

Pour une bonne année 2010 : rester actifs après 60 ans

Rester actif après 60 ans !

Si on avait prononcé ces mots il y a un siècle, on aurait crié "au fou".

Si on les avait prononcés il y a 50 ans, on aurait parlé d'atteinte aux droits de l'homme.

Aujourd'hui, ils n'impressionnent plus personne. C'est que nous avons hérité du XXe et du début du XXIe siècle de près d'une trentaine d'années de vie supplémentaire, d'une *vie en plus*, et, ce qui plus est, d'une vie en bonne santé.

La société dans laquelle pourtant l'argent commence à manquer, à moins qu'il ne soit très mal réparti, ne se rend-elle pas coupable de mauvaise gestion des ressources humaines à sa disposition en ne sollicitant pas davantage les jeunes retraités de 55 à 65 ou à 70 ans, voire au-delà et toujours dans la force de l'âge ? Ceux-ci n'ont-ils pas pour devoir de rester productifs plus longtemps ? Si oui, de quelle façon ? Comment et où ?

D'après une récente enquête européenne, l'enquête SHARE (Survey on Health, Aging and Retirement in Europe) que nous avons déjà citée dans notre discours de rentrée, menée dans 11 pays et incluant environ 33 000 individus, âgés de 50 ans et plus, toutes les variables associées à l'activité influencent le fonctionnement cognitif des personnes. Une analyse par pays arrive à la conclusion que, dans les pays où la retraite est fixée à 65 ans (ex. la Suède), le fonctionnement cognitif des aînés est meilleur que dans les pays où la retraite est prise plus tôt (par ex. en France).

La même enquête montre aussi que "... la retraite est le temps privilégié de la participation à des activités bénévoles (organisations caritatives, clubs de sport, etc.) ". Elle observe encore que la participation sociale bénévole réalisée à la retraite génère la confiance qui aide les personnes à bien vieillir.

Gagner sa vie prend ainsi un sens plus large que gagner de l'argent.

Les retraités sont de plus en plus répartis en 4 groupes au lieu d'un seul ou deux précédemment :

- celui des retraités actifs, occupés ou inoccupés
 - celui des retraités en perte d'autonomie
 - celui des retraités dépendants

1. Le groupe des retraités actifs.

S'il y a place pour plusieurs vies dans une vie – vous connaissez l'expression *Il refait sa vie* –, pourquoi n'y aurait-il pas place dans une même vie pour deux vies actives, d'autant plus que la *vie en plus* est souvent une vie dans une grande forme qu'il faut entretenir. Cela ne va pas toujours de soi : 10 à 12 heures de plus chez soi chaque jour ouvrable exige d'avoir des projets. Pour bien des retraités, la santé et la vie dépendent de la réponse à la question : *Que vais-je faire maintenant que je n'ai plus rien à faire ?* Le climat familial aussi en est fonction car on ne songe évidemment pas encore à changer de lieu de vie : *On n'est nulle part mieux que chez soi.*

En quoi peut consister l'activité à l'âge de la retraite ? On remarque que les personnes retraitées actives constituent souvent un pivot au sein de la famille (petits-enfants ou de parents plus âgés, quand ce n'est pas des deux à la fois). On constate aussi qu'en privilégiant le bénévolat au sein de nombreuses associations dans lesquelles elles sont présentes, les personnes retraitées contribuent à l'émergence d'une nouvelle forme d'économie qui se situe hors des lois du marché et loin de la théorie du profit. Le capitalisme social qui semble s'essouffler sortira-t-il régénéré de cette *Nouvelle Economie* ? Probablement oui, car les retraités montrent ainsi, avec les qualités qui sont les leurs, que nos sociétés ont autant besoin de gratuité que de rentabilité, de lenteur que de vitesse, de douceur que de violence, de frugalité que de surconsommation, de temps libre que de temps contraint, de disponibilité que de sur occupation, situation souvent mise en évidence par Madame Levet Gautrat, qui a lancé en France le mouvement *La Flamboyance*. Ils prouvent encore, ces retraités actifs, que l'avenir a besoin du passé, que celui qui ignore d'où il vient ne sait pas non plus où il va et risque fort d'être tôt ou tard un désespéré. Il convient d'encourager l'activité de ces retraités par la valorisation des services

qu'ils rendent et de promouvoir le développement durable de la personne âgée qui tombera d'autant plus tard à charge de la société qu'elle se rendra utile. Faute de rôle et de statut pour les

retraités, on amplifiera l'isolement des personnes et on appauvrira le regard que le troisième âge lui-même mais aussi les autres porteront sur lui.

2. **Le groupe des personnes retraitées en perte d'autonomie** qu'il faut encourager familialement, socialement, médicalement afin de leur donner le plus d'autonomie possible. L'objectif est d'encourager le plus longtemps possible l'intégration sociale de la personne âgée malgré son handicap. C'est une des préoccupations de l'UTAN sur laquelle nous reviendrons un jour dans un autre éditorial. Ces personnes en perte d'autonomie pensent de plus en plus souvent au lieu, ailleurs que chez soi, où elles vont devoir aller vivre. Certaines d'entre-elles songeront mais parfois un peu tard, à entrer en maison semi communautaire où l'on peut vivre comme chez soi mais avec la solitude et la peur en moins. Reste la maison de repos qu'on ferait idéalement bien d'appeler *Maison de repos et d'activités*.

3. **Le groupe des personnes dépendantes** chez les quelles il faut restaurer ce qui peut l'être et essayer de maintenir chez elles les acquis. Au niveau du Conseil de l'Europe et de la Commission de la Communauté européenne, la dépendance est comprise comme étant le besoin d'aide d'une tierce personne pour effectuer les actes essentiels de la vie. Ces actes concernent l'hygiène corporelle, l'alimentation, la mobilité et certaines tâches domestiques.
 Le handicap n'est évidemment pas seulement lié à l'âge : il y a aussi de nombreux handicapés jeunes. Dans quelle mesure les personnes dépendantes peuvent-elles rester actrices de leur vie ? Se poser la question, c'est peut-être courir le risque d'apprendre beaucoup de certaines situations et de projets généreux. Il n'y a pas si longtemps tout le monde était d'accord pour dire qu'à partir de 60 ou de 70 ans, on n'était plus capable de s'adapter aux changements. Voyez ce qui se passe...
 La personne âgée dépendante vit généralement en institution avec le risque d'un repli sur soi, d'une altération de la mémoire, d'une vie dans laquelle elle n'arrive plus bien à se situer. Mais peut-être le mot *vie* mérite-t-il un autre sens que celui que nous lui donnons d'habitude.

C'est en pensant profondément aux retraités actifs, que j'ai davantage l'occasion de côtoyer, mais aussi aux retraités qui sont en perte d'autonomie et aux retraités qu'un handicap grave tient éloignés de nous que je dis à tous sincèrement et presque amoureuxment :

Joyeux Noël 2009 et Bonne Année 2010 !

Paulin DUCHESNE,
président de l'UTAN.