



La crise sanitaire, un révélateur de la place accordée aux Vieux dans notre société

Septembre 2021

Nom et mail de la personne à contacter : Marie Vannier, oldupdeveloppement@gmail.com

Référence de la convention : 1026_OLDUP_Convention

Axe thématique : Innover pour le lien social, la communication, les loisirs et la participation citoyenne des personnes âgées ou en situation de handicap en période de crise

Table des matières

I. Les origines du projet et ses liens avec la crise du coronavirus	4
II. La méthodologie	6
III. Les résultats de l'étude	7
1. Vécus et expériences du premier et second confinement	7
1.1 <i>Des vécus différents lors du premier confinement</i>	7
1.1.1 Des vieux inquiets, d'autres moins.....	7
1.1.2 Des qualités de vie impactées, pour certains.....	7
1.1.3 L'hypothèse du contexte pour expliquer ces différences.....	8
1.2 <i>Des retours d'expérience du second confinement plus consensuels : moins de contraintes, mais plus de lassitude</i>	9
1.2.1 Un vent de liberté malgré le maintien des restrictions d'activités.....	9
1.2.2 Moins de contraintes, mais plus de lassitude.....	9
1.3 <i>Des « vieux » préoccupés pour les autres plus que pour eux-mêmes</i>	9
1.3.1 Inquiétudes pour les étudiants et les « jeunes ».....	10
1.3.2 Inquiétude pour les autres plus vieux : en EPHAD, dans le voisinage ou proches	10
2. Des « vieux » actifs avant, pendant, et après les confinements	10
2.1 <i>Les « vieux » s'adaptent et tirent profit de ce temps « long »</i>	10
2.1.1 Prendre du temps pour soi : des vieux qui ne s'ennuient pas.....	11
2.1.2 (Re)découvrir des pratiques	11
2.1.3 Réfléchir	11
2.2 <i>Le numérique : des outils nécessaires et utiles souvent déjà utilisés par les enquêtés</i>	12
2.2.1 Les usages des outils numériques	12
2.2.2 Toujours une préoccupation pour les autres : des militants de l'inclusion numérique.....	13
2.2.3 Un apprentissage encadré nécessaire au long court.....	14
3. Un isolement plutôt bien vécu sur le plan physique et matériel, mais pas sur le plan social, affectif et psychique	15
3.1 <i>Les enquêtés ne sont pas en situation de dépendance physique et matérielle</i>	15
3.2 <i>Ce qui leur manque dans cet isolement forcé et généralisé, c'est l'aspect social et affectif des relations</i>	15
3.2.1 Souffrir de l'éloignement des familles et des amis.....	15
3.2.2 Souffrir du manque d'activités	15
3.3 <i>Les effets « psychiques » de l'isolement social des vieux</i>	16
3.3.1 Les effets du confinement sur les enquêtés.....	16
3.3.2 Des inquiétudes pour la santé mentale des résidents des EPHAD.....	16
3.3.3 La fragilité des Vieux : un processus accéléré par les situations d'isolement	17
3.3.4 Passer du « faire » à « l'être »	17
4. Les Vieux, des adultes libres, responsables et utiles socialement	18
4.1 <i>Des adultes responsables</i>	18
4.1.1 Une privation de liberté vécue comme une infantilisation	18
4.1.2 Une « mise sous cloche » délétère pour les relations intergénérationnelles.....	18
4.1.3 Être responsables c'est aussi savoir que nous allons mourir.....	19
4.2 <i>De l'utilité sociale du « vieux »</i>	20

4.2.1 Une image d'inutilité véhiculée par la crise, mal vécue par les enquêtés.....	20
4.2.2 Les trois formes d'utilité sociale revendiquées par les personnes âgées.....	21
5. Des Vieux critiques sur le présent mais positifs pour l'avenir	23
5.1 <i>Une gestion de la crise sanitaire peu appréciée</i>	23
5.1.1 Un traitement médiatique lourd et anxiogène.....	23
5.1.2 Des critiques sur la gestion de la crise sanitaire.....	23
5.2 <i>Des réflexions pour repenser le système de santé</i>	24
5.2.1 Des failles dans notre système sanitaire et médico-social	24
5.2.2 Des problèmes dans les EHPAD	24
5.3 <i>Une inquiétude générale : l'augmentation des inégalités</i>	24
5.4 <i>La crise a permis de révéler les principes de cohérence et de solidarité</i>	25
5.5 <i>L'espoir dans un monde d'après</i>	25
5.5.1 Un monde solidaire	25
5.5.2 Un monde plus vert pensé à d'autres échelles.....	25
6. Un changement de regard nécessaire sur les Vieux.....	26
6.1 <i>Propositions des Vieux pour changer de regard sur eux-mêmes</i>	26
6.1.1 Un effort de lucidité nécessaire	26
6.1.2 Changer ses propres représentations sur soi-même et sur ses pairs afin d'adopter un discours positif sur la vieillesse	27
6.1.3 Rester « sur le devant de la scène »	27
6.1.4 L'importance d'avoir des projets et des échanges avec ses pairs pour ne pas s'isoler.....	27
6.2 <i>Propositions des Vieux pour changer le regard des autres</i>	27
6.2.1 Changer le regard des proches, de la famille	27
6.2.2 Changer le regard de la société	28
6.3 <i>Propositions de politiques publiques pour accompagner ce changement de regard</i>	30
6.3.1 Mettre en place un Comité des Sages au sein des communes	30
6.3.2 Mettre en place des adaptations pour améliorer la vie quotidienne des Vieux et leur inclusion dans la société	30
6.3.3 Faciliter les relations intergénérationnelles	31
IV. Conclusion	34
V. Annexes.....	36
<i>Annexe 1 : Méthodologie détaillée de la Catégorisation automatique des réponses au questionnaire</i>	37
<i>Annexe 2 : profil des personnes interrogées en entretiens</i>	49
<i>Annexe 3 : Trame de question des entretiens approfondis</i>	50
<i>Annexe 4 : Composition et animation des focus groups</i>	53

I. Les origines du projet et ses liens avec la crise du coronavirus

En mars 2020, l'arrivée de l'épidémie de Covid-19 et son lot de mesures d'urgence sont un véritable bouleversement pour l'ensemble de la population française. La rapide décision d'un confinement général de la population surprend tout le monde et c'est au fil des jours que les problématiques liées à cette privation de liberté émergent. Les personnes âgées, considérées comme les principales victimes du virus, font l'objet d'une annonce : la durée du confinement pourrait être prolongée pour elles. De plus, elles sont incitées plus que tous les autres membres de la population à la prudence et à l'auto-isollement. Interloqués, comme tout un chacun, quelques membres de OLD'UP parmi les plus âgés décident de réagir en proposant une enquête interne à l'association. « Il s'agissait de communiquer et réfléchir entre nous, de partager cette expérience sans se laisser aller au risque de trop de solitude » expliqueront-ils par la suite. L'indignation, la colère sur la façon dont sont désignées et stigmatisées les personnes âgées, viennent après. Elles attestent que les Vieux¹ ont envie et surtout besoin de s'exprimer sur ce qui se passe et sur la façon dont ils sont traités.

Pour OLD'UP la décision est prise, il faut interroger à plus grande échelle les personnes âgées pour recueillir leurs impressions et leur vécu sur le confinement qui est alors d'actualité. Les quelques personnes initiatrices du projet s'organisent, mobilisent des volontaires, cherchent des financements, sollicitent leur réseau... Au mois d'avril 2020, OLD'UP lance une enquête nationale sous forme d'un questionnaire en ligne, minutieusement préparé avec le bureau d'études émiCité. Elle obtient le soutien de la Fondation de France². Pour toucher un maximum de personnes et ne pas laisser de côté les plus âgés ou ceux qui ne sont pas familiarisés au numérique, l'association met en place un numéro vert. Ce sont les membres de l'association qui répondent à ce numéro pour aider les appelants qui, démunis devant l'usage des outils numériques, privilégient ce mode de communication pour compléter le questionnaire. C'est grâce au relais rapide d'une émission très écoutée de France Inter « Carnets de Campagne » du 4 mai 2020, que ce numéro Vert a été largement diffusé.

L'enquête est un véritable succès car au lieu des 1 000 réponses espérées, ce sont 5 385 personnes de toute la France qui ont répondu au questionnaire. Cet engouement est la preuve que les « vieux » ont souhaité se faire entendre et contribuer aux discussions et aux débats les concernant.

L'originalité de cette enquête, son succès, est dû au fait qu'il s'agit d'une enquête pensée, conçue, organisée, diffusée par des Vieux et pour des Vieux. Pour mener à bien ce projet de grande ampleur, les membres de OLD'UP ont dû s'adapter, se former : à l'utilisation des outils de visioconférence, à l'utilisation d'un questionnaire en ligne, à la passation d'entretiens, à l'organisation de permanences téléphoniques, à la prise de notes en situation d'entretien, à la réalisation de débats sous forme de focus group...

Les résultats du questionnaire ont d'abord témoigné du profond besoin des personnes âgées de s'exprimer sur ce qu'elles étaient en train de vivre. De façon manifeste, les résultats montrent également que les personnes âgées ont été davantage inquiètes pour les autres que pour elles-mêmes. Ce souci des autres s'est manifesté par une entraide familiale accrue, même si dématérialisée, et un soutien aux plus démunis par diverses actions de bénévolat et de solidarité de voisinage. Par ailleurs, elles ont également vécu ce confinement comme une nouvelle expérience, certes contraignante, mais aussi pourvoyeuse de (re)découvertes personnelles, par l'introspection ou la pratique d'activités variées, et de partages. Si les contacts physiques se sont taris, les échanges par téléphone ou par Internet se sont intensifiés durant cette période et ont permis aux liens de se maintenir ; cela leur a permis ou les a contraints à développer de nouvelles compétences. Ce temps long a aussi été l'occasion pour les personnes âgées de réfléchir au monde d'après. Leurs visions de l'avenir, partagées entre la crainte de conflits internationaux et la confiance envers leur pays et l'Europe pour se relever de la crise, montrent encore une fois leur propension à s'inquiéter surtout pour les autres, c'est-à-dire les plus vieux qu'eux, les plus précaires qu'eux, les plus jeunes qu'eux, les plus touchés par la crise qu'eux.

Le nombre de répondants et l'intensité des échanges qui ont eu lieu par téléphone, souvent très riches en émotions, ont incité les membres de OLD'UP à ne pas clôturer l'enquête avec la restitution de ces résultats. Au contraire, OLD'UP

¹ L'association OLD'UP a choisi d'utiliser le terme « Vieux » pour désigner fièrement les personnes âgées

² Cf. la publication 5385 Vieux prennent la parole, en ligne : <https://www.oldup.fr/atelier/nos-actualites/969>

a décidé de la poursuivre en approfondissant la réflexion sur le vécu du confinement pour les personnes âgées et sur ce que cette crise a révélé du regard porté par notre société sur le grand âge et sur la place qu'on lui attribue.

Pour mener à bien ces travaux supplémentaires, OLD'UP a recouru aux services du bureau d'études émiCité et de deux chercheurs de l'Université de Lille et de Douai. Le premier objectif de ce prolongement de l'étude a été d'analyser les réponses aux questions ouvertes que contenait l'enquête et qui avaient été peu analysées dans la restitution des premiers résultats. Pour effectuer ce travail, OLD'UP a fait appel à l'intelligence artificielle utilisée dans les sciences sociales pour traiter une très grande quantité de réponses. À partir de ce traitement le but a été d'identifier des profils-types de répondants. Un échantillon représentatif de la population de répondants a été ainsi sélectionné à partir des profils-types afin de réaliser des entretiens approfondis. L'objectif de ces témoignages a été de mieux comprendre ce qui se joue chez les Vieux en période de crise et de mettre en lumière leurs besoins, leurs difficultés, mais aussi leurs forces, leurs compétences, leurs capacités d'adaptation et d'apprentissage, les lieux où ils peuvent être utiles à leurs proches et à la société, leur vision de l'avenir à l'échelle nationale et internationale. In fine, les résultats obtenus grâce à ces échanges ont été discutés entre les membres de OLD'UP au sein de focus group afin de faire émerger des propositions favorisant une meilleure inclusion des Vieux au sein de la société.

Avant de présenter les résultats de ce travail, il nous semble important de mettre en garde le lecteur sur deux aspects.

Avertissement 1 : cette étude est le prolongement et l'approfondissement du questionnaire initié par OLD'UP lors du premier confinement. Les répondants à ce questionnaire n'ont pas été sélectionnés sur la base d'un échantillon représentatif de la population âgée vivant en France et sa diffusion s'est faite de façon opportuniste selon les contacts des uns et des autres. Par conséquent la population de répondants est sociologiquement proche des membres de l'association c'est-à-dire majoritairement d'anciens cadre de professions intellectuelles. Basé sur ce corpus, cette étude connaît les mêmes « biais » rencontrés dans les réponses au questionnaire c'est-à-dire l'absence de représentativité de l'ensemble de la population âgée. Néanmoins, cette étude n'en n'avait pas non plus la prétention, son objectif étant de faire entendre une parole de Vieux et d'initier une réflexion sur la place, l'utilité et la considération des Vieux en France aujourd'hui. D'autres études ont été réalisées sur les personnes âgées en s'intéressant notamment à l'isolement ou la fracture numérique³.

Avertissement 2 : si ce travail avait pour objectif premier de revenir sur l'expérience inédite qu'a été le premier confinement force est de constater que le contexte sanitaire s'est prolongé bien au-delà de cette période. Par conséquent le discours des personnes interrogées comme celui des membres de OLD'UP, n'ont pas pu faire abstraction de cette situation. Bien que focalisés sur cette première période, il s'est avéré artificiel de demander aux personnes enquêtées d'ignorer ce qu'elles vivaient au moment où elles étaient interrogées ; de même il aurait été artificiel dans notre restitution des résultats d'omettre ou de limiter leurs paroles lorsqu'elles s'y référaient. Par conséquent, les résultats de ce travail ont pour point de départ le premier confinement et se prolongent jusqu'à la fin de notre enquête en mai 2021. Elles incluent des réflexions, des doutes ou des craintes liés aux successifs confinements que nous avons connus au cours de cette période.

³ Voir notamment les études des Petits Frères des Pauvres :

<https://www.petitsfreresdespauvres.fr/informer/nos-actualites/notre-rapport-inedit-revele-les-impacts-de-la-crise-sanitaire-sur-les-personnes-agees-isolees>

https://www.petitsfreresdespauvres.fr/media/1726/download/2021_rapportPFP_HD-min.pdf?v=1&inline=1

II. La méthodologie

La présentation de la méthodologie a donné lieu à des discussions. Devait-elle, à ce niveau du rapport, faire l'objet d'un exposé détaillé incluant toutes les composantes techniques conformément à la norme des travaux de recherche ? Ou bien devait-elle se limiter à un exposé plus général, mettant l'accent sur quelques aspects essentiels, les plus techniques étant renvoyés en annexe ? les membres de OLD'UP ont opté pour la seconde solution au vu de 2 considérations :

- d'une part, la longueur de l'exposé méthodologique qui introduisait un écart trop important entre les hypothèses et les résultats,
- d'autre part, la technicité des outils et notamment du traitement informatique des réponses qui a été effectué.

En dépit de cette option et compte tenu de l'apport très important découlant de l'utilisation de l'intelligence artificielle (IA), on ne peut qu'encourager chacun à se reporter à l'annexe méthodologique car c'est cette méthode qui donne toute sa crédibilité et rigueur à l'analyse et aux résultats. On se bornera ici à la présentation de quelques éléments.

La méthodologie utilisée est caractérisée par une utilisation de méthodes classiques (questionnaire, entretiens et focus group) et par le recours à des méthodes innovantes, avec la conception d'un programme informatique utilisant l'intelligence artificielle, pour effectuer un classement automatique des réponses et leur interprétation. En effet, en raison d'un nombre considérable de réponses à traiter (environ 25 000 réponses aux 9 questions ouvertes que comportait le questionnaire), OLD'UP a recherché une technique adaptée, permettant de construire des profils types à partir desquels des personnes ont pu être identifiées et ainsi approfondir en entretien leurs réponses au premier questionnaire.

La méthode de catégorisation automatique des réponses a été élaborée avec l'appui de 2 chercheurs : François-Xavier Devetter (professeur d'économie, Département Management International IMT Lille Douai, Laboratoire Clersé - Université de Lille) et Hazem Wannous (professeur associé en sciences informatiques, IMT Lille Douai). La mise au point de l'algorithme a fait l'objet d'un travail de co-construction sur l'interprétation des réponses (Cf. Annexe n°1) et elle a permis d'identifier 5 profils-types de répondants :

- Les personnes inquiètes sans ressources
- Les personnes inquiètes avec ressource
- Les personnes non inquiètes sans ressources
- Les personnes non inquiètes avec ressources
- Les personnes neutres

À partir de la catégorisation en 5 profils-types, il a été possible d'identifier des répondants qui ont alors été contactés pour réaliser un entretien approfondi (Cf. Annexe n°2). Une vingtaine d'entretiens ont ainsi été réalisés, soit en visioconférence soit par téléphone. Les entretiens ont été menés selon une trame prédéfinie (Cf. Annexe n°3), enregistrés puis retranscrits par les membres de l'association OLD'UP.

En croisant l'analyse du questionnaire avec les résultats des entretiens, il a été identifié quatre représentations négatives, des stéréotypes sur les personnes âgées que la crise sanitaire a réactivés ou renforcés. Ces représentations sont les suivantes :

- ⇒ Les Vieux sont fragiles
- ⇒ Les Vieux sont isolés
- ⇒ Vieux sont inutiles
- ⇒ Vieux sont déconnectés

Pour discuter ces représentations, les déconstruire et réfléchir à des propositions destinées à changer les regards sur les personnes âgées, les membres de OLD'UP ont organisés et animés 4 focus group, aussi appelés débats. Chaque groupe s'est réuni deux fois en visioconférence, en travaillant sur une thématique précise et en s'appuyant sur une méthode commune afin de produire des propositions (Cf. Annexe n°4)

III. Les résultats de l'étude

1. Vécus et expériences du premier et second confinement

L'objectif de cette enquête était de recueillir les expériences liées au premier confinement des personnes âgées, mais comme les entretiens ont été réalisés à la fin du mois de janvier 2021 et les focus groups en avril 2021, le thème du deuxième confinement s'est imposé. Les « Vieux » ont pris en compte les deux événements, les ont comparés, dans leur volonté ou leur difficulté de ne pas dissocier leurs deux expériences. La première ayant impacté la seconde, et l'ensemble étant le terreau de leurs réflexions actuelles, il aurait donc été trop artificiel et difficile de ne les faire parler que du premier confinement.

L'analyse des 19 entretiens a permis de mettre en lumière plusieurs points :

- Au 1^{er} confinement, des profils de « vieux » très inquiets et des profils peu ou pas inquiets.
- Au 1^{er} confinement, des vécus positifs et des vécus négatifs
- Au 2^e confinement, une expérience plus consensuelle d'assouplissements des contraintes bien vécue
- Au 2^e confinement, une lassitude partagée, notamment face aux contraintes de fermeture des lieux culturels.

1.1 Des vécus différents lors du premier confinement

1.1.1 Des vieux inquiets, d'autres moins

La sidération, la peur et l'angoisse ont envahi les discours de nombreux observateurs et citoyens invités à s'exprimer dans les médias, tout comme chez les personnes âgées. Nicole, 71 ans, vit dans un appartement en ville avec son mari, et elle a « *eu très peur du virus et que (son) mari aille aux courses alimentaires* ». Elle fait partie de la catégorie des inquiets. Tout comme Flore, 72 ans, qui a hébergé son fils, sa femme et leur fille, et se sentait « *anesthésiée, terrorisée* » par la crise sanitaire. Mireille, 77 ans, qui vit dans une maison à la campagne avec son mari, était « *angoissée et en colère* », car son mari « *a été privé du traitement par kinésithérapie qui était essentiel* ».

Inversement, l'analyse a dégagé des profils de vieux pas ou peu inquiet qui ont même parfois accueilli la nouvelle avec philosophie. Ainsi Armand, 88 ans explique « *c'était presque la joie, Paris était paisible, j'ai pu faire le tour du (Jardin du) Luxembourg en étant tranquille* ». Pour Madeleine, 82 ans le confinement lui a permis de revivre des moments liés à son enfance : « *J'étais en Ariège au moment du printemps. J'ai peut-être revécu un printemps à la campagne pour la première fois depuis l'âge de 3 ou 4 ans. (...) Avec un temps magnifique, c'est irremplaçable* ». Quant à Rose-Marie, 70 ans, habituée à la solitude, l'isolement ne lui a pas pesé : « *Je l'ai vécu assez bien je dois dire. Comme je vis seule et depuis longtemps, je suis habituée à m'occuper. (...) J'ai la chance de ne pas souffrir d'ennui* ».

1.1.2 Des qualités de vie impactées, pour certains

Une partie des répondants a maintenu sa qualité de vie. Lors de la première phase de l'enquête, 73 % des personnes âgées déclaraient ne pas avoir rencontré de difficultés liées au confinement. Les entretiens confirment cette idée, à l'image de Jean, qui n'avait pas réalisé « *être un vieux* » et qui estime ne pas pouvoir « *se plaindre quand on est à la campagne, avec une belle vue, beaucoup d'espaces* ». Pendant ce confinement, il s'est d'ailleurs senti « *assez libre* ».

Véronique, 75 ans, qui vit en couple dans une maison à la campagne a, elle aussi, bien vécu cette période : « *Je n'ai pas ressenti cela comme malheureux, car on a un jardin. Il faisait beau, on a un couple d'amis avec qui on s'est promené tous les jours dans les bois, j'ai continué à faire mes courses au supermarché, donc on n'a pas particulièrement souffert* ».

Pour quelques autres cependant, l'impact du confinement sur leur vie quotidienne a été plus fort. Ce fut le cas pour Béatrice, 72 ans, qui vit seule dans un appartement en centre-ville : « *Ça a été très très dur. Je n'avais plus de lien social or je faisais beaucoup de gym, j'allais à l'Opéra, au théâtre, voir des amis un peu partout en France... Je suis quelqu'un qui bouge beaucoup* ».

Devoir réduire ou arrêter ses activités intellectuelles et physiques semble avoir beaucoup pesé sur certains répondants. C'est le cas de Benoît, 93 ans, vivant seul dans une maison en ville : « *J'ai encore une activité physique non négligeable. Je fais du jardin, je vais à la piscine une fois par semaine. Je me retrouve sans activité, c'est ce qui m'a le plus peiné. (...) J'avais l'habitude de voir quand même beaucoup de monde. Je faisais partie d'un certain nombre d'associations* ».

1.1.3 L'hypothèse du contexte pour expliquer ces différences

Le fait de vivre en ville ou à la campagne a pu jouer un rôle sur les deux catégories évoquées ci-dessus : inquiétude et qualité de vie. C'est le cas également pour l'habitat. Le premier confinement n'a pas été vécu de la même façon selon que les personnes vivaient en appartement ou dans une maison avec jardin. La situation conjugale, le fait d'avoir vécu cette période seul ou en couple, a également eu un impact sur le ressenti de cette « étrange période ».

Une des enquêtées estime ainsi qu'elle n'a pas à se plaindre du fait du contexte géographique dans lequel elle vit : « *Vivre en province à la montagne dans les conditions où j'étais, on ne peut pas considérer que c'était une privation de liberté comme peuvent le ressentir les personnes qui vivent dans les grandes villes. Le sentiment a été le même dans le 2^e confinement. Faire ses courses dans un supermarché où il y a une file d'attente de cinq personnes c'est quand même très différent de Paris* » (Véronique, 75 ans).

Pourtant, des personnes âgées citadines l'ont très bien vécu, comme nous l'avons décrit plus haut. Mais toutes semblent évoluer dans des appartements suffisamment confortables pour le préciser ou ne pas s'en faire écho comme nous le dit Paulette, 73 ans, qui vit « *seule, dans un appartement de 80m2 confortable* ». Ainsi, le type d'habitat révèle peut-être mieux ces différences. Nicole, 71 ans, vit en couple, dans un « *petit appartement* » citadin. Un terme qu'elle a répété à deux reprises. Elle a particulièrement mal vécu le premier confinement, « *désorientée, en pyjama toute la journée* ».

Le contexte conjugal pourrait aussi être une hypothèse pour nuancer les expériences de ce premier confinement. En effet, avec Nicole, il y a un mari inactif de longue date, pour lequel elle n'évoque pas d'activités personnelles ou associatives. Pour d'autres, l'absence du conjoint décédé peut venir aggraver le sentiment de solitude vécu pendant cette période : « *Je suis veuf depuis quatre ans. Je voyageais beaucoup avec ma femme. (...) Quand nous étions ma femme et moi en état de voyager nous avons visité une cinquantaine de pays. Nous étions des familiers des déserts. Nous avons bivouaqué dans les déserts du monde. Quand je me suis retrouvé seul j'étais un peu déprimé. J'ai entrepris des voyages que nous avions prévus ensemble. (...) Je me retrouve sans activité : c'est ce qui m'a peiné le plus. (...) La solitude c'est difficile à supporter* » (Benoît, 93 ans).

Ce peut-être aussi le cas d'un conjoint malade ou en mauvaise santé, dont l'état vient peser sur la façon de ressentir ce confinement : « *Au départ, j'ai ressenti une certaine sidération. Mais l'espoir persistait que cette période reste limitée et efficace. Mon mari a été privé du traitement par kinésithérapie qui était essentiel. Son état s'est dégradé. (...) Globalement, le moral s'est quand même maintenu, malgré des sentiments mêlés d'angoisse et de colère. (...) Pour mon mari et moi, les effets négatifs de ce confinement ont été l'isolement et la déprime* » (Mireille, 77 ans).

1.2 Des retours d'expérience du second confinement plus consensuels : moins de contraintes, mais plus de lassitude

1.2.1 Un vent de liberté malgré le maintien des restrictions d'activités

Pour toutes les personnes interrogées en entretien, le second confinement a été plus léger que le premier. Après les privations est venu le temps d'un retour à une normalité relative. En mal de sociabilités, les personnes âgées ont été heureuses de retrouver leur liberté, de mouvement notamment : « *Je l'ai trouvé beaucoup plus libre que le premier. Je respectais toujours la durée de sortie, je suis tombée sur une phrase qui m'a beaucoup plu : « je fais partie des gens qui ne s'arrêtent pas de vivre par peur de mourir. J'essaie de continuer à vivre »* (Rose-Marie, 70 ans).

Certains se sont même octroyé, à cette occasion, quelques libertés par rapport aux restrictions kilométriques : « *Avec mon compagnon, nous avons fait des balades avec dépassement de l'heure et de l'espace autorisés* » (Flore, 72 ans).

Un vent de liberté relatif, notamment à cause de la non-réouverture des lieux culturels, souvent mal compris par les personnes âgées : « *Après le premier confinement, quand on allait au Louvre il n'y avait pas un chat, parce que la jauge était limitée et que les gens n'avaient pas envie d'y aller. Je n'ai pas compris la fermeture des musées* » (Violette, 78 ans).

Mais ce deuxième confinement a pesé sur les enquêtés. Le manque de relations sociales, d'activités culturelles et associatives leur a beaucoup pesé. Certains ont profité du desserrement des contraintes pour pallier ces problèmes : « *J'avoue avoir été beaucoup moins sérieuse. J'ai développé des systèmes de précaution, une stratégie pour ne pas être isolée en partageant de bons moments. Par exemple, j'ai fait très attention à Noël, j'ai vu mes enfants dans la maison de famille, ils s'étaient tous fait tester avant de venir* » (Christiane, 68 ans).

1.2.2 Moins de contraintes, mais plus de lassitude

À quelques exceptions près, la plupart des répondants avouent leur lassitude. Ils ont tenu le choc au premier confinement mais le second les a épuisés.

Il y a ceux qui se lassent de leurs activités confinées et trouvent le temps long, comme Evelyne, 71 ans « *J'ai un peu moins senti de différence sauf que j'étais un peu plus devant mon écran pour discuter avec des gens au lieu d'aller les voir. J'en ai eu un peu marre de ranger* ». C'est également le cas de Rose-Marie, 70 ans : « *Je suis plus sortie. J'aime écrire et j'aime marcher. Tourner en rond autour du pâté de maison pendant 2 mois ça m'a beaucoup pesée. J'ai la chance d'avoir le métro au pas de ma porte donc je suis allée dans le Marais toujours dans la limite du temps imparti, moi je suis quelqu'un qui respecte les règles, mais je prends ce qu'on me donne* ».

L'horizon qui se bouche avec le risque d'un autre confinement (le « troisième » confinement n'avait pas encore été mis en place), l'impossibilité de faire des projets contribuent à l'épuisement et la lassitude des personnes âgées. Les répondants ont des rêves, des envies, des besoins auxquels le second confinement a mis un coup d'arrêt : « *Le second confinement, j'ai trouvé que cela pèse. Le second s'ajoute au premier et on s'interroge sur la manière d'en sortir. Au premier, on se disait bon « one shot », il n'y en aura pas un autre. Et puis, il y a eu deuxième et peut être il y en aura un troisième. Comment sortir de cette anxiété. Mais c'est plus l'anxiété pour mes enfants et petits-enfants plus que pour moi-même* » (Patrick, 76 ans).

1.3 Des « vieux » préoccupés pour les autres plus que pour eux-mêmes

L'enquête par questionnaire réalisée pendant le premier confinement l'avait déjà montré : dès le début de la crise sanitaire les personnes âgées ont été plus inquiètes pour les autres que pour elles-mêmes. Cette étude confirme cette attitude : pendant cette crise les personnes âgées se mettent en retrait et pensent d'abord à leurs proches, plus ou moins vieux, aux étudiants, aux « jeunes », aux résidents des EHPAD, à la société, etc. avant leur propre personne.

1.3.1 Inquiétudes pour les étudiants et les « jeunes »

Interrogés sur eux, sur ce qu'il faudrait faire pour les « vieux », ils répondent en parlant des jeunes générations, notamment celle qui étudie et pour laquelle les médias, ainsi que le gouvernement, ont fait écho d'un mal-être et de difficultés à affronter cette crise sanitaire : « *Nous avons été effrayés de voir les contraintes imposées aux actifs et surtout aux jeunes, privés d'un enseignement normal* » (Mireille, 77 ans).

L'intérêt pour cette catégorie de la population les pousse à envisager plus de solidarité envers elle : « *On a forcément des choses à dire, mais on est moins en première ligne que les étudiants, ceux qui travaillent. C'est peut-être parmi les personnes âgées qu'il faudra déployer de la solidarité auprès des jeunes, de ceux qui travaillent. Un retour d'ascenseur de la solidarité* » (Alain, 72 ans).

Ils se sentent avantagés par rapport aux difficultés que rencontrent ces générations être acteurs de la solidarité. Certains le sont déjà, envers leurs enfants et petits-enfants, et souhaitent aller au-delà : « *Dans la société, nous les retraités on a un revenu régulier, mais dans la société ce sont les perspectives du chômage qui sont inquiétantes et tout le monde n'a pas la chance d'avoir des liens avec ses enfants, comme moi* ». (Véronique, 75 ans).

1.3.2 Inquiétude pour les autres plus vieux : en EPHAD, dans le voisinage ou proches

Les personnes âgées s'inquiètent également pour les autres vieux, ceux et celles qui sont plus âgés. Certains répondants sont en effet assez jeunes, autour de 70 ans, pour avoir des proches plus âgés qu'eux et se trouver en situation d'aidants : « *Pendant le premier confinement oui (je me suis occupée de quelqu'un), car j'ai eu une tante très âgée qui vit pas très loin de chez nous. Ses enfants ne pouvaient plus venir la voir. Donc, c'est moi qui m'occupais du lien avec les équipes d'aide, elle est d'ailleurs entrée en maison de retraite à la fin du premier confinement. Donc, je vais la voir en maison de retraite. Mais selon les possibilités, ça dépend des cas de Covid qu'ils ont. En plus, on y va en visites séparées. C'est-à-dire que des fois on peut y aller, des fois non.* ». (Evelyne, 71 ans).

D'une manière générale, ils se préoccupent de l'isolement de leurs aînés, et cherchent à lutter contre : « *Il y a cette histoire d'isolement de ces personnes plus démunies et en mauvaise santé. Ça a mis en évidence le problème des EHPAD que je connais bien parce que mes parents y ont été. Des fins de vie comme ça prolongée c'est terrifiant. Ces jours-ci, le problème de l'isolement des gens âgés est à discuter : ça a des avantages parce que ça diminue le nombre de lits occupés à l'hôpital, mais les problèmes d'isolement sont dramatiques* » (Violette, 78 ans).

Parfois, leurs inquiétudes portent au-delà de la question de l'isolement et glissent vers celle de la fin de vie. La manière dont les personnes âgées ont pu être traitées, dans les mots et dans les faits, a suscité chez Benoît, 93 ans, la peur d'être, éventuellement, « sacrifié » : « *J'ai craint pendant longtemps qu'on ne sacrifie les personnes âgées. Dans les hôpitaux, on négligeait les gens qui allaient mourir au profit de ceux qui devaient rester sur terre. Mais cela ne m'étonne pas tellement dans le fond. Ma commune s'occupait beaucoup des personnes âgées. C'est devenu maintenant exceptionnel. (...) On attend la fin avec impatience* ».

2. Des « vieux » actifs avant, pendant, et après les confinements

2.1 Les « vieux » s'adaptent et tirent profit de ce temps « long »

Certaines images du grand âge montrent des personnes âgées désœuvrées, inactives, enfermées chez elles, sans autre occupation que leur télévision. Ce n'est pas du tout ce que nous observons dans les comportements des enquêtés. Ils sont actifs : soit parce qu'ils ont encore une activité professionnelle ou une activité associative, soit parce qu'ils sortent beaucoup en étant inscrits à de nombreuses activités ou en voyageant, etc. Le confinement a mis un coup d'arrêt à toutes leurs activités. Mais passée la sidération de l'annonce, ils ont trouvé différentes façons de tirer profit de ce temps long et leur capacité d'adaptation perdue bien après le premier confinement.

2.1.1 Prendre du temps pour soi : des vieux qui ne s'ennuient pas

Bien que privées de contacts sociaux, les personnes âgées ne se laissent pas aller. Ce premier confinement a été vécu comme une occasion de prendre du temps pour soi, « *un moment de pause pour une personne très occupée* » raconte Christiane, 68 ans.

Beaucoup ont profité de cette période pour lire et se balader, profiter d'activités qui nécessitent d'être au calme et d'avoir du temps devant soi pour en tirer pleinement profit : « *J'aime lire, j'aime me promener. Nous avons 2 maisons à Castillon. Mon mari a une maison où il est radio/télé moi j'aime pas du tout. Une autre maison dans le silence, jardin, nous y prenons nos repas. Je suis près de la forêt. En mars c'est le concert des oiseaux* ». (Madeleine, 82 ans).

Certaines activités ont pu être maintenues grâce aux outils numériques, comme les réunions de groupe ou d'association pour de nombreux enquêtés, mais aussi des ateliers d'écriture : « *Moi j'aime beaucoup écrire, j'anime un atelier d'écriture d'ailleurs ici aux Lilas où j'habite. Je l'ai mis sur pieds avec d'autres pendant le 1^{er} confinement, on utilisait WhatsApp. Nous les faisons par petits groupes, d'habitude on est 12, là les groupes sont encore plus petits, nous sommes 6. On a fait de l'écriture et la semaine d'après la lecture du texte que nous avons écrit. Ça a très bien marché et on garde le lien* » (Rose-Marie, 70 ans).

À l'occasion des focus groups, les membres de OLD'UP confirment ce maintien des liens grâce aux outils numériques : « *Les téléphones, WhatsApp, Zoom ont été essentiels pour maintenir la relation* ».

2.1.2 (Re)découvrir des pratiques

Ce temps long a aussi été l'occasion pour certains de se lancer de nouveaux défis : « *J'ai regardé beaucoup de séries, j'ai regardé en un an plus de séries et de films que dans toute ma vie. Je n'ai plus du tout la capacité de me concentrer sur la lecture. J'ai entrepris l'histoire de ma famille. Il y avait quelque chose de l'histoire de mes parents et grands-parents qui devait s'accorder à l'époque. Il y avait ce sentiment d'être tous ensemble, et dans quelque chose qui était d'une sorte d'un exploit personnel* » (Paulette, 73 ans).

Il a été aussi l'occasion de renouer avec des pratiques délaissées, faute de temps, ou d'envie : « *J'ai rangé mes papiers administratifs. J'ai beaucoup jeté. Je bricolais un petit peu, j'ai fait un peu de couture. J'ai rangé différemment la chambre, j'ai regardé des vidéos à la télé* » (Nicole, 71 ans).

2.1.3 Réfléchir

Ce temps retrouvé, les personnes âgées s'en sont aussi servi pour développer leur pensée, la confronter au contexte sanitaire, la faire évoluer. C'est le cas d'Evelyne, 71 ans : « *J'étais bien sûr déjà sensibilisée de par mon métier à la situation de vulnérabilité, mais le fait de la vivre personnellement en direct, ça amène à s'interroger et à se dire « je ne vais pas reprendre les mêmes choses de la même façon après ». J'ai aussi eu un approfondissement de manière spirituelle alors que jusque-là j'étais plus dans l'organisation des réunions. J'ai sur ce point un peu avancé dans ma vie personnelle* ».

Ce temps dédié à la méditation et à la réflexion est également un sentiment partagé par les Oldupiens :

- « *Méditer et partager nos réflexions sur notre vulnérabilité, (la nôtre, mais aussi celle de tous les humains quel que soit leur âge), sur notre finitude, apprivoiser la perspective de la mort.* »
- « *Nous vivons une période d'introspection propice à la réflexion, aux bilans de vie et remises en question. Si le « faire » n'est plus -ou moins- possible, il reste l'« être ».*

Pour ces derniers, le confinement a aussi été « *l'occasion de tester nos capacités de résistance, aussi bien physique que psychique* ».

D'autres, aussi touchés par cette crise, sont parvenus à des conclusions plus négatives, comme Jean (âge non précisé) : « *Quand j'ai été à la retraite je suis retourné à la fac et j'ai passé un master de droits de l'homme. Je ne comprenais pas bien comment on pouvait supprimer des libertés fondamentales. Toutes les formes de libertés ont été touchées : liberté de culte, de déplacement... pour protéger la vie qui est aussi un droit fondamental. Ça m'a fait bien réfléchir à toutes ces*

choses. *Plus ça va moins, je comprends* ». Violette, 78 ans, a quant à elle profité du premier confinement pour « *faire le point* » et a écrit « *pas tous les jours, mais presque, une sorte de journal* ».

2.2 Le numérique : des outils nécessaires et utiles souvent déjà utilisés par les enquêtés

L'enquête par questionnaire qui constitue la première phase de cette étude, a souligné une utilisation d'internet très variée d'une personne âgée à une autre. L'âge est un facteur déterminant : 44 % des enquêtés de plus de 70 ans en ont une pratique quotidienne (contre 78% tout âge confondu⁴). Selon OLD'UP, ce chiffre est remarquable puisque presque une personne âgée sur deux utilise les outils informatiques, alors qu'il s'agit d'une génération qui est née sans la culture numérique et qui l'a acquise tardivement.

La plupart des répondants utilisaient déjà les outils numériques de communication tels que les visioconférences ou l'application WhatsApp avant les confinements. Ces derniers sont venus accroître leur pratique. Certains, volontaires, ont dû apprendre à mieux s'en servir. D'autres, minoritaires, ont des réticences et ne s'en servent pas, utilisant uniquement le téléphone.

- ⇒ Nombre de répondants (500 sur 5000) par téléphone
- ⇒ Des personnes sont plus à l'aise pour s'exprimer par téléphone, bien qu'elles utilisent les outils informatiques (relation personnalisée par tel).

2.2.1 Les usages des outils numériques

Nous distinguons quatre catégories d'utilisateurs des outils numériques : réguliers, en formation, réfractaires aux réseaux sociaux et non usagers.

2.2.1.1 Des usagers réguliers

Il faut noter que les usagers réguliers avaient déjà expérimenté les outils numériques avant le confinement, soit dans un usage personnel pour leur relation avec leurs proches comme Paulette, 73 ans : « *J'ai une amie à Thessalonique, on est un petit groupe de 4 avec cette amie, on Skype tous les dimanches à 18h30, l'apéro, on prend un verre. Ici, je le fais dans des activités d'ordre professionnel ou social et amical bien sûr. Avec les amis on utilise énormément le téléphone, téléphone et SMS, plus que Skype ou Zoom.* »

Soit dans un usage professionnel ou de formation continue comme Violette, 78 ans : « *Je suis des cours d'histoire de l'art, et cette année ils se passent par visio-conférence. Les écouter, les transcrire, ça prend pas mal de temps. (...) Avec WhatsApp, on est toujours en relation avec la famille, les amis de province. Et puis par Zoom ou Skype, parce que j'ai un neveu en Suède, une amie en Italie* ».

Tous ont approfondi leur pratique.

2.2.1.2 Des usagers en formation

Il y a la catégorie des usagers en formation, ceux qui utilisaient peu ou pas les outils numériques, mais qui sont parvenus à les prendre en main : « *On devait avoir WhatsApp, Skype. Pendant le 1^{er} confinement ça s'est transformé en truc familial, on faisait des anniversaires comme ça, c'était amusant, car il y avait des neveux qui arrivaient comme ça on ne les avait pas vus depuis longtemps. Ce qui est arrivé c'est zoom, toutes les réunions d'associations se font par zoom. J'ai appris. Il faut que j'organise une réunion après vous, je vais apprendre* » (Jean, âge non précisé).

⁴ Cf. à vérifier

2.2.1.3 Des non- usagers

Quelques répondants sont classés dans cette catégorie des « non-usagers ». Il s'agit de personnes âgées qui utilisent très peu ou pas du tout les outils numériques, comme c'est le cas de Mireille, 77 ans : « *Je n'étais pas familiarisée avec les outils type Skype ou WhatsApp. J'ai fait quelques essais, mais sans conviction. Ça ne remplace en rien le contact présentiel* ».

Les membres de OLD'UP estiment également que « *La communication numérique est une communication plus faible car on a besoin de la présence, le visuel et l'auditif ne suffisent pas. L'efficacité et l'utilité du numérique ne peuvent pas faire l'impasse des contacts humains.* ».

Les participants aux focus groups soulignent aussi le fait que l'utilisation accrue d'internet et le temps passé sur les outils informatiques (et notamment le smartphone qui a pris une place prépondérante), soulève la question de la sécurité :

- « *Nous sommes tous repérés, géo-localisés.* »
- « *Il ne faut pas ouvrir les messages provenant d'inconnus* ».
- « *L'addiction concerne surtout les jeux et les réseaux.* »

Pour eux, la cohabitation entre la culture « traditionnelle » des personnes âgées, acquise et transmise via le support papier, et la culture « numérique » des plus jeunes, acquise et transmise via des « *images défilant sur des écrans multicanaux et omniprésents* », a parfois été difficile.

2.2.1.4 Des usagers réfractaires aux réseaux sociaux

Enfin, nous notons que certains répondants distinguent les outils numériques de communication tels que Skype ou WhatsApp des réseaux sociaux, qu'ils semblent fuir dans leurs pratiques numériques : « *Je ne suis pas du tout réseaux sociaux, je ne suis pas dessus, je déteste cette idée* » (Violette, 78 ans).

Au cours de l'analyse, nous observons que si certains enquêtés n'utilisent pas ces outils de communication, c'est davantage par manque d'assurance que par réel rejet : « *Avec l'association, on nous envoie un lien, il y a plus qu'à cliquer dessus et ça marche. Sur Youtube, ils envoient une heure d'assouplissements musculaires* ». Nicole, 71 ans. Elle reste malgré tout peu à l'aise, et n'a pas réussi à communiquer avec sa fille via des outils tels que WhatsApp.

Cette difficulté à prendre en main les outils de communication numérique, d'autres répondants l'ont remarquée auprès de leurs pairs âgés et ils estiment même qu'il faudrait remédier à cet éloignement numérique.

Les outils de communication ont ainsi permis de conserver les échanges familiaux, amicaux, associatifs, professionnels pour certains, avec néanmoins quelques hésitations, quelques réticences, pour les réseaux sociaux.

De plus, plusieurs participants déclarent avoir pris du plaisir à utiliser ces nouveaux outils de communication. La crise sanitaire et plus particulièrement le confinement aura permis l'ouverture à une culture commune du numérique.

2.2.2 Toujours une préoccupation pour les autres : des militants de l'inclusion numérique

Les attestations de sortie pouvaient être écrites à la main, imprimées ou téléchargées sur le smartphone. Trois options qui pouvaient poser problème à certaines personnes âgées et qu'une enquêtée a remarquées. À l'aise avec les ordinateurs, elle a trouvé une solution pour aider les autres : « *Je suis au conseil syndical de mon immeuble, j'imprimais pour les personnes âgées les autorisations de sortie. Comme les attestations changeaient je leur donnais, je leur demandais si elles avaient besoin de courses* » (Rose-Marie, 70 ans).

Un des adhérents de OLD'UP, Patrick, participant à l'enquête, a particulièrement approfondi sa réflexion sur l'inclusion numérique pour les personnes âgées. Selon lui, la crise sanitaire aura été révélatrice de l'urgence à se saisir de cette problématique pour réduire l'isolement des plus vieux : « *J'ai observé aussi que dans la petite communauté des adhérents de OLD'UP, beaucoup étaient pâtauds avec l'usage du numérique Il faut mettre à l'ordre du jour la nécessité de la formation à l'utilisation des techniques* ».

Constatant la disparition de l'aide humaine dans les différentes administrations, alors que de plus en plus de documents doivent être envoyés par mail ou sur des plateformes, cet adhérent attire l'attention sur la nécessité de former les usagers âgés et de trouver des formateurs en urgence : « *Les petits vieux ne sont pas très à l'aise avec ces outils et la question se pose aujourd'hui, car beaucoup d'opérations qui se faisaient avant avec une médiation humaine ne sont plus qu'accessibles en ligne. Il y a l'aspect technique et dans beaucoup de cas, il y a des besoins de confidentialité, par exemple des données personnelles ou financières ou autres. Il y a des initiatives gouvernementales qui ont été prises depuis plusieurs années. (...) La formation à l'initiation à ces procédures administratives comporte et requiert beaucoup d'humain, de la médiation. C'est plus facile de faire ces procédures chez soi que d'aller à un guichet, mais il faut se faire aider. Le besoin d'aide ne concerne pas quelques milliers de personnes, il concerne une douzaine de millions de personnes en France. C'est un besoin massif et donc il faut trouver des solutions à l'échelle du besoin* »

Membre d'une autre association, Alain, 72 ans, s'est ainsi fait aider pour prendre en main les outils de communication numérique : « *Je n'étais pas familiarisé avec Zoom. La familiarisation a eu lieu plutôt avec le 2^{ème} confinement. Des personnes plus compétentes de l'association nous ont formés* ».

De manière générale, les enquêtés se sentent privilégiés car ayant accès aux outils numériques et donc à une forme de vie sociale (certes virtuelle, mais néanmoins présente). Ce qui n'est pas le cas de toutes les personnes âgées comme le précise un participant des focus groups : « *il existe une grande disparité et des inégalités dans les équipements et leur l'utilisation : absence totale d'outils numériques, situations de « blocage », besoin d'accompagnement ponctuel ou régulier, ergonomie de services mal adaptée aux Vieux etc.* »

En effet, le confinement a accentué l'isolement des personnes non connectées. Il peut s'agir d'un manque d'accompagnement au cours de la démarche d'apprentissage ou encore d'un défaut d'accès à internet dans certaines communes rurales : « *Certains vieux non déjà initiés à l'informatique, aux moyens limités, se sentent en difficultés* ». Les enquêtés évoquent également quelques situations particulières : « *les populations immigrées qui ne parlent pas assez bien français pout utiliser un ordinateur ou suivre une formation, comment avoir accès aux services, en particulier à Marseille.* »

2.2.3 Un apprentissage encadré nécessaire au long court

Les participants des focus groups insistent sur les besoins en accompagnement au numérique des personnes âgées :

- « *L'accès au numérique, la formation et l'accompagnement des personnes âgées pour se familiariser à l'utilisation des nouvelles technologies est une priorité pour qu'elles puissent rester autonomes et intégrées dans la société (...)* »
- « *L'apprentissage et la pratique des nouveaux instruments et technologies donnant accès à l'information, et ouvrant sur une communication à distance, auraient pu être facilités grâce à l'appui de formateurs capables adaptés, connectables à notre câblage culturel* »
- « *La phase d'apprentissage peut être difficile et doit s'accompagner de la manipulation. Le vocabulaire aussi peut poser problème. OLD'UP Paris a rédigé des fiches pédagogiques claires et adaptées pour l'utilisation d'opérations simplifiées.* »

3. Un isolement plutôt bien vécu sur le plan physique et matériel, mais pas sur le plan social, affectif et psychique

Pour les personnes interrogées le confinement a pu être confortable matériellement, pourtant leurs témoignages montrent qu'elles ont néanmoins souffert affectivement.

3.1 Les enquêtés ne sont pas en situation de dépendance physique et matérielle

À plusieurs reprises dans les entretiens, les personnes interrogées ont souligné le fait de se sentir « privilégiées ». Ce sentiment se retrouve dans les aspects matériels comme leur logement : « *Je suis privilégié : mon appartement est spacieux, dans une Résidence agréable et j'ai la possibilité de recevoir l'aide de mes enfants* » (Patrick, 76 ans).

Mais il se retrouve aussi dans les conditions physiques et dans le fait d'être à leur âge en bonne santé : « *Je m'estime privilégiée, retraitée en bonne santé, surtout par rapport à mes enfants. C'est surtout la situation des étudiants qui est inquiétante, plus de petits boulots, certains sont repartis chez eux* ». (Christiane, 68 ans).

Être retraité, en France, les fait se sentir privilégiés. Jean, pointe ainsi du doigt les bénéfices à faire partie de leur génération : « *Là j'ai commencé pendant ce confinement à écrire un truc, ce serait des nouvelles, le titre serait « j'ai vécu 70 ans de paix, de liberté et de prospérité ». Aujourd'hui tout le monde se plaint de tout, mais j'ai vécu 70 ans sans vivre de guerre sur mon territoire, de liberté complète et de prospérité. Je crois qu'il faut quand même le dire. Il faut que nous les personnes âgées on le dise et on le répète* ».

Certains même se demandent si l'accès aux vaccins ne serait pas une forme de privilège : « *Je suis une grande privilégiée, j'ai un appartement très agréable, j'ai une retraite modeste, mais qui suffit largement et je viens de me faire vacciner* ». Violette, 78 ans.

3.2 Ce qui leur manque dans cet isolement forcé et généralisé, c'est l'aspect social et affectif des relations

Cette perte de lien social concerne soit la famille, soit les relations amicales, soit les activités associatives.

3.2.1 Souffrir de l'éloignement des familles et des amis

Comme l'expriment Patrick, 76 ans et Louis l'éloignement des proches a été l'aspect le plus difficile à vivre lors du confinement : « *La privation la plus forte a été de ne pas voir mes enfants et petits-enfants. Pour le reste, on n'est pas en Birmanie. Surtout ne plus voir nos enfants et petits-enfants qui sont à Paris. C'était la vraie coupure* ».

Pour Louis, 75 ans, c'est de ne plus pouvoir aider ses proches, plus âgés que lui qui l'a particulièrement affecté : « *Je déplore de ne plus pouvoir aller voir les amis en EHPAD. (...) Et aussi cet ami de 97 ans dans la Nièvre. Je ne peux pas le visiter, il n'a plus de capacité de communiquer par téléphone, quand je pourrai aller lui rendre visite, ce sera probablement trop tard* ».

3.2.2 Souffrir du manque d'activités

Les répondants sont des personnes très actives. Pour elles, l'arrêt soudain de leurs habitudes et de leurs sorties a été très difficile comme l'explique Nicole, 71 ans : « *Au premier confinement, j'étais désorientée, je ne savais pas quel jour on était. Avant, j'allais aux associations, on avait des thèmes et on y allait si le thème nous intéressait. J'ai pas vu mes amis depuis mars, ça m'est très pénible. On rigolait ensemble, on était à l'aise. Plus rien, c'est dramatique. On évite de se retrouver* ».

3.3 Les effets « psychiques » de l'isolement social des vieux

3.3.1 Les effets du confinement sur les enquêtés

Quelques enquêtés font remarquer les effets des deux confinements et des restrictions diverses sur leur santé mentale.

Il en résulte une **baisse de moral** et une difficulté à se projeter : « *Pas de jardinage possible à cette saison. Les promenades ont été beaucoup plus limitées. Le moral est tombé très bas et les contacts se sont ralentis au point de pratiquement disparaître. La reprise de la vie associative nous semble maintenant très hypothétique et l'envie en a quasiment disparu* ». (Mireille, 77 ans).

Certains ont recours à un psychologue : « *Je sortais un petit peu plus donc j'ai gardé du muscle. J'ai tenu un agenda, par contre, j'étais fatiguée, déprimée, stressée, j'étais triste, donc je suis allée voir un psy. Je suis triste aussi, car les jours sont trop courts. Mon mari est opéré des yeux, il aime bien le sombre. J'attends le milieu de matinée pour qu'il fasse plus jour. Ça me faisait une petite soupape de voir les copines. Qu'est-ce que ça m'a fait drôle d'aller dehors pour la première fois après le confinement. Quand je vois mes copines, c'est par hasard dans le bus ou dans les grandes surfaces* » (Nicole, 71 ans).

D'autres essayent tant bien que mal **de ne pas « perdre la tête »** : « *Je l'ai vécu à la fois avec une sorte de fierté c'est-à-dire que dès le début je me suis dit on ne dévisse pas. Donc j'ai pratiqué un peu d'hygiène de vie personnelle (garder la maison propre alors que j'ai toujours une femme de ménage, faire ma demi-heure ou heure de promenade). (...) dans toute la période alors j'ai eu des manifestations je vous ai dit on ne dévisse pas. Mais j'ai eu des palpitations qui n'avaient aucune autre cause que l'angoisse et je vis le 1er, le 2e et toute cette période à la fois comme une privation de liberté, notamment la liberté de se mouvoir, mais je dirais encore plus que c'est l'impuissance : quand on a construit sa vie de façon relativement indépendante avec l'illusion qu'on maîtrisait ce qu'on faisait. Là on est soumis à des décisions qu'on ne comprend pas. C'est une situation d'impuissance, d'incompréhension et de discours contradictoires* » (Paulette, 73 ans).

Au cours de cette période, l'image que la société a renvoyée aux personnes âgées a été très traumatisante. Beaucoup de vieux se sont vus « vieux » pour la première fois dans le regard des autres et cela a été très difficile à vivre pour eux. Cela a été encore plus dur quand cette image a gagné leurs propres enfants : « *La peur de notre fragilité ressentie par nos proches a été ressentie durement parmi nous lorsque l'interdiction de voir les enfants et les petits enfants s'est exprimée provoquant des effets délétères allant jusqu'à la dépression.* » (Membre de OLD'UP participant aux focus groups).

3.3.2 Des inquiétudes pour la santé mentale des résidents des EPHAD

La question des effets de l'isolement en EHPAD se pose à plusieurs enquêtés qui l'évoquent en entretien, et lors des focus groups :

- « *J'ai un sentiment de colère pour ce qui s'est passé dans les EHPAD : là aussi, il y a plus de dégâts liés aux mesures d'enfermement qu'au virus lui-même. Cela nous a fait beaucoup de soucis* ». (Mireille, 77 ans).
- « *En EPHAD, le désespoir a touché les résidents : pas de visites de proches, le personnel surchargé, et que des murs à regarder !* » (Participant d'un focus groups)

Dans les entretiens, c'est sur la question de la santé mentale que se focalisent les inquiétudes. Christiane, 68 ans, connaît « *certaines personnes qui ont déprimé, car faire des choses, c'est faire un effort* ».

Lors des focus groups, les participants parlent de l'isolement comme étant un sentiment non réservé uniquement à la population âgée : « *Certains vieux sont isolés mais des plus jeunes aussi, des étudiants. Le tout numérique n'est pas le seul remède. L'humain, le solidaire, les belles initiatives libérées aident à vivre la suspension de vie sociale physique.* »

3.3.3 La fragilité des Vieux : un processus accéléré par les situations d'isolement

Selon les participants aux focus groups, l'objectif de ce confinement était de « préserver la survie biologique au détriment de toutes les dimensions de la vie humaine (vie affective, sociale, culturelle, spirituelle) ». Si la fragilité apparaît souvent au-delà d'un certain âge, son apparition a été accélérée à la suite du confinement ou à la suite d'une contamination à la COVID 19 :

- « *le confinement nous a tous fragilisés par le manque d'exercice physique et de relations sociales* »
- « *Le Covid augmente la fragilité mais ne la provoque pas* »

Pour illustrer ces propos, une des participantes raconte son histoire : « *le confinement m'a fragilisée par l'apparition de douleurs, des impossibilités que je n'avais pas avant et qui me sont tombées dessus, et avec lesquelles je dois faire avec maintenant.* ». Pour les enquêtés, la contamination au COVID 19 a d'autant plus de répercussions sur la fragilité de la personne lorsque cette dernière souffrait déjà de comorbidités : « *C'est particulièrement le cas lorsque les personnes vivent en EHPAD, en collectivité, car ils sont dépendants et souffrent déjà de comorbidités.* »

D'autre part, de la même manière que vieillesse et fragilité sont deux termes à dissocier, comorbidité ne rime pas toujours avec fragilité. La fragilité étant elle-même à sous-catégoriser entre fragilité physique et fragilité morale :

- « *Certes, il y a à nos âges des comorbidités avec lesquelles il faut faire, mais cela ne représente pas une fragilité, car lorsque vous me voyez, vous ne savez pas ce que je vis à l'intérieur. Certes, j'ai une fragilité physique mais ma force morale me rend plus forte.* »
- « *Pour l'extérieur, ce qui est important c'est de maintenir notre vie biologique, maintenir notre survie, mais ce que je ressens à l'intérieur n'intéresse pas grand monde.* »

Les membres de OLD'UP insistent sur cette notion d'autonomie, de choix, d'avoir le droit de « *décider de ce que je veux* », sans que la notion de fragilité n'ait une quelconque incidence sur la capacité des Vieux à prendre des décisions qui les concerne : « *ceux qui nous adjoignent de nous confiner ne se rendent pas compte que dans peu de temps ils seront dans la même situation que nous et des jeunes prennent des décisions sans se demander ce qu'ils feront quand ils seront vieux.* ».

Les entretiens puis les focus group ont mis en évidence la différence entre fragilité et vulnérabilité : alors que la fragilité désigne un état de santé qu'il faut réparer, la vulnérabilité désigne un processus qui appelle des mesures de prévention. Pour eux, le choix du confinement et de la « *surprotection des vieux par la rupture des liens est ce qu'il y a de plus mortifère* ».

3.3.4 Passer du « faire » à « l'être »

Dans le champ du handicap, la capacité à réaliser des actes et des gestes de la vie quotidienne et la capacité à faire des choix, à décider soi-même sont deux choses bien distinctes : c'est la différence entre dépendance et autonomie. Une personne en situation de handicap peut être lourdement dépendante d'une tierce personne (un accompagnement 24h sur 24 pour réaliser les gestes de la vie quotidienne), tout en étant complément autonome en termes de prise de décision, de choix de vie.

Dans le champ des personnes âgées, cette distinction semble encore abstraite pour certains : trop souvent un lien est automatiquement établi entre l'état physique de la personne âgée et sa capacité à prendre des décisions :

- « *S'il existe une fragilité chez les personnes âgées, c'est une fragilité physique mais cela ne nous infantilise pas pour autant. On se plaint beaucoup des termes infantilisants qui sont employés en ce qui nous concerne. Il y a des choses que je ne peux plus faire mais je reste capable de réfléchir et d'adapter mon comportement aux situations* »
- « *C'est notre aspect physique qui impressionne les plus jeunes sans tenir compte de qui nous sommes en réalité. Et pour cela, ils veulent nous mettre dans un coin.* »
- « *La fragilité a été souvent induite par les autres, par la façon dont ils nous considèrent mais intrinsèquement nous sommes beaucoup plus fortes que cela.* »

4. Les Vieux, des adultes libres, responsables et utiles socialement

Les personnes âgées ont été peu consultées pendant la crise sanitaire alors que beaucoup de décisions ont été prises en leur nom. L'analyse dévoile un désir d'être entendues, nuancé par la crainte de ne pas constituer une catégorie représentative du fait de leur statut « privilégié ».

4.1 Des adultes responsables

4.1.1 Une privation de liberté vécue comme une infantilisation

Les discours sur la vieillesse développés à l'occasion des confinements relayant une image de la personne âgée dépendante, isolée, fragile, à protéger et donc à « enfermer », ont particulièrement agacé les enquêtés. Ils se sont sentis déresponsabilisés, infantilisés même : *« Je pense qu'on est à la fois trop protégés et à la fois pas assez pris en compte comme des adultes responsables capables de faire des choses. Mes enfants me respectent, ils sont là pour m'aider si j'ai besoin. Au niveau gouvernemental je trouve qu'il y a une infantilisation des anciens qui m'énerve »* (Rose-Marie, 70 ans).

Ils ont ainsi très mal vécu le fait d'être confinés pour être protégés sans que leur point de vue ne soit recueilli. Ainsi, 9 des 19 répondants ont répondu « Oui absolument » à la question « Avez-vous vécu le premier confinement comme une privation de liberté ? ». Qu'elles portent sur la vie sociale, associative ou culturelle, les privations de liberté, notamment après le premier confinement, sont souvent incomprises ou relevées comme aberrantes : *« Nous l'avons vécu comme une contrainte sur le mode : « pour vous sauver la vie, nous allons vous empêcher de vivre »* (Mireille, 77 ans).

Tous les participants insistent : *« pourquoi ne pas laisser les personnes âgées décider elles-mêmes de leur comportement ? Nous sommes responsables »*. Ils se sont sentis stigmatisés, pointés du doigt, considérés comme *« trop fragiles pour sortir »* ou pour penser et décider par eux-mêmes.

Un argument énerve particulièrement Mireille, 77 ans. Il concerne l'idée selon laquelle que la jeunesse aurait été sacrifiée pour sauver la vie des plus vieux : *« Je me considère comme trop protégée. Sauf en cas de maladie neurodégénérative, les personnes âgées restent des citoyens à part entière, capables de prendre elles-mêmes leurs décisions et de gérer les contraintes liées aux problèmes du grand âge. Je ne supporte pas ce que j'entends régulièrement dans certains débats : « la jeunesse a été sacrifiée pour sauver la vie des plus fragiles, les vieux. Les fragiles n'ont rien demandé. Ils ont adapté leurs conditions de vie à la situation. Ils auraient de beaucoup préféré voir les jeunes continuer à vivre même si le risque pour eux était plus élevé »*.

Ainsi, Mireille, 77 ans, réclame *« vigoureusement le droit de donner notre avis sur la façon dont nous voulons vivre notre vieillesse et notre fin de vie »*. Elle lance un message qui sonne comme un avertissement : *« Faire admettre que nous sommes toujours des citoyens à part entière et qu'il ne convient pas de nous infantiliser ni de nous cacher dans des EHPAD, comme on mettrait la poussière sous le tapis...Le rapport LIBAULT de mars 2019 est censé « apporter le meilleur à nos aînés ». Il serait bon de ne pas oublier de prendre l'avis des aînés en question »*.

4.1.2 Une « mise sous cloche » délétère pour les relations intergénérationnelles

L'opposition entre les générations faite à l'occasion de cette crise sanitaire gêne les répondants. Ceux-ci alertent sur les dangers de ce discours : *« Je pense que le covid a cristallisé des tendances, pas les meilleures, qui existaient dans la société. Par exemple le « dédagisme » des générations qui encombrant. Pour la mienne qui avait 20 ans en 68, on était la génération enviée, pas à tort d'ailleurs, on a eu la pilule et pas le sida, on avait le plein emploi, on a eu une retraite qui nous permet de ne pas être angoissé sur la vie matérielle. Je pense que la génération qui monte des 40 ans a envie d'avoir toute la place. Ça a été accentué par la crise et par ce discours comportemental qui faisait une crise par âge. Maintenant c'est les après 75. Nous autre entre 65 et 75 on n'est pas prioritaires pour le vaccin »*. (Paulette, 73 ans).

Le discours de certaines personnes que les participants des focus groups nomment « les jeunes », n'a fait que renforcer cette stigmatisation : *« On a souffert des propos des jeunes qui étaient péremptoirs vis-à-vis du confinement des »*

personnes âgées empêchant les grands parents de sortir de chez eux. ». Les enquêtés s'interrogent sur cette posture prise par les jeunes, et qu'ils vivent comme un acharnement : « Les jeunes ont-ils peur de l'effet miroir ? (...) du fait de cette mise en avant de la vulnérabilité des Vieux ? »

De cette tentative de « séparer les âges », de stigmatiser un âge par rapport à un autre, Evelyne, 71 ans, en tire un enseignement plus positif et espère qu'elle sera l'occasion de montrer que la vieillesse se prépare, qu'elle n'est qu'une étape supplémentaire de la vie et pas une fin définitive : « *Le message qu'elles ont porté, mais pas seulement pendant la crise c'est qu'il n'y a pas des tranches d'âges séparées les unes des autres. Il y a un chemin de continuité. On prépare son vieillissement pendant sa vie et dans les relations qu'on a avec les autres et à la fin de sa vie, même dépendant, on continue à progresser. Mais c'est un message qu'il faut faire passer et pas seulement dire des vieux il faut les protéger pour pas qu'ils meurent. Message peu audible en ce moment. Il y a encore du chemin. Par exemple dans les stages de préparation à la retraite, on nous demande comment faire pour ne pas devenir vieux. Je ne sais pas quelle est votre expérience à OLD'UP, moi je leur dis au contraire qu'il faut accepter de devenir vieux ».*

4.1.3 Être responsables c'est aussi savoir que nous allons mourir

4.1.3.1 Les confinements : du temps perdu ?

Les points de vue divergent. Pour certains, cette vie privée de liberté est clairement du temps perdu : « *Je suis âgée donc je pense à la mort tous les jours, ce qui n'était pas du tout le cas avant. Je risque d'attraper le virus. Moi je passe mon temps dans les musées, les cinémas, les théâtres. Être privée de ça j'ai l'impression d'avoir passé une année blanche. C'est lié à l'âge et pas au covid. Je suis en très bonne santé, mais mon état se dégrade parce que je n'ai plus les mêmes capacités physiques qu'avant. Si ça durait, je ne pourrais plus faire les voyages comme je voudrais, compte tenu de mon état physique. C'est pour ça que j'ai l'impression que c'est du temps perdu » (Violette, 78 ans).*

Pour d'autres, ce fut l'occasion de porter un regard nouveau sur leur vie : « *Les gens ont plus de temps pour se centrer, pour réfléchir, pour faire un point et s'arrêter de courir dans cette vie de fou. Ça a apporté un peu de profondeur dans les relations. Pour se rendre compte qu'on a des parents vieillissants, des voisins âgés, des amis fragiles » (Rose-Marie, 70 ans).*

4.1.3.2 Une fin de vie gâchée ?

Un des effets principaux de ces privations de libertés qu'a généré le confinement est l'impression d'avoir été parfois surprotégés, voire même empêchés de vivre ses dernières années. C'est ce que ressent Benoît, 93 ans : « *Je n'ai pas peur de mourir. (...) Je n'aurai pas de regrets de quitter ce monde. Les enfants sont casés, ils ont leurs propres problèmes, mais je peux passer la main. J'aurais voulu profiter des dernières années comme je l'ai fait précédemment ».*

L'absence d'accompagnement des personnes en fin de vie a été aussi très critiquée, notamment dans les EHPAD. L'absence des proches a rendu le deuil compliqué : « *Sur l'accompagnement spirituel. C'était vraiment un désastre, une coupure d'empêcher les gens d'accompagner des personnes très âgées qui ont perdu quelqu'un, comme un conjoint parti en ambulance qu'elles n'ont jamais revu. Elles ont récupéré et encore difficilement les cendres longtemps après ».* (Evelyne, 71 ans).

Pour Mireille, 77 ans, l'empressement à vouloir protéger les « vieux », les « fragiles » interroge fortement notre société sur son déni de la mort : « *Notre société devrait se tourner vers une réflexion sur la finitude acceptée de la vie et la nécessité de ne pas paniquer comme nous venons de la faire face à l'éventualité de la mort. Se savoir mortel, y réfléchir et l'admettre permet de mieux vivre ».*

C'est également ce qu'exprime Paulette, 73 ans, en y ajoutant le droit de mourir : « *c'est comme si on ne devait plus mourir, ça a été beaucoup dit par d'autres que moi, comme si la vie n'était qu'une vie biologique. Je me suis inscrite à l'association pour le droit de mourir dans la dignité. J'ai signé la pétition des femmes qui se sont battues pour la contraception et l'avortement. Je pense que la protection des personnes âgées dépendantes a été excessive » (Paulette, 73 ans).*

4.2 De l'utilité sociale du « vieux »

En revendiquant leur droit à la parole, les personnes âgées rappellent leur utilité à une société qui, par les discours infantilisans relayés lors de cette crise sanitaire a été remise en question. Réduire un individu à ce que l'on suppose être ses caractéristiques – ici dépendance physique, isolement, ennui, vie hors de la société, etc. - sans tenir compte de sa réalité est une discrimination contre laquelle les enquêtés s'insurgent.

Ils sont nombreux à s'être sentis inutiles, renvoyés à leur condition supposée de « personnes fragiles à protéger », alors même qu'ils contribuent largement au fonctionnement de la société par l'aide qu'ils apportent à leurs familles, par leurs activités associatives ou encore professionnelles.

4.2.1 Une image d'inutilité véhiculée par la crise, mal vécue par les enquêtés

Qu'est-ce qu'être vieux ? Avant la crise, Jean ne s'était même pas posé la question. Retraité, mais toujours très impliqué dans de nombreuses associations avec sa femme, il ne correspond pas à l'image stéréotypée du « vieux désœuvré » : *« le premier confinement a été une surprise et surtout la surprise c'était de savoir que j'étais un vieux, ce que je n'avais pas réalisé avant. Le deuxième, ça confirme. Ils m'ont bien dit que j'étais vieux ».*

Les participants des focus groups précisent tout d'abord que toutes les personnes dites « âgées » n'ont pas le même âge, et que la première erreur consiste à parler de « personnes âgées » pour désigner toutes les personnes de plus de 60 ans :

- *« Les personnes âgées ça n'existe pas : ce n'est pas la même chose d'avoir 70, 80, ou 90 ans, on ne peut pas mettre tous les vieux dans le même panier. »*
- *« (...) Il y a autant de différences entre les personnes âgées qu'il y en a entre les individus de 1 à 40 ans : les personnes âgées ne sont pas un bloc ».*

Alors, à quel âge est-on vieux ? À partir de quel âge bascule-t-on dans ce que la société nomme « la vieillesse » ? : *« Certains assurent que la vieillesse commence à l'âge de la retraite (62 ans) et il y a 16 millions de personnes en France qui entrent dans ce cas. Doit-on considérer qu'il y a 16 millions de personnes fragiles qui doivent rester confinées ? »*

Les enquêtés précisent également que les retraités ne sont pas tous nécessairement fragiles ou dépendants, et que les personnes âgées n'ont pas toutes le même degré de fragilité : *« Pendant le premier confinement il était dit que c'étaient les plus âgés qui mourraient, que la fragilité était égale chez toutes les personnes âgées, faisant de nous un ensemble de gens égaux devant le virus. Passé un certain âge, la fragilité était donc partagée par tout le monde. »*

Il semble alors impossible de passer à côté de cette stigmatisation. En protégeant les plus âgés de notre société, ceux-ci ont expérimenté une mise à l'écart forcée de la société. Alors qu'ils avaient jusqu'ici largement contribué au tissu associatif, par exemple, ils s'en sont soudainement vu refuser l'accès : *« En tant que médecin gériatre à la retraite, j'ai pas mal d'activités et tout d'un coup, j'ai vu que tout se fermait pour nous les personnes âgées, nous on n'avait plus le droit, et ça été compliqué, car on a vu que les structures continuaient à fonctionner et nous on ne veut plus qu'on vienne dans les réunions de CA ou dans les associations bénévoles et ça c'est difficile parce qu'on a le sentiment de ne plus être utile. C'est difficile à vivre. (...) Dans l'hôpital où j'ai exercé de nombreuses années toute ma vie, j'ai proposé de venir aider, car il connaissait des difficultés on m'a dit non tu es trop fragile surtout ne viens pas on ne veut pas t'avoir comme malade » (Evelyne, 71 ans).*

Les membres de OLD'UP confirment ce sentiment de stigmatisation. La stigmatisation dénonce, condamne. La discrimination met de côté, écarte. Les vieux ont été discriminés par leur âge et cette discrimination a pu les stigmatiser. Leur identité a été réduite à leur âge et à leur place de grands-parents :

- *« Le confinement a fait un « focus » sur ce qui existait. L'âge était et est un marqueur, et une stigmatisation ponctuelle a exagéré ce trait. »*
- *« Beaucoup de personnes âgées autonomes et en bonne santé se sont senties stigmatisées parce que perçues comme « vieilles ».*

- « On nous traite comme des stéréotypes. Certaines ne se sentent pas vieilles mais on leur dit qu'elles sont vieilles. Et on utilise toutes sortes d'arguments pour le leur démontrer, le leur expliquer. »

Les participants parlent ainsi de « glissement pervers de la perception de leur fragilité à celle d'incapacité et d'infantilisation » : « Au début du confinement, on avait l'impression que les plus jeunes réalisaient l'âge de la génération qui les précèdent et s'inquiétaient de leur sort, parfois en les surprotégeant, voire en les infantilisant : « Faites attention etc. », jusqu'à en devenir agaçants. ». Les vieux seraient devenus « inutiles, à ménager, à mettre de côté pour ne pas avoir à supporter qu'ils soient malades, qu'ils soient une charge ». A cela s'ajoute une attitude surprotectrice des enfants vis-à-vis des parents, considérés par la société comme « à protéger ».

Les Vieux ont également eu l'impression d'avoir été systématiquement assimilés aux résidents des EHPAD : « On a montré le drame des vieux dans les EHPAD. C'est important, nécessaire mais restrictif ». Selon eux, les médias ont mis en avant les Vieux « les moins en capacité d'agir », les mettant tous « dans le même panier », et avec très peu de messages et d'images de Vieux autonomes, engagés ou utiles : « il y a eu un sentiment de stigmatisation violente envers les résidents des EPHAD. »

La stigmatisation envers les aînés s'est également illustrée par le sentiment d'être une charge pour la société :

- « On a entendu dire que les vieux coûtent cher, perçoivent leur retraite, ne produisent pas, doivent être protégés. Et on ne précise pas qu'ils consomment (et aident) »
- « On a aussi entendu dire que nous sommes pris en charge. L'un de nous a même entendu dire qu'une personne âgée a bien vécu et donc maintenant, place aux jeunes ! Une introspection énorme fut entreprise en entendant ces propos. »
- « (...) Les rééducations sont considérées comme un privilège : « t'en as de la chance de pouvoir aller à la piscine, chez le kiné... » ».

Une des enquêtées pointe du doigt l'État comme responsable de cette stigmatisation, que l'on pourrait ainsi qualifier d'institutionnelle. Elle appelle à repenser notre discours sur les personnes âgées en tenant compte de leurs expériences : « Il faut changer notre image. Vous savez je suis allée aux obsèques d'une amie que je n'avais pas vue depuis plusieurs années. 84 ans, morte d'un cancer, rien à voir avec le covid. Elle était instit puis directrice d'école à Argenteuil. Jusqu'à 80 ans elle a été bénévole aux restos du cœur. De sa retraite jusqu'à pratiquement son décès elle a eu une véritable utilité sociale. Pour changer cette image qui vient d'en haut c'est-à-dire l'utilité sociale des personnes... je pense que l'image a été dégradée par le discours gouvernemental sur les vieux. Je suis persuadée que ma fille, par exemple, ne m'a jamais pensée comme une personne fragile. Cette pensée lui est venue de l'extérieur. Si je prends l'exemple de ma mère, elle a été veuve en 91, donc ma mère a eu un très long veuvage. Pratiquement pendant la totalité elle a été autonome. La dégradation et l'obligation de rester seule sont arrivées quand elle a eu 90 ans. Les limites de la dépendance sont quand même reculées. Il faudrait essayer de penser à ce qui est possible de faire pour que les personnes âgées restent autonomes. En 24h il n'y a pas quelqu'un tout le temps. L'EHPAD quand il n'est pas trop nul présente une sociabilité. Ma mère fait du scrabble tous les jours, elle s'est fait une copine, elle est dans un bien meilleur état physique que quand elle était toute seule chez elle. Réfléchir à des appartements dans des immeubles... ce qu'on appelle l'habitat partagé ». Paulette, 73 ans.

Ainsi, un bon nombre d'enquêtés concluent que, au fil des années et à la suite de la crise sanitaire, les Vieux sont passés du statut de « dominant, protecteur, référent, à celui de dominé, infantilisé. »

4.2.2 Les trois formes d'utilité sociale revendiquées par les personnes âgées

La plupart des personnes âgées rencontrées sont engagées dans diverses actions, qu'il s'agisse de la famille et en particulier des petits-enfants, d'actions associatives, de voisinage etc... Par cet engagement, ils trouvent un sens à leur vie, se sentent utiles. Ils se nourrissent de liens familiaux, associatifs, politiques... et se plaignent peu, comme l'exprime cette militante de OLD'UP : « J'ai apporté du soutien à des étudiants en cuisinant pour eux, à la demande de mon petit fils. Je suis devenue une personne utile qui nourrit » et de conclure : « On est vieux et utiles ».

L'analyse des entretiens permet de dégager trois formes d'utilité sociale revendiquées par les personnes âgées. La première concerne le soutien aux membres de la famille à travers principalement leurs actions en tant que grands-parents. La deuxième concerne leur implication dans le tissu associatif. La dernière concerne le maintien d'une activité bénévole, souvent en lien avec la profession exercée précédemment ou les compétences acquises avec l'expérience.

4.2.2.1 Être grands-parents et soutenir les membres de sa famille

Certains enquêtés revendiquent haut et fort leur qualité de grands-parents et en sont fiers. Ils estiment avoir un rôle de soutien à jouer, notamment moral, parfois éducatif, mais aussi un rôle d'aide pour les tâches plus quotidiennes : jeux, alimentation, soin, etc. :

- « *Je m'inquiète pour les études de mes petits-enfants (20 ans). Un de mes petit-fils est en prépa, donc il est assez isolé dans sa chambre d'étude, il a besoin de moi, il faut l'écouter pendant 1h quand il appelle. C'est important de le soutenir ainsi* » (Louis, 75 ans).
- « *J'ai passé le premier confinement avec mon fils, parisien, sa femme et ma petite-fille de 5 ans. J'ai été nounou et cantinière, avec mon compagnon par intermittence. Le beau temps a permis les promenades (...). J'ai fait du jardinage avec ma petite-fille qui jouait avec la petite copine d'une voisine. J'ai peu lu, car j'étais résolue à jouer à la grand-mère* » (Flore, 72 ans).

Les participants des focus groups souhaiteraient une meilleure reconnaissance de leur rôle de grands-parents :

- « Les vieux soutiennent largement leurs enfants et petits-enfants, y compris financièrement ».
- « Le temps consacré à la garde et à l'accompagnement des petits enfants n'est pas reconnu »

Pour d'autres, cette utilité sociale de grands-parents, bien qu'assumée, ne peut constituer le seul rôle à avoir : « *Immédiatement après le 1er confinement, mon petit-fils de 4 ans et demi est de nouveau venu 1 fois par semaine chez moi. Sinon je respecte tout à fait ce qu'on me dit de respecter. Ma fille et son compagnon travaillent, la famille de son compagnon n'est pas à Paris, mais en Bretagne, je suis la seule famille opérationnelle à proximité à Paris. J'ai quand même été le recours. Nous avons une utilité sociale de mamie même si on ne veut pas qu'on nous traite comme ça* ». (Paulette, 73 ans).

4.2.2.2 S'impliquer dans des activités associatives

En plus d'être des grands-parents présents pour leurs proches, les enquêtés sont aussi actifs dans la société civile, notamment à travers leur implication dans des associations. Au cours des confinements, il leur a semblé indispensable de maintenir ces activités, de maintenir le lien avec les membres ou le public dont ils ont la charge. Ils s'étaient investis d'une mission avant le confinement et n'ont pas souhaité l'abandonner : « *Moi je travaille beaucoup dehors, je travaille dans les forêts, avec ma tronçonneuse. Et je m'occupe d'une association. Les animations ont fermé, mais on a continué à maintenir les liens et préparer la rentrée suivante avec les protocoles COVID. Cela m'a beaucoup occupé* ». (Alain, 72 ans).

L'étude réalisée en mars 2019 par France Bénévolat indique que le taux de bénévolat chez les personnes de plus de 65 ans est de 31% : c'est la catégorie d'âge avec le taux d'engagement associatif le plus élevé. Les personnes âgées de plus de 65 ans représentaient donc plus de 6 millions de bénévoles en France en 2019.

Pour les Oldupiens, les Vieux occupent une place prépondérante dans la vie associative : « l'action sociale repose en grande partie sur des associations qui ne pourraient pas fonctionner sans les retraités ». Alors ils s'interrogent : « que se passerait-il si tous les bénévoles âgés arrêtaient leur bénévolat ? »

Dans un des focus groupe, l'amalgame personnes âgées et grand-mère ou grand-père est dénoncé comme réducteur et méprisant pour ceux qui n'ont ni enfant, ni petit-enfant et sont des citoyens à part entière !

4.2.2.3 Faire du bénévolat

Comme pour les activités associatives, certains enquêtés – restés en activité en réalisant du bénévolat pendant leur retraite – ont tenu à conserver ces engagements pendant les confinements :

« Je continue mes activités de médiation familiale, mais je n'ai eu personne pendant le premier confinement naturellement. Je m'occupe aussi de problèmes de tutelles. J'ai vu quelques problèmes de successions ». (Benoît, 93 ans).

- *« J'ai pu reprendre quelques activités parce que je m'occupe aussi de personnes sous protection juridique et en tant que médecin j'ai pu aller voir des gens en Maison de retraite ou à domicile 1 ou 2 fois par semaine. Si je n'avais pas été médecin, je n'aurais pas pu le faire ».* (Evelyne, 71 ans).

Ces deux exemples montrent comment, très concrètement, des personnes âgées restent utiles, alors même qu'elles ont été priées de se mettre en retrait du monde.

5. Des Vieux critiques sur le présent mais positifs pour l'avenir

5.1 Une gestion de la crise sanitaire peu appréciée

Après avoir raconté leurs expériences du confinement, les répondants ont été interrogés sur la manière dont cette période si particulière a impacté leur regard sur la société. Inévitablement, leurs réflexions ont en grande partie porté sur la gestion de la crise sanitaire, révélatrice, selon eux, de dysfonctionnements dans la société.

5.1.1 Un traitement médiatique lourd et anxiogène

L'omniprésence de la Covid et de la crise sanitaire dans les médias, quels qu'ils soient (télévision, radios, journaux, jusqu'à une reprise du sujet par les annonceurs qui ont adapté leurs contenus publicitaires) est quelque chose qui a fortement agacé les enquêtés :

- *« Ce qui me fatigue beaucoup c'est le « covid bashing », ce lavage de cerveaux en permanence par tous les médias, sur le covid. On n'entend parler que de ça. Moi j'arrête la télé, mais je vois que ça porte sur la tête de mes proches. On ne peut plus rencontrer quelqu'un aujourd'hui sans parler pendant 20min de covid »* (Jean, âge non précisé).
- *« Il y a eu beaucoup de loupés au début de la pandémie. Il y a tellement de gens qui donnent leur avis, notamment sur les chaînes d'infos. Il y a des faux débats politiques, on voit toujours les mêmes profils, comme Raoult, les complotistes ou les pro vitamine D ».* (Christiane, 68 ans).

5.1.2 Des critiques sur la gestion de la crise sanitaire

La question des vaccins revient à plusieurs reprises. Les personnes interrogées sont à la fois critiques sur la stratégie vaccinale et sur la dépendance de la France vis-à-vis des pays producteurs de vaccins :

- *« Je suis un peu sceptique quant à la vaccination de toutes les personnes âgées en EHPAD. Ça va être l'objet de mon prochain entretien tout à l'heure. Je trouve qu'effectivement pour moi le plus urgent est quand même plutôt l'entourage, les soignants. Si tout le monde est vacciné autour en priorité, peut-être qu'on pourrait réserver les vaccins à ceux qui vont mourir dans l'année par exemple. Je ne me vois pas du tout en train de demander ma place, je milite beaucoup auprès de mes amis qui sont en bon état et même s'ils ont 80 ans, pour donner les vaccins à d'autres. Je suis plutôt pour l'euthanasie passive. Donc pas de surprotection. Il faut arrêter à un certain moment »* (Béatrice, 72 ans).

- « Si on prend la situation des médicaments et des masques, la crise a révélé notre situation de dépendance. Il faut reconquérir notre souveraineté, c'est un mot que j'aime bien dans le domaine de la santé » (Patrick, 76 ans).

Déjà, les enquêtés réfléchissent au-delà de l'instant présent et se sentent très concernés par les sujets d'avenir pour notre pays. Ainsi, Louis, 75 ans, déplore : « dans le domaine de la santé et de la perte d'autonomie, l'arrêt de toutes les instances de démocratie sanitaire pendant le confinement. Ni avis, ni concertation des mesures prises. Ils se sont sentis dépourvus d'arguments vis-à-vis de leurs adhérents ».

5.2 Des réflexions pour repenser le système de santé

Leurs vécus de cette période de crise sanitaire leur a permis de faire évoluer leurs positions et de réfléchir aux pistes à envisager pour garantir à notre système de santé sa pérennité et un meilleur fonctionnement.

5.2.1 Des failles dans notre système sanitaire et médico-social

Certains enquêtés estiment que les défaillances du système de santé révélées pendant la crise sanitaire sont l'héritage de choix politiques antérieurs et actuels : « Une grande remise à plat du système de santé. Arrêter de supprimer des établissements et des lits. Former des médecins et des soignants à qui on assurera des conditions de travail et un salaire convenables. Ne surtout plus confier la gestion de crise à des scientifiques « hors sol » obsédés par le risque zéro et la bulle stérile. Un pays ne peut fonctionner selon les protocoles appliqués dans une salle d'opération » (Mireille, 77 ans).

Une enquêtée déplore la difficulté pour les acteurs du secteur sanitaire et du médico-social à faire front commun en cas de crise : « Avec la crise du Covid il y a eu un repli sur soi, or il faut continuer à ouvrir, en tout ça c'est ce à quoi je crois. Il y a encore beaucoup de choses à faire et à penser. On a vu pendant cette crise que c'était la proximité qui pouvait être la plus utile. À l'occasion de cette crise on a vu que beaucoup d'aides à domicile manquaient de masques, de matériel de protection et on a vu une entraide entre les structures, alors que ce n'est pas le cas habituellement Elles sont plutôt concurrentes comme s'il n'y avait pas assez de travail pour tout le monde. Et je crois qu'il faut beaucoup encourager cette entente. Mais ce n'est pas facile, car c'est très cloisonné au niveau des financements entre l'ARS et les départements.... Mais, je crois que la pandémie va peut-être modifier les choses. Si on en tire les bonnes conclusions, ce sera positif, mais seulement si... » (Evelyne, 71 ans).

5.2.2 Des problèmes dans les EHPAD

Un sujet attire particulièrement l'attention des enquêtés : il s'agit de la gestion de la crise au sein des EHPAD. Ils ont ressenti beaucoup d'inquiétudes pour les personnes âgées placées dans ces structures, et cette expérience contribue à nourrir leurs réflexions au sujet de la fin de vie : « Repenser l'accompagnement des vieux qui perdent leur autonomie. Permettre au maximum une fin de vie à domicile. Si cela devient impossible, créer des lieux d'accueil par petites structures, avec du personnel attentif et valorisé (certains EHPAD actuels sont des prisons). D'une façon générale, revenir à de petites structures (hôpitaux, écoles, accueil des plus âgés). Cela permettrait une gestion beaucoup plus souple en cas de crise sanitaire » (Mireille, 77 ans).

5.3 Une inquiétude générale : l'augmentation des inégalités

Les enquêtés sont critiques sur le fonctionnement du système sanitaire et médico-social et ils craignent également des impacts à long terme et à plus grande échelle :

- « Pour la société en général, les effets à long terme seront énormes. Pour les actifs, pertes d'emploi massifs quand les aides cesseront. Pour les plus jeunes, plusieurs années perdues dans le cursus éducatif (de la crèche à l'université...). Le fait que les enfants ne voient plus que des visages masqués aura des conséquences néfastes

sur leur développement et leur rapport aux autres. La santé psychique sera gravement détériorée pour toute la population » (Mireille, 77 ans).

- « Moi ça m'affole complètement, mais quand je vois le nombre de SDF à Paris qui se multiplie, ça me rend malade de sortir ! Je sors quand même, en sachant évidemment que je n'y peux pas grand-chose à part donner de l'argent aux associations. L'écart qui va augmenter entre les plus riches et les plus pauvres. (...) Ça m'est très difficile à supporter » (Violette, 78 ans).

5.4 La crise a permis de révéler les principes de cohérence et de solidarité

Même si les enquêtés étaient déjà sensibilisés aux problématiques soulevées par cette crise sanitaire (isolement, privation des libertés, utilité sociale, « guerre » des générations, inégalités, système de soin défaillant, etc.), l'expérience des confinements et les mesures de restrictions leur ont permis d'affirmer davantage leurs démarches et leurs engagements : « Dans mon syndicat, (le premier confinement) a été un élan pour un nouveau mode de fonctionnement. Il y avait davantage de régularité, et de soutien mutuel » (Louis, 75 ans).

Que ce soit pour eux ou pour les autres, l'expérience de cette crise aura révélé la capacité des individus à être solidaires dans l'adversité : « Je pense qu'il y a eu des moments très positifs de solidarité, ça on l'a vu tout de suite. Déjà le fait de pouvoir applaudir dès 20h les soignants je pense que c'était un premier pas vraiment très important. Et puis il y a eu beaucoup d'actions envers les gens démunis, j'ai suivi ça de près. Il y a eu l'arrêt complet des manifestations parce que à Toulouse on en a tout le temps, quelques fois même 3 fois par semaine. Ça a été plus restreint, mais je pense qu'il y a eu une prise de conscience des priorités, et je pense que ce n'était pas mal de remettre les choses à leur place » (Béatrice, 72 ans).

5.5 L'espoir dans un monde d'après

Plusieurs enquêtés discutent volontiers des espoirs qu'ils portent pour le monde d'après. Ils l'imaginent plus solidaire, plus vert, moins global.

5.5.1 Un monde solidaire

Certains enquêtés proposent des solutions pour mettre en œuvre un monde plus solidaire, comme la mise à contribution financière des personnes âgées pour surmonter la crise et réduire les inégalités : « On a forcément des choses à dire, mais on est moins en première ligne que les étudiants, ceux qui travaillent. C'est peut-être parmi les personnes âgées qu'il faudra déployer de la solidarité auprès des jeunes, de ceux qui travaillent » (Alain, 72 ans).

5.5.2 Un monde plus vert pensé à d'autres échelles

Les personnes âgées imaginent un monde où les questions environnementales seraient davantage prises en compte et retiennent un enseignement fort de cette crise : la nécessité de réévaluer nos échelles de décisions. Il y a deux visions complémentaires : ceux qui observent l'importance de relocaliser ces prises de décision, et ceux qui regardent comment la crise nous a permis de prendre conscience des liens qui unissaient les habitants de la planète :

- « Peut-être que ça va entraîner une société différente qui ne sera pas forcément complètement négative à condition qu'on puisse prendre en compte l'écologie, une nouvelle économie liée à ça » (Violette, 78 ans).
- « Je crois que ce genre de crise révèle des choses, accentue les dysfonctionnements, mais accentue aussi de très bonnes choses. Les deux sont à considérer. On est dans une prise de conscience d'une crise mondiale, on n'est pas seulement dans notre petit pré carré. Où que l'on habite sur la planète, on partage le virus et le climat. Or, je pense que cette crise joue un rôle d'accélération de la prise de conscience de la vulnérabilité. Peut-être cela a

un effet positif sur le sens des responsabilités de chaque individu. Je suis peut-être optimiste, mais je pense que oui. Ça change la perception du monde et c'est essentiel » (Patrick, 76 ans).

6. Un changement de regard nécessaire sur les Vieux

La crise sanitaire a été également une crise sociale révélatrice du regard porté par la société sur les personnes âgées. Cette étude et notamment les entretiens approfondis avec une vingtaine de seniors ont permis de mettre en avant quatre à priori sur la vieillesse :

- ⇒ la fragilité des personnes âgées
- ⇒ leur isolement
- ⇒ leur inutilité sociale
- ⇒ leur déconnexion aux appareils numériques mais plus largement à la société dans laquelle elles vivent

Forts de ce résultat, les membres de OLD'UP ont travaillé à la déconstruction de ces idées préconçues pour faire émerger des propositions de changement des représentations. Mais avant même de changer les regards des autres, il est nécessaire de changer le regard des Vieux sur eux-mêmes.

6.1 Propositions des Vieux pour changer de regard sur eux-mêmes

6.1.1 Un effort de lucidité nécessaire

Les membres de OLD'UP formulent plusieurs propositions sur la nécessité d'accepter et d'assumer de faire partie de la catégorie des « personnes âgées » :

- « *Nous regarder sans complaisance, mais aussi sans nous dévaloriser.* »
- « *Nous devons reconnaître notre vulnérabilité et adopter des comportements adaptés.* »
- « *Accepter et assumer que nous faisons partie des personnes les plus vulnérables face au virus et que nos enfants et petits-enfants peuvent se passer de nous* »
- « *Dans nos discours sur nous-mêmes, il est important d'assumer vieillir et être vieux* »

Sur ce dernier point, la militance des membres de OLD'UP pour se nommer et assumer d'être désigné comme « Vieux » fait partie de cet effort de lucidité. En revanche, ils s'accordent également à dire que le terme de « papi et mamie » employé à plusieurs reprises par les pouvoirs publics pour désigner les personnes âgées a été vécu comme « *une familiarité méprisante, réductrice* ». Pour eux, être nommés "Mamie", « Mémé » ou encore « la petite dame » produit un sentiment d'humiliation inacceptable. Derrière ces étiquettes, il y a des stigmates que les répondants et les Oldupiens n'ont pas envie de porter. C'est particulièrement le cas pour cet enquêté qui sous-entend que ce sont nos représentations occidentales qui contribuent à construire l'image péjorative du Vieux : « *Ici on parle beaucoup de seniors qui est neutre et plutôt flatteur. Moi je suis fataliste je sais qu'on vieillit forcément, on vieillit plus ou moins bien c'est ça le problème. Vieillir dans une maison de retraite ce n'est pas très drôle. Je ne voudrais pas être astreint à le faire. Je préfère rester chez moi. Mais encore une fois je suis fataliste et j'estime qu'il y a des générations qui prennent la suite. J'ai aussi la philosophie africaine qui fait que les personnes âgées font l'objet d'un certain respect : ils apportent une certaine modération dans les comportements. J'ai eu un problème d'ulcère à une jambe qui m'a tracassé, car c'est difficile à soigner. J'ai fréquenté une dame médecin qui est iranienne. J'ai été reçu comme son grand-père. Alors que les médecins français ont plutôt tendance à dire à votre âge il faut s'attendre à... fatalisme... elle au contraire elle a sans doute pratiqué la sophrologie. Elle m'a gardé une heure, elle m'a très bien soigné, j'ai été guéri, j'ai été agréablement surpris par l'intérêt humain qu'elle m'a porté. Il se trouve que je suis suivi aussi par une cardiologue pour des raisons de précaution. C'est aussi une dame qui est d'origine étrangère probablement du Moyen-Orient, je retrouve aussi ce comportement d'attention portée aux personnes âgées. Je m'empresse de dire que j'ai été très bien soigné à l'hôpital Cochin. Mais chez les médecins de ville on rencontre généralement moins de compassion. On aime être écouté et on aime que quelqu'un vous prenne au sérieux* » (Benoît, 93 ans).

Les Oldupiens revendiquent le terme de Vieux qui ne nie pas l'âge et ils ajoutent « UP », qui signifie « debout ». On pourrait aussi parler de « grands vieux », du « dynamisme » des Vieux. Avec humour et bienveillance, le professeur Robert Moulias parlait des « TGV » : les Très Grands Vieux.

Le terme Vieux chez OLD'UP s'associe à une vision positive de la Vieillesse : "*Nous sommes des Vieux qui nous reconnaissons comme Vieux*".

6.1.2 Changer ses propres représentations sur soi-même et sur ses pairs afin d'adopter un discours positif sur la vieillesse

Un des objectifs principaux de l'association OLD'UP est de faire des années de vieillesse un temps positif, à la différence de la société qui pense la vieillesse de façon négative. En effet, la vieillesse apporte son lot de satisfaction, de gains et non uniquement de renoncements et de craintes : « *arriver dans l'association c'est cheminer, pas être nostalgique* ».

Les participants préconisent à leurs pairs de prendre ce chemin de représentations positives sur eux-mêmes et sur la vieillesse en général :

- « *Ne pas nous identifier à nos douleurs, à nos peurs, à nos handicaps. On doit en tenir compte, mais ils ne doivent pas prendre toute la place. Nous sommes plus que cela.* »
- « *Résister au sentiment d'inutilité, de solitude et de dépendance affective vis à vis des enfants, de dépendance au bon vouloir des autres. Pas d'apitoiement sur soi. Éviter les plaintes. Ne pas culpabiliser (ni soi-même, ni les autres).* »

6.1.3 Rester « sur le devant de la scène »

Les participants insistent sur l'importance de rester impliqué, rester ouvert aux autres, de cultiver leur dynamisme afin de ne pas se « *retirer du monde, comprendre et s'engager pour ce que nous pouvons encore changer en nous et autour de nous, continuer à donner du sens à notre vie* ». Pour se faire, il est nécessaire de « *miser sur nos capacités présentes, notre curiosité des autres et du monde, notre envie de partager et d'être encore utile à la société* ».

6.1.4 L'importance d'avoir des projets et des échanges avec ses pairs pour ne pas s'isoler

Il s'agit ici de « *se réveiller et avoir un projet pour éviter de se plaindre. Un petit projet pour un jour, un moyen pour une semaine et un grand projet pour l'année. Si on ne se fixe pas d'objectifs, on n'avance pas* ».

Les groupes d'échanges et les lieux de rencontres sont également à privilégier pour éviter l'isolement.

6.2 Propositions des Vieux pour changer le regard des autres

6.2.1 Changer le regard des proches, de la famille

6.2.1.1 Réévaluer son rôle et sa place au sein la cellule familiale

Le confinement a été l'occasion pour les Vieux de réfléchir sur leurs liens avec la famille, particulièrement avec leurs enfants et petits-enfants : « *nos enfants ont dû se débrouiller sans nous, ce qui nous a questionné sur notre place et notre rôle de grand parent du fait de la distance qui s'est instaurée.* » Une autre forme de distance, autre que physique s'est-elle installée entre les grands-parents et les enfants et petits-enfants, et ce, malgré toutes les technologies permettant la communication virtuelle ? Comment les Vieux peuvent-ils continuer à faire encore partie de leur vie alors que les réunions familiales festives ont été supprimées, et qu'il n'y a plus de repas ou de sorties à partager ?

Pour répondre à ces interrogations, les participants soulèvent la nécessité de « *réévaluer leur rôle et leur place au sein de la famille, de renoncer à une certaine image : celle d'être le pivot, l'acteur indispensable, la mère nourricière qui*

rassemble sa famille autour d'elle ». Il s'agit donc pour les Vieux d'accepter de ne plus être au centre de la relation, tout en étant attentif à l'inversion des rôles : « *il ne faut pas laisser les enfants prendre notre rôle de parent* ».

6.2.1.2 Accepter d'être aidé et être présent pour eux, sans « peser » sur l'entourage

Les participants soulignent également la nécessité d'accepter l'aide de son entourage, voire même d'apprendre à lui demander de l'aide, dans la mesure du raisonnable :

- « *Accepter leur aide, reconnaître que nous sommes moins performants pour accomplir certaines tâches.* »
- « *Rester autonomes le plus possible vis-à-vis d'eux, mais aussi leur laisser une place pour nous rendre service.* »
- « *Leur donner l'occasion de nous accompagner et de nous aider lorsque nous en avons besoin peut être un cadeau pour eux comme pour nous.* »
- « *Montrer combien nous apprécions leur présence, leur attention. Les valoriser, les remercier.* »
- « *Il faut savoir accepter de l'aide et même la solliciter ; cela aide les autres à se rendre utiles* »
- « *Apprendre à demander en ajoutant une dose d'humour, un sourire* »

Exprimer ses besoins ou demander de l'aide n'est pas chose aisée et cela demande un véritable apprentissage. Pour faire le parallèle avec le champ du handicap, certaines personnes en situation de handicap suivent des formations pour apprendre à exprimer leurs besoins.

Pour les enquêtés, il s'agit in fine de « *continuer à faire preuve de générosité, leur apporter toute l'aide encore possible (écoute, présence, soutien affectif et /ou financier...) (...) tout en acceptant leur aide en retour (...) et en évitant de peser sur eux (...).* »

6.2.1.3 Passer de la fonction de garde à la fonction éducative

Si les grands-parents ont aujourd'hui principalement un rôle de « garde » des petits-enfants, dont le but principal est de « soulager les parents » (leurs enfants), les participants revendiquent une fonction supplémentaire, celle du savoir :

- « *Pourquoi les grands-parents sont-ils assignés à une place de garde ? (...) Pourquoi ne pas revendiquer la fonction de les éduquer, de les former aussi ?* »
- « *(...) Ils (les parents) confient leurs enfants à l'école. Qu'a fait l'école ? Pourquoi les parents se tournent-ils autant vers l'école ?* »
- « *(...) Si on se mêle de l'éducation c'est souvent téméraire* »

En effet, le premier confinement fut l'occasion pour les grands-parents de jouer un rôle plus pédagogique auprès des petits-enfants, en venant remplacer l'école : « *on a proposé des actions pédagogiques auprès de nos petits-enfants comme des WhatsApp lecture, calcul (...) etc.* »

6.2.2 Changer le regard de la société

6.2.2.1 Communiquer sur les engagements bénévoles, associatifs des personnes âgées afin de les valoriser

Pour contrer les représentations sur les personnes âgées qui les stigmatisent comme étant des personnes « inutiles », parfois même comme étant « *un poids, une charge pour la société* », les enquêtés proposent de changer cette représentation en communiquant autrement sur les personnes âgées :

- « *Demander aux médias, télé, radios journaux de faire une place pour les activités, (...) des personnes âgées. Des émissions qui valoriseraient les activités caritatives des personnes âgées dont certaines ne tiendraient pas debout sans l'aide bénévole qui est parfois sans limite.* »
- « *(...) Même chez nous à OLD'UP personne ne sait ce que nous faisons, ce serait bien de le valoriser.* »

- « Les vieux sont utilisés souvent dans des associations mais on ne valorise pas assez le bénévolat »
- « Veiller à des images et illustrations « normales » dans les livres scolaires (...) en montrant des vieux en forme, utiles, citoyens »
- « Montrer des vidéos toniques, intervenir dans les médias, tentons ce type de rencontre et surtout de communication »

D'autre part, la circulation de l'information passe aujourd'hui davantage par les réseaux sociaux. Or, cette communication par les outils numérique reste encore une difficulté pour les aînés : « Les personnes âgées sont capables de créer des contenus de tout ordre, moins de les faire circuler. Ils ont une réelle difficulté avec l'usage des réseaux sociaux (...). Les jeunes pourraient être mis à contribution pour faire circuler la communication des vieux et au fur et à mesure les aider à acquérir des compétences. »

6.2.2.2 Les « Vieux experts »

De la même manière que l'on nomme « patient-expert » les patients dotés d'une expertise sur leur maladie, leur handicap, les participants revendiquent le droit de participer aux débats publics sur les sujets qui les concernent. Ils souhaitent être à leur tour considérés comme des « Vieux-experts » sur la question du vieillissement⁵ :

- « La prise de parole publique des vieux, les actions qu'ils peuvent mener en tant que vieux pour faire respecter leurs droits et libertés de citoyens à part entière doivent contribuer à faire changer le regard de la société sur la vulnérabilité, la vieillesse, et la mort (la pandémie va peut-être y contribuer). »
- « Que la société favorise la réflexion sur le vieillissement, son rapport spécifique au temps, au corps et aux autres en associant les réflexions des personnes âgées à celles des « spécialistes ». Les personnes âgées doivent participer pleinement à l'élaboration des stratégies d'adaptation de la société au vieillissement. »
- « Considérer les personnes âgées comme les plus compétentes pour prendre les décisions qui les concernent. »
- « Pouvoir s'exprimer, échanger, parler de sa vieillesse comme d'une expérience existentielle unique ».
- « Passer de l'invisibilité à la visibilité, de l'infantilisation à la responsabilité »

Les sujets à traiter et les représentations contre lesquelles il est nécessaire de lutter, sont nombreuses, et les Vieux souhaitent y contribuer :

- « Lutter contre l'âgisme mortifère, contre les stéréotypes et la phobie de la vieillesse, qui est souvent associée à la maladie et à la mort. »
- « Lutter contre l'uniformisation des « personnes âgées » en démontrant qu'il y a une grande hétérogénéité des situations face au vieillissement ».
- « Communiquer sur l'importance de notre utilité sociale dont celui de « se sentir vieux », vécu comme un exil (...) ».
- « Lutter contre la disqualification, la désresponsabilisation, l'infantilisation des vieux encore aggravées par la crise sanitaire »
- « Lutter contre l'exclusion, la stigmatisation, le rôle de bouc émissaire des personnes âgées »
- « Faire comprendre que la surprotection des vieux par la rupture des liens est ce qu'il y a de plus mortifère »

L'objectif *in fine* de cette prise de parole publique serait donc de changer les représentations sur la vieillesse, en lui donnant une image positive. Et qui de mieux que des Vieux pour parler de la vieillesse ? : « (...) Par la façon dont nous vivons notre vieillesse (nos liens, notre attitude face à la vie et à l'adversité) nous pouvons donner aux jeunes envies de vieillir sans crainte, en profitant de cette période de la vie et en acceptant plus sereinement la finitude (susciter l'envie

⁵ Verbatim issues du focus group 1

plutôt que la pitié). Peut-être est-ce maintenant notre rôle principal et ce que nous pouvons leur transmettre de plus précieux ? »

6.2.2.3 La transmission des savoirs et des compétences

Un sujet transversal beaucoup discuté lors des focus groups concerne la transmission des savoirs et des compétences des Vieux : la transmission auprès des petits-enfants dans le cadre d'un rôle éducatif ou encore la transmission des savoirs dans le cadre de la participation aux débats publics.

Pour les enquêtés, l'apport des Vieux par rapport à l'école et à sa fonction de transmission des connaissances relève de « *la transmission des savoir-vivre et savoir-être* », lesquels reposent principalement sur « *une sagesse expérimentée* ». En effet, outre l'expérience, les personnes âgées acquièrent « *une qualité humaine qui peut augmenter avec l'âge* » et qui se nomme, la sagesse. Les participants décrivent la sagesse comme la capacité à transmettre les bonnes attitudes, les bons comportements.

D'après les participants, ce rôle de transmission des personnes âgées a évolué avec le temps : « *Autrefois, la transmission se faisait en échangeant, les familles se retrouvaient régulièrement sous le même toit. Par exemple, la maternité ou la cuisine étaient l'objet de démonstrations, de transmission d'un savoir-faire. Aujourd'hui ce savoir ne vient plus seulement des aînés mais aussi des amis, des recherches des échanges sur Internet : il y a plus de liberté de penser, d'indépendance, d'horizontalité et moins de transmission par les aînés (...)* ».

6.2.2.4 Réaliser une grande enquête publique pour évaluer l'utilité sociale des Vieux

L'étude a permis de dégager trois formes d'utilité sociale revendiquées par les personnes âgées : le soutien aux membres de la famille, leur implication dans le tissu associatif et le maintien d'une activité professionnelle, souvent en poursuite avec la profession exercée précédemment ou les compétences acquises avec l'expérience.

Les participants des focus groups proposent donc de mener une première enquête nationale auprès des personnes âgées à travers ces trois formes d'utilité sociale. L'objectif ici est de montrer comment, très concrètement, les personnes âgées restent utiles, alors même qu'elles sont priées de se mettre en retrait du monde.

6.3 Propositions de politiques publiques pour accompagner ce changement de regard

6.3.1 Mettre en place un Comité des Sages au sein des communes

Faire entendre la voix des Vieux au sein des communes : tel est le souhait des enquêtés. Bien que des conseils des Sages existent encore dans certaines communes, beaucoup ont disparu, alors que ces instances permettraient aux Vieux de participer aux décisions prises :

- « *Préconiser des conseils des sages dans les organisations (au sein des communes)* »
- « *À la mairie, le conseil des sages existait autrefois et c'était bien utile* ».
- Objectif poursuivi : « *éviter des prises de responsabilités dans l'urgence* »
- « *Beaucoup de vieux peuvent encore travailler pour des conseils municipaux avec des horaires adaptés (plus réduits). Il faut casser définitivement cette idée que les Vieux coûtent chers !* »

6.3.2 Mettre en place des adaptations pour améliorer la vie quotidienne des Vieux et leur inclusion dans la société

6.3.2.1 Améliorer la santé des personnes âgées

L'important pour les participants est bien d'améliorer la qualité de vie des personnes âgées vieillissantes, en ne dissociant plus les problématiques liées à la santé et celles liées à la prévention de la perte de l'autonomie :

- « *Prioritairement, la solidarité nationale doit permettre à toutes les personnes âgées de vivre dignement de leurs pensions de retraite, et de prendre soin de leur santé (physique, psychique et spirituelle en maintenant les liens sociaux)* ».
- « *Promouvoir la prévention santé avec des initiatives comme des bilans santé gratuits, équivalent à ceux existants via la médecine du travail. Il existe bien une santé scolaire, il pourrait donc exister une santé retraite.* »
- « *Reconnaître la perte d'autonomie comme un risque de protection sociale à part entière, avec un financement adapté* ».
- « *Maintenir la gratuité de certains dépistages comme la mammographie.* »
- « *Offrir une séance d'ostéopathie par an* ».

6.3.2.2 Développer la formation

Différents types de formations sont proposées par les membres de OLD'UP, à destination de plusieurs catégories d'acteurs (professionnels, actifs, personnes âgées etc.) :

- « *(...) Former et valoriser toutes les professions d'accompagnement et d'aide à domicile.* »
- « *Former le personnel d'accueil des mairies à délivrer les chemins / lieux d'accès à l'information.* »
- « *Offrir des formations aux personnes âgées comme aux actifs : des formations pour rester citoyen à part entière et utile par exemple, une formation sur la prévention de la maltraitance, le soutien scolaire, la médiation etc...) »*

6.3.2.3 Agir pour l'aménagement du territoire et l'adaptation de l'environnement

L'environnement urbain est particulièrement anxiogène pour certaines personnes âgées : la foule, le bruit, parfois même les incivilités. Ceci additionné à une voirie ou des transports en commun pas toujours accessibles contribue à amplifier l'isolement des personnes âgées. Face à ces difficultés, les participants formulent plusieurs propositions/recommandations :

- « *Favoriser tout ce qui peut permettre aux personnes âgées de se sentir à l'aise dans la société en vivant leur vieillesse aussi librement que possible : un environnement suffisamment sécurisant sur le plan matériel, social, familial... Aménager les territoires et les villes en fonction du vieillissement de la population* ».
- « *Favoriser l'accès aux résidences autorisées et enlever la limite d'âge après laquelle on ne peut plus louer un appartement* »

6.3.2.4 Faciliter l'accès à l'information et au numérique

Les « Vieux Debout » souhaitent être mieux accompagnés par des "maîtres d'apprentissage" pour les accompagner à l'utilisation des outils numériques.

Les participants souhaitent également que l'accès à l'information soit amélioré : information sur « *les droits des citoyens âgés, sur les dispositifs existants* » en créant par exemple une base de données (sur la santé, l'accompagnement à domicile, les aides financières etc.). Cette information « numérique » doit être complétée par une information « papier » de manière à ce qu'elle soit accessible à tous : « *il ne faut pas omettre des outils papier à diffuser dans des lieux comme les CCAS, les mairies, les pharmacies, etc.* »

6.3.3 Faciliter les relations intergénérationnelles

Ce thème des relations intergénérationnelles a été abordé de manière transversale dans l'ensemble des focus groups.

C'est tout d'abord un état des lieux des difficultés intergénérationnelles qui est effectué par les participants :

- « *Les activités, même le langage ne nous appartient plus* »

- « Une grande distance s'est installée entre nous et les enfants qui jouent à des jeux vidéo : (...) ces enfants sont dans un autre monde. »
- « Il y a eu une certaine arrogance des personnes jeunes qui se croyaient à l'abri de la COVID 19, comme indestructibles derrière l'électronique qui ne protège pas de tout ».
- « Le conflit entre générations a parfois été mis en avant durant cette crise, il y a eu une certaine victimisation avec le phénomène de bouc émissaire « on est enfermés à cause des vieux » ».
- « On a beaucoup entendu dire que « Les jeunes ont été sacrifiés ». Est-ce une bonne parole ? La catégorie la plus sacrifiée n'est-elle pas celle des vieux dans les EHPAD, avec la violence de l'abandon au moment de la fin de vie ? »

Pour répondre à ces difficultés et améliorer les relations intergénérationnelles, les Vieux formulent plusieurs recommandations et pistes d'actions.

6.3.3.1 Développer les échanges de services et le partage d'expériences

Plusieurs participants imaginent des groupes de parole « grands-parents (75 ans et +) et petits-enfants adultes (25 ans et +) » :

- « Il ne s'agirait pas forcément de ses propres petits-enfants »
- « Ça permettrait le plaisir et la richesse des échanges avec un regard réciproquement valorisant »

Une autre proposition serait de « créer des lignes d'écoute et de soutien de personnes âgées mettant leurs compétences au service des jeunes : qu'est-ce que nous Vieux, aurions-nous à mettre à disposition des jeunes ? »

Une troisième et dernière proposition concerne les échanges mutuels de savoirs et de connaissances :

- « Inciter les jeunes étudiants à échanger leurs savoirs et leurs connaissances avec l'expérience des Vieux debout, dans une sorte de "mentorat inversé" ? »
- « Beaucoup de jeunes sont attirés par la spiritualité. Le premier confinement fut l'occasion pour les jeunes de découvrir la méditation, le yoga etc. Peut-être est-ce là l'occasion de partager des expériences avec les jeunes, de manière à se rapprocher, à mieux se comprendre ».

6.3.3.2 Entretenir et développer les relations intergénérationnelles

Au-delà des actions communes à entreprendre, les Vieux s'accordent à dire qu'il est avant tout nécessaire d'entretenir de bonnes relations avec les plus jeunes, des relations qui se sont parfois dégradées avec le confinement et la crise sanitaire :

- « Il faut s'efforcer de comprendre les jeunes générations, surtout ne pas se prêter aux comparaisons, au dénigrement, à une forme d'aigreur ou d'agressivité vis à vis des plus jeunes. La pandémie et le confinement favorisent la défiance, la méfiance réciproque entre tous et particulièrement entre vieux et jeunes ».
- « Il faut éviter à tout prix les clivages intergénérationnels, la division, la culpabilisation, le rejet, la discrimination (ne pas discriminer pour ne pas l'être soi-même). »
- « Gardons le lien entre les générations. N'élevons pas les jeunes contre les vieux. Les uns contre les autres. »

L'association OLD'UP est attachée à la mise en œuvre d'actions intergénérationnelles, à la création de lien entre jeunes et vieux. Ces actions de bienveillance sont d'autant plus importantes à mettre en œuvre qu'elles permettraient de venir apaiser les tensions nées durant la crise dans les relations jeunes/vieux.

6.3.3.3 Rompre le clivage jeune/vieux pour faire culture commune grâce au numérique

Les participants évoquent tout d'abord la rupture culturelle jeunes/vieux :

- *« (...) Ce ne sont pas les jeunes qui s'adapteront à nous, c'est à nous de nous adapter. Si on ne va pas vers leur culture et vers la culture numérique, on sera mis à l'écart et ce sera avec notre consentement. »*
- *« À l'issue de cette crise, les vieux seront mis à contribution pour restaurer la situation. Il faut prendre en compte la rupture culturelle, la fracture numérique. »*

Un rapprochement entre ces deux générations consisterait donc à mettre en relation les plus jeunes qui ont nativement acquis cette culture du numérique, et les plus Vieux pour lesquels ce langage et ces outils restent encore parfois très lointains :

- *« Le service civique inclut-il un service numérique ? Il faudrait penser à intégrer les jeunes qui cherchent des petits boulots. Pour les personnes qui sont à domicile, ce service pourrait faire partie de prestations pour un besoin spécial, ce qui suppose aussi une grande confiance entre aidant/aidé. Toutes ces prestations ont un coût, et l'accès aux moyens de communication fait partie de la grille AGGIR. Par ailleurs, les institutions locales sont disposées à proposer des lieux équipés pour des réunions en présentiel et distanciel. »*
- *« Construire avec les plus jeunes de nouvelles compétences, les ajuster. Par exemple, des jeunes qui montrent à des vieux comment utiliser les outils numériques ».*
- *« Il ne s'agit pas de faire appel à ses propres petits-enfants qu'on implorerait mais d'une relation d'égal à égal »*

Le premier confinement a fait prendre conscience aux Vieux qu'ils sont utiles, actifs, mais qu'ils peuvent aussi rencontrer des difficultés notamment pour accéder aux nouveaux modes de communication : *« si l'échec est le fondement de la réussite, la progression passe par un cheminement intergénérationnel ».*

IV. Conclusion

L'objectif de l'enquête menée par l'association OLD'UP et réalisée avec l'appui du bureau d'études émiCité était de partager entre personnes âgées leur expérience du premier confinement et plus largement de la crise sanitaire.

Les résultats de l'étude montrent des Vieux qui se ne reconnaissent pas dans les représentations courantes sur les personnes âgées : dépendantes, inutiles, isolées et déconnectées numériquement. Quel que soit leur vécu des confinements, ils se sont préoccupés surtout des autres, inquiets de l'impact de cette crise sur les plus jeunes ou les plus vieux qu'eux. Aussi, nous avons pu découvrir des personnes âgées très actives qui ont su s'occuper et prendre volontairement en main les outils de communication numérique.

Néanmoins, cette crise les a aussi profondément choqués et marqués. Ils ont été sidérés par la discrimination dont ils ont été l'objet et par la force des images que la société a véhiculées : du jour au lendemain, les plus de 60 ans ont découvert qu'ils étaient des « vieux ». Cette attitude âgiste, associant du simple fait de leur âge un état de santé voire une place ou plutôt une « non-place » au sein de la société a été extrêmement mal perçue. La présence d'un danger extérieur, la communication anxiogène dans les médias a parfois persuadé leurs proches et notamment leurs enfants qu'ils correspondaient à cette image dégradée du « vieux ». Ils se sont alors sentis infantilisés, aussi bien par la société que par leur famille. Certains ont réalisé que la place qu'ils croyaient occuper dans la société n'était pas celle qu'ils imaginaient. Au sein de la famille notamment, ils ont découvert qu'ils étaient hors-jeu : ils n'étaient plus attendus sur les aspects traditionnels de la transmission familiale et le numérique avait instauré une frontière avec leurs petits-enfants qu'ils n'arrivent pas tous à surmonter. Dans le discours médiatique, les Vieux ont même été renvoyés « à la cuisine »⁶ !

Le discours social qui, au cours de cette crise, a régulièrement opposé les générations (avec des idées émergentes telles que : « à cause des vieux, nous sommes privés de notre jeunesse », « les vieux nous coûtent cher », « pourquoi vacciner les vieux en premier ? », etc.) semble particulièrement dangereux. Les membres de OLD'UP craignent que s'installe à la suite de la crise sanitaire et économique une confrontation entre vieux et jeunes.

Face à la multiplicité d'images négatives associées à leur âge, à leur vieillesse, remettant en cause ce qu'ils pensaient eux-mêmes, les participants à l'enquête se sont interrogés sur leur place dans la société. Avec un nombre aussi important de Vieux que compte aujourd'hui et que comptera à l'avenir notre société, des questions cruciales se posent : quel est l'apport que doivent ou devraient avoir ces générations ? Quelle est leur utilité dans la société et dans la famille ?

La réponse des personnes interrogées est la suivante : chaque génération doit apporter, contribuer à la société en fonction de ses capacités, de ses compétences. Mais pour cela il faut être écouté et exister dans les politiques qui les concernent.

Cette crise est révélatrice : les Vieux souhaitent être consultés, entendus et participer aux décisions qui les concernent. Lucides sur eux-mêmes et sur les autres, ils considèrent que ce souhait et ce discours s'adressent autant aux Vieux, aux Jeunes qu'aux Politiques.

Pour concrétiser ces réflexions, plusieurs propositions ont été formulées :

- Imposer la présence de Vieux avec un rôle décisionnaire et pas seulement consultatif dans les instances les concernant. OLD'UP participe déjà à de nombreuses instances : Haute Autorité de Santé (HAS), Représentant des Usagers dans les établissements sanitaires, Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie (CDCA), Conseil des Sages ou Conseils des Anciens, Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)... OLD'UP milite auprès de ses membres pour qu'ils s'engagent dans ce rôle de représentant. De plus, OLD'UP estime qu'il faudrait améliorer la lisibilité des dispositifs au sein desquels la parole des Vieux peut être entendue.

⁶ Sic les propos du professeur Rémi Salomon : <https://www.20minutes.fr/societe/2915811-20201124-papy-mamie-mangent-cuisine-conseils-professeur-salomon-noel>

- Sensibiliser, informer et former les Vieux à une participation citoyenne : la participation ne se décrète pas. C'est aussi à eux qu'il revient de prendre cette place, ils doivent s'engager. Il s'agit là d'une prise de conscience nécessaire. Pour les aider, OLD'UP estime qu'il faudrait davantage communiquer sur l'existence de ces instances représentatives et insister sur la possibilité et l'intérêt de les intégrer. Mais il faut aussi former les vieux à participer. Cela contribue à l'idée que la formation se fait tout au long de la vie et que pour continuer à s'inscrire dans la société il faut rester actif.
- Promouvoir la participation des Vieux à la vie sociale dans toutes ses composantes, pour concrétiser la société inclusive et pour ce faire, lever notamment les blocages réglementaires et les régimes d'exception liés à l'âge (surcoût des assurances pour les emprunts après 60 ans, limitation de la conduite, interdiction d'exercer certaines missions de bénévolat après 75 ans comme pour les visiteurs de prisons, etc.)
- Améliorer la santé des personnes âgées, en développant notamment les actions de prévention, par exemple l'accès à un bilan santé tous les 5 ans comme celui proposés aux actifs ou bien la prolongation des remboursements d'actes de prévention comme les mammographies. Une évolution notable a eu lieu avec la création d'une 5^{ème} branche de la Sécurité Sociale dédiée à l'autonomie. Pour autant, les lois annoncées sur le Grand Age et l'Autonomie ou sur les Générations Solidaires, n'ont pas abouti, privant de moyens supplémentaires l'ensemble des acteurs de l'accompagnement, alors qu'ils sont pleinement engagés dans les actions de prévention mais qu'il leur manque les financements nécessaires.
- Faciliter l'accès à l'information et au numérique, car il y a encore trop de personnes âgées qui ne connaissent pas leurs droits ni les aides dont elles peuvent bénéficier, ou qui ne maîtrisent pas les outils numériques pour s'informer et communiquer. L'association OLD'UP a déjà mené plusieurs actions pour faciliter l'apprentissage des Vieux à l'utilisation du numérique (création d'un guide et d'une formation à l'utilisation d'une tablette) et il est maintenant nécessaire que l'aide à l'utilisation des outils numériques deviennent une mission partagée par l'ensemble des professionnels de l'accompagnement
- Entretenir et développer les relations intergénérationnelles, dans une perspective de renforcement de la cohésion sociale. Face aux multiples clivages entre Jeunes et Vieux qui ont émergé ou se sont réactivés pendant la crise sanitaire, il s'agit de renouer le dialogue, par exemple en développant les échanges de services et le partage d'expériences. De plus, l'association OLD'UP est convaincu que l'aide à l'utilisation des outils numériques pourrait être le ciment d'une culture commune facilitant les relations intergénérationnelles.
- Mettre en place des politiques publiques pour lutter contre l'âgisme et transformer les images véhiculées sur les Vieux. En effet, les pouvoirs publics peuvent impulser le changement et promouvoir de nouvelles représentations, plus positives et plus en phase avec les attentes des Vieux.

OLD'UP souhaite poursuivre ses réflexions et avancer des propositions complémentaires sur d'autres thèmes qui ont émergé lors des discussions : l'impossibilité de faire des projets, l'épuisement, la solitude, l'anxiété, le rapport entre fragilité et vulnérabilité, le déni de la mort, l'âgisme... Plus globalement, les enseignements de la crise sanitaire nous invitent à questionner davantage : qui sont les Vieux et comment transformer notre société pour la rendre bienveillante ?

V. Annexes

Annexe 1 : Méthodologie détaillée de la Catégorisation automatique des réponses au questionnaire

Annexe 2 : Liste des personnes interrogées lors des entretiens approfondis

Annexe 3 : Trame de questions des entretiens approfondis

Annexe 4 : Composition et animation des focus groups

Annexe 1: Méthodologie détaillée de la Catégorisation automatique des réponses au questionnaire

Le questionnaire lancé au cours du premier confinement comportait 9 questions ouvertes.

Rappel des 9 questions ouvertes :

No	Questions	Nombre de réponses catégorisées pour chaque question
Question 3	<i>Dites-nous quelles sont vos inquiétudes ?</i>	14
Question 5	<i>Quelles sont vos difficultés liées au confinement ?</i>	7
Question 8	<i>Pensez-vous que le confinement pourrait vous faire perdre de l'autonomie ?</i>	7
Question 10	<i>La situation de confinement a apporté du nouveau dans votre vie. De quoi s'agit-il ?</i>	8
Question 14	<i>Quelles sont les Initiatives que vous avez menées pour renforcer les liens avec vos proches pendant le confinement ?</i>	6
Question 17	<i>Avez-vous fait des progrès dans l'utilisation des outils de communication ?</i>	6
Question 18	<i>Avez-vous des propositions pour faciliter le maintien des liens avec vos proches ?</i>	10
Question 20	<i>Comment imaginez-vous que notre pays va sortir de cette crise ?</i>	8
Question 21	<i>Et au plan international, comment voyez-vous l'après-crise ?</i>	9

La méthode de catégorisation automatique utilisée et réalisée par François-Xavier Devetter (professeur d'économie Département Management International IMT Lille Douai, Laboratoire Clersé - Université de Lille) et Hazem Wannous (professeur associé en sciences informatiques, IMT Lille Douai) a été la suivante : ils ont conçu un algorithme de catégorisation automatique basé sur les techniques récentes d'apprentissage automatique (Machine Learning en anglais). Plus précisément, cet algorithme exploite des avancées majeures apportées récemment dans le domaine de traitement automatique du langage naturel (abrégé NLP). L'algorithme a été conçu à l'aide des catégorisations fournies manuellement pour les 500 premières réponses pour chaque question séparément entre 6 et 14 catégories. Partant de ces dernières, l'algorithme a défini pour chaque question des règles d'appartenance d'une réponse donnée à une ou plusieurs de ces catégories.

Le problème est posé comme une classification multiclasse et multilabel puisqu'une réponse peut être catégorisée dans plusieurs catégories en même temps.

Pour chacune des 9 questions, ces expérimentations ont été appliquées :

- 1- Utiliser les 500 premières lignes de réponses avec leur catégorisations manuelles comme base d'apprentissage
- 2- Construire un modèle (un ensemble de règles)
- 3- Appliquer ce modèle sur les 3437 lignes⁷ restant pour trouver leurs catégorisations automatiquement

Dans un deuxième temps, et afin d'évaluer le résultat de catégorisation automatique, 300 autres lignes supplémentaires ont été catégorisées (en catégories principale + une éventuelle catégorie secondaire) sans regarder les catégories

⁷ Ce nombre de lignes représente les questionnaires complets et exploitables pour ce travail d'intelligence artificielle.

fournies par l'algorithme. En comparant les catégories manuelles versus automatiques, nous avons analysé le comportement de l'algorithme en calculant, sur les 300 lignes et pour chaque question, 2 scores :

- S1 : décrivant si l'algorithme arrive à trouver correctement la catégorie principale
- S2 : décrivant si l'algorithme arrive à trouver correctement au moins une des 2 catégories (principale et secondaires)

Voici le tableau récapitulatif des scores obtenus pour chaque question ouverte :

SCORES	S1	S2
Question 3	51%	69%
Question 5	57%	72
Question 8	89%	"_"
Question 10	56%	73%
Question 14	72%	79%
Question 17	85%	85%
Question 18	78%	79%
Question 20	71%	78%
Question 21	68%	73%

On peut constater que, même si les résultats obtenus pour les questions 3, 5 et 10 restent assez modérés, l'algorithme est arrivé à prédire globalement des bonnes catégories.

Interprétation et détails des scores obtenus :

Pour mieux analyser ces pourcentages, nous avons calculer pour chaque question (1) combien de réponses ont été correctement catégorisées et (2) pour celles qui ont été mal catégorisées, avec quelles catégories elles ont été confuses. On appelle cela par la suite le calcul de la matrice de confusion.

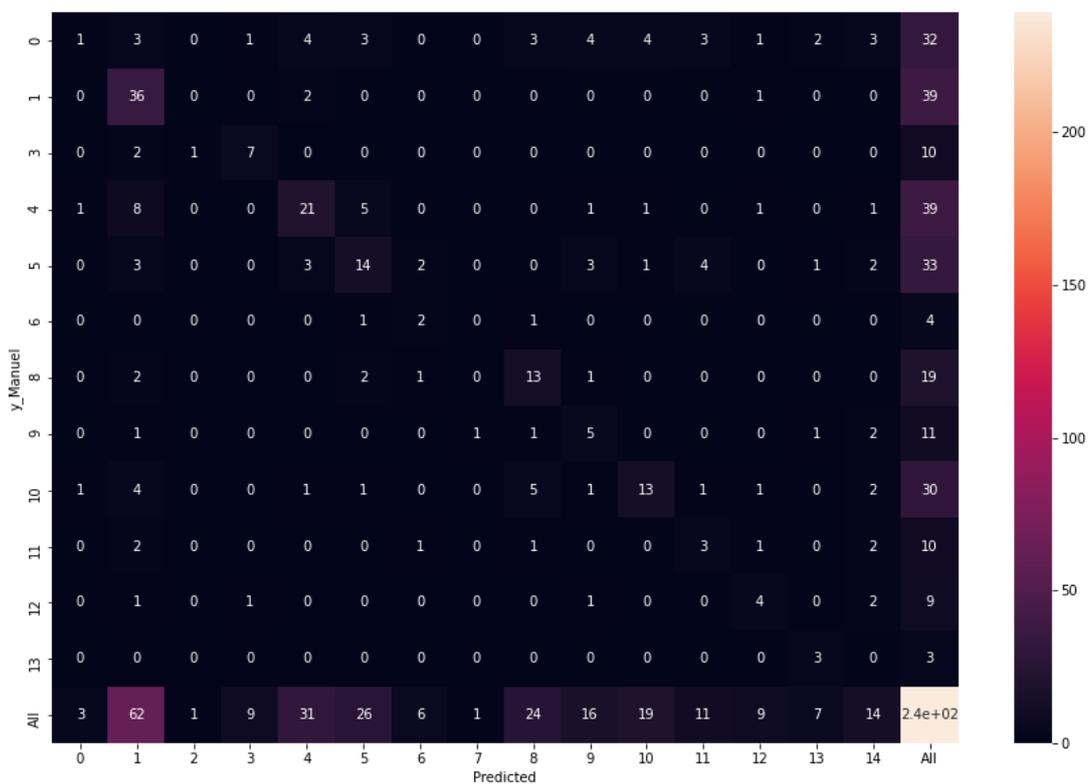
Voici les matrices de confusion obtenues lors du calcul de score S1 pour chaque question :

Question 3 : « Dites-nous quelles sont vos inquiétudes ? »

Nom de la catégorie	No de catégorie
La crainte de contracter la maladie	1
La crainte de ne pas être réanimé	2
Incertitudes sur la prise en charge à l'hôpital en tant que personne âgée	3
Des inquiétudes pour les autres et notamment pour les proches (enfants, petits enfant, conjoint, voisins), les jeunes et les pauvres	4
Des inquiétudes pour la crise économique à venir	5
Des inquiétudes autour d'une deuxième vague de la pandémie ou d'autres pandémies	6
Des inquiétudes sur le changement de comportement des gens, sur une société qui deviendrait plus individualiste	7
Des inquiétudes autour des difficultés à faire respecter les gestes barrière et mesures de sécurité après-confinement	8
Des inquiétudes pour demain et après-demain : la vie après le confinement et la vie après la crise sanitaire	9

Gestion de la crise et diffusion des informations	10
Des inquiétudes autour du prolongement du confinement	11
La distance avec les enfants et les petits-enfants	12
Pas d'inquiétude	13
Autre/Fourre/tout	14
Hors sujet	0

Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 51% peut être représenté par cette figure :



Comment interpréter cette figure :

- Pour les 300 lignes catégorisées, il y a 240 réponses valables (2.4e+02 indiqué au coin inférieur droit de la figure) sur lesquelles nous avons croisé les catégorisations manuelles versus prédites.
- Les valeurs de la dernière ligne de cette matrice représentent les nombres de réponses qui sont manuellement données pour toutes les catégories de cette question (vérité terrain).
- Les valeurs de la dernière ligne de cette matrice représentent les nombres de réponses qui sont prédites automatiquement par l'algorithme pour toutes les catégories de cette question.

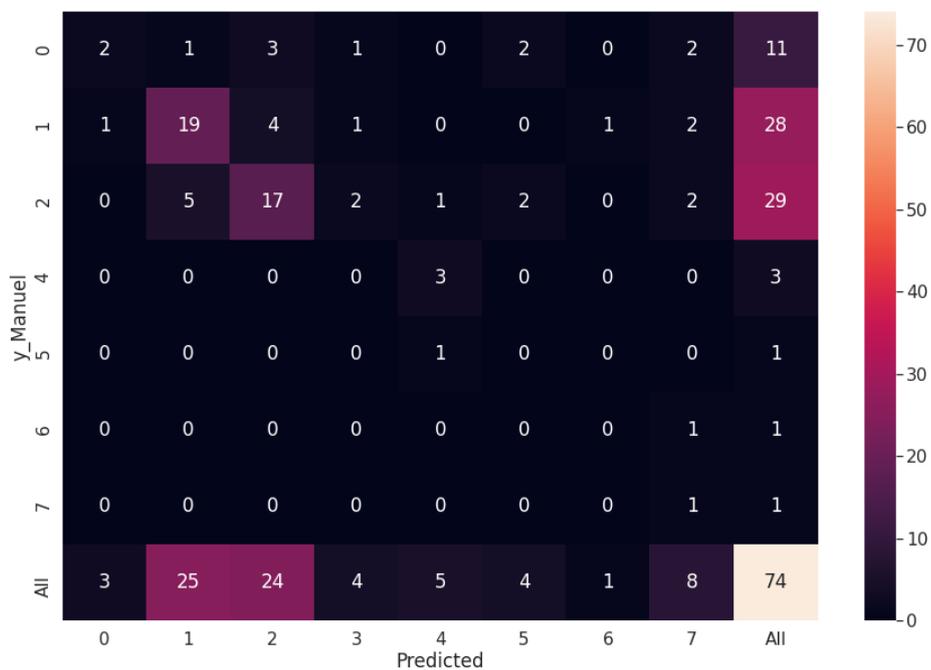
Pour les 240 réponses :

- Sur 3 réponses qui devraient être catégorisées 0, l'algorithme n'avait réussi à catégoriser qu'une seule bonne réponse
- Sur 14 réponses qui devraient être catégorisées 14, l'algorithme n'avait réussi à catégoriser aucune bonne réponse.
- Sur 31 réponses qui devraient être catégorisées 4, l'algorithme avait réussi à catégoriser 21 bonnes réponses
- etc.

Question 5 : *quelles sont vos difficultés liées au confinement ?*

Nom de la catégorie	No de catégorie
Le manque de contact physique, notamment avec la famille et les amis	1
La privation de liberté (activités, sorties, déplacements etc.)	2
L'approvisionnement en nourriture	3
L'interruption des suivis de santé	4
L'interruption des services et enseignes autres que médicaux	5
La durée du confinement	6
Autre/fourre tout	7
Hors sujet	0

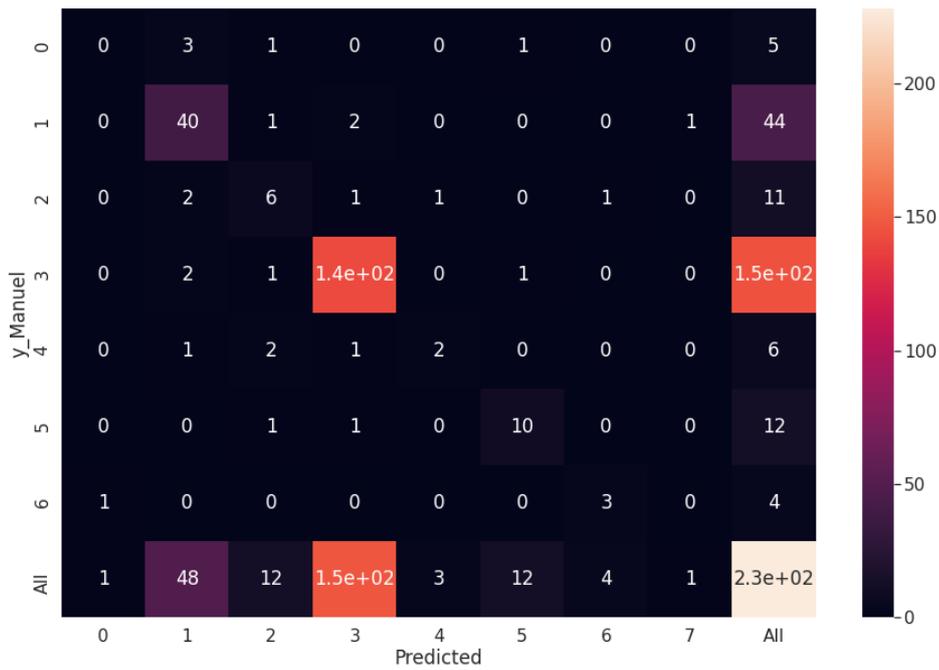
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 57%, peut être représenté par cette figure :



Question 8 : "Pensez-vous que le confinement pourrait vous faire perdre de l'autonomie" ?

Nom de la catégorie	No de catégorie
Oui "ferme"	1
Oui "hésitant"	2
Non "ferme"	3
Non "hésitant"	4
Cela dépendra de la durée du confinement	5
Ne sait pas	6
Non, au contraire : acquisition d'une plus grande autonomie et/ou d'une autre organisation	7
Hors sujet	0

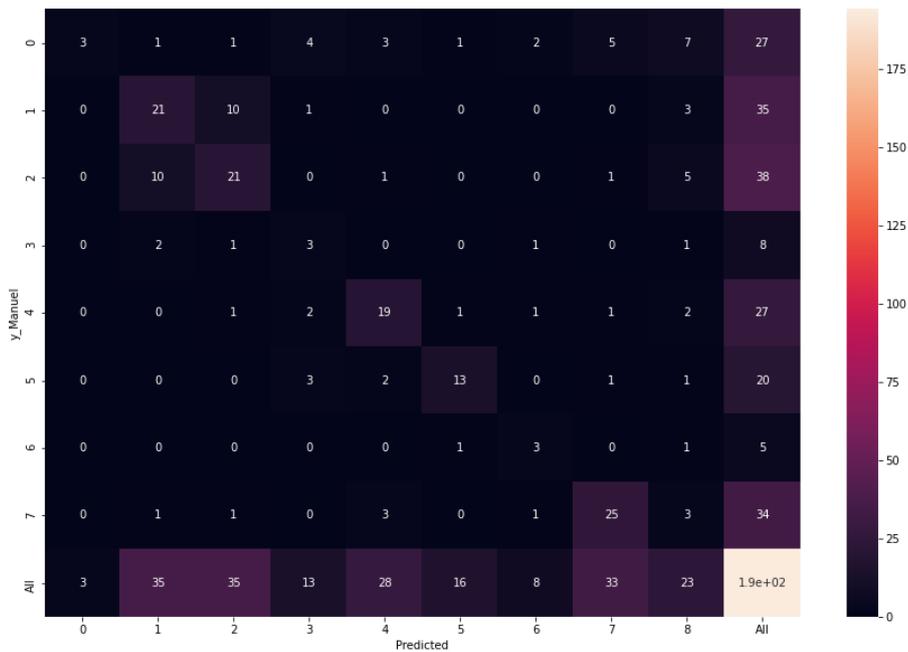
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 89%, peut être représenté par cette figure :



Question 10 : « La situation de confinement a apporté du nouveau dans votre vie. De quoi s'agit-il ? »

Nom de la catégorie	No de catégorie
Privations de liberté (de déplacement, d'activité)	1
Privation de contacts physique	2
Nouveau rapport au temps	3
Réflexions sur soi-même et sur le monde	4
Réinvestissement d'activités plaisirs/loisirs	5
Besoin d'organiser, rythmer, ranger, trier	6
Intensification des relations, des solidarités (proches, voisins, amis lointains...)	7
Fourre-tout	8
Hors sujet	0

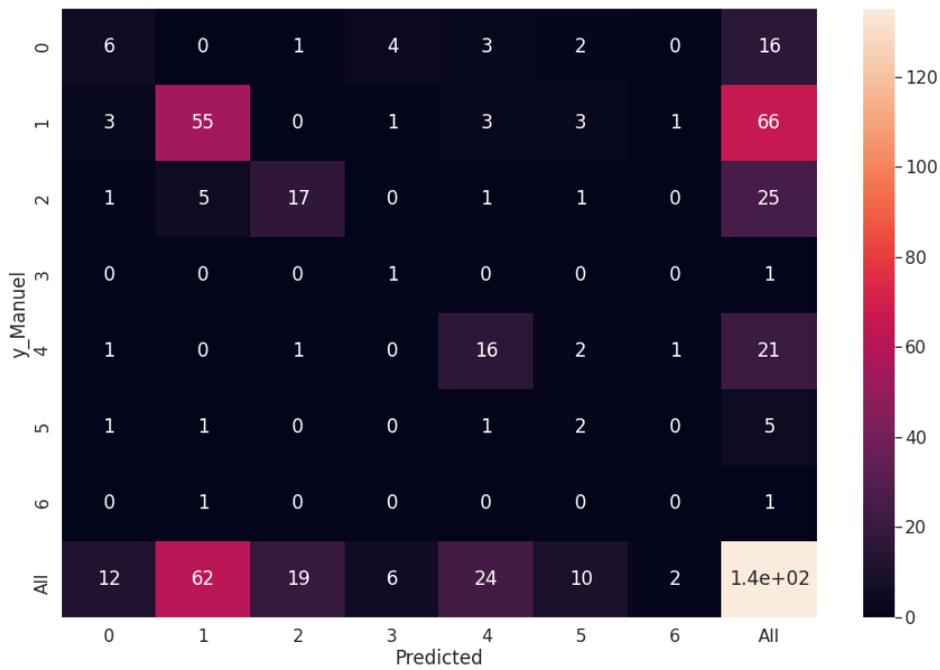
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 56%, peut être représenté par cette figure :



Question 14 : « Quelles sont les Initiatives que vous avez menées pour renforcer les liens avec vos proches pendant le confinement ? »

Nom de la catégorie	No de catégorie
Intensification des échanges via les nouveaux outils de communication numérique (visio, what'sApp, mail...)	1
Intensification des appels téléphoniques	2
Initiatives pour les petits-enfants	3
Initiatives solidarités (proches, voisins...)	4
Petites attentions envers les proches	5
Fourre-tout	6
Hors sujet	0

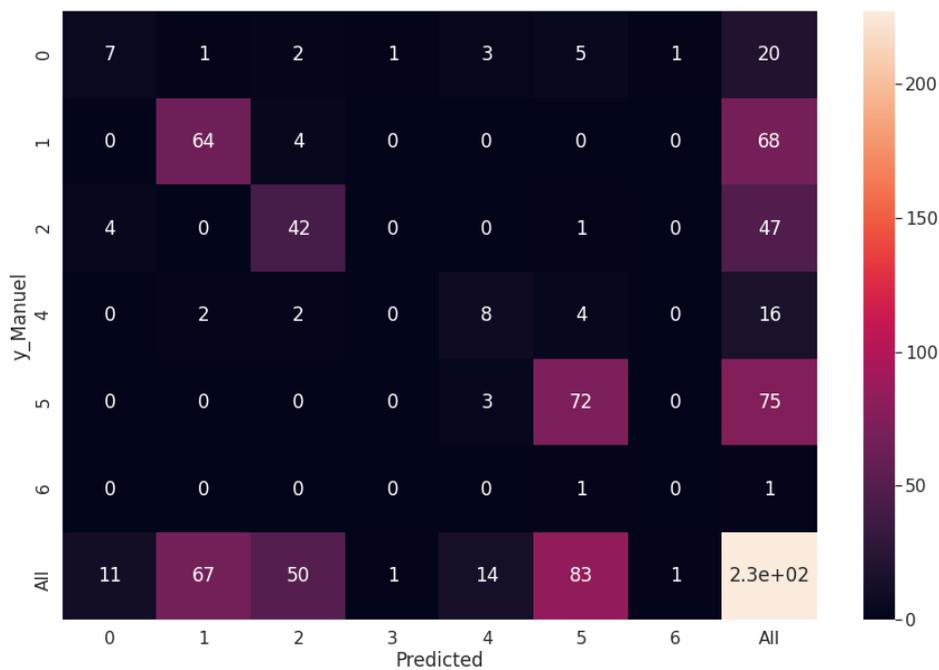
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 72%, peut être représenté par cette figure :



Question 17 : « Avez-vous fait des progrès dans l'utilisation des outils de communication ? »

Nom de la catégorie	No de catégorie
Oui "ferme"	1
Oui "un peu"	2
Besoin d'une aide extérieure	3
Non "déjà une bonne maîtrise"	4
Non "pas progressé"	5
Réticences à l'usage des outils de communication	6
Hors sujet	0

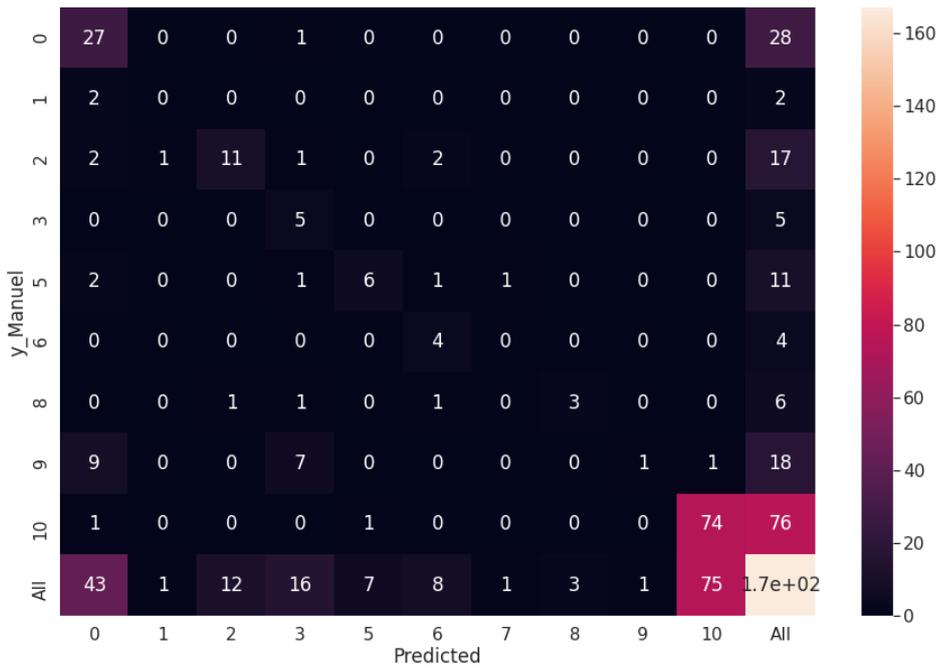
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 85%, peut être représenté par cette figure :



Question 18 : “Avez-vous des propositions pour faciliter le maintien des liens avec vos proches ?”

Nom de la catégorie	No de catégorie
Capitaliser les acquis concernant l'utilisation des outils numériques	1
Continuer l'apprentissage des nouvelles technologies	2
Cultiver la bienveillance	3
Spiritualité et réflexion sur le sens de la vie	4
Vive le téléphone	5
L'usage de la visio	6
Un grand perdant : la poste	7
Faire des jeux et relever des défis, faire des projets	8
Développer les liens intergénérationnels	9
Non	10
Hors sujet	0

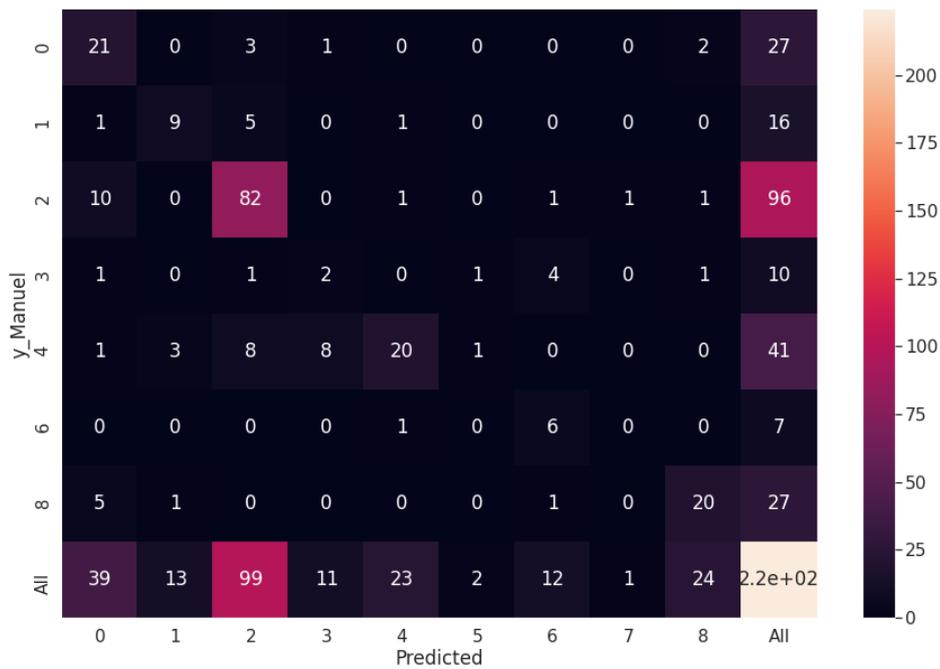
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 78%, peut être représenté par cette figure :



Question 20 : “Comment imaginez-vous que notre pays va sortir de cette crise ?”

Nom de la catégorie	No de catégorie
Avec plus de solidarité	1
En récession	2
Avec de nouvelles capacités d'adaptation	3
Avec plus de bienveillance humaine et climatique	4
En valorisant l'utilité sociale	5
Relocalisation de l'économie	6
Dématérialisation et généralisation du numérique	7
Ne sait pas	8
Hors sujet	0

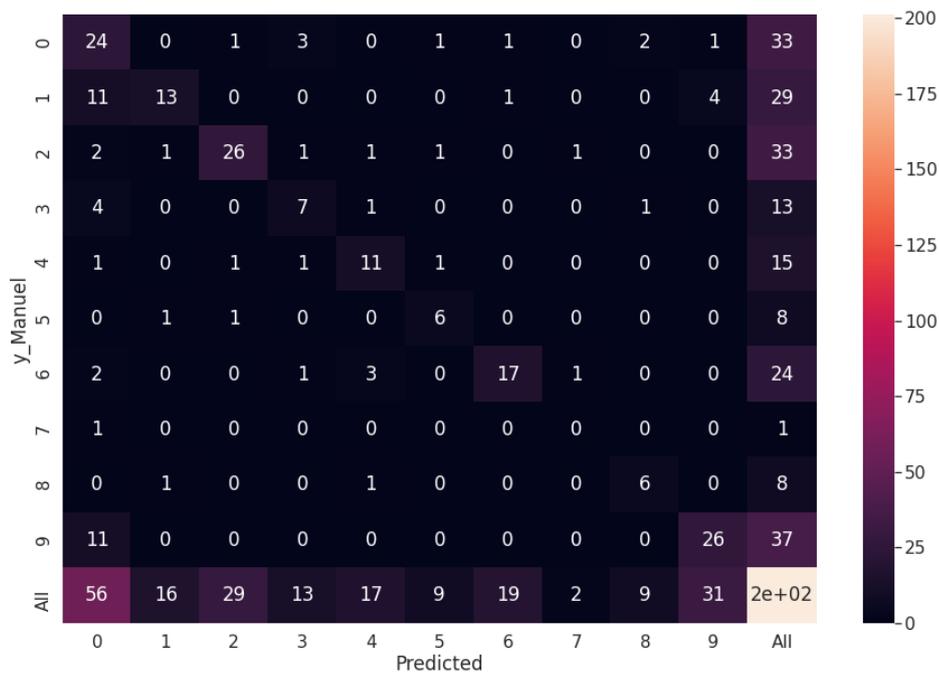
Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l'obtention du score S1 = 71%, peut être représenté par cette figure :



Question 21 : “ Et au plan international, comment voyez-vous l’après-crise ? ”

Nom de la catégorie	No de catégorie
Une crise mondiale	1
Une réponse européenne	2
Solidarité, entraide, rééquilibrage des relations, meilleure prise en compte de l’écologie	3
Made in France	4
Bouleversement de l’ordre mondiale	5
Protectionnisme et repli identitaire	6
Perte de liberté individuelle	7
Aggravation de la pauvreté	8
Ne sait pas/pas de changement	9
Hors sujet	0

Le calcul de la matrice de confusion, détaillant l’obtention du score S1 = 68%, peut être représenté par cette figure :



Les résultats

À partir du questionnaire 4 dimensions ont été identifiées : inquiétudes, difficultés, ressources matérielles, ressources relationnelles.

Au départ, trois axes ont été privilégiés :

- le degré d'inquiétudes vis-à-vis de la crise sanitaire
- l'importance des ressources « matérielles » dont disposent les personnes âgées
- l'importance des ressources « relationnelles » dont disposent les personnes âgées

Nous avons ainsi cherché à construire des indices mesurant ces trois dimensions.

L'axe inquiétude

L'indice d'inquiétude est élaboré à partir de trois variables transformées en valeur numérique comprise entre 0 et 1 puis additionnées pour donner un score de 0 à 3 :

- "Percevez-vous le coronavirus comme..." :
 - => 0 si « Absence de danger ou danger limité »
 - => 0,5 si « Danger modéré »
 - => 2 si « Danger grave »
- "Sur une échelle de 1 à 10..." : notes /10
- "Pensez-vous que la crise va avoir des effets positifs" :
 - => 0 si « Oui »
 - => 1 si « Non »

L'axe « ressources matérielles »

L'indice de ressources est construit sur la base de quatre dimensions :

- Autonomie : 1 si besoin d'aide totalement ou partiellement ou déclaration d'une perte d'autonomie durant le confinement
- Âge : => 0 si 85 ans ou plus
=> 0.5 si [75-85]
=> 1 si moins de 75
- Catégorie sociale :
=> 1 pour non-salariés et cadres
=> 0.5 pour prof. Inter
=> 0 pour autres réponses
- Compétences informatiques :
=> 1 si « Les répondants avaient déjà une bonne maîtrise des outils de communication » ou « Les répondants ont le sentiment d'avoir progressé »

L'axe « ressources relationnelles »

L'indice de ressources relationnelles enfin repose sur les trois variables suivantes :

- Situation familiale :
=> 1 pour « en couple »
=> sinon 0
- Échanges avec les proches :
=> 1 pour au moins une fois par jour »
=> 0.5 pour « plusieurs fois par semaine »
=> 0 quand moins fréquent
- Enrichissement des relations :
=> 1 pour « oui »
=> 0 pour « Non »

Description des trois indices

	Inquiétudes	Ressources matérielles	Ressources relationnelles
Min	0	0	0
Max	3	3.5	3
Moyenne	1.75	2.04	1.63
Quartile 1	1.3	1.5	1
Médiane	1.7	2	1.5

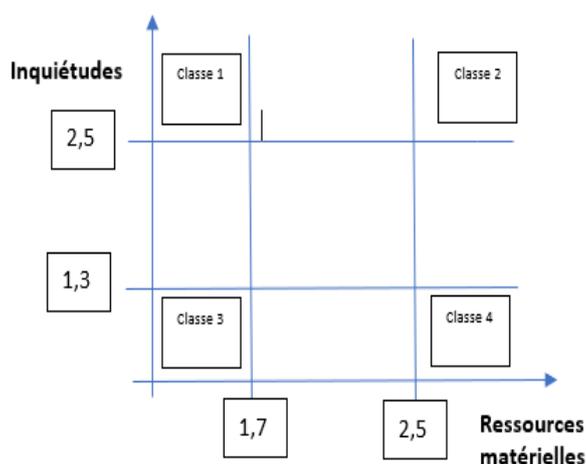
Quartile 3	2.5	2.5	2
------------	-----	-----	---

Une corrélation assez nette entre « ressources matérielles » et « ressources relationnelles », il a donc été décidé de les rassembler dans une même catégorie appelée « ressources ».

Les profils-types

De cette classification on identifie 5 classes de personnes âgées :

- La classe « neutre » regroupe toutes les personnes qui obtiennent un score « médian » sur au moins un des indices.
- Les 4 autres classes permettent d'identifier les personnes cumulant des scores « extrêmes » sur les deux dimensions.
- Les bornes ont été retenues afin d'isoler des groupes représentant environ 10% de la population totale (soit <1,7 et >= 2,5 pour les ressources matérielles et <1,3 et >=2,5 pour le score d'inquiétude)



Les 5 profils-types retenus sont donc :

- ⇒ Inquiets sans ressources
- ⇒ Inquiets avec ressources
- ⇒ Pas inquiets sans ressources
- ⇒ Pas inquiets avec ressources
- ⇒ Neutres

Annexe 2 : profil des personnes interrogées en entretiens

Anonymisation	Âge	Situation familiale	Lieu de résidence / Type d'habitation	Enfants	Petits-enfants
Violette	78	Seule	Paris Appartement	Non	Non
Nicole	71	En couple	Près de Nantes Appartement	Oui (1)	Oui (1)
Robert	88	Seul	Grignan Maison	Oui (4)	Oui (9) et arrières petits-enfants (5)
Béatrice	72	Seule	Toulouse Appartement	Oui	Oui
Christiane	68	En couple	Toulouse Maison	Oui (3)	Oui
Alain	72	En couple	Morbihan Maison	Oui	Oui
Patrick	76	En couple	Marseille Appartement	Oui	Oui

Madeleine	82	En couple	Toulouse / Ariège Maison	Oui	Oui
Flore	72	Seule	Simiane La Rotonde Maison	Oui (2)	Oui
Benoît	93	Seul (veuf)	Banlieue parisienne Maison	Oui (3)	Oui (14) et arrières petits- enfants
Mireille	77	En couple	Amboise Maison	Non	Non
Paulette	73	Seule	Paris Appartement	Oui (2)	Oui (4)
Jean	?	En couple	Grignan Maison	Oui (4)	Oui
Véronique	75	En couple	Jura Maison	Oui (2)	Oui
Armand	88	Seul	Paris Appartement	Oui (2)	Oui (9)
Rose-Marie	70	Seule	Les Lilas Appartement	Oui (2)	Oui (2)
Monique	73	En couple	Nogent Sur Marne Maison	Oui (2)	Oui (2)
Evelyne	71	En couple	Nancy Maison	Oui	Oui
Louis	75	En couple	Ivry Sur Seine Maison	Oui (2)	Oui (6)

Annexe 3 : Trame de question des entretiens approfondis

Enquête nationale sur le confinement : volet qualitatif

Réalisation d'entretiens avec des personnes ayant répondu au questionnaire

Trame d'entretien

1) Introduction :

L'association OLD'UP, à laquelle nous appartenons, a lancé au mois d'avril 2020 un questionnaire en ligne pour recueillir le vécu des personnes de plus de 70 ans sur la situation exceptionnelle que nous vivions alors : le premier confinement.

Nous avons obtenu 5 385 réponses au questionnaire, ce qui montre l'intérêt qu'a suscité notre enquête et surtout le besoin des personnes âgées de s'exprimer sur ce que nous étions en train de vivre.

Nous revenons vers vous aujourd'hui car vous avez été recontacté par notre coordinatrice Marie Vannier, et vous avez accepté de participer à un entretien. Nous souhaiterions à présent approfondir avec vous certaines réflexions et recueillir plus en détail votre ressenti de cette période et de celle qui a suivi : le second confinement.

Avant de commencer, nous souhaitons nous présenter.

Pour réaliser cet entretien nous sommes deux :

.....

et

Présentation orale personnelle sur votre engagement au sein de OLD'UP ou sur votre profession avant la retraite ou votre intérêt pour cette étude...

Afin d'être efficaces, nous nous sommes répartis les tâches, je mènerai davantage les échanges tandis que prendra des notes, mais le cas échéant il/elle vous posera aussi quelques questions.

Êtes-vous d'accord pour que nous enregistrions notre échange (image et son) ?

Vous êtes prêt.e ? Nous pouvons commencer ?

- 2) Tout d'abord, est-ce que vous pourriez nous rappeler votre âge, votre lieu d'habitation et votre situation actuels est-ce que vous vivez seul.e, en couple ou avec un proche ? (*Lieu d'habitation et situation familiale : vérifier par une relance si cette situation est récente ou pas*)
- 3) Est-ce que vous pouvez également nous dire quelle était votre profession avant votre retraite ?
- 4) Comment avez-vous vécu le 1er confinement ?
 - ⇒ Où étiez-vous ?
 - ⇒ Avec qui ?
 - ⇒ Quel souvenir en gardez-vous ?
- 5) Et pour le second confinement, comment ça s'est passé ? Est-ce que c'était différent ?
- 6) Au cours du premier confinement, quelles étaient vos activités, vos occupations, vos loisirs ?
- 7) Et pendant le deuxième confinement ?
- 8) Avez-vous vécu le premier confinement comme une privation de liberté ?
- 9) Est-ce que vous avez ressenti la même chose lors du second confinement ? Qu'est-ce qui était différent ?
- 10) Vous êtes-vous occupé de quelqu'un pendant le premier confinement ?
 - ⇒ De qui s'agissait-il ?
 - ⇒ Comment vous en êtes-vous occupé ?
- 11) Vous êtes-vous occupé de cette même personne ou d'une autre pendant le second confinement ?
- 12) Dans votre entourage, quelqu'un a-t-il été atteint par la Covid ?

- 13) Pendant le premier confinement de nombreux moyens de communication ont été utilisés pour rester en contact avec ses proches (Skype, WhatsApp...), est-ce que vous étiez déjà familiarisé avec ces outils ?
 ⇒ Est-ce que vous les avez utilisés pendant le premier confinement ?
 ⇒ Si oui, est-ce que vous continuez à le faire aujourd'hui ?
- 14) Selon vous, la crise a-t-elle eu des effets positifs ? Pour vous-mêmes et dans la société en général ?
 ⇒ Si oui, lesquels vous paraissent intéressants (*donner des exemples*)
 ⇒ Sur ce point, y a-t-il selon vous une différence entre le premier confinement et le second ?
- 15) À l'inverse observez-vous des effets négatifs ? Pour vous-mêmes et dans la société en général ? (*Donner des exemples*)
- 16) En tant que personne âgée, considérez-vous que vous êtes trop protégée... ? Ou au contraire, pas assez prise en compte... ?
 ⇒ Par qui ? (*ex : les membres proches de la famille, leurs enfants, les aidants, les soignants, l'État*)
 ⇒ Et en quels domaines ? (*ex : la pression des enfants*)
- 17) À votre avis, que faudrait-il faire pour que notre société soit mieux préparée à affronter une nouvelle crise sanitaire ?
- 18) Selon vous, y a-t-il des messages que les personnes âgées devraient porter ? (*ex : admettre notre capacité à être responsables de nous-mêmes, à nous engager dans la société...Changer notre image...*)
- 19) Parmi les dénominations suivantes :
- les personnes âgées
 - les Seniors
 - les Vieux
 - Les papis/mamies (les petites mamies)
 - Les pépés/mémés
 - le 4^{ème} âge
 - autres
- ⇒ Est-ce qu'il y a une appellation que vous détestez particulièrement ?
 ⇒ Et vous-mêmes comment vous nommez-vous ?
 ⇒ Comment, selon vous, devrions-nous être nommés dans la société ?
 ⇒ Et pourquoi ?

Fin de l'entretien :

Nous vous remercions pour votre contribution et nous vous adresserons le rapport de l'étude (juillet 2021).

Si vous souhaitez mieux connaître OLD'UP et avoir des informations sur nos activités, nous vous invitons à consulter notre site Internet : www.oldup.fr

Annexe 4 : Composition et animation des focus groups

Composition

Chaque groupe de travail était composé de 8 participants.

Les groupes étaient composés à la fois des membres de OLD'UP ayant participé comme écoutant sur le numéro vert pendant l'enquête, ou bien ayant réalisé des entretiens, et des membres de OLD'UP qui n'avaient pas encore participé à ce projet.

Ces réunions ont eu lieu sur 3 territoires où des groupes OLD'UP sont implantés :

- Nantes
- Marseille
- Paris

Chaque territoire s'est approprié une thématique qu'elle a développée selon la méthodologie prédéfinie au cours de 2 réunions :

Vieux, fragilisés jusqu'où ?	<ul style="list-style-type: none">• Groupe Paris• Animatrice : Geneviève Mansion• Rapporteur : Yvette Sultan
Vieux : sont-ils réellement isolés ?	<ul style="list-style-type: none">• Groupe de Nantes• Animatrice : Josette Pansart• Rapporteur : Geneviève Hervouet
Vieux, inutiles ou engagés ?	<ul style="list-style-type: none">• Groupe Paris• Animatrice : Brigitte Cadeac• Rapporteur : Claude Caillart
Vieux, de plus en plus connectés !	<ul style="list-style-type: none">• Groupe de Marseille• Animateur : Jean-Claude Boscher• Rapporteur : Claude Vidal-Naquet

Trames d'animation

L'objectif était de faire émerger la parole en initiant les échanges à partir de cette question : « cette thématique (ex : les vieux sont fragilisés) est ressortie pendant le confinement/la crise sanitaire, mais qu'en pensez-vous en général ? »

Réunion 1 :

Tour de table	20 min
Qu'est-ce qui vous paraît vrai dans la représentation : « Vieux = » ?	20 min
Qu'est-ce qui vous paraît faux ?	20 min
Au regard des verbatims suivants, comment les Vieux ont-ils ressenti cette stigmatisation ?	20 min
Au regard des verbatims suivants, comment le confinement a-t-il eu pour effet de renforcer ce stigmat ? A l'inverse, qu'est-ce qui a changé ?	30 min
Synthèse	10 min

Réunion 2 :

Présentation du compte-rendu de la réunion 1	15 min
Quelles propositions pour changer le regard des Vieux ?	30 min
Quelles propositions pour changer le regard des proches, de la famille, de la société ?	30 min
Quelles propositions de politiques publiques pour accompagner ce changement de regard ?	30 min
Synthèse	15 min