

L'âgisme, une subtile discrimination à l'encontre des personnes âgées

PRÉJUGÉS Une attitude stigmatisante envers des individus en raison de leur âge se manifeste de multiples façons, avec des conséquences profondes sur la santé mentale, physique et sociale des aînés.

PAR JOËLLE ANZÉVUI

A compétences égales, une personne proche de l'âge de la retraite a peu de chances d'être engagée. Certains traitements médicaux ne sont plus remboursés et le tarif minute du médecin (LAMal) est plus élevé pour un patient dès 75 ans. Louer une voiture à 65 ans sera plus coûteux. Un phénomène discriminatoire à mettre en lien avec la vision négative véhiculée dans une société majoritairement vieillissante. «La population des seniors est cependant très diversifiée, selon le parcours et le mode de vie de chacun. Certains aînés courent par exemple des marathons. Mais on ne retient d'eux que les représentations associées à l'âge», constate Delphine Roulet Schwab, professeure à la Haute école de la santé La Source (HES-SO) à Lausanne. «En quelques décennies seulement, l'espérance de vie a évolué de 65 à 85 ans. Et selon les chiffres de l'OFS, en Suisse, moins de 6% des plus de 65 ans vivent en EMS et à peine 15% des 80 ans et plus.» La professeure, également présidente de Gerontologie.ch, d'Alter ego et du centre de compétence national Vieillesse sans violence, ouvre une réflexion nuancée et contrastée sur les baby-boomers, plus actifs et revendicatifs que la génération dite «silencieuse» des 80 ans et plus.

Le risque d'un isolement social

L'âgisme n'est pas sans conséquences sur la santé physique et mentale des seniors: dépression, isolement social, augmentation de la mortalité. Il limite également l'accès aux

Comment prévenir l'âgisme?

- 1 PRENDRE CONSCIENCE** des barrières que l'on se met soi-même (automatismes) et essayer de les dépasser.
 - Habillement
 - Activités
 - Mode de vie
- 2 PRENDRE DU REcul** par rapport à nos représentations, stéréotypes et préjugés à l'égard des autres.
- 3 PRIVILÉGIER LE RELATIONNEL**
 - Activités physiques, de loisirs
 - Favoriser le lien intergénérationnel
- 4 OSER RÉAGIR** et dénoncer des propos stigmatisants. Ne rien dire, c'est cautionner.

«CELA DEVIENT PROBLÉMATIQUE QUAND L'ÉTIQUETTE «PERSONNE ÂGÉE» SUGGÈRE D'OFFICE UN PROBLÈME QU'ELLE EST SUPPOSÉE POSER POUR LE RESTE DE LA POPULATION.»

DELPHINE ROULET SCHWAB

soins et affecte leur qualité. «Les discours discriminants sont parfois tellement intériorisés que la personne âgée finit par s'autocensurer dans ses décisions quotidiennes et s'isoler lorsqu'elle fait face à des préjugés.» Pour dépasser les représentations stigmatisantes de l'âge, Delphine Roulet Schwab suggère d'in-

tervenir contre les discriminations structurelles inscrites dans le fonctionnement des institutions et de la société: des pratiques à modifier en termes d'emploi, de santé et de discours médiatique. «Les campagnes de prévention directes en nommant explicitement la problématique de l'âgisme, en proposant des outils et des pistes de réflexion, sont efficaces. Mais une prévention plus indirecte et non estampillée «personnes âgées», prioritairement ciblée sur l'inclusion en faveur d'une société pour tous, dans un esprit d'équité, est à mon sens aussi déterminante.»

Parler, c'est exister!

La Saviésanne Clara Farquet a consacré sa maturité spécialisée en santé à l'âgisme et à l'importance des liens intergénérationnels.

Hospitalière bénévole lors d'un pèlerinage romand à Lourdes, avec des personnes en besoin d'assistance, elle relève l'effet stimulant de la parole. «Partager les effets du vieillissement leur permet de se sentir vivants. J'ai aussi constaté combien les activités développées avec des associations d'enfants et d'animaux dans un EMS à Sion suscitaient l'enthousiasme des résidents.» Face à la discrimination des aînés, la jeune femme propose à tout un chacun de se projeter dans l'avenir: est-ce que j'apprécierais de recevoir des remarques désobligeantes sur mon âge? «La mise en place de structures accueillant à la fois EMS, cabinet médical, crèche, UAPE, restaurant ouvert au public, contribuent effectivement à créer des liens, un sentiment de communauté et d'identification», ajoute Delphine Roulet Schwab. «A condition que tous les partenaires – les personnes âgées comme les parents des enfants – soient positivement engagés dans un projet qui ne leur est pas imposé.» Et de conclure: «Les relations fondées sur la réciprocité, où chacun donne et reçoit, sont beaucoup plus constructives.» ●

VRAI/FAUX

L'ÂGISME, UNE PRISE DE CONSCIENCE RÉCENTE?

FAUX

Le terme est apparu à l'international dans les années 70 aux Etats-Unis; en Suisse, il y a une vingtaine d'années. L'âgisme n'est pas nouveau en soi, mais c'est la perception de ce phénomène qui a changé.

CERTAINES CULTURES NE SONT-ELLES PAS PLUS RESPECTUEUSES DE LEURS AÎNÉS?

VRAI/FAUX

Si, globalement, la perception des aînés est différente, dans les faits, il faut relativiser toute vision angélique. Au Japon, les seniors sont souvent respectés pour leur sagesse, mais beaucoup vivent dans la précarité et travaillent jusqu'à plus de 80 ans. En Afrique, les

anciens sont fréquemment moins bien traités que ce que veut la tradition: les femmes et veuves âgées sont souvent mises au ban de la société, utilisées qui plus est, par la famille pour des tâches ingrates.

LA PANDÉMIE, UN RÉVÉLATEUR DE L'ÂGISME?

VRAI

Les 65 ans et plus ont tous été considérés comme étant vulnérables, fragiles et susceptibles, en sortant de la maison, de se mettre en danger ainsi que la population. Certains aînés ont réagi et revendiqué leur liberté d'action. Tout contexte de crise, le sentiment de ressources menacées, les problématiques climatiques, la hausse des primes d'assurance,

les débats sur les retraites concourent à la crispation et à la recherche de boucs émissaires. Construire un lien humain permet de contrecarrer ce genre de phénomène.

LES JEUNES ACCORDENT-ILS ENCORE DU CRÉDIT AU VÉCU ET À L'EXPÉRIENCE DES AÎNÉS?

VRAI

Il n'y a pas de désintérêt en soi mais les canaux de communication ont évolué. Plutôt que de discuter un après-midi sur le canapé avec leurs grands-parents, certains jeunes partagent plus facilement une vidéo de leurs échanges mutuels sur les réseaux sociaux. Avec beaucoup de succès. ●

PARTENAIRES

DSSC Service cantonal de la santé publique
www.vs.ch/sante

Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis
www.promotionsantevalais.ch

LIGUE PULMONAIRE VALAISANNE
LUNGENLIGA WALLIS
www.liguepulmonaire-vs.ch

POUR EN SAVOIR PLUS...

