme qui prône la réincarnation, n'échappe pas à cette évidence. La réincarnation : j'ai plein de vies, donc, je ne crains pas la mort, puisque, dès que j'en perds une, j'en ai immédiatement une autre. Le problème, c'est que cette vie-là, que vous êtes en train de vivre, elle négocie la vie suivante : c'est-à-dire, que si vous la vivez mal, vous aurez une mauvaise vie qui va suivre, si vous la vivez bien, selon les normes de l'Hindouisme, alors, dans l'échelle des êtres vivants, vous monterez plus haut et, si vous la vivez mal, vous descendrez plus bas.

Même, dans le cadre de la philosophie de l'absurde. Dans le roman de Camus, *L'étranger*, par exemple. Ce que Camus cherche à démontrer, c'est l'absurdité du monde. Un homme en tue un autre. Voilà, un geste qui ne s'explique pas. Mais la justice des hommes l'a condamné. Il est dans la prison, il sait que le lendemain, sa vie s'achèvera par l'exécution. Quand il pense aux moments qui lui restent, c'est là qu'il découvre que l'absurdité du monde ne tient pas devant le monde lui-même. Parce que pour que le monde fût vraiment absurde, il faudrait que le monde n'existât pas par lui-même et qu'on crût qu'il existe, alors, le monde serait absurde. Mais, du fond de sa cellule, Meursault, celui qui a tué, perçoit de plein fouet le poids de l'existant, les moindres petits bruits, les moindres odeurs de la campagne, celles de la mer toute proche, cette sombre clarté qui tombe des étoiles, ce trois fois rien qui fait qu'il nous arrive parfois de pénétrer la réalité du monde et de se dire qu'on est bien là où l'on est. Oui, comme le dit Camus, « il faut imaginer Sisyphe heureux ».

Cela vaut aussi bien pour ceux qui se réclament d'une religion. On ne se réclame pas tous, d'une religion. Comme pour ceux qui ne se réclament d'aucune religion, mais d'une laïcité simple, humaine, citoyenne. Il y a conjonction entre tous ces chemins de pensée et donc de vie pour dire que cette histoire humaine, telle qu'elle se développe, mérite d'être portée jusqu'au bout. Alors, justement, je me faisais la réflexion suivante pour vous la faire partager. En m'efforçant de ne pas être trop long. Je me disais, quand même, aussi loin que remonte la mémoire de l'histoire, il a fallu beaucoup d'étrangeté pour que l'homo sapiens deux fois apparaisse. Quel miracle ! Si nous le prenons à partir de ce moment-là, on a à faire à des générations qui vivent très peu. Trois fois rien en temps, par rapport à notre longévité. Vous avez tous visité, si ce n'est pas l'original, au moins la copie de la grotte de Lascaux. Quelle intelligence, quel sens du mouvement, quel sens de la fraîcheur des couleurs et de la vivacité. Quel effort. Puis, comme cela, génération après génération, des modes de vie sont apparus, des sociétés se sont composées, qui ne marchent pas au même pas. Tout à l'heure, mon voisin a parlé des sociétés africaines. On a parlé de l'Occident. Nous appartenons à une société qui a un acte de naissance.

La société occidentale est née à un moment donné, avec ses formes. Elle n'est pas là pour l'éternité. Avec Valéry, nous savons que les civilisations sont mortelles. Et donc, que ce que nous croyons aujourd'hui et tenons pour la quintessence des choses apparaîtra dans un ou deux millénaires comme une poussière d'histoire, une écume sur l'océan du temps. Dans le flux qui sans cesse pousse l'Histoire, il y a une chose que je devrais m'interdire, c'est que, tel que je suis, avec ce que je suis en train de vous dire, la façon dont je le vis, le plaisir d'être avec vous, les outils technologiques qui sont en face de moi, tout ce que j'ai autour de moi, et qui fait de moi un être privilégié dans l'univers qui nous entoure, je devrais m'interdire de broyer du noir jusqu'à la fin de mes jours ! Comme de me dire: comment ? Il ne me reste que si peu à vivre ? Est-ce que, par hasard, on a financé la dépendance, est-ce qu'il y aura une place pour moi à la maison de retraite ? Déjà ! Se poser la question, cela signifie : « Est-ce que mon histoire à moi est déjà terminée ? » Je peux certes m'en préoccuper en prévoyant l'avenir, mais me gâcher le présent par crainte d'un avenir incertain ou, plutôt, pour me conformer au modèle ambiant, n'était-ce pas perdre ce nouveau temps que l'histoire me donne au point de mourir avant même d'être mort.

Parce que, finalement, quand je suis arrivé à la naissance, je n'étais jamais que le témoin d'un avenir qui était en train de se construire. Je n'ai pas demandé à venir au monde, c'est vrai, mais j'y suis. Et j'y suis à un moment de l'histoire déterminé. Il y a un avant, il y a un après, mais qu'est-ce que je dois à ceux qui m'ont précédé ? Qu'est-ce que je leur dois ? Avec des bons côtés, des moins bons côtés. Mais, qu'est-ce que je leur dois ? J'en hérite pleinement, ils me passent le témoin de la civilisation des hommes et je voudrais abandonner ce témoin au milieu de mon parcours ? Ce témoin que je porte à soixante ans, je le dépose et je vais taper la belotte. Je dis : « J'attends que la fin arrive ». Pour quelle raison ? Parce que la société, qui est ce qu'elle est, avec ses bons et ses mauvais côtés, m'a inculqué, au moyen du vocabulaire, les idées qui sont partout véhiculées, à savoir que j'avais eu ma part de vie active et que, désormais, une fois à la retraite, j'étais « retiré » de la société et donc inactif. Voilà, c'est l'image que donne la société, alors que j'ai encore plein d'années pour être actif. Autrement dit, je lâcherais le témoin, au moment où je suis en position d'être plus actif que les années précédentes, et non pas d'une activité désordonnée ou, plutôt, étourdissante, faite d'une multiplicité d'occupations, de celles avec lesquelles nous tuons le temps. Ça, c'est du divertissement pascalien. Pour éviter de penser, pour passer le temps sans y penser.

Je me dis qu'il nous reste vingt à trente années de vie, en bonne forme ou presque. Ce qui n'est malheureusement pas le cas de personnes plus jeunes que la vie n'a pas épargnées. Et il n'y aurait que nous qui soyons voués à la dépendance ! Nous serions la part de la population abonnée à la dépendance, au point que l'on se demande même, si ce serait citoyen de notre part que de ne pas être dépendant. Alors, de ces vingt à trente ans, qu'est-ce que je peux faire ? Je peux faire plein de choses. Je reviens sur l'activité. Moi, j'ai eu un métier formidable, celui d'enseignant. Mais, si on veut bien le faire, c'est un métier mutilant. Je suis spécialiste des civilisations anciennes. Et encore, spécialiste, dans la civilisation ancienne, d'une partie de la civilisation ancienne. Vous savez ce qu'est le principe de spécialité ? A force de découper la spécialité en spécialités, vous vous dites, un jour de lucidité : « Le monde est vaste, et j'ai vu et je sais si peu de choses ». Tous ceux qui viennent, et moi compris, vous parler et que vous imaginez trancher de tout, sont dans le même état que moi : ils ne tranchent de rien ; certes, ils connaissent leur domaine, mais leur domaine est tellement étroit. Or tout ce qui s'offre à nous est tellement plus vaste qu'il faut bien une seconde vie pour le sonder à nouveau, cette nouvelle vie qui s'offre justement à nous. Nous sommes des passeurs de l'histoire humaine. Pour la première fois dans le cours du temps, nous avons la possibilité de choisir à nouveau, d'avancer à nouveau dans un domaine que nous avons délaissé et qui, désormais, nous est entièrement ouvert. Mais, seulement, on ne le sait pas. Et même s'il est ouvert, on ne s'en rappelle plus. Nous sommes comme dans le roman de Maeterlinck, on cherche l'oiseau bleu à l'autre bout du monde, alors que nous le tenons entre nos mains.

Vous allez me dire : « Mais qu'est-ce que nous allons faire ? » Alors je me suis dit, on va leur donner des idées. Ce sont les idées qui manquent : pour quelle raison ? Parce qu'on a tellement perdu l'habitude de s'avancer dans d'autres domaines qu'on n'y pense même pas. Quand on ouvre, par exemple, le concours de la StarSeniors, je ne suis pas stupide, ce n'est jamais qu'un concours de chant. Mais c'est un concours de chant qui touche tellement de gens, qui ne savaient même pas qu'ils pouvaient monter sur une scène. Ils ne le savaient même pas. Regardez-les, écoutez-les, au travers de la presse, lisez les lettres qu'ils nous envoient. Je prends à témoin ceux que j'ai rencontrés : « Je ne savais même pas que je pouvais monter sur la scène, je ne le savais même pas ». Il faut que cette personne atteigne soixante-cinq, soixante-dix ans, quatre-vingt-dix même pour réaliser ce qu'avant, elle n'aurait pas imaginé réaliser. Et si elle était morte avant, elle aurait été amputée d'une partie d'elle-même.

Il y a plein de domaines, j'en prends un deuxième qui peut paraître secondaire. Nous avons mis sur pieds un concours de nouvelles. C'est tellement banal un concours de nouvelles. On nous dit : « Un concours de poésie, pourquoi pas ? ». Mais nous les éditons. Voilà la nouveauté. On ne se contente pas de donner un prix, nous les éditons, et ils sont lus dans les bibliothèques. Il y a des gens qui les lisent. Ils nous disent : « Je ne savais même pas que je pouvais être écrivain ». Nous avons touché en eux une fibre qu'ils n'ont pu ou su faire vibrer durant toute une vie. S'ils étaient morts avant, ils seraient morts mutilés dans leur personnalité.

Et comme cela, il y a une foultitude de domaines. Je cite toujours l'exemple de ce senior qui habite Nice : il a trois garages, il a un peu de ressources, il ne veut pas les louer. Il ouvre ses trois garages à de jeunes artistes. Et ces jeunes, que font-ils ? Ils exposent leurs tableaux et lui devient producteur d'art moderne. Il est content, parce que ça l'incite à faire tous les musées d'Europe et de Navarre pour essayer de comprendre ce qu'est l'art moderne et contemporain. S'il était mort à soixante ans, il serait mutilé. C'est ça, c'est cette question qu'il faut se poser. C'est la seule : « **Qu'est ce que j'ai en moi, qui reste à réaliser ?** ». Certes, on n'est pas tous Charles Aznavour. Et je pourrais revenir sur les grands peintres, Picasso, Manet, Renoir, qui inventent les styles modernes au-delà de 60 ans, ces peintres qui ont

besoin de toute la vie pour se réaliser, jusqu'au bout de leur temps de vie.

Il y a des jours où ça va et des jours où ça ne va pas. Les jours où ça ne va pas, qu'est-ce que je me dis ? Bon, ça va, tu marches, tu n'es pas entièrement démunie, tu as quand même quelques moyens. Pas énormes, mais tu en as. Tu vis dans un pays qui est prospère au regard de tant d'autres régions du monde, et je me dis toujours, qu'est-ce qui te manque à toi à réaliser ? Je me suis presque révélé producteur de spectacle. C'est un métier que je n'ai jamais exercé. Pourquoi pas ? On peut être producteur de spectacle à tout âge. Pourquoi ne le serais-je pas à soixante-dix ans ? Il m'est même venu cette idée qui, chaque fois, provoque l'hilarité : et si on produisait les Jeux Olympique des Seniors ? Ces Jeux Olympiques des Seniors, justement, étaient pratiqués à Sydney, à San Francisco, dans un domaine anglo-saxon que l'on ne cherche surtout pas à imiter, mais qui partait de cette idée que physiquement là où on est le plus fragile, c'est là qu'il faut chercher à se dépasser, là où on cherche à être meilleur que ce que l'on peut être, à se révéler à soi-même quand on croit n'avoir plus ni ressource physique ni envie d'entrer en compétition. Lorsqu'à Sydney, à San Francisco, ou à Lignano, plus récemment, on a vu une dizaine de milliers d'athlètes seniors participer aux Jeux Olympiques devant un public enthousiaste : « Ils n'ont pas battu de records mondiaux ? » Mais, dans leur catégorie, ils sont allés le plus loin qu'ils pouvaient. J'ai vu un senior, un compatriote de surcroît, de plus de quatre-vingt ans, petit par la taille, mais grand par la volonté et le dynamisme, se lancer dans le dix mille mètres. Quatre-vingt-trois ans ? Qui peut le faire ? Surtout pas moi ! Quand je l'ai vu s'élancer sur la piste, en septembre, avec huit autres concurrents d'un âge tout aussi avancé, sous un soleil de plomb, toutes les ambulances étaient là pour parer toute défaillance, j'ai admiré la ténacité et la capacité à tenir le rythme jusqu'au bout. Il a passé la ligne d'arrivée en vainqueur. Il a fait les dix mille mètres en moins d'une heure, à quatre-vingt-trois ans. Il en a pleuré de joie et nous avec lui. Pour lui comme pour nous, cette évidence s'est alors imposée, que la vie mérite d'être vécue jusqu'au bout, parce que jusqu'au bout, elle nous permet de devenir pleinement nous-mêmes. Vraiment, il n'y a pas d'âge pour ensemer l'avenir, puisque la graine que nous sommes a toujours un fruit à porter ».

Monsieur J.M. GALY :

« J'aimerais poser une question à notre Doyen de la Faculté de Médecine de Nice, Adjoint au Maire, Délégué à la Santé, mon collègue et ami le professeur Daniel BENCHIMOL. Est-il des critères pour un « bon » vieillissement ? ».

Monsieur Daniel BENCHIMOL :

« Le premier indicateur est la longévité. Il s'agit d'un indicateur indirect. Le deuxième indicateur est l'attractivité d'un territoire. Si nous ne faisons pas ce qu'il faut pour intéresser une personne, si nous n'offrons pas ce que cette personne attend, nous perdons un atout de dynamisme. L'adhésion à un territoire est un autre critère indirect. Pourquoi notre Ville, notre territoire sont-ils tellement prisés par les seniors, sinon parce que ce sont des éléments du bien vieillir ? »

Un autre élément important est le maintien à domicile. Plus le pourcentage de personnes qui restent à domicile sans perte d'autonomie est élevé, plus c'est un critère du bien vieillir. C'est précisément là-dessus que se portent tous nos efforts. Je travaillais hier avec le CODES (comité départemental d'éducation pour la santé) sur le suicide. Le suicide intéresse tous les âges de la vie. Le suicide est la volonté d'arrêter une vie que nous n'avons pas envie de vivre.

C'est terrible de se battre pour essayer de gagner des années de vie qui, parfois, sont des années de vie mal vécues, parce qu'elles sont en perte d'autonomie, parce qu'il y a la maladie, et ne pas faire les efforts qu'il faut pour essayer de dépister la crise suicidaire. Pour les personnes à un certain âge de la vie, on s'occupe des maladies qui les concernent, le cancer, les maladies cardio-vasculaires, les maladies neuro-dégénératives, avec des connotations qui s'attachent à chacune des maladies. On s'en occupe beaucoup parce que ce sont des enjeux de santé publique.

Mais nous devons intervenir bien en amont. Et c'est ce que fait Jean-Michel GALY. Si j'aime venir à toutes ces réunions, c'est que je veux être le témoin de tout ce qu'il fait, car il s'inscrit dans la prévention, avec de la danse, des conférences, de la culture, la StarSeniors, tout un panel d'activités. On retarde la perte d'autonomie, car on maintient les personnes dans ce qu'elles aiment faire au quotidien. Tout cela fait qu'on a envie de relayer ce que fait Monsieur GALY sous l'aspect citoyenneté, intégrer le citoyen dans la vie de la cité. Le projet « 4S » que je mène est une organisation de l'urbanisation d'un quartier pour l'adapter à ceux qui n'ont plus les mêmes capacités que lorsqu'ils avaient 20 ans. Cela amènera très certainement un mieux vivre et donc un mieux vieillir.

L'image, la symbolique et le regard des autres sont aussi importants. Nous avons un très grand projet, celui de créer sur notre territoire un Gérontopole. Cette structure sera dédiée au vieillissement, à la perception du vieillissement, à véhiculer une image différente dans la société. Le vieillissement est une chance à tous les niveaux. C'est une chance pour nos enfants parce que les « vieux » peuvent être le vecteur d'une transmission d'un savoir emprunt de sagesse, d'un certain nombre de valeurs. Avoir une personne qui est passée par différentes phases, transmettre le savoir sont choses importantes. Ces personnes ont une vraie place dans la société. A 80 ans on peut avoir un projet de vie, car on vit aujourd'hui beaucoup plus longtemps et en meilleure santé.

De plus, le vieillissement est une vraie chance économique pour la société. L'augmentation de la durée de vie et l'éclosion de toute une communauté ayant un certain âge permettent de créer des emplois, de l'activité, des magasins dédiés.

Ce que vous faites est très bien. Le vieillissement est une chance et un espoir quand on connaît les difficultés liées à la crise, au chômage. Nos seniors sont une chance, car cela nous permettra de créer des services à la personne, des services dédiés à la personne âgée et donc des emplois pour les plus jeunes qui trouveront l'insertion dans la société. Tous ces débats me paraissent tout à fait passionnants. Bravo à vous tous et merci à tous nos intervenants ».

DEBATS AUTOUR DU THEME TRAITE

Un participant :

« Je travaille dans une forteresse du XIII siècle et j'expose les peintres bénévolement. C'est en Bourgogne ».

Un participant :

« Moi, je m'occupe sur bien des points, parce que je suis au CODERPA. Je vous y invite si vous voulez rester jeune. Vous avez un très bon moyen de rester jeune : c'est de vous occuper des jeunes, dans une mission locale des jeunes. Et là, vous ferez une œuvre utile pour rester jeune. Venez nous rejoindre à la mission locale ».

Un participant :

« Essayez de découvrir plein de choses. Essayez de faire plein de choses, de découvrir plein de choses, de rencontrer du monde et essayez encore, d'apprendre aussi... encore et toujours ».

Monsieur J.M. GALY :

« Vous me donnez une formidable occasion de rebondir sur les deux interventions. Le bénévolat, ça ne doit pas être un pis-aller. Je ne sais pas quoi faire, alors je serais bien bénévole. Peut-être, qu'en étant bénévole, la vocation viendra... Mais le bénévolat, c'est un engagement. Il n'est pas forcément lié aux seniors. La société est habile pour cela, les jeunes étudient, les adolescents travaillent et les vieux mettent la table. Ils l'enlèvent, ils font la vaisselle, ils font le lit, ils font tout. Oui, il y en a qui ont une vocation de bénévolat. Il y en a même qui partent à l'étranger, ils ont plein de choses à dire et faire, en particulier dans les métiers dont les pays en voie de développement ont besoin. Ils trouvent à s'employer avec plénitude, ça répond à leur nature. Mais, si on est bénévole dans la vie, on est bénévole tout au long de sa vie. Donc, le bénévolat doit être une forme d'activité. Ce n'est pas la forme d'activité dédiée aux seniors.

Deuxièmement, ce qu'a dit notre ami est particulièrement important. Moi, je constate qu'après une vie d'activité, on a perdu du savoir. C'est évident : qu'est-ce que j'avais appris ? J'étais au lycée Masséna, à l'Université. J'ai appris des choses incroyables, et puis, le temps passant... bref je n'ai pas attendu d'avoir Alzheimer. Tout de suite, j'ai perdu de la mémoire. Il y a nécessité justement : parce que le temps s'ouvre plus long devant nous, il faut se mettre dans la mémorisation du temps présent.

Ce qui nous guette le plus, c'est le basculement vers le passé. J'ai bien entendu, on est dans le présent. Nous sommes dans un présent immobile. Un présent fait d'objets du passé. En fait, on est dans le passé. Dès qu'on est dans le passé, c'est fini, on a du mal à récupérer. Mais il faut rester toujours, non pas, dans le présent, mais dans le futur immédiat. Là où la société crée quelque chose. Il ne faut pas hésiter à s'engager dans ce domaine-là. Quand on a tellement de temps devant soi, pour la musique, l'art contemporain, les formes contemporaines, les problèmes sont difficiles.

Je lis mon journal, je n'y comprends rien. La crise ? Je n'y comprends rien du tout ! Cherchez le dernier livre d'économie. Je m'y mets. J'ai encore vingt à trente ans devant moi pour comprendre. J'ai le temps, ce n'est pas du temps gaspillé, ce n'est pas comme avant où je me disais : « *je ne vais pas perdre mon temps à lire ce livre qui est trop gros* ». C'est du passé, tout cela. Il faut vivre son temps. Et c'est pour cela qu'une nouvelle formation s'impose. Quelqu'un parlait de la formation tout au long de la vie. Elle est désormais revendiquée par l'Union Européenne. C'est d'ailleurs une des revendications essentielles de l'Organisation Mondiale de la Santé qui corrèle santé et culture, qui dit qu'il faut, si on veut rester bien dans sa peau, dans son corps et dans la société, être bien dans sa tête. Il faut s'engager et reprendre des études. C'est étonnant à dire, il faut reprendre des études. Mais désormais, on a du temps pour le faire.

Il y a une autre discrimination, comme le disait Monsieur CHAMPVERT, qui est inadmissible. Il faut lutter contre ce genre de discrimination. On luttait bien quand on était jeune. On disait alors : « *les jeunes, vous les jeunes* ». Et cela ne nous plaisait pas. Vous les vieux, ça ne vous plaît pas non plus. Et donc, vieux, je ne sais pas ce que cela veut dire. Je ne sais pas ce que cela veut dire vieux. Je sais que l'individu se transforme. A vingt ans, je suis déjà terriblement vieux. Regardez les enfants âgés de trois mois : ils ont des yeux qui sont plus gros que le visage. Vous vous rendez-compte de la mémoire qu'ils manifestent ? Ils boivent littéralement le monde qui les entoure. Ce que l'on serait incapable de faire, ils l'aspirent comme une éponge. Ils ont une mémoire prodigieuse. Mais, au-delà, on perd de la mémoire. A trente ans, on est déjà en perte de capacité de mémoire. On évolue. C'est de l'évolution, c'est de la simple évolution. Pour reprendre ce terme d'évolution, je ne suis pas vieux, je suis moi-même. Quand je regarde une photo, je suis moi-même. J'évolue. Le jour de ma mort, je suis au bout de mon évolution.

C'est cette idée simple qu'exprimait le théâtre antique. Dans la tragédie antique, à la fin de chaque tragédie, il y avait un personnage qui apparaissait et qui disait : « *on ne sait ce que l'on est qu'à la dernière seconde* ». Autrement dit, c'est la dernière seconde qui construit toute votre histoire. Si vous ratez vos dernières secondes, vous avez raté toute votre vie. La phrase est plus forte : « *qu'est ce que c'est qu'une histoire ?* ». Une histoire, c'est quand l'on prend une vie d'homme jusqu'au bout. Et bien, c'est le bout qui justifie cette vie. Comme le disait Sartre, dans une phrase célèbre : « *l'existence précède l'essence* ». Cela veut dire quoi ? Cela veut dire que c'est mon existence qui me façonne : je ne serais et ne saurais ce que je suis qu'au dernier moment ? Actuellement, je ne suis pas ce que je serais. Et si je veux sortir de la scène humaine comme un acteur de théâtre, en saluant la foule et en ayant conscience que je vais jouer jusqu'au bout ma partie, alors j'ai intérêt, jusqu'à la dernière seconde, de jouer pleinement ma vie, et comme le disait Montaigne, de jouer « *bien et dûment mon rôle d'homme* ».

Un participant :

« Pour ce qui est de la considération des seniors, je pense que nous avons à jouer un rôle, à tous les niveaux, parce que nous devons réhabiliter nous même l'image que la société a de nous ; à commencer par la presse, à laquelle il faut écrire. Et ce, dans toutes les instances. Il y a une chose qui manque beaucoup dans les villes, désormais, c'est la proximité et à un niveau beaucoup plus supérieur de l'urbanisme. Il faudrait rejeter ce qui a été la panacée dans les années soixante-dix, les grands ensembles que l'on a construit, et non pas, des entités beaucoup plus petites, où nous gardions la proximité. Nous sommes dévorés par les grandes surfaces, par tout ce qui est gigantesque. Or, tout ce qui permet d'entrer dans les échanges, ce qui permet la communication et tout c'est, justement, l'inverse. C'est une multitude de points de rencontres, de places de villages, si on veut le dire, de petits villages qui créent cette solidarité. Cette rencontre des jeunes et des vieux, sans que l'on fasse de l'intergénérationnel ; institué, programmé tel jour, telle heure, dans des lieux où l'on rencontre des jeunes. Tout ce qui faisait cet entrecroisement. Etant née dans un village, Vence était encore un village quand j'étais gamine. L'échange est l'exemple et la façon de traiter les seniors, le respect qui était donné. Le contrôle social qui s'exerçait partout, les gens qui avaient besoin les uns des autres, la facilité pour les personnes à mobilité réduite d'aller à l'épicerie, au cinéma, d'aller un peu partout.

Heureusement, ils n'avaient pas besoin de ces grands établissements hyperspécialisés où on vous colle dans une chambre ou à telle heure on a droit à telle chose, et à telles heures on ne voit personne, sauf les amis qui viennent vous voir. Donc, je pense que c'est un défaut mondial, de toute façon, cette mondialisation nous a bouffé toute l'humanité et c'est vrai qu'il y a là une lutte encore plus vaste.

Et ça, c'est moins de notre possibilité, mais je crois qu'il faut axer le travail sur de telles politiques pour que l'on revienne un peu à des dimensions humaines. En fait, ce qu'il faudrait faire, c'est créer des groupes de pression comme aux Etats-Unis, qui arrivent à infléchir des politiques en général et surtout, se créer des sociétés de solidarité, d'entraide.

Quant au dynamisme des seniors, quand ils ne sont plus actifs, c'est simplement parce qu'ils ont été privés de toutes les possibilités de voyager, de se cultiver, de toucher un peu à tout, voir un peu ce qu'il leur plairait et laisser ce qui ne leur convient pas. Ils le font, il y a une boulimie au début, c'est normal et je ne vois pas pourquoi on les appellerait des hyperactifs, ou on les regarderait en ricanant. Ils choisissent parce qu'ils font de tout ».

Monsieur J.M. GALY :

« Quelqu'un veut-il réagir à cette intervention ? A Nice, à Saint-Roch, on est en train de mettre sur pied un quartier qui, justement, conjugue au plan de l'urbanisme, de la circulation, du commerce et des équipements publics un mode de vie adapté aux seniors. »

Un participant :

« Je remercie la Mairie d'intervenir en faveur des seniors. Il y a des bus gratuits, des musées gratuits. C'est extraordinaire ».

Monsieur J.M. GALY :

« En ce qui concerne l'activité physique, le programme Seniors en Forme rencontre le plus vif succès. Cinq lieux, huit lieux, bientôt dix. On va atteindre quinze lieux sans difficulté. Quand on calcule qu'il y a cinquante à soixante personnes par site, c'est que nous avons bien ciblé un besoin essentiel, celui de se donner du mouvement tout en participant à une action commune. C'est bien, parce que ce n'est pas contraignant. Personne n'a l'impression de faire du sport et pourtant chacun des participants se donne de l'exercice. En même temps, cela crée une convivialité, une amitié.

Le tout, c'est de trouver en soi, une activité. Au fond, qu'est-ce qui fait la différence entre la période « *active* » et la période dite « *passive* » ? Dans la première, l'activité est contrainte, tandis que l'autre est une activité choisie. Et si elle ne vous plait pas, vous en choisissez une autre. Dans tous les cas, l'activité sera choisie. C'est pour que nos seniors puissent librement choisir une activité que la Ville met à leur disposition un vaste panel de programmes et d'activités. Mais le choix final, évidemment, vous appartient. L'avenir vous est largement ouvert, il suffit de s'informer de ce qui se fait et de vouloir le faire ».

Monsieur S. BOUTELIER :

« Les actes des rencontres-débats seront rédigés et diffusés sur le site internet du CCAS de Nice, ainsi qu'à la Maison des Seniors ».

Monsieur J.M. GALY :

« C'est un travail de bénédictin. Et je salue Monsieur Sébastien BOUTELIER, parce que c'est à lui que l'on doit la transcription des actes de nos Rencontres-Débats et leur diffusion. Mais le temps nous manque, alors à toutes et à tous, merci pour votre si active participation ».

