

PUBLIREPORTAGE

Et si on laissait les aînés décider ?

Vieillir, est-ce aussi perdre peu à peu le droit de choisir ? À l'occasion du 1^{er} octobre, Respect Seniors nous invite à traquer l'âgisme jusque dans nos gestes les plus anodins, parfois posés avec les meilleures intentions du monde.

Vieillir reste encore trop souvent associé au déclin, à la perte d'autonomie ou à la fragilité. Dans une société qui valorise la jeunesse, « bien vieillir » semble parfois signifier rester jeune le plus longtemps possible. Une vision que souhaite bousculer Respect Seniors à l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées. Car avancer en âge ne signifie ni cesser d'être acteur de sa vie, ni perdre son droit de choisir. « On peut être vieux et vivre très bien en étant vieux », rappelle le Dr Nicolas Berg, gériatre, fondateur et président de Respect Seniors. Et à partir de quand devient-on réellement « vieux » ? La notion elle-même est relative et recouvre des réalités très différentes.

PROTÉGER, MAIS JUSQU'OU ?

L'âgisme ne prend pas toujours la forme d'une discrimination évidente. Il peut aussi se glisser dans des gestes accomplis avec les meilleures intentions. Empêcher une mère âgée de sortir seule par peur qu'elle tombe, décider à sa place ou faire certaines choses pour elle afin de la protéger peut progressivement réduire son autonomie.

« La personne âgée reste un adulte à part entière et, jusqu'à preuve du contraire, elle est toujours capable de décider elle-même de ce qu'elle veut », insiste Nicolas Berg. Pour Respect Seniors, la priorité est donc d'accompagner plutôt que de décider. En 2025, l'association a ainsi accompagné 869 situations. Chaque fois, il s'agit d'abord d'écouter la personne concernée, de comprendre son vécu et de rechercher avec elle des solutions, sans les lui imposer.

Car la maltraitance n'est pas forcément volontaire. Surprotection, infantilisation ou décisions prises sans concertation peuvent aussi priver peu à peu une personne de sa



© DR

liberté.

REPÉRER L'ÂGISME AU QUOTIDIEN

Pour aider chacun à identifier ces comportements, Respect Seniors et plusieurs partenaires (CLPS BW, Droits Devant, Entr'âges, Infor Homes et Liages) ont lancé le 15 juin dernier l'Âgismomètre. L'outil invite à s'interroger sur des situations très concrètes et rencontre un important succès : 50 000 nouveaux exemplaires ont été commandés. L'objectif est aussi de favoriser le dialogue entre les générations. Car

les aînés occupent une place essentielle dans notre société, à travers le bénévolat, la garde des petits-enfants, l'entraide ou simplement les liens qu'ils entretiennent avec leurs proches.

À l'approche du 1^{er} octobre, Nicolas Berg invite donc à changer de regard : plutôt que de considérer l'avancée en âge uniquement sous l'angle de ce qu'elle ferait perdre, « il faut arrêter de parler du problème du vieillissement, mais parler de la chance de pouvoir vieillir ». ■

Âgismomètre

Je vieillis. Suis-je à risque de violence, en raison de mon âge ?

L'âgisme, c'est quoi ?

Être traité-e injustement ou discriminé-e en raison de son âge. Cela n'est pas normal et peut conduire à de la maltraitance. Ces comportements sont interdits par la loi.

Comprendre, c'est déjà agir

Cet outil vous aide à identifier le niveau de respect ou de violence dans vos relations : Suis-je respecté-e ? Suis-je à risque de violences liées à mon âge ? Suis-je en danger ?

Un doute ?

N'hésitez pas à demander de l'aide.

Face à une violence âgiste, ne restez pas seul-e. Des professionnel·les sont là pour vous aider.

Les associations partenaires à la réalisation de cet outil sont :



Besoin d'une écoute et d'un accompagnement ?

En Wallonie : 0800 30 330
À Bruxelles : 02 223 13 43

Pour signaler une discrimination, contactez



0800 12 800

En cas d'urgence vitale appelez le 112



Editeur responsable : Respect Seniors - Conception et réalisation graphique : CLPS-Bw - Juin 2026

www.agismometre.be

STOP

Je suis reconnu-e pour mes qualités.

Je peux m'exprimer et poser mes choix.

J'ai du plaisir à vivre et ma vie est agréable.

Je suis consulté-e et respecté-e par les personnes qui m'entourent (famille, proches, soignants).

Je suis libre de choisir mes relations amicales, intimes et sexuelles.

J'ai accès aux informations qui me concernent (médicales, financières, etc.)

Je reçois l'aide dont j'ai besoin (médicale, psychosociale et juridique).

On me parle comme à un-e enfant.

On me surprotège, on m'empêche de prendre des risques.

On remet en question mes choix.

On ne prend pas au sérieux mes douleurs (physiques, psychologiques).

On décourage mes déplacements.

J'ai un accès difficile aux informations qui me concernent.

Je ne trouve plus de place ni de rôle dans mon environnement.

Je suis isolée par mon entourage ou on ne me parle plus.

Je suis négligé-e par mon entourage ou mes besoins ne sont plus respectés.

On décide à ma place et je n'ai plus accès aux informations me concernant.

Je n'ai plus accès à mon argent et ne reçois pas d'information sur mon compte en banque.

On limite ou on contrôle mes relations sociales et intimes.

On m'empêche de circuler librement ou on m'enferme.

On ne respecte pas mes choix de fin de vie (déclarations anticipées, soins palliatifs).

Je suis l'objet de comportements agressifs, intimidants ou menaçants.

Je subis des violences physiques ou sexuelles.

AVERTISSEMENT
Dans le cas de mesure de protection, de troubles neurocognitifs ou psychiatriques, la violence ressentie nécessite un accompagnement spécifique.



Agence wallonne de lutte contre la maltraitance des aînés

En nous appelant gratuitement au 0800 30 330, vous trouverez :

- Une écoute attentive et bienveillante par un professionnel psychosocial
- L'assurance de votre anonymat
- Le respect strict du secret professionnel
- La possibilité d'accompagnement par téléphone ou sur le terrain
- Des outils d'information, de sensibilisation et de formation

Ces maltraitances peuvent être :

- Psychologique
- Financière
- Négligence
- Civique
- Physique



0800/30 330

www.respectseniors.be
Appel Gratuit > du lundi au vendredi : 9h-17h