8 €

Septembre 2021

# *La* Mauvaise Herbe

Lieu cultivé et inculte
fleurit de septembre à juin

# Vieillir dignement

*Revue de l'*
Université Populaire d'Anderlecht

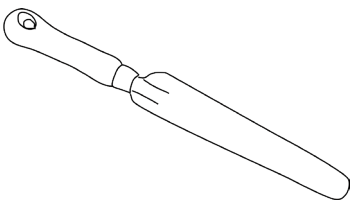
#11

# EDITO

## VIEILLIR DIGNEMENT… TOUTES ET TOUS CONCERNÉ·ES

Céline Teret
Coordinatrice du pôle production & conservation des savoirs à l'UPA

La gestion de la pandémie Covid a, plus que jamais, jeté une lumière crue sur la (non) place des personnes âgées dans notre société. Bousculé, notre regard sur ce que « nous faisons de nos vieux »… En 2019, déjà, dans un film « Guy, Maguy, Georges… et les autres » (lire p.38), l'UPA s'interrogeait sur l'isolement et la solitude que vivent les seniors aujourd'hui. À l'époque, les Mordu·es de l'UPA étaient parti·es à la rencontre des plus ancien·nes du groupe et des structures qui accompagnent les personnes âgées dans leur vieillissement.



Souhaitant poursuivre cette réflexion amorcée et teintée depuis lors de « crise Covid », l'UPA consacre le présent numéro de sa revue *La Mauvaise Herbe* au thème : « Vieillir dignement ». Ce numéro se veut à l'image de la vieillesse, présentant des facettes multiples et complexes, à la fois inextricablement liée au parcours de vie de chacun·e, mais aussi imprégnée de ce que la société dit et fait de ses aîné·es.

Parfois, la vieillesse se situe au croisement d'inégalités. Elle se vivra différemment en fonction des ressources dont on dispose ou non (*Précarité et dignité sont-elles compatibles?*, p.34), si l'on est un homme ou une femme (la question du genre est présente dans différents articles de ce numéro), si l'on vieillit éloigné·e de son pays d'origine ou pas (*Vieillir en Belgique, quand on vient d'ailleurs*, p.10), lorsqu'on est en bonne santé ou, au contraire, touché par la maladie… Il ne s'agit pas de dresser dans ce dossier l'inventaire des éléments qui conduisent à une vieillesse heureuse ou qui l'en éloignent, mais de souligner les inégalités à l'œuvre pour mieux les comprendre et les contrer. Et de rappeler, aussi, combien un travail collectif sur les représentations sociales du vieillissement est important, pour lutter contre les stéréotypes et les discriminations liées à l'âge (l'âgisme), et inviter à porter un regard positif sur les personnes âgées (*Vieillissement : voir le verre à moitié plein*, p.5).

À l'image des pratiques d'éducation permanente et de cohésion sociale portées par l'UPA, ce numéro de *La Mauvaise Herbe* se veut d'ailleurs à la fois un outil de compréhension des enjeux liés au vieillissement afin de mieux lutter contre les stéréotypes et discriminations, mais aussi un espace d'échanges de savoirs déhiérarchisés, entre académiques, associatifs et forces vives de l'UPA. En effet, les voix qui font le quotidien de l'UPA, à travers ses activités pour les enfants et pour les adultes, ont été collectées pour être portées et valorisées (lire p.38, p.41 et p.45), au même titre que les connaissances issues du monde universitaire et des expériences partagées par des

associations de terrain. Afin de renforcer les liens de proximité et de s'imprégner des réalités proches des nôtres, nous avons également veillé à donner la parole à des associations actives dans le quartier de Cureghem où est implanté l'UPA. Mais parce qu'il est tout autant essentiel de s'inspirer de ce qui se pense et se fait ailleurs, des échos d'horizons plus éloignés ont aussi leur place dans ce dossier.

La vieillesse, si elle se vit « chez soi », au sein des familles ou en institution, est aussi éminemment politique. Il est donc fondamental de détricoter les enjeux liés à la vieillesse et au vieillissement pour penser les contours d'une société où chacun et chacune a le droit de vieillir dignement. Et de constater que, parfois, il faudra lutter pour (maintenir) ces droits. Pour y parvenir, l'émancipation et l'éducation populaire, tout comme la valorisation des savoirs et savoir-faire en milieu populaire, font partie des leviers sur lesquels mise l'UPA.

***La vieillesse, si elle se vit « chez soi », au sein des familles ou en institution, est aussi éminemment politique.***

Ce dossier parle aussi de souffrances.
Celle des personnes âgées, celle des professionnel·les de l'accompagnement, celle des aidant·es proches (*Aîné·es et professionnel·les : la personne au centre*, p.15). Accompagner un proche qui vieillit devient parfois un véritable parcours du combattant, lorsque la maladie s'installe, lorsque la mobilité et l'autonomie s'étiolent. Ces réalités ne peuvent être passées sous silence et touchent, là encore, au politique lorsqu'il s'agit d'avoir accès, toutes et tous, à un accompagnement de qualité et adapté.

L'idée n'est pas de dresser le tableau noir du vieillissement, mais de pointer ce qui fait défaut pour mieux entrevoir les pistes possibles. Et de solutions heureuses, d'alternatives positives, il est également question dans ce numéro au travers notamment d'expériences de terrain, de lieux de rencontre et d'échange qui émergent afin de proposer aux personnes vieillissantes, isolées et précarisées, de vieillir avec dignité (lire Cosmos p.26 et Maison BILOBA p.30). Des espaces de lutte aussi au sein desquelles les « vieux en colère » (p.34) s'organisent et se mobilisent pour faire valoir leurs droits.

Si *La Mauvaise Herbe* s'est penchée sur ce thème du « Vieillir dignement », c'est parce que d'une façon ou d'une autre, la vieillesse nous concerne toutes et tous. Même si (malheureusement) tout est fait pour les invisibiliser, nous côtoyons (fort heureusement) des personnes âgées. Et bien plus souvent que ce que nous l'imaginons. Au sein de la famille ou du quartier. En rue ou dans les transports en commun. Nous perpétuons les recettes et les gestes de nos (grands-) parents. Enfants, nous jouons avec eux. Nous apprenons de leurs vécus, nous nous imprégnons de leur sagesse. Subtilement, les liens entre générations se nouent au jour le jour. La transmission se tisse et se montre plus riche encore lorsqu'elle est réciproque, lorsque les plus jeunes et les ainé·es apprennent les un·es des autres (*Se serrer les coudes entre générations*, p.21).

La vieillesse est omniprésente, aussi, tant nous sommes voué·es à « prendre de l'âge ». Si tel n'est pas encore le cas aujourd'hui, un jour nous serons nous aussi « ce petit vieux » ou « cette petite vieille » croisée au coin de la rue. Et cette avancée en âge, on la souhaite, pour toutes et tous, peu importe d'où on vient et où on va, la plus digne possible. Parce que nous sommes toutes et tous concerné·es par le vieillissement dans ses multiples facettes, ce dossier de *La Mauvaise Herbe*, nous l'espérons, résonnera en chacun·e d'entre vous…

# SOMMAIRE

p. 05 **VIEILLISSEMENT VOIR LE VERRE À MOITIÉ PLEIN**
Interview de Stéphane Adam

p. 10 **VIEILLIR EN BELGIQUE, QUAND ON VIENT D'AILLEURS**
Interview de Sylvie Carbonnelle

p. 15 **AÎNÉ·ES & PROFESSIONNEL·LES : LA PERSONNE AU CENTRE**
Entretien avec Simon Erkes et Annalisa Casini

p. 21 **SE SERRER LES COUDES ENTRE GÉNÉRATIONS**
Cayetana Carrión

p. 26 **COSMOS, UN ESPACE DE RENCONTRE ENTRE SENIORS**
Aïcha Aalouchi

p. 29 **« ON DOIT S'Y PRÉPARER, À VIEILLIR DANS SON QUARTIER**
Relinde Raeymaekers

p. 30 **MAISON BILOBA HUIS, UN LIEU OÙ VIEILLIR DIGNEMENT**
Rencontre avec Hélène, Bernard Vercruysse, Nathalie Parmentier, Sonia De Clerck et Sophie Hecq

p. 34 **PRÉCARITÉ ET DIGNITÉ SONT-ELLES COMPATIBLES?**
Nicole Tonneau

p. 36 **PETITES COUPURES**
Anne Hoogstoel

p. 38 **« EN FAIT, ÊTRE VIEUX, POUR MOI, N'EST PAS TROP DÉSAGRÉABLE »**
Guy Timmermans

p. 41 **LA VIEILLESSE, VUE PAR LES APPRENANT·ES DE L'UPA**
Entretiens avec Hafida, Mohammed et Uta, par Nora Jribi

p. 45 **QUAND LES JEUNES DE L'UPA S'EN MÊLENT**
Paroles des enfants du soutien scolaire, par Matías Silva Rojas

# VIEILLISSEMENT

## VOIR LE VERRE À MOITIÉ PLEIN

Interview de Stéphane Adam
Université de Liège (ULg)

**Psychologue du vieillissement à l'Université de Liège et responsable de l'Unité de psychologie de la Sénescence, Stéphane Adam exhorte à développer une vision positive du vieillissement. Une nécessité pour mieux vieillir et pour lutter contre l'âgisme grandissant dans nos sociétés.**

**Qu'est-ce que la vieillesse ?**

La définition de la vieillesse est une question éminemment complexe et protéiforme, il n'y a pas de définition univoque. La majorité des définitions du vieillissement sont biomédicales, de type « dégradation progressive et inévitable de la plupart des fonctions du corps ». Vieillir est vu comme maladie et donc la propriété de médecins. Cette définition, la plus courante, est très négative et pessimiste, elle surligne les côtés négatifs associés au processus de vieillissement. Pourtant, vieillir est un processus normal.

**Et si l'on pose la question autrement : à partir de quel âge est-on vieux ou vieille ?**

La réponse à cette question dépend de nombreux éléments contextuels. Dans la société en général, on serait enclin à dire qu'on commence à être vieux vers 60 ans, 65 ans lorsqu'on passe du statut d'actif à « inactif », c'est-à-dire retraité. C'est une définition sociétale à connotation économique. En médecine gériatrique, donc la médecine « des vieux », une personne sera âgée à partir de 75-85 ans. Dans les institutions pour personnes âgées, une personne âgée est quelqu'un qui a 80 ans et plus, parce que c'est l'âge qu'a la grande majorité des personnes qui intègrent ces institutions. Il y a aussi des contextes où on est vieux plus tôt comme le milieu professionnel. On devient travailleur senior à 45 ans. Dans un contexte sportif à haut niveau, on est vieux à partir de 30 ans. Le point commun entre ces contextes, c'est que la personne est définie presque exclusivement sur base de ***l'âge chronologique***, à savoir l'âge qu'elle a depuis la naissance.

Pourtant, il y a d'autres formes de caractérisation de l'âge, comme ***l'âge fonctionnel*** : je peux avoir le corps d'une personne de 60 ans mais qui fonctionne comme une personne de 40 ans ou qui en paraît 80 ans. Je peux avoir le cerveau d'une personne de 20 ans alors que j'en ai 50, comme je peux avoir 50 ans et avoir un cerveau qui fonctionne comme celui d'une personne de 75 ans. On devrait calquer les politiques de santé sur l'âge fonctionnel plutôt que chronologique. Mais la difficulté avec l'âge fonctionnel est de savoir comment on détermine l'âge fonctionnel d'une personne…

Il y a une autre forme de caractérisation de l'âge qui est encore plus intéressante, c'est ***l'âge ressenti***, à savoir l'âge que je ressens avoir. Plus que l'âge chronologique, l'âge ressenti est un meilleur prédicteur de la santé physique et mentale d'une personne dans les mois et les années futurs. Si un médecin veut estimer votre santé et en prédire son évolution, il a plus à gagner en vous demandant « Quel âge ressentez-vous ? » que « Quel âge avez-vous ? ». Cet âge ressenti prend en compte des **facteurs biopsychosociaux**, bien plus englobants que les seuls paramètres biologiques. Bio(logique) : je peux me sentir plus vieux parce que je suis en moins bonne santé, je suis atteint d'une maladie, et du coup, je me prends un coup de vieux. Psycho(logique) : je peux me sentir plus vieux si j'ai un moins bon moral, une moins bonne estime de moi. Social : je peux aussi me sentir plus vieux parce que la société me fait me sentir plus vieux. On voit bien l'imbrication entre ces paramètres biopsychosociaux dans ce qui relève de l'âge ressenti alors que l'âge chronologique, lui, n'intègre absolument pas ces dimensions-là.

**À bien des niveaux, l'organisation actuelle de la société dépend pourtant de cet âge chronologique. Ranger les personnes par catégories d'âge, c'est « plus simple » ?**

C'est certain que ces catégories génèrent une organisation, c'est pratique, ça a ses avantages. Mais il faut bien considérer les effets négatifs et les minimiser autant que faire se peut. Car cette simplification à l'organisation a aussi beaucoup d'inconvénients, trop souvent éludés. Prenons l'exemple de la récente crise sanitaire liée à la pandémie de Covid. Vouloir protéger les 65 ans et plus, qu'est-ce que ça a généré ? Des discours du type « On sacrifie les jeunes », alors que les vieux n'ont jamais rien demandé. C'est le politique qui a organisé les choses de cette façon. Quand on crée ces effets de catégories, on risque de créer des corollaires comme la distance générationnelle.

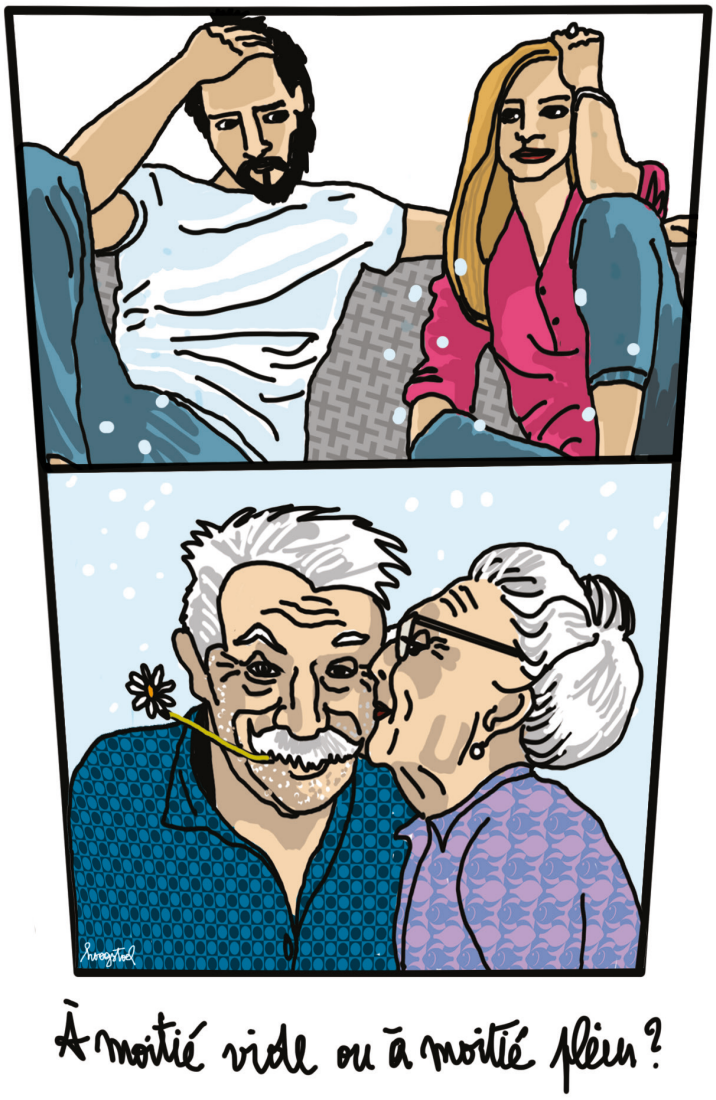
***La vision que j'ai du vieillissement ou sur mon propre vieillissement prédit de façon assez claire comment je vais vieillir.***

**Vous avez mis en avant plusieurs études soulignant que le bonheur et le bien-être ne diminuent pas avec l'âge. Au contraire, ils semblent augmenter. Pourtant, on en parle peu…**

Oui et d'ailleurs, la crise sanitaire l'a démontré une fois de plus. Des sondages sur l'impact de la crise sur la santé mentale et le bien-être psychologique ont montré que les populations les plus affectées ne sont pas les personnes de plus de 65 ans (mis à part les personnes vivant en maison de retraite, qui ont été confinées plus drastiquement et ont beaucoup souffert de cet enfermement accentué par la crise). De toutes les personnes vivant à domicile, celles qui disent avoir été le plus impactées négativement sur le plan du bien-être psychologique, ce sont les 25-45 ans. Les 65 ans ont mieux fait face, ont fait preuve d'une meilleure ***régulation émotionnelle***, à savoir une maturité dans la gestion des émotions, une distance face aux problèmes…

Cette régulation émotionnelle augmente avec l'âge. On croit souvent qu'une personne âgée doit se sentir bien seule ou triste, alors que le sentiment de solitude et de dépression est deux fois plus élevé chez les jeunes que chez les personnes âgées. C'est ce qu'on appelle **le paradoxe du bien-être**. Factuellement, avec l'âge, les personnes vont connaître beaucoup plus d'événements négatifs d'importance : décès de proches, développement de la dépendance, pertes de fonctionnalités, peur de pathologies… Et pourtant, alors qu'elles subissent plus de pertes, les personnes âgées se déclarent plus heureuses. Selon les études qui ont essayé de comprendre ces mécanismes, la personne âgée est davantage dans l'instant présent, se projette moins dans ce qu'elle aura ou n'aura pas dans le futur. Elle va voir le positif là où il est.

**Vous soulignez aussi le fait qu'en tant qu'individu, avoir une vision négative du vieillissement a des répercussions réelles sur son propre vieillissement.** En effet, la vision que j'ai du vieillissement ou sur mon propre vieillissement prédit de façon assez claire comment je vais vieillir. Quand on a une vision négative du vieillissement, la mémoire décline plus vite, l'estime de soi baisse davantage, les risques d'obésité et cardiaque augmentent… Résultat : l'espérance de vie est 7 ans et demi moins élevée. Au même titre que l'âge ressenti, la vision que j'ai du vieillissement et de mon propre vieillissement est un paramètre biopsychosocial qui prédit relativement bien comment nous allons vieillir.




**Poser sur les personnes âgées un regard négatif, en tant que proche, soignant·e ou aidant·e, entraînerait aussi une accélération du vieillissement des personnes…**

L'exemple le plus illustratif à ce sujet, c'est ce qu'on appelle en anglais le *elderspeak*, le ***parler petit vieux***. À savoir : dès qu'on s'adresse à une personne âgée, instinctivement et sans s'en rendre compte, on va parler plus fort, plus lentement, avec un vocabulaire plus simple. L'intention est bonne, bienveillante, mais elle est construite sur des représentations négatives, sur le stéréotype que les vieux ne comprennent pas tout et n'entendent pas bien. Les études montrent que plus on parle petit vieux avec une personne âgée, moins bien la personne va s'exprimer ou parler. Elle demandera de répéter, non pas parce qu'elle n'a pas compris, mais parce que comme on lui parle petit vieux, elle se sent diminuée et elle a moins confiance en elle, et aura besoin de vérifier si elle a bien compris. Et si elle demande de répéter, vous allez encore plus parler petit vieux… Alors, il y a bien des personnes qui n'entendent pas bien, il ne s'agit pas de le nier, mais en réalité, 50% des 70 et 80 ans ont des problèmes auditifs. En parlant plus fort à toutes les personnes âgées, on applique à toutes ce qui n'est utile qu'à une personne sur deux. Quand on parle plus fort à toutes les personnes âgées, cet acte d'aide est construit sur ce que l'on croit qu'est une personne âgée et pas sur ce qu'elle est réellement. Et les personnes qui n'ont pas besoin de cette aide finissent par développer des troubles du langage. Il faudrait donc parler normalement à toutes les personnes âgées et adapter son discours si on constate qu'une personne n'entend pas bien. L'acte est alors basé sur un constat et non plus sur une croyance.

Derrière cet exemple se cache tout l'enjeu lié à l'accompagnement du vieillissement : une aide n'est utile pour une personne que quand elle est réellement et objectivement utile et doit être apportée à hauteur stricte de ce qui est utile, ni plus ni moins. Si non, on va être dans l'excès d'aide et cet excès développe la dépendance.

**De nombreuses recherches développées par l'Unité de psychologie de la Sénescence concernent l'âgisme. Comment définissez-vous ce concept ? Les personnes âgées sont-elles davantage touchées par l'âgisme ?**

L'âgisme désigne toutes les formes de discrimination, de ségrégation ou de mépris fondées sur l'âge. Même si les jeunes sont aussi discriminés du fait de leur âge, il y a quantitativement deux fois plus d'âgisme chez les personnes âgées qu'il y en a chez les jeunes (source : Eurobaromètre). Tout ce qui est associé de près ou de loin à une personne d'âge plus avancé va être perçu, ressenti et traité sous un angle négatif. Selon l'Eurobaromètre des statistiques des discriminations, le nombre le plus important de personnes discriminées en Europe, ce ne sont pas les étrangers, du fait du

racisme, ou les femmes, du fait du sexisme, mais les personnes âgées, du fait de l'âgisme. La population la plus discriminée quantitativement actuellement sur le sol européen, ce sont les personnes de plus de 55 ans.

**Les représentations de la vieillesse sont plus négatives qu'auparavant, selon vous. Comment expliquer cette évolution ?**

Oui, notre société est de plus en plus âgiste. En 2018, par exemple, une étude américaine a montré qu'entre 1810 et 2010, les mots et vocables liés au vieillissement sont devenus toujours plus négatifs. Dans des sociétés capitalistes de plus en plus productivistes, les situations de **pressions économiques** ont participé grandement à développer une image négative du vieillissement. Cette image négative est accentuée par une médiatisation d'un discours de type « ces vieux à la retraite qui coûtent et peu de jeunes à l'emploi pour financer ces retraites ».

*La population la plus discriminée quantitativement actuellement sur le sol européen, ce sont les personnes de plus de 55 ans.*

Un autre élément récent qui participe à cette évolution, c'est la **vague démographique**. Dans la plupart des pays industrialisés, l'amélioration de la médecine a permis d'augmenter de façon drastique l'espérance de vie, la mortalité infantile a diminué... À cela s'ajoute le baby-boom d'après-guerre. Toutes les courbes le montrent : aujourd'hui, dans nos sociétés, il y a de moins en moins de jeunes et de plus en plus de vieux. Le pic de cette vague démographique de vieux est prévu en 2030. Comment fait-on pour gérer une vague ? Instinctivement, on va avoir tendance à repousser la vague…

La difficulté avec ces paramètres démographiques et économiques, c'est qu'on voit le verre à moitié vide plutôt qu'à moitié plein. On est aveugle aux bénéfices liés à la démographie du vieillissement, à savoir qu'une partie du PIB d'un pays est liée à l'activité des personnes âgées. La crise sanitaire a permis de révéler certains de ces bénéfices. En effet, après la première vague, on a souhaité déconfiner pour faire redémarrer l'économie. Mais comment reprendre le travail si les parents ne pouvaient faire garder leurs enfants par leurs grands-parents (eux, restant confinés) ? C'est ainsi qu'on a été obligé, en parallèle, de rouvrir les écoles. Les musées ont réouvert, mais certains ont été en difficulté car ils ne pouvaient plus bénéficier de la main d'œuvre bénévole de nos aîné·es. Donc indirectement, on a vu l'utilité économique des aîné·es en temps de crise sanitaire.

Ces éléments positifs des bénéfices liés à l'activité des seniors sont trop rarement pris en compte et relayés. On a plutôt tendance à surestimer l'effet économique du vieillissement dans la manière dont on communique les choses.

**Vous faites également la distinction entre l'âgisme bienveillant et l'âgisme hostile, tous deux délétères.**

Il y a en effet deux formes d'âgisme. **L'âgisme hostile**, c'est le fait qu'on nie ce qu'on n'aimerait pas être. Le vieux n'est pas là, n'existe pas, il est nié. La maison de repos est une forme de parc à vieux, on les met là, ils ne nous embêtent pas trop… Seul 10,7% du temps de travail du personnel soignant en maison de retraite consiste à parler aux personnes âgées, alors que ce sont les personnes qu'ils voient quotidiennement. Ils adressent deux fois plus la parole aux collègues qu'aux résidant·es. Et dans la majorité des cas, le contenu des conversations avec les personnes âgées est fonctionnel : « Venez ici », « Faites ceci »... C'est une forme d'âgisme hostile, qui n'est pas vraiment conscient.

Ce qui est davantage présent, c'est **l'âgisme bienveillant**. En voulant aider et protéger les personnes âgées, on génère des comportements paternalistes, condescendants, infantilisants. Et ces comportements ont des conséquences fâcheuses pour la personne. L'intention est bonne mais le ressenti pour la personne n'est pas très positif. Le *elderspeak* évoqué précédemment en est un exemple. La bienveillance amène à une forme de dominance du soin : « Je suis soignant, vous êtes soigné », « Je suis l'aidant, vous êtes l'aidé », « Je sais ce qui est bon

pour toi, écoute moi ». Il y a un rapport de force qui s'installe. On vous impose des choses sous le diktat du soin. Or, si une personne âgée est quotidiennement et continuellement confrontée à ce genre de comportement, ce qui est très caractéristique de la manière dont ça se passe dans les maisons de repos, alors on va avoir des personnes qui auront tendance à s'éteindre parce qu'elles sont systématiquement aidées et infantilisées, plutôt que mises en valeur. L'âgisme bienveillant amène de facto à un excès d'aide. L'aide n'a de sens que quand on a constaté objectivement qu'elle était utile pour la personne, ni plus ni moins.

**Doit-on (ré)apprendre à valoriser les personnes âgées, leurs potentialités, leurs compétences ? Et comment y parvenir, prioritairement ?**

Une piste majeure en termes de santé publique est de promouvoir et de développer le sentiment d'utilité. Une personne âgée qui se sent utile vit plus longtemps. Communiquer sur l'utilité des personnes âgées, au travers des médias ou du politique, est déjà une façon de renverser le versant « coût économique » de cette population. De même, les maisons de repos par exemple, ont tendance à proposer des activités visant à stimuler les personnes parce que « c'est bon pour leur santé », à affubler ces activités du vocable « thérapeutique » : jardin thérapeutique, bain thérapeutique, musicothérapie… Les activités n'ont pas la velléité du plaisir. Lors de formations à destination du personnel des maisons de repos, on propose de penser les activités autrement : plutôt que de se positionner en tant que « thérapeute » et de vouloir aider la personne âgée, comment développer des actions pour qu'elle m'apprenne quelque chose, comment la valoriser.

***Une piste majeure en termes de santé publique est de promouvoir et de développer le sentiment d'utilité. Une personne âgée qui se sent utile vit plus longtemps.***

**La crise sanitaire liée au COVID a mis en lumière la place des personnes âgées et du vieillissement dans notre société à différents égards. Qu'est-ce qui vous a particulièrement interpellé pendant cette crise ?**

Le versant positif, qui n'a pas nécessairement été mis en évidence, est le constat de l'utilité de la population âgée, au travers du bénévolat, de la garde des petits-enfants… Mais il y a aussi le versant négatif. Avec d'autres chercheurs, nous avons essayé d'alerter au sujet de la crainte de l'augmentation drastique de l'âgisme du fait de la crise sanitaire. Ça a augmenté la distance et l'écart entre les générations plus que de l'atténuer ou de la résorber. Des philosophes et des économistes se sont exprimés en disant qu'on « sacrifiait les jeunes pour les vieux ». Non, les personnes âgées n'ont rien demandé ! On a aussi entendu que laisser faire la pandémie permettrait d'atténuer le vieillissement démographique. C'est de l'âgisme hostile ! La crise sanitaire a également augmenté l'âgisme bienveillant : on veut protéger nos vieux, on veut faire en sorte que leur santé soit la moins impactée, mais la conséquence est une augmentation des problèmes de santé mentale… Il y a aussi l'après crise et la crise économique concomitante. Et dans un pays en crise économique, le vieux risque encore plus d'être perçu comme un poids et pourrait amener à accentuer cette dimension liée à l'âgisme. C'est une crainte principale et majeure pour les mois et les années futurs.

Stéphane Adam
Unité de Psychologie de la Sénescence
Département Psychologies et cliniques des systèmes humains
Faculté de Psychologie
Université de Liège (ULg)
04 366 28 46
stephane.adam@uliege.be
www.senescence.ulg.ac.be

# VIEILLIR EN BELGIQUE, QUAND ON VIENT D'AILLEURS

Interview de Sylvie Carbonnelle
Université libre de Bruxelles (ULB)

**Rencontre avec Sylvie Carbonnelle, chercheuse au Centre de diffusion de la culture sanitaire (CDCS asbl) et assistante à la Faculté de Philosophie et Sciences sociales de l'Université libre de Bruxelles. Il y a quelques années, la socio-anthropologue s'est penchée sur la question du vieillissement des personnes issues de l'immigration. Plutôt que coller des étiquettes sur les « migrant·es âgé·es », elle invite à avancer sur le chemin de l'accès aux droits.**

**Vous avez travaillé dans les années 2000 sur la question du vieillissement des migrant·es. Dans quel contexte vos travaux s'inscrivaient-ils ?**

J'ai travaillé sur cette question à partir de 2006, suite à la demande de la Fondation Roi Baudouin, qui souhaitait établir un état des lieux de la question en Belgique[1]. La focale de ce travail avait été mise alors sur l'immigration turque et marocaine. Je n'ai plus eu l'occasion de mener de nouvelles recherches sur le sujet ces dernières années, mais les constats et enjeux de l'époque sont probablement toujours d'actualité si je m'en réfère aux multiples colloques et séminaires qui abordent cette problématique.

Au début des années 2000, le vieillissement des travailleurs issus de l'immigration de première génération est apparu comme une question sociale spécifique. Les politiques publiques belges comme celle d'autres États européens ont commencé à s'en préoccuper, intégrant l'idée qu'ils s'étaient installés durablement dans le pays où ils avaient finalement construit leur vie, pour la plupart une famille, eu des enfants scolarisés et insérés en Belgique, et qu'ils ne rentreraient pas dans leur pays d'origine (contrairement à ce que les politiques et eux-mêmes d'ailleurs envisageaient à leur arrivée). À partir des années 2000, les migrant·es âgé·es sont aussi sorti·es de l'invisibilité sociale qui était la leur. Personne n'avait envisagé qu'ils vieilliraient. S'est posé la question de leur reconnaissance, de leur accès aux droits, des difficultés spécifiques qu'ils rencontraient dans l'avancée en âge en matière d'aide et d'accompagnement, ce qui est tout à fait positif. Mais dans le même temps, on a construit à leur égard une image fortement homogénéisante et majoritairement misérabiliste…

**L'un des principaux enseignements de vos travaux est justement de veiller à ne pas sombrer dans des généralités, à ne pas coller d'étiquettes sur les « migrant·es âgé·es ». Vous invitez aussi à faire la distinction entre les personnes âgées issues de l'immigration choisie et les réfugiés qui ont subi l'exil. Pourriez-vous en dire davantage ?**

Je trouve en effet délicat de parler de « migrant·es âgé·es ». On ne peut pas homogénéiser cette population. Cela recouvre de très nombreuses réalités en fonction du parcours migratoire, des trajectoires

de vie des personnes, de leur situation d'insertion ou non dans le pays (accès à des papiers, à la nationalité, à un travail déclaré, à une habitation…). Mon travail portait sur les Turcs et les Marocains en particulier, qui ont bien souvent derrière eux une pleine carrière de travail, qui ont dans la plupart des cas fait l'acquisition de leur logement, qui ont eu des enfants nés et scolarisés en Belgique… Ces personnes qui ont fait leur vie en Belgique, leur situation n'est pas comparable à celle de réfugié·es, souvent seul·es, qui ont subi des traumatismes au pays ou durant leur parcours, qui ne connaissent pas la langue, les structures juridiques et d'aide…

Par ailleurs, l'étiquette « migrant·es âgé·es » renvoie socialement à une image déficitaire et un peu archétypale du « pauvre petit vieux », de l'individu qui serait isolé, victime de l'immigration subie, avec un statut social d'altérité, de pauvreté… D'avoir entendu le témoignage de nombreuses personnes âgées issues de l'immigration dans des associations, des colloques, je pense qu'il est important, si on veut comprendre leur situation, de s'intéresser à leurs pratiques, pratiques d'entraide, notamment à l'égard de leur pays d'origine. Ce terme « migrant·es âgé·es » recouvre une série de réalités très diverses. Il s'agit de regarder la diversité des situations vécues, donc autant les ressources en termes de « support » que les difficultés rencontrées.

**Finalement, pour les migrant·es âgé·es, comme pour les personnes âgées dans leur ensemble, tout l'enjeu est de ne pas les enfermer dans des représentations sociales négatives…**

Vis-à-vis des migrant·es âgé·es, il y a un cumul des images négatives, une triple stigmatisation : ils seraient vieux, différents, et bien souvent détenteurs d'un capital économique peu élevé. Face à cette image sociale, il est important d'éviter les catégorisations. Dans certains médias et discours politiques, on peut constater une forme de simplification, qui tourne parfois au simplisme, et reflète une image réductrice. Il s'agit d'éviter de réduire les individus à ce statut (l'essentialisme) ou à leur culture d'origine (le culturalisme) et donc éviter de penser qu'en vieillissant, les personnes issues de l'immigration auraient des besoins fondamentalement différents des autres.

Mais attention, si je m'insurge contre certains stéréotypes à l'égard des migrant·es âgé·es, ça ne veut pas dire que je ne considère pas qu'il existe des questions spécifiques en matière de politiques publiques à prendre en considération, comme l'accès aux droits.

**Concernant l'accès aux droits, précisément, on ne peut pas nier le fait que beaucoup de migrant·es âgé·es rencontrent des difficultés spécifiques, d'ordre socio-économique ou d'accès aux soins de santé, par exemple. Comment faire reconnaitre ces droits et porter ces luttes ?**

La reconnaissance des droits passe par la connaissance des droits et la mise en œuvre de l'exercice des droits. Or, beaucoup de personnes âgées d'origine étrangère ne connaissent pas leurs droits et n'ont donc pas accès à de nombreux services ou aides. Il y a un travail essentiel à faire dans ce domaine. L'accès à une pension est parfois complexe par exemple, lorsque la trajectoire professionnelle a été interrompue, quand il y a eu du travail non reconnu… Beaucoup de femmes migrantes, par exemple, n'ont pas eu de carrière professionnelle reconnue ou ont travaillé comme aidantes, bien souvent sans sécurité sociale. Lors de mes recherches, les juristes rencontrés soulignaient combien il est important de mettre en œuvre des dispositifs juridiques spécifiques, notamment dans le domaine de l'accès à la pension et à la GRAPA[2] . La Belgique a des accords avec certains pays, comme c'est le cas avec le Maroc. Il s'agirait que ces conventions bilatérales de sécurité sociale se généralisent pour reconnaître les travailleurs et travailleuses qui ont eu une carrière dans différents pays, par exemple. La reconnaissance sociale passe donc par une préoccupation concernant la connaissance des droits, l'accès à ces droits, et parfois la défense de ces droits via des associations spécialisées dans ces questions.

Quant à l'accès aux soins de santé, il est important que continuent à se développer aussi des services de médiation et de traduction, par exemple, pour que toute personne puisse avoir le meilleur suivi médical possible. Il y a des évolutions, dans les hôpitaux notamment, pour tenir compte de la diversité culturelle.

**La prise en compte des diversités culturelles se situe aussi dans la place donnée aux rites culturels dans l'accompagnement et le soin des personnes âgées.**

Oui, il existe aussi des « demandes » qui relèvent des pratiques confessionnelles. La possibilité, dans les maisons de repos, d'avoir accès à une alimentation adaptée, Hallal, ou à un lieu de prière, par exemple. J'ai assisté à beaucoup de débats autour de ces revendications, qui apparaissaient à certain·es comme « communautaristes »… On touche là à la question des accommodements raisonnables : jusqu'où les services publics doivent-ils répondre à des revendications qui peuvent apparaître comme « identitaires ». Pourtant, organiser des lieux pour que tous les publics puissent y exercer leurs rituels et pratiquer leurs prières, ne semble pas si compliqué, cela se fait déjà dans plusieurs hôpitaux…

Il y a aussi la question du mourir, la reconnaissance et de la possibilité de permettre, aux musulman·es notamment, d'être enterré·es selon leurs pratiques et convictions. Certaines communes mettent à disposition des « carrés musulmans », mais ce n'est pas encore généralisé. C'est une revendication importante de permettre à toutes les religions d'avoir leur lieu de sépulture et de pouvoir pratiquer leurs rituels conformément à leur culture.

**Dans vos travaux, vous soulignez aussi le fait que les personnes âgées issues de l'immigration se situent dans un « entre-deux », entre les représentations du vieillissement issues de leur pays d'origine, et les modèles sociaux, les pratiques et usages du pays où elles vieillissent. Pourriez-vous en parler ?**

Ce n'est pas tant que ces personnes se situent objectivement dans un entre-deux, mais plutôt qu'elles s'en réfèrent à des identités et appartenances multiples ; pour elles leur culture se conjugue au pluriel. Elles font partie d'un collectif d'origine et de collectifs traversés tout au long de leur parcours. Elles se situent dans un « entre-deux », c'est-à-dire dans des mondes qui n'ont pas forcément les mêmes références culturelles par rapport à l'image de la vieillesse de la société, aux normes sociales en matière d'entraide, à la signification du « bien vieillir »… Face à ces références multiples, celles du pays d'origine et celles de la Belgique aujourd'hui, ce n'est pas forcément simple de se situer. Il y a une forme de négociation identitaire qui doit se faire entre ces différentes références culturelles par rapport au vieillissement. Ça ne signifie pas qu'un modèle est meilleur qu'un autre, mais bien que ces personnes doivent négocier leur vieillissement en fonction de ces différentes références, d'un éventuel décalage entre leurs attentes

et des réalités sociales d'ici-maintenant (entre autres, des aidants familiaux peu disponibles, des logements restreints, le coût des services, les problèmes de langue…).

Nombre de personnes âgées issues de l'immigration ont le sentiment qu'on s'occupe beaucoup moins bien des personnes âgées ici en Belgique que dans leur pays d'origine. Pourtant, les sociétés d'origine bougent elles aussi et il y a donc parfois une idéalisation de la société d'origine, une mystification de la façon dont on pense le « respect » des personnes âgées « au pays ». De plus, il existe de grandes variations entre milieu rural et urbain. Même vieillir au Maroc, par exemple, c'est très différent que l'on vive à la ville ou à la campagne. Il s'agit de nuancer, une fois de plus…

***Le vieillissement des migrant·es se pose comme un miroir sur la façon dont on entend « prendre en charge » la vieillesse dans notre société.***

**Il y a aussi les références culturelles multiples des enfants, voire des petits-enfants, qui font face au vieillissement de leurs parents ou grands-parents migrants. L'entre-deux se situe dans ces générations-là aussi ?**

Oui, en effet. On a récolté beaucoup de témoignages d'« enfants » adultes qui se sentaient déchirés. Il y a d'un côté les normes sociales à l'égard de l'obligation et de la solidarité en tant qu'enfant par rapport aux parents, et de l'autre le fait qu'aujourd'hui, c'est plus difficile, en travaillant, en habitant des petits logements, de réussir à s'occuper effectivement de ses parents vieillissants. Les enfants ne peuvent pas toujours répondre à ce sentiment d'obligation et le remettent parfois en question.

**Ces conflits moraux sont présents partout, que l'on soit issu·e de l'immigration ou pas…**

Oui, ces questionnements, ces déchirements ne sont pas propres aux migrant·es et à la migration... Cette tension par rapport au soin des parents âgés est largement répandue aujourd'hui, et souvent accentuée en raison de la distance géographique entre domicile des parents et des enfants, ainsi que des difficultés à concilier vie professionnelle et vie privée pour beaucoup, mais pour les femmes surtout. C'est pour cela qu'il m'est apparu à l'issue de ces recherches que le vieillissement des migrant·es se pose comme un miroir sur la façon dont on entend « prendre en charge » la vieillesse dans notre société.

La maison de repos, par exemple, reste chez nous essentiellement un repoussoir pour la plupart, peu importe l'origine, et ce, davantage encore depuis la crise Covid. Ce modèle institutionnel existe depuis plusieurs décennies en Belgique, a fortement évolué depuis les hospices d'antan et n'est pas présent avec une telle ampleur dans les pays du Sud bien qu'il commence à se développer. L'engagement d'aides privées si l'on en a les moyens – bien moins coûteuses qu'en Belgique – y reste la préférence. La plupart des gens souhaiteraient vieillir aidés par leurs enfants, mais il y a un principe de réalité qui fait que c'est parfois bien compliqué.

**Au sein de beaucoup de communautés, des pratiques d'accompagnement et de soins des personnes vieillissantes sont à l'œuvre, souvent laissées dans l'ombre mais pourtant essentielles.**

En effet, il existe énormément d'entraide, qui relève de réseaux informels, de groupes de femmes, des mosquées... Ces pratiques informelles sont connues des réseaux locaux, mais elles ne sont pas connues et reconnues sur la place publique. Elles gagneraient pourtant à être mieux comprises, même au niveau de la recherche universitaire.

Une des questions qui émergeait de la recherche que j'ai menée était celle de l'articulation des pratiques formelles et informelles. En effet, il s'agirait de ne pas concevoir les pratiques formelles comme chapeautant tout et comme étant les seules « valables ». Sur le terrain, lorsque des infirmières ou des aides familiales se rendent au domicile de migrant·es âgé·es, des malentendus sont régulièrement relatés. Les milieux professionnels gagneraient à mieux connaître leurs publics et à se former davantage à la diversité culturelle. Il y a encore beaucoup de préjugés, de discriminations et de racisme, de part et d'autre cela dit, tant à l'égard des migrant·es âgé·es et de leur famille, qu'à l'égard des professionnel·les qui sont bien souvent elles et eux aussi issu·es de l'immigration.

1. Pour en savoir plus, lire la synthèse de cette étude : *Migrations et vieillissements*, Fondation Roi Baudouin, juillet 2007. Téléchargeable en ligne.
2. La Garantie de revenus aux personnes âgées (GRAPA) est une allocation sociale aux personnes de plus de 65 ans qui disposent de faibles ressources. Elle est cependant conditionnée par une durée de séjour limitée annuellement à l'étranger. Lire à ce sujet l'article p.34.

Sylvie Carbonnelle
Département des Sciences sociales et des Sciences du Travail
Faculté de Philosophie et Sciences sociales
Université libre de Bruxelles (ULB)
sylvie.carbonnelle@ulb.be
www.ulb.be/fr/sylvie-carbonnelle
www.cdcsasbl.be

# AÎNÉ·ES & PROFESSIONNEL·LES

## LA PERSONNE AU CENTRE

Entretien avec Simon Erkes et Annalisa Casini
Senior Montessori asbl / UCLouvain

**Le secteur de l'accompagnement des personnes âgées (maisons de repos, aide à domicile…) cristallise de nombreux enjeux liés au vieillissement. Ces enjeux touchent tant les personnes âgées que les travailleurs et travailleuses, et concernent la société au sens large. Ce secteur, Simon Erkes et Annalisa Casini, le connaissent bien. Lui est directeur de l'association Senior Montessori. Elle est docteure en sciences psychologiques et professeure à l'UCLouvain. Tous deux collaborent régulièrement et croisent leurs regards le temps d'un entretien pour *La Mauvaise Herbe*.**

**Simon Erkes** est directeur et cofondateur de l'entreprise d'économie sociale **Senior Montessori.** Cette association promeut un changement de regard et de pratiques dans l'accompagnement des personnes âgées et plus particulièrement sur les personnes présentant des troubles cognitifs (maladie d'Alzheimer ou apparentée). Situé à Bruxelles, Senior Montessori forme et accompagne les professionnel·les du vieillissement, issu·es d'institutions (maisons de repos et de soins, centres d'accueil…), ainsi que toutes personnes intéressées par ces questions et enjeux. Se fondant sur les travaux et la philosophie de la médecin italienne Maria Montessori, adaptés par le psychologue états-unien Cameron Camp, l'approche de Senior Montessori se veut centrée sur la personne. De par son action, Senior Montessori souhaite requestionner plus globalement la place des aîné·es dans la société.

**Annalisa Casini** est Docteure en sciences psychologiques, formée en psychologie sociale et en psychologie du travail. Elle est actuellement professeure à l'**Université catholique de Louvain (UCLouvain)** où elle enseigne la psychologie du travail et de la santé au travail. Ses intérêts de recherche portent sur les liens entre genre, travail et bien-être de travailleurs et travailleuses. De précédents travaux de recherche l'ont également amenée à se pencher sur les représentations sociales de la maladie d'Alzheimer et sur les stéréotypes liés au vieillissement, ainsi que sur l'accompagnement à domicile des personnes âgées.

Depuis quelques années, Annalisa Casini et l'équipe de Senior Montessori ont noué une collaboration en vue de décliner et d'adapter les actions de l'association dans le secteur de l'aide à domicile, auprès tant des professionnel·les de ce secteur que des aidant·es proches[1]. La chercheuse et l'association partagent un intérêt commun : « *La personne au centre, mais aussi les travailleuses et travailleurs au centre, pour une question de bien-être et d'efficacité pour toutes et tous* », souligne d'emblée Annalisa Casini au démarrage de l'entretien qui réunit ces deux intervenant·es dans les locaux de Senior Montessori. S'ensuit une heure et demie d'échanges nourris, rebondissant d'une réflexion à l'autre. Le texte qui suit en est un condensé.

## Multiculturalité au cœur du vieillissement

**AC** : Dans le secteur de l'accompagnement des personnes âgées, que ce soit en institution ou à domicile, les enjeux liés à la multiculturalité sont fondamentaux au regard des soignant·es, des personnes âgées et des relations entre ces deux figures qui interagissent. Les soignantes sont souvent des femmes issues de l'immigration. Il y a là une logique post-coloniale à dénoncer : la femme étrangère vient faire à manger, le ménage, s'occuper de papy et mamie… Quant aux personnes âgées, elles peuvent être de toutes origines, surtout à Bruxelles et surtout dans certains quartiers.

**SE** : L'évolution de la démographie bruxelloise va aussi poser des vraies questions d'adaptation des services d'accompagnement des personnes âgées. La diversité de la population fait que les représentations liées à l'âge diffèrent. Par conséquent, le recours à certains services, institutionnels ou à domicile, n'est pas du tout envisagé de la même manière. Certains ménages et foyers ne se retrouvent pas dans les services tels que proposés pour l'instant.

***S'appuyer sur les capacités de la personne, c'est une manière de lui renvoyer une image positive, de la valoriser, de lui permettre de retrouver une estime de soi, un état de bien-être et se remettre dans une relation de soins.***

**AC** : Actuellement, ce sont en effet surtout les « blancs » et aisés qui font appel à ce type de services. D'autres groupes culturels sont dans une logique d'entraide communautaire. Dès lors, ces groupes ne bénéficient pas ou peu de l'expertise présente au sein des services. La distribution des rôles des aidant·es proches est également différente, en fonction des origines mais aussi du genre et des classes sociales.

## Femmes et soins : dégenrer le *care*

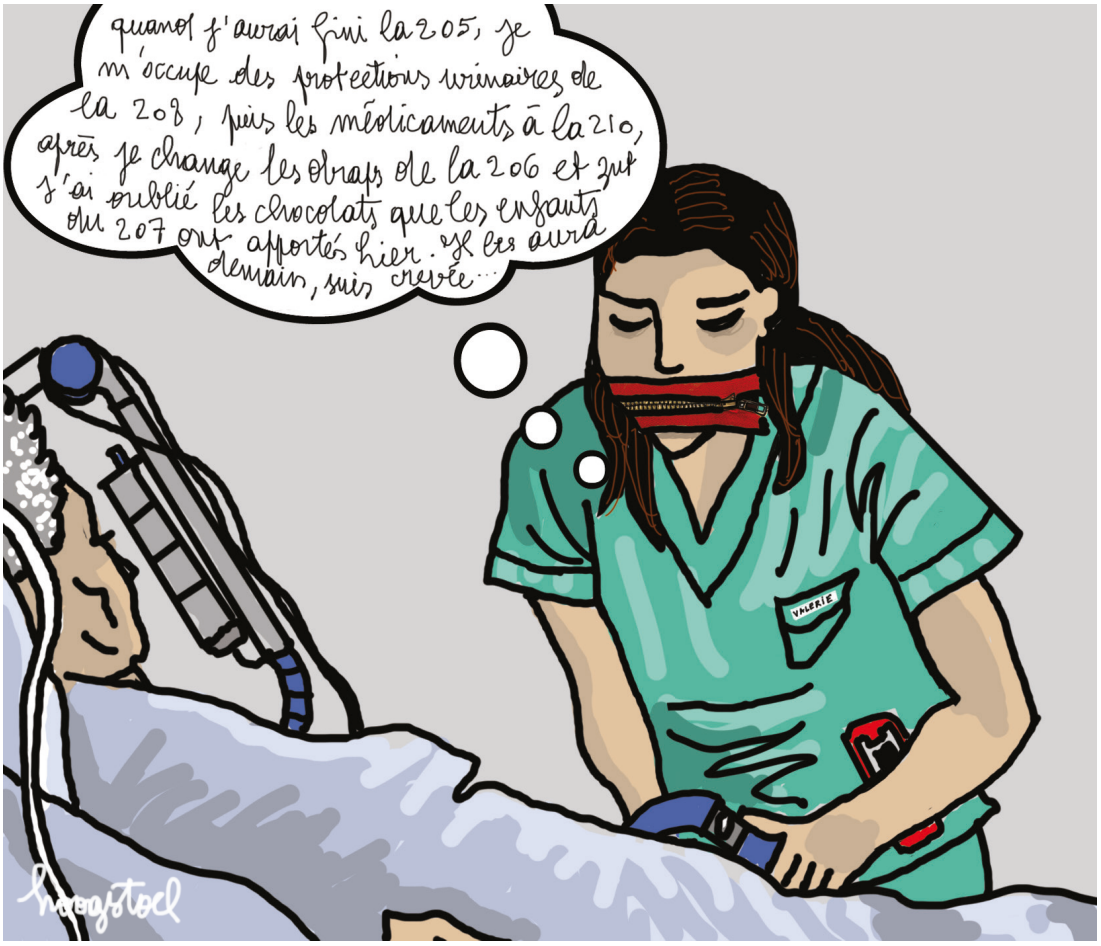
**AC** : Au niveau professionnel, les femmes représentent la majorité écrasante du personnel soignant situé dans les échelons inférieurs de la hiérarchie. Pour ce qui est des aidant·es proches, il y a une idée assez transversale à toutes les cultures : « tout naturellement », les femmes s'occuperaient mieux ou sans un effort particulier de toute personne en ayant besoin, les enfants, personnes âgées... Le *care* (de l'anglais « prendre soin de l'autre », alors que le terme *cure* fait référence aux soins médicaux) relèverait du domaine des femmes. L'enjeu est donc de dégenrer ce type de compétences, pour montrer que ça ne coule pas de source, que les femmes ne naissent pas avec un « don naturel » pour s'occuper des personnes et que ce n'est pas si évident pour elles de se voir assigner ce rôle du *care*.

## Regarder un individu à l'aune de ses capacités

**SE** : Trouver de nouvelles portes d'entrée dans l'accompagnement des personnes âgées passe par une dynamique centrée sur les personnes et sur les communautés. Il s'agit donc de partir des réalités et des vécus des personnes, de leurs besoins ressentis, mobilisés ou explicités, plutôt que de penser en termes de « ce qui est bon pour l'autre » et d'imposer des services. Il s'agit de favoriser des logiques de concertation de soins, du patient partenaire, de co-construction des parcours de soins… Face à l'avancée en âge ou à des situations plus compliquées de démence, sur quoi on s'appuie en tant qu'accompagnant·e pour agir au quotidien ? Si on s'attache à ce qui ne va pas chez l'autre, ses incapacités, ses diagnostics…, les constats sont difficiles. Par contre, si on regarde un individu à l'aune de ses capacités, de ce qu'il sait encore faire, c'est beaucoup plus mobilisant et utile pour tout le monde. Le chemin est encore très long, les constats sont difficiles, mais malgré tout, il y a de plus en plus de dynamiques positives qui se mettent en place dans le secteur de l'accompagnement des personnes âgées. Sur le terrain, des projets prennent forme, des études se penchent sur la question. Il y a des réflexions, du mouvement, une ébullition.

## Laisser la place plutôt que « faire à la place »

**SE** : Face à des personnes âgées fragilisées, avec peut-être des difficultés cognitives, les professionnel·les d'accompagnement auront tendance à « faire à la place », pour la sécurité des personnes âgées, pour leur bien-être... C'est chargé de bonnes intentions. Mais « faire à la place » crée d'autres effets psychologiques, ça peut être limitant. Dans les maisons de repos, tout est très organisé et structuré. On fait à la place de la personne parce qu'on n'a pas le temps. Pourtant,

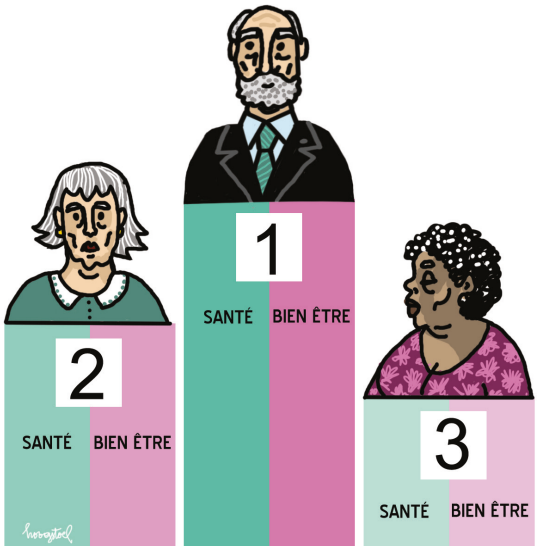



s'appuyer sur les capacités de la personne, c'est une manière de lui renvoyer une image positive, de la valoriser, de lui permettre de retrouver une estime de soi, un état de bien-être et se remettre dans une relation de soins.

**AC** : Et au-delà de ne pas « faire à la place » de la personne, il y a aussi la question de prendre les gens pour de véritables êtres pensants.

**SE** : Oui, parce que, finalement, quelles que soient les assignations dont on parle, il s'agit de ne pas parler à la place des gens. La définition du respect (une des valeurs portées par Senior Montessori), c'est la considération et la prise en compte de l'autre. Quand on interroge l'organisation quotidienne sur un lieu de vie, que ce soit à domicile ou en institution, tout l'enjeu est de demander aux premiers concernés, à savoir les personnes âgées elles-mêmes, de les intégrer dans les prises de décision, de favoriser leur engagement… Si non, on reste dans cette projection : « Ce que nous pensons qui est bien pour vous ».

Et on peut même élargir la réflexion à l'échelle sociétale. Dans une perspective socio-économico-professionnelle, à partir de 65 ans, les personnes sont retraitées. Elles sont alors considérées par la société comme faisant partie d'une population dite « inactive », dont les retraites « coûtent à la sécu ». Ces personnes ne seraient plus « contributives », elles sont considérées comme « un coût ». Et pourtant, elles restent de vrai·es citoyens et citoyennes de droit, qui contribuent d'une autre manière à la société et souhaitent tout à fait légitimement encore en faire partie.




## Personnel soignant et actes de soins minutés

**SE** : Le modèle hyper hiérarchique qui viendrait dire au personnel de première ligne « Libérez les individus » sans l'appliquer à son personnel, ça ne marche pas. Il faut donc requestionner les modèles d'organisation des équipes au sein des structures de travail, en faveur de l'autonomie des actions, de la valorisation du personnel… C'est une question de cohérence. Cette vision de la collectivité permet de fonctionner plus vertueusement ensemble.

**AC** : Il faut en effet qu'il y ait toute une organisation qui suive. Dans les métiers les plus pénibles émotionnellement et les plus fatigants physiquement, ce qui pèse le plus sur les travailleurs et travailleuses, ce sont les mauvaises conditions de travail. Pour les personnes qui travaillent avec des personnes âgées ou en grandes difficultés, ce n'est pas la maladie ou le rapport à la souffrance qui déclenche une perte de sens ou un burn-out, mais la mauvaise organisation du travail, la rigidité, les impératifs de productivité… Les professionnel·les de l'accompagnement des personnes âgées doivent, par exemple, remplir des fiches avec les actes de soins posés quotidiennement et le temps consacré à ces actes. Changer un lit est considéré comme un acte. Discuter avec la personne âgée, par contre, ne l'est pas. Si on vient dire aux gens qu'il y a une approche centrée sur la personne mais qu'on ne met pas assez de temps à la disposition du personnel, ça ne sert à rien. Que ce soit en maison de repos ou dans l'aide à domicile, il y a un turn-over invraisemblable et extrêmement coûteux pour tout le monde.

## Inégaux face à la santé et à l'avancée en âge

**SE** : Le bilan de santé n'est pas du tout égal dans l'avancée en âge selon que l'on soit une personne en situation de précarité ou non. En cause, toute une série de facteurs rencontrés sur les parcours de vie : le métier exercé, le lieu de vie, le milieu socio-économique… Ces facteurs qui influencent la santé des individus sont les *déterminants de la santé*[2]. Si le « s » de MRS (Maison de Repos et de Soins) était un « s » de santé et non de soins, dans le sens de la prise en compte des déterminants de la santé, de la promotion de la santé et d'autres facteurs de santé permettant de soutenir des comportements positifs, l'organisation quotidienne et l'expérience vécue seraient très différentes pour toutes et tous.

**AC** : De par les parcours de vie et les différentes positions occupées dans la société en termes de genre, d'origine, de classe…, la santé et le bien-être ne sont pas équitablement distribués. Les expositions et des vulnérabilités diffèrent. C'est ce qu'on appelle les *inégalités sociales de santé*[3]. Les ressources permettant de faire face à des situations liées à la santé ou à un déclin intrinsèque à l'avancement en âge sont moins importantes pour certaines personnes. D'une part, parce que les problèmes rencontrés sont différents, et d'autre part, parce que quand un problème se présente, on n'a pas toutes et tous les mêmes capacités de réaction face à ces problèmes. La qualité de vie et donc l'avancée en âge dépendent de tout un tas de facteurs liés à la société et à la position qu'on occupe dans la société. Il est donc fondamental de déposer un regard intersectionnel[4] sur ces enjeux.

## Genre, vieillissement et espérance de vie

**AC** : Le genre expose les personnes à des risques différents et des conséquences différentes. La question de l'âge, si elle est par exemple couplée avec un déclin physique, sera plus lourde pour les femmes de manière générale, parce que les femmes occupent une position moins favorable dans la société. Elles arrivent

avec moins de ressources, avec d'autres expériences de vie. D'un point de vue économique, les femmes âgées aujourd'hui étaient très certainement auparavant dans une situation de dépendance économique de leur mari, elles n'ont peut-être pas travaillé autant, elles n'ont peut-être pas de retraite raisonnable… Faire face à une vieillesse qui s'accompagne de problèmes de santé quand on n'a pas les moyens financiers est forcément plus difficile. Et l'isolement est plus particulièrement néfaste pour les femmes. Ceci dit, il y a des phénomènes spécifiques. Par exemple, suite au décès d'un·e conjoint·e, les courbes de santé et de bien-être chutent drastiquement pour les hommes et descendent beaucoup plus lentement pour les femmes. La raison en est que toute leur vie, les femmes ont pris soin des un·es et des autres, et ont donc plus de ressources pour continuer à s'occuper de soi, contrairement aux hommes qui ont davantage profité du soutien de leur conjointe dans la vie de tous les jours.

Par ailleurs, l'espérance de vie est meilleure pour les femmes. Un des facteurs principaux, c'est le comportement au quotidien. La santé est majoritairement expliquée par des comportements. Et donc le fait d'avoir mieux mangé, moins fumé, moins bu, donne un avantage aux femmes. Mais si l'espérance de vie est meilleure chez les femmes, l'espérance de vie en bonne santé ne l'est pas forcément.

## Représentations culturelles : vieillesse et sagesse

**AC** : La représentation de la vieillesse et plus spécifiquement des démences est très différente en fonction des cultures. C'est lié à l'association entre les idées de vieillesse et de sagesse. Dans notre société, la vieillesse n'est plus associée à la sagesse mais au déclin. La maladie d'Alzheimer, par exemple, est présentée comme le problème du siècle et mobilise tous les discours. Dans l'imaginaire collectif, Alzheimer devient un drame social : « Il perd la tête », « Il est devenu fou ». Par contre, dans les sociétés où la vieillesse est associée à la sagesse, les désorientations et pertes de mémoire sont expliquées autrement : « Il voit la vie autrement ». Dans certaines cultures, asiatiques par exemple, les choses sont vues tout à fait différemment. Les personnes ne sont pas enfermées ou contenues dans des endroits limités.

## Droits et autodétermination

**AC** : La question des droits est également fondamentale. Chez nous, une personne diagnostiquée Alzheimer, par exemple, peut perdre certains droits. Poser un diagnostic très tôt est important car cela permet d'entrer dans un parcours de soins visant à essayer de ralentir le plus possible l'avancement vers des situations problématiques. Mais en même temps, en posant un diagnostic très tôt, on devient très tôt un « non citoyen »[5].

**SE** : Lorsqu'on est diagnostiqué Alzheimer, on perd le droit à la demande d'euthanasie. C'est très enfermant. Quel droit à la parole et à l'expression citoyenne en tant qu'individu ? Quel droit au contrôle sur sa vie et à l'autodétermination ? D'autant que la perte de contrôle sur sa propre vie crée de la passivité cognitive, motivationnelle… Il y a encore du chemin à faire sur toute une série d'enjeux et de droits.

## Vers une entraide collective ?

**AC** : Dans des sociétés individualistes comme les nôtres qui prônent la valorisation numérique, l'indépendance, la méritocratie, le fait de ne plus pouvoir être maître de soi, de ses biens et de ses décisions, c'est dramatique. Certains projets se développent afin de regarder les choses autrement. Les communautés « dementia friendly », par exemple, invitent à mieux accueillir les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer dans la société. Cela implique, par exemple, l'idée que ces personnes peuvent sortir de chez elles, peuvent se rendre dans des commerces sans que ce ne soit vu comme un problème. Cela va dans le sens d'une logique d'entraide collective, plutôt que dans l'idée de l'enfermement de la personne.

**SE** : Cela dit quelque chose d'important sur la place du vieux, de l'aîné dans notre société. Comment permettre l'accès aux espaces autant que possible, au lieu d'enfermer les personnes et de les placer dans des environnements très rigides sous prétexte qu'elles ont telle ou telle caractéristique qui ne semble pas convenir à la vie en société ? Plutôt qu'une évolution des services institutionnels vers du médicalisé, qui renforce l'image de « vieillesse = maladie », comment s'organiser différemment, changer de perspective ? On a beau développer tous les services dédiés et spécifiques, il y a aussi des enjeux très simples d'accessibilité à la vie.

1. Un·e aidant·e proche est un parent, enfant, conjoint·e, voisin·e… qui aide de manière régulière un proche en situation de dépendance en raison de son âge, d'une maladie ou d'un handicap.
2. Les *déterminants de santé* désignent l'ensemble des facteurs personnels, sociaux, culturels, économiques, environnementaux qui influencent positivement ou négativement la santé des individus et des groupes. Ils ont trait à des caractéristiques individuelles, liées au biologique (âge, sexe…) et aux comportements (pratiques alimentaires, activités physiques…) mais aussi et surtout à des caractéristiques socio-environnementales liées aux conditions de vie (logement, emploi…) et à l'organisation de la société (système de protection sociale, régime politique…). Source : *Enjeux santé : les déterminants de santé sous la loupe*, Cultures & Santé, 2019.
3. Les *inégalités sociales de santé* sont les différences d'état de santé importantes et évitables entre des personnes appartenant à des groupes sociaux différents. Elles concernent toute la population selon un gradient social qui augmente régulièrement des catégories les plus favorisées aux catégories les plus défavorisées. Source : www.inegalitesdesante.be
4. La notion d'intersectionnalité fait référence à l'entremêlement de deux ou plusieurs discriminations : raciales, sociales, de genre, liées à l'âge, à l'orientation sexuelle, au handicap…
5. L'asbl Alzheimer Belgique, contactée à ce propos, nuance cependant : « *Le diagnostic permet d'anticiper l'avenir et d'associer pleinement la personne concernée aux choix qui devront être pris dans le futur en fonction de l'évolution de la maladie,* explique Marie Bourcy, directrice d'Alzheimer Belgique. *Les capacités de la personne doivent être évaluées régulièrement afin que des mesures adaptées ou nécessaires soient prises. Elles dépendent des situations individuelles de chacun. Pour les droits civiques, les droits à gérer son patrimoine ou sa propre personne, ils sont maintenus tant que cela est possible. Lorsque la maladie progresse, il y a des outils prévus pour permettre à la personne malade de gérer ses biens, avec l'aide d'une autre personne (mandat) ou de recourir à la gestion par un tiers (administration de biens ou de la personne). Tout cela peut être réfléchi et anticipé.* »

Senior Montessori
Ixelles, Bruxelles
02 609 56 72
info@senior-montessori.be
www.senior-montessori.org

Annalisa Casini
Institut de recherche en sciences psychologiques
Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation
Université Catholique de Louvain (UCLouvain)
010 47 88 89
annalisa.casini@uclouvain.be
www.uclouvain.be/annalisa.casini

# SE SERRER LES COUDES ENTRE GÉNÉRATIONS

Cayetana Carrión
Entr'âges asbl

**Située à Cureghem, l'asbl Entr'âges se veut créatrice de liens entre les générations. Cayetana Carrión y est chargée de projets en Éducation Permanente. Elle nous parle de solidarité, de transmission et de réciprocité, les trois ingrédients de base de l'intergénération. Elle évoque aussi le décloisonnement nécessaire entre les générations pour lutter contre l'âgisme et promouvoir la solidarité entre les générations, pour une société plus juste, où le vivre ensemble est possible. Elle partage quelques constats à la croisée du vieillissement et du genre.**

## L'intergénération et ses ingrédients

Entr'âges ne propose pas de définition figée de l'intergénération, tant cette notion est à nos yeux très mouvante. Derrière l'intergénération, il y a une démarche et une conscientisation qui bougent en fonction du temps et des époques. Ce n'est pas une sorte de label à brandir à chaque fois qu'on met ensemble des personnes d'âges différents. Soulignons aussi que l'intergénération ne se fait pas qu'entre des âges extrêmes, à savoir les enfants et les personnes âgées. Elle peut s'opérer entre toutes les générations, tous les âges, elle s'adresse à tout le monde. Elle est transversale dans la société et se pense à de nombreux niveaux différents : politique, social, culturel… en termes d'aménagement du territoire, d'habitat…

Selon nous, il y a trois ingrédients de base de l'intergénération : la solidarité et l'interdépendance, la transmission et la réciprocité. **La solidarité et l'interdépendance**, c'est se donner la main entre générations, c'est se serrer les coudes et reconnaître que nous avons besoin les un·es des autres. Les notions de « guerre de générations » ou de « conflits générationnels » tendent à opposer, à stigmatiser et à cloisonner les générations, et rendent plus difficile l'égalité, la justice sociale et l'accès aux droits pour tous et toutes. **La transmission**, ce sont les savoirs et les expériences, mais aussi les héritages et les mythes qui se transmettent de génération en génération. Quant à **la réciprocité**, elle reconnaît une place et une voix à chaque personne, quel que soit son âge. Cette dimension invite à intégrer des regards différents, à reconnaître que l'expérience de chacun·e peut apporter quelque chose à l'autre et vice-versa. Dans une société traversée par les stéréotypes liés à l'âge, la réciprocité est difficile à réaliser. Il est plus facilement accepté qu'un adulte ou une personne âgée transmette quelque chose à un enfant, par exemple, que l'inverse.

## L'âge, facteur d'organisation sociale… et de cloisonnement

La solidarité, la transmission et la réciprocité ne peuvent se concrétiser que si on est en contact et que si on reconnaît l'existence des un·es et des autres. Pourtant, dans l'espace public notamment, les générations se croisent mais ne se rencontrent pas vraiment.

Cela est dû au fait que, dans notre société, l'âge est un facteur d'**organisation sociale et économique**. Nos parcours de vie sont articulés autour de la notion de travail - études, travail, pension. Cela ouvre l'accès à certains droits, ferme l'accès à d'autres, et génère

des catégories et des espaces sociaux étanches. Par exemple, on n'occupe pas l'espace public aux mêmes heures lorsqu'on est à l'école, au travail ou à la retraite. Avec un tel **cloisonnement** de la société et de l'espace public, il est difficile de faire connaissance entre générations différentes. Cela alimente les stéréotypes liés à l'âge et peut générer des situations de discrimination. Les médias contribuent aussi à nourrir ces représentations et ces portraits stéréotypés autour de l'âge.

## Stéréotypes, discriminations, âgisme

Ces stéréotypes alimentent ce qu'on appelle **l'âgisme**. Tout comme le racisme ou le sexisme, l'âgisme est un ensemble de stéréotypes, d'attitudes et de comportements qui peuvent conduire à des discriminations fondées sur l'âge. Chez Entr'âges, on considère que les discriminations se jouent à tous les âges, même si les personnes âgées et les jeunes adultes sont les catégories les plus touchées. Des jeunes peuvent être discriminé·es à l'embauche car ils n'ont pas d'expérience professionnelle. Les personnes plus âgées le sont aussi parce que considérées comme dépassées par les nouvelles technologies, par exemple. Un autre exemple est celui de l'aménagement du territoire peu adapté aux personnes âgées. Et lorsque l'on croise âge et genre, par exemple, on constate que le territoire n'est pas toujours aménagé pour que les jeunes femmes se sentent en sécurité.

De plus, les stéréotypes liés à l'âge seront également « **intériorisés** » par les personnes concernées, générant dans bien des cas de « l'auto-discrimination ». Par exemple, il est peu probable qu'une personne de 70 ans et plus se rende en boîte de nuit par l'idée qu'elle se fait de son propre âge et par la crainte d'être rejetée par les générations plus jeunes. Il y a des âges qui tacitement n'entreront pas dans certains espaces de socialisation.

## De la sphère privée à publique

A la maison, dans l'**espace privé**, ça se passe différemment. Dans la famille, les liens intergénérationnels se font beaucoup plus spontanément du fait des contacts entre enfants, parents, grands-parents, les oncles, les tantes… Il y a un brassage beaucoup plus naturel et les transmissions

et solidarités se font dans la plupart des familles. On est dans une entraide spontanée. Des parents aident leurs enfants ou inversement. Des grands-parents s'occupent de leurs petits-enfants. La transmission et la réciprocité se font plus facilement au sein des familles. Aujourd'hui, plus qu'auparavant, les adultes sont à l'écoute des enfants et des jeunes.

Dans la **sphère publique**, nous observons actuellement que la parole et la mobilisation des jeunes commencent à être plus entendues, notamment en matière environnementale. Un exemple récent est celui de Greta Thunberg et du mouvement des jeunes pour le climat. Cela contribue à décloisonner les espaces (les marches pour le climat ont rassemblé toutes les générations) et à inclure les jeunes dans des sphères de dialogue politique qui auparavant étaient strictement réservées aux adultes.

## Déconstruire les stéréotypes, chez Entr'âges

L'âgisme est une discrimination invisible qui concerne tout le monde, contrairement au racisme et au sexisme. Tout le monde passe par toutes les étapes de la vie. On est tellement imprégné par toute une série de stéréotypes liés à l'âge qu'on a intériorisé des croyances. Par exemple, à 60 ans, il y a des choses

qu'on ne pourrait plus faire : du sport, séduire… Ou que l'on devrait faire : pour les femmes, se teindre les cheveux, par exemple. Quand on est plus jeune, on n'a pas le droit de s'exprimer sur la place publique au sujet de problématiques qui nous concernent pourtant toutes et tous.

Pour déconstruire ces stéréotypes, il faut donc travailler sur les **représentations** que l'on a de l'âge et des autres ayant un âge différent du nôtre. Pour ce faire, Entr'âges s'appuie sur des exemples et on part de la réflexion et de l'expérience de chacun et chacune. En prenant conscience de nos propres stéréotypes, nous sommes aussi capables de déconstruire les stéréotypes à l'encontre des personnes d'autres âges : « Il est jeune, c'est un délinquant », « Elle est vieille, elle est incapable ». **L'Éducation Permanente** permet d'entrer en dialogue avec les différents publics de différentes générations et de faire en sorte que chacun·e réfléchisse et contribue activement à déconstruire les stéréotypes fondés sur l'âge. Notre espoir est que nos activités d'Éducation Permanente permettent de changer le regard des participant·es. Nous remarquons que ce sont souvent les jeunes qui au départ sont réticent·es à l'idée de rejoindre un groupe comprenant des personnes âgées, mais au final, ils se rendent compte que c'est une chouette expérience et que c'est tout à fait possible d'être en échange d'égal à égal avec des personnes âgées. Rien que ça, c'est déjà un pas en avant.

## Intergénération en plein Covid

En début de pandémie Covid, il y a eu cette tendance, alimentée par les médias, à opposer les générations, jouant sur l'individualisme et le cloisonnement. Nous avons beaucoup entendu parler de « guerre des générations »[1].

Mais il me semble que la crise sanitaire liée au Covid a surtout révélé à quel point les relations entre générations sont indispensables. Les jeunes voulaient protéger leurs ainé·es. Il y a eu beaucoup de gestes de solidarité de jeunes venant aider les personnes âgées. Des réseaux d'entraide se sont constitués au sein des quartiers, des étudiant·es se sont porté·es volontaires pour aider dans les hôpitaux… Auparavant, ces solidarités étaient davantage à l'œuvre dans la sphère privée. Avec la crise liée au Covid, il y a eu un jaillissement de l'importance de ces solidarités et de leurs mises en pratique dans la sphère publique. Depuis quelque temps, il y a aussi une réelle attention portée sur les répercussions du confinement sur la santé mentale des jeunes.

## Le vieillissement : politique et économique

La question de l'âge est très politique puisqu'elle ordonne une société et permet la redistribution des richesses , des espaces…. Il y a encore toute une série de choix politiques à concrétiser pour que les **droits des personnes âgées** soient respectés, pour que ces personnes ne se retrouvent pas isolées ou dans la précarité, surtout celles qui disposent de moins de moyens. Quand on n'a rien ou peu économiquement et que nos droits ne sont pas garantis, c'est encore plus compliqué.

À l'image de la *silver economy*[2], notre société nous somme d'être actifs ou actives et en bonne santé, ce qui n'est pas le cas pour tout le monde. Les gens aisés sont favorisés et finalement, le « bon » vieillissement limité à une catégorie de personnes. **Ce vieillissement « actif »** est problématique car il ne s'adresse qu'à une partie de la population et il ne considère pas qu'on peut être âgé·e sans être actif ou active et sans être

un poids pour la société. Pour un tas de raisons, notamment liées à un système économique et social qui cloisonne et catégorise plus qu'il n'assure le partage juste des ressources, certaines personnes se trouvent dans des situations socio-économiques et financières compliquées. Ne pas en tenir compte c'est faire comme si elles n'existaient plus… tout en se garantissant que la marche économique du monde continue. À Entr'âges, on n'est pas du tout favorables à cette notion de vieillissement actif, car elle n'est pas inclusive et elle tend à maintenir les inégalités et les intérêts d'une catégorie de personnes[3].

## Croiser âge et genre

Entr'âges a récemment mis en place un **atelier intergénérationnel de femmes**. C'est un projet fondé sur les pratiques de l'Éducation Permanente : les femmes de différents âges réunies sur base volontaire sont toutes considérées comme expertes parce qu'elles ont toutes un parcours de vie.
Ce qui les anime, ce qui leur donne à réfléchir est tout aussi important que des réflexions plus théoriques. L'idée de cet atelier est de construire une réflexion collective, qu'on confronte avec des savoirs théoriques et académiques.

*Ce croisement entre genre et âge permet de mettre en lumière les injonctions relevant de la construction sociale faites aux femmes. En prendre conscience, c'est apprendre à s'en distancier et à agir pour que cela change.*

La question du genre et du vieillissement est intéressante tant elle met en exergue les assignations et discriminations à l'œuvre au sein de cette intersectionnalité-là[4]. Il y a évidemment les questions d'ordre physique : les femmes essayent de masquer leurs traits vieillissants… Cette injonction au jeunisme, au culte du « rester jeune », est éprouvant. La sociologue française Juliette Rennes parle d'un véritable paradoxe : les femmes vivent plus longtemps que les hommes, et donc l'entrée dans l'*âge social*[5] du vieillissement devrait se faire plus tard proportionnellement pour les femmes que pour les hommes. Or, les femmes socialement vieillissent plus vite que les hommes. Quand on part de l'idée stéréotypée qu'à 40 ans « une femme est finie », ça génère beaucoup de stress et d'anxiété pour les femmes. Elles mettent en place des mécanismes qui prennent du temps, de l'argent et suscitent des pressions psychologiques importantes. Lorsqu'on arrive à un âge plus avancé, le rapport à soi, au corps, aux autres, sera imprégné davantage encore des stéréotypes qu'on a des femmes d'un certain âge.

Une autre question, qui a également émergé dans notre atelier, c'est cette idée de **standardisation des parcours de vie**[6] évoquée par Juliette Rennes. Lors de nos échanges avec les femmes, on s'est rendu compte combien, depuis qu'on est petites filles, on est sommées de se comporter et de faire certaines choses d'une certaine manière. On a notamment abordé la question de l'obéissance : les filles doivent être obéissantes, alors qu'il est socialement plus admis que les garçons soient rebelles, auparavant surtout. Les participantes à l'atelier ont aussi évoqué notre société organisée en fonction des âges et du genre : au même âge, on ne fait pas la même chose si on est un homme ou une femme. Une femme sera sommée d'être maman ou grand-mère à partir d'un certain âge. Contrairement aux hommes, les ambitions de carrière des femmes ne sont pas toujours bien vues et leurs carrières sont souvent morcelées. D'une façon ou d'une autre, les femmes finissent par le payer… La standardisation des parcours de vie n'est donc pas la même qu'on soit homme ou femme. Ces parcours de vie sont aménagés selon des normes fondées sur une société patriarcale définissant les rôles des un·es et des autres.

Ce croisement entre genre et âge permet donc de mettre en lumière les injonctions relevant de la construction sociale faites aux femmes. En prendre conscience, c'est apprendre à s'en distancier et à agir pour que cela change.

## « Vieillir dignement » pour Entr'âges

Pour Entr'âges, « vieillir dignement », c'est garantir des droits à tout le monde, y compris aux personnes âgées, aux personnes en maison de repos. C'est se garantir une vie affective saine. C'est le respect, le décloisonnement, la solidarité… C'est reconnaître les interdépendances, parce qu'on a toutes et tous quelque chose à apporter. C'est cette capacité à vivre ensemble dans une société qui admet que les gens vieillissent. C'est sortir de l'idée qu'à partir d'un

certain âge, « c'est le déclin ». Parce que quand on y pense, nous sommes toutes et tous des êtres humains qui vivons la même chose, on vieillit toutes et tous...

---

1. Lire à ce propos *La guerre des générations aura-t-elle lieu?*, de Serge Guérin et Pierre-Henri Tavoillot, éd. Calmann-Levy, 2017.
2. La *silver economy* ou économie des seniors désigne « l'ensemble des marchés, activités et enjeux économiques liés aux personnes âgées de plus de 60 ans » (Wikipedia).
3. Lire aussi *Le vieillissement actif,* Courants d'Ages, avril 2013.
4 . La notion d'intersectionnalité fait référence à l'entremêlement de deux ou plusieurs discriminations : raciales, sociales, de genre, liées à l'âge, à l'orientation sexuelle, au handicap…
5. Selon Juliette Rennes, l'âge social d'une personne renvoie à « *la façon dont ses activités, son statut social et son apparence corporelle (éthos, hexis, façon de s'habiller, signes visibles de sénescence…) la positionnent, aux yeux des autres et à ses propres yeux, dans 'une tranche d'âge' dont la perception peut varier selon les situations* » (*Encyclopédie critique du genre*, éd. La Découverte, 2016).
6. La standardisation des parcours de vie est « *produite par l'accès des membres d'une même classe d'âge à de mêmes droits et devoirs, à chaque phase de l'existence* » (J. Rennes, *Encyclopédie critique du genre*, 2016). Ces parcours de vie sont « *scandés par la scolarisation, l'accès à la conjugalité, à la parentalité, à l'emploi, puis à la retraite (…)* » (J. Rennes, « La Tyrannie de l'âge », dans *Mouvements* n°59, 2009).

Entr'âges
Anderlecht, Bruxelles
02 544 17 87
info@entrages.be
www.entrages.be

# COSMOS

## UN ESPACE DE RENCONTRE ENTRE SENIORS

Aïcha Aalouchi
Responsable d'animation au centre Cosmos de Cureghem

**Active sur Anderlecht, l'asbl Cosmos met en place des actions et services pour personnes âgées et pour personnes ayant besoin de soins, afin qu'elles puissent continuer à vivre le plus longtemps possible dans leur quartier. Cosmos propose deux centres de services locaux, l'un à Cureghem (Cosmos) et l'autre au quartier des Étangs (Vives). Aïcha Aalouchi, responsable d'animation au centre Cosmos, nous livre ici quelques bribes de son parcours et de son travail avec les seniors.**

L'asbl Cosmos a pour objectif principal le soutien aux personnes âgées, et en particulier celles qui auraient des besoins spécifiques ou qui se trouvent en situation fragilisée, en vue de leur permettre de vivre plus longtemps de façon autonome dans leur habitation. Nous avons un public cible de 59 ans à 99 ans avec une riche diversité. Les seniors et les bénévoles qui viennent chez Cosmos sont d'origine belge, française, espagnole, colombienne, italienne, croate, congolaise, angolaise, nigérienne, marocaine, algérienne, tunisienne, turque, hongroise, grecque, polonaise, portugaise, brésilienne, roumaine… Il y a en majorité plus de femmes que d'hommes.

Le centre de services local Cosmos, situé à Cureghem, propose diverses activités : un restaurant de quartier, livraison des repas à domicile, un service de transport local et une panoplie d'activités qui misent toutes sur la rencontre. Ces activités sont de cinq types : informatif, formatif, récréatif, projet intergénérationnel et interculturel. Il y a, par exemple, de la gym douce sur chaises, de l'aérobic, des visites de musées, de la pétanque, du bowling, des promenades, des ateliers bricolage ou jeux, des projections de films et documentaires, des séances d'informations, des fêtes d'anniversaire, des tables de conversation en néerlandais et en français, des cours d'arabe, des excursions… Le centre est accessible à toutes et tous, tous les jours ouvrables entre 09h et 17h. Nous offrons aussi des soins à domicile aux personnes isolées, fragilisées et précaires en partenariat avec d'autres associations.

L'asbl Cosmos est également un projet d'insertion professionnelle pour demandeurs d'emploi. Cosmos propose une expérience de travail accompagné en cuisine, en animation, en tant que chauffeur, ou encore dans l'administration et l'entretien. Un service de catering est rattaché à la cuisine dont la spécialité est la cuisine du monde, ce qui permet aux collaborateurs de faire découvrir la cuisine de chez eux. Cosmos gère également quelques bâtiments à Cureghem. Ces infrastructures sont utilisées à des fins de cohésion sociale au sein du quartier.

Depuis 2018, après quelques années en tant qu'animatrice chez Cosmos, j'y occupe désormais le poste de responsable d'animation. Je gère les équipes d'animateurs, de bénévoles, de stagiaires. J'organise et je planifie l'ensemble des activités destinées aux seniors, j'anime des événements, j'assure le suivi logistique du matériel, de l'équipement... J'ai une grande aisance relationnelle et un sens du contact qui me permettent de m'adapter à tous types de publics. Je veille à créer un climat convivial, pour que toute personne venant chez Cosmos se sente chez elle.

## Comment j'ai été amenée à travailler avec les seniors

Je suis couturière professionnelle de formation. Mon parcours m'a amenée à suivre d'autres formations, dans d'autres domaines : arts plastiques, théâtre, néerlandais, arabe, multimédia, animation en milieu socio-culturel, agent de développement et de médiation interculturelle… J'avais et j'ai encore la soif d'apprendre et de me former au maximum. Femme de terrain, j'aime le contact et surtout prendre le temps de découvrir avant de juger un quartier ou une personne.

Ma volonté est d'aider les plus démunis parmi lesquels les seniors qui sont souvent isolés et fragilisés. J'ai fait ce choix car je n'ai pas eu l'occasion de le faire au sein du quartier où j'ai vécu avec mes parents dans la région wallonne. Mes parents sont en Belgique depuis une soixantaine d'années, ils vivent depuis 37 ans dans une cité de la ville de Châtelineau. Je connais tous les habitants de la cité et je les ai vu vieillir sans avoir accès à un centre de service social semblable à Cosmos. Il n'y a en effet aucune structure de ce type dans ce quartier.

Mes parents et la plupart de leurs voisins sont des seniors fragilisés, isolés et certains sont souvent malades et loin de leurs enfants. Je suis issue d'une famille nombreuse, même si mes sœurs et frères sont présents chaque jour à tour de rôle, ce n'est pas facile pour eux et pour moi d'être présents pour mes parents et en même temps faire d'autres tâches. Un centre de service comme Cosmos serait sans doute bienvenu pour les informer des différentes aides à domicile qu'ils pourraient obtenir.

Je suis belge d'origine marocaine. Je sais bien que dans notre culture, les ainés ne souhaitent pas se faire aider par des personnes extérieures, mais pour moi, c'est difficile d'aider mes parents vu ma vie professionnelle et vu la distance qui me sépare d'eux. C'est la raison pour laquelle j'ai choisi de transformer cet objectif personnel en objectif professionnel. Ce travail me permet de mieux connaître et faire face aux problèmes rencontrés par les seniors fragilisés.

J'aime mon travail d'aide aux seniors afin qu'ils puissent avoir une qualité de vie avec plus de confort. Je souhaite vraiment qu'ils pensent un peu à eux-mêmes pour se faire plaisir. Vieillir dignement, c'est pour moi parvenir à développer l'estime de soi, son respect et sa dignité.

## Cultiver le lien intergénérationnel

Chez Cosmos, nous collaborons avec des partenaires du quartier Cureghem, notamment des associations s'adressant aux jeunes (MAKS, AMO Alhambra et JES), autour d'activités intergénérationnelles. Collaborer avec ces partenaires permet de sensibiliser nos seniors de Cosmos à poser un autre regard sur les jeunes, qu'ils ne connaissent pas.

Personnellement, je comprends très bien les craintes des seniors sur les jeunes, basées bien souvent sur ce que les médias racontent. Je comprends également très bien la frustration des jeunes du quartier. Je communique avec ces jeunes, il faut les comprendre et pour les comprendre, il faut les écouter. Il ne faut pas généraliser et les mettre tous dans le même sac ! À Cosmos, nous avons engagé des jeunes du quartier. C'est vraiment un plaisir de travailler avec ces jeunes, ils sont enthousiastes, dynamiques, serviables et de bonne volonté, ces jeunes demandent juste à être respectés.

## Covid… une période difficile et des adaptations nécessaires

La crise Covid a été une sale période, très difficile pour nos seniors. Ils sont déjà fragilisés et isolés et ne font aucune activité physique. Nos utilisateurs marchent moins et ne voient pas d'autres personnes. Le contact social est PRIMORDIAL pour nos seniors, ça leur permet de penser à autre chose et de

vider leur cœur, ça leur donne un but de s'habiller, se coiffer, se maquiller et de sortir de chez eux. Cosmos est un lieu de RENCONTRE, lors des activités et dans notre restaurant de quartier, avec une richesse culturelle dans sa diversité.

Certains seniors vivent bien leur vieillissement et dignement, certains n'acceptent pas de vieillir et parfois, ils souhaitent mettre fin à leur vie tant ils souffrent de douleur et/ou de solitude. Certains ont une famille, d'autres n'en ont pas ou parfois ont une famille et sont abandonnés. C'est triste, mais c'est la réalité…

## Accueil, écoute et confiance

Dans mon travail, il y a de la solidarité entres les collègues, les bénévoles et les partenaires. Nous avons de la chance de les avoir ! Ils sont bienveillants et font de leur mieux pour aider les seniors fragilisés et isolés. Les seniors se téléphonent entre eux pour prendre des nouvelles et pour nous communiquer si une personne est dans le besoin. Nous livrons des repas aux personnes isolées et fragilisées à domicile, nous faisons leurs courses grâce à un service de transport proposé gratuitement par Cosmos pendant le confinement, nous leur téléphonons pour prendre de leurs nouvelles…

L'accueil, l'écoute et la confiance, pour moi, sont les trois clés pour établir les liens avec des personnes qu'on ne connait pas, pour faire de plus amples connaissances et surtout pour les orienter vers des soins spécifiques. Beaucoup de personnes ne connaissent en effet pas l'existence des structures d'aide et de soins proposés dans leur commune.

Cosmos asbl
Anderlecht, Bruxelles
02 527 89 73
info@cosmosvzw.be
www.cosmosvzw.be

## Rejoignez-nous !

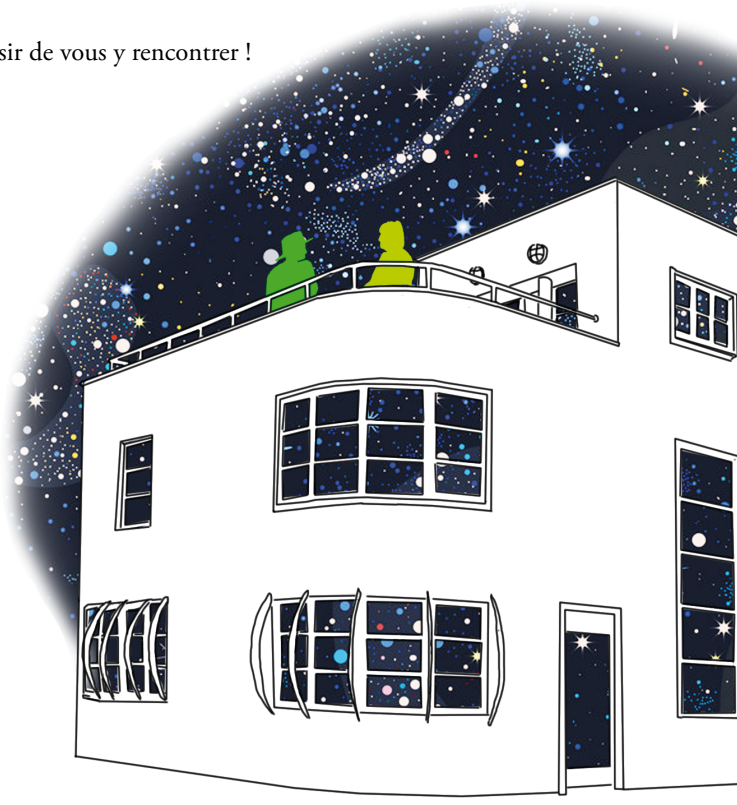
Si vous avez plus de 60 ans ou si vous avez des parents, des voisins ou des connaissances qui habitent dans le quartier Cureghem, n'hésitez surtout pas à venir nous voir, afin que l'on puisse vous aider.

Nous organisons des activités spécifiques pour nos utilisateurs avec une équipe d'animation enthousiaste et dynamique. Nous sommes à l'écoute de vos besoins et de vos attentes, afin d'améliorer votre situation pour vous apaiser et pour que vous puissiez avoir une qualité de vie. Je tiens d'ailleurs à remercier du fond du cœur les bénévoles pour leur soutien et leur aide précieuse.

Nous avons également un nouveau restaurant de quartier où vous trouverez toutes les saveurs du monde dans votre assiette avec une équipe professionnelle qui est formée par des chefs.

Vous êtes les bienvenus dans notre nouveau bâtiment Cosmos et le restaurant de quartier situé au n°21 de la rue Jorez, à Anderlecht.

Au plaisir de vous y rencontrer !



# « ON DOIT S'Y PRÉPARER, À VIEILLIR DANS SON QUARTIER »

Relinde Raeymaekers
Habitante de Cureghem et membre du C.A. de Cosmos asbl

**Relinde Raeymaekers habite Cureghem depuis 30 ans. Avec le temps et l'âge, son regard s'est tourné vers son quartier, celui où elle souhaite continuer à vieillir. Elle, qui se dit « *préoccupée par la santé et le bien-être des personnes âgées* », s'investit dans des associations locales, comme l'asbl Cosmos. Une manière de montrer que « *les seniors peuvent encore contribuer de manière positive à la société* ». Témoignage.**

J'habite Cureghem depuis le début des années '90, dans le quartier du Triangle… à deux pas de l'Université Populaire d'Anderlecht d'ailleurs ! Quand je travaillais encore, comme bibliothécaire, place de la Monnaie, j'avais mon regard tourné vers le centre de Bruxelles. Je ne regardais pas tellement mon quartier. Aujourd'hui, j'ai 73 ans. Depuis que je suis pensionnée, je suis beaucoup plus impliquée dans mon quartier. J'ai envie de mieux le connaître, parce que je vais y vieillir ! Si on ne s'ouvre pas sur son quartier, ça devient plus difficile quand on prend de l'âge. On est moins mobile, on sait moins se déplacer en dehors du quartier, on risque d'être plus isolé… C'est pour ça que je trouve qu'on doit s'y préparer, à vieillir dans son quartier, en apprenant à le connaître, en étant proche de ce qui s'y passe, des personnes qui y vivent…

L'implication dans mon quartier passe par ma participation à des associations et plus particulièrement à des associations travaillant avec et pour les seniors. Je suis particulièrement préoccupée par la santé et le bien-être des personnes âgées. Je fais notamment partie du conseil d'administration de l'asbl Cosmos, j'y suis trésorière.

Des seniors nés en Belgique, il y en a très peu dans le quartier désormais. Ce sont surtout des personnes d'autres origines. Certains sont faciles à atteindre avec les activités proposées par Cosmos. D'autres participent moins facilement. Ils sont peu au courant des services d'aide et d'accompagnement disponibles pour eux et pourtant, y accéder pourrait leur être utile car leurs enfants travaillent et ne sont pas toujours disponibles pour s'occuper d'eux, même si c'est comme cela que cela se passait dans leur pays d'origine. Beaucoup de seniors ont aussi une faible connaissance du français ou du néerlandais, ils n'ont donc pas facilement accès à l'information en termes de soins, par exemple. Ce qui me plaît dans des initiatives comme Cosmos, c'est justement qu'elles permettent aux seniors de poursuivre leur route de façon plus autonome. Ici, les personnes âgées peuvent suivre des cours, faire de la gym, demander des soins esthétiques ou de coiffure… Il n'y a pas de soins médicaux proposés, mais on aiguille vers des structures spécialisées, en fonction des demandes. Tout cela permet aux personnes âgées de rester le plus longtemps possible chez elles, à la maison. C'est aussi un espace de rencontre de l'autre, pour briser l'isolement.

Les seniors sont trop souvent sous-estimés. Pourtant, ils peuvent encore contribuer de manière positive à la société. C'est le cas pour moi, comme pour les autres seniors du quartier : on a encore beaucoup de choses à apporter !

# MAISON BILOBA HUIS

## UN LIEU OÙ VIEILLIR DIGNEMENT

Reportage et rencontre avec
Hélène, Bernard Vercruysse, Nathalie Parmentier, Sonia De Clerck et Sophie Hecq

**Nichée au coeur du quartier Brabant, l'association Maison BILOBA Huis est un lieu de rencontre et de vie pour les seniors de toutes origines du quartier. Son centre de jour propose accueil et activités à une soixantaine de seniors isolé·es. Son habitat participatif comprend 15 logements sociaux et solidaires pour personnes âgées précarisées. Son réseau de proximité propose aide et soins aux seniors vivant à domicile et à leurs aidant·es proches. Reportage là où il fait bon vieillir.**

Derrière la gare du Nord, s'étale le quartier Brabant, à cheval entre Schaerbeek et Saint-Josse. C'est au cœur de ce quartier animé, populaire et multiculturel, commerçant et densément peuplé, que se niche l'association Maison BILOBA Huis. Une façade rénovée se dresse timidement entre les bâtiments défraîchis de la rue des Plantes. De l'extérieur, on est loin d'imaginer ce qui s'offre à la vue une fois franchie la lourde porte d'entrée. Au bout d'un couloir aux murs colorés, une cour lumineuse accueille quelques tables et chaises, tel un appel du pied à s'installer pour boire un café. Les portes vitrées du centre d'accueil de jour pour personnes âgées sont largement ouvertes, indiquant qu'ici, tout le monde est le bienvenu. Des appartements encerclent la cour, au fond de laquelle trône fièrement un Ginkgo Biloba, arbre connu pour sa grande résistance et ses propriétés médicinales visant à améliorer la mémoire. Le symbole idéal pour cette association qui propose un lieu de vie et de rencontre où « dignement devenir vieux ».

L'endroit est chaleureux et calme, loin de la frénésie du quartier, des éclats de voix et des coups de klaxon. C'est d'ailleurs ce calme qu'évoque d'emblée Hélène lorsqu'elle parle de son lieu de vie. Elle et son mari occupent l'un des 15 appartements sociaux et solidaires du bâtiment. Assise sur le banc de la terrasse commune du premier étage, elle profite des rayons du soleil. Hélène à 77 ans. Elle est originaire du Congo et habite le quartier Brabant depuis de nombreuses années. Cet appartement, elle s'y est installée dès l'inauguration du bâtiment, en 2016. Elle s'y sent bien. « *J'aime être à l'écart de la rue et puis, on s'entend bien entre nous, avec les autres habitants.* » Des habitant·es qui, comme elle, sont bien souvent immigré·es et disposent de peu de revenus.

### À l'origine, éviter la cassure brutale

L'association Maison BILOBA Huis puise ses racines dans une série de constats, posés dans les années 2000 par des associations du quartier du Brabant actives dans le secteur de la santé. Bernard Vercruysse, administrateur et cofondateur de BILOBA, était à l'époque médecin à la Maison Médicale Nord. Il raconte : « *Pour les personnes âgées issues l'immigration, il n'existe pas de solutions adaptées. Nos solutions structurelles, de type maisons de repos, aide à domicile…, ne correspondent pas à leur demande. Ne pas s'occuper soi-même de ses vieux peut être considéré comme un déshonneur pour beaucoup de ces familles.* » Ce sont donc les membres de la famille ou des proches qui s'occupent des aîné·es, soit en les installant chez eux, soit en s'organisant pour aller leur rendre visite régulièrement à leur domicile. « *Les professionnels d'aide et de soutien à domicile entrent rarement dans le circuit*, poursuit Bernard Vercruysse. *Mais quand il y a un incident, une perte soudaine d'autonomie, et que la personne doit être hospitalisée ou placée brutalement, c'est une véritable catastrophe pour les seniors et leur famille. Ça l'est d'autant plus quand la personne est seule, sans aucun réseau autour d'elle…* » Dès lors, comment intervenir avant cette cassure brutale, pour l'anticiper, la repousser, l'éviter ?, s'interrogent les acteurs de terrain à l'époque.

## Les fondations d'un lieu de vie

Afin de mieux identifier les besoins des personnes âgées du quartier, la Maison Médicale Nord constitue des groupes de paroles, réunissant des patient·es âgé·es, d'origine turque et marocaine. Ils y partagent leur vision de la vieillesse au pays, leur vécu en tant que personnes vieillissantes en Belgique, les problèmes rencontrés… « *La plupart d'entre eux disaient souhaiter vieillir en Belgique, pour rester avec leurs enfants et la famille, pour l'accès aux soins de santé et à une aide financière*, poursuit Bernard Vercruysse. *Nous avons essayé d'identifier ensemble les éléments permettant d'avoir une fin heureuse et paisible ici en tant que personne âgée. Nous nous sommes aussi rendu compte combien le regard des personnes issues de l'immigration sur la vieillesse nous renvoie un questionnement plus large sur la façon dont nous traitons nos vieux dans notre société…* »

Une étude publiée en 2007[1] permet d'affiner les constats et de construire les fondations d'un projet concret : offrir un lieu de vie pour les seniors du quartier. Pas une maison de repos et de soins, non. Un espace d'accueil et de vie, qui favoriserait le mieux-être des personnes âgées. Un espace respectueux des modes de vie, origines et convictions de chacun·e. Un espace solidaire, de rencontre et d'entraide. Un lieu où vieillir dignement.

## Vers la concrétisation

La Maison Médicale Nord s'associe alors aux associations Eva et Aksent et, en 2009, naît la coopérative E.MM.A dont l'objectif est de créer des habitations pour seniors du quartier. Trois ans plus tard, l'asbl Maison BILOBA Huis (MBH) voit officiellement le jour. Elle vise à permettre une participation dynamique des seniors, de leurs familles et de leur entourage dans l'optique d'améliorer la qualité de vie générale et la qualité d'habitat des seniors du quartier.

Un bâtiment est acheté rue des Plantes par la coopérative E.MM.A en partenariat avec les pouvoirs publics bruxellois. La Société du logement de la Région bruxelloise prend en charge la rénovation. En avril 2016, BILOBA inaugure son bâtiment fraîchement rénové, qui comprend un centre d'accueil de jour et des logements sociaux et solidaires. Le Foyer Schaerbeekois (Société Immobilière de Service Public bruxelloise) est responsable de l'entretien du bâtiment. L'asbl Maison BILOBA Huis assure la coordination du centre de jour et d'autres projets développés dans le cadre de ses missions.

## Trois dynamiques à l'image du quartier

Aujourd'hui, la Maison BILOBA Huis se décline en trois grands axes, tournés vers les personnes âgées du quartier : un habitat participatif de type social et solidaire, un centre d'accueil de jour et un réseau d'aide et de soins.

Une vingtaine de personnes occupent les **logements sociaux et solidaires** disponibles rue des Plantes. La plupart de ces locataires étaient présent·es aux prémices du projet et ont donc participé à le façonner, y ont injecté leurs besoins et envies. Chacun des 15 appartements dispose d'une chambre, d'un salon, d'une cuisine, d'une salle de bain et d'une toilette. La vie en commun est favorisée via des espaces collectifs : la cour intérieure, bien sûr, mais aussi une cuisine communautaire, une buanderie commune et une « salle de silence » qui sert de lieu de recueillement multiconfessionnel. L'accès à cet habitat participatif est conditionné par plusieurs critères : avoir plus de 60 ans, un faible revenu, un lien avec le quartier et une relative autonomie.

Présentes dans la philosophie globale du projet, les notions d'autonomie et de participation sont également le moteur du **centre d'accueil de jour** situé au rez-de-chaussée du bâtiment. Depuis le café en libre-service à la co-construction des activités, il s'agit de ne pas faire « à la place de » ou « pour » la personne, mais bien « avec » la personne et l'éventuel·le aidant·e proche qui l'accompagne. À l'image de la dynamique qui anime l'habitat participatif, l'entraide est de mise. « *Le centre de jour est intégré au lieu de vie*, explique Nathalie Parmentier, coordinatrice du centre de jour. *Nous accueillons environ 60 seniors, âgés de 60 à plus de 90 ans et représentant une vingtaine de nationalités différentes. Beaucoup sont touchés par une grande*

### Face à une société excluante, développer une vision inclusive des seniors

« ***L'idéal d'autonomie*** *tel que pensé au départ du projet Maison BILOBA Huis était probablement trop optimiste. Au départ d'une idée, il faut s'ajuster aux réalités de terrain rencontrées au quotidien.* » Sophie Hecq, coordinatrice de l'asbl, en sait quelque chose. Un robinet qui fuit, un coup de téléphone à passer pour un locataire, un document administratif à remplir pour un senior de passage au centre de jour, une blessure à désinfecter… Les demandes inhérentes à la vie quotidienne des seniors ne cessent d'augmenter. « *D'année en année, les locataires subissent des pertes d'autonomie. Pour bien faire, nous devrions engager une personne supplémentaire qui proposerait une assistance à la vie quotidienne et aiguillerait vers des structures adéquates. Mais nous n'en avons pas les moyens financiers…* »

Nathalie Parmentier, coordinatrice du centre de jour, ajoute : « *Pour les personnes touchées par la précarité économique et l'isolement social, la mobilisation des ressources et la prise d'initiatives sont rendus encore plus difficiles. Face aux institutions, elles ont peur, elles n'ont pas confiance, elles ne disposent pas des informations adéquates… Le plus gros du travail du centre de jour, c'est bien entendu que les seniors aient de la compagnie pour briser l'isolement, mais aussi de* ***remobiliser les ressources*** *autour de la personne et* ***redonner confiance****.* »

D'autant que la société a de plus en plus tendance à oublier, voire à exclure les personnes âgées. L'âgisme s'immisce dans le quotidien des seniors, renforçant davantage encore la sensation de perte d'autonomie et de confiance. Sophie Hecq poursuit : « *Les seniors sont par exemple durement touchés par l'****exclusion numérique****. Faire un paiement en ligne, c'est compliqué pour eux. Même passer un appel téléphonique auprès d'une institution, ça devient difficile. Et quand on ne parle pas bien la langue ou qu'on a pas l'habitude de s'adresser à une administration, ce n'est pas évident de s'exprimer, de formuler ses besoins. La crise sanitaire liée au Covid a renforcé cette fracture numérique, tant tout se fait à distance désormais…* »

« *Il y a comme un* ***point de rupture*** *entre le public senior et l'organisation formelle telle que la société la construit*, constate quant à elle Sonia De Clerck, en charge du projet CitiSen. *Malheureusement, les personnes âgées sont rangées dans la catégorie "qui ne produit plus et qui coûte à la société". Elles sont également associées à une image de finitude. Or, il y a un déni et un rejet de la mort dans nos sociétés. La situation Covid l'a mis en lumière. C'est donc un véritable enjeu d'aller à contre-courant de ces formes d'exclusion, de développer une* ***vision plus inclusive****.* »

*précarité économique et vivent l'isolement social. Ils n'ont pas ou peu de famille, ils vivent seuls. Le centre de jour est pour eux un sas de décompression et un espace de rencontre*. »

Parmi la palette d'activités – toutes gratuites – proposées par le centre de jour : des ateliers (cuisine, potager, informatique, couture, peinture…), des conférences, des sorties, des actions dans le quartier… L'ancrage au quartier est fondamental, comme le souligne Nathalie Parmentier : « *Les seniors sont des citoyens à part entière qui doivent rester visibles et actifs dans leur quartier. C'est essentiel qu'ils aient encore leur mot à dire sur leur quartier, qu'ils continuent à prendre leur place dans l'espace public. Tout comme c'est essentiel qu'ils se sentent utiles et fiers.* »

Le troisième pilier de la Maison BILOBA Huis se nomme CitiSen. Encore au stade de projet pilote, ce **réseau d'aide et de soins de proximité** vise à mettre en relation les seniors habitant le quartier et leurs aidant·es proches avec d'autres habitant·es et des professionnel·es du quartier. En trois endroits stratégiques du quartier, des « ruches » proposent une permanence sociale et un accueil personnalisé dans différentes langues. « *Ce projet pilote se focalise sur l'approche quartier, de proximité*, explique Sonia De Clerck, en charge de ce projet. *Comment aider les personnes âgées à rester chez elles le plus longtemps possible et dans de bonnes conditions, durant toute l'évolution de leur vieillesse ?* »

Pour y parvenir, l'initiative CitiSen souhaite réunir les compétences formelles des professionnel·les et les compétences informelles des habitant·es bénévoles. « *L'écart est grandissant entre d'une part, le système de soins formel, professionnalisé, individualisé, médicalisé, enthnocentré, basé sur une vision très occidentale des soins, et d'autre part, le système plus informel, basé sur l'entraide à l'œuvre dans certaines communautés, sur d'autres manières de faire soin…*, poursuit Sonia De Clerck. *L'idée est donc de partir des compétences de chacun et de les faire se rencontrer.* » Parfois, les aidant·es proches auront besoin d'un relais professionnel lorsque la personne âgée rencontre de gros problèmes de santé. Parfois aussi, les professionnel·es du soin s'appuieront sur les savoirs des habitant·es du quartier, en termes de codes culturels, de langues, de pratiques de soins, pour apporter un acte de soin plus personnalisé.

Derrière CitiSen, il y a aussi l'envie de promouvoir une vision plus globale de l'accompagnement des seniors, reposant sur des approches sociales de la santé, tenant compte des inégalités sociales de santé[2] .

Le réseau qui se tisse autour de CitiSen permet de créer du lien dans le quartier. Accompagnée d'habitant·es qui assurent la traduction, l'équipe de CitiSen fait aussi du porte-à-porte pour informer les seniors. Parfois, des situations inquiétantes sont signalées. Des personnes âgées, vivant dans des logements vétustes, dans une pauvreté extrême, laissées à l'abandon… « *Il y a toute une série de personnes seules qui ne sont pas du tout aidées… Elles vivent dans une très grande précarité et retardent le plus longtemps possible le moment de se faire soigner. En allant à leur rencontre, en créant du lien, nous essayons de les aiguiller vers les bons relais et de les accompagner vers l'exercice de leurs droits.* »

## Faire société

« *Les ruches de CitiSen, tout comme l'habitat groupé et le centre de jour, sont des lieux ressources et de nouvelles façons de faire collectif*, souligne encore Sonia De Clerck. *Car aujourd'hui et plus que jamais au regard de la crise sanitaire, l'enjeu est aussi de réinventer des manières de faire collectif, de faire société.* » Et Bernard Vercruysse de conclure : « *Les structures de proximité développées par BILOBA, c'est une belle réponse à la crise sanitaire et à l'évolution de la société. On essaie d'échanger une société de profit contre une société d'entraide.* »

---

1. *Cadre social d'un projet de lieu de vie pour les personnes âgées d'origine turque et marocaine*, Vincent Litt, étude réalisée pour la Maison Médicale du Nord, Bruxelles, novembre 2007.
2. Les *inégalités sociales de santé* sont les différences d'état de santé importantes et évitables entre des personnes appartenant à des groupes sociaux différents. Voir définition page 20.

Maison BILOBA Huis
Schaerbeek, Bruxelles
0489 56 88 81
info@maisonbilobahuis.be
www.maisonbilobahuis.be

# PRÉCARITÉ ET DIGNITÉ SONT-ELLES COMPATIBLES ?

Nicole Tonneau
Responsable du groupe de travail GRAPA du Gang des Vieux en Colère

**Actuellement, qui peut vieillir dignement avec moins de 1.640 euros net par mois[1] ? Beaucoup de citoyens ont moins, parfois beaucoup moins et quotidiennement, ils sont confrontés à une réalité : la précarité et la dignité sont incompatibles.**

## Un peu d'histoire

Après la création de la sécurité sociale en 1944, il s'est avéré indispensable pour les décideurs de l'époque, d'octroyer un minimum de revenu à toute personne ayant atteint l'âge de la pension même celles qui n'avaient pas suffisamment cotisé. C'est pourquoi la loi du 1er mai 1969, le « Revenu Garanti aux Personnes Agées » (RGPA) fut promulguée. Ceux qui répondaient aux conditions d'acceptation de ce moyen de subsistance ne subissaient aucun contrôle et pouvaient séjourner trois mois à l'étranger.

En 2001, Frank Vandenbroucke, ministre SPA (devenu Vooruit) des pensions de décembre 1999 à juillet 2003 et actuellement Ministre de la santé, promulgua la loi du 1er juin 2001 par laquelle le « Revenu Garanti aux Personnes Agées » (RGPA) devint la « Garantie de Revenu Aux Personnes Agées » (GRAPA). En instaurant un taux cohabitant et une prise en compte des ressources de tous les habitants et en limitant de 3 à 1 mois, les séjours annuels à l'étranger, cette loi fut un net recul social par rapport à celle de 1969.

Le 1er janvier 2014, Alexander De Croo, Open VLD, Ministre des pensions du gouvernement Di Rupo et actuel Premier Ministre, rectifia la prise en compte des ressources des personnes cohabitantes. Désormais, seul le conjoint marié ou le cohabitant légal pourra être considéré comme « cohabitant ». Par une exonération, toujours effective, de 5.000 € par an sur leurs revenus, il autorise les « grapistes » (les personnes qui perçoivent la GRAPA) à travailler. Les séjours à l'étranger restent limités à un mois.

Les différents ministres des pensions ont toujours restreint les conditions de l'obtention et de la continuité de la GRAPA, mais jamais au point de l'ex-Ministre des pensions Daniel Bacquelaine (MR) dont la loi du 1er juillet 2019 interdit aux grapistes non seulement de quitter la Belgique mais, aussi, leur domicile. À partir de cette date, le vécu des bénéficiaires de la GRAPA « sous contrôles renforcés » selon les termes du ministre, devient une assignation à résidence.

## Loi du 1er juillet 2019

Mi-juin 2019, un courrier du SFP (Service Fédéral des Pensions) informe tous les bénéficiaires de la GRAPA, des décisions prises par Daniel Bacquelaine :

*A partir du 1er juillet 2019 vous devrez déclarer préalablement :*

- *Tout séjour en Belgique de plus de 21 jours consécutifs dans une autre résidence que votre résidence principale ;*
- *Tout séjour à l'étranger, quelle qu'en soit la durée.*

*En cas de non-respect de cette déclaration préalable, la GRAPA est suspendue pour un mois.*

L'alinéa suivant explique qu'à partir de ladite date, les facteurs seront chargés de contrôles domiciliaires surprises à l'endroit de tous les bénéficiaires de la GRAPA.

Vu par le ministre : « *Cette modification de la procédure va permettre aux bénéficiaires de la GRAPA de se déplacer en Belgique plus facilement qu'auparavant, sans craindre une suspension liée à son absence du domicile (…) et le facteur pourra ainsi recréer du lien social.* »

## La mission du facteur

C'est par un accord entre le SFP (Service Fédéral des Pensions) et Bpost que le contrôle est attribué aux facteurs. Que les facteurs deviennent des contrôleurs pose beaucoup de questions et le syndicat socialiste représentant Bpost a manifesté son opposition ainsi que la société civile notamment le Gang des Vieux en Colère, la Ligue des Droits Humains, le Réseau wallon de lutte contre la pauvreté, les Syndicats, les Mutuelles et les CPAS. L'ensemble des partis politiques à part le MR et la NVA, ont également exprimé leur désaccord avec cette directive. Malgré cette imposante opposition, la loi est maintenue car, d'après Bacquelaine, « *les contestations viennent d'une mauvaise compréhension du public et de problèmes de communication* ».

## Grapistes fraudeurs ?

Le prétexte évoqué pour imposer ce contrôle draconien est que certains *Grapistes* vivraient à l'étranger. Qu'en est-il ? Fin 2019, une évaluation a montré qu'en quatre mois, 56.712 personnes ont été contrôlées. À l'arrivée, 538 sanctions ont été infligées. Soit 0,95 %. Si l'on ajoute que la GRAPA représente 2% du budget des pensions et 0,55% de celui de la protection sociale en Belgique, « *on utilise un bazooka pour tuer une mouche* », selon Merlin Gevers du Réseau wallon en lutte contre la pauvreté.

## Consignés à résidence, les grapistes peuvent-ils vivre dignement ?

« *Qui peut vivre avec entre 790 et 1180 euros par mois en 2021 ? C'est pourtant ce montant que peuvent espérer les Grapistes ! Non seulement ces plafonds n'atteignent pas le seuil de pauvreté mais ils ne prennent pas en compte les coûts de vie spécifiques et de risques de santé des Vieilles et Vieux. Et pourtant, malgré ces montants bien trop faibles, la procédure actuelle estime que c'est chez les Grapistes qu'il faut surcontrôler pour que l'Etat ne dépense pas « trop » d'argent… ?* », souligne quant à lui Michel Huisman, du Gang des Vieux en Colère.

## Il est temps que la suspicion change de camp

Alors qu'est amplement cultivée la rumeur du pauvre qu'il faut contrôler parce que malhonnête et tricheur, des fraudeurs, protégés par des cabinets d'avocats, de juristes et de certains politiques, payent quant à eux moins d'impôts que les citoyens lambda et leur fortune, grâce à l'optimisation fiscale, prospère dans les paradis fiscaux. Depuis des décennies, les services sociaux, la santé, l'éducation en pâtissent gravement. Le confinement généralisé pendant la pandémie Covid n'est que le résultat des économies pratiquées sur la santé.

Pour que nous, citoyens et citoyennes, puissions vieillir dignement, il serait temps d'exiger des politiques qu'ils nous en donnent les moyens.

---

1. 1.640 euros net par mois, le minimum pour tous les retraités recommandé par le Gang des Vieux en Colère

# PETITES COUPURES

Anne Hoogstoel
Voisine de l'UPA et membre du Gang des Vieux en Colère

**Le mois prochain, Liliane planifiera son budget à l'aune des petites coupures. Soixante billets de 20€ par mois ! Son pouvoir d'achat réduit d'un peu plus de la moitié. En avril, elle a fêté son 65e anniversaire. La retraite, c'est bien d'un côté : plus besoin de se lever tôt, de rester assise toute la journée devant un ordinateur ni de prendre les appels téléphoniques des clients insatisfaits (qu'ils aillent se faire voir). Oui, mais…**

*Ça va aller ! Je vais m'en sortir. 1212,71 euros par mois… mais c'est brut enfin non, c'est net puisque je ne devrai plus payer d'impôts. Et puis je peux travailler aussi. Mais qu'est-ce que je vais trouver comme boulot ? Garder des gosses, c'est épuisant. Faire des ménages, tu rigoles, je n'arrive même pas à nettoyer chez moi. Une demi-heure d'aspirateur et je suis toute essoufflée. Et puis après 39 ans de carrière, je suis fatiguée, faut plus m'embêter. 39 ans ! « Ce n'est pas une carrière complète ça, Madame ! ». Il se fout de qui lui ? Pour une carrière complète, j'aurais dû commencer mes études supérieures à… à 15 ans.*

*Il était pourtant sympa le gars du SPF Pensions qui m'a répondu au téléphone. « Vous pouvez racheter vos cinq années d'études, Madame, mais je vous le déconseille parce vous mettrez un temps fou à amortir cette somme. ». J'ai rêvé ou sa voix tremblait un peu quand il m'a dit ça ? D'ailleurs la question ne se pose plus : on ne peut plus racheter ses années d'études. Et de toute façon, je n'avais pas la somme. Du moins pas assez. Ce que j'ai économisé paiera tout juste 3 ans d'assurance-vie pour l'appart et ça, ça me rassure.*
*Et puis je vais m'en sortir. Je m'en suis toujours sortie.*

*J'ai de la chance quand même d'avoir cet appart ! Je m'y sens bien. Oh oui, je me suis dit que j'avais de la chance quand tout à l'heure, près de la station de métro, j'ai vu ce jeune type qui dormait sur un carton avec une couverture sale qui lui couvrait la tête. C'était peut-être une fille ou un vieux… On ne voyait pas sa tête. D'habitude je donnais un euro ou 50 cents. Mais faut que j'arrête. D'abord calculer ce qu'il me reste quand j'aurai payé la traite, l'eau, le gaz, l'électricité, le téléphone et la connexion internet, tout ça, tout ça… Deux cents ? Deux cent cinquante ? Avec ça je peux bouffer et bien même : lundi côtelettes, mardi, soupe de légumes (le jeûne intermittent c'est excellent pour la santé, il paraît), mercredi, des œufs, jeudi, végétarien… Je vais m'en sortir tout en respectant la planète !*

*Il est à combien déjà le seuil de pauvreté ? 1187,00 euros ! Ben voilà, j'ai le cul dans le beurre. Ah non, c'est le chiffre de 2019 ! Clic ! Re-clic ! Ah, voilà ! Pour 2021, c'est… Zut ! Mon écran est tout noir. Ça arrive de plus en plus souvent. CTRL-ALT-DELETE-redémarrer.*

*C'est ma hantise. S'il me lâche (qui ça ? ben l'ordi, banane !) faudra que je m'en achète un autre avec les économies pour l'assurance-vie. Pas possible !*

*C'est mal barre mais je vais m'en sortir. Il y a toujours ces deux boîtes de Xanax qui datent de la fois où le toubib s'était trompé dans l'ordonnance. Non, pas une bonne idée parce que l'assurance-vie ne voudra pas rembourser mon solde et les enfants perdront l'appart. Oublie !*

*Oh et puis, j'arrête de penser à tout ça. Je ne suis pas bien là, sur le balcon, au soleil ? On n'est qu'à la fin du mois d'avril et déjà il tape très fort, le soleil, sauf qu'en avril, je ne devrais pas me découvrir d'un fil…*

*Bah ! Je vais m'en sortir, hein ?*

**Quelques chiffres en aparté…**

En Belgique, les femmes reçoivent en moyenne un tiers de pension en moins que les hommes. La pension moyenne des femmes s'élève à 810 euros, celle des hommes à 1.245 euros. Une femme sur trois touche moins de 750 euros de pension, alors que ce n'est le cas que d'un homme sur 5, selon les chiffres du rapport de mars 2019 du Service fédéral des pensions. En outre, à peine 2 femmes sur 10 obtiennent une pension de plus de 1.500 euros par mois, contre plus de 4 hommes sur 10. Par ailleurs, selon les statistiques officielles (StatBel), plus de 400.000 pensionné·es - femmes et hommes confondu·es - sur 2.400.000 vivent au seuil de pauvreté, soit 1.187 euros pour une personne isolée et 1.780 euros pour un couple. Le risque de pauvreté touche 14,1% des (pré)pensionné·es. Enfin, une étude de Solidaris évalue le prix moyen d'un séjour en maison de repos à 1.562 euros par mois… soit beaucoup trop pour un très grand nombre de retraité·es.

Le **Gang des Vieux en Colère** est un mouvement citoyen indépendant, non partisan et transpartisan, qui se bat pour que les générations futures puissent vieillir dans la dignité en ayant un montant de pension de retraite minimum garanti, et un accès décent aux soins de santé égal pour toutes les femmes comme pour tous les hommes.
Ce collectif est né fin 2017 et compte aujourd'hui 14.000 membres et sympathisant·es en Belgique. L'humour est son arme de poing. Ses apparitions médiatiques et ludiques interpellent le monde politique, les syndicats, les associations liées au monde des seniors et les citoyen·nes qui ne se sentent plus respecté·es. Il lutte sur deux fronts importants celui des pensions et de la GRAPA d'une part et contre les maltraitances infligées aux vieilles et aux vieux en maisons de repos et de soins, d'autre part.
0473 344 582
ElCapo@gangdesvieuxencolere.be
www.gangdesvieuxencolere.be

# « EN FAIT, ÊTRE VIEUX, POUR MOI, N'EST PAS TROP DÉSAGRÉABLE »

Guy Timmermans
81 ans, ancien du groupe des Mordu·es de l'UPA

**En 2019, sortait le documentaire « Guy, Maguy, Georges et les autres… », réalisé par l'asbl Clara dans le cadre de l'atelier multimédia de l'Université Populaire d'Anderlecht (UPA). S'interrogeant sur l'isolement et la solitude des seniors, ce documentaire va à la rencontre d'anciens membres des Mordu·es, un groupe actif au sein de l'UPA. Parmi eux, Guy Timmermans qui, à l'époque de la réalisation du documentaire, venait de faire le choix de vivre en maison de repos. Deux ans plus tard, ce doyen de l'UPA, âgé aujourd'hui de 81 ans, nous livre un nouveau témoignage, déposant ainsi son regard sur le vieillissement.**

Avant-propos... Le groupe des Mordu·es est depuis longtemps très actif au sein de l'UPA. A travers des activités d'informatique, de théâtre, de fiction vidéo, une cohésion s'est créée, a évolué et s'est renouvelée au fil du temps. Les plus âgé·es ont décroché petit à petit des activités. « *Que sont-ils devenus aujourd'hui ?* » C'est la question que se sont posé·es les Mordu·es en 2019 lors d'un atelier multimédia mené en partenariat avec l'asbl Clara[1]. Le groupe est alors allé à la rencontre des plus ancien·nes et d'associations spécialisées dans l'accompagnement des seniors afin de réaliser un documentaire. C'est ainsi qu'est né « Guy, Maguy, Georges et les autres… »[2] , un film interrogeant l'isolement et la solitude que vivent les personnes âgées dans la société d'aujourd'hui.

Parmi les vedettes de ce documentaire, il y avait Georges. Georges nous a malheureusement quitté en mars 2021. Jusqu'au bout, il nous a bercé de sa force, de son sourire, de sa positivité et de son âme en paix… Parmi les autres vedettes du film, il y avait aussi Guy, qui témoigne une nouvelle fois aujourd'hui, dans les pages de *La Mauvaise Herbe*. Merci à lui pour les paroles partagées…

« *J'ai toujours habité le quartier de Cureghem. Enfant, je me souviens, il y avait le dépôt des tramways vicinaux en face de chez moi. J'aimais regarder passer les trams. On était beaucoup plus libres de sortir en rue qu'aujourd'hui. J'étais chez moi dans ce quartier, j'aimais bien. Une fois marié, je suis resté à Cureghem et mes trois enfants ont grandi dans le quartier, eux aussi.*

*J'ai beaucoup travaillé. Vers la cinquantaine, j'ai eu des soucis de santé. Les artères se bouchent à cause de tout ce qu'on a mangé et qu'on n'aurait pas dû manger. Et à force de trop travailler, mes soucis de santé se sont accentués. J'ai dû arrêter de travailler.*

*Je me suis investi dans des associations. Ce qui m'intéresse, ce sont les questions sociales, les moins nantis, l'aide aux enfants… Pensionné, j'allais manger au restaurant social de Cosmos (lire article p.26). Puis, un jour, j'ai traversé la rue parce que j'ai vu qu'il y avait des cours d'informatique en face, chez Euclides. Moi, je faisais partie d'un groupe qui, avec le temps, a été baptisé « les Mordus de l'informatique ». Avec mon ami Georges, on était les deux piliers, envers et contre tout, par tous les temps, nous étions présents au cours d'informatique ! J'ai tout appris là, à commencer par allumer un ordinateur ! Je suis d'une génération où l'informatique et le numérique, on ne connaissait pas, on ne pouvait même pas se l'imaginer. Internet, c'est un outil fantastique, si on en fait un usage un peu malin. Puis, avec le groupe, on a participé à construire ce qui allait devenir l'UPA. On a posé les premières pierres.*

*Aujourd'hui, je suis aussi grand-père. J'aime bien avoir des petits-enfants, je leur apprends des petites choses en néerlandais.*

*J'ai pris de conscience de mon vieillissement à bord d'un transport en commun, quand, pour la première fois, quelqu'un s'est levé pour me céder sa place…*

*Tant que tu es actif, tu crois que c'est pour toujours… Depuis le décès de mon épouse il y a 4 ans, j'ai intégré cette notion de finitude. Nous ne sommes pas éternellement sur terre, nous ne faisons que passer… De là découlent toutes les questions du sens de ce que nous sommes venus faire ici. Non seulement le « faire » mais également la qualité de ce que nous avons fait commence à me préoccuper.*

*Le décès de mon épouse, j'en souffre encore… Après son départ, j'ai d'abord été dans un centre d'accueil de jour pour seniors. Puis, j'ai pris la décision d'aller en maison de repos. Je ne pouvais plus vivre seul, je ne savais pas cuisiner, je n'étais pas assez autonome. Vivre en maison de repos, ça a aussi un coût… Vieillir dignement, si tu n'es pas parvenu à te constituer un petit capital pendant ta vie active, ce n'est pas évident…*

*Entrer dans une maison de repos, ce n'est pas toujours facile… Toutes les personnes qui entrent ici ont eu un passé et l'habitude de maîtriser des choses. La maison de repos a aussi un passé et des habitudes : les choses se passent comme ça, pas autrement. Ce qui m'importe, c'est la qualité des soins apportés. Et qu'on ne m'infantilise pas. Que le personnel soignant m'appelle par mon prénom, ça ne me dérange pas. Des liens amicaux se créent.*

*Dans l'ensemble, je suis content. Bon, il y a bien quelques aides-soignantes qui crient comme des institutrices de maternelle, mais ça va. Quand tu es en maison de repos, tu es coupé de beaucoup de choses, tu ne vois plus la vie de tous les jours comme avant. Tu ne prends plus les transports en commun, par exemple. Il faut s'adapter à la façon de vivre dans ce nouveau lieu de vie et accepter son organisation. Tu dois manger ce qu'on nous donne au restaurant. On a un rêve sur les maisons de repos, mais ça ne se passe pas toujours comme ça dans la réalité.*

*La période Covid et le confinement, je les ai à la fois bien et mal vécu. Bien, parce que j'ai contracté le Covid mais j'étais asymptomatique. Mal, parce que je n'avais plus envie de rien, j'avais perdu le goût. J'avais comme les bras et les jambes coupés. En confinement, je n'ai plus vu personne. On était emprisonnés. Des décisions sont prises en maison de repos sans aucune consultation des résidents. J'aurais souhaité que l'on construise les décisions ensemble. Mais ça ne semble pas pensable pour l'instant…*

*Est-ce une vieillesse heureuse ? Je le pense. J'ai la chance d'encore avoir ma tête, même si j'ai perdu la mémoire immédiate. Je ne suis pas encore dément, mais cela peut encore m'arriver. J'ai encore la capacité de m'occuper de moi. En fait, être vieux, pour moi, n'est pas trop désagréable. Malgré mes 81 ans, jusqu'à présent, j'ai pu faire du vélo d'appartement, ce qui m'a permis de rester dans une forme physique relativement bonne. Je pratique également la marche rapide dans le bâtiment de la maison de repos. Je marche aussi à l'extérieur en fonction du temps. Jamais dans la pluie mais au soleil.*

*Nous vieillissons depuis le moment où nous sommes nés. C'est inéluctablement le sort de tout ce qui apparait sur terre.* »

---

1. L'atelier multimédia de l'UPA est un lieu de rencontre et d'échange, ouvert à tous et toutes, qui a pour mission l'éducation et la formation à la communication de demain et aux médias. Il vise à construire une société plus juste, plus démocratique et plus solidaire qui favorise la rencontre entre les cultures par le développement d'une citoyenneté active et critique. Il est mené par l'asbl Clara entre les murs de l'UPA, sur base de thématiques choisies collectivement par les Mordu·es.
2. Cet outil vidéo est disponible gratuitement pour toute projection-débat (contact : jp.delobel@clara.be) et accessible en ligne via le site de l'UPA (Multimedia) ou www.clara.be/upa

***« Pour moi, vieillir dignement, c'est avoir un logement correct, une pension correcte, savoir se nourrir, avoir des contacts sociaux. Si possible, faire des sorties, au théâtre, au ciné. Je suis aussi actif au Gang des Vieux en Colère (lire article p.34). Dernièrement, j'ai participé à une action aux Marolles, car dans un home, ils ont changé de direction. Celle-ci a décidé de diminuer le personnel, d'où moins de contacts avec les résidents… Ce n'est pas ça vivre dignement… Alors, j'ai crié que cela devient un mouroir, plutôt qu'une maison de repos. »***

**Robert Deschryver**, 63 ans, du groupe des Mordu·es de l'UPA

# LA VIEILLESSE, VUE PAR LES APPRENANT·ES DE L'UPA

Propos recueillis par Nora Jribi
Stagiaire à l'UPA

**Hafida suit les cours de Français Langue Etrangère (FLE) à l'Université populaire d'Anderlecht (UPA). Elle a 42 ans, deux enfants et habite Anderlecht. Elle et Nora, stagiaire à l'UPA, ont discuté de la place des personnes âgées dans nos sociétés, ici en Belgique et là-bas, au Maroc, le pays d'origine d'Hafida, et en Tunisie, celui de Nora.**

***Nora* : Qu'est-ce qu'une personne âgée pour toi ?**
*Hafida* : C'est un homme ou une femme qui a plus de 60 ans.

**À ton avis, comment se sent-on quand on est une vieille personne ? Physiquement, émotionnellement…**
C'est une personne qui ne peut pas travailler, qui ne peut pas faire du sport… Ce sont des gens sensibles, faibles… Il y a un changement de caractère. Les personnes âgées sont plus calmes.

**Que penses-tu des maisons de repos ? Des personnes âgées vivant dans ces lieux ici en Belgique?**
C'est bien que ça existe, je trouve… Mais moralement ce n'est pas bon pour la personne âgée. L'homme ou la femme âgée a besoin de ses enfants, besoin de câlins de ses enfants… Ils ont besoin de la famille, besoin de quelqu'un qui discute avec eux. Les gens âgés sont comme des enfants, on doit s'occuper d'eux et leur donner beaucoup d'amour. Mais parfois, on est obligé de vivre dans une maison de repos…

**Obligé ?**
Oui, quand l'homme ou la femme âgée n'a pas d'enfants. C'est obligé d'aller à la maison de repos et de vivre là-bas. C'est bien de vivre dans une maison de repos au lieu de vivre dans une maison tout seul, sans personne.

**Y a-t-il des maisons de repos au Maroc, dans ton pays d'origine ?**
Oui, il y a des maisons de repos au Maroc, mais pas autant qu'en Europe.

**Est-ce que tu penses que c'est la même chose qu'ici ?**
Je crois que oui... Mais c'est moins qu'ici parce que les Marocains sont très attachés à leurs parents. Notre culture dit ça… Par exemple, moi, mes parents ont vécu avec leurs enfants jusqu'à leur mort. Jamais dans une maison de repos. Ils vivaient dans leur maison avec mes trois frères et ma sœur qui vivent encore au Maroc. (*Hafida a trois frères et quatre sœurs. Elle et deux de ses sœurs vivent à l'étranger*)

**Au Maroc, ce sont les fils qui prennent en charge les parents, c'est ça ?**
Oui, parce que les filles, quand elles sont mariées, elles quittent la maison... Les parents restent dans leur maison. Mais ils peuvent aller vivre chez leur fille, s'ils veulent… Ça dépend. Dans ma famille, mes frères sont restés vivre dans la maison de mes parents. Mes parents sont restés avec mes frères, dans leur maison. Ça, c'est mon exemple. Mais chacun son avis… Il n'y a pas de manière.

**Je pense qu'il y une grande part de culture aussi. Je prends l'exemple de mon pays, la Tunisie, il s'agit**

**d'un tabou, le fait de mettre son père, sa mère dans une maison de repos même si ces derniers sont incapables de venir en aide à ces personnes quand elles ont besoin de soin, d'un lit médicalisé, d'une prise en charge spécifique... Malgré toutes ces conditions, ils gardent les personnes âgées dans la maison familiale.**

Oui, les personnes âgées ont besoin d'aide… Quand ma maman était très âgée et malade, elle avait besoin d'aide. Alors ma grande sœur, mariée et qui a des enfants, elle a aussi vécu chez mes parents. La maison de mes parents est très grande, il y a trois étages. Elle a vécu à un étage avec sa famille, pour rester avec ma mère et s'en occuper. Au lieu de chercher une infirmière, c'est ma sœur qui a fait ce travail. Elle l'a fait avec grand plaisir. Alors nous, les trois autres sœurs, on a la chance d'avoir notre grande sœur qui est restée avec ma mère. C'est une grande chance... Ma grande sœur s'est occupée d'elle comme si c'était un bébé. Elle lui donnait à manger, elle l'emmenait au hammam deux fois par semaine. Le hammam marocain pas les douches à la maison. Elle ne la laissait pas seule. Ma mère a été heureuse, même malade, elle a été très très heureuse avec sa famille autour d'elle, les hommes et sa fille, ma grande sœur. Elle a été heureuse avec sa famille jusqu'à sa mort… Pour les gens âgés, rester avec leurs familles, c'est mieux !

**Oui, c'est mieux… mais est-ce toujours possible ? Même si ce sont les fils qui prennent en charge les parents, ce sont les belles-filles filles qui, bien souvent, s'en occupent et ce n'est pas toujours facile. Moi, par exemple, j'ai vécu cela. Ma mère s'occupait de sa belle-mère, ma grand-mère. Ce n'était pas facile… Ma mère était fatiguée. Elle avait un poste à temps plein, deux enfants à charge, une maison à gérer… Si tu ajoutes à cela une personne âgée dont il faut s'occuper, son repas, ses couches, son bain… C'était extrêmement compliqué malgré l'aide extérieure dont elle a bénéficié. J'ai aussi participé avec mes propres moyens dans la prise en charge quand j'étais jeune (j'avais 10 ans). Le plus marquant pour moi était les relations conflictuelles qu'elles avaient… Ma grand-mère n'avait pas toujours été tendre avec ma mère dans le passé. Du coup, la prise en charge avec bienveillance était compliquée pour ma mère… Elle essayait néanmoins, mais ne trouvait pas de sens dans ce qu'elle faisait. Pour ma mère, c'était à mon père de s'occuper de sa maman. Cette prise en charge était donc semée de conflits dans le couple d'un côté et imprégnait l'atmosphère familiale d'un stress continu… Si je partage cela, c'est parce s'occuper d'une personne âgée, surtout quand on ne l'a pas choisi, ce qui est le cas pour certaines belles-filles, ce n'est pas toujours facile. Et si tu travailles toute la journée, par exemple, comment fais-tu pour t'occuper de ta maman âgée ?**

Si je travaille, je cherche une infirmière ou une femme qui reste avec elle toute la journée jusqu'à ce que je termine mon travail. Le soir, je m'en occupe, je donne de l'amour. Quand j'étais petite, ma mère a fait comme ça… Elle m'a donné des bisous, des câlins, de l'amour… Pourquoi je ne donnerais pas ça à ma mère ? Ma mère me manque, elle me manque toujours… beaucoup…

**À ton avis quelle est la place d'une personne âgée dans une famille ? Imagine-toi âgée, quel serait ton rôle dans ta famille ?**

Je donnerais de l'amour à mes petits-enfants, je donnerais de bons conseils pour bien vivre parce que j'aurai une expérience de la vie. Je donnerais le sourire… Mais surtout, de l'amour… Donner de l'amour pour vivre une belle vie avec les enfants et les petits-enfants. L'important, c'est de rester ensemble avec les enfants, les petits-enfants... C'est ça le bonheur.

**Comment aimerais-tu vieillir ?**

J'aimerais être une femme en bonne santé, j'aimerais que mes enfants m'entourent. Je veux être heureuse avec mes enfants même s'ils sont mariés, une visite ou deux visites par semaine.

**Tu voudrais vivre avec tes enfants ? Comme ta maman et ta grande sœur ?**

Non, je ne voudrais pas vivre avec eux. Je veux voir mes enfants vivre libres avec leurs familles. Je ne veux pas déranger… Je veux bien rester avec mon fils ou ma fille, mais c'est leur choix personnel… Je voudrais rester dans ma maison. Après quand je serai très âgée, si mon fils ou ma fille me dit « Viens vivre avec nous », je ne dirais pas non. Je vais accepter, j'ai besoin d'eux, j'ai besoin de mes enfants. Je préfère rester chez mes enfants jusqu'à la mort. Je ne veux pas être dans une institution… Je ne peux pas rester loin de l'amour de mes enfants.

*« Quand on est une vieille personne, on n'a plus la force… On n'a pas de courage… Ça dépend si on est malade ou pas… Mais quand on vieux, il y a beaucoup de choses qu'on ne peut plus les faire… On a peur, parce qu'on peut mourir. On ne pense pas à la mort quand on est jeune même si ça peut arriver. Mais on y pense plus souvent quand on est vieux et ça nous empêche de faire des choses !*

*Il faut du courage pour faire des choses quand on est vieux… Ça dépend des personnes. Moi, je connais une personne au Maroc qui a 100 ans et qui va bien. Mais ça, ce sont les vieux d'avant. Il n'y avait pas de produits chimiques, de pollution, on mangeait bien et sain… Maintenant, on est vieux et malades à cause des produits chimiques, des mauvais produits qu'on mange. Dans la campagne, on mange des choses vraies, on respire bien…*

*La vieillesse, ça dépend des personnes, et de comment elles voient leur vie et leur avenir. Certaines vont se reconstruire une nouvelle vie à 75 ans après un divorce ou le décès de leur époux ou épouse. D'autres refusent cela en disant qu'ils sont vieux.*

*Les vieux, ce sont les sages de la famille, ils règlent les conflits.*

*Il y a beaucoup de jeunes, qui ont des parents qui vieillissent alors ils les mettent dans les maisons de repos. D'autres gardent leurs parents chez eux jusqu'à leur mort. Ça dépend, on ne fait pas tous la même chose... Mais pour moi, la personne qui met son papa et sa maman dans une maison de repos a oublié que cette maman ou ce papa s'est occupé d'elle, quand elle était petite. Parfois, ce sont les époux et les épouses qui décident ça… Alors, l'enfant va être obligé de déposer son parent dans une maison de repos, même s'il n'en a pas envie. Mais c'est vrai que ça crée des problèmes parfois de garder la personne âgée à la maison… Quand quelqu'un est vieux, il ne peut plus marcher, il ne peut plus se laver… Il faut s'en occuper et la personne qui s'en occupe va se fatiguer.*

*Au Maroc, il y a des maisons de repos en ville, mais pas à la campagne. A la campagne, c'est la famille, les enfants, les frères, les sœurs qui s'occupent des personnes âgées. Ce sont les femmes, mais aussi les hommes qui s'en occupent. Je connais un homme au Maroc, qui s'est occupé de son père jusqu'à la fin. C'est lui qui lui donnait la douche, à manger… Mais quand il n'y a pas de famille et pas d'enfants, ils font appel à des femmes de ménage.*

*J'aimerais vieillir en bonne santé, vivre avec mes enfants, aller au marché, aller chercher mes petits-enfants. Moi je préférerais rentrer au Maroc quand je serai vieux, mais à cause des enfants je dois rester ici. Je pense à mes enfants, ils veulent rester ici. »*

**Mohamed**, 49 ans, apprenant à l'UPA

« *En Albanie, ma grande sœur s'occupe de mon père. Mais c'est une autre mentalité dans la campagne… On ne laisse jamais les parents, même quand on immigre, on essaie de ramener ses parents. Ma belle-mère est albanaise, elle vit aussi en Belgique. Elle a 65 ans. Elle n'est pas dans une maison de repos. Elle a fait une demande pour être dans un logement social. Elle vit à Molenbeek maintenant. Elle vient passer la journée chez nous, elle fait tout, et elle travaille encore (la cueillette) et elle a de l'argent du C.P.A.S.*

*Pour moi, le rôle de la personne âgée, c'est de s'occuper des enfants, travailler le jardin aussi, s'occuper des animaux et donner des conseils.*

*Avec le Covid, il faut s'éloigner d'eux pour les protéger. Mais c'est difficile pour les personnes âgées. Et aussi, avec le Covid, on est tous isolés, ça n'a rien avoir avec l'âge…*

*Je respecte les personnes âgées parce qu'avant elles se sont occupées de nous et parce qu'un jour je serai vieille moi aussi.*

*Quand je serai une vieille personne, je vais me sentir bien parce que je serai une grand-mère, les enfants seront grands, je serai en bonne santé. C'est normal d'être vieux… C'est une étape.*

*Je voudrais rester en Belgique, mais j'espère travailler pour avoir une pension, je voudrais être avec mes enfants, habiter avec eux. Je ne veux pas aller dans une institution, c'est terrible et violent. Je voudrais m'occuper des petits enfants, aller les chercher à l'école, préparer les repas, aider mes enfants. Je voudrais avoir une bonne santé et une mémoire qui fonctionne bien.* »

**Uta**, apprenante à l'UPA

# LES JEUNES DE L'UPA S'EN MÊLENT

Matías Silva Rojas
Stagiaire à l'UPA

**Qu'est-ce que ça veut dire « vieillir » ? Les personnes âgées et les enfants peuvent-ils être ami·es ? À partir de quand peut-on dire que nous sommes âgé·es ? Muni·es de ce type de questionnement autour du vieillissement, nous sommes allé·es à la rencontre de la diversité des représentations, des ressentis, des paroles des enfants qui se côtoient chaque semaine au soutien scolaire de l'UPA. Voici quelques traces de ces rencontres avec les plus jeunes d'entre nous.**

Dans un souci de démocratisation des savoirs prônée par l'UPA, nous avons demandé aux enfants du soutien scolaire, âgés de 6 à 12 ans, de nous aider à comprendre leur vision du vieillissement et d'y réfléchir ensemble. Une série de quatre ateliers, inspirés par les Nouvelles pratiques philosophiques[1] et la pédagogie active, leur a été proposée.

Sans évoquer la question du vieillissement, nous avons demandé aux enfants dans une **première rencontre** de regarder attentivement différentes images mettant en scène des personnes âgées et/ou le lien intergénérationnel, et ensuite, de choisir individuellement celle qui leur « parlait », les interpellait le plus (technique du *photolangage*). Après avoir montré et décrit sa photo aux autres, chaque enfant a raconté le « pourquoi » de son choix. Le groupe a alors mis des mots sur le thème qui nous réunissait et un débat s'en est suivi. Pour la **deuxième séance**, nous avons choisi une vingtaine des affirmations tranchantes et même contradictoires provenant des enfants eux-mêmes lors de la première rencontre. Sur base de ces affirmations, nous leur avons proposé un *débat mouvant*, visant à se positionner dans l'espace (d'accord/pas d'accord) et à argumenter leur positionnement. Lors de cette séance, les enfants ont eu la chance de confronter leurs opinions avec l'avis d'Anne, voisine du quartier qui fait également partie du Gang des vieux en colère. Le **troisième atelier** portait sur la question du lien intergénérationnel. À l'aide de deux courtes vidéos, nous avons demandé aux enfants de nous raconter leurs liens avec des personnes âgées y compris les liens familiaux. Cette séance a abouti au dessin de l'arbre généalogique de chacun·e. Pour finir, lors du **dernier atelier**, nous voulions déconstruire les stéréotypes autour du vieillissement au départ d'un clip vidéo présentant Lena Salmi, skateboardeuse finlandaise de 67 ans. Les enfants ont ensuite imaginé, puis raconté et/ou dessiné leur vie et leurs activités futures, lorsqu'ils et elles auront 67 ans. L'atelier s'est achevé avec l'écriture collective d'un récit (lire p.50).

Découvrez, dans les pages qui suivent, une partie des échanges et réalisations collectés au cours de ces différents ateliers.

1. dont l'axe principal tourne autour du développement et de la pratique des habiletés de penser et des discussions à visée démocratique, tout en utilisant des matériaux et des techniques d'animation adaptés à différents publics non académiques.

Quand on devient vieux, on n'a plus d'énergie.

Non ! Parce que parfois il y a des vieux qui sont plus forts que les jeunes.

Il y en a qui sont forts, qui restent jeunes dans leur tête.

Ça c'est rare, ça c'est très très rare

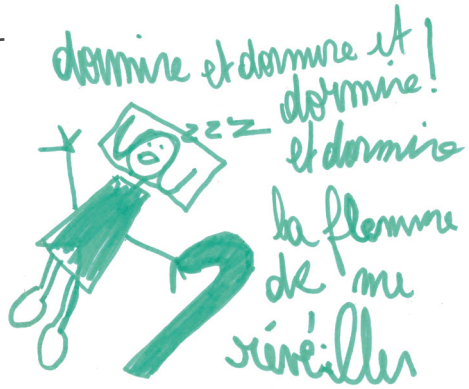
Moi j'en connais. Mon grand-père il est fort au foot !

Peut-être qu'il peut y avoir des personnes âgées sportives... Peut-être pas sportives mais qui sont en pleine forme...

Les personnes âgées, elles ont de l'énergie mais pas vraiment comme quand elle étaient jeunes.

Ça dépend de la personne

Les personnes âgées avec des faiblesses, avec une maladie elles ont moins d'énergie et d'autres en ont plus.




MOI JE TROUVE QU'IL Y A DES AVANTAGES PARCE QUE LES VIEUX NE TRAVAILLENT PLUS MAIS ILS SE FONT PAYER.

On va mourir à cause de quoi ? Parce qu'on n'a pas d'argent on va mourir...

Mais non, si tu travailles avant, il y a quelque chose qui te donne de l'argent.

Et là, tu deviens riche... ?

Non, tu n'es pas riche !

Quand on est adulte, on peut parfois s'amuser, mais pas tout le temps. On doit aussi tout le temps travailler pour avoir de l'argent. Quand on est vieux, on a des maladies, on a du mal à marcher ou courir…

En plus, on s'amuse pas quand on est grand. On passe son temps à rester à la maison, à faire le ménage…

Quand on est adulte, on a plein de choses à faire. Quand on est vieux, on a déjà fait sa vie.

Quand on est vieux,
on ne peut presque rien faire…

Il faut rester assis, regarder la télé… C'est nul…
On doit rester petit toute la vie, ça doit être trop bien !

Quand on est vieux, c'est comme si on était un peu bébé. Il faut les aider à manger.

Moi, je voudrais grandir jusqu'à 30 ans et après, ne plus grandir. Il faut demander aux gens de nous préparer une potion, un truc comme ça, de la chimie…

Nous, on va aussi devenir vieux, il n'y a pas de potion magique !

Mon grand-père, il s'amuse. Il joue avec nous, il joue aux échecs.

Un vieux peut faire des choses qu'il aime bien faire. Un vieux, il peut cuisiner, il peut travailler à la maison, il peut faire plein de choses…

Il y a des vieux qui sont très motivés, c'est comme des jeunes dans leur tête.

***Quand on vieillit, on est apaisé. On peut faire des choses folles, mais on est toujours dans notre bulle. On a moins de problèmes, on ne doit pas travailler, on est à la maison, on peut sortir…***

***Alors que quand on a par exemple 40 ans, on doit courir partout, on doit travailler, on doit faire le ménage, préparer tout pour les enfants…***

***Je pense qu'être plus âgé donne plus de libertés. Un homme âgé dans la rue, on ne va plus suspecter quelque chose, parce qu'une personne âgée, c'est une personne faible. Du coup, il n'est plus suspect comme un jeune.***

**Ceux qui sont plus âgés, ils ont appris beaucoup et ils apprennent encore. Tout le monde apprend encore.**

J'ai appris à mon grand-père à compter jusqu'à 10 en français. Il m'a appris à parler en turc.

**On peut leur apprendre à jouer à Fifa, parce qu'avant ça n'existait pas.**

J'AI APPRIS À MA GRAND-MÈRE À PARLER FRANÇAIS, PARCE QU'ELLE VIT EN TURQUIE.

Quand les enfants vont à l'école, les personnes âgées sont à la maison. Quand les enfants ont appris une nouvelle leçon, ils vont en parler à leur grand-mère ou grand-père.

Les personnes âgées ne sont pas oubliées parce qu'on se rappelle d'elles beaucoup, on ne s'en rappelle pas 24h/24, mais on ne les oublie jamais…

Ma maman essaie tout le temps d'aller chez mon papy, chez ma grand-mère. Elle fait tout pour qu'on y aille.

Ça dépend de si la personne a une famille qui lui rend visite. Si la personne n'a pas de famille, elle s'ennuie.

Les vieilles personnes sont oubliées. Il y a des personnes qui amènent leurs parents dans les maisons de retraite et ils les laissent sans aucune nouvelle.

Et ils ne prennent pas beaucoup de contacts aussi…

On ne s'amuse pas en maison de retraite, les vieux là n'ont plus de famille, sont tout seuls.

Et donc c'est triste…

Les personnes vieilles, il faut penser à elles. Les gens ne pensent qu'à eux, c'est énervant.

Il y a des vieux dont toute leur famille est morte, du coup personne ne va se rappeler d'eux. Si une personne est toute seule, personne ne va penser à elle.

Quand tu te sens vieux, tu es vieux. C'est ton corps qui dit « maintenant tu es vieux ».

Mais non, parce que si je suis fatigué, je ne suis pas vieux quand même !

On peut reconnaître les vieux, on le voit ou on ne le voit pas. Là vous, si vous êtes vieux, je vais le savoir parce que je levois. C'est parce qu'on voit. Il y a de truc comme ça. Les cheveux, la peau.

Mais non, c'est quand tu sens que tu es vieux, pas quand tu es fatigué…

Quand le corps vieillit, les cheveux aussi, ils périssent… Et on voit moins bien…

Il y en a qui veulent qu'on croit qu'ils sont jeunes, mais en fait ils sont âgés, mais ils n'ont pas envie d'avoir de rides…

Tout ça c'est à cause de la beauté…

C'est pas le physique qui compte, c'est ce qu'il y a à l'intérieur de toi.

**Ecriture collective au départ de l'histoire d'une skateboardeuse… de 67 ans !**

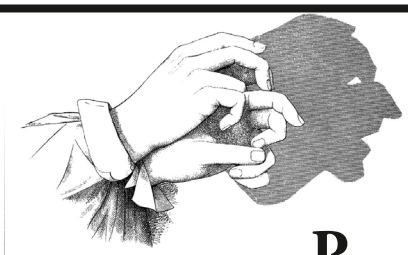
La skateboardeuse finlandaise Lena Salmi a commencé à pratiquer le skate à l'âge 61 ans et en a 67 aujourd'hui. Son compte facebook « Very Old Skateboarders » (Très Vieux Skateboardeurs) rassemble sur les réseaux sociaux près de 7500 membres du monde entier. Après avoir visionné une courte vidéo sur son histoire, les enfants de l'UPA ont expérimenté une technique d'écriture collective. Au départ d'un début de texte écrit sur une large affiche, chaque enfant a déposé une phrase venant façonner petit à petit un texte commun. Voici l'une de ces réalisations, écrite à 10 mains et qui témoigne des idées reçues autour de la vieillesse, d'un autre regard qu'il est possible de poser sur les personnes âgées et de l'accès à leurs droits.

***Lena Salmi habite le quartier. Elle a 67 ans et elle adore faire du skateboard. Un matin, elle est passée devant moi sur son skate et soudain...*** *Je lui ai dit :*

- *Mais, vous voulez mourir ?*
- *Comment vous pouvez survivre ?*
- *Je peux survivre parce que j'ai 67 ans ! Je peux faire tout ce que je veux, du sport, des activités, de la gym…*
- *Non mais vous êtes folle ou quoi ?*
- *Ça alors, elle est complètement tarée cette dame !*
- *Non, je ne suis pas tarée, peut-être que c'est vous qui êtes tarés. J'ai LE DROIT !*

**Les enfants du soutien scolaire de l'UPA** qui ont partagé leurs savoirs et leurs paroles à l'occasion de ces ateliers : Abiba, Ahmed, Alima, Alhussein, Allayth, Dgibril, Fatoumata, Funda, Habib, Hassane, Ibrahima, Idiata, Kanimady, Mamadou, Maria, Mariam, Mohamed, Rahaf, Safouane, Seyma, Teoman, Wissam, Youssef.

# ELLES/ ILS ONT CONTRIBUÉ À CE NUMÉRO



**A**ALOUCHI AÏCHA,

**A**DAM STÉPHANE,

**C**ARBONNELLE SYLVIE,

**C**ARRIÓN CAYETANA,

**C**ASINI ANNALISA,

**D**E CLERCK SONIA,

**D**ESCHRYVER ROBERT,

**E**RKES SIMON,

**H**AFIDA,

**H**ECQ SOPHIE,

**H**ÉLÈNE,

**H**OOGSTOEL ANNE,

**J**RIBI NORA,

**M**OHAMED,

**P**ARMENTIER NATHALIE,

**R**AEYMAEKERS RELINDE,

**S**ILVAS MOJAS MATÍAS,

**T**ERET CÉLINE,

**T**IMMERMANS GUY,

**T**ONNEAU NICOLE,

**U**TA,

**V**ERCRUYSSE BERNARD,

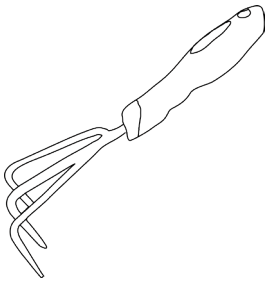
&

LES ENFANTS DE L'UPA

PRODUCTION UPA
2021

Illustrations

**H**OOGSTOEL ANNE,
**V**ERCRUYSSE CHLOÉ



# COLOPHON

***La Mauvaise Herbe*** est la revue de l'Université Populaire d'Anderlecht (UPA). Son objectif est la production, la diffusion et l'archivage des réseaux de savoirs constitués à l'UPA, ainsi que la contribution à la transmission des idées, des expériences et des paroles populaires de Bruxelles. Revue semestrielle, elle est disponible en format imprimé (sur commande) et en format numérique (téléchargeable en ligne).

Pour vous abonner, il suffit d'en faire la demande à l'adresse suivante : info@upa.brussels

**MERCI à l'équipe et aux membres de l'UPA**

**Coordination éditoriale :** Céline Teret

**Contributeur·trices :** Aïcha Aalouchi, Stéphane Adam, Sylvie Carbonnelle, Cayetana Carrión, Annalisa Casini, Sonia De Clerck, Robert Deschryver, Simon Erkes, Hafida, Sophie Hecq, Hélène, Anne Hoogstoel, Nora Jribi, Mohamed, Nathalie Parmentier, Relinde Raeymaekers, Matías Silvas Mojas, Céline Teret, Guy Timmermans, Nicole Tonneau, Uta, Bernard Vercruysse, Abiba, Ahmed, Alima, Alhussein, Allayth, Dgibril, Fatoumata, Funda, Habib, Hassane, Ibrahima, Idiata, Kanimady, Mamadou, Maria, Mariam, Mohamed, Rahaf, Safouane, Seyma, Teoman, Wissam, Youssef.

**Mise en page :** Chloé Vercruysse

**Illustrations et iconographie :** Anne Hoogstoel & Chloé Vercruysse

**Relecture :** Annick Noet

**Éditeur responsable :** Soumaya Mettioui
Rue Lambert Crickx 19 – 1070 Bruxelles

**Date de publication :** Septembre 2021

**Tarifs**

Version papier
- Formule 1 numéro simple = 8€
- Formule 1 numéro double = 10€
- Formule Abonnement 4 numéros = 30€

**Université Populaire d'Anderlecht**
Rue Lambert Crickx 19 – 1070 Bruxelles
www.universitepopulairedanderlecht.be
info@upa.brussels

Organisme d'Éducation Permanente soutenu par la Fédération Wallonie-Bruxelles, la Commission communautaire française (COCOF), la Commune d'Anderlecht et la Région de Bruxelles Capitale

Cette revue est réalisée avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles et de la COCOF