

Les Aînés

Ont-ils vraiment les mêmes droits que nous ?

À l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées, le 1er octobre, Respect Seniors nous invite à regarder autrement ceux que l'on appelle les « aînés ». Car sous couvert de protection et de bonnes intentions, nous continuons parfois à les infantiliser, voire à décider à leur place.



Vieillir serait-il devenu quelque chose qu'il faudrait presque dissimuler ? Dans une société qui valorise la jeunesse, « bien vieillir » signifie encore trop souvent rester jeune le plus longtemps possible. Une contradiction que pointe le Dr Nicolas Berg, gériatre, fondateur et président de Respect Seniors : « On peut être vieux et vivre très bien en étant vieux. » Le 1er octobre est donc l'occasion de rendre les aînés plus visibles. D'autant que leur proportion dans la population ne cesse de croître. Mais de qui parle-t-on exactement ? « Personne âgée, au fond, cela ne veut pas dire grand-chose. Un enfant d'un an est une personne âgée d'un an ! », sourit le médecin. La vieillesse reste une notion très relative.

QUAND PROTÉGER DEVIENT INFANTILISANT

Derrière les mots se cache pourtant un véritable enjeu : l'âgisme. Il s'installe parfois très tôt, à travers des représentations associant systématiquement l'avancée en âge au déclin : il serait « normal » de moins bien marcher, de perdre la mémoire ou d'entendre moins bien. Plus insidieusement, ces préjugés peuvent conduire à considérer qu'il serait également normal d'avoir un peu moins de droits. « 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.

Car l'âgisme peut aussi se cacher derrière la bienveillance. Une fille qui empêche sa mère de sortir seule par crainte d'une chute pense la protéger. Mais si celle-ci préfère accepter ce risque pour continuer à voir une amie ? « On veut prévenir la chute de la personne âgée et, du coup, on l'empêche peut-être un petit peu de marcher. » À l'inverse, le lien entre générations est

précieux. Le Dr Berg souligne que les enfants qui connaissent leurs grands-parents présentent une meilleure santé mentale et insiste plus largement sur l'importance de la présence des aînés pour le bien-être psychologique. Sans oublier leur contribution quotidienne : bénévolat, garde des petits-enfants, entraide... « Si on supprimait tout ce que font les personnes âgées dans la société, on aurait vraiment un gros problème. »

ACCOMPAGNER PLUTÔT QUE DÉCIDER

C'est autour de cette philosophie que Respect Seniors a développé son expertise. La Wallonie bénéficie de près de trente ans d'expérience de terrain dans la lutte contre la maltraitance des aînés. En 2008 le parlement wallon a créé une agence spécifique qui a pris pour nom Respect Seniors. Le rapport annuel 2025 de Respect Seniors résume l'approche en une formule : « Accompagner, pas décider à la place ». L'an dernier, 869 situations ont été accompagnées. Lorsqu'une personne appelle, l'objectif est d'abord d'écouter et de comprendre avant d'envisager avec elle des pistes d'action. Le rapport évoque notamment une dame de 82 ans, isolée après le décès de son conjoint et de plus en plus dépendante de son fils pour son quotidien. Derrière une situation préoccupante se mêlent épuisement de l'aidant, volonté de protéger et besoin d'autonomie. Pas question dès lors d'imposer une solution : « La personne âgée elle-même doit être au centre des décisions », insiste le Dr Berg. Car la maltraitance n'est pas nécessairement intentionnelle. Surprotection, infantilisation ou décisions prises sans réelle concertation

peuvent progressivement priver l'autre de son autonomie.

L'ÂGISME AU QUOTIDIEN

L'Âgismomètre, lancé le 15 juin dernier avec plusieurs partenaires associatifs (CLPS BW, Droits Devant, Entr'âges, Infor Homes et Liages), permet justement de repérer ces comportements parfois anodins. Son succès a entraîné une nouvelle commande de 50 000 exemplaires. « Tout d'un coup, des personnes se disent : "Ah oui, en fait, ça, ce n'est pas tout à fait normal." » L'intérêt de l'outil est surtout d'ouvrir le dialogue, tant pour les aînés que pour leurs proches. Une nécessité dans des familles plus petites et recomposées, où certains adultes appartiennent désormais à cette « génération sandwich », partagée entre l'aide aux enfants et celle aux parents vieillissants.

LA CHANCE DE VIEILLIR

Le 1er octobre fait écho à deux autres dates : le 15 juin, consacré à la lutte contre la maltraitance des personnes âgées, et le 10 décembre, Journée des droits humains. Trois occasions de rappeler que dignité, liberté de choix et participation à la société n'ont pas d'âge. Surtout, il faudrait peut-être cesser de regarder la vieillesse uniquement à travers ce qu'elle ferait perdre.

« Il ne faut surtout pas juger de la qualité de vie de quelqu'un d'autre avec nos propres critères », rappelle Nicolas Berg. Son message pour ce 1er octobre est simple :

les aînés restent des adultes à part entière et constituent une ressource essentielle pour la collectivité. Avec une invitation à renverser notre manière de voir les choses : « Il faut arrêter de parler du problème du vieillissement, mais parler de la chance de pouvoir vieillir »



Permance téléphonique : 0800 30 330
www.respectseniors.be