

Compte rendu des tables du World café sur le vieillissement dans l'habitat participatif

Voici les témoignages et les idées émises par les 45 participants. Ils ont juste été triés mais leur formulation est respectée.

Ce texte n'a pas valeur de prescription, il reflète la diversité et parfois les divergences d'opinion des participants. Il est juste là pour enrichir votre réflexion à partir de celle des autres.

1 Quelles sont les grandes questions que vous pose la présence de personnes vieillissantes dans un Habitat Participatif ?

Définition

Qu'entend-on par personne vieillissante ou handicapée ?

Médicalisation

Il existe quand même un problème spécifique qui est la nécessité d'une médicalisation. Dans quelles mesures le groupe va t'il (doit il) se substituer à la famille. Il faudrait que les PV disent leurs attentes à ce propos et que les membres du groupe se positionnent en regard de ces attentes.

Surcoût

- jusqu'à quel point finance-t-on ces aménagements et assistances dans un projet

Relations / différences

- voisinage bienveillant, quelles sont les limites ?
- Pourquoi une personne vieillissante rentre dans un projet ?
- prise en charge ?
- rompre la solitude ?
- recherche d'un mode de vie différent ?

Intervention

Jusqu'où doit on intervenir dans la vie des autres. C'est le même cas pour les enfants des autres, jusqu'où doit on intervenir quand on observe une situation qui paraît « inquiétante »).

Finalement quelle différence avec le voisinage classique.

Isolement

Maltraitance

En fait ce problème des PV dans le groupe s'applique à tout groupe hétérogène en général.

2 Sur le plan relationnel, qu'est ce qu'il serait intéressant de prévoir pour vivre avec des personnes vieillissantes ?

Prendre soin

- aimer les personnes âgées

L'isolement c'est aussi souvent lié à la surdité. Il faut que chacun s'habitue à faire l'effort d'articuler, de parler lentement.

- être attentif à la personne âgée (pas de surprise, ils changent → le respecter)
 - prévoir des lieux de discussion entre parents et personnes vieillissantes sur l'éducation des enfants
 - - habitat collectif → bienveillance les uns envers les autres, conscience de l'humain, on est les uns les autres ensemble, c'est le grand défi
 - les co-habitants restent des voisins bienveillants
- attention particulière aux réunions pour éviter l'infantilisation
- pas de réunions où les énergies ne sont pas compatibles (enfants, vieux, pas trop tard.
 - construire en fonction de l'énergie de chacun. Mettre tout le monde sur le même dénominateur commun de décision lucide, consciente.
 - - laisser un espace de parole pour les personnes âgées qui ont du mal à s'exprimer ou à entendre
 - un référent (qui peut tourner) pour la personne vieillissante
 - - comment rassurer la PA qui ne veut pas léser ses enfants par rapport à la succession et sécuriser le groupe
 -
 - - grandes réunions : en amont organiser des réunions en petit comité où la PA ose s'exprimer
 - - pas de limite : - autonomie et indépendance - cadrer les contraintes de vie - le soin
 - Il faut faire attention à la maltraitance, notamment dans le cas de PV la maltraitance par l'isolement.
 -

Entretenir le lien

Il faut travailler en amont donc ne pas hésiter à demander de l'aide (pour les personnes âgées) à aider, rendre service (pour les plus jeunes)

IL faut que les PV s'habituent à demander mais aussi à être sollicités

- faire en sorte que les personnes âgées et les jeunes puissent se côtoyer pour restituer le lien, comme avant dans les familles
 - permettre que les personnes âgées puissent jouer avec les jeunes
 - prévoir des activités qui puissent être communes (intergénérationnelles)
 - prévoir la possibilité de laisser les personnes âgées d'apporter leur retour d'expérience pour différents ateliers (couture, pêche, contes)
 - prévoir des soirées "informelles" où les vieux peuvent raconter leur histoire, témoignage de vie
 - prévoir dans les discussions de groupe, des petits groupes où les personnes vieillissantes se sentent à leur place sans être débordées, ne pas les exclure.
 - un vieux veut écouter, parler, découvrir, développer et permettre la curiosité, tout ce qui le permet est positif pour la personne vieillissante
 - poser les temps où les enfants sont en relation avec les vieux, à travers une charte
 - Il faut aussi que les jeunes sachent que les vieux ont une histoire, que cette histoire explique une grande partie de leur façon de vivre, de leur habitudes et que ce n'est pas que des « comportements de vieux » bref qu'on est pas seulement « vieux » on est aussi d'une génération différente.
 - Dans le cas des groupes qui ont un financement CARSAT il existe une obligation d'organiser des stages sur le vieillissement. Ces stages peuvent être aussi intéressants pour d'autres

- groupes et pour les plus jeunes du groupe.
- Il faut tout prévoir et tout écrire. C'est difficile voire impossible. Alors on compte sur le fait d'en parler mais dans ce cas il faut en parler avant, c'est une habitude à prendre.

Respecter leur rythme et leurs moyens

- leur laisser la possibilité de continuer à leur rythme sans le leur imposer (garde des enfants) disponibilité, pas d'exploitation

Le groupe doit savoir jusqu'où il est capable d'aller pour soutenir une personne handicapée. IL faut probablement recaler le groupe dans son ensemble régulièrement. Il faut que adapte son fonctionnement (par exemple au niveau des réunions (mais pas seulement). Il faut aussi que le groupe aide les PV à s'adapter (nouvelles technologies par exemple).

- que le relationnel ne soit pas pollué par des stéréotypes qui puissent générer des comportements hors de propos

Attention le vieillissement ce fait par pallier (coup de vieux). Il faut que les jeunes le sachent, il faut aussi que les vieux le sachent. Il faut apprendre ce que c'est que vieillir.

- il y a plusieurs étapes dans la vie d'un vieux nécessitant de laisser du temps à des activités en rapport (donc parfois apaisantes, calmes)

- le lieu devrait permettre aux personnes vieillissantes de s'adapter aux différentes étapes, solidarité, créativité

- ce sont des personnes qui vont plus lentement →réunions collectives adaptées (ordre du jour en amont bien compris) et vérifier à posteriori que la personne a bien compris les enjeux des actes → activités

C'est vrai que les vieux ont du mal à participer. Il faut prévoir des réunions où tout le monde parle, entend et comprend. IL faut bien préparer les réunions car une réunion bien préparée (ordre du jour clair, faite à une heure qui convient, où les choses sont écrites,) c'est plus facile à suivre. Il faut adapter la technique des réunions au différentes difficultés des PV. Il faut faire attention au rythme si nous allons trop vite les PV sont dans l'acceptation des décisions du groupe « par défaut » Attention, Tout le monde n'est pas dans le même mode, les jeunes sont en mode projet (pour eux même ou pour leur enfants), les vieux en mode gestion du vieillissement

Oui mais attention il faut une limite. Il faut prévoir et définir la différence entre coopération et assistance (*Remarque personnelle : il me semble que cette phrase vient de quelqu'un qui à travaillé sur les limites dans un groupe précédent*).

IL faut savoir quels sont les devoirs du groupe par rapport à une personne qui devient handicapée (se qui n'est pas la cas de toutes les PV)

- respecter les rythmes de vie : sieste, fatigue

Stimuler l'activité

L'isolement est un problème majeur pour les personnes vieillissantes (PV)s.

Il faut donc les mobiliser les solliciter, leur donner du travail, ou au moins une activité

(par exemple aller chercher les enfants à l'école ou penser à leur proposer d'accompagner des sorties –bibliothèque cinéma, bistro,...)

- la PA doit se sentir utile et nécessaire

- mettre en place des lieux d'activités physiques ou psychiques qui puissent être accessibles à tous (jardinage, yoga..) et dont l'objectif premier est de permettre aux personnes âgées de bien vieillir, de garder la forme

-

3 Qu'est ce qu'il faut prévoir concrètement en terme d'équipements et d'organisation pour vivre avec des personnes vieillissantes ?

- traiter de l'ergonomie du lieu
 - traiter les facteurs d'audition (lumière,
 - ça dépend de l'âge → aménagement différent
 - accessibilité - circulation
 - aucune ? ce n'est pas l'âge, mais l'état qui détermine les aménagements nécessaires. Important : aménagement qui permettent à la personne âgée de ne pas se sentir différente et comme les autres aménagement nécessaire → mixité
 - des chaises, une personne âgée ne peut pas rester longtemps debout
 - faire appel à la CARSAT pour un financement pour des personnes non dépendantes
 - l'habitat participatif ne peut pas inclure la dépendance
 - possibilité d'intégrer un fauteuil roulant et possibilité de se déplacer en petit fauteuil électrique
 - organisation matérielle pour faire les courses
 - actuellement adaptation obligatoire des logements neufs pour fauteuils roulants
 - importance de l'animation et de la vie → organisation des animations et des activités (ex. lieux aménagés : salle de yoga, danse, dojo)
 - prévoir quelques logements sans étage en R Chaussée ou un ascenseur ou monte charge et possibilité de changer en cas de besoin
-
- prévoir ce qui permet de rester mobile le plus possible, le plus longtemps possible
 - prévoir un espace jardin → continuer à rester vivant
 - équipements oui mais quand ils sont nécessaires pas avant
 - abricoop → 2 salles communes au niveau de l'ilot
 - la CARSAT demande de prévoir des ateliers spécifiques pour personnes âgées
 - vidéos, bibliothèque
 - co-voiturage/courses
 - prévoir comment se déplacer d'un bâtiment à l'autre sans danger et accessible à un fauteuil roulant
 - espaces communs : chambres d'amis
 - sonnettes lumineuses et bouton d'appel d'urgence
 - défibrillateur
 - faire en sorte que les équipements ne fassent pas disparaître la solidarité entre les membres de l'habitat
 - 2 situations : construction neuve → pas de problème ou adaptation de locaux existants
 - déterminer le niveau d'autonomie acceptable par la collectivité
 - des solutions techniques mais qui ne remplacent pas les solutions humaines
 - association "vivre à domicile" avec aménagements spécifiques + hôtesse, repas livrés, personnel de nuit
-
- services extérieurs (ex. ménage) mutualisation des intervenants extérieurs
 - oui pour la solidarité mais pas toujours, la limite est la "somme" d'aide nécessaire
 - contacts humains qui sont stimulants
 - modularité des appartements, changement possible si mobilité plus réduite
 - difficulté de prévoir cela dans un projet architectural
 - le niveau d'autonomie détermine l'équipement, la disponibilité de la collectivité
 - à quel moment "on" ne peut plus faire face
 - recours des services d'aide à la personne, complémentaires
 - ne pas compter sur les solutions techniques pour régler toutes les situations (handicap limité dans le temps ou définitif)
-
- pour permettre aux personnes vieillissantes de jardiner, pourquoi ne pas surélever les platebandes

- machines à laver simples
 - sèche linge pour personnes incontinentes
 - doubles des clés laissés aux voisins
 - adresses des proches
 - sortir, si nécessaire, les personnes de certaines règles du collectif
 - la personne doit se sentir utile et nécessaire

 - prévoir un fond commun pour sécuriser la personne âgée qui apporterait une grosse participation financière
 - passages adaptés sur le terrain commun
 - étage : ascenseur - monte charge
 - bruit : personnes âgées sont malentendantes, organisation d'espace de calme qui ne résonnent pas pour qu'elles ne s'isolent pas. Aménagement de l'espace

 - équipement spécifique au jardin pour celui qui ne peut plus participer normalement (ex. surélévation d'un carré de jardin)
 - sécuriser les espaces avec des repères. Prévoir des bancs - chaises le long des chemins
 - Pas de glace/miroir dans les lieux communs, prévoir des gros caractères pour ce qui est affiché
 - volets électriques mais pas centralisés (en cas de panne la personne est dans le noir complet)
 - douche à l'italienne
- Il faut fixer la limite entre le privé et le collectif .
- flexibilité du logement

4 Quelles sont les limites d'accueillir des personnes vieillissantes ?

IL ne faut pas qu'il existe un privilège de l'âge. On ne doit pas s'imposer sous le prétexte de l'expérience.

entendre → la participation est difficile dans les lieux (maladie dégénérative) risque de départ financier

- facteur temps important → à 20 ans pas la même valeur qu'à 60
- le rapport aux soins

- la mort : comment sécuriser le groupe financièrement
- temps qu'elle est indépendante
- équilibre proportionnel entre jeunes et vieillissants. Comment gérer pour que les projets ne soient pas tous des maisons de retraite
- utiliser les structures d'aide existantes
- être militant pour que la sécu continue d'exister
- intergénérationnel
- les co-habitants ne sont pas des aidants
- aide et solidarité au quotidien mais passer la main à des professionnels
- les personnes doivent être responsables

- savoir quelle limite chacun se pose
- la bienveillance tant que c'est suffisant ensuite aller vers l'existant, médicalisation
- la maladie
- la dépendance
- accessibilité pour personnes à mobilité réduite
- l'espace

- le portage des tâches
- équilibre et pyramide des âges, nécessité d'anticiper
- peur de l'avenir
- difficulté de recrutement de jeunes
- entretien du lieu
- participation/courses
- adaptation à la technologie
- sentiment de décalage
- franchir le pas
- être mal à l'aise au milieu de personnes actives
- peur de ne pas être accompagnée
- pour le groupe peur d'avoir une personne qui profite à sens unique
- un projet construit sur le pari de personnes mobiles
- exploitation de la personne vieillissante
- être avec une personne qui n'a pas conscience de son âge
- rigidité → difficulté à évoluer
- les idées reçues sur les PA : l'égoïsme
- solitude : trop débiteurs par rapport au groupe
- problème de communication → trop de décalage
- les limites c'est le groupes qui les définit
- intimité de la personne dépendante
 - La pérennité et l'engagement lié à l'habitat groupé fait que l'on a moins le choix qu'avec les voisins « classiques ».
 - Il faut que le groupe se reconstruise en permanence avec sa diversité. Le problème posé par le vieillissement (de tous) c'est qu'il transforme le groupe, change les objectifs et la capacités de chacun, modifie les rapports.

5 Quels sont les atouts pour les groupes et pour les personnes d'accueillir des personnes vieillissantes ?

- transmission de l'expérience de la vie, mémoire sur l'évolution des modes de vie, des événements
- disponibilité dans le temps
- la PA est moins stressée, libérée de la pression de la vie active
- côtoyer d'autres générations
- ne pas être seul
- transmission aux jeunes générations
- saut de génération (facilité d'explication, de recul et d'écoute, de culture)
- la sagesse
- mieux s'adapter aux déficiences techniques, transmission de savoirs et savoirs faire manuels, ruraux et d'autonomie familiale traditionnelle
- bénéficier de la mobilité des plus jeunes, de leur force physique et de leur souplesse
- facilité intergénérationnelle non familiale (- d'affect)
- le groupe reflète l'ensemble de la société (intégration dans l'entourage immédiat)
- aptitude à écouter et tenir compte des limites et des fragilités des autres
- rappel du fait que la vie est précieuse et passe vite
- attirance entre jeunes et anciens , évite la sclérose sociale
- lutte contre la solitude
- aider le groupe à aborder la notion de vieillesse au quotidien

- la PA est ancrée dans le présent, plaisir du présent
- être libéré des contingences (parents-enfant-travail...) savourer le plaisir de vivre et de transmettre
- échange, apport réciproque dans l'échange, les habitudes
- être sécurisé par l'expérience des anciens et par le dynamisme des jeunes
- le rapport appelle à l'écoute, au respect et à la compréhension de la différence (compréhension mutuelle)
- enrichir l'expérience de chacune de ce que représente la vieillesse
- permettre la solidarité intergénérationnelle
- synergie dans la réalisation de projets (savoir, échange savoir-faire)
- disponibilité
- expérience, circuits de vie expérimentés
- apprentissage de la tolérance et de la patience tant pour les anciens que pour les jeunes
- recherche de tempérance nécessaire pour vivre ensemble
- notion de durée différente, perspective dans le temps
- montrer aux jeunes qu'on peut vivre autrement que ce qu'ils connaissent, semer des graines....
- apprentissage de la bienveillance
- dimension différente par la volonté de partage
- l'effet de miroir dans le temps est rassurant dans notre monde trop cloisonné où chacun a besoin de se situer
- un vieux c'est un réseau relationnel, de savoir, savoir-faire
- les enfants sont naturellement attirés pas la PA parce qu'elle est plus disponible, présente et avec un rapport au temps plus souple
- aide financière pour la constitution d'un groupe
- mutualisation de services à la personne âgée
- mise en place d'aménagements spécifiques
- grande disponibilité de temps pour le montage de projet
- dynamique de décloisonnement des âges (pallie à un défaut de notre société actuelle) ce qui induit une meilleure connaissance donc une meilleure acceptation
- expérience et savoir faire utile au groupe (compta, financier....)
- ouverture sur d'autres perspectives sur la génération vécue
- garde d'enfants
- lien intergénérationnel (ouverture d'esprit, transmission)
- fonction de grands parents
- un vieux est un pourvoyeur d'enfants/petits enfants/réseaux
- richesse culturelle/affective, recrée lien familial sans les "carcans" des vrais familles
- éducation à la tolérance
- pour la PA continuer à vivre après une vie professionnelle
- avoir une vie active utile, physiquement et intellectuellement
- santé (en ayant une vie qui a du sens, continuer à avoir des projets et à y participer)
- alternative aux maisons de retraite
- habitat adapté au handicap
- limites du groupe pour porter la PA à la fin de sa vie
- intergénérationnel dans l'âge
- transmission du savoir
- le bien vieillir, comment rester utile quelque soit l'âge
- adapter les activités collectives
- rapport des PA aux enfants - comment sont-ils acceptés par les parents. Il y a un besoin mais y-a-t-il acceptation
- contact avec les jeunes : - fatigue ! comment faire ? - ça rajeunit ! on est mieux avec des jeunes qu'entre vieux
- prévoir comment cela va se passer dans 20 ans, y réfléchir dès à présent. Avoir des échanges à ce sujet. Nécessite un cheminement ensemble

- question de la mort ; arriver à aborder des questions difficiles grâce à la présence de PA
- faire/adapter un lieu avant construction
- qu'en pensent les enfants de la PA, héritage Où en parler avec les enfants
- qu'en pensent les descendants avec des enfants extérieurs au foyer
- organiser le financement et la présence des auxiliaires de vie
- il faut que les vieux soient minoritaires
- question de la succession : en parler avant de participer à un projet d'habitat
- question du suicide choisi, fin de vie choisie. La communauté devient responsable et pas la famille ?
- tous les adultes sont-ils référents par rapport aux enfants
- il faut qu'il y ai des temps et des lieux pour les enfants et des temps et des lieux pour les PA