

Mémoire
Année 2020
2021

Léa ISRAEL
DNMADe innovation sociale
Lycée le Corbusier, ILLKIRCH-GRAFFENSTADEN

Mémoire

Synthèse des recherches

Évoqué au sein d'un précédent projet nommé L'âge d'or lors de ma première année de formation, le thème de la vieillesse a suscité en moi beaucoup de questionnements que je souhaite éclaircir grâce à ma recherche-projet. Le but est d'y aborder la place du design dans les notions de "bien vieillir", d'isolement social et de relations intergénérationnelles et d'essayer de savoir si les rencontres intergénérationnelles permettent de mieux vieillir.

Qu'est-ce que la vieillesse ?

Tout d'abord, il s'agit de différencier la vieillesse du vieillissement. Ce dernier terme désigne le processus de changement physique et mental que vit un senior. La vieillesse concerne la finalité de ce processus. Dans son livre *Sociologie des âges de la vie*¹, Cécile Van de Velde fait la distinction entre les deux périodes qui caractérisent le vieillissement. La première se rapporte au temps de la retraite marqué par une réalisation de soi ainsi qu'un fort engagement social. La deuxième correspond à la fin de vie caractérisée par une perte d'activité et une dépendance plus accrue envers autrui.

Quant à la façon de vivre le vieillissement, elle est subjective. En effet, l'expérience personnelle et les capacités physiques sont propres à chaque individu. De plus, il est important de considérer différents enjeux concernant les seniors : la passivité face au monde, la conservation d'un chez-soi, sa valorisation doublée d'une nostalgie et enfin le maintien de l'autonomie. Toutes ces caractéristiques tendent à être bouleversées, pouvant provoquer un mal-être chez le senior qui peinera à s'accepter². Et pour cause, la société met en avant la jeunesse de sorte que les personnes âgées se sentent considérablement dévalorisées. Dans cette optique, Angela Jimenez expose dans sa série photographique *Racing Age*³, des athlètes seniors en pleine séance de sport. Son but est de briser cette idée de jeunisme, une pensée qui donne davantage d'importance aux jeunes qu'aux personnes âgées. Par là, l'artiste démontre que les seniors peuvent être pleins de motivation et de dynamisme au même titre que les jeunes.

Cette mauvaise image a souvent pour conséquence un déni de vieillissement⁴. Le senior s'efforce d'adopter la notion de "bien vieillir" selon la société, qui revient finalement à ne pas vieillir du tout. Ce principe consiste principalement à lutter contre le vieillissement, perçu comme improductif et négatif. En effet, la société fait du travail un symbole de

vie active, ce qui engendre une marginalisation des personnes âgées. Ces derniers ne sont plus attentifs aux modifications qui se présentent à eux, qu'elles soient physiques ou psychologiques. Beaucoup continuent donc à effectuer les mêmes activités qu'avant même si leur corps n'en est plus capable, de peur d'accepter ce vieillissement.

Dans la démarche d'un projet de design avec des seniors, il faut inclure la notion d'éthique du care abordée par Agata ZIELINSKI dans son ouvrage *L'éthique du care*⁵. Elle cite la philosophe américaine Joan Tronto qui définit le care comme une "activité caractéristique de l'espèce humaine, qui recouvre tout ce que nous faisons dans le but de maintenir, de perpétuer et de réparer notre monde, afin que nous puissions y vivre aussi bien que possible. Ce monde comprend nos corps, nos personnes et notre environnement, tout ce que nous cherchons à relier en un réseau complexe en soutien à la vie"⁶. Le care porte donc avant tout sur le souci d'autrui. Aussi, le designer se doit, en premier lieu, d'être à l'écoute du senior au sein du projet. C'est ainsi qu'il pourra constater quels sont les problèmes rencontrés par ce dernier. Ce n'est qu'en identifiant le besoin qu'il pourra ensuite intervenir.

Comprendre le ressenti de la personne âgée face au vieillissement est donc essentiel afin d'être pleinement apte à agir avec lui. Par exemple, le projet de mobilier adapté pour les seniors des designers Lanzavecchia et Wai⁷ est un exemple de cette empathie liée au désir de comprendre l'individu. En effet, cette agence se concentre sur la réconciliation psychologique de la personne âgée avec sa vieillesse en créant des objets adéquats aux changements. La création de la chaise Assunta s'adapte à leurs déficiences physiques en proposant une manière de se relever plus facilement grâce à un système de levier. De plus, elle est esthétique et garde son rôle domestique tout en éliminant l'aspect médicalisé. Le soin est donc apporté au bien être moral comme au bien être physique.

Se détacher de cet idéal sociétal de "bien vieillir" pour se concentrer sur les nouvelles capacités du senior est essentiel afin que l'adaptation se fasse au fil du temps. De ce fait, ces limites physiques sont à appréhender⁸ et à prendre en compte pour les mettre en valeur. Le livre *Oldyssey*⁹ écrit par Julia Mourri et Clément Boxebeld se penche notamment sur le principe de la maison Carpe Diem dédiée aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer : un exemple parfait de la prise en compte du potentiel des résidents. L'accent est mis sur le mimétisme des gestes, ce qui leur permet de rester autonomes pour des actions simples et quotidiennes. De plus, l'environnement est conçu afin que la personne fasse abstraction de ses déficiences.

1. VAN DE VELDE, Cécile, 2015. *Sociologie des âges de la vie*. S.l. : Armand Colin. ISBN 978-2-200-60311-3.

2. PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

3. Voir Annexe : étude de cas sur l'art (p.27).

4. BALARD, Frédéric, 2013. "Bien vieillir" et "faire bonne vieillesse". *Perspective anthropologique et paroles de centenaires*. In : *Recherches sociologiques et anthropologiques*. 1 juillet 2013. Vol. 44, n° 44-1, pp. 75-95. DOI 10.4000/rsa.925.

5. ZIELINSKI, Agata, 2010. *L'éthique du care*. In : *Etudes*. 28 novembre 2010. Vol. Tome 413, n° 12, pp. 631-641.

6. TRONTO, Joan cité dans : ZIELINSKI, Agata, 2010. *L'éthique du care*. In : *Etudes*. 28 novembre 2010. Vol. Tome 413, n° 12, pp. 631-641.

7. Voir annexe : étude de cas sur le design (p.37).

8. BALARD, Frédéric, 2013. "Bien vieillir" et "faire bonne vieillesse". *Perspective anthropologique et paroles de centenaires*. In : *Recherches sociologiques et anthropologiques*. 1 juillet 2013. Vol. 44, n° 44-1, pp. 75-95. DOI 10.4000/rsa.925.

9. BOXEBELD, Clément et MOURRI, Julia, 2019. *Oldyssey - Un tour du monde de la vieillesse*. S.l. : Média Diffusion. ISBN 978-2-02-143171-1.

10. Voir Annexe : entretiens sociologiques Pauline Constant (p.102).

11. SERRES, Jean-François, 2019. *Vaincre l'isolement : Un engagement à portée de main*. S.l. : Éditions de l'Atelier. ISBN 978-2-7082-5281-3.

12. PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

13. KIROUAC, Laurie et CHARPENTIER, Michèle, 2018. *Solititudes et vieillissement : les expériences d'ainés qui vivent seuls*. In : Sociologie et sociétés. 2018. Vol. 50, n° 1, pp. 157-182. DOI

14. SERRES, Jean-François, 2019. *Vaincre l'isolement : Un engagement à portée de main*. S.l. : Éditions de l'Atelier. ISBN 978-2-7082-5281-3.

15. ZIELINSKI, Agata, 2010. *L'éthique du care*. In : Etudes. 28 novembre 2010. Vol. Tome 413, n° 12, pp. 631-641.

Pauline Constant¹⁰, responsable au sein de l'association Tous en Tandem (réseau qui met en lien des étudiants et des personnes âgées), affirme lors d'un entretien qu'il faut "adapter l'environnement aux seniors et à ses capacités et non l'inverse". De la même manière, les designers Lanzavecchia et Wai permettent cette adaptation matérielle en améliorant les objets utilisés par le senior. Ces dispositifs procurent ainsi non seulement un bien-être physique, mais surtout un bien-être moral. En définitive, "bien vieillir" c'est avant tout accepter et vivre avec les changements qu'offre la vie. Toutefois, à défaut d'être biologiques, ces changements peuvent être sociaux et moraux.

Qu'est-ce que l'isolement social ?

La personne âgée vit ce qu'on appelle une rupture sociale¹¹. Souvent, le senior sort moins, entraînant ainsi une évolution dans ses liens sociaux. Les rencontres sont plus rares, voire absentes, formant progressivement son isolement. L'isolement social est ainsi dû à des souffrances ou des insatisfactions relationnelles ainsi que des ruptures de liens, très fréquentes au grand âge. Ces carences sociales provoquent lentement mais inévitablement, l'exclusion de la personne âgée. Par ailleurs, il existe deux types d'isollements¹² : social et affectif. Le premier s'applique à l'absence d'appartenance à un groupe. Le second s'apparente à un manque d'une présence attachante et rassurante.

Généralement l'isolement, quel qu'il soit, engendre un sentiment de solitude¹³. Il en existe différents types. Tout d'abord, la solitude solitaire désigne le rapport à soi et la nécessité de prendre du recul socialement. La solitude sociale représente le manque d'autrui et les carences dans le rapport aux autres. Pour finir, la solitude existentielle correspond à une perception différée du temps. Le senior commence à se sentir loin du monde et devient plus sédentaire. Tout l'enjeu est donc de vaincre cet isolement social afin de le sortir de ce sentiment de solitude.

Pour ce faire, le principe de fraternité est l'objectif principal mis en avant par Jean-François Serres dans son ouvrage *Vaincre l'isolement*¹⁴. Cette solidarité implique une dynamique d'entraide au sein de la société. Cependant, cette fraternité doit être basée sur la bienveillance et ne doit être entravée d'aucun jugement de valeur. Cette action nécessite un engagement important de la part des acteurs. De plus, l'éthique du care¹⁵ traite de l'aspect de responsabilité vis-à-vis des besoins du senior constatés après observation. Suite à l'analyse de ses besoins, cette lutte contre l'isolement social implique donc la recherche de solutions durables qui iront dans le sens du "prendre soin". Dans une logique de rencontres et d'échanges, la

singularité du senior sera révélatrice de son besoin relationnel précis. En effet, son manque social est subjectif, le soin apporté le sera tout autant. Cependant, la dimension relationnelle ne doit pas écarter l'idée d'inclure l'acteur au sein du projet. Le care nécessite une sollicitation d'autrui : on parle de design participatif. Il est important que l'action repose sur l'intelligence collective en passant par l'intégration totale des acteurs et de leurs idées dans le projet, valorisant ainsi le partage de connaissances. Le projet EVA¹⁶ (Espace de Vie pour Aînés) par l'agence de design Étrange Ordinaire est un bon exemple de cette coopération. En effet, leurs démarches de co-création et d'investigation collective avec le personnel soignant et les résidents leur ont permis d'élaborer un prototype de mobilier au sein d'un EHPAD.

Toutes ces conditions réunies permettent ensuite d'outiller la formation de la relation. Le but est de créer l'élan de départ. En effet, le dispositif doit être à la genèse de la relation sans en entraver la suite qui sera plutôt dirigée par la dynamique des discussions. Le projet Agape¹⁷ conçu par la designer Romane Jonet est un exemple d'objet médiateur de lien social. Les ustensiles de table deviennent déclencheurs d'interactions faisant du repas un événement social. L'objet utilisé donne donc lieu aux discussions et ainsi au partage. L'environnement doit donc permettre la formation de la relation nécessaire au senior isolé, engendrant ainsi une action concrète contre l'isolement social.

Importance des relations

Cet isolement engendré par la rupture sociale met en évidence l'importance du lien. Mme Ebel, directrice de l'EHPAD Bethesda Arc-en-ciel de Strasbourg, aborde cette dimension de la nécessité sociale. Lors de la période de confinement dû à la crise sanitaire du Covid-19, l'isolement en chambre de chaque senior était obligatoire. Tous étaient coupés de leurs relations amicales et familiales. Le personnel soignant a observé certains syndromes de glissement. Ce phénomène se produit lorsque le senior n'éprouve plus aucune envie de vivre et se laisse ainsi partir lentement. L'établissement a alors permis l'ouverture de ses portes aux familles des résidents concernés. Mme Ebel affirme que "la famille venait tous les jours, ça l'a bien aidé"¹⁸. Le lien social leur a donc permis de se rétablir. Cependant, il est possible que la relation soit insatisfaisante pour la personne âgée. Dans *Approches théoriques de la solitude*¹⁹ (1982), Peplau et Perlman affirment que : "La personne ressent la solitude lorsqu'il y a un déséquilibre entre les relations sociales réelles et les relations sociales

16. Voir annexe : étude de cas sur le design (p.34).

17. Voir Annexe, étude de cas technique (p.45).

18. Voir Annexe, entretien sociologique : Mélanie Ebel (p.96).

19. Daniel Perlman, Letitia Anne Peplau, 1982. *Approches théoriques de la solitude*. Cité dans : PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

désirées ». La relation n'est donc pas considérée de la même manière des deux côtés, soit parce qu'elle est superficielle soit parce qu'une autre était attendue. De plus, la vieillesse place le senior dans une position d'aidé et par là, la famille comme aidante. La qualité de la relation s'en retrouve, par conséquent, atténuée. En effet, tout contact se réduit aux besoins de la personne âgée et non plus à la dimension de partage des rapports. Cette situation a principalement lieu dans un cadre informel et individuel. Mais d'autres relations se tiennent également sous aspect formel et collectif, lorsque le senior entre dans un établissement destiné aux personnes âgées. Ici, il est directement intégré à une vie en collectivité et peine donc à être pleinement autonome. De plus, le personnel soignant devient sa relation la plus fréquente et par conséquent la plus proche. L'entretien avec Laura ISRAEL²⁰, stagiaire infirmière en EHPAD, en témoigne. Elle affirme que les résidents ont à son égard des paroles très familières telles que "je suis contente de vous voir Laura" ou encore "il y a ma copine Laura".

Les relations du senior tendent donc à changer au même titre que ses capacités physiques. L'insatisfaction de ses rapports peut avoir un effet néfaste sur son moral. Cependant, il est aussi possible qu'il entretienne de bonnes relations.

Jean-François Serres explique, à ce propos, les fondements de la relation dans son livre *Vaincre l'isolement*²¹. Il énonce ainsi les trois piliers de la concorde. Il existe donc la protection, le fait qu'un individu puisse compter sur quelqu'un, la reconnaissance, le fait de compter pour quelqu'un et pour finir la participation caractérisée par le moyen qu'à autrui de pouvoir compter sur soi. La relation est donc la conséquence d'une cohésion parfaite dans un duo. La relation absolue doit être une amitié profonde, basée sur une réciprocité de sentiments. Ainsi, la finalité de tout rapport doit permettre de relier les solitudes entre elles afin d'augmenter la fraternité collective.

En pratique et dans le cadre de mon projet de design, il s'agit d'obtenir une relation horizontale, saine et bienveillante. Le lien et les discussions doivent être privilégiés afin d'éviter toutes relations dissymétriques aidant/aidé que le design du care définit comme le fait de "recevoir le soin"²². L'avis en retour du senior sur la solution apportée permet d'évaluer la qualité du dispositif de soin mis en place. La dimension de réciprocité permet ainsi au designer de prendre cette réponse en compte dans son processus de recherche. Ce fonctionnement va permettre de comprendre plus spécifiquement la personne âgée isolée et ainsi d'intervenir de manière percutante dans ses liens sociaux souvent insuffisants. En conséquence, il est intéressant de ne pas segmenter le corps social en laissant demeurer les personnes âgées dans leurs groupes habituels. Il serait intéressant d'élargir leurs réseaux relationnels par la rencontre avec d'autres générations.

Relations intergénérationnelles

Les relations intergénérationnelles peuvent donc être un bon moyen de lutter contre l'isolement social de la personne âgée. Cependant, la mise à l'écart des seniors de la société²³ provoque un éloignement trop important des générations. En effet, les jeunes et les seniors n'ont plus forcément de sphères en commun perdant ainsi tout moyen d'entretenir des relations amicales entre eux. La preuve étant que lors d'un atelier outillé²⁴ sur la vision de la vieillesse, organisé pour des jeunes de 17 à 21 ans, tous évoquent des anecdotes sur leurs grands-parents. Il s'agit donc de provoquer l'intergénération hors famille.

En effet, cette combinaison de générations peut offrir bon nombre de bénéfices. Directrice de recherche à la Caisse nationale d'assurance vieillesse, Claudine Attias-Donfut affirme en 1995 que "si les plus âgés aident les plus jeunes à s'installer, ceux-ci ont à coeur, une fois accomplie leur ascension sociale, de faire bénéficier à leur tour les plus âgés des atouts dont ils sont parés. Par ces flux d'aides descendantes et ascendantes, les générations tendent donc à compenser les inégalités de statut social et de ressources entre elles"²⁵. La relation peut en effet être totalement complémentaire, permettant aux deux partis de profiter des qualités de l'autre.

De plus, il est important que toutes les générations changent le regard négatif porté sur la vieillesse. Dans le cadre de l'atelier outillé, la vision des jeunes à ce propos se rapportait beaucoup à l'inactivité, à la réduction des capacités physiques ou encore au manque d'envies. Il est donc primordial de parvenir à valoriser la vieillesse par la rencontre. En effet, les relations intergénérationnelles sont un bon moyen pour être plongés dans une réalité souvent différente des idées véhiculées. Cette pensée est abordée dans le livre *Oldyssey*²⁶ écrit par Julia Mourri et Clément Boxebeld, l'une ancienne journaliste et l'autre ancien consultant, tous deux partis à la rencontre de personnes âgées à travers le monde. Leur but était de donner la parole aux seniors en mettant en avant des initiatives de rencontres intergénérationnelles. L'exemple "Duo for a job" met en lumière l'entraide entre générations, l'objectif étant que des seniors viennent en aide à de jeunes immigrants qui cherchent du travail. Ce moyen rassemble deux populations initialement isolées qui n'ont a priori, aucune raison de faire connaissance. L'action permet la création d'un lien fort empreint de confiance, d'empathie et d'écoute. La relation intergénérationnelle peut donc être bâtie sur les trois piliers évoqués précédemment que sont la protection, la reconnaissance et la participation, permettant ainsi un rapport social non seulement satisfaisant, mais aussi réciproque.

20. Voir annexe : entretiens socio-logiques : Laura Israel (p.100).

21. SERRES, Jean-François, 2019. *Vaincre l'isolement : Un engagement à portée de main*. S.l. : Éditions de l'Atelier. ISBN 978-2-7082-5281-3.

22. ZIELINSKI, Agata, 2010. *L'éthique du care*. In : *Études*. 28 novembre 2010. Vol. Tome 413, n° 12, pp. 631-641.

23. PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

24. Voir annexe, Atelier outillé, analyse (p.157).

25. AT-TIAS-DONFUT, Claudine cité dans : PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

26. BOXEBELD, Clément et MOURRI, Julia, 2019. *Oldyssey - Un tour du monde de la vieillesse*. S.l. : Média Diffusion. ISBN 978-2-02-143171-1.

Conclusion et problématique

Les recherches me permettent non seulement d'établir de grands axes directionnels, mais aussi de déterminer la place du designer au sein du projet.

Ma démarche de designer en faveur de la rencontre intergénérationnelle se doit d'être basée sur l'éthique du care. Les capacités physiques, psychologiques et d'acceptation de la vieillesse sont à accueillir au sein du projet afin d'établir le besoin relationnel précis du senior.

Paul Ricoeur l'affirme : "l'enjeu est de créer les conditions qui permettent au vieillard, par delà les adaptations nécessaires, de rester fidèle à soi-même"²⁷. Le projet de design doit donc répondre aux manques sociaux afin de maintenir l'identité du senior et ainsi la valoriser. Ceci, même si l'ancrage d'un tel projet est fortement contraint par la crise sanitaire du Covid 19, rendant l'accès aux lieux d'accueil pour personnes âgées plus limitée pour les intervenants et restreignant ainsi les contacts sociaux .

L'ensemble de mes recherches me conduit à formuler une problématique qui s'articule autour de 3 éléments :

- L'isolement social des seniors peut être limité par des relations intergénérationnelles riches et fécondes pour toutes les générations qui se rencontrent.
- Le designer peut favoriser et faire fructifier la richesse de ces rencontres.
- Des activités communes peuvent être le fondement de ces croisements.

Ma problématique est la suivante :

L'isolement social des seniors peut-il être limité par des relations intergénérationnelles créées par un designer autour d'activités communes ?

Intention de projet

Ces trois composantes de ma problématique conduisent naturellement à un projet intergénérationnel basé sur le partage et la construction de relations amicales. Ce projet peut prendre place dans un cadre à vocation sociale ou un lieu de médiation culturelle. Il peut s'agir tout aussi bien d'une médiathèque ou simplement un lieu associatif dédié aux personnes âgées. L'atelier outillé²⁸ par le design mené durant ma recherche a montré que le repas est vécu comme un événement social commun. Aussi ce moment du repas peut devenir un moyen pour le designer de créer ou renforcer ce lien entre les générations.

Le repas au-delà du partage intergénérationnel et par la coopération qu'il peut créer, peut également constituer un temps d'entraide et permettre de renforcer l'autonomie du senior.

L'activité commune, par exemple créative, peut aussi être un moyen de susciter cette aide mutuelle par la complémentarité des compétences et des habiletés. De même, il est possible d'utiliser les "in-habiletés", les déficiences physiques et cognitives, pour conforter le moment intergénérationnel par l'entraide et la coopération.

28. Voir annexe : atelier outillé, analyse (p.157).

27. RICOEUR, Paul cité dans PITAUD, Philippe, 2013. *Solitude et isolement des personnes âgées*. S.I. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

Annexes

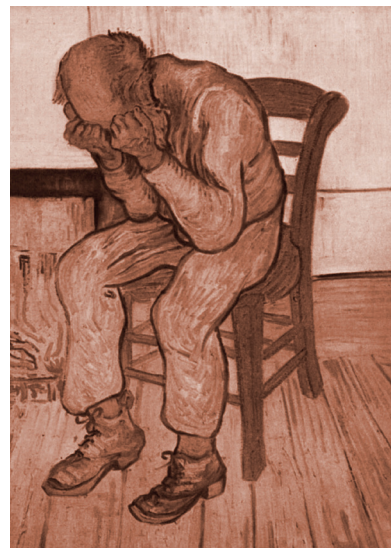
Recherches associées au mémoire

Carte heuristique





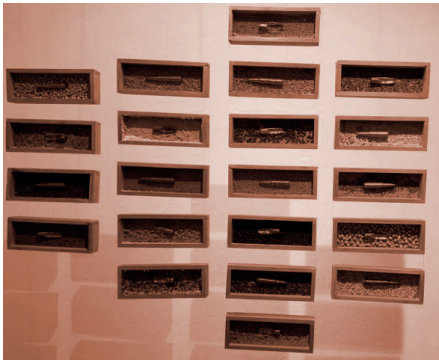
Étude de cas



VAN GOGH Vincent, Old man in sorrow (à la porte de l'éternité), 1890, Pétrole sur toile, 80 cm × 64 cm (31,5 pouces × 21,2 pouces), Musée Kröller-Müller Otterlo au Pays-Bas.

Cette œuvre est une huile sur toile représentant un vieux monsieur affichant une détresse effarante. Il se cache le visage avec ses mains, sa position témoigne de sa tristesse. L'idée de l'artiste dans cette œuvre était d'illustrer la détérioration de l'état mental du vieil homme.

Cette œuvre peut apporter à ma question de recherche une notion difficile à aborder et souvent tabou : celle de la mort. Ici, sa position démontre sa peine. Il s'agit de prendre conscience de la souffrance que peut apporter le vieillissement à certains seniors et ainsi pouvoir la prendre en compte.



CHAUDHARY Lavkant, Masinya Dastoor, du 16 décembre 2019 au 9 janvier 2020, Exposition d'installations artistiques, Siddhartha Art Gallery, Baber Mahal Revisited.

L'artiste met en scène une exposition autour d'un groupe ethnique du Népal, groupe marginalisé. Son but est de mettre en avant l'opinion et les récits de minorités.

C'est intéressant de voir de quelle manière il aborde la marginalisation en l'exposant au public. Cette exposition n'est pourtant pas le reflet de récits faits par ce groupe ethnique mais viennent directement des personnes qui étaient au pouvoir. En témoigne ainsi que le transmetteur a un impact sur le dévoilement de l'histoire.

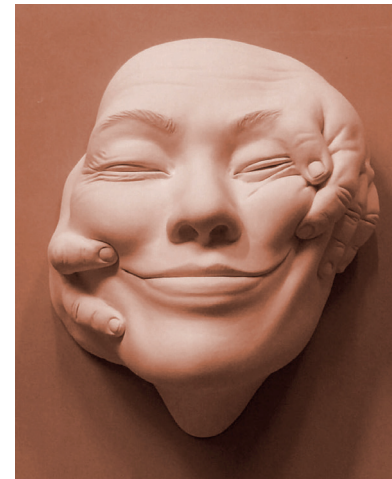
Cette référence fait appel à la parole et à la transmission. L'exposition montre l'importance de mettre en avant les minorités marginalisées mais démontre encore plus qu'il est primordial de les écouter.



HAGENMÜLLER Bertrand, BENATTAR Bernard, *Prendre soin*, 13 novembre 2019, Film documentaire, 1h20, Zelig Films Production, Loir Production.

Ce film met en scène le quotidien de malades d'Alzheimer et d'aides soignants au sein d'une maison de retraite. On peut y voir des relations qui se créent, des sourires mais aussi des moments de tristesse. En somme, c'est une mise en avant des habitudes de ce lieu, qui a tendance à être vu comme "froid" ou "austère". Cette œuvre est destinée à tous types de public.

Pour ma question de recherche, il est intéressant de noter qu'il est utilisé comme objet de médiation sur la sensibilisation à l'âgeisme et à la valorisation du personnel soignant.



TSANG Johnson, *Désincarcération, Une touche de sourire, Lucid Dream II*, 2018, Céramique porcelaine, Hong-Kong.

Cette œuvre met en scène une série de visages déformés faits en porcelaine. L'artiste montre au travers de celle-ci que nous avons une vision erronée de ce qu'est le visage, qui, dans la société, se veut être parfait. Il démontre que tous sont différents et ne correspondent pas aux normes qu'on nous impose.

Il est important de retenir que la vieillesse a tendance à être stigmatisée en partie parce que les corps changent, dépérissent et par la même occasion sont considérés comme inaptes à l'action.



FÉVRIER Stanley, Cette chair, Février 2017-2019, plâtre, cire, peinture à l'huile, à l'exposition collective Over My Black Body de Galerie de l'UQAM en 2019 commissariée par Eunice Belidor et Anaïs et à l'exposition collective D'où venons-nous? Que sommes-nous? Où allons-nous? au Musée national des beaux-arts du Québec.

Il s'agit d'un ensemble d'œuvres menant une réflexion sur la condition humaine et la valeur de la vie au XXIème siècle au travers d'installations, de performances. Le but étant d'aborder différents thèmes de société comme la consommation, la violence ou encore l'environnement. L'artiste utilise la pratique artistique pour montrer au monde des réalités que l'on ne voit pas.

La notion de mise en lumière de ce qu'on a rendu invisible est centrale. En effet, la société a tendance à mettre de côté ce qu'elle considère comme inactif. Elle amène ainsi la plupart des gens à penser que les personnes âgées sont inutiles. Mon mémoire tend, au contraire, à montrer que vieillesse n'est pas nécessairement synonyme d'inactivité.



C'est une série de peintures mettant en scène différentes personnes âgées dans différents lieux du monde. L'artiste tend à impacter son public sur leur isolement. Miki arpente les rues de ses pays en accordant une importance particulière aux seniors, qu'elles observent vivre et interagir avec la société. En percevant leur état d'esprit et leurs émotions, elle les retranscrit avec son pinceau. Dans ces œuvres, il est important de retenir que l'essentiel est de représenter au maximum la réalité, sans la déformer.

DE GOODABOOM Miki, Vieillir seul en Italie dans La vieillesse en peinture, 2011, Aquarelle sur papier, toile ou métal.



Cette œuvre est une série photographique de seniors mis en avant notamment grâce à la nature et ses paysages. Par ces clichés, les deux artistes questionnent la place accordée aux seniors dans la société actuelle et la marginalisation qu'ils subissent. Elles cherchent aussi à interroger le public sur la place de l'homme dans l'environnement et son impact. La force de leurs photographies se trouve dans la place qu'elles accordent à leurs antagonistes, place que j'aimerais leur consacrer dans ma recherche. En effet, il est primordial de les inscrire dans la société et questionner la place qu'ils y ont.



IKONEN Riita, HJORTH Karoline, Eyes as big as plates, 2017, Photographie, 120 x 100 cm et 60 x 50 cm.



VIOLA Bill, *Heaven and Earth* (Ciel et Terre), 1992, Installation vidéo, 2,9 x 4,9 x 5,5 m., Musée de Guggenheim.

Cette installation met en parallèle la naissance et la mort. D'un côté est représenté un nourrisson qui naît alors que de l'autre il s'agit d'une vieille dame agonisant. Toute la réflexion faite par l'artiste tourne autour de la mort jusqu'au choix du matériel qui fait référence à la fragilité mais aussi au vide.

Cette œuvre aborde le thème de la vieillesse d'une manière peu commune, celle de directement associer la vie à la mort. Elle rejoint ma question de recherche par rapport à sa façon de toucher le public. Celui-ci se voit impacter non seulement par la structure mais aussi par ce qui en découle.



BREL Jacques, *Les vieux*, 1963, Oeuvre musicale, super 45 tours, 33 tours, 25cm., Disques Barclay, Gérard Jouannest, Jean Corti.

Cette œuvre musicale parle de la vie des personnes âgées, de leurs quotidiens, de leurs ressentis, ainsi que de leurs solitudes. Rythmiquement, c'est assez lent et redondant. L'artiste démontre beaucoup de nostalgie et de tristesse. Il s'agit ici de retenir que les seniors ont un passé qui reste très ancré dans leurs mémoires. La nostalgie fait donc partie intégrante de leurs journées, il est impossible de les dissocier et c'est essentiel de le prendre en compte dans l'analyse de leurs ressentis tout en long du projet.



JIMENEZ Angela, *Racing Age*, 2014, Photographie documentaire, 40 x 40 et 18 x 18 à l'affiche au 125 LIVE à Rochester, Minnesota.

Il s'agit d'une série photographique représentant des seniors en train de faire du sport de haut niveau. L'artiste a voulu, par là, mettre en avant le dynamisme des personnes âgées, souvent réservé à la jeunesse. Elle démontre parfaitement que l'on peut remplacer les mots fragilité et vulnérabilité par force et énergie.

En lien avec ma question de recherche, il s'agit aussi de briser certains préjugés que l'on peut avoir sur le troisième âge. Montrer la réalité de leur force, que ce soit mental ou physique.

De nombreuses œuvres artistiques abordent le thème de la vieillesse. Dans ce cas, il s'agit de l'œuvre photographique *Racing Age* et de l'installation *Heaven and Earth*.

Premièrement, *Racing Age* est une série photographique représentant des seniors en pleine séance de sport de haut niveau. La photographe Angela Jimenez met en avant le dynamisme des personnes âgées, souvent réservé à la jeunesse. Elle démontre parfaitement que l'on peut remplacer les mots fragilité et vulnérabilité par force et énergie.

La deuxième œuvre *Heaven and Earth* a été créée par Bill Viola. Cette installation met en parallèle la naissance et la mort. En effet, d'un côté est représenté un nourrisson qui naît alors que de l'autre il s'agit d'une vieille dame agonisante. Toute la réflexion faite par l'artiste tourne autour de la mort jusqu'au choix du matériel qui fait référence à la fragilité, mais aussi au vide. Cette œuvre aborde le thème de la vieillesse d'une manière peu commune, celle de directement associer la vie à la mort. Ses deux œuvres vont être mises en comparaison afin d'en préciser certains aspects.

Quels points communs ?

Pour commencer, ces deux œuvres artistiques abordent la notion de vieillesse avec quelques similarités. En effet, à ce titre, Bill Viola et Angela Jimenez s'attaquent à un thème très peu abordé dans notre société contemporaine. La vieillesse est souvent peu valorisée parce qu'elle inspire la peur. De ce fait, les seniors sont exclus du domaine artistique. Dans les deux cas, les œuvres artistiques tendent à déconstruire les idées de ce préjugé. La personne en fin de vie de l'installation *Heaven and Earth* est compliquée à voir. Cette gêne dans la posture prise pour l'apercevoir démontre, selon l'artiste, qu'il est compliqué de se confronter au tabou qu'est la mort. Dans la série photographique, le tabou se trouve dans l'association du sport à la vieillesse. La vieillesse est devenue un sujet sensible dans la conscience commune, comme en témoignent ses deux œuvres.

De plus, cette dernière est nécessairement associée à l'âge avancé. Il s'agit quand même de rappeler que la santé mentale, physique et les changements sociaux sont eux aussi des facteurs du vieillissement. Mais dans ce cas-là, Bill Viola et Angela Jimenez abordent la notion du temps qui est donc inhérente à la question de la vieillesse. Le temps est matérialisé par le ralenti de la vidéo dans l'installation. L'artiste a choisi de laisser le temps au visiteur de comprendre le message qu'il veut faire passer. Son action reflète aussi l'idée de sculpter le temps. Par ailleurs, dans le cas de *Racing Age*, le projet vise à apporter le message "Ils ne représentent pas le passé, mais l'avenir". Les seniors vivent eux aussi dans le monde actuel, dans notre société, dans notre temps.

Il est important de comprendre que le temps passé sur cette terre ne doit pas discriminer une partie de la population. On peut parler d'âgisme.

Enfin, le lien intergénérationnel y est aussi représenté. Dans le premier cas, Jimenez tient à exposer des personnes âgées athlètes afin de montrer qu'ils ne sont pas assez exposés par rapport à la jeunesse. En effet, les sportifs ont souvent la trentaine. L'artiste met donc en avant le fait que tous deux peuvent être représentés. Dans le cas de *Heaven and Earth*, l'artiste met en lien une personne âgée avec un enfant. Delà, il met en lumière l'existence d'un cycle, il s'agit ici de ne pas dissocier la vieillesse et la jeunesse. En effet, il est impossible de couper ce lien et cette continuité caractérisée matériellement par la colonne. Cette représentation induit un lien existant entre les deux générations. Au-delà de leurs ressemblances, ces deux œuvres d'art ont quelques différences.

Quelles différences ?

En référence à l'idée que la société se fait de la vieillesse, les deux artistes évoquent des idées divergentes sur le processus du vieillissement. Ce dernier correspond au processus qui parvient à terme à la vieillesse. Ce cheminement fait face à plusieurs facteurs, notamment la catégorie sociale, les changements sociaux, culturels, mais aussi les défaillances physiques et mentales. Viola expose, dans son installation, une personne âgée agonisant. Nous ne connaissons pas son âge ni son vécu. Néanmoins, elle atteint les dernières heures de sa vie en éprouvant de grands signes de faiblesse physique, mais aussi mentale démontrée par ses yeux qui regardent dans le vide. Dans ce cas-là, cette femme lâche tout, elle admet sa santé défaillante. Pour ce qui est de Racing Age, les personnes âgées ont plus de 80 ans et n'ont pas l'air fatiguées. Leur activité sportive démontre que physiquement ils sont très actifs. Malgré tout, nous ne savons pas si cet état d'esprit est un moyen ou non de tenir tête au vieillissement. Est-ce un moyen de lutter contre les premiers signes de vieillissement ? L'acceptation de la vieillesse nécessite un certain

temps d'adaptation. On peut rapporter cette idée au terme de "bien vieillir" incluant les personnes qui acceptent leurs nouvelles conditions physiques ainsi que les nouveaux changements qu'ils vivent. Ils ne luttent pas contre, mais vivent avec. Pour ce qui est des contraintes physiques, Jimenez tend à supprimer cette idée. En effet, ces photographies représentent des personnes âgées en pleine activité physique. L'artiste tend à nous enlever l'image du senior fragile et vulnérable. Elle tient à montrer une image du vieillard motivé, sportif, en forme. Dans le cas de l'œuvre de Viola, il s'agit plutôt de montrer la personne âgée dans sa faiblesse physique. On ne connaît pas l'état maladif ni l'état physique de ces personnes, mais il est clair que l'artiste montre une certaine vulnérabilité caractérisée notamment par son agonie.

Que retenir ?

En lien avec ma question de recherche, il est important de retenir de quelle façon la mise en avant du senior est faite. Il s'agit de montrer des réalités qui sont trop souvent cachées.

De plus, la différence des deux vieillesse dans ses deux œuvres montre que cette dernière est subjective. Le tout c'est de comprendre qui sont les personnes et comment ils acceptent leur vie actuelle.

Pour finir, la jeunesse ne peut pas être dissociée de la vieillesse. En effet, ils sont nécessairement liés. Il est important de mettre en avant ce lien indestructible.



ÉTRANGE ORDINAIRE, EVA (Espace de Vie pour nos Aînés), 2013, Projet, Design d'espace et d'objet.

Étrange Ordinaire, agence de design de service public, a entrepris un projet en collaboration avec l'EHPAD de Nègrepelisse. La problématique porte sur la création d'un espace de vie pour les aînés où ils puissent se sentir chez eux, un espace qui rompt la solitude. Leurs investigations auprès du personnel soignant et des résidents leur ont permis de créer un mobilier adapté à l'établissement.

Ce projet est intéressant dans le sens où il répond à la problématique du chez-soi en mettant le résident au centre de la réflexion.



DENOVO, Parcours de santé, 2015, Projet, Design graphique.

L'agence de design Denovo est acteur dans la Silver Economie en France. Elle s'intéresse à la conception de structures pour encourager l'exercice physique. Son but principal est d'adapter l'environnement aux seniors. C'est ainsi que Denovo met en place un parcours santé pour les seniors comprenant l'utilisation du mobilier urbain. Pour eux, le mieux serait de modifier les infrastructures extérieures afin de faire de l'espace public un véritable espace d'échanges et de rencontres intergénérationnelles. En attendant, ce projet répond aussi à l'intégration de la vieillesse et au fait de ne pas les stigmatiser. Cette installation accorde de l'importance à une partie de la population souvent marginalisée. Elle en fait un point central qu'elle intègre directement dans un espace public.



Sa recherche s'intéresse à l'autonomie de la personne âgée. Il observe alors que de nos jours, l'environnement de vie est conçu de façon à ce que tout soit simplifié. Le quotidien est plus pratique pouvant provoquer une diminution de l'engagement corporel. Benjamin Declin s'engage donc dans la création d'un objet de cohésion sociale et d'aide au maintien à l'autonomie pour les personnes âgées. Il s'agit de cinq machines destinées à réaliser des pâtes de façon exagérée permettant ainsi au senior de s'exercer physiquement. Chaque machine correspond à une étape dans la conception. Les capacités physiques du senior sont mises en lumière et en action. Il est acteur dans le projet.



DECLIN Benjamin, Al Dente, 2017, Projet de fin d'études à l'École Supérieure d'Art et de Design de Valenciennes, Design d'objet et social.



DENOVO, Tango, 2011, Design industriel et d'objet.

Cet objet de design est une canne dont la conception est basée sur un jouet ancestral, le culbuto. En effet, cette canne a la particularité d'être très stable et d'ainsi toujours rester debout. Le processus de recherche autour de cet objet a demandé beaucoup d'investigations et débouche finalement sur cette canne légère, stable et moderne. L'adaptation de cet objet aux seniors en fait une pièce non stigmatisante qui permet à tous de ne pas être gêné par des capacités physiques amoindries.



ANDRÈS Roxane, Enquête colorée "l'expression de la vieillesse", 2017, Projet à la Biennale Internationale Design de Saint-Étienne 2017, Recherche en design.

Que pensent les autres générations de la vieillesse ? Cette enquête met en place un nuancier de couleurs permettant à différentes personnes d'exprimer leurs avis et leurs perceptions de la vieillesse. Est-elle invisible pour eux ? La designer Roxane Andrès s'intéresse à ce que pense la société de la vieillesse. La couleur est un moyen de mettre une pensée sur un thème. C'est une manière de la matérialiser afin que les gens puissent s'exprimer sans pour autant être gênés.



LANZAVECCHIA Francesca, WAI Hunn, No Country for Old Men, 2012, Projet, Design d'objet.

La création de ses objets adaptés aux personnes âgées est réfléchi par l'agence de design Lanzavecchia + Wai. Il s'agit de mobilier adapté à leurs nouvelles capacités physiques améliorant ainsi leur autonomie. La chaise, Assunta, permet au senior de se lever, MonoLight, la lampe, l'aide à la lecture et les cannes Together Canes l'aide à se déplacer et à vivre. Ces objets tendent aussi à évincer l'aspect médical qu'ils peuvent refléter afin d'être plus facilement accepté par ceux qui l'utilisent. Basé sur la compréhension des changements physiques du senior, ce projet s'intègre à une logique de design care mettant en lumière l'empathie portée à son bien-être.



GOUJON Justine, S'habiller quand le corps le limite, 2017, Projet de DSAA Design produits à École nationale supérieure des arts appliqués et des métiers d'art de Paris, Design d'objet.

Ce projet s'articule autour de la difficulté qu'une personne peut avoir de s'habiller due à un corps limité. La designer Justine Goujon s'intéresse au geste malhabile, à la difficulté du geste de l'habillage. Elle conçoit donc un vêtement fonctionnel permettant à l'utilisateur de s'habiller.

Ce projet permet à l'utilisateur d'effectuer cette tâche de manière plus simple. En effet, ce geste compliqué à effectuer pouvait nuire à l'estime de soi de la personne. Avec ce vêtement, il peut l'effectuer rapidement sans se sentir pour autant diminuer.

ANDRÈS Roxane, Le valet discret, 2017, Recherche, Design d'objet.



Ce projet s'articule autour de la conception d'un objet qui aurait pour fonction d'évoluer avec la personne qui le possède au fil du temps.

Comment penser un environnement miroir, reflétant, s'accordant et dialoguant avec les changements d'identité, de morphologie, liés au vieillissement tout en restituant un espace narratif ?

L'objet sert à questionner le vieillissement en mettant en scène les différentes caractéristiques qui y interviennent.



LAGER Sophie,
LACOSTE Vincent,
Senior mobile, 2013,
Projet, Design d'objet.

Ce projet se base sur la pratique de la danse afin d'améliorer les capacités physiques des seniors. Les designers ont conçu des assises mobiles capables de tirer profit des capacités musculaires des usagers à mobilité réduite. Les assises provoquent le mouvement en engageant ses bras et ses jambes. Ce projet a été testé avec des danseurs professionnels qui permettent ainsi la création d'une relation dynamique autour de la pratique de la danse. Mettre en mouvement une personne à mobilité réduite lui permet de retrouver des sensations perdues. Cette danse lui permet donc de retrouver cette activité, qui lui était autrefois vitale.

Dans le cadre de ma recherche-projet, je me suis intéressée à deux projets de design destinés aux personnes âgées.

Le premier est mené par Étrange Ordinaire, une agence de design de service, qui s'est concentrée sur l'EHPAD. Leur but est de co-concevoir avec le personnel et les résidents un espace favorisant les échanges et les partages au sein de l'établissement. Leur projet EVA (Espace de Vie pour nos Aînés) a été réalisé dans l'EHPAD de Eugène Aujaleu de Nègrepelisse.

Le deuxième concerne la création d'objets adaptés aux seniors par l'agence Lanzavecchia + Wai. Leur mobilier No Country for Old Men peut s'adapter à tous types de personnes âgées ayant des problèmes de mobilité. Leur gamme présente principalement 3 objets : Assunta, une chaise qui aide à se lever, MonoLight, une lampe qui aide à la lecture ainsi que Together Canes, une canne qui aide à se déplacer et à vivre.

Comment s'articule la démarche des projets ?

Les deux projets évoqués s'articulent autour de la conception de mobilier adapté à l'utilisateur. Ce dernier est pris en compte dans le processus de création : on parle d'intelligence collective.

En effet, dans le cas du projet EVA, il s'agit d'inclure directement les résidents dès le début de la recherche. Ils sont consultés, leurs avis sont pris en compte, et leurs besoins sont évoqués. Le but du design est donc d'adapter l'environnement à son usager et non l'inverse. Chez Lanzavecchia + Wai, le mobilier et notamment la canne permettent d'exécuter des gestes simples ou d'emporter des objets plus facilement. La lampe est, elle aussi, adaptée directement à la vue déficiente qu'ont les seniors à partir d'un certain âge. Le mobilier est donc adapté aux nouvelles aptitudes des seniors.

Non seulement leurs capacités physiques réduites sont prises en compte dans la conception, mais les projets sont aussi réalisés dans le but de créer dans l'objet un sentiment d'appartenance et de plaisir chez la personne qui l'utilise.

Dans le cas d'EVA, l'espace de vie commune est conçu pour les résidents afin qu'ils se sentent chez eux. La notion de "chez soi" a été importante afin de concevoir un lieu collectif accueillant.

Pour le projet No Country for Old Men, la ligne de conduite a été de faire disparaître l'aspect médical que peuvent avoir les objets. Il s'agissait de créer chez l'utilisateur un sentiment d'appartenance. En effet, le vieillissement engendre chez le senior des problèmes physiques auxquels l'achat de matériel médical permet de pallier.

Ainsi dans ce projet, le but était de supprimer la froideur que peuvent avoir ces produits médicaux. Les deux mobiliers tendent à permettre aux seniors de se créer un nouvel environnement adapté à leurs nouvelles capacités physiques tout en gardant une esthétique chaleureuse.

Cette recherche d'adaptation de l'environnement et d'appropriation des objets sont les fruits de deux enjeux importants en design. Le premier concerne le co-design ou design collaboratif qui désigne l'importance portée à l'intégration de chacun au sein du projet. Cette pratique travaille non seulement en lien avec différentes disciplines mais aussi avec les usagers. L'expérience utilisateur se trouve ainsi renforcée permettant au projet de se construire en fonction de l'utilisateur. Le design collaboratif permet donc de partager des connaissances tout en discutant de l'élaboration du projet au fur et à mesure. Le second enjeu essentiel à la réflexion de projets autour des seniors est le design care. Il comprend des notions fondamentales relatives au domaine de la santé. En effet, le care se rapporte au soin de la personne intégrée au projet. Aussi, il est basé sur la relation avec l'autre, l'empathie et ainsi l'appréhension morale des individus. Ces éléments permettent par conséquent de mieux concevoir le bien-être des personnes et de pouvoir ainsi améliorer leur qualité de vie, aussi bien sous un aspect social que environnemental.

Que retenir de cette lecture ?

Dans le cadre de ma recherche-projet, il est important de retenir ces deux aspects du design que sont la co-conception et le design care. En effet, mon objet doit être conçu entièrement en fonction des besoins de ces derniers. Ces adaptations doivent permettre au senior de se sentir mieux dans l'environnement où il est, de se créer un nouvel espace de vie personnel qu'il trouve chaleureux et dans lequel il s'épanouit ainsi que de mieux vivre les changements engendrés par la vieillesse.



PULSE & PULPE, Collection
Andy, 2015, Projet, Design
industriel et d'objet.

Cette agence de design industriel conçoit des objets du quotidien en faveur de la silver économie. En effet, l'ergonomie est faite en fonction de l'utilisateur. Toutes les difficultés de prises en main sont revues pour créer un objet facile et adapté. Dans ce cas, la conception est faite en plastique et plus précisément faite en titran. Il s'agirait donc de prendre l'idée de fabriquer en plastique. Néanmoins, il est possible de réutiliser du plastique usagé pour en faire un matériau revalorisé.



Lors du confinement, Romane Jonet, étudiante en design a lancé l'initiative de créer un journal gratuit, solidaire et participatif. Cette édition est composée d'illustrations, de photos, d'idées, mais aussi d'humour. Il a pour but d'être envoyé dans les Ehpad du Grand Est, fortement affectés par l'isolement social. L'édition est un bon moyen de faire passer un message tout en restant accessible à tous. Destiné à des Ehpad, il est adapté à son public. De plus, faire participer d'autres branches de métier comme l'illustration permet d'avoir un champ des possibles plus large.

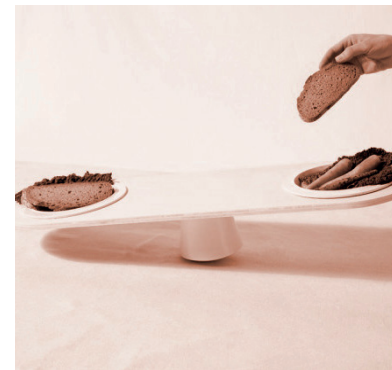
JONET Romane, Bonjours, 2020, Projet,
Design graphique.



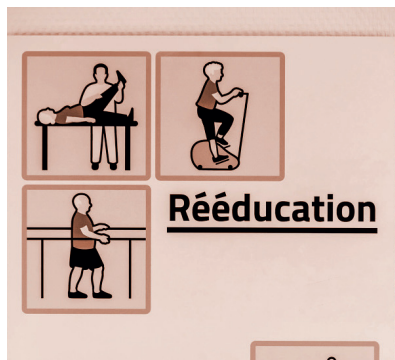
Créé autour de la question "les objets peuvent-ils être médiateurs de liens sociaux ?", ce projet présente une vaisselle qui va au-delà de sa fonction première en invitant les convives à échanger. Il s'agit d'avoir des interactions en créant un sentiment collectif tout en repensant les divisions imposées par la table.

La plupart de ces objets sont faits de céramique. Cette technique est intéressante pour ma recherche projet autour des relations intergénérationnelles. Ici, Romane Jonet l'utilise pour créer l'échange. Ce sera aussi mon cas.

La plaque, le moule, le tour ou encore les colombins, il est intéressant de voir quelles sont les techniques qui me permettront le plus facilement de fabriquer des objets aux formes que je veux.



JONET Romane, Agape, 2019, Projet
pour diplôme de bachelor en Design
produit à l'université de Düsseldorf,
Design d'objet.



STUDIO KUBIK, La berge du lac, 2015,
Projet, Design graphique.

Les graphistes Benjamin Ribeau & Aubérie Vantomme se sont concentrés sur l'adaptation que doivent subir les résidents lors d'un changement de lieu de vie. Leur but était donc de créer de nouveaux repères en permettant la reconstruction d'un "chez-soi". Pour ce faire, ils ont créé une signalétique adaptée aux déficiences des résidents. Utiliser un style graphique pour améliorer l'adaptation à un nouvel environnement est intéressant. En effet, les couleurs, les dessins et les typographiques sont importants dans un espace. Cette technique est un bon moyen d'intervenir dans un lieu.



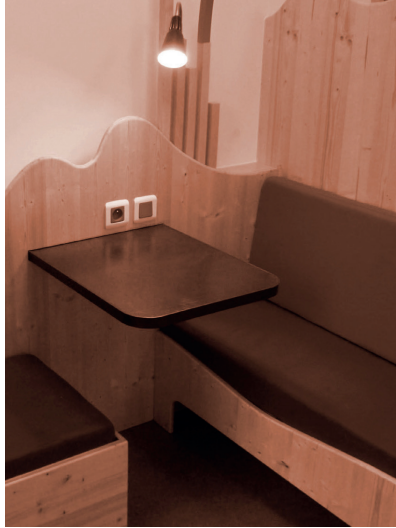
POUILLOT Manon, L'habit de repas,
2017, Projet avec la Maison d'accueil
spécialisée Le Chêne de l'Association
Fondation Bompard, Design textile.

La designer Manon Pouillot s'est concentrée sur la façon d'améliorer la vie quotidienne des personnes atteintes de la maladie de Huntington. Elle a conçu un habit de repas en alternative au bavoir qui infantilise les usagers. Le tissu, en passant par la sérigraphie, participe au soin de la personne qui utilise cet habit. En effet, le textile choisi permet un meilleur usage de l'objet et une meilleure ergonomie.



SINTIC Jeanne, Habiles besognes, 2018,
Projet de diplôme de DSAA à l'école
Bouffe, Design d'objet.

Après un bénévolat hebdomadaire au sein d'une EHPAD, Jeanne Sintic propose un kit d'objets permettant de responsabiliser les résidents sur différentes tâches quotidiennes. Son but est de déclencher des situations collectives en passant par une revalorisation personnelle des résidents. En céramique, en osier, en bois, ou encore en tissu, sa panoplie lie différentes pratiques. La plurimatérialité peut être intéressante car elle ne se cantonne pas à une pratique d'une technique.



Cette investigation en hôpital est faite autour du rôle des familles dans l'accompagnement du patient. L'agence de design a permis la conception d'un outil méthodologique pour co-concevoir un cahier des charges à destination des services hospitaliers. Il permet, à terme, de comprendre les problèmes afin d'agencer l'espace en l'adaptant. L'outil méthodologique ou le jeu est un bon moyen d'entrer en relation avec les usagers en début de projet. Il permet de récolter des informations. Il peut aussi devenir l'objet du projet à part entière. En effet, il peut devenir médiateur entre le personnel soignant et le patient.

ETRANGE ORDINAIRE, Hôpital familial, 2016, Projet de co-création, Design d'espace et d'objet.



DE BARRO
Aurélié, Les mains de mamie, 2016,
Marque, Design textile.

Cette marque est issue d'une initiative de rappeler les relations intergénérationnelles. Les collections de vêtements faits en tricot sont conçus par des fondatrices et des mamies. Ces ateliers permettent non seulement la mise en avant de savoir-faire mais aussi la valorisation de la vieillesse. Longtemps cantonné à la vieillesse, le tricot peut devenir être un bon matériel pour la conception de projet. En effet, il est possible de laisser parler la créativité au travers de ce média.

Les deux études de cas ont été choisies, non seulement pour l'objectif social final du projet, mais aussi pour la technique qu'ils utilisent pour y parvenir.

Le projet Agape de Romane Jonet et la marque Les mains de Mamie vont être étudiés puis comparés. Pour le premier, il s'agit d'un projet de fin d'études de Romane Jonet, à l'occasion de la fin de son diplôme de Bachelor en Design produit à l'université de Düsseldorf. L'étudiante en design s'est intéressée à la problématique

des objets médiateurs de liens sociaux. Pour ce faire, le moment du repas a été étudié afin d'améliorer les interactions sociales entre les convives. Basés sur la communication, ces ustensiles doivent permettre à ceux qui les utilisent d'échanger plus facilement en faisant du repas un événement social.

En ce qui concerne la technique utilisée, Romane Jonet utilise, pour bon nombre de ses objets, la céramique. Cette matière offre de nombreuses possibilités. En effet, il existe plusieurs techniques pour la mettre en forme.

Le deuxième projet s'appelle "Les mains de mamie". C'est une marque créée par Aurélie De Barros et son frère John tous deux impactés par la maladie de leur grand-mère. Atteinte d'Alzheimer, cette dernière a permis l'émergence de l'idée de conserver le savoir-faire des aînés dans ce monde qui va si vite. En ce sens, ils ont choisi de mobiliser toute une équipe qui permet la propulsion de l'idée à la formation de la marque "Les mains de mamie". Actuellement, de nombreuses grand-mères engagées trouvent le temps de venir tricoter des pulls d'une grande gamme de vêtements. Le but est de valoriser ces grand-mères en rendant le savoir-faire accessible tout en passant par des moments riches de sens. Les techniques employées sont le tricot, le arm knitting, le crochet, la broderie ou encore le macramé. Des ateliers sont organisés pour apprendre. Toutes ces manières de faire sont modernisées et permettent la fabrication de vêtements tendance et de qualité.

Comment s'articule la démarche des projets ?

Ces deux projets portent sur la facilitation des liens sociaux. En effet, tous deux engendrent la formation de discussions, de relations, d'échanges. Les projets sont des moyens de permettre la rencontre. Le reste se fait naturellement même si l'objet en est à l'origine. Ces techniques manuelles permettent la création d'objets de qualité, faits main. Dans les Mains de Mamie, les grand-mères utilisent leur savoir-faire et s'appliquent à créer des vêtements de grande qualité. De même, les objets de table du projet Agape sont fabriqués en collaboration avec une céramiste. Les savoir-faire sont donc valorisés.

De plus, il s'agit de préciser que le fil et la céramique peuvent être utilisés de plein de manières différentes. Le tricot, le arm knitting, le crochet, la broderie ou encore le macramé sont les techniques utilisées par Les Mains de Mamie. Elles sont diverses et offrent bon nombre de possibilités dans le choix de la conception. Pour ce qui est de la céramique, il existe le tour, la plaque, la boule pincée, les colombins, le moulage. Toutes ces façons de procéder sont à revoir dans le cadre du projet. En effet, certaines techniques sont plus adap-

tées à certaines formes d'objets. Il s'agit donc d'adapter la technique au rendu voulu.

Néanmoins, ces deux techniques sont différentes, mais sont des médias accordant plusieurs potentialités.

Ces deux projets présentent néanmoins certaines différences. En effet, dans un cas la technique permet l'échange alors que dans l'autre c'est l'objet qui permet la création de liens sociaux. La distinction se fait au niveau du moment où le savoir-faire est employé. Dans le cas de la marque, c'est le médiateur de la discussion, tout est basé sur la transmission, sur les relations intergénérationnelles. Pour Romane Jonet, elle l'utilise pour créer l'objet final. Il s'agit aussi de différencier les intérêts de chaque technique. En effet, ils ont des propriétés différentes. Le fil permet de créer des objets souples, en tissu, qui peut habiller ou qui peut même sublimer d'autres objets. Pour ce qui est de la céramique, elle permet la création d'objets solides, fragiles ou encore des contenants.

Que retenir de cette lecture ?

En lien avec mon projet, les deux techniques peuvent être un moyen d'aborder la valorisation de la vieillesse, mais aussi la création de relations intergénérationnelles.

Elles ont toutes deux des avantages qui peuvent être exploités de diverses manières. De plus, leurs propriétés sont très différentes, voire contraires. Il est donc possible de les coupler pour en tirer toutes les capacités. En effet, elles peuvent se compenser et ainsi devenir complémentaires. La création d'un objet médiateur de liens sociaux est l'objectif de mon projet. En effet, comparé à Ro-

mane Jonet, j'aimerais concevoir un objet qui engendre le partage. À la différence d'Agape, mon projet s'inscrit dans un environnement différent de celui de la table et s'intéresse à un type de public et de relations précis. Pour ce qui est des Mains de Mamie, j'en retiens surtout les relations générées par le projet. En effet, la technique médiatrice de relations est aussi très intéressante dans le cadre de mon projet.

Synthèse de texte

VAN DE VELDE, Cécile, 2015. Sociologie des âges de la vie. S.l. : Armand Colin. ISBN 978-2-200-60311-3.

Ce livre aborde les différentes étapes de la vie. Nous allons nous concentrer sur le développement de la vieillesse, caractérisé par la fin de la vie. Professeur de sociologie à l'Université de Montréal et titulaire de la Chaire de recherche du Canada sur les inégalités sociales et les parcours de vie, Cécile Van de Velde mène plusieurs recherches sur la jeunesse et l'évolution du parcours de vie. Dans ce livre, elle sépare la vieillesse en deux parties distinctes : celle de la retraite et celle du retrait. Cette distinction est une consé-

quence du rallongement de l'espérance de vie provoquant ainsi un temps de vie active restreint et un temps de retraite plus long. Il est nécessaire de préciser que chaque période de la vie est individuelle. Par conséquent, la vieillesse est subjective. Comment l'auteur distingue les deux parties de la vieillesse ?

Comment Cécile Van de Velde décrit le 3e âge ?

Le troisième âge concerne les “jeunes retraités”, cette étape est caractérisée par une nouvelle période d’activités que ce soit sociale ou physique. Cécile Van de Velde emploie le terme “retraite sociale” qui définit un fort engagement social dans de nombreuses activités, du bénévolat ou encore d’une activité professionnelle prolongée. Il s’agit aussi d’évoquer un nouvel enthousiasme amoureux ainsi qu’un investissement au sein familial. Le réseau de sociabilité est renforcé par la présence des grands-parents auprès des petits enfants qui interviennent au niveau matériel, affectif et domestique. Le senior fraîchement retraité entre donc dans une phase où il arbore différentes casquettes. Cette activité est le témoin du désir d’un temps de réalisation de soi caractérisé par le prolongement du deuxième âge de la vie qu’est l’âge adulte. Indépendance et maturité sont les maîtres mots de cette phase où le senior cherche à accomplir des actions non réalisées dans sa vie. L’aspiration d’achever ses desseins rend ainsi le senior actif dans beaucoup de domaines.

Néanmoins, tout le monde ne peut pas se permettre cette concrétisation. En effet, elle est privilégiée aux classes moyennes

créant donc une disparité avec les classes populaires. Cette marginalisation est en partie due à une communication autour d’un modèle type de vieillesse active auquel beaucoup veulent se conformer. A ce nouvel essor après la retraite succède le 4e âge.

Et le 4e âge ?

Synonyme de perte d’activité, cette dernière phase fait suite à une période d’acceptation des changements physiques et morales du senior.

Beaucoup de facteurs entrent en compte pour mesurer le stade de vieillissement, notamment le fait de ne pas être passif face au monde actuel, la conservation d’un chez-soi, la valorisation de soi accompagnés d’une nostalgie passée ainsi que le maintien de l’autonomie. Ces enjeux constituent les principaux changements que peuvent subir ou vivre les personnes âgées.

La fin de vie est ainsi généralement caractérisée par une dépendance irréversible. Cette dernière est accompagnée de dévouements familiaux ou extérieurs, mais aussi d’un sentiment d’abandon pour le senior. Cette étape de la vie est inéluctable ce qui peut créer un sentiment de frustration.

De plus, cette étape atteinte, le senior est souvent victime de l’âgisme, terme qui définit l’exclusion des personnes âgées de la société doublées d’une vision dégradante de ce qu’est la vieillesse. Cette marginalisation est le reflet direct de notre société où la notion d’activité est synonyme de vie et de croissance. Le contraire n’est donc pas positif et est plutôt marqué d’une déprise et d’une décroissance.

Que retenir de cette lecture ?

En lien avec ma question de recherche, il est important de spécifier quelles sont les caractéristiques de chaque étape de la vieillesse tout en notifiant que certains n’acceptent pas les changements qu’ils vivent.

S’intéresser au 4e âge nécessite de prendre en compte les quatre facteurs principaux de vieillissement qui sont le fait de ne pas être passif, la conservation d’un chez-soi, la valorisation de soi accompagné d’une nostalgie passée ainsi que le maintien de l’autonomie. De plus, le vécu et le caractère des personnes âgées qui feront partie de mon projet devront être inclus à part entière.

La vieillesse n’est pas le stade de la vie le plus simple à appréhender. En effet, il est contraint non seulement par une acceptation de soi, mais aussi du regard de la société. L’âgisme doit être pris en compte. Pour finir, le senior est soumis à un cadre prédéfini de ce que doit être la vieillesse parfaite. Il est possible que s’y conformer soit trop compliqué pour lui. Dans ce cas-là, son estime de soi sera impactée.

**SERRES, Jean-François,
2019. Vaincre l'isolement :
Un engagement à portée
de main. S.l. : Éditions
de l'Atelier. ISBN 978-2-
7082-5281-3.**

Engagé au sein d'actions sociales pour Emmaüs puis auprès du Petits Frères des Pauvres, Jean-François Serres est devenu le délégué national de la mission Monalisa, association se mobilisant contre l'isolement social des personnes âgées. Il est aussi vice-président du Mouvement Associatif et y représente l'Union Nationale Interfédérale des Œuvres et Organismes Privés Sanitaires et Sociaux.

Pour vaincre l'isolement, Jean-François Serres propose de prendre le mal par la racine. L'État et les citoyens peuvent

mettre en œuvre une véritable politique de fraternité. Le propos de l'auteur commence par la mise en avant du concept de fraternité. Une mobilisation pour la fraternité? Il faudrait considérer que la confiance se gagne entre nous, qu'il puisse ainsi naître une capacité collective à faire face.

Comment Jean-François Serres décrit-il l'isolement social dans son ouvrage ?

L'isolement social, le plus souvent vécu par les personnes âgées, est dû à des souffrances relationnelles, d'insatisfactions dans les relations ou de rupture de liens. Ces problèmes de contact provoquent l'exclusion de la personne.

Cependant, les relations sont nécessaires pour l'humain. En effet, elles sont fondées sur les trois piliers de la concorde : la protection (je peux compter sur quelqu'un), la reconnaissance (je compte pour quelqu'un) ainsi que la participation (quelqu'un compte sur moi). Il s'agit de construire de vraies relations basées sur des amitiés riches de sens, profondes et intimes. Le but des relations est de relier les solitudes en pensant à autrui et ainsi pouvoir augmenter l'empathie collective. De plus, ses ressources sociales permettent une plus grande liberté de pensée.

Il est important que ces rapports soient horizontaux. Le lien et les discussions doivent être privilégiés afin d'éviter toutes relations dissymétriques aidant/aidé. Aucune asymétrie ne doit être faite

afin que la relation soit la plus saine possible et qu'aucune des personnes concernées n'ait de sentiment d'abandon ou d'insatisfaction.

De plus, au niveau mondial, la mondialisation tend à créer une masse uniforme. Du point de vue sociétal, on observe aussi une favorisation de l'individualité dans le peuple. La collectivité n'est pas valorisée dans l'espace public provoquant une dissolution des structures accueillantes de proximité. Cet individualisme permet néanmoins le rassemblement de groupe par semblable. En effet, il est nécessaire pour l'humain d'appartenir à un groupe. Cependant, cette interdépendance provoque une segmentation du corps social. Le concept de fraternité tend donc à disparaître.

Outiller ces échanges, ces rencontres, ces relations serait utile pour lutter contre l'isolement social. Il est toutefois nécessaire de préciser que ce dernier ne peut que les provoquer. L'engagement les rend pérennes.

Et ainsi comment y remédier ?

Pour lutter contre l'isolement social, l'engagement est donc nécessaire. Il s'agit d'avoir la volonté de se mettre en action non seulement contre les inégalités, mais aussi contre les inexistentences. La persévérance associée aux échanges et aux partages avec autrui est essentielle afin de maintenir cet investissement vivant. Pour ce faire, l'effet de groupe est une bonne solution afin de permettre la formation et la consolidation d'un collectif. En effet, un ensemble peut permettre la co-création d'une œuvre commune efficace tant au niveau local qu'à plus grande échelle. La société a besoin de cette conviction nouvelle agissant pour la bienveillance et l'inclusion.

Faire le choix de la fraternité peut être cette solution. En effet, l'entraide est un bon moyen de créer des relations. Il est cependant important de notifier qu'elle ne doit être entravée d'aucun jugement de valeur sans quoi elle serait composée d'inégalités. La fraternité est devenue un besoin tant social que politique. Les citoyens ont tous soif de relations, mais également de singularité et d'égalité. L'émergence d'un commun fraternel inclusif dans la république pourrait donc être une solution idéale. La création de projets locaux basés sur les liens sociaux, la solidarité ou encore le partage serait une mise en action concrète de ce principe de fraternité.

“Sait-on écouter, comprendre, accepter l'autre dans sa différence ?”¹

Au-delà de l'engagement et de la fraternité, il s'agit de créer un élan. Chacun individuellement a le pouvoir d'agir, mais les actions collectives l'ont tout autant. Les agissements sont simples et accessibles à tous. De plus, la prise de conscience collective peut permettre l'apparition d'une société entière productrice de care. Les relations renouées peuvent ainsi restaurer l'estime de soi des personnes anciennement isolées. Prenons l'exemple de Monalisa. Dans cette association, la mobilisation se fait contre l'isolement social des personnes âgées par la création d'un réseau de co-acteurs.

La base de tout mouvement solidaire intervient donc dans la prise de conscience individuelle suivie d'une émulation collective.

1. SERRES, Jean-François, 2019. Vaincre l'isolement : Un engagement à portée de main. S.I. : Éditions de l'Atelier. ISBN 978-2-7082-5281-3.

Que retenir de cette lecture ?

En lien avec ma question de recherche-projet, la sensibilisation à la fraternité est importante. En effet, beaucoup ne savent pas que l'isolement social est plus fréquent qu'il n'y paraît.

L'outil pour créer l'échange est essentiel, mais il ne doit servir que partiellement. Il a pour fonction le commencement du partage et de la relation. Sa pérennité dépend de l'investissement et de l'engagement de ceux qui l'emploient. Néanmoins, il peut être présent pour un moment, mais ne doit pas prendre la première place au sein de la relation. Cette dernière est le but principal du projet et l'outil ne doit pas être une diversion à cet objectif.

Il s'agit aussi de privilégier les échanges profonds et vrais plutôt que ceux qui restent superficiels tout en instaurant un principe horizontal.

Cet échange ne doit pas être bloqué dans une cohorte ou dans un groupe. En effet, rester dans ses habitudes relationnelles peut créer une segmentation du corps social. Le but du projet serait de proposer la mise en œuvre de relations intergénérationnelles.

La notion de collectivité est elle aussi à inclure dans mon projet. L'objectif commun engendre l'effet de groupe utile dans la mise en œuvre d'action telle que la lutte contre l'isolement social. L'association serait donc un bon partenaire avec lequel travailler. L'union de plusieurs personnes sincèrement motivées est donc essentielle dans l'accomplissement d'un projet.

BOXEBELD, Clément et MOURRI, Julia, 2019. Oldyssey - Un tour du monde de la vieillesse. S.I. : Média Diffusion. ISBN 978-2-02-143171-1.

Globe-trotter dans l'âme, le jeune couple Julia Mourri et Clément Boxebeld a fait un tour du monde de la vieillesse. Ils ont tous deux décidé de quitter leur travail de journaliste et de consultant pour se lancer à corps perdu dans la découverte d'initiatives mondiales en faveur des relations intergénérationnelles.

Ils observent un décalage entre leurs expériences personnelles positives et la façon angoissante dont on en parle en France. C'est pour ces raisons qu'ils décident de

partir afin de se faire leur propre avis et s'enlever l'idée que les personnes âgées sont un poids pour la société.

Il s'agit donc d'un ouvrage relatant leurs rencontres. Ils ont aussi tourné et publié de nombreuses vidéos documentaires de ses échanges sur les réseaux sociaux.

Comment cette expérience permet-elle de montrer des exemples de valorisation de la vieillesse ?

Leur périple est un moyen pour eux de déconstruire tous les stéréotypes que la société peut avoir sur la vieillesse.

Dans un premier temps, ils abordent une valorisation de la vieillesse. Ils tendent à changer le regard qu'on a à leur égard en démantelant les préjugés suivants : les seniors veulent absolument vivre longtemps, ils n'ont plus d'envie, ils ne sont pas dans l'air du temps, ils sont inactifs, ils sont inutiles, et leurs connaissances sont dépassées.

Attardons-nous sur leur rôle social avec l'exemple que donne Oldyssey concernant une initiative colombienne. Cette dernière donne aux autochtones la possibilité de partir étudier leur culture pour ainsi perpétuer les traditions. Les seniors enseignent donc aux plus jeunes des cultures ancestrales, on parle de la pédagogie Madre Tierra. Pour eux, il est important d'intégrer la vieillesse dans l'éducation en appuyant l'idée que l'ancien ne s'oppose pas au nouveau.

Dans cette même volonté, la Chine est aussi un bon exemple. Les habitants de

ce pays subissent la politique de l'enfant unique créant une frustration dans le cadre familial. Les personnes âgées ont donc tendance à investir l'espace public pour pratiquer leurs passions ou leurs sports sans aucune gêne. Ces rassemblements spontanés leur confèrent des moments de liberté où ils peuvent s'exprimer en fonction de leurs envies.

Dans les deux cas, les seniors sont actifs, que ce soit pour la transmission ou la pratique de leurs envies. L'ancien et le nouveau peuvent parfaitement cohabiter. En ce même sens, il s'agit de se demander comment sont mises en place les initiatives de coopération intergénérationnelle.

Comment la valorisation peut-elle se faire au travers de la rencontre intergénérationnelle ?

Dans le cadre du concept de "Vivre tous ensemble", d'autres stéréotypes peuvent être démantelés : les personnes âgées vivent dans le passé, ils sont aigris, ils restent entre eux, et ils ont toujours raison. Ces pensées ne sont pas le reflet d'une réalité universelle.

En effet, Julia et Clément ont eu la chance de rencontrer une maison intergénérationnelle allemande. Cet habitat permet le rassemblement, la rencontre ou encore la cohabitation. Il permet aussi aux personnes âgées d'être entourées, de ne pas penser au passé ou de se réunir autour d'un repas. L'intergénérationnel est vécu par chacun, mais tous ne sont pas conscients de le faire, cela devient totalement naturel. La convivialité et la fraternité attirent. C'est aussi le cas dans une autre partie de l'Allemagne visitée par le jeune couple. Les personnes âgées d'un petit village y vivent calmement en prenant par exemple le temps de sortir pour faire une pétanque. La place publique du village devient un lieu de rencontres intergénérationnelles spontanées. Ce réflexe permet la diminution de l'isolement,

devenu depuis peu un enjeu de santé publique. En effet, cette solitude joue un grand rôle dans la perte d'autonomie. Les liens sociaux sont donc primordiaux.

À Bruxelles, on peut aussi observer un accroissement des actions en faveur des relations. En effet, la société "Duo for a job" permet à des personnes âgées d'aider des jeunes immigrants à trouver un travail. Cette mobilisation et cette aide réunissent deux populations initialement isolées. Ils n'ont, à la base, aucune raison de faire connaissance ni n'ont de points communs. Ce moyen permet ainsi la création d'un lien fort basé, qui plus est, sur la confiance, l'empathie et l'écoute de l'autre. Il a, néanmoins, été nécessaire d'encourager les personnes âgées en affirmant qu'ils en avaient les capacités.

Ces actions intergénérationnelles sont toutes deux basées sur un territoire précis et permettent la création de moments de partages. Il est donc possible d'agir tout en appréhendant la façon de vivre de chacun.

Comment ses rencontres reflètent-elles la notion de «bien vieillir» ?

Il est ainsi possible d'aborder le terme de bien vieillir. En effet, chacun ne vit pas le vieillissement de la même manière. Tout en parlant des établissements insalubres pour seniors, de leur résignation, du poids qu'ils sont pour la société ou encore de leur infantilisation, les auteurs mettent en avant l'importance de l'empathie.

Il s'agit de préciser que la vieillesse peut engendrer la dépendance. La maison Carpe Diem, au Canada, dédiée aux personnes atteintes d'Alzheimer est un exemple qui démontre que la dépendance peut être floutée et ainsi valorisée. En ce sens, cette initiative met en avant l'écoute tout en mettant l'accent sur ce que les personnes sont en capacité de faire. Les comportements du personnel sont adaptés aux personnes atteintes. Ils utilisent le mimétisme pour leur permettre de faire des tâches simples afin de garder une certaine autonomie, tendant presque à en oublier leurs déficiences. Cette action renvoie directement aux droits fondamentaux de l'homme en montrant l'importance individuelle qu'a chaque personne.

“On doit penser un lieu à partir des gens qui le fréquente”²

Aoicare est, elle aussi, une action proposant une communauté venant à l'encontre des personnes âgées en adaptant les soins à la personne. Ils accordent une importance particulière à la préservation de la dignité des personnes âgées. Les résidents de cet établissement sont libres de faire ce que bon leur semble dans leurs journées et aucune activité n'est imposée. Il s'agit même de ne pas leur montrer qu'ils sont atteints d'un handicap.

Dans ces deux cas, l'accent est mis sur l'adaptation de l'environnement aux pathologies et aux capacités de l'individu. Le bien vieillir passe donc par un accomplissement personnel.

2. BOXEBELD, Clément et MOURRI, Julia, 2019. Oldyssey - Un tour du monde de la vieillesse. S.l. : Média Diffusion. ISBN 978-2-02-143171-1.

Que retenir de cette lecture ?

En conclusion, le projet Oldyssey permet d'enlever bon nombre de préjugés intégrant l'idée que la vieillesse est toujours compliquée à vivre. Le nombre de témoignages mettent en avant le fait que vieillir peut se faire de plein de façons différentes. Il s'agit aussi de préciser que tout découle de la motivation des gens, de leurs envies de changer les choses et par l'investissement de lieux.

En lien avec mon mémoire, l'écoute des envies décrit un axe essentiel de ma recherche. En effet, les personnes âgées ont des désirs malgré l'âge. Il s'agit de les prendre en compte que ce soit pour des partages, des découvertes ou des explorations. On ne peut savoir à l'avance quelles seront les répercussions du projet, mais être à l'écoute permettra de déceler où se trouvent les problèmes et quels sont les détails sur lesquels s'attarder. Il est aussi nécessaire de noter que le lien social permet de lutter contre l'isolement des personnes âgées. De plus, leur accorder un rôle engendre une augmentation de leur estime de soi. Ce lien social peut être intergénérationnel afin de ne pas les cantonner à des espaces où ils ne voient que leurs semblables.

Pour finir, l'adaptation de l'environnement demeure un élément important de ma recherche-projet. En effet, il s'agit d'être attentif au bien vieillir de chacun et de prendre en compte leurs limites physiques ou mentales.

**PITAUD, Philippe, 2013.
Solitude et isolement des
personnes âgées. S.l. :
Eres. ISBN 978-2-7492-
2951-5.**

Président, praticien, chercheur et enseignant de l'institut de gérontologie sociale à Marseille, Philippe Pitaud a publié bon nombre d'articles et de recherches pour les collections Pratiques du champ social. Il a permis l'écriture du livre *Solitude et isolement des personnes âgées*, un ouvrage collectif qui met en avant des recherches et des savoirs dans le domaine de la gérontologie. Cet ouvrage se base sur des témoignages et des entretiens pour aborder la solitude et l'isolement des personnes âgées tout en faisant le choix de parler de l'influence de l'entourage.

“Je suis seul.e”. Voilà l'affirmation souvent retrouvée dans les entretiens. Telle est la problématique principale abordée dans le livre. En lien avec ma recherche-projet, il est important que je m'intéresse à la relation spéciale que peut avoir une personne âgée isolée avec son entourage. En effet, différents types de solitude peuvent être présentes malgré la présence de la famille. Et à contrario, il est possible que le senior n'ai pas d'entourage proche et ne se sente pas seul.

Comment l'ouvrage définit les notions d'isolement et de solitude des seniors ?

Pour commencer, il s'agit de préciser que l'augmentation de l'espérance de vie est un facteur du vieillissement de la population. Une fois entrée dans cette nouvelle période de vie, la personne âgée vit plusieurs changements biologiques mais aussi sociaux. Ces ruptures ainsi que son vécu ont un impact direct sur sa perception de la vieillesse. Il est donc possible que le senior ressente de la solitude.

Il s'agit de préciser que la vieillesse ne peut pas être évaluée. En effet, le ressenti de la personne qui l'a vécue doit être inscrit dans un contexte particulier en ne la réduisant pas seulement à une série de changements biologiques. Le vieillissement est nécessairement accompagné de beaucoup de ruptures qui ont une conséquence directe sur le bien-vieillir de la personne. Il s'agit aussi de prendre en compte le caractère de celle-ci ainsi que son vécu. Le senior ne se reconnaît généralement plus entre la personne qu'il était avant et celle qu'il est devenu. Sa vision sur lui-même est totalement troublée et devient négative.

Pour ce qui est de la définition du terme solitude, le livre nous réfère à Peplau et Perlman (1982) qui affirme que " La personne ressent la solitude lorsqu'il y a un déséquilibre entre les relations sociales

réelles et les relations sociales désirées"³ Elle est donc, elle aussi, subjective et ne dépend pas d'une quantité de rencontres ou de partages mais de la qualité et de la nature de ses liens. La différence entre ce que le senior isolé a et ce qu'il veut provoque cette frustration et engendre une solitude permanente. Elle peut être morale, de cœur, d'esprit ou totale. La solitude n'est donc pas le simple fait d'être seul. Au contraire, il existe pleins d'approches différentes et on ne peut réduire la solitude seulement à l'isolement physique.

Weis (1982-1987) en distingue deux types d'isolement : le social et l'affectif. Le premier intervient en l'absence d'appartenance à un groupe ou toutes formes d'insatisfaction à l'égard d'un groupe. Pour ce qui concerne l'isolement affectif, il est caractéristique du manque d'une présence attachante ou rassurante.

Toutes ces conséquences sont dues à l'évolution du lien social au cours du vieillissement. En effet, les personnes âgées décèlent des carences dans la variété de leurs relations et se sentent ainsi à part des autres, de la société, du monde. La solitude est donc la conséquence d'un déséquilibre de la relation organisme-milieu.

3. Peplau, Perlman cité dans PITAUD, Philippe, 2013. Solitude et isolement des personnes âgées. S.I. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

Et ainsi, qu'en est-il de la place du senior au sein de la société ?

La personne âgée est ainsi poussée contre son gré à ne plus exister vu qu'elle n'intervient plus en temps que personne "active". En ce sens, elle subit une mise à l'écart de la société. La théorie de Delisle démontre que la solitude des seniors est une conséquence de l'activation des sphères des autres générations. Lorsque les seniors n'ont plus de sphères en commun avec les jeunes, ils perdent tout moyen de pouvoir entretenir des relations avec eux. Les relations intergénérationnelles ne sont donc pas naturelles. Au niveau personnel, la famille est, sans le vouloir, aussi reliée directement à l'activité et à la production ce qui provoque une marginalisation du senior. En effet, lorsque l'on vieillit, on est écartés du schéma. Ils perdent donc leurs rôles sociaux même à l'égard de leur famille. Ces profonds changements induisent des déséquilibres entraînant une perte d'autonomie. Cette dernière altère le quotidien et par conséquent les relations sociales. C'est un cercle vicieux.

L'objectif est donc de mettre en avant la solidarité et la fraternité impliquant la

mise en place d'une dynamique de l'entraide. Les comportements d'entraide résultent de l'expérience passée de chaque individu. En effet, en fonction du caractère et du vécu, l'aide se fera naturellement ou non. Paul Ricoeur dit "L'enjeu est de créer les conditions qui permettent au vieillard, par delà les adaptations nécessaires, de rester fidèle à soi-même." La dignité préservée accouplée à la fraternité est donc nécessaire dans la lutte contre l'isolement.

"L'enjeu est de créer les conditions qui permettent au vieillard, par-delà les adaptations nécessaires, de rester fidèle à soi-même."⁴

4. Paul Ricoeur cité dans PITAUD, Philippe, 2013. Solitude et isolement des personnes âgées. S.I. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

Quel est le rôle de l'entourage dans le vieillissement ?

Comme il est impossible de définir un fonctionnement et un profil type de la vie des personnes âgées, il est tout aussi compliqué de définir une sorte d'entourage. En effet, le récit de vie et l'ancrage géographique sont des données qui sont trop aléatoires pour être mesurées.

Leur manque de mobilité due à la condition physique rend le senior non apte à sortir. Par conséquent, il reste chez lui et ne sort plus car il n'arrive plus à s'adapter à l'environnement extérieur. Leur cercle social est donc inévitablement réduit.

Il existe cependant deux cercles distincts d'entraide : celui qui est collectif et formel et celui qui est individuel et informel, associé au cadre familial.

Ce dernier est le premier remède contre l'isolement. C'est une aide et un recours. Dans ce cadre familial, le contact se fait donc plus facilement et l'aide est informelle. En ce sens, la famille est un soutien pertinent pour le senior car elle connaît son vécu, ses aspirations et ses envies. Les relations familiales peuvent donc augmenter en qualité car le contact est plus proche et fréquent. Cependant, le facteur de dépendance peut intervenir.

Le senior peut donc devenir dépendant, provoquant un changement dans le type de relation sociale. Le lien familial devient donc souvent une relation d'aidant-aidé qui engendre une attitude différente vis-à-vis de la personne âgée. L'aidant peut donc se sentir obligé d'accomplir cette mission et ainsi en faire subir des conséquences qu'il ne veut pas. Il s'agit aussi de comprendre que les relations affectives sont fortement détériorées du fait que l'aidant se retrouve à faire des gestes quotidiens pour l'aidé. C'est ainsi que l'entraide peut devenir un fardeau. Il existe ainsi une rupture dans le lien familial que la personne âgée entretient. En effet, la relation se réduit aux besoins physiques de la personne âgée, qui en a besoin. Il ne s'agit plus de venir la voir pour ce qu'elle est mais pour ce dont elle a besoin. Il ne s'agit même plus de la considérer comme personne à part entière. Sans cette aide qu'apporte la famille au senior, la visite n'aurait peut être pas lieu. La personne devient "demandeur d'aide" et elle le remarque induisant donc une réduction de sa confiance en soi et de sa dignité personnelle.

Cependant, l'augmentation de la durée de vie permet la coexistence de plus de générations. Cette conséquence de l'amélioration du style de vie rend les relations intergénérationnelles, notamment au sein de la famille, possibles. En ce sens, ces relations familiales peuvent permettre à la personne âgée une continuité dans la construction de son identité. Attias-Donfut (1995) affirme "Si les plus âgés aident les plus jeunes à s'installer, ceux-ci ont à coeur, une fois accomplie leur ascension sociale, de faire bénéficier, à leur tour, les plus âgés des atouts dont ils sont parés. Par ces flux d'aides descendantes et ascendantes, les générations tendent donc à compenser les inégalités de statut social et de ressources entre elles." Ces échanges intergénérationnels régissent le lien social dans le sens où il s'agit de réciprocity entre les générations, c'est un échange de dons. La famille est malgré cela un schéma qui a beaucoup changé ces dernières années. Chacun a une place définie, mettant parfois les personnes âgées en marge. En effet, la transmission tend à être éliminée du cadre familial et n'est pas tout aussi importante qu'il y a quelques années.

La famille peut donc être une aide précieuse mais peut aussi être dégradante pour le senior isolé. Il s'agirait donc de comprendre quelles sont les possibilités extérieures au contexte familial.

Et du cercle social élargi ?

Pour agrandir le cercle social, il reste donc le cadre formel des rencontres.

En effet, les difficultés de déplacement changent le réseau relationnel du senior.

A ce niveau, les initiatives d'entraide sont souvent mises en place par le milieu associatif. Bonzini et Tessier (1985) appelle "réseau de support social" les actions autour du bien vieillir qui visent l'aspect social et matériel. Ce réseau se penche sur différentes thématiques afin de maintenir l'équilibre de la personne qui en bénéficie. Au-delà de l'aspect associatif, les seniors peuvent garder contact grâce au numérique. En effet, leurs problèmes de santé sont la principale cause du manque de communication et de rencontre qu'ont les personnes âgées. En ce sens, ils utilisent le téléphone qui les contraint cependant car il ne permet pas de "concrétiser" la relation. Cette dernière reste artificielle.

Leurs liens sociaux peuvent aussi être reliés au personnel soignant. Cependant, la reconnaissance envers les aidants reste très peu mise en avant. La société commence peu à peu à mettre en avant le personnel soignant en négligeant les aidants familiaux.

Il s'agit de reconnaître que souvent ce ne sont pas que des relations unilatérales mais de véritables relations.

Au niveau local, il reste les relations dans les commerces. En effet, le senior resserre son cercle lui permettant d'être plus proches des commerçants et des voisins. Les commerces de proximité ont d'ailleurs souvent tendance à se supprimer laissant les personnes âgées à faible mobilité dépendantes d'autres personnes. L'évolution du quartier ne plaît générale

Que retenir de cette lecture ?

En lien avec ma question de projet, l'analyse de ce livre me permet de prendre pleinement conscience de l'importance du contexte familial. Qu'il soit positif ou non, celui-ci a inévitablement un impact sur le bien vieillir de la personne âgée. De plus, la dépendance intervient aussi dans le bien-être du senior. Il s'agit donc de prendre en compte cet aspect personnel. Qui plus est, le contexte géographique a aussi une influence. Vivre en appartement, en ville ou dans une maison, à la campagne, l'isolement n'est pas le même, tout est vécu de manière différente.

Pour ce qui est de la vieillesse, il est possible que la personne ne l'accepte pas et n'accepte donc aucune aide. Il est nécessaire d'en comprendre les causes et ainsi les conséquences. En effet, tous ont des besoins différents.

Pour finir, il faut mettre l'accent sur la posture de designer, qui doit rester horizontal en se considérant à l'égal du senior. Il s'agit ici de valoriser la vieillesse. Il est donc nécessaire d'adopter un rôle d'accompagnant.

**BALARD, Frédéric,
2013. "Bien vieillir"
et "faire bonne
vieillesse". Perspective
anthropologique et
paroles de centenaires.
In : Recherches
sociologiques et
anthropologiques. 1 juillet
2013. Vol. 44, n° 44-1,
pp. 75-95. DOI 10.4000/
rsa.925.**

Sociologue et anthropologue, Frédéric Balard est aussi membre du Laboratoire Lorrain de Sciences Sociales (2L2S) et maître de conférences à l'Université de Lorraine. De plus, il est co-rédacteur en chef de la revue *Gérontologie et société*. Il aborde la notion de "bien vieillir" au niveau de la société, mais aussi en se fixant sur les témoignages et le suivi de personnes âgées.

Ces données qualitatives appuient les propos de l'auteur en déconstruisant leur discours. L'avis des personnes concernées est très important, non seulement parce que la vieillesse est subjective, mais aussi, car la vision de la société n'est pas le reflet de la réalité.

Qu'est ce que «bien vieillir» selon la société ?

Vieillir implique nécessairement le vieillissement.

Mais qu'en est-il de la définition de ce mot ? Le vieillissement implique un jugement subjectif de la part de la personne qui l'aborde. Il est contraint à plusieurs facteurs qui entrent en jeu dès lors que la croissance est arrivée à terme. C'est ainsi que suite à celle-ci, il arrive inévitablement le contraire : la décroissance, terme négatif et péjoratif d'où l'expression "lutter contre le vieillissement". Cette façon d'en parler, très connue, implique une connotation très négative de la notion de vieillissement. Il s'agit ici de dire qu'il faut le combattre et non vivre avec. Cette expression peut être reliée au terme de "bien vieillir" aux yeux de la science. En effet, "bien" signifie actif, en bonne santé, vital. On peut en déduire que, selon la science, "bien vieillir" ce n'est pas vieillir du tout. Ici, on aborde le terme en parlant des capacités physiques et de la santé.

Mais Frédéric Balard prend soin de le joindre aussi à la société. Le vieillissement est le processus avec tous les changements et pas seulement physique, loin de là. La société tend à lier l'activité à la vie. Le travail est donc nécessairement le reflet d'une vie active. Une fois à la retraite, la personne perd donc ses repères dans la société. C'est ainsi que son activité principale depuis un certain nombre d'années lui est enlevée.

La personne âgée perd donc son identité qu'elle avait alliée à son travail et commence à ressentir quelques ralentissements au niveau physique. C'est à cause de ses raisons que le but va donc être de "repousser le vieillissement".

Repousser le vieillissement est considéré comme "bien vieillir" aux yeux de la société. Ce schéma préétabli par celle-ci pousse les personnes âgées à l'accomplir sans écouter les changements que subissent leurs corps. En ce sens, il est important de préciser, dans le cas de mon mémoire, que le senior doit se détacher de ce que la société veut pour lui. Il ne faut pas s'attacher à l'image parfaite que l'on se fait de la vieillesse.

“L'avancée en âge apparaît ainsi conçue comme une affection qu'il faut ralentir ou repousser pour réussir son vieillissement”⁵

5. BALARD, Frédéric, 2013. "Bien vieillir" et "faire bonne vieillesse". Perspective anthropologique et paroles de centenaires. In : Recherches sociologiques et anthropologiques. 1 juillet 2013. Vol. 44, n° 44-1, pp. 75-95. DOI 10.4000/rsa.925.

Comment les seniors gèrent-ils cette période de vieillissement ?

À l'inverse de la science, la sociologie va aborder en premier lieu la notion de la vie sociale de la personne âgée. En ce sens, elle implique beaucoup de changements sociaux tous inévitablement liés à l'identité de la personne qui les vit. D'ailleurs, il est prouvé que, principalement, les gens ont plus tendance à allier le terme vieillissement à des changements sociaux qu'à des changements physiques.

Suite à de nombreux entretiens que le sociologue Frédéric Balard a pu avoir, il a constaté que beaucoup rattachent leur vie à une activité centrale qu'il pouvait encore effectuer. En effet, ils ont tendance à en faire une identité sociale, une mission à laquelle ils s'identifient. Leurs capacités physiques aggravées, ils ont souvent plus l'opportunité d'accomplir cette tâche. C'est à ce moment précis que la personne âgée ne se sent plus utile et qu'ils abordent la notion de "vieillesse" et non plus de "vieillesse". Le fait de s'attacher à une activité propre peut être l'une des façons qu'a le senior de préserver l'approche imminente de la vieillesse, chose que, souvent, il appréhende. En effet, celle-ci est un stade stable qui, une fois atteint, ne peut plus être évité, une grande peur pour beaucoup. C'est une façon de se dire que la personne âgée n'est plus maître de ce qu'elle va faire et qu'elle est limitée par bon nombre de choses.

En ce sens, la personne âgée essaie de se conformer à ce que la science nomme "bien vieillir" en maintenant une hy-

giène de vie comme s'ils avaient quelques années de moins. Il s'agit donc ici d'un déni de vieillissement. On peut affirmer que pour beaucoup d'entre eux, le terme "vieux" ne peut être utilisé à leur égard.

D'autres abordent les changements de façon différente en acceptant les restrictions et en vivant avec. Le but étant que pour "faire bonne vieillesse", il ne faut pas se concentrer sur ce qu'on ne peut plus faire, mais plutôt sur ce que l'on peut faire. C'est une manière pour le senior de comprendre quelles sont ses limites et d'apprendre à vivre avec tout en recentrant sa vie sur ce qu'il considère comme important. La personne âgée n'est donc pas confrontée à l'échec, mais au contraire, sait apprécier les moments qu'elle passe, car elle choisit les choses qu'elle aimerait encore vivre. Dans ce cas-là, la personne âgée se détache totalement des choses matérielles auxquelles elle pouvait être attachée.

Il est nécessaire de préciser que l'identité d'une personne se fait en fonction de ce qu'il fait dans sa vie active. Une fois à la retraite, la personne âgée n'est plus considérée comme «active» au niveau de la société. Ce manque d'identité marque la personne âgée dans son vieillissement, ce qui l'impacte dans son adaptation. En ce sens, il est important de préciser, dans le cas de mon mémoire, que le senior doit accepter le vieillissement, ne pas le repousser et en faire une force.

Que retenir de cette lecture ?

La société associée à la science tend à imposer un mode de vieillissement spécifique qui contraint bon nombre de personnes en ne leur permettant pas de “faire bonne vieillesse”. Ce mode de fonctionnement communiqué notamment au sein des médias et des médecins induit chez la personne une sorte de déni de vieillissement qui le pousse à maintenir des activités compliquées à accomplir à son âge.

KIROUAC, Laurie et CHARPENTIER, Michèle, 2018. Solitudes et vieillissement : les expériences d’ainés qui vivent seuls. In : Sociologie et sociétés. 2018. Vol. 50, n° 1, pp. 157-182. DOI <https://doi.org/10.7202/1063695ar>

En lien avec ma question de recherche, cet article aborde la question de l’isolement ainsi que la solitude. Ce dernier terme peut contenir un sens très large que je souhaite approfondir dans la 2e partie de mon mémoire. De plus, basé sur des témoignages, cet article est composé de données qualitatives nécessaires et intéressantes dans leur contenu. Mon but est de retenir les grands axes qui ressortent des témoignages retranscrits par l’enquête.

Titulaire d’un doctorat en sociologie, Laurie Kirouac s’intéresse plus particulièrement aux questions liées à la santé mentale ainsi qu’à l’individualité contemporaine. De son côté, Michèle Charpentier est professeure à l’École de travail social à Montréal dans l’Université du Québec et est titulaire de la Chaire de recherche sur le vieillissement.

Ensemble, elles s’intéressent à la solitude des personnes âgées. Les auteures proposent donc de décortiquer les récits

d’ainés avec qui elles ont eu des entretiens. Ces données qualitatives sont récoltées à partir d’un questionnaire centré sur les 3 rapports principaux de l’humain : le rapport à soi, le rapport aux autres et le rapport au monde. L’enquête a été faite auprès d’ainés qui vivent au Canada et qui sont seuls depuis des années.

Le but est donc d’effectuer une expérience sensible en prenant en compte la subjectivité des personnes âgées ainsi que leurs conditions sociales, physiques et économiques. L’article est donc centré sur leur parcours résidentiel, leur vie en solo et leurs ressources et stratégies pour contrer cette solitude.

Précisons néanmoins que la solitude extrême est rare. Cette dernière peut néanmoins être modérée, mais ne doit pas être négligée.

Qu'est ce que la solitude selon les auteures ?

La solitude est subjective et liée au ressenti de la personne qui en parle. Il existe ainsi différents types de solitude en fonction du passé, de l'expérience, du ressenti ou encore du caractère de la personne âgée. Il s'agit dans un premier temps de différencier l'état dynamique et choisi de l'état statique et subi. Ces états ont un impact direct sur la personne âgée. En effet, cette solitude peut être imposée à l'être qui se retrouve finalement prisonnier de ce qu'il ne veut pas. En ce sens, la personne âgée va beaucoup se référer à son passé en évoquant le manque qu'elle ressent vis-à-vis de ce qu'elle ne retrouvera sûrement plus. Cette nostalgie peut s'accroître à certains moments significatifs pour la personne. Le manque est marqué par une impossibilité de remplir des journées qui leur semblent inutiles. Le ressenti des personnes âgées est alors une conséquence des changements liés au vieillissement. Ils subissent cette situation et ne l'ont pas voulu. Ils ressentent donc non seulement un sentiment de solitude, mais aussi de frustration et ainsi de tristesse. La frustration est liée notamment au fait que la situation est permanente et immuable.

Dans un autre sens, le besoin de solitude peut être un moyen de se ressourcer. Certaines personnes âgées ressentent cet isolement social comme une nécessité. Cet aspect de la solitude est donc une façon pour les seniors de mieux le vivre parce qu'il s'agit d'un choix et non d'une contrainte. En ce sens, ils abordent la vieillesse avec sérénité et envie. Leur identité est donc marquée par cette importance qui devient donc une habitude saine pour le moral de ses personnes. En effet, ce moyen d'émancipation reste un remède pour reprendre des forces mentales et pouvoir après cela affronter les liens sociaux. Cet isolement et cette solitude n'a donc aucun impact négatif sur la personne, au contraire, ils lui permettent de se retrouver avec elle-même. La solitude peut donc avoir des aspects négatifs, mais aussi positifs, trop souvent négligés. Ceux-ci sont déterminants pour le moral du senior. En effet, sa manière d'aborder le vieillissement a un impact majeur dans sa façon de vivre. Conséquence de la vie ou choix vital ? La solitude peut être une contrainte comme un point fort.

Au-delà du fait qu'elle soit imposée ou non, la solitude possède différentes formes. Les auteures parlent de la solitude solitaire, familiale ou sociale affective, existentielle. Ces trois axes rejoignent les principaux sujets qu'ils ont abordés lors des témoignages, c'est-à-dire le rapport à soi, aux autres et au monde.

En premier lieu, le rapport à soi associé à la solitude solitaire est caractérisé par, comme nous l'avons dit précédemment, la vitalité de prendre du recul socialement. Ce choix est personnel et voulu. Certains le ressentent comme une nécessité.

Dans un second temps, il s'agit de la solitude sociale que l'on associe au rapport aux autres. En ce sens, cette solitude est caractérisée par le manque d'autrui et notamment familial. Il ne s'agit pas forcément du caractère social, mais aussi de l'affectif. En effet, il est important de préciser que vieillir ne veut pas dire aucune affection. L'humain garde en lui cette nécessité qui, souvent durant la vieillesse, ne peut plus être assouvie. Cette affection physique est souvent remplacée par des amitiés fortes.

Dans le dernier cas, on peut parler de la solitude existentielle qui s'accorde bien

avec la notion de rapport au monde. L'isolement procure un sentiment de sédentarité important qui se reflète notamment au travers du temps. La personne âgée perçoit le temps de manière différée donc elle commence à se sentir loin du monde. Ce sentiment est complété par la sensation d'étranger face au monde. La mise à part sociale ou politique amène les personnes âgées à l'exclusion progressive de la société.

Pour remédier à tous ces types de solitude, les seniors développent des solutions plus ou moins fonctionnelles.

Certains entreprennent une activité qui leur remplit le quotidien et qui les stimule. Ce moyen leur permet de ne pas rester statiques. Cette nouvelle habitude a pour vocation de les éloigner de cette solitude. Il peut aussi s'agir de fréquenter des proches pas nécessairement pour être en leur compagnie, mais juste pour ne pas être seul.

Que retenir de cette lecture ?

En conclusion, cet article aborde la question de l'isolement en parlant plus précisément de la solitude. Ce sentiment est approfondi de façon à ce que l'on comprenne quels en sont les causes et les facteurs. Il est important dans ma question de recherche que je m'intéresse à ces notions. En effet, de mon point de vue je ne peux pas le comprendre parce que je ne le vis pas. Il s'agit donc de lire des témoignages et des analyses pour tout appréhender dans ma posture de designer.

Il est aussi nécessaire que je fasse une distinction entre les différentes formes de solitude afin de pouvoir me concentrer sur une forme précise. En effet, il s'agit de problèmes compliqués à aborder dans un même projet. Le fait de comprendre tout ce qui existe me permet de m'informer, mais je pense garder sous la main les informations qui concernent mon sujet plus précisément, en partie la solitude sociale et le rapport aux autres.

Sociologie

Quelles rencontres ai-je faites dans le cadre de mes recherches ?

Concernant les différents professionnels, j'ai pu rencontrer Pauline Constant, responsable des relations au sein de l'association Tous en Tandem. Cette initiative permet à des jeunes d'organiser des ateliers dans des EHPAD, favorisant ainsi des rencontres et des relations intergénérationnelles.

L'EHPAD Bethesda Arc-en-Ciel de Strasbourg m'a ouvert ses portes le temps de quelques heures afin de rencontrer la directrice, Mélanie Ebel ainsi que l'animatrice culturelle, Bénédicte Vinet. J'ai aussi pu avoir un entretien téléphonique avec Erika Cupit, designer au sein de l'association Novum Novem. C'est une association ayant pour but d'intervenir

pour le «bien vieillir» par le biais du design social au sein d'organismes comme des maisons de retraite ou des EHPAD. J'ai aussi eu l'occasion d'assister à une de leurs conférences présentant différents mémoires sur la vieillesse et de participer à un design sprint sur la communication bienveillante à l'égard des seniors.

Pour ce qui est de mes proches, j'ai interrogé mes grands-parents, Jean-Georges et Lydia ISRAEL, respectivement 76 et 73 ans ainsi qu'Annie ROTH, 70 ans.

Pour finir, j'ai eu une petite entrevue avec ma sœur Laura ISRAEL, qui vient de terminer son premier stage en EHPAD en tant qu'étudiante infirmière.

1^{er} entretien

Annie Roth, ma mamie.

Comment vis-tu la situation actuelle du confinement et la présence du virus ?

On est enfermé, c'est un peu déprimant. Le dernier confinement on pouvait quand même sortir alors que là tu peux même plus aller au jardin. Michel le vit mieux que moi puisque lui il va toujours encore dans les champs, il fait ses vignes mais moi..voilà. Là j'ai commencé à faire ce que j'ai pas le droit, je m'occupe d'une mamie tu vois. Je vais deux heures le matin et deux heures l'après-midi parce qu'elle vient de rentrer de l'hôpital alors elle ne devrait pas être toute seule et sa fille elle ne peut pas venir donc voilà voilà... c'est juste en face de la rue, à deux pas, comme ça je suis un peu occupée. On lui a nettoyé les veines dans une jambe et les artères dans l'autre, ils ont mis des trucs pour que le sang circule mieux. Elle a 92 ans et elle n'a plus personne.

As-tu du mal à accepter les limites de déplacements ?

Oui..bah oui je ne peux pas voir mes petits enfants ! Voilà moi j'étais active avant ce confinement. Je ne peux pas les voir parce qu'ils ne sont pas des personnes à risque.

Est-ce que tu te sens vulnérable ?

Non, non, je me sens plus vulnérable qu'il y a un temps, j'ai quand même plus de limites mais autrement non.

Tu penses que les personnes vulnérables ont quel âge dans les environs ?

Ça dépend, ça dépend de la santé, de si on est en couple ou non, ça dépend de beaucoup de choses.

Que penses-tu de la place des personnes âgées dans la société actuellement ?

Je pense que personne ne pense ça mais je trouve qu'on est quand même gâtés. Franchement, on a la retraite, on peut quand même encore faire beaucoup de choses. Aussi longtemps qu'on est en forme, on a quand même une vie agréable. Il ne nous manque rien. Si tu es en bonne santé, il ne manque rien. Les personnes âgées peuvent aller en vacances, elles peuvent aller manger au restaurant, voilà ! Les mamies peuvent aller faire du shopping et boire des cafés, on peut aussi encore travailler. Si tu es en forme, tu peux même encore un peu travailler, faire du social et s'occuper des petits enfants.

Qu'est ce que tu aimes le plus faire durant tes journées ?

Sortir dans le jardin, me promener dans la nature, ça j'aime bien. Et depuis le confinement, je me promène encore parfois avec le chien. J'ai 1 heure et 1 kilomètre.

Et toi, tu es positive ?

Bah il faut être positif. Sinon tu es vite par terre, il faut être positif ! Vu tout ce qu'il y a déjà eu dans la famille, il faut ! Tu crois pas ? Il faut.

Y-a-t-il eu un changement dans tes relations sociales entre la période avant le covid et maintenant ?

Bah oui, avant, j'allais chez ma fille, je gardais les petits enfants. Maintenant, tout ça c'est fini, même si je trouve que les règles sont un peu plus légères.

Donc tu trouves que le premier confinement était pire ?

Écoute au premier il faisait beau, on pouvait plus sortir et maintenant il fait froid, je peux quand même moins sortir.

Qu'est ce qui te fait sortir de ton quotidien ? Confiné et pas confiné.

Quand je m'ennuie, je prends ma voiture et je vais chez ma belle sœur. Et on papote. Quand je suis confinée, je ne peux même pas embêter mon mari parce qu'il est parti. Du coup, je sors et je prends l'air, je vais dans le jardin et j'arrache les mauvaises herbes. Je blague pas hein.

Fais-tu souvent des rencontres ?

Non, pas trop. Tu fais les courses et après voilà...

C'est qui la dernière personne que tu as rencontré ?

A l'église, je rencontre parfois des personnes que je ne connais pas. Dans le magasin avec les autres on ne parle pas. Dans la rue, parfois je papote un peu, je les connais plus ou moins.

Si tu avais trois mots pour décrire la jeunesse, ce serait quoi ?

L'insouciance, n'avoir pas de limites, dans le physique ; de pouvoir monter des échelles, les descendre, courir, faire du sport alors que maintenant.... et être libre.

Mais tu es aussi libre non ?

Différemment, quand même moins... quand tu es jeune, tu as moins de responsabilités. Tu as pas d'appartement, tu as pas encore de vraie famille, tu es pas marié, tu peux quand même plus sortir. Quand tu es à deux après, il faut penser ensemble.

Et trois mots pour décrire la vieillesse ?

Être bridé ! Mais bon, on a aussi moins de soucis, le matin, la journée...On a moins de contraintes. Dans la journée, on a peut être des contraintes physiques mais sinon on a moins de contraintes. D'avoir un programme, de partir le matin c'est aussi bien ! Quand tu as pas de programmes, parfois c'est un peu ennuyeux.

Toi tu as des programmes ?

Là j'ai pas de programme, sauf quand je vais chez la mamie. Je fais des choses ... et quand je n'en ai pas envie, je ne le fais pas. Au travail, il faut toujours que tu fasses. On ne peut pas repousser. En fait, ça dépend du caractère que tu as. Et comme je suis habituée à me soumettre et à vouloir plaire, alors je faisais. Après, quand on est vieux, on ne peut pas faire n'importe quoi non plus. Ça dépend vraiment du caractère.

Si on est toujours à fond, ce n'est pas une vie non plus. Alors peut être qu'il faut avoir moins et avoir une vie tranquille que de toujours vouloir être au summum et devoir se donner tellement de mal. En fin de compte pour avoir quoi ? On est pas toujours obligé d'avoir le plus haut salaire, on peut aussi avoir moins et être content.

Après, c'est aussi bien d'être occupés et d'être utiles et valorisés.

Qu'est ce que tu changerais à la société si tu pouvais changer une chose ?

Qu'il y ait moins de stress, que les gens soient plus cools.

2^e entretien

Jean-Georges et Lydia Israel, mes grand-parents.

Comment vivez-vous la situation actuelle avec la présence du virus et le confinement ?

Lydia - Au début, on ne le vivait pas si mal que ça, on s'est dit c'est comme ça, il faut faire attention vu qu'on n'est plus parmi les plus jeunes, ça nous touche de près. C'est ce qu'on a fait, on n'a pas vu la famille, pas les petits enfants. Ma fille nous a fait les courses. de tant en tant, on a triché on partait mais on évitait au maximum les grandes surfaces. On a évité les apéros, de recevoir du monde, d'aller aux mariages. On n'y est pas allés. On n'a pas vu nos amis. On a juste fait quelques petits coucous mais on n'y passait pas la soirée. Quand on regardait la télé, on avait quelques frissons et on s'est dit qu'il valait mieux être préventifs. On ne voulait pas se retrouver à l'hôpital. Mais on ne l'a pas si mal vécu que ça parce qu'on a une maison individuelle. On est confiné sur 90 ares donc c'est quand même bien vu qu'on est dans un village, on côtoie des gens, on voit des gens. Au jardin, les gens nous saluent ou déposent des choses donc c'est un aller et venu tout le temps. Maintenant..... je te laisse la parole après Jean-Georges (rire) à la longue, ça commence à peser, c'est long cette histoire. C'est ce que disait Nicolas (leur fils) en rentrant du culte quand il était petit, il disait tout le temps "aaah papa c'était une longue récitation". Mais on attend d'avoir à nouveau la liberté qu'on avait avant. Mais on est une génération docile, on a appris, la vie n'était pas si facile que ça dans le temps, donc là c'est pas si grave que ça. Aussi longtemps qu'on est pas à l'hôpital en réanimation, tout va bien. Allez à toi Jean-Georges (rises).

Jean-Georges - A vrai dire, on n'est pas vraiment confinés. Quand on regarde la télé, on voit des villes, des appartements, des cages, des silos humains, les gens on les plaint quelque part. Alors que nous, on peut quand même circuler, on a un jardin, nos occupations, une maison à refaire. On a toujours des choses à faire. Comme mamie le dit, on se plie assez facilement à l'autorité, c'est comme ça. Personnellement, je préfère passer à côté de l'hôpital qu'être dedans. Les gestes barrières, s'il n'y a que ça à faire. C'est comme un code de la route, si tu ne respectes pas, c'est toi qui trinque et les autres aussi. Ce qui me manque aussi, c'est la famille, les enfants, les petits enfants. Pour moi, c'est très fort, parce qu'on est très famille. On ne peut pas les cajoler, les serrer, les prendre dans tes bras mais esch so (mamie - esch eu net). Au niveau associatif, ça me manque quand même, ces moments de communion de partage avec d'autres personnes, voilà.

Lydia - On a une voisine de 93 ans. Durant des années, on l'a amené faire des courses. Et là elle est en EHPAD, et là j'ai une autre amie du même âge. La première, quoiqu'il arrive, elle est confinée dans sa chambre en Ehpads mais elle est toujours positive et elle me dit "esch es eso", "c'est comme ça, maintenant je me plie" mais avec bonheur. Sa fille est au Canada donc elle n'a pas souvent de monde, moi je ne vais plus chez elle à cause du covid. avant je la voyais tous les 15 jours. Mais elle est toujours positive, elle

dit que c'est comme ça, sans rancune. Alors que l'autre voisine, elle est encore chez elle, elle est moins âgée mais elle se plaint toujours. Tu vois la différence ? "ohhhh tu te rends compte", "ooh ce covid", "qu'est ce qu'on va encore vivre", tout est terrible chez elle alors qu'elle a la liberté d'être chez elle. Elle a ses enfants tout près. L'une des situations est positive alors que l'autre est négative. Dans la vie, c'est très personnel. Ces personnes âgées, je regarde du côté de celles qui sont toujours positives, c'est un exemple. C'est tout simplement humain. Sinon, on a le téléphone.

Jean-Georges - Tout ce qui nous reste maintenant c'est 2 chats et 10 poules. Et ma femme, bien sûr.

Et quelle est la chose qui vous manque le plus entre la période avant le Covid et maintenant ?

Lydia - C'est vous, c'est la famille.

Que je prépare à manger et que les jeunes viennent. Les plus jeunes venaient et on faisait un uno tous ensemble. On rigolait bien parce que l'une ou l'autre trichait. Moi je faisais le (papi- le pitre) (rire). Non non.. C'était toujours beau. Faire la fête avec vous, vous nous manquez.

Jean-Georges - Au niveau communication, c'est le téléphone, whatsapp, (mamie-youtube), mais non pas youtube, je parle pour communiquer avec la famille. C'est les messages, les mails mais le contact direct manque quand même. Parce que la situation se prolonge là maintenant et ça devient pesant.

Lydia - Et papi est dans son atelier, il travaille très dur pour Noël, pour vous.

Jean-Georges - Je t'ai préparé un tour. Mon premier tour, tu peux l'avoir ! C'est un petit tour où j'ai travaillé pendant 10 ans, tu peux faire des petites choses. Tu pourras venir, je te montrerai comment faire.

Quelle est la chose qui occupe le plus vos journées ?

Lydia - Moi, je fais des gâteaux à longueur de journée. Je fais des kougelhopfs et après je les congèle. Comme ça, j'en donne à ceux qui passent. Je vous en donnerai aussi ! Je suis boulangère, pâtissière, je prends le temps en ce moment. Le matin, je fais très cool, je ne fais rien, je prends le temps pour émerger, prendre le petit déjeuner avec papi, prier avec lui. Je prends le temps d'être avec lui ... (lui prend la main). Moi je fais du vélo tous les jours, souvent le matin. Qu'il fasse froid, qu'il vente, qu'il neige, j'y vais. Il a fait 3 degrés hier. Je pars tous les jours en vélo pour bouger, pour m'aérer et ça me fait énormément de bien. Je ne revois plus mes ex-collègues, ça me manque. Je suis dans l'association des anciens et d'habitude on se voit 6 à 7 fois l'an. On se connaît bien, on bossait souvent ensemble des week-ends entiers alors on a beaucoup de choses à se dire, on se rappelle nos souvenirs d'antan. Et là, il n'y a plus rien, tout est annulé, ça me manque. On faisait des sorties, ou le repas de Noël.

Jean-Georges - C'est pareil, être au grand air, dans la nature, bricoler, entretenir. Nos occupations changent en fonction des saisons. Parfois, on est jardin, parfois fruits.

Si vous aviez trois mots à donner pour décrire la jeunesse, quels seraient-ils ?

Lydia - Spontanéité, légèreté... l'insouciance. Je vois combien j'étais insouciante avant. La jeunesse actuelle, ils sont trop gâtés. Quand je les vois à la télé, tout est un dû pour eux. La vie n'est pas un dû. Nous on avait une autre jeunesse, quand on avait un pneu crevé c'était différent par exemple. Maintenant, c'est plus les mêmes pneus. On avait peur qu'elle ne démarre pas. On n'avait pas le téléphone. On faisait avec. On n'avait pas les sous. Mais on était tout autant heureux que vous maintenant. On n'était pas malheureux. Moi, j'allais avec Marie-claire, le premier mai, on prenait le vélo. On était tout autant heureux.

Jean-Georges - Moi je dirais que tout doit toujours aller très vite, consommé vite et n'importe quoi,, n'importe comment, sans tabou. Personnellement, je trouve qu'on leur a appris à consommer et à dépenser. A la télé, tout le monde a son smartphone, tous les deux ans, ils changent même s'ils n'ont rien à manger. C'est révoltant. Tout vite, profiter; Il y a un proverbe afriacien qui dit " Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin." C'est comme ça dans la famille, dans les couples, dans le travail. La vie n'est pas facile.

Lydia - Il y a encore des jeunes qu'on adore. On ne veut pas mettre tout le monde dans le même paquet. On veut parler de la société en général quand on dit ça.

Jean-Georges - Si j'avais un conseil à donner aux plus jeunes c'est prenez votre temps, faites les choses de façon réfléchie , faites les choses plus lentement, posez bien les problèmes. Marquez-les, les critères de choix que tu as personnellement. En tant que couple ou famille, on discute, de chercher le sens des choses parce qu'on consomme sans réfléchir. On ne sait même plus pourquoi. Il y a des émissions de télé qui sont bêtes, ils ne savent plus quoi faire pour divertir les gens, c'est malheureux de le dire mais c'est comme ça. Là aussi on a éduqué des gens pour regarder la télé. Mais pas de jugement hein ! Des fois il faut y aller, mais la vie c'est important.

3^e entretien

Mélanie Ebel, directrice de l'EHPAD Bethesda Arc-en-ciel à Strasbourg.

Et Bénédicte Vinet, l'animatrice culturelle du même établissement.

Comment avez-vous vécu le confinement ? Et comment avez-vous gardé les liens sociaux entre les résidents et avec leur famille ?

Mme Ebel - Les résidents étaient confinés en chambre pour éviter la contamination et les contacts. Evidemment ça a été compliqué, surtout dans la durée. Ceux qui étaient en capacité de comprendre comprenaient. On a beaucoup de résidents dépendants donc eux ne comprenaient pas forcément. On a des résidents grabataires, des résidents qui ont des troubles cognitifs, on a une unité de vie protégée avec des résidents atteints d'Alzheimer. Donc ce confinement en chambre a été accepté. C'est une génération qui va accepter plus facilement. Les soignants étaient les seuls personnes qu'ils voyaient dans la journée, donc les aide-soignants, les agents de service hôtelier qui donnaient les repas, les médecins. Mais autrement, ils ne voyaient plus leur famille, ils ne voyaient plus de bénévoles, ils voyaient plus grand monde. Certains avaient des contacts par téléphone car ils peuvent avoir le téléphone en chambre mais c'est loin d'être le cas de tout le monde. Bénédicte intervenait pour maintenir le lien social, c'était une grande mission. Elle utilisait le téléphone, elle leur ramenait, mais aussi grâce aux visios, par tablette, des mails qu'elle allait lire aux résidents. Les résidents pouvaient y répondre et elle transcrivait.

Mme Vinet - Quand une famille envoyait un mail ou une photo, moi je faisais le lien avec le résident. Pour ceux qui étaient en capacité de répondre, ils me disaient ce qu'ils voulaient transmettre à leur enfant ou à leur tuteur. Après, j'ai fait pas mal de photos surtout quand j'ai pu les sortir du jardin, vu que les familles ne pouvaient pas venir, on a envoyé pas mal de photos.

Entre les résidents, il y avait des contacts ?

Mme Ebel - Si parfois, on a des résidents qui sont voisins donc parfois ils se parlaient dans l'encadrement de la porte et échangeaient. On a aussi des résidents en chambre double donc ils avaient quelqu'un avec qui discuter. Autrement, nous on faisait messenger.

Mme Vinet - Les résidents qui avaient l'habitude de faire leurs animations ensemble me demandaient des nouvelles les uns des autres. Donc, on transmettait leurs salutations.

Mme Ebel - Même, entre les étages, certains se connaissaient des animations donc on maintenait le lien comme ça, c'était moins formel mais on le faisait quand même. De notre côté, on communiquait aussi avec les familles par l'intermédiaire d'un mail qu'on faisait toutes les semaines ou plus, s'il y avait des nouveautés. On expliquait s'il y avait des nouveaux cas, s'il y a des décès. Ensuite, on a fait des affichages, des écoles nous envoyaient des dessins donc on les accrochait dans tout l'établissement, pour le personnel, pour les résidents. La psychologue a aussi poursuivi ses entretiens. Elle a pu suivre tout le monde parce que certains étages étaient totalement isolés, on devait mettre

une combinaison pour y aller, une surblouse, un masque, des lunettes, une charlotte. On nous disait de porter ça. Par rapport à la communication, la tenue vestimentaire pouvait être un frein, les résidents ne nous reconnaissaient plus, certains d'entre nous étaient malades donc étaient remplacés. Certains étaient arrêtés parce qu'ils étaient fragiles. C'était pas évident pour eux, en plus de l'isolement. Il a fallu qu'on change notre façon de communiquer. Les ASL qui mettaient des petits mots pour les résidents. Et les résidents répondaient. On a tous été très créatifs.

Au niveau de l'isolement, est-ce qu'ils vous faisaient part de leur peur ?

Mme Ebel - Ils étaient résilients pour la plupart. Ils acceptaient ce qui leur arrivait, je pense que c'est générationnel. Par contre, quand on a déconfiné, quand vers la fin on entendait les médias parler de déconfinement, ils avaient hâte, donc certains se sont déconfinés seuls, on a dû cadrer les choses. Ils avaient tendance à le faire seuls. Après la moindre information qui pouvait leur faire penser à un reconfinement les rendait inquiets, ils disaient "moi, c'est terminé, j'accepte plus", dans le refus, la peur que ça se reproduise. Mais nous, on y a beaucoup réfléchi et on a dit qu'on ne reconfinerait plus de cette façon. Depuis, quand il y a des personnes à risque, il y a un confinement de 7 jours en chambre.

Mme Vinet - Faut pas oublier que cette génération a vécu la guerre. Quand le président a utilisé le mot guerre et le mot couvre-feu, pour eux c'est fort. A l'époque, ils sortaient et pouvaient être tué à n'importe quel moment. Là on parle d'un virus.

Mme Ebel - Ceux qui avaient des troubles cognitifs, ça pouvait leur rappeler des choses.

Mme Vinet - Et du coup, quand on a commencé à les sortir dans le jardin, on voulait que chacun puisse bénéficier, même les plus grabataires, de sortir. Certains descendaient tout seul. On a dû faire attention à plein de choses. On a certains résidents qui ont très bien vécu le confinement, parce qu'ils sont déjà solitaires. On a une dame mal-voyante, qui est dans son monde, je pense pas qu'elle ait senti une différence.

Mme Ebel - Les résidents dépendants, alités ou en fauteuil, qui devaient restés en chambre l'ont mieux vécu parce qu'ils ne s'en rendaient pas compte. Il y en a qui sont clinophiles, qui aiment être couchés. D'autres ont trouvé le temps long. Le déconfinement aussi n'a pas été si simple, les animations ne sont plus comme avant, c'est par petits groupes dans les étages. Les visites c'est dans un lieu dédié ou dehors quand il fait beau. Quand l'épidémie est revenue, on a pas arrêté les visites mais c'étaient sur rendez-vous. Ça a été une grande organisation. Je pense que les résidents acceptent tant qu'on ne les enferme plus dans leur chambre.

Mme Vinet - Par rapport à leur famille, au temps de visite, au début c'était 15 minutes, il y avait des émotions, beaucoup d'interprétations sur les résidents comme quoi la fatigue était liée au covid et au fait qu'ils ne supportaient pas. Maintenant, c'est une demi-heure, c'est plutôt les familles qui sont en difficulté. Ils observent beaucoup les autres et sont jaloux s'ils ont deux minutes de plus. Ils essayent de grappiller du temps.

Mme Ebel - On a des contraintes donc on a dû s'adapter. On pourra de nouveau élargir après.

Mme Vinet - On est pour le lien mais il y a beaucoup de contraintes. Il y a des familles qui ne se rencontrent que dans l'Ehpad donc c'était devenu un lieu de rencontre. Avec le covid, c'était impossible de maintenir ça.

Mme Ebel - Il faut qu'on permette aux résidents d'avoir du lien avec les proches sans contact physique et en même temps qu'on évite que l'Ehpad devienne un lieu de rencontre pour les visiteurs. Notre but c'est que le résident puisse avoir un lien avec ses proches sans pour autant qu'il y ait de contaminations. Il faut qu'on veille à beaucoup de choses. Il y a des résidents qui peuvent avoir des visites en chambre parce qu'ils ne peuvent plus descendre, celles sous oxygénothérapie par exemple, ou celles qui sont trop grabataires, qui ont des troubles cognitifs, du comportement ou les personnes en glissement.

Vous avez beaucoup observé de phénomène de glissement ?

Mme Vinet - Une résidente dans la première vague. On était clair dès le début que si c'était le cas, on laisserait la famille venir avec certaines modalités. Donc pour ce syndrome de glissement, la famille venait tous les jours, ça l'a bien aidé.

Mme Ebel - Y en a deux qui ont bien repris parce que c'était évident que le fait de voir leurs proches les a beaucoup aidés. L'une est encore là, l'autre non mais c'était bien après. Il fallait bien connaître les résidents, être à l'écoute pour savoir. On a pu directement observer les signes et ça a été rattrapé.

Est-ce que vous avez observé un avant-après dans le moral des résidents ?

Mme Vinet - Très demandeur d'animations.

Mme Ebel - Avant, ils étaient comme quand on les connaissait. Pendant, j'ai l'impression qu'ils prenaient beaucoup sur eux. Après, ils étaient contents, ils fallait les voir dans les jardin quand ils prenaient le soleil. Par contre, il y avait de l'anxiété, est ce que c'est fini, est-ce qu'on va retrouver une vie normale. Il y avait quand même du soulagement.

4^e entretien

Laura Israel, étudiante infirmière à l'EHPAD Bethesda Arc-en-ciel.

Avais-tu des aprioris face aux personnes âgées ?

Oui, j'en avais, j'avais très peur notamment au début, notamment de ne pas être à l'aise, mais en tant qu'étudiante infirmière de première année (ESI), ce dont j'avais le plus peur c'était les toilettes. Le fait d'entrer dans leur intimité était très intimidant pour moi. Maintenant, après les 5 semaines passées, c'est devenu quelque chose de normal. Mais avec du recul, je pense que c'est normal d'avoir peur parce que c'était tout nouveau pour moi.

Comment sont finalement tes relations avec les résidents ? Relations de confiance ? Peut-on finalement parler d'amitié ou cela reste une relation professionnelle ?

Alors, la relation entre les résidents et le personnel est très précieuse car c'est comme cela qu'ils se sentiront le plus à l'aise surtout lors de la toilette au niveau de l'intimité. Personnellement j'ai une bonne entente avec tous les résidents mais c'est vrai qu'avec certains je peux plus parler qu'avec d'autres, la relation est très différente. Il y en a certains où je peux passer une demi-heure à parler avec eux sans voir forcément le temps passer et je le fais avec plaisir car il me le demande souvent, ils aiment bien quand je suis près d'eux et veulent savoir des petites informations sur ma vie et ils me racontent des anecdotes. J'apprécie vraiment parler avec des résidents sans prise de tête, je pensais pas un jour pouvoir le dire, je prend du plaisir et eux ça les rend heureux de voir, souvent ils me disent :

“Ah Laura, ça faisait longtemps que je t'avais pas vu”, “je suis contente de vous voir Laura”, “Vous souriez toujours quand je vous vois”, “Vous êtes qqn en or pour moi Laura”, “il y a ma copine Laura”, “Vous allez me manquer Laura”. C'est vrai qu'avec certains résidents, on peut parler de relation de confiance. Ils savent que s'ils veulent de la compagnie, ils peuvent m'appeler.

Si tu veux une petite anecdote, une résidente était une fois un peu dans les choux après avoir mangé. Souvent, elle dit le nom de son mari décédé sans raison particulière. Ce jour-là, elle a dit mon nom. Ça m'a beaucoup touchée parce que pour moi ça signifie qu'elle me porte une attention particulière.

Par contre, c'est vrai que je m'entends vraiment bien avec certains résidents mais cela ne peut rester que professionnel. J'ai peur d'être trop proche d'un résident et d'être affecter s'il lui arrive quelque chose. C'est vrai que je dis ça mais chaque jour, je suis heureuse de voir certains résidents.

Se confient-ils sur leur isolement ? Ressentent-ils de la solitude ? Sont-ils heureux ? sinon, pourquoi ?

Un jour, quand j'ai donné à manger à une résidente, j'ai pu discuter avec sa collègue de

chambre et j'ai constaté qu'elle se sentait vraiment seule. Elle disait qu'on s'occupait juste d'elle parce qu'il le fallait et là je sentais qu'elle en avait marre. Elle voulait vraiment des visites et avoir quelqu'un à qui parler. J'en ai alors profité pour parler avec elle pendant une heure, mais malheureusement pour elle, ça ne suffisait pas. Pourtant, j'ai fait mon possible pour la rassurer. Elle a vu que je l'écoutais. On a discuté de son passé. Elle me disait “profitez de votre jeunesse parce qu'après vous allez être comme moi, à ne plus pouvoir rien faire et être obligé de demander des personnes pour faire quoique ce soit”. J'ai fait mon possible pour lui remonter le moral mais je n'y suis apparemment pas parvenu. C'était vraiment dur pour moi de la voir triste. Depuis quelques jours, elle se laisse aller. Avant elle mangeait seule. Là, ça fait quelques jours qu'elle ne veut plus le faire. On est obligé de la lui donner sinon elle ne mangerait pas. Il y en a une autre qui me disait souvent que personne ne venait lui rendre visite et ajoutait même “heureusement que vous êtes là Laura”. Une résidente m'a dit aujourd'hui qu'elle ne peut voir son fils qu'une fois par semaine, ce qui la rend triste. J'essaie de passer du temps avec elle lors des pauses pour pas qu'elle ne se sente seule. D'autres, je vois qu'ils sont malheureux, ils se plaignent à longueur de temps : le repas qui est mauvais, les télévisions qui ne fonctionnent plus, les soignants qui ne savent rien. Je me demandais parfois s'ils se sentent bien ici. Encore d'autres, je vois qu'ils ne sont heureux que lorsqu'ils voient des personnes comme les soignants.

Sont-ils autonomes sur certains gestes ? (manger, toilette,...) Si oui, comment sont-ils rendus autonomes ?

Il y en a que très peu qui savent faire tout seul leur toilette par exemple, il faut beaucoup les stimuler en leur disant quoi faire et c'est qu'après qu'ils le feront. Après, il y en a beaucoup qui savent faire eux même mais se reposent beaucoup sur les soignants pour le faire. La seule manière de les rendre le plus autonome possible lors des soins, c'est de ne pas trop faciliter ses tâches, de plutôt leur dire quoi faire plutôt que de le faire à leur place. On sait qu'il savent le faire mais c'est vrai que des fois, ils ne veulent pas le faire car comme ils sont la plupart assez âgés. Ils sont fatigués. Certains sont devenus très dépendants, notamment lorsqu'ils veulent aller du lit au fauteuil, ils ne peuvent plus le faire seule, on est souvent obligé de les pousser car ils ne peuvent plus le faire. J'effectuais la toilette d'une dame depuis plus d'une semaine chaque matin, et je commençais à connaître ses habitudes mais je vois qu'elle commence à être de plus en plus dépendante de moi. Je sais qu'elle peut laver ses jambes ou encore les sécher mais elle préfère que je le fasse. Lors de la toilette du reste du corps, je nettoie et je rince. Au début je la séchais mais à force, elle me disait que je le faisais mal et que c'était encore mouillé. Alors, elle me prenait la serviette des mains et le faisait. J'ai donc décidé depuis deux jours, de lui tendre la serviette pour qu'elle le fasse afin qu'elle soit satisfaite et qu'elle gagne en autonomie. Donc cela dépend des résidents et aussi des soignants.

5^e entretien

Pauline Constant, gérante du réseau «tandémien» au sein de l'association Tous en Tandem.

Qu'est ce qui vous a donné envie de vous lancer dans ce projet ?

C'est une histoire purement personnelle au départ. En fait, aujourd'hui j'ai 37 ans et j'ai passé 10 ans dans le marketing direct dans la vente en direct de prêt à porter, déjà pour les seniors parce que je travaillais chez Damart. Donc je pense que j'avais déjà une petite affinité pour le senior. Et au bout de 10 ans, j'ai eu un premier enfant, puis trois ans plus tard un deuxième. Quand je suis rentrée de mon deuxième congé maternité qui avait duré 8 mois, j'ai pu retrouver ma place chez Damart et en parallèle de ça, j'ai perdu ma grand-mère, qui était en EHPAD, avec vraiment le stéréotype de l'EHPAD et pas ce qu'on fait de pire parce que je pense qu'il y a toujours pire mais elle était dans quelque chose de pas très glorieux. Et du coup, je me suis dit qu'il fallait faire quelque chose pour les seniors. J'ai donc quitté Damart, j'ai fait un bilan de compétences qui m'a dit qu'il fallait que je m'oriente vers le social donc j'ai choisi les seniors. Et en fait, au départ, je suis tombée sur la startup de tous en tandem qui existait depuis 4-5 mois. J'ai appelé Alexandra Dessef, la fondatrice de l'association. On ne se connaissait pas du tout mais on a passé une heure et demie au téléphone. 3 semaines plus tard on s'est rencontrés. Moi je suis lilloise et elle est parisienne donc on s'est rencontrées sur Arras au printemps de l'intergénération qui était au milieu de nos deux chemins. Et puis, on s'est dit qu'il fallait tester ensemble. 1 mois après, on travaillait ensemble. 2 ans et demi après on est toujours ensemble donc le test est concluant. Moi ce qui me plaît le plus, c'est que je me ressource personnellement auprès des seniors et puis ils ont tellement de choses à partager et à nous transmettre que je trouve ça super riche. Moi j'étais déjà gamine, des heures et des heures avec ma grand-mère, je lui demandais de me raconter des choses. Et, par exemple, je me dis "qui est ce qui demain va nous raconter les histoires de la guerre ?", des périodes ça, moi, m'ont passionné. Je me dis que ce ne sera plus que dans les livres, je trouve ça dommage. Et voir des seniors qui nous partagent des moments je trouve ça super riche parce que tout ne s'écrit pas dans les livres, il y a beaucoup de vécu et ça c'est les seniors qui nous les racontent.

Du coup, la première fois que vous avez fait un atelier, vous n'aviez pas de préjugés vis-à-vis des seniors ? Ou étiez-vous resté sur les aprioris de l'EHPAD de votre grand-mère ?

Aujourd'hui ce que j'aime, c'est que quand je vais vers les seniors, j'ai pas cet aspect médical déjà, donc je les vois en temps que personne avant de les voir comme des patients. Du coup, j'essaie d'y aller avec des yeux neutres et de découvrir la personne. Forcément, je pense qu'il y a des choses qui sont faites et d'autres pas pour les seniors, mais j'essaie de ne pas avoir cette déformation là parce que finalement c'était un établissement. Il ne faut pas stéréotyper. Quand on entre dans les EHPADs il y a des choses que l'on peut comprendre. Il y a forcément de l'humain mais ils font ce qu'ils peuvent.

Est-ce que les jeunes ont des aprioris sur les seniors ?

Ils n'ont pas forcément d'aprioris sur l'EHPAD, je pense que certains d'entre eux ont une méconnaissance du senior. Quand on ne connaît pas, on peut avoir des craintes. Et c'est aussi là le rôle de Tous en tandem, c'est qu'aujourd'hui on a l'envie de faire changer le regard sur les seniors. Je pense qu'il y a pleins de choses que l'on ne connaît pas forcément sur cette population âgée. Pour moi, c'est une méconnaissance. Après, les étudiants qui sont chez nous, sont bénévoles dans d'autres associations. Pas forcément caritatives et pas forcément pour les seniors mais ils font aussi beaucoup de bénévolat donc ils croisent pas mal de monde. C'est l'école de la vie.

Quelles sont leurs principales motivations quand ils commencent à être tandémien ?

Pour beaucoup c'est la transmission et le partage mais c'est aussi se rendre utile tout en ayant un job riche de sens, sans négliger les jobs alimentaires. Je pense que l'enrichissement n'est pas que pécunier. Nous, ce que l'on veut travailler, c'est les compétences transverses et humaines qui sont de plus en plus demandées. Tous en tandem apportent leurs compétences : la prise de parole en public, l'autonomie, le changement de regard, l'ouverture d'esprit ? Je pense que finalement un jeune, quand il arrive dans une entreprise, il a 25 ans, quand il débute sa vie active, il peut bien avoir des collègues qui en ont 50. Forcément c'est pas la même génération donc ce n'est pas les mêmes modes de fonctionnement.

Au niveau des relations intergénérationnelles, comment ça se passe ?

On est dans un groupe. Donc l'étudiant, après avoir été formé, va vers un groupe. Ca nous est arrivé une fois que le tandémien ne matche pas avec le groupe. Il travaille toujours dans une autre résidence. Après on n'est pas obligés de s'entendre avec tout le monde, on est dans de l'humain. Je pense qu'il y a beaucoup de belles relations qui se créent et on a des jeunes qui restent après les ateliers ou même plus qui boivent le thé chez des résidents. Ils y vont en plus parce qu'ils ont créé une amitié.

C'est les mêmes groupes ?

Alors ce n'est pas à chaque fois le même groupe. Comme on est auprès de seniors en résidence, il y a des départs et des arrivées donc le groupe change. On ne fige pas le groupe. Néanmoins, on se rend compte qu'il y a toujours un noyau dur de résidents qui viennent et ça devient un vrai rendez-vous où Monique la résidente va venir l'atelier parce que c'est Morgane qui l'organise. Ils sont contents de se retrouver et c'est vrai qu'en fin d'année, civile ou scolaire, l'étudiant doit s'arrêter, soit parce qu'il part faire un stage soit parce qu'il a fini les études et qu'il fait la vie active, les séparations sont parfois difficiles. Et l'atelier suivant, quand c'est un nouveau tandémien, il lui faut un temps pour se faire sa place. Le premier atelier est toujours charnière parce que les résidents ont eu l'habitude pendant longtemps. Ils n'aiment pas trop qu'on leur change leurs habitudes. On l'a remarqué à cette rentrée là. J'ai 2-3 étudiants qui m'ont dit "ils étaient dur cet atelier". Après, quand on discute avec les seniors et qu'on leur demande pourquoi ils répondent "ah bah oui mais c'est plus

celui d'avant". Généralement quand c'est le dernier atelier, on les prévient, on fait un petit goûter. Mais bon, c'est un pincement au cœur pour tout le monde, les deux. Les étudiants qui doivent arrêter, c'est pas toujours facile pour eux non plus.

Quels sont les avis des étudiants à la fin ?

Il y en a qui reviennent parfois juste pour dire bonjour. Il y a une étudiante Lilloise qui me dit que ça fait 20 ans qu'elle passe devant cet EHPAD, elle ne s'y était jamais arrêtée et maintenant elle s'y arrête parce qu'elle connaît les résidents. Il y en a où c'est plus difficile : ils commencent à travailler dans la vie active mais nous demandent s'ils peuvent continuer. Ça ne nous pose aucun problème. Il y en a une qui a fait des études de langues des signes donc elle s'est lancée en free lance. Elle continue à travailler pour nous parce qu'elle avait envie de garder le lien avec certains seniors.

C'est beaucoup de préparation pour l'atelier ?

On essaye d'être clé en main au maximum parce que effectivement ce qu'on vous demande c'est vraiment d'être dans l'échange. Mais oui, il y a un travail en amont de prise de connaissances du support et du thème, parce que le mystère change à chaque fois. En fonction de vos compétences et de vos appétences, ça varie. Il y a certains ateliers qu'il faudra travailler plus que d'autres.

Est-ce que les ateliers permettent aux personnes âgées de travailler leur sens cognitif ?

Oui, on est sur un aspect culturel et sur la stimulation cognitive et la réminiscence. On travaille sur différents types de mémoires : la mémoire à court terme en leur faisant un QCM sur l'atelier qui vient d'avoir lieu. Et puis aussi la mémoire à plus long terme où on va leur demander de se rappeler des choses qu'ils ont envie de nous partager. On n'est pas médicamenteux, on est plutôt dans la culture. On sait qu'on a un impact, on est sur le mieux vieillir donc c'est difficile de mesurer ça.

Pour vous, c'est quoi "mieux vieillir" ?

C'est pouvoir vieillir comme on en a envie. Je suis formée à la pédagogie Montessori, pour les enfants mais aussi pour les seniors. C'est une bonne question. C'est dans l'épanouissement je pense, et pouvoir faire comme on en a envie, vivre notre vie comme on l'entend sans contraintes extérieures. Il existe forcément des contraintes physiques mais il faut savoir les prendre en compte, pourquoi avoir des palliatifs et des aides externes. Mais effectivement, je pense que lorsqu'ils entrent en EHPAD, ils ont une perte d'autonomie parfois physique. Pour moi, ils peuvent aussi avoir une perte d'autonomie due à la collectivité. Je me souviens, quand ma grand-mère était chez elle le matin, elle adorait manger du fromage. En collectivité, elle a perdu cette autonomie là parce qu'on ne lui en donnait pas. Pour elle, ça l'embêtait. Je me suis toujours demandé pourquoi on ne lui en donnait pas. Quel est le problème de lui en donner si juste ça peut lui faire plaisir ? Je pense que ça fait partie des choses du mieux vieillir. Vieillir comme on en a envie. Imposer la douche le matin. Dans les EHPAD, les résidents sont lavés le matin. Et on se lave tous les jours. Peut être qu'il y a des matins où ils n'en ont pas envie, où ils ont envie de traîner au lit. Nous on peut le faire alors qu'au senior on va lui imposer de se laver.

Quand vous parlez de la pédagogie Montessori, en quoi elle est intéressante au niveau des seniors ? Pour l'individualité ?

La pédagogie Montessori pour les seniors c'est adapter l'environnement aux seniors et à ses capacités et pas l'inverse. Et surtout voir ce qu'il est toujours capable de faire pour le laisser faire tout ce qu'il sait encore faire. Par exemple, quand ils arrivent en EHPAD, il y a un restaurant. Donc, ils ne vont plus du tout faire à manger, sauf que faire à manger ça va travailler la mobilité parce qu'ils vont devoir être debout. Ça va travailler la mémoire en réfléchissant à quoi faire à manger. Et tout ça, ils le perdent, parce qu'à l'EHPAD, ils s'assoient et se font servir. Et ça, pour moi, je ne vais pas dire que c'est handicapant mais en tout cas c'est non stimulant. C'est facile de se laisser aller. Aussi, faire à manger, dans une journée d'un senior, ça l'occupe. Il ne s'ennuie pas. Pour certains ça peut être très confortable d'être servi mais pour d'autres, ils aimeraient bien. Quelqu'un qui sait faire à manger et qui en a fait toute sa vie, du jour au lendemain on lui enlève ça. Il n'a pas forcément envie. Tout dépend des personnes. Ce choix là, ils ne l'ont plus. Ils ont des capacités cognitives réduites pour certains mais il y a des choses où ils sont encore capables de choisir. Par exemple, le soir nous on a le choix de se dire je vais manger une pomme et non une banane. Eux ne peuvent plus faire ce choix. C'est imposé. Même au restaurant, on a une carte et on choisit. Eux c'est pas toujours le cas en résidence senior.

C'est quoi les changements que vous avez pu observer au niveau de son mental et de son physique lors de son entrée en EHPAD ?

Je l'ai connu en couple dans sa maison, je l'ai connu veuve pendant 20 ans toujours dans sa maison où moi j'avais la chance de pouvoir passer du temps. J'habitais à 20 km de chez elle, donc je venais souvent. Après j'ai connu l'entrée en EHPAD suite à une chute où elle s'était cassé le coxi. Donc forcément l'entrée était un peu forcée. L'EHPAD n'a fait que la non-stimuler. Elle est descendue crescendo dans ses capacités motrices. Il n'y a pas eu de pathologie cognitive comme l'alzheimer ou parkinson. Après, il y a forcément eu un ralentissement de l'intellect. Son arrière petit fils, elle a toujours été en capacité de le reconnaître, de savoir comment il s'appelait même si elle s'emmêlait dans les prénoms. Mais ça c'est des choses classiques. Pour moi, cette entrée a été une chute, une descente. Il y a des choses classiques parce que c'est la vieillesse. J'ai commencé à regarder Une vie d'écart sur Canal +. Il y a pleins de choses qui sont dites. Les témoignages de seniors sont riches et super poignants. C'est tellement vrai. C'est un beau documentaire. En tout cas, à moi, il me parle même si c'est avec des petits enfants. C'est de l'intergénérationnel.

Est-ce que votre relation avec votre grand-mère a changé lors de son passage en EHPAD ?

Oui, je pense. Ça a été compliqué pour moi de la voir en EHPAD, de la voir diminuée, et de la voir maltraitée. Quand elle est rentrée en EHPAD, j'étais à 200 km d'elle donc c'était compliqué. On était de passage. Avant quand elle était dans sa grande maison dans laquelle elle avait eu trois enfants, quand on y allait, je pouvais y passer le week-end. On pouvait dormir sur place, on mangeait avec elle. En EHPAD, on était des visiteurs, donc on n'avait plus la possibilité de s'asseoir au coin du feu et de discuter

des heures et des heures. Quand on y allait c'était dans sa chambre et c'était une visite. Je trouve que déjà ça, ça change des choses. On n'avait plus le quotidien. Je me sentais plus visiteur. Et même à table, on était au restaurant et du coup, on était aussi en collectivité. Avec nos enfants, on devait les tenir. A 3 ans c'est compliqué, est-ce que l'enfant est à sa place ? Est-ce qu'il fait trop de bruit ? Donc oui je pense que ça change quelque chose dans la relation à la famille. Pour le coup, le téléphone c'était compliqué. Elle avait déjà des problèmes de surdité et elle n'avait pas du tout cette capacité informatique qui aurait pu nous permettre de faire des visios. Ce n'était pas possible. Elle était hermétique, on avait essayé...On était revenu au papier. Mais c'était à sens unique parce qu' elle a quitté l' cole très tôt. Elle était très bonne en mathématiques parce qu'elle travaillait à la caisse du commerce de ses parents étant jeune, mais en français elle n'était pas très bonne ce qu'il fait qu'elle n'aimait pas écrire. Donc moi je lui écrivais beaucoup et lui envoyais des dessins des enfants.  a lui faisait plaisir, elle les accrochait dans sa chambre. Mais bon, elle ne pouvait pas répondre parce qu'elle avait honte de ses fautes d'orthographe. Cet exercice-là, elle ne le faisait pas vraiment. Le seul contact qu'on avait avec elle était physique, tout en sachant que c'était une histoire de 2-3 heures, loin des week-end qu'on pouvait passer avec elle avant son entrée en EHPAD.

6^e entretien

Erika Cupit, designer au sein de l'association Novum Novem.

Comment avez-vous eu l'idée de créer l'association ?

J'ai fait un design supérieur en arts appliqués, design objet et un master en design social à Nîmes. Ça fait 1 an que l'association existe. Durant mon projet de fin de master à Nîmes, j'ai travaillé sur le design et l'activisme. Au cours de ce projet, je me suis demandé avec quel public j'avais envie de travailler. Et je me suis dit pourquoi pas les seniors parce que c'est quand même une grande partie de la population et qui subissent beaucoup de discriminations au quotidien. Et je me suis dit que ce serait bien d'arrêter de dire "oh ce serait bien qu'on fasse ça" et de le faire concrètement. Et le design est un bon outil pour faire avancer les choses sans rester sur de grandes théories.

En quoi consistait votre projet de Master ?

Ça ressemblait un peu à l'association. Il s'agit de savoir viser et travailler avec des seniors et continuer la conception de projets. Le but est de faire de la co-conception avec eux et dépasser le stade par et pour. Avec l'association, on veut aller dans le "avec", le mieux c'est qu'ils soient intégrés au fond des projets et travailler à l'échelle de communautés avec des groupes de seniors.

Où travaillez-vous ?

On a tout d'abord commencé à travailler avec une maison de retraite sachant qu'au début ils ne comprenaient pas trop ce qu'était le design. Ils pensaient qu'on était juste là pour faire de l'animation. Mais ils comprenaient qu'on avait envie de faire quelque chose avec eux ce qui nous a permis d'avoir une clé d'entrée assez simple.

Donc au départ, on a commencé doucement en faisant un atelier pour essayer de cerner les envies des seniors. On avait un jeu de cartes avec des visages ce qui permettait aux seniors de maisons de retraite qui avaient du mal à s'exprimer de quand même nous faire part de leurs préférences. Sur les cartes étaient dessinés des images ce qui permettait de cibler un peu des thématiques et on s'est rendu compte que ça leur avait beaucoup plu. Y'en a même qui nous ont volé des cartes.

Donc c'était un bon premier atelier, parce que c'était simple.

En fait, dans l'association il y a moi qui suis designer et ma sœur qui est animatrice culturelle donc on a une approche qui est assez dans la médiation.

Donc le deuxième atelier qu'on a voulu faire c'était pouvoir les voir en temps normal, voir ce qu'ils font donc on a commandé un atelier peinture et on a regardé avec eux si on pouvait aller sur une pratique plus collaborative de loisirs. Mais en fait c'est quand même resté assez individuel. On essaye quand même d'aller sur quelque chose de plus collectif en faisant une fresque ensemble. Ça partait d'un petit objet que chacun peignait et progressivement ils pouvaient le faire tous ensemble. Ça ne s'est pas vraiment fait. Ils ont quand même une approche assez individualiste. Ça nous a montré que dans la façon de

mettre l'atelier en place, il fallait directement avoir une approche plus collective sinon il restait chacun dans leurs coins.

La prochaine chose qu'on avait choisi de faire, c'était pour amener le design progressivement. On a donc fait un blind test sur le design avec un diaporama sur celui-ci. Le but était de savoir s'ils connaissaient ou non. Ils ont apprécié le fait que ça change de ce qu'ils ont l'habitude de voir. On ne leur disait pas "c'est pas bien il ne faut pas faire comme ça". Ils étaient vraiment libres de le faire ou pas. Dans cet atelier, on a compris qu'il y avait différentes échelles de la participation. Et en fait, le seul fait d'être présent dans la salle est une forme de participation. Le "avec" de la co-conception peut finalement aussi se retrouver dans le fait d'être juste présent, d'écouter ou de débattre sur ce qui est en train d'être fait. C'est déjà un "avec".

Pourquoi certains ne participaient pas ? Par envie ou par impossibilité ?

C'était un peu des deux, ça dépendait des gens. Comme on était dans l'espace commun, autour de la table, il y en a qui venaient juste pour se retrouver, pour voir du monde. Le fait qu'on soit là ils étaient déjà contents parce que c'est des gens extérieurs. Mais ils regardaient ce que les autres faisaient.

Le fait que ce soit un truc accessible pour eux, c'est un gros avantage.

On essaye de développer des projets, donc on teste des trucs mais il y a aussi des choses que les maisons de retraites nous proposent. Ils ont aussi besoin d'appui pour le développement de projet.

Ce qu'on a essayé avant le confinement c'est de créer du lien entre la maison de retraite et la bibliothèque juste à côté. La problématique était "comment faire pour que les résidents qui voudraient venir mais qui n'ont pas les capacités pour, pourraient faire ?" Avant, les seuls qui pouvaient y aller étaient ceux qui étaient mobiles.

Ce qui serait intéressant c'est de faire bouger ce cadre littéraire en le rendant dynamique tout en incluant le fait que beaucoup ne peuvent pas bouger.

Où en étiez-vous dans vos projets avant la période de confinement due au Covid-19 ?

On était dans une phase où on essayait de capter ce dont ils avaient besoin. Et là en septembre, on est sur des approches de design culturel, des approches participatives. On a par exemple participé à la Normandie design week. On a lancé un projet de cartographie sensible. Dans un premier temps, on aimerait favoriser l'ouverture de ses structures. On essaye donc de travailler avec eux pour ré-ouvrir l'espace en réalisant une cartographie autour de leurs besoins et de leurs envies. Par la suite, elles aimeraient aboutir à un projet plus abouti.

On peut pas y aller de but en blanc, on est obligé d'y aller par jallon.

La cartographie est-elle une finalité ou un outil ?

C'est les deux. Comme on aimerait arriver à devenir salarié dans cette association, il faut qu'on segmente nos projets. Par exemple, quand on fait une immersion on le considère comme une phase dans le projet où il y a une production. Il faut qu'il y ait des choses visibles et tangibles pour que les gens comprennent ce qu'on fait. On ne peut pas attendre la fin pour commencer à produire.

Est-ce que les seniors comprennent la place que vous avez dans la maison de retraite ?

Il y en a beaucoup qui comprennent ce qu'on fait et qui ont déjà travaillé avec des designers.

Plusieurs projets ont été fait avec eux, notamment l'espace de vie pour aînés de Vraiment Vraiment ou encore l'école de design de Nîmes qui a travaillé ponctuellement avec une maison de retraite.

Nous on aimerait bien avoir un travail de fond, avec différentes structures : on est un mélange entre ce que ferait la 27ème région avec les mairies et ce que ferait une agence de design.

En plus, il n'y a pas d'agence de design spécialisée dans la vieillesse ?

Non, en fait ils tournent plus autour de la santé. Mais je trouve que la vieillesse a des caractéristiques tellement ciblées qu'il fallait se concentrer que sur ce cas là.

Ça s'approche tout de même beaucoup du design care, non ?

On s'inspire beaucoup de ce qui est fait dans le design médical et pourrait travailler sur des problématiques liées à la santé, c'est juste que comme on a décidé de travailler sur la vieillesse que les personnes âgées soient en structures ou non. A terme, ce serait de travailler avec l'ensemble des publics.

On a commencé par les maisons de retraite car on avait 4 axes dans un même projet et on pouvait pas les développer tous en même temps. Le but c'est d'améliorer le bien être des résidents d'une maison de retraite, c'est le champ qu'on développe majoritairement : culture, sensibilisation. Donc là on travaille plus avec des seniors actifs.

La Normandie design week était aussi liée à de la sensibilisation, un peu comme notre projet "communication bienveillante". A terme, ce serait bien d'avoir vraiment des seniors inclus dans les projets. Dans l'équipe on a déjà des personnes âgées mais qui sont déjà designers. C'est plus simple c'est vrai mais ce serait d'élargir le public.

Pour vous, à quel âge devient-on senior ?

D'un point de vue légal, ce serait 65 ans. A terme ce serait bien d'inclure tout type de personnes âgées.

Pour le projet "Communication bienveillante", vous en êtes à la phase recherche ou création d'outils ?

Le projet a été financé par la mairie de Paris. Le problème c'est qu'avec le corona on est un peu entre les deux. Au départ, on voulait faire un atelier débat, ce qui nous permettrait d'avoir une approche de design et de médiation culturelle. Et après on voulait faire un atelier d'idéation.

A partir de ça, on veut produire un projet qui réponde à une problématique.

On devait le faire avec un partenaire, une association. Sauf qu'avec le covid et la fragilité des seniors, ils ont ralenti le projet.

On sait que ce sont des projets qui vont exister sur la longue durée.

Pour la cartographie, ça va se faire sur deux trois mois histoire d'avoir un rendu, et après

ça peut aboutir sur d'autres projets, qui peuvent se faire indépendamment.

Le projet de la Normandie design week est beaucoup plus court dans le temps.

On aime bien commencer plein de projets en même temps mais tout est question d'organisation.

Pourquoi ne pas intégrer la problématique du covid dans le projet "communication bienveillante" ?

Le projet n'est pas vraiment en pause mais on a un souci de terrain. On a pas de commande donc c'est nous qui développons le terrain.

Le projet de carto c'est comme ça, c'est-à-dire que tout est très clair mais actuellement c'est compliqué de le mettre en place dans les maisons de retraite, qui sont plus fermées depuis le corona. On ne peut pas le lancer parce qu'on a pas la structure.

Le projet "communication bienveillante" a été re-segmenté. L'association voulait mettre en avant des témoignages, des interviews en travaillant sur l'aide. C'est une partie du projet qui pourrait aboutir sur un podcast, une exposition. Les projets ont tous un lien, on essaye de les redécouper pour avancer avec les idées claires.

On s'est demandé si on devait continuer en cam et en visio conférence mais c'est quand même compliqué parce que les seniors avec qui on a travaillé sont dans une phase où ils sont renfermés sur eux-mêmes.

On va donc faire un travail bien ciblé sur les jeunes, sur les clichés qu'ils connaissent, voir ce que la vieillesse leur évoque.

On s'est demandé si on voulait traiter le sujet d'un point de vue journalistique quand les médias mettent en avant le fait que les seniors sont fragiles et vulnérables. Dans ce cas là, ce serait faire quelque chose avec des journalistes.

On essaye aussi de travailler avec des associations qui se sont déjà posées des questions là-dessus. Mais comme tout a été chamboulé, on se re-questionne sur ce projet là et on essaye d'établir nos axes de travail.

Que pensez-vous de leur isolement social ?

Ce que je trouve intéressant, c'est que c'est vrai qu'il y a différentes formes d'isolement. Il y a évidemment celui des maisons de retraite mais l'isolement touche aussi les personnes encore autonomes.

Une amie me parlait de ses grands-parents en disant qu'ils adoraient partir sauf qu'avec la situation actuelle, ils ne sortaient plus autant qu'avant, ils adoraient aller au musée, ça leur faisait une petite sortie, ça leur faisait du bien. Et au final, l'isolement se fait par la distance des proches mais aussi par le fait qu'ils soient de plus en plus reclus, et les médias n'arrangent en rien la situation. Donc tu peux tirer la question dans différents aspects.

Tu vois pour notre projet communication bienveillante, même si notre objectif c'était d'avoir des jeunes et des vieux dans l'atelier, on l'a pris sous un autre angle. On peut le faire maintenant mais ce serait en visio donc c'est pas le même public.

On souffre tous d'isolement au final. Mais ce n'est pas le même public.

On peut le voir comme une certaine distance vis-à-vis d'un sujet. Notre projet sur la technologie et le numérique, on travaille sur l'autonomie numérique, le bien-être

numérique ainsi que l'engagement en tant qu'acteur. Les seniors peuvent être super actifs sur les réseaux. Donc il existe deux types de seniors. Il y a donc deux formes d'isolement qui peuvent être traitées : la non utilisation d'un outil ou utiliser à fond l'outil.

Pour vous, est-il plus intéressant de travailler sur l'isolement ou la solitude ?

Je pense que tu peux travailler sur ce que tu veux. Pour eux c'est la marginalisation. Le designer peut travailler sur ce qu'il veut.

Quand tu fais ce type de démarche, on ne peut pas savoir à quoi on s'attend. Donc on met en place des outils, une fois que tu as compris ce que l'outil fait ressortir, c'est là qu'est l'enjeu. L'outil permet de faire émerger la problématique. Et après tu peux trouver ta solution.

Pour la communication bienveillante, on pourrait faire un guide ou des formations mais l'idée c'était plus de travailler sur la représentation des seniors au quotidien. Ton objectif n'est pas de répondre optimal au problème. C'est du bon sens. Et ce bon sens tu peux l'utiliser pour faire émerger des réponses.

Comment fonctionnez-vous ?

En fait, on a 4 axes donc les maisons de retraite, la sensibilisation, rendre les seniors acteurs, et l'accompagnement de projets de design dans le domaine du bien vieillir. Nous prenons aussi en compte les étudiants qui font des projets et qui expérimentent des choses. Le but c'était d'avoir plusieurs terrains.

Ce serait cool qu'on ait un suivi de ton travail!

On aimerait vraiment avoir une communauté avec plein de personnes qui travaillent sur le bien vieillir. Le fait qu'il y ait des projets, même pas aboutis, qui s'attachent à notre association c'est cool, on est vraiment pour l'entrepreneuriat social.

Quelles sont vos actualités ?

On organise une table ronde sur le design & bien vieillir, ça pourrait beaucoup t'intéresser! C'est une sorte de conférence où d'anciens étudiants parlent de leurs projets de mémoire. Thaïs de l'association Design make sense les a publiés sur son site à l'occasion de la design week. N'hésite pas à regarder ! Ils traitent de beaucoup de thématiques différentes.

Sinon pour la table ronde c'est le 28 novembre avec 4 intervenants parlant de leurs mémoires. Y en a qui a continué dans la thématique du bien vieillir donc il a une expérience professionnelle.

Que peut-on ressortir de tous ces entretiens ?

Mon analyse sociologique porte sur le thème de la vieillesse. J'ai donc eu l'occasion d'interviewer plusieurs de mes proches, mais aussi des professionnels afin d'avoir leur avis sur le sujet.

L'analyse se découpe en deux parties. L'une concerne un aspect plus subjectif de la vieillesse, répondant à la question : qu'est-ce que vieillir en 2020 ? L'autre aborde des initiatives autour de la vieillesse. L'ensemble de la recherche porte sur la notion de "bien vieillir", la vie en EHPAD, l'importance des liens sociaux, mais aussi la vision que les personnes rencontrées peuvent avoir de la société actuelle.

Qu'est ce que vieillir ?

Vieillir en 2020 peut avoir différentes significations pour ceux qui le vivent. En effet, lors des entretiens, de nombreuses caractéristiques ressortent pour décrire la vieillesse.

Avant tout, vieillir c'est se sentir comme "vieux". En effet, accepter d'être une personne âgée c'est avant tout se définir comme telle.

Ce n'est pas le cas de mes grands-parents, Lydia et Jean-Georges, qui ont employé le terme de personne âgée pour décrire une de leurs voisines. Voici la description qu'ils en font: "on a une voisine de 93 ans. Durant des années, on l'a aidé à faire ses courses. Là, elle est en EHPAD". Annie, mon autre mamie, explique : "je m'occupe d'une mamie tu vois, je vais deux heures le matin et deux heures l'après-midi parce qu'elle vient de rentrer de l'hôpital alors qu'elle ne devrait pas être toute seule et sa fille ne peut pas venir. Elle a 92 ans et elle n'a plus personne." La vieillesse n'est donc, pour eux, pas encore atteinte. Ils l'associent à d'autres personnes, mais pas encore à eux. Ces personnes considérées comme âgées peuvent représenter ou non un référentiel. Mes grands-parents se projettent sur un modèle de vieillesse qu'ils aimeraient atteindre. Ma grand-mère Lydia affirme : "ces personnes âgées, je regarde du côté de celles qui sont toujours positives, c'est un exemple". Elle présente deux types de vieillesse qu'elle a dans son entourage, l'une est positive et l'autre ne l'est pas. La première concerne l'une de leurs voisines qui reste donc positive quoiqu'il arrive. L'autre voisine est très négative face à sa situation : "tout est terrible chez elle, elle est moins âgée, mais elle se plaint toujours. Elle a encore la liberté d'être chez

elle et elle a ses enfants tout près". Son point de vue sur la vieillesse se fait donc en fonction de ce qu'elle observe dans son entourage. Elle se réfère à eux pour définir ce qu'elle aimerait devenir.

La vieillesse n'est pas encore atteinte, certes, mais ils acceptent tout de même leur vieillissement. En effet, certains signes de fatigue font surface, des capacités physiques moins performantes sont décelées. Ma grand-mère dit : "je me sens plus vulnérable qu'il y a quelque temps, j'ai quand même plus de limites". L'apparence physique est elle aussi abordée avec des expressions comme "être ridé c'est être vieux".

L'arrêt de l'activité engendré par la retraite leur permet d'avoir plus de temps libre. Ils en profitent donc pour se reposer. Ma mamie Annie affirme "Dans la journée on a moins de contraintes", ce qui lui permet de faire d'autres choses et de vaquer à d'autres occupations. Mon autre grand-mère m'a dit : "le matin, je fais très cool, je ne fais rien, je prends le temps pour émerger". Le repos est donc une notion importante à inscrire dans le cadre du vieillissement.

Vieillir est donc avant tout subjectif et met en avant des changements physiques, mais aussi quotidiens. Toutes ces caractéristiques tendent à évoluer au fil de la vie. De plus, les changements sociétaux sont importants en fonction des générations. Il est donc possible que le senior se sente décalé par rapport à la nouvelle génération. Comment se manifestent ses distinctions ?

Comment les seniors rencontrés voient-ils la jeunesse et la société actuelle ?

Les retraités perçoivent ces décalages de générations. Mes grands-parents décrivent la jeunesse ainsi que la société. Pour commencer selon eux, la jeunesse est synonyme de liberté. Ma grand-mère Annie a dit que la jeunesse c'est "n'avoir pas de limites, dans le physique, de pouvoir monter des échelles, les descendre, courir, faire du sport et être libre". Cette liberté est décrite essentiellement comme physique. En effet, ici elle n'aborde pas d'autres aspects. Cependant, on peut aussi parler d'autres libertés comme celle de n'avoir que peu de contraintes. Différentes expressions comme : "l'insouciance, quand tu es jeune, tu as moins de responsabilités" ou encore la "spontanéité, la légèreté, l'insouciance" soulignent cette idée. Cette absence de grandes responsabilités peut notamment être reliée à l'absence de travail, d'enfants ou encore de domicile. Les jeunes seraient donc libres de toutes contraintes liées à la société. Dans ce cas-là, la jeunesse la ramène directement aux enfants ou aux étudiants, qui n'ont donc pas encore de travail établi. Aussi, ils affirment que la jeunesse est, en général, trop gâtée : "ils sont trop gâtés, tout est un dû pour eux, nous on avait une autre jeunesse" "on n'avait pas de sous, mais on était tout autant heureux que vous maintenant". L'argent et les technologies ont une importance différente qu'à une époque. Ils étaient beaucoup moins présents et considérés par la société. Ainsi, ces avancées innovantes ne sont pour eux pas forcément bénéfiques. Tout n'était pas aussi

simple qu'aujourd'hui. En conséquence, ils affirment que la société a elle aussi changé. Pour ce qui est de la société en général, deux principaux mots sont ressortis. Mes grands-parents parlent avant tout de travail et de consommation. Mon grand-père Jean-Georges affirme que "tout doit toujours aller très vite, consommer vite et n'importe quoi, n'importe comment". La temporalité a donc changé. Cette société permet une rapidité étonnante dans l'accomplissement des choses, que ce soit des projets, des relations, des envies, des gains ou encore des objets. Il continue en disant "prenez votre temps, faites les choses de façon réfléchie". Il affirme donc que la sagesse des décisions passe par le temps de réflexion. Pour lui, la consommation n'est pas raisonnée, la société n'est pas raisonnée.

Cependant, en contradiction avec l'aspect de liberté, mes grand-parents associent la société au travail. Ici, ils abordent plus précisément l'âge adulte que l'enfance. Ils distinguent la jeunesse de la société qu'ils allient à la période active de la vie. Ma grand-mère Annie le souligne en affirmant que la société devrait être moins stressante, moins centrée sur le travail. Elle conclut ça en prenant exemple sur son expérience personnelle. Elle dit que ce serait bien "qu'il y ait moins de stress, que les gens soient plus cool" ou encore que "on est pas toujours obligé d'avoir le plus haut salaire, on peut aussi avoir moins et être content." Elle aborde la joie que peut avoir la vie si l'on y enlève cette importance liée au travail et à l'ascension sociale. Tout bonheur ne réside donc pas, selon elle, dans l'acquisition de bien ou de gratification. Cependant, il est possible de "bien vieillir" dans la société actuelle malgré ce décalage qu'observent mes grands-parents.

Existe-t-il un moyen de “bien vieillir” ?

Les différents échanges ont permis de mettre en lumière des façons de “bien vieillir”.

Pour commencer, bien vieillir dépend de la situation géographique de la personne. Mes grands-parents déclarent : “on a une maison individuelle, on est confinés sur 90 ares donc c’est quand même bien vu qu’on est dans un village”. Ce grand espace leur permet de beaucoup bouger, de sortir, de profiter du grand air. Pour eux, il est bon de “pouvoir un minimum circuler et sortir pour ne pas s’engouffrer dans une déprime”. Être dans un espace plus petit, clos, sans espace extérieur peut contraindre la personne dans ses envies provoquant ainsi une frustration.

Bien vieillir c’est donc aussi écouter ses envies, comprendre quels sont ses intérêts premiers, ses désirs et ses besoins. C’est donc principalement être à l’écoute de soi-même. Ma mamie affirme : “quand je n’en ai pas envie, je ne le fais pas”. Sa journée est rythmée par ses envies. Sans ça, elle ne s’oblige pas. En effet, la retraite est une période sans contraintes professionnelles et sociales permettant ainsi un temps libre plus important. À noter que le manque d’activités peut aussi être révélateur d’une solitude. De même, Pauline Constant de l’association Tous en Tandem affirme que bien vieillir c’est pouvoir vieillir comme on le veut : “c’est dans l’épanouissement, je pense, et pouvoir faire comme on en a envie, vivre notre vie comme on l’entend sans contraintes

extérieures”. Le maître mot reste donc l’écoute de soi-même.

Néanmoins, beaucoup affirment qu’il faut inclure dans ce bien vieillir, l’acceptation de nouvelles contraintes physiques. Être à l’écoute, c’est aussi faire avec les changements physiques que la vie impose. “On a plus de contraintes physiques”, “je me sens plus vulnérable qu’il y a quelque temps” sont des phrases qui témoignent de cet affaiblissement physique. Malgré cela, ils continuent à faire différentes activités tout en prenant en compte ces contraintes.

Bien vieillir dépend non seulement des capacités physiques, mais aussi de la situation amoureuse. En effet, être seul et veuf est différent que de vivre en couple ou encore en collectivité. Ma grand-mère qui vit en couple, admet que “bien vieillir” dépend de la santé mais aussi du lieu de vie. Le moral sera peut-être plus favorable si la personne âgée est accompagnée de son conjoint.

Ces changements physiques et sociaux sont suivis du moral de la personne âgée. En effet, la capacité mentale de les assumer fait aussi partie de l’acceptation globale de la vieillesse. La positivité joue donc aussi un grand rôle. Ma grand-mère Annie a dit : “il faut être positif, sinon tu es vite par terre, il faut être positif !”. Mon autre grand-mère affirmait, au sujet de sa voisine qu’elle “est confinée dans sa chambre en EHPAD, mais elle est toujours positive, elle me dit “c’est comme

Que fait-on lorsqu’on est à la retraite ?

Le senior ne reste cependant pas inactif. En effet, la retraite peut être un moyen de faire des activités. Il est important pour beaucoup de rester actif, d’être utile, de se sentir valorisé.

Le senior peut donc occuper ses journées de différentes manières. La première passe par l’activité physique qui permet à la personne de sortir, de se dégourdir et de rester en forme. Ma grand-mère Lydia déclare : “moi je fais du vélo tous les jours, souvent le matin, qu’il fasse froid, qu’il vente, qu’il neige, j’y vais pour bouger, pour m’aérer et ça me fait énormément de bien”. Ce sport lui permet donc non seulement de sortir, mais aussi de se dépenser physiquement.

Beaucoup continuent aussi leurs passe-temps. Ma mamie Lydia affirme : “moi, je fais des gâteaux à longueur de journée. Je suis pâtissière, je prends le temps en ce moment”, activité qu’elle faisait déjà avant et qu’elle renforce depuis sa retraite. Mon papi, lui, aime “être au grand air, dans la nature, bricoler, entretenir le jardin”. De plus, artiste et passionné, il aime travailler le bois pour en faire des contenants.

Les personnes âgées ne sont pas toutes inactives. En effet, beaucoup conservent leur indépendance et leurs activités surtout lorsqu’il s’agit de personnes qui vivent encore chez elles. Mais qu’en est-il des personnes en résidence ?

ça, je me plie, mais avec bonheur”. Garder le moral fait donc entièrement partie du bien vieillir, du bien être global du senior. Cette positivité et cette acceptation passent aussi par le fait d’apprécier chaque moment, se recentrer sur l’essentiel, se rendre compte de la valeur de choses simples. Mes grands-parents affirment : “sortir dans le jardin, me promener dans la nature, ça j’aime bien”, ou encore “prendre le petit déjeuner avec papi, prier avec lui, je prends le temps d’être avec lui”. Prendre le temps est une acceptation de la vieillesse. La retraite offre ce temps libre, mes grands-parents l’acceptent et en profitent pleinement. Bien vieillir, c’est donc s’écouter, apprécier les choses simples, comprendre ce dont on a envie, mais aussi faire avec de nouvelles capacités physiques liées au vieillissement.

“Il faut être positif, sinon tu es vite par terre, il faut être positif !”¹

1. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Annie Roth (p.88-90).

En tant que proche, comment gérer la dépendance d'un senior ?

En ce qui concerne les seniors dépendants, ils sont le plus souvent tributaires et installés en EHPAD ou en maison de retraite. Pour aborder ce sujet, j'ai eu le témoignage de Pauline Constant, témoin de l'entrée en EHPAD de sa grand-mère, également de Laura Israel, stagiaire infirmière dans l'EHPAD Bethesda Arc-en-ciel, et de Mélanie Ebel, directrice du même établissement ainsi que de Bénédicte Vinet, l'animatrice culturelle.

Ces personnes ont toutes été les aidants d'un de leur proche âgé. Dans un cas, c'est un membre de la famille de la personne internée alors que dans les autres ce sont les soignants.

Les résidents en EHPAD vivent un important changement lors de leur déménagement. Ce dernier induit beaucoup de conséquences sur leurs façons de vivre leur vieillesse.

En premier lieu, les personnes âgées ont tendance à perdre plus rapidement leurs capacités physiques. En effet, les activités quotidiennes les plus simples deviennent des épreuves qu'ils ne peuvent donc plus effectuer normalement. Pauline de l'association Tous en Tandem l'aborde en précisant que pour certains "ça peut être très confortable de se faire servir". Ils deviennent complètement dépendants du personnel de l'établissement, qui effectue les actions à leur place.

De plus, la dépendance est doublée d'une certaine infantilisation où le senior n'est plus maître de ses choix. Généralement, la vie en collectivité oblige l'établissement à prendre les décisions à sa place,

même s'ils n'en ont pas forcément l'envie. Pauline affirme, par exemple, que "le soir nous on a le choix de se dire je vais manger une pomme et non une banane, eux ne peuvent plus faire ce choix, c'est imposé". En effet, on leur enlève certains droits qu'ils avaient les rendant encore plus dépendants qu'avant.

La dépendance peut inciter les résidents à se reposer entièrement sur le personnel. En effet, cette perte d'indépendance peut leur faire croire qu'ils n'en sont plus capables. Laura, stagiaire infirmière en EHPAD, l'a remarqué lors de la toilette d'une résidente. Elle affirme "qu'il y en a beaucoup qui savent faire eux-mêmes, mais qui se reposent quand même beaucoup sur les soignants pour le faire, certains sont devenus très dépendants". L'aide apportée devient souvent le seul moyen de faire l'action. Ils ne font plus l'effort d'essayer le geste, et il laisse le soin au personnel.

Il est néanmoins possible de les rendre autonomes en certains points. Mais comment trouver un équilibre entre dépendance et autonomie ?

Peut-on rendre son autonomie au senior ?

Pour rester dans le cadre de la toilette, beaucoup savent encore faire certains gestes simples. En effet, il suffit de les rendre autonomes pour qu'ils accomplissent l'action. Laura affirme "qu'il faut beaucoup les stimuler en leur disant quoi faire et c'est qu'après qu'ils le feront". Il est donc possible de les rendre autonomes lors des soins en ne faisant pas tout à leur place. Il s'agit de ne pas tout leur faciliter. Le maintien d'une certaine autonomie reste donc important pour la conservation de la dignité. De plus, le personnel peut faire comprendre au résident qu'il est encore en capacité de le faire. Cette stimulation cognitive permet à ce dernier d'être plus autonome.

Cette autonomie peut aussi être perdue lors de l'entrée en EHPAD. Le fait de moins bouger, de moins faire, de moins se déplacer, provoque chez le senior une perte plus rapide de ses capacités motrices. Pauline l'a observé notamment lors de l'entrée de sa grand-mère en EHPAD. Le manque de stimulation n'est pas bénéfique pour le senior. Pauline prend l'exemple de la cuisine en disant "qu'ils ne vont plus du tout faire à manger, sauf que faire à manger ça va travailler la mobilité parce qu'ils vont devoir être debout, ça va travailler la mémoire parce qu'ils vont réfléchir à quoi faire à manger. Et tout ça, ils le perdent parce qu'à l'EHPAD, ils s'assoient et se le font servir." Cependant, certains peuvent encore avoir les capacités de faire des actions, même petites. En effet, il s'agit de prendre en compte leurs capacités et de les rendre autonomes à ce niveau-là.

Pour la maintenir, Pauline parle de la pédagogie Montessori dans le cadre de l'EHPAD. En effet, il s'agit "d'adapter l'environnement aux seniors et à ses capacités et pas l'inverse, voir ce qu'il est toujours capable de faire pour le laisser faire". Il est donc possible de travailler sur l'autonomie du senior en se concentrant sur ses capacités et en le responsabilisant même dans le cadre de la collectivité.

Au-delà de la dépendance et de l'autonomie, il s'agit d'aborder l'adaptation du senior et de son entourage dans cet espace médical.

"Adapter l'environnement aux seniors et à ses capacités et pas l'inverse."²

2. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Pauline Constant, gérante de l'association Tous en Tandem (p.102-106).

Qu'en est-il de l'adaptation d'un résident en Ehpad au cadre médical ?

L'intégration en EHPAD nécessite une adaptation non seulement spatiale, mais aussi comportementale.

En effet, le senior doit s'intégrer dans un nouveau lieu qu'il ne connaît pas et doit s'adapter à l'environnement médical où il est considéré comme patient. Les blouses blanches et la perte du "chez soi" sont de grands changements. La crise sanitaire a provoqué un renforcement dans l'équipement médical du personnel, beaucoup de résidents se sentant ainsi perdus. En effet, Mélanie Ebel, directrice de l'EHPAD Bethesda affirme que "la tenue vestimentaire pouvait être un frein". Cette communication non verbale renvoie le résident à un univers hospitalier non accueillant. Il s'agit donc pour lui de s'adapter à cet espace complètement différent de son ancien chez soi.

La famille doit également s'adapter. En effet, pour voir ses proches, elle doit venir en tant que visiteuse. Pauline affirmait "quand on y allait, c'était dans sa chambre et c'était une visite, je trouve que déjà ça change des choses" ; ou encore : "je me sentais plus visiteur". Être considéré comme visiteur renvoie aussi à l'aspect médical de la rencontre. On pense à hôpital, médicaments, dépendance, temps limité et moins à partage et famille. De plus, ces visites sont totalement différentes de ce que les personnes âgées avaient géné-

ralement l'habitude de vivre "c'était une histoire de 2-3 heures loin des longs week-ends qu'on pouvait passer avec elle avant son entrée en EHPAD". Cette différence notable entre l'aspect chaleureux de l'ancien foyer et le contexte médical actuel est aussi lourde pour le senior que pour la famille qui lui rend visite.

Pour finir, il s'agit de préciser que la famille est aussi intégrée, malgré elle, à la collectivité de l'EHPAD. Pauline disait "et même à table, on était au restaurant, on était aussi en collectivité".

L'adaptation du senior et de la famille est donc nécessaire lorsqu'il intègre un établissement tel qu'une EHPAD. Celle-ci ne se fait pas directement et nécessite du temps et de l'acceptation. Il est aussi nécessaire de s'intéresser à l'importance du lien social, que ce soit en établissement ou non.

"Quand on y allait, c'était dans sa chambre et c'était une visite, je trouve que ça change déjà."³

3. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Pauline Constant, gérante de l'association Tous en Tandem (p.102-106).

Que provoque un lien social affaibli chez le senior ?

Le manque de lien social s'est beaucoup fait ressentir lors de la période de confinement dû au Covid-19. Les acteurs interrogés évoquent cet isolement forcé lors des entretiens. Cet événement est donc révélateur de l'importance du lien social. Dans le cadre de cette période de confinement, beaucoup ont déploré son allongement dans le temps. En effet, ces moments d'isolement paraissent supportables dans la mesure où il s'agit d'un temps restreint. Cependant, lorsque la durée s'étend, il est plus compliqué de l'accepter. Mes grands-parents affirment, en parlant des confinements, "qu'évidemment ça a été compliqué, surtout dans la durée". Cette baisse d'interaction n'est donc tolérée que pour une courte durée.

Cette lassitude peut engendrer la tristesse. Le fait d'être dans un endroit clos pour une certaine période peut causer un enfermement tant au niveau physique que psychologique en témoignent les propos de ma grand-mère Annie : "on est enfermé, c'est un peu déprimant". Les personnes âgées parlent également beaucoup de solitude. En effet, le fait de ne pas pouvoir aller à l'extérieur doublé de l'absence des proches révèle des manquements.

Ce temps long, cette lassitude et cette sensation de solitude sont aussi associés au manque. Notamment celui concernant la famille : " ce qui me manque, c'est la famille, les enfants et les petits-enfants,

on ne peut pas les cajoler, les serrer, les prendre dans tes bras". Le contact physique et affectif est précisé. Ce manque peut aussi être associé à celui des activités. Mon grand-père déclare : "au niveau associatif, ça me manque quand même, ces moments de communion de partage avec d'autres personnes". Ce vide peut donc concerner différents cercles proches, mais il touche surtout l'affection, le partage, le fait de passer des moments tous ensemble.

De plus, il est possible de ne pas se rendre compte de cet isolement. Les troubles cognitifs occasionnent chez certains des problèmes au niveau mental. Mme Ebel disait que "les résidents dépendants, alités ou en fauteuil, qui devaient rester en chambre l'ont mieux vécu parce qu'ils ne s'en rendaient pas compte". On ne se rend compte de sa solitude seulement quand toutes les capacités cognitives sont performantes.

Après avoir compris quels sont les comportements et sentiments engendrés suite à un isolement, il est important de savoir comment les différents intervenants font pour lutter contre celui-ci.

Comment lutter contre cet isolement social ?

En ce qui concerne la communication avec l'extérieur, différentes méthodes ont été observées tant au niveau de l'EHPAD que de la maison individuelle.

On peut tout d'abord parler du téléphone portable. Mon grand-père, très intéressé par la technologie affirme qu'au "niveau communication, c'est le téléphone, whatsapp". Pour l'EHPAD, l'animatrice affirme aussi que "certains avaient des contacts par téléphone, mais c'est loin d'être le cas de tout le monde." De ce fait, comme elle le dit, ce moyen de communication reste, à ce jour, très exclusif. Beaucoup utilisent majoritairement le téléphone fixe mais pas le portable qui leur permettrait de faire des appels visios. Certains n'y ont jamais touché comme le précise Pauline Constant au sujet de sa grand-mère : "le téléphone c'était compliqué, elle avait déjà des problèmes de surdité et elle n'avait pas du tout cette capacité informatique qui aurait pu nous permettre de faire des visios, elle était hermétique, on avait essayé...". Tant au niveau intellectuel et cognitif que générationnel, le téléphone est un moyen de communication que tous les seniors ne savent pas utiliser.

L'échange peut aussi se faire par des moyens de communication indirects. L'interaction ne se fait pas immédiatement mais il s'agit d'attentions particulières qui ne nécessitent pas un contact frontal. En effet, de sorte à ce que l'épidémie du Covid-19 ne se propage pas, l'EHPAD a dû trouver des moyens ingénieux de pouvoir continuer à partager. Dans l'EHPAD, l'animatrice culturelle Béatrice Vinet explique : "on a fait des

affichages, des écoles nous envoyaient des dessins donc on les accrochait dans tout l'établissement". Les petites attentions d'un public extérieur sont donc les bienvenus pour la valorisation des seniors isolés. Elle affirme aussi que "les ASL (agents de service logistique) mettaient des petits mots pour les résidents". Dans ce cas-là, le personnel soignant connaît les résidents donc il peut s'adapter à leurs préférences. La communication n'est pas directe, mais elle est tout de même positive pour le senior.

En ce qui concerne la communication directe, il est important de ne pas négliger la relation aidant-aidé. En effet, beaucoup de résidents de l'EHPAD s'attachent sincèrement au personnel soignant, les considérant presque comme des confidents voire même des amis. Laura, stagiaire infirmière, le remarque au sein de son service, elle affirme qu'ils "aiment bien quand je suis près d'eux" ou qu'ils "savent que s'ils veulent de la compagnie ils peuvent m'appeler". Cette relation est formelle, mais il est important qu'elle soit de confiance, notamment pour les moments intimes comme la toilette. D'autres personnes âgées disaient "heureusement que vous êtes là" ou "il y a ma copine".

Hors isolement forcé, il est aussi possible pour beaucoup de se déplacer en voiture. Ma grand-mère Annie explique : "quand je m'ennuie trop, je prends la voiture, je vais chez ma belle soeur et je papote". Les amies de longue date restent toujours un bon moyen d'avoir un lien social satisfaisant.

À quel point le lien social est-il essentiel ?

Au sein de l'EHPAD, Mme Ebel répète "Notre but c'est que le résident puisse avoir un lien avec ses proches". Professionnelle de santé, elle sait l'importance qu'a le maintien de ce lien sur la santé des résidents.

Sans ce dernier, il est possible que la personne âgée ne se sente plus en capacité de vivre. Mme Ebel a observé des syndromes de glissement au sein de son établissement, qui n'ont pu être rétablis qu'avec le lien social. Ce contact a eu un effet immédiat sur le bien-être de la personne ce qui lui a permis de remonter la pente. Le lien social demeure donc essentiel dans une vie. Une fois perdu, il est difficile pour la personne de faire face aux sentiments négatifs ou de solitude.

"Notre but c'est que le résident puisse avoir un lien avec ses proches."⁴

4. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Mélanie Ebel et Bénédicte Vinet, respectivement directrice et animatrice culturelle au sein de l'Ehpad Bethesda Arc-en-ciel à Strasbourg (p.96-98).

Comment une association peut-elle agir en faveur du “bien vieillir” ?

Après avoir abordé le thème global de la vieillesse, de l'isolement et des liens sociaux, il est important de mettre en avant des associations qui se concentrent sur ces problématiques. Comment sont leurs démarches de travail ? Quelle posture prennent-ils par rapport aux seniors ? Comment interviennent-ils concrètement ?

Il existe de plus en plus d'initiatives autour du thème de la vieillesse, et notamment pour le bien-être physique et moral du senior. En effet, que ce soit socialement ou au niveau du design, la France voit émerger de nouvelles idées en faveur de l'aide aux seniors. À ce sujet, j'ai pu rencontrer Pauline Constant, responsable du “réseau tandemien” au sein de l'organisation Tous en Tandem ainsi qu'Erika Cupit, designer de l'association Novum Novem.

Pour commencer, il s'agit de dissocier ces deux organismes de par les enjeux auxquels ils s'attachent. En effet, Tous en Tandem touche essentiellement au social en permettant la rencontre intergénérationnelle. De son côté, Novum Novem se concentre sur le design en cherchant à améliorer des services de manière innovante en étant attentif aux principaux concernés : les seniors.

Motivée par sa rencontre avec Alexandra Dessef, la fondatrice de Tous en Tandem,

Pauline Constant décide de s'investir pleinement dans cette cause. C'est de ce postulat qu'elle a donc décidé de participer à la création de l'association. Cette dernière a pour but premier de permettre à de jeunes étudiants d'intervenir au moyen d'ateliers d'animations culturelles au sein d'établissements pour personnes âgées. Ce moyen permet de stimuler ces derniers en favorisant le lien social.

Pour ce qui est de Novum Novem, c'est une association axée sur l'innovation dans les établissements pour personnes âgées par le biais du design social. Erika affirme que leur but est de trouver des solutions aux difficultés que pose la problématique du bien-vieillir en s'appuyant sur la co-conception. En effet, leur objectif vise à réfléchir avec le personnel soignant, les familles et les résidents. Erika Cupit affirme que “le design est un bon outil pour faire avancer les choses sans rester sur de grandes théories”. L'association travaille sur différents thèmes : “on a 4 axes qui sont les maisons de retraite, la sensibilisation, le fait de rendre les seniors acteurs, ainsi que l'accompagnement de projets de design dans le domaine du bien vieillir.” Leurs projets actuels portent sur la communication bienveillante à l'égard des seniors, sur leurs rapports avec les nouvelles technologies ou encore sur les préjugés que la société peut avoir sur eux.

Comment, au travers de leur travail, les associations permettent-elles la valorisation de la vieillesse ?

Malgré quelques différences dans leur démarche de travail, ces organisations possèdent plusieurs points communs.

En effet, l'un de leurs buts est de changer le regard que la société peut porter sur les personnes âgées. Pauline Constant l'affirme durant l'entretien : “aujourd'hui on a l'envie de faire changer le regard sur les seniors. Je pense qu'il y a plein de choses que l'on ne connaît pas forcément sur cette population âgée. Pour moi, c'est une méconnaissance.” C'est aussi le cas de Novum Novem qui tend à montrer à la société que les seniors ne peuvent être ignorés.

De plus, les deux associations travaillent avec les seniors et non pour les seniors. Cette valorisation rend le projet plus concret pour les principaux concernés, qui sont donc intégrés à part entière dans ces initiatives. La responsable du réseau tandemien explique : “on essaye d'être clé en main au maximum parce qu'effectivement ce qu'on vous demande c'est vraiment d'être dans l'échange.” Tout est donc basé non sur l'outil de communication, mais sur la relation avec les seniors. De son côté, Erika Cupit affirme : “avec l'association, on veut aller dans le “avec”, le mieux c'est qu'ils soient intégrés

au fond des projets et travailler à l'échelle de communautés avec des groupes de seniors.”. Le partage est donc essentiel dans ces deux projets.

Certains points de leur démarche de travail sont à détailler afin de mieux comprendre leur façon de procéder.

“On veut aller dans le «avec», le mieux c'est que les seniors soient intégrés au fond des projets.”⁵

5. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Erika Cupit, designer au sein de l'association Novum Novem (p.108-112).

Qu'en est-il de leur démarche de travail au sein des établissements pour seniors ?

Les démarches de travail observées sont à inscrire dans le cadre d'un atelier au sein d'un EHPAD. Pour aborder les problématiques visées, les organisations se doivent d'être en contact direct avec les personnes âgées. Cependant, certaines caractéristiques d'approche sont à prendre en compte.

En effet pour commencer, il s'agit de préciser que participer à un atelier organisé au sein d'une EHPAD n'est pas forcément une habitude pour tous. Certains sont plus casaniers et ont ainsi besoin de s'adapter à cette animation. Il est donc nécessaire d'avoir une approche posée qui permettra d'établir par la suite une relation de confiance. Erika Cupit affirme qu'au tout début "on a commencé doucement en faisant un atelier pour essayer de cerner les envies des seniors." Pauline Constant aussi, laisse le temps aux seniors de s'habituer aux nouveaux tandémiens (étudiants qui travaillent dans l'association Tous en Tandem) : L'approche se fait à leur rythme. De même, quand il s'agit de changer d'étudiant, ils les préparent mentalement. Ensuite, il est essentiel que ce soit un atelier inclusif, accessible à tous. En effet, il est possible que beaucoup aient des capacités physiques diminuées ou des troubles cognitifs. La designer de Novum Novem affirme en conclusion de leur première approche que "le fait que ce soit un truc accessible pour eux, c'est un gros avantage". Il faut que ce soit abordable afin que le public visé soit réceptif.

De plus, les deux organisations mettent la collaboration en pratique au sein des établissements. En effet, Erika explique : "on a commandé un atelier peinture et on a regardé avec eux si on pouvait aller sur une pratique plus collaborative de loisirs". Pour ce qui est de la relation avec les seniors, il est aussi important de mettre en avant ce qu'ils ont fait lors de l'atelier. Rendre visible le rendu permet non seulement de les valoriser, mais aussi de leur montrer l'avancée du projet. Intégrer les seniors dans les projets, c'est leur expliquer quelles sont les différentes étapes réalisées : "quand on fait une immersion, on le considère comme une phase dans le projet où il y a une production, il faut qu'il y ait des choses visibles et tangibles pour que les gens comprennent ce qu'on fait, on ne peut pas attendre la fin pour commencer à produire". De plus, il est aussi intéressant d'intégrer d'autres intervenants extérieurs au sein des projets : "au départ, on voulait faire un atelier débat et après on voulait faire un atelier d'idéation". Cette déclaration met en avant l'importance portée à la place de l'intelligence collective.

Pour finir, les associations expliquent qu'il est important de préparer ces ateliers, ces échanges. Pauline Constant affirme "qu'il y a un travail en amont de prise de connaissances du support et du thème". Il est donc important de guider l'atelier tout en restant ouvert aux échanges, qui restent le principal objectif.

Quelle posture faut-il avoir pour intervenir en établissement pour personnes âgées ?

Lors de ces ateliers, le plus important est non seulement de comprendre le public visé, mais aussi d'adopter une posture horizontale.

En effet, le social reste le plus important, écartant ainsi le domaine médical. L'intervenant est nécessairement intégré dans l'établissement, mais peut avoir un regard externe lui permettant d'être neutre. Pauline Constant l'affirme : "j'ai pas cet aspect médical déjà, donc je les vois en tant que personnes avant de les voir comme des patients, j'essaie d'y aller avec des yeux neutres et de découvrir la personne." L'objectivité de l'intervenant lui permet de ne pas considérer la personne âgée comme patient, mais comme personne à part entière.

De plus, la posture de l'intervenant doit laisser libre cours aux résidents de participer ou non. Erika Cupit explique : "on ne leur disait pas que ce n'est pas bien qu'il ne faut pas faire comme ça, ils étaient vraiment libres de le faire ou pas." La personne doit rester maîtresse de ses envies.

L'intervenant doit donc être impartial et totalement neutre. L'échange étant son principal but, il est important d'être à l'écoute et d'adopter une posture horizontale.

"Je les vois en tant que personnes avant de les voir comme patients, j'essaie d'y aller avec des yeux neutres."⁶

6. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Pauline Constant, gérante de l'association Tous en Tandem (p.102-106).

Qu'en est-il des relations intergénérationnelles ?

Au sein des ateliers organisés par Tous en Tandem, il est important de se poser la question des relations intergénérationnelles.

Pour commencer, la motivation est nécessaire bien avant l'engagement. En effet, l'association Tous en Tandem permet l'échange, mais l'investissement personnel est important. Sans ce dernier, il est impossible de créer des relations. Pauline Constant affirme que "pour beaucoup le plus important, c'est la transmission et le partage, mais c'est aussi se rendre utile tout en ayant un job riche de sens". Il est donc primordial d'avoir la forte envie de s'engager.

Cette impulsion doit être suivie du moyen de briser la glace entre le jeune étudiant et les personnes âgées. L'atelier est cet élément qui engendre la discussion. La dynamique du groupe ainsi les moments passés ensemble permettent ensuite de construire ce lien.

Tout commence par le fait d'apprendre à se connaître, comme dans toutes autres relations. Cependant Pauline affirme que "forcément c'est pas la même génération donc ce n'est pas les mêmes modes de fonctionnement." En effet, les mentalités changent et c'est pour cela qu'il est important de se comprendre et d'apprendre à connaître les pensées de chacun.

Des amitiés peuvent naître de ses échanges. Beaucoup d'étudiants s'attachent aux seniors et inversement. Pauline Constant affirme : "je pense qu'il y a beaucoup de belles relations qui se

créent et on a des jeunes qui restent après les ateliers ou même plus qui boivent le thé chez des résidents, ils y vont en plus parce qu'ils ont créé une amitié, ils sont contents de se retrouver". Ces relations de confiance tendent même à faire revenir d'anciens étudiants : "il y en a qui reviennent parfois juste pour dire bonjour". La richesse de ses rencontres engendre souvent des départs difficiles. Pauline Constant affirme que "les séparations sont parfois difficiles." La relation était donc satisfaisante des deux côtés et la séparation crée un manque.

"Il y a beaucoup de belles relations qui se créent."⁷

7. Voir Annexe, entretiens sociologiques avec Pauline Constant, gérante de l'association Tous en Tandem (p.102-106).

Que retenir de cette analyse ?

En conclusion, ces échanges ont pu enrichir ma réflexion autour de la vieillesse. En effet, leurs différents points de vue me permettent d'avoir un angle de vue plus large.

J'en conclus que la vieillesse reste une notion très subjective qui dépend du vécu personnel et de l'environnement de la personne âgée. De ce fait, la notion de bien vieillir et d'adaptation à la vieillesse appartient à chacun parce qu'il nécessite une écoute de soi.

Pour ma recherche-projet, il est important de comprendre la vision que la personne âgée a de la vieillesse ainsi que les avis du personnel soignant et de l'entourage.

La pédagogie Montessori est elle aussi à prendre en compte. En effet, il est important de pouvoir adapter le matériel et l'environnement au senior pour le rendre autonome en fonction de ces nouvelles capacités physiques. Cette adaptation participe non seulement au bien-être physique mais aussi moral du senior en lui permettant de mieux accepter son vieillissement. L'acceptation est physique avant d'être psychologique.

Aussi, il est essentiel de mesurer l'importance du lien social et de comprendre comment aborder les relations qu'elles soient intergénérationnelles ou non au sein des projets. En effet, le senior possède un manque relationnel propre à son vécu. Le besoin social ne sera donc pas le même en fonction des personnes rencontrées. La façon d'agir avec eux sera donc différente.

L'écoute est aussi un pilier important pour le futur projet de design. En effet, sans connaître et comprendre le senior, la mise en place du projet est compliquée. Précédemment, l'importance du lien social et de l'acceptation ont été évoqués. Ces deux notions ne sont discernables qu'en étant attentif et à l'écoute de la personne rencontrée. Ce n'est qu'après avoir perçu ces éléments que la démarche de design pourra être pertinente. Le soin apporté au problème du senior sera d'autant plus approprié et efficace à son égard.

Les démarches de travail des associations rencontrées sont à prendre en compte. En effet, les conseils sur les relations dans la co-conception sont importants dans l'avancée du futur projet. Construire une relation de confiance avec le participant est donc primordial afin d'avoir des tests débouchant sur des discussions. Ces échanges doivent permettre au designer de faire avancer le projet en l'améliorant. De plus, la posture du designer adoptée durant le projet se doit d'être horizontale et neutre face à la situation médicale de la personne âgée.

Cette démarche de travail doit permettre, à terme, d'engendrer des relations intergénérationnelles au travers d'activités communes accessibles à tous et participant à la valorisation de la vieillesse. En effet, les problématiques du "bien vieillir" posent de nombreux problèmes auxquels le design peut tenter de trouver des solutions.

Atelier outillé

Quel est le but de l'atelier outillé dans ma recherche projet ?

Cet atelier a été proposé dans le cadre de ma recherche-projet sur la question de la vieillesse. Ma question de recherche est : comment lutter contre l'isolement social en favorisant les relations intergénérationnelles ?

L'objectif de l'outil de contact est d'ouvrir la discussion sur le terme de vieillesse avec des jeunes.

Il s'agit donc de récolter des anecdotes ou des expériences de la part des participants. Le plus important est de laisser la possibilité aux participants de raconter des histoires qu'ils ont vécues ou qu'ils vivent actuellement.



Comment ?

Afin de déclencher la parole, le dispositif proposé aux participants vise à activer les 5 sens : l'ouïe, le toucher, le goût, la vue et l'odorat. La dernière colonne concerne l'âge où la question est : à quel âge considères-tu qu'une personne est âgée ? L'aspect sensible est intéressant pour ouvrir la discussion. En effet, le participant peut se reposer sur une sensation pour se livrer. Les propositions faites pour chaque sens lui permettent de chercher dans ses souvenirs. Il peut ainsi exprimer des similitudes avec son vécu.

L'outil est donc composé d'un plateau en bois avec 6 compartiments comportant soit des coupelles, soit des carreaux de céramique. Les coupelles correspondent aux sens goût et odorat. Les autres sont représentés par de simples carreaux.

Chaque sens présente 6 propositions. Pour la vue, le participant doit choisir entre différentes couleurs : bleu foncé, bleu clair, beige, orange, vert foncé et rose clair. L'odorat est composée d'huiles essentielles et d'épices. Pour le goût, il y a du raisin, des noix, des cacahuètes, des biscuits secs, du chocolat ainsi que de la confiture. Le toucher est matérialisé par les différents reliefs faits sur la céramique (voir photo). Pour l'ouïe, les sons sont activés au moyen d'une barre conductrice placée sous le plateau de bois. On peut entendre la cloche d'une église, un cours d'eau, la sonnerie d'un vieux téléphone, les chants d'oiseaux dans la nature, le son d'une vieille radio, et d'un réveil. Pour finir les âges à choisir dans la dernière étape de l'atelier sont 65, 75, 80, 85, 90 et 100 ans.

Avec quels matériaux ?

Pour les matériaux principaux utilisés dans la conception de l'outil, il s'agit de la céramique (le grès) et du bois. La céramique a pour avantage de pouvoir être façonnée avant la cuisson, parfaitement adaptée notamment pour la fabrication des coupelles et des reliefs pour le toucher. Aussi, le grès est intéressant dans son aspect. En effet, il exprime une certaine fragilité et préciosité. Il garde, cependant, un semblant très brut et naturel. Pour le choix du bois, il s'est fait de manière naturelle. Ce matériau permet d'obtenir très facilement une structure solide mais légère. De plus, sa coupe à la découpe laser est efficace et précise.

L'atelier s'est déroulé en deux sessions de 1 heure chacune. L'une a eu lieu le mardi 8 décembre 2020 et l'autre le 11 décembre au lycée le Corbusier. En tout, 13 personnes ont pu participer. Ils s'agissaient d'élèves de 17 à 21 ans. Mon rôle était d'expliquer le fonctionnement de l'atelier, de discuter et d'interagir avec eux. J'étais accompagnée de Mathilde Thomas pour la prise de notes, d'enregistrements et de photos durant toute la durée de l'atelier.





Comment se déroule l'atelier ?

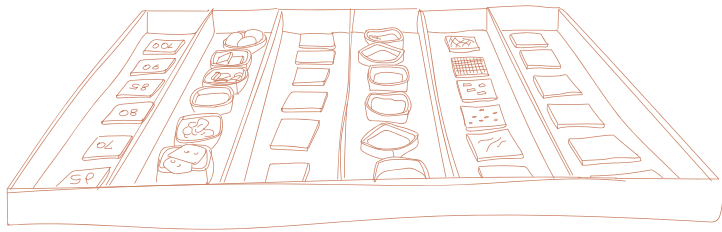
Le participant peut, avant tout, sentir, goûter, toucher, écouter et regarder les différents éléments de l'atelier.

Il doit ensuite prendre dans chaque colonne, l'élément qui lui fait penser au terme vieillesse.

Une fois décidé, il le prend et peut expliquer pourquoi avoir choisi cet élément au moyen d'un souvenir, d'une anecdote, d'une pensée ou simplement une association d'idées. Il peut faire référence à ses grands-parents ou à une idée générale de la vieillesse.

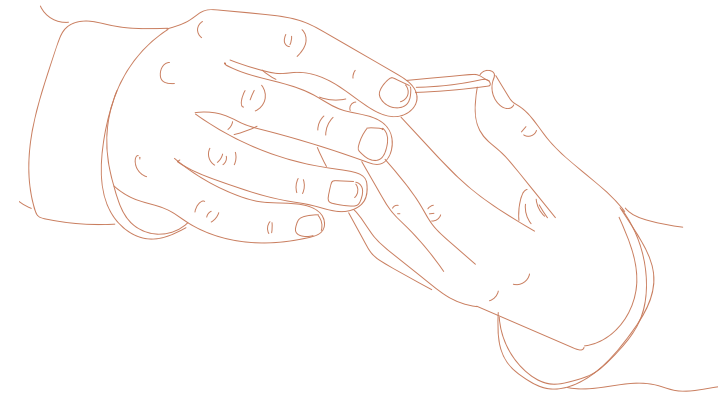
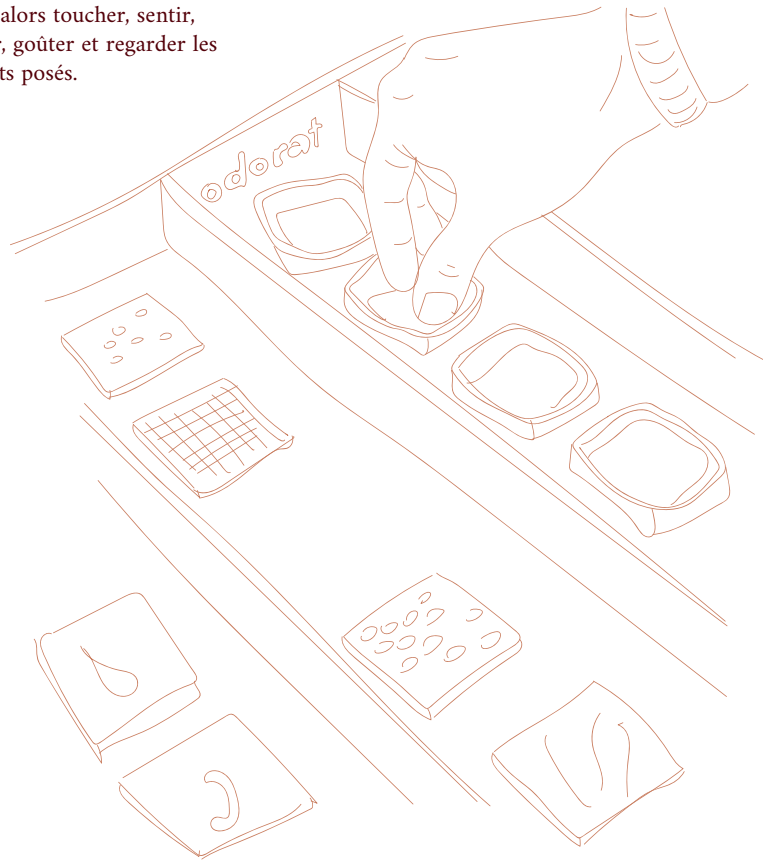
L'atelier est enregistré vocalement ce qui permet à l'animateur d'interagir avec le participant.

Toutes les pièces choisies par le participant sont rassemblées à la fin de l'atelier afin d'en garder trace au moyen d'une photo.



Présentation de l'atelier outillé
au participant.

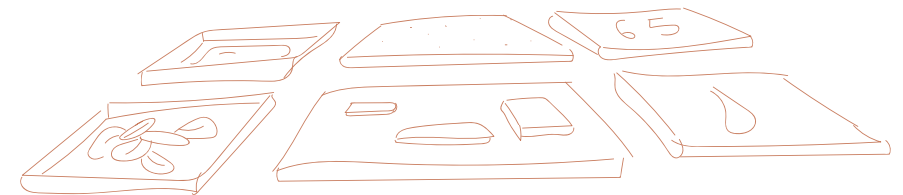
Il peut alors toucher, sentir,
écouter, goûter et regarder les
éléments posés.



Il peut raconter des anecdotes
en fonction des éléments qu'il
choisit.



Afin de garder trace de
l'atelier, il choisit un élément
de chaque colonne et en fait
une photo.





Que retient-on de l'atelier ?

Cette retranscription est le fruit des entretiens eus avec les élèves participants. Il s'agit des phrases issus des enregistrements vocaux fait durant l'atelier.

Les verbatims sont écrits dans le désordre et ne sont pas précisés par le nom du participant qui reste donc anonyme.

Les photos des rendus suivent ses verbatims.

“Les draps de ma grand-mère ont une odeur spéciale.”

“Elle fait souvent des confitures.”

“Je n’aime pas du tout les noix, mais ma mamie a l’habitude d’en mettre partout.”

“Ma mamie est jeune. Elle a 70 ans et elle va au Japon. Vraiment, elle est jeune.”

“Mon papy fait du jus de pomme.”

“Ma grand-mère avait un téléphone fixe. J’ai encore en tête le son qu’il faisait.”

“Le pli me fait penser aux rides des personnes âgées.”

“Ma grand-mère mettait souvent de l’huile essentielle. C’est marrant, je parle beaucoup de ma grand-mère, je vais finir par pleurer.”

“La couleur terne me fait penser à la vieillesse.”

“C’est fou je ne me rappelle ni de la couleur des yeux ni du son de la voix de ma grand-mère.”

“Mon père a 65 ans et comme je ne le considère pas vieux, je dirais qu’on atteint la vieillesse à 75 ans.”

“Mon père vient d’avoir 50 ans, pour moi les personnes qui sont plus âgées que mon père sont vieux. Au-delà c’est la vieillesse.”

“Ma grand-mère a 85 ans. Mais, pour moi, elle est vieille depuis que je suis née vu que c’est ma grand-mère.”

“La cloche de l’église me fait penser à ma grand-mère. Souvent, je la vois aux fêtes et elle tient à ce qu’on vienne à la messe vu qu’elle est catholique. Je ne suis pas croyante donc je n’y vais que quand mes parents ou mes grands-parents y vont.”

“Le côté rugueux me fait penser aux couettes qu’il y avait dans la maison de ma grand-mère. On devait dormir avec et ça grattait. Du coup, on ne les prenait pas.”

“Le beige me fait plutôt penser à la couleur de cheveux de ma grand-mère. Elle se teignait les cheveux en blanc. Au début, je ne savais pas. Donc quand j’ai, un jour, découvert que c’était moins blanc que d’habitude, c’était bizarre.”

“On est allé au champ du feu. À cet endroit, il y avait beaucoup de personnes âgées.”

“Je trouve que le velours c’est une matière pour les personnes âgées.”
“Les maisons de grands-parents ont des odeurs assez spéciales.”

«Je n’arrive pas à dire que ma grand-mère est une personne âgée. Elle se comporte comme une jeune, elle est pleine d’énergie. Je pense plutôt à mes autres grands-parents.”

“J’imagine pas trop les personnes âgées avec des habits flash.”

“Ça me rappelle les repas que je mangeais avec mes grands-parents.”

“Pour l’âge, ma grand-mère a 75 ans et elle n’est pas vieille, elle a plein d’énergie. Je dirais qu’on devient vieux à 80 ans. Mon papi a 90 ans, je le considère vraiment comme une personne âgée.”

«Mon grand-père d’Algérie avait toujours une radio sur lui. Il faisait le Dj du village. C’était une vieille radio qu’il avait du matin jusqu’au soir. Ça nous réveillait le matin.”

“On se posait toujours sur le toit de la terrasse avec lui.”

«La couleur orange me fait penser au côté chaleureux des grands-parents.”

“À partir du moment où tu es encore mobile, j’arrive pas à considérer que la personne est âgée.”

“Je vais encore parler de mon grand-père, mais en fait on se posait sur le toit et il y avait des raisins. Mon grand-père les prenait, les lavait et nous les partageait.”

“À partir de 85 ans, je pense qu’on est vieux. Tous mes grands-parents ont plus de 85 ans.”

“J’ai un grand-père qui est très actif. Il monte encore aux arbres.”

“Ma grand-mère galère un peu. Si mon grand-père n’est pas là, ma grand-mère ne vit plus. Elle ne peut plus rien faire, elle est totalement dépendante de lui.”

“Mes grands-parents aiment trop les cacahuètes, mais ils ne peuvent pas en manger à cause du cholestérol. À chaque fois que l’on vient, ils en achètent quand même.”

“Dans la maison de ma grand-mère, tous les murs sont en vieux carreaux des années 70. C’est pas beau. Pour moi, ça fait vieille maison où il faut refaire la décoration.”

“J’ai des grands-parents qui sont jeunes. Ils n’ont même pas encore 70 ans.”

“La cannelle, les pains d’épices, Noël. Ça me renvoie à ma grand-mère.”

“Quand j’étais en Écosse, on avait des cours. Le dernier matin, une grand-mère m’a ramené des gâteaux.”

“Mes grands-parents ne comprennent pas la musique qu’on écoute actuellement. C’est assez drôle quand je leur explique. Leur audition baisse et eux, ils écoutent très fort. Mon grand-père nous dit à chaque fois de ne pas écouter trop fort pour préserver nos oreilles. Sauf que lui, il met le son à fond.”

“L’horloge, ça me fait penser à mes grands-parents. Dans les nouveaux appartements, on regarde l’heure sur le four ou le téléphone. Donc, pour moi, l’horloge c’est vraiment vieux.”

“Dans les vieux dortoirs, il y a toujours de vieux carreaux.”
“Ma grand-mère fait beaucoup de gâteaux.”

“Dans les salles de bain de grand-mère, il y a toujours un univers marin avec de la décoration super kitsch.”

“Je vois bien mon grand-père venir les mains pleines de noix quand il est sorti dehors.”

“Ma grand-mère a mal au genou, donc elle boite. Du coup, je la considère comme vieille parce qu’elle est physiquement handicapée. Quand je la vois marcher, je vois une vieille personne qui marche.”

“Mon grand-père a 72 ans, il est hyper dynamique. Il a une maladie depuis tout petit qui fait qu’il a mal partout quand la température change, mais comme il est habitué, c’est normal.”

“La vieillesse dépend des personnes. Dans la jeunesse, on voit que la maturité ne dépend pas de l’âge. On peut avoir deux âges différents et avoir la même mentalité. Mais oui, la vieillesse dépend aussi de l’état physique.”

“Ma grand-mère est très casanière. Elle a ses habitudes, elle regarde ses petits polars à la télévision.”

“Il y a des personnes qui peuvent être très âgées et qui pourtant pètent la forme. Donc c’est compliqué de définir à quel âge on devient vieux.”

“J’ai des arrières grands parents. Mon arrière- grand- père vient de fêter ses 92 ans. Je les considère comme vieux, ils ont Alzheimer, mais ils vivent encore chez eux. Ils sont au début de la maladie et quelqu’un vient les voir deux fois par semaine. On les aide en mettant des listes de courses ou des recettes sur les placards. Elle oublie, mais quand c’est écrit devant elle, elle sait faire. Ils sont encore autonomes. Ils sont aidés par la famille. Moi j’y vais pas souvent, surtout depuis le corona. Ma mère y va de temps en temps. Finalement, on se demande si c’est vraiment de l’Alzheimer parce que quand on lui dit, elle se souvient. Mon arrière-grand-père ne se souvient pas de moi, mais quand je lui dis, il se rappelle.”

“Mes arrière-grands-parents ne se quittent jamais, ils font tout ensemble, ils ont fait toute leur vie ensemble avec plus de 65 ans de mariage. Ils ont Alzheimer, mais se reconnaissent entre eux. Ils ne sortent quasiment plus parce qu'ils se perdent. L'autre jour, on devait les emmener chez l'ophtalmologue, on a surveillé de loin qu'ils y allaient vraiment. On avait peur qu'ils oublient. On avait prévenu l'ophtalmologue. Et sinon, les seules personnes qu'ils voient en dehors de nous, c'est les commerçants.”

“Ils sont toujours venus aux fêtes de famille et ça les rend trop heureux de nous voir.”

“Je pense qu'on devient vieux à 70 ans.”

«Moi, ma grand-mère est morte à 75 ans et mon grand-père à 80 ans. Pour moi, c'est vieux.”

“La vieillesse, ça m'évoque les rides.”

“Les couleurs vives ne me renvoient pas à la vieillesse.”

“Ma grand-mère me propose toujours du thé au citron.”

“Mes grand-mères ne cuisinent pas trop les desserts. Elles cuisinent beaucoup de grands plats.”

“Mon arrière-grand-mère qui a fêté ses 100 ans a déménagé il y a quelques années dans une maison de retraite. Du coup, on a récupéré des affaires de son ancienne maison, dont un petit réveil vintage.”

“Dans les escaliers de chez mes grands-parents, il y a une vieille moquette au mur avec un vieux rose. Chez mes autres grands-parents, les carreaux de la salle de bain sont de la même couleur. Ma grand-mère les adore.”

“Pour moi, la carte SNCF est pour les seniors à partir de 65 ans alors je suppose qu'on est vieux à cet âge-là.”

“Quand je vois mon arrière-grand-mère encore en vie, je suis étonnée. Physiquement, elle est toute petite, tassée, elle a des cheveux bouclés, courts, gris et des reflets bruns. Cette nana m'étonnera toujours. Quand elle avait entre 90 et 100 ans, elle est tombée, s'est cassé un truc, mais 1 mois après elle était de nouveau debout. Elle n'est même pas en fauteuil. Ça fait 2 années qu'elle est en maison de retraite et c'est même elle qui l'a demandé parce qu'elle avait fait plusieurs chutes et elle s'est fait peur. Elle a retrouvé des amis dans la maison de retraite de son village donc ça lui a redonné un petit coup de peps. Elle refait des activités. 20 ans qu'elle était veuve et qu'elle vivait seule donc bon. Niveau santé, elle a l'Alzheimer, mais elle se rappelle de ses amies. Elle nous fait toujours répéter 5 fois. Elle se souvient de tout le monde. Il n'y a pas longtemps, on lui a détecté un cancer du sein. Mais elle n'est pas au courant parce qu'ils ne font pas de traitements, zéro médicament. Ils ont décidé que, vu son âge, ce serait une perte d'argent, de temps et on préfère la laisser profiter. Ça ne l'atteint pas physiquement. En plus, elle est en maison de retraite en campagne, un peu de luxe. J'y suis allée plusieurs fois. ”

“Ils habitent dans une grande maison, mais ils occupent que le rez-de-chaussée. Mes grands-parents sont très indépendants, très actifs.”

“Je ne suis pas très proche de mes arrières grand-mère, mais dès que j'y vais elle râle tout le temps, elle est tout le temps triste, elle se plaint de douleurs. Quand il y a quelqu'un de plus jeune, elle râle moins. Elle va râler et se tordre de douleurs et quand elle réalise que je suis là, elle va commencer à discuter normalement en disant “et tu as un amoureux ?”. Je pense que parfois c'est des caprices et d'autres fois où c'est malgré elle.”

“Quand ma grand-mère va voir mon arrière- grand- mère, elle lui fait prendre sa douche. Il y a tellement peu de personnel qu'elle doit le faire sinon elle peut passer plusieurs jours sans être lavée. Vu les pathologies qu'elle a, l'hygiène est hyper importante.”

“Ma grand-mère n'a jamais eu de problèmes physiques. Mon grand-père, si, mais il se remet vite.”

“Mon arrière-grand-mère est dans un EHPAD et pour y être allée, j’ai senti une différence avec la maison de retraite. Elle souffre d’obésité, de diabète et d’alzheimer. Je ne sais pas quel âge elle a ... entre 85 et 95 ans. Physiquement, c’est une galère. Elle ne voulait pas entrer en EHPAD, elle voulait rester chez elle. Sa fille venait la voir tout le temps, mais ça devenait pesant pour ses proches. Il y a une ambiance d’hôpital. Ça faisait des années que ces filles lui disaient d’entrer en Ehpad, mais elle ne voulait jamais. À force de tout le temps être hospitalisée, elle a fini par accepter. Donc, elle a été forcée. Ils ont fait des ruses pour la convaincre. Elle n’avait pas toute sa tête donc c’était compliqué, elle avait son mot à dire. Je l’ai vu souffrir de ça. On l’a convaincu en lui disant que ça se passait bien pour d’autres personnes.”

“Mon grand-père est censé être retraité, mais il a sa propre association. Il gère ça et travaille à plein temps. Ma grand-mère travaille encore, elle est infirmière libérale.”

“Mes grands-parents habitent encore chez eux. Ils commencent à penser aux résidences pour senior. Ils ont déjà abordé ces sujets-là. La maison commence à être compliquée pour eux. Ils se considèrent pas assez vieux ou malades pour la maison de retraite.”

“Mes grands-parents s’occupent tout le temps de ma petite cousine. Ils la cherchent à l’école, elle mange chez eux le midi. Ça les bouge bien.”







Comment interpréter ces données ?

Cet atelier a permis de mettre en lumière différentes visions qu'ont les jeunes de la vieillesse. Notamment les réponses à trois grandes questions : Quand est-ce qu'une personne devient âgée selon des personnes jeunes ? Quelles sont leurs habitudes de vie selon eux ? Et globalement, comment perçoivent-ils la vieillesse ?

À quel moment devient-on vieux selon une personne jeune ?

Dans un premier temps, il s'agit de s'interroger sur le moment où la personne devient âgée selon un jeune.

Souvent, les participants tendent à associer le vieillissement à la perte des capacités physiques. En effet, leurs propos étaient : "ma grand-mère a mal au genou, donc elle boite, je la considère comme vieille parce qu'elle est physiquement handicapée, quand je la vois marcher, je vois une vieille personne qui marche" ou encore "à partir du moment où tu es encore mobile, je n'arrive pas à considérer que la personne est âgée". Si les capacités physiques sont amoindries, la mobilité aussi. De ce fait, il est compliqué de ne pas les considérer comme vieux dès lors que leur corps s'affaiblit.

Les jeunes participants parlaient aussi de leur activité. Ils affirmaient : "ma mamie est jeune, elle a 70 ans et elle va au Japon, elle est vraiment jeune", "ma grand-mère a 75 ans et elle n'est pas vieille, elle a plein d'énergie, je dirais qu'on devient vieux à 80 ans" ou encore "je n'arrive pas à dire que ma grand-mère est une personne âgée, elle se comporte comme une jeune, elle est pleine d'énergie". L'énergie et par conséquent l'activité sont des facteurs précisés pour définir quelqu'un de jeune.

Le vieillissement dépend aussi de l'importance qu'on porte à l'avis de la société sur le sujet. En effet, les instances publiques définissent un seuil où l'on devient senior. On peut entendre "pour moi, la carte SNCF est pour les seniors à partir de 65 ans alors que je suppose qu'on est vieux à cet âge-là". C'est aussi

le cas pour la retraite. Beaucoup des entretiens laissent transparaître que le seuil de la retraite est l'entrée dans la vieillesse. De plus, pour les jeunes, la vieillesse engendre un corps marqué par le temps. Ils ont décrit des caractéristiques physiques précises : "le beige me fait plutôt penser à la couleur de cheveux de ma grand-mère", "la vieillesse m'évoque les rides" ou "le pli me fait penser aux rides des personnes âgées".

Beaucoup ont aussi évoqué des situations de dépendance. Souvent, l'un des deux grands-parents est dépendant de l'autre : "mes arrière-grands-parents ne se quittent jamais, ils font tout ensemble, ils ont fait toute leur vie ensemble avec plus de 65 ans de mariage", "si mon grand-père n'est pas là, ma grand-mère ne vit plus". D'autres parlaient de la décision qu'avait prise la famille d'intégrer le senior dans un établissement adapté à sa nouvelle condition physique : "ça fait 2 années qu'elle est en maison de retraite et c'est même elle qui l'a demandé parce qu'elle avait fait plusieurs chutes et elle s'est faite peur", "mon arrière-grand-mère a fêté ses 100 ans, elle a déménagé il y a quelques années dans une maison de retraite", "quand ma grand-mère va voir mon arrière-grand-mère, elle lui fait prendre sa douche". Souvent, les incapacités physiques du senior empêchaient à la famille de continuer à s'en occuper à domicile.

En ce qui concerne le moment où l'on atteint la vieillesse, les réponses sont donc très différentes et dépendent de la personne en vigueur. Tout dépend des personnes concernées : "mon père a 65 ans et comme je ne le considère pas vieux, je dirais qu'on atteint la vieillesse à 75 ans", "la vieillesse dépend des personnes", "dans la jeunesse, on voit que la maturité ne dé-

pend pas de l'âge, on peut avoir deux âges différents et avoir la même mentalité" ou encore "ma grand-mère a 85 ans, mais, pour moi, elle est vieille depuis que je suis née vu que c'est une grand-mère". On observe que la vision de la vieillesse dépend avant tout de l'âge des grands-parents. Après s'être posé la question du vieillissement, il est intéressant de se questionner sur leur vision de la vie d'une personne âgée. Quelles sont ses habitudes ?

Que fait une personne dite «âgée» ?

Premièrement, on peut aborder la question de la nourriture qui est récurrente. Je cite «ça me rappelle les repas que je mangeais avec mes grands-parents», "mes grands-parents aiment trop les cacahuètes, mais ils ne peuvent pas en manger à cause du cholestérol, à chaque fois que l'on vient, ils en achètent quand même", "ma grand-mère me propose toujours du thé au citron", "ma grand-mère fait beaucoup de gâteaux", "mon papy fait du jus de pomme", "elle fait souvent de confitures". Le repas est essentiellement associé à la femme plutôt qu'à l'homme témoignant d'un fonctionnement patriarcal. En effet, il s'agit d'une génération marquée par un modèle familial très spécifique. Cependant, le copieux repas a été évoqué à de nombreuses reprises attestant du plaisir pris à le préparer.

De plus, la vie du senior est composée de rituels et d'habitudes, que ce soit dans leur quotidien ou en fonction des périodes de l'année. Les participantes af-

firmant : "la cannelle, les pains d'épices, Noël, ça me renvoie à ma grand-mère", "ma grand-mère est très casanière, elle a ses habitudes, elle regarde ses petits polars à la télévision", "souvent, je la vois aux fêtes et elle tient à ce qu'on vienne à la messe vu qu'elle est catholique, je ne suis pas croyante donc je n'y vais que quand mes parents ou mes grands-parents y vont", "on se posait toujours sur le toit de la terrasse avec lui". Ils associent ses habitudes avec leurs grands-parents parce qu'il s'agit souvent d'actions faites qu'avec eux.

Ses habitudes sont directement liées à leur domicile. Beaucoup privilégient le "chez-soi" aux sorties : "ils ne sortent quasiment plus parce qu'ils se perdent" et "ma grand-mère est très casanière". Il peut s'agir de conditions physiques compliquées ou même un manque d'envie.

Pour finir, les habitudes de vie ont souvent un lien avec la famille. Dans la majorité des cas, les participants expriment de bons moments passés avec leurs grands-parents, notamment lors des fêtes de famille. Ils font référence au côté chaleureux des seniors ainsi qu'à leur envie de partage : "la couleur orange me fait penser au côté chaleureux des grands-parents", "ils sont toujours venus aux fêtes de famille et ça les rend trop heureux de nous voir". Le lien familial peut aussi se faire dans le cadre du besoin. En effet, certains seniors servent de parents de substitution fortifiant ainsi la relation intergénérationnelle : "mes grands-parents s'occupent tout le temps de ma petite cousine, ils la cherchent à l'école, elle mange chez eux le midi".

Que signifie la vieillesse pour eux ?

En dernier lieu, il s'agit d'aborder la question d'une vision globale de la vieillesse, passant par le moral du senior.

Certains participants décrivent le senior comme une personne aigrie, râleuse n'acceptant pas sa vieillesse : "dès que j'y vais, elle râle tout le temps, elle est tout le temps triste, elle se plaint de douleurs, je pense que parfois c'est des caprices".

La vieillesse se rapporte aussi beaucoup à quelque chose de négatif. Les jeunes mentionnent des aspects rugueux, ternes ou tristes en disant : "je trouve que le velours c'est une matière pour les personnes âgées", "les draps de ma grand-mère ont une odeur spéciale", "les couleurs vives ne me renvoient pas à la vieillesse", "la couleur terne me fait penser à la vieillesse", "les draps de ma grand-mère ont une odeur spéciale", "j' imagine pas trop les personnes âgées avec des habits flash", "les maisons de grands-parents ont des odeurs assez spéciales", "dans les escaliers de chez mes grands-parents, il y a une vieille moquette au mur avec un vieux rose", "le côté rugueux me fait penser aux couettes qu'il y avait dans la maison de ma grand-mère, ça grattait". Le plus souvent, elles se réfèrent à des objets ayant des matières désagréables, des couleurs peu attrayantes ou même des espaces.

Beaucoup se souviennent aussi d'anecdotes ou de lieux fréquentés avec leurs

grands-parents : "mes grands-parents aiment trop les cacahuètes, mais ils ne peuvent pas en manger à cause du cholestérol et à chaque fois que l'on vient, ils en achètent quand même", "je vais encore parler de ma grand-mère, mais en fait on se posait sur le toit et il y avait des raisins, mon grand-père les prenait, les lavait et nous les partageait", "ça me rappelle les repas que je mangeais avec mes grands-parents". Il est cependant possible de ne pas se souvenir de petits détails physiques tout en se souvenant d'histoires vécues. Un des participants affirmait "je ne me rappelle ni de la couleur des yeux ni du son de la voix de ma grand-mère".

De plus, les jeunes réfèrent le terme vieillesse au passé. En effet, beaucoup ont mentionné des objets qui témoignent d'un décalage avec le monde actuel : "on a récupéré des affaires de son ancienne maison, dont un petit réveil vintage", "mon grand-père d'Algérie avait toujours une radio sur lui, c'était une vieille radio qu'il avait du matin jusqu'au soir", "ma grand-mère avait un téléphone fixe, j'ai encore en tête le son qu'il faisait", "l'horloge ça me fait penser à mes grands-parents, pour moi, l'horloge c'est vraiment vieux", "dans les salles de bain de grand-mère, il y a toujours un univers marin avec de la décoration super kitsch", "dans la maison de ma grand-mère, tous les murs sont en vieux carreaux des années 70, ce n'est

pas beau, ça fait vieille maison où il faut refaire la décoration". Le décalage générationnel se voit donc non seulement dans le style d'objet, mais aussi au niveau des styles musicaux : "mes grands-parents ne comprennent pas la musique qu'on écoute actuellement".

Vieillesse signifie aussi sagesse. Certains l'associent aux bonnes décisions ou encore aux bons conseils que les seniors donnent : "ça fait 2 années qu'elle est en maison de retraite et c'est même elle qui l'a demandé", "mon grand-père nous dit à chaque fois de ne pas écouter trop fort pour préserver nos oreilles".

Toutes les caractéristiques vues précédemment dépendent cependant de la classe sociale de l'individu. En effet, il n'est pas donné à tout le monde de vieillir paisiblement. L'affirmation "en plus, elle est en maison de retraite en campagne, un peu de luxe" nous montre bien que vivre en établissement pour personnes âgées est un luxe qui n'est pas donné à tout le monde.

Que retenir de cet atelier ?

De plus, il me permet d'établir des conclusions pour ma question de projet. J'en retiens donc certains points.

Premièrement, l'aspect négatif est à relever. Beaucoup des participants me décrivaient des clichés sur les seniors qui ne sont pas conformes à la réalité. Il est essentiel que ma recherche-projet mette en avant leurs capacités et leurs qualités participant ainsi à la valorisation de la vieillesse. Le but étant de montrer qu'ils vivent aussi au présent et ne doivent pas être assimilés systématiquement au passé. Cette idée de stagner dans le passé contraint et empêche les rencontres intergénérationnelles. En effet, en ayant ses pensées, la jeune génération ne tend pas

à la volonté d'échanges avec nos aînés en dehors de leur famille. Il est donc impératif de provoquer ses rencontres tout en permettant un nouveau regard sur la vieillesse.

De plus, l'idée d'inactivité du senior doit être défaite. En effet, les jeunes ont tendance à penser que les seniors ne veulent rien et ne font rien. Il s'agit donc d'intégrer le fait qu'ils ont besoin et envie de faire des activités. Rester chez soi n'est pas un choix pour tout le monde. Permettre la création d'activités et de partages entre différentes générations serait donc un bon moyen de rétablir cette vérité sur les envies des personnes âgées.

Quels changements seraient à faire au sujet du déroulé de l'atelier ?

Cet atelier, s'il était à refaire, nécessite certains changements. Il serait, en effet, intéressant d'élargir le panel de possibilités en permettant au participant de proposer à son tour un goût, une odeur, un son, une couleur ou une sensation de toucher. Le fait de lui laisser cette opportunité peut faire apparaître de nouvelles perceptions.

Pour ce qui est de la discussion avec l'interlocuteur, il serait intéressant de plus l'ouvrir ou de plus rebondir sur les anecdotes. En effet, c'est une chose qui a été faite sur les derniers tests de l'atelier, mais pas sur les premiers. Les discussions étaient beaucoup plus construites, intéressantes, approfondies et riches de sens.

Bibliographie commentée

BOXEBELD, Clément et MOURRI, Julia, 2019. Oldyssey - Un tour du monde de la vieillesse. S.l. : Média Diffusion. ISBN 978-2-02-143171-1.

Ce livre présente le voyage de Clément Boxebeld et Julia Mourri à travers le monde. Ce périple est un moyen de découvrir des initiatives intergénérationnelles. Ils sont partis avec leur caméra afin de rencontrer des personnes âgées ou des associations. Ils ont ainsi passé du temps et appris à les connaître pour en faire une restitution complète dans ce livre.

J'ai choisi ce livre parce qu'il expose de manière intéressante les différentes visions qu'ont les pays du monde de la vieillesse. En effet, ce n'est pas la même partout. Les relations intergénérationnelles sont aussi mises en place de façon différente.

PITAUD, Philippe, 2013. Solitude et isolement des personnes âgées. S.l. : Eres. ISBN 978-2-7492-2951-5.

Ce livre aborde en détails les principes de solitude et d'isolement des personnes âgées. Il s'agit d'un ouvrage collaboratif qui met en avant le fait que cette solitude des personnes âgées est un véritable problème de société. Il expose l'individualisme actuel de notre société en la déplorant face à l'urgence de cette lutte contre l'isolement social des seniors.

Ce livre est important dans le cadre de ma recherche projet car il place ce problème d'isolement social au niveau sociétal. En effet, il ne s'agit plus simplement d'un problème local mais bien national. De plus, il détaille avec précision les termes de solitude et d'isolement en donnant plusieurs caractéristiques propres à mon futur projet.

SERRES, Jean-François, 2019. Vaincre l'isolement : Un engagement à portée de main. S.l. : Éditions de l'Atelier. ISBN 978-2-7082-5281-3.

Jean-François met en avant le concept d'isolement et de solitude afin de montrer un moyen d'y résoudre. Ce livre offre donc de nombreuses solutions contre l'isolement, notamment celui des personnes âgées, qui se retrouvent exclus de la société. La

fraternité et l'initiative collective sont les deux principaux points abordés et détaillés. Ce livre est intéressant pour ma question de recherche dans le sens où il expose le problème tout en proposant des solutions. Ces dernières sont soit tirées d'exemples concrets efficaces déjà mis en place, soit des utopies vers lesquelles tendre.

VAN DE VELDE, Cécile, 2015. Sociologie des âges de la vie. S.I. : Armand Colin. ISBN 978-2-200-60311-3.

Cécile Van de Velde, sociologue, explique et détaille chaque étape de la vie de l'individu. Elle précise les enjeux et les difficultés de chaque étape. Ce livre m'a principalement intéressé pour la partie sur le 3e et 4e âge de la vie : la vieillesse. Elle explique notamment les nombreux changements auxquels la personne âgée fait face durant le passage de l'âge adulte à la retraite.

ANDRÈS, Roxane, 2017. De l'universel au singulier : prendre soin « des » vieillissements. In : Sciences du Design. 22 novembre 2017. Vol. n° 6, n° 2, pp. 92-102.

Cet article met en évidence le principe du design de singularité caractérisé par un besoin de s'adapter à chaque situation. Il tend vers une intégration du plus grand nombre contrairement au design universel. "L'art de se faire soigner" est défini comme une manière de penser et de faire permettant de renouveler le rapport à l'objet. En effet, la froideur des objets médicaux peut être rédhitoire pour la personne malade. Il s'agit donc de le greffer dans l'environnement afin que la personne puisse se l'approprier permettant ainsi une continuité entre le lieu de vie et de soin.

Cet article permet à ma question de recherche de s'interroger sur la place des objets au sein de l'environnement. Ils ont, en effet, une grande place trop souvent négligée. Il est donc important de comprendre le rapport qu'a le senior avec les objets de son environnement.

BALARD, Frédéric, 2013. "Bien vieillir" et "faire bonne vieillesse". Perspective anthropologique et paroles de centenaires. In : Recherches sociologiques et anthropologiques. 1 juillet 2013. Vol. 44, n° 44-1, pp. 75-95. DOI 10.4000/rsa.925.

Frédéric Balard aborde, dans cet article, la question de la lutte contre le vieillissement. En effet, le sociologue s'appuie sur des entretiens avec des seniors pour étayer sa recherche sur la notion de "bien vieillir". Il met en avant les attendus de vieillesse que véhiculent la société mais aussi la science.

En lien avec ma question de recherche, cet article est intéressant car il s'appuie sur des témoignages tout en tirant de ces derniers différentes manières de "faire bonne vieillesse".

CARADEC, Vincent, 2008. « Jeunes » et « vieux » : les relations intergénérationnelles en question. In : Agora débats/jeunesses. 2008. Vol. N° 49, n° 3, pp. 20-29.

Cet article traite de la question intergénérationnelle en parlant de leurs caractéristiques au sein de la société en commençant par l'affirmation d'une frontière entre les générations. L'auteur s'interroge sur les relations que peuvent entretenir plusieurs générations en exprimant par ailleurs, les limites à ces échanges dans notre société actuelle.

Les relations intergénérationnelles ne sont pas faciles à entretenir. En effet, comme l'explique Vincent Caradec dans cet article, il existe de nombreuses différences notables et non négligeables pouvant souvent être un frein aux relations.

FOUCART, Jean, 2003. La vieillesse : une construction sociale. In : Pensée plurielle. 2003. Vol. no 6, n° 2, pp. 7-18.

Cet article met en avant en premier lieu les 3 formes de vieillissement : celui des gens précaires qui vieillissent dans de moins bonnes conditions, celui où les seniors sont considérés comme "sages" et celui où l'altération physique prend le dessus. Jean Foucart, l'auteur, définit aussi la façon dont est considérée la vieillesse au niveau sociétal et social. Il met aussi en avant l'hétérophobie liée à la notion de vieillesse. En effet, on observe de plus en plus d'âgisme. Ce terme définit le rejet des seniors de la société parce qu'il est considéré comme inutile.

Pour ma recherche-projet, il est essentiel de noter l'aspect d'âgisme. Souvent, les seniors sont exclus de la société de différentes manières, ce qui en fait une population marginalisée.

KIROUAC, Laurie et CHARPENTIER, Michèle, 2018. Solitudes et vieillissement : les expériences d'ainés qui vivent seuls. In : Sociologie et sociétés. 2018. Vol. 50, n° 1, pp. 157-182. DOI <https://doi.org/10.7202/1063695ar>.

Cet article aborde la question de la vieillesse en tenant compte de la subjectivité des personnes âgées. En effet, elle se concentre davantage sur les conditions sociales, physiques et économiques des personnes âgées. Les auteures s'intéressent aussi au terme de solitude en exposant différents types.

Cet article est intéressant dans ma question de recherche car chaque notion abordée est directement assignée au vécu de la personne. La vieillesse n'est pas dissociée de l'individu. Il est important de le prendre en compte car chacun peut le vivre différemment, notamment en fonction du caractère, des ressources sociales ou du passé.

LEFEBVRE, Solange, 2012. Relations intergénérationnelles et vieillissement : nouvelles questions. In : Retraite et société. 15 décembre 2012. Vol. n° 64, n° 1, pp. 53-68.

Cet article traite des différences générationnelles mais aussi des façons de les rapprocher. L'auteur oppose différents sujets en fonction des âges afin d'observer les différences et les similitudes. Il affirme aussi que les questions intergénérationnelles deviennent politiques. En effet, l'intergénération s'ajoute à la classe sociale et au sexe ce qui engendre encore plus d'inégalités sociales.

Cet article permet d'aborder la question de la place de l'intergénération au sein de la société et ainsi quels problèmes en découlent.

MARCHAND, Marie, 2008. Regards sur la vieillesse. In : Le Journal des psychologues. 2008. Vol. n° 256, n° 3, pp. 22-26.

Cet article porte un regard sur la façon qu'a la société de percevoir la vieillesse mais aussi sur la façon qu'ont les seniors d'interagir avec le monde extérieur. L'auteur aborde leur manque de repères et leurs changements physiques. De plus, ils sont exclus notamment parce que la société valorise et privilégie l'activité. De ce fait, les seniors, retraités, sont mis de côté.

Cet article permet de comprendre ce que ressent le senior dans cette période charnière du vieillissement. En effet, il met en avant les changements sociaux, sociétaux et physiques qu'ils vivent.

SÉRAPHIN, Gilles, 2011. Introduction : Lien intergénérationnel et transmissions. In : Recherches familiales. 4 avril 2011. Vol. n° 8, n° 1, pp. 3-6.

Cet article traite des différentes formes de liens intergénérationnels qu'ils soient familiaux, professionnels ou sociaux. La relation de transmission peut donc se faire sous différentes formes.

Il traite de manière précise la question des différentes relations intergénérationnelles ne les limitant ainsi pas seulement à la famille.

ZIELINSKI, Agata, 2010. L'éthique du care. In : Etudes. 28 novembre 2010. Vol. Tome 413, n° 12, pp. 631-641.

Cet article aborde la question d'éthique du care. Il présente en détails la démarche de travail du care qui passe par «se soucier de», «prendre en charge», «prendre soin» et enfin «recevoir le soin».

Ces étapes me permettent de faire avancer ma recherche projet parce qu'il m'aide à comprendre la démarche à adopter avec un senior.

Design for older people sucks. Here are four ways to fix it. In : Digital Arts [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.digitalartsonline.co.uk/features/graphic-design/design-for-older-people-sucks-here-are-four-ways-fix-it/>.

L'agence Alive Ventures a lancé une discussion autour du design lié aux personnes âgées et la façon dont il pourrait s'améliorer. Suite à cela, ils se sont rendus compte qu'il était essentiel de tirer parti de la sagesse des seniors et qu'il est temps de se rendre compte que certains ont un dynamisme incroyable. De plus, souvent, les seniors évitent le mobilier qui leur est réservé parce qu'ils ont du mal à admettre qu'ils ont besoin d'aide. Il est donc important de concevoir avec eux et non pour eux. Don Norman, l'auteur du livre *The Design of Everyday Things* affirme, après l'expérience, que le mieux dans un projet est de le destiner à tous et non qu'aux personnes âgées de peur qu'ils ne le prennent comme une sorte de pitié. On parle d'un design inclusif.

Cet article traite du design inclusif de façon à ce qu'il ne soit pas stigmatisant pour les seniors. En effet, le design doit non seulement permettre l'inclusion du senior au sein du projet mais doit aussi rester accessible à tous.

Open Ehpad. In : Open Ehpad [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://open-ehpad.fr/>.

Ce site concerne le projet Open Ehpad évoqué dans la référence précédente. Il s'agit d'un outil afin de permettre l'entrée de la vie locale dans les murs de la maison de retraite.

Ce projet est le reflet d'un design totalement participatif. En effet, les acteurs sont les premiers piliers du changement de l'environnement. De plus, il permet aux seniors d'être inclus dans la vie locale.

Selon notre rapport inédit, 720 000 personnes âgées n'ont eu aucun contact avec leur famille durant le confinement. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.petitsfreresdes-pauvres.fr/informer/nos-actualites/selon-notre-rapport-inedit-720-000-personnes-agees-n-ont-eu-aucun-contact-avec-leur-famille-durant-le-confinement>.

Les longues semaines de confinement ont été compliquées pour beaucoup de seniors. Ils ont ressenti plus que jamais une forte solitude exprimée dans cet article.

Confinement : le témoignage de Yolande, 93 ans. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.petitsfreresdes-pauvres.fr/informer/temoignages/yolande-93-ans-deploire-que-les-personnes-agees-soient-infantilisees>.

Le témoignage recueilli par l'association Petits Frères des Pauvres de Yolande met en avant l'infantilisation des personnes âgées. Ces dires sont la conséquence du confinement dû au Covid-19. En effet, elle affirme être considérée comme vulnérable par la société et notamment par les médias.

Ce témoignage est important dans le sens où les seniors ne sont souvent pas consultés pour la prise de décisions qui les concerne. Ils sont mis à l'écart et ne sont pas assez consultés non seulement par la société mais aussi par la politique.

2020. Du droit aux portes qui claquent dans les EHPAD. In : Autrement Autrement [en ligne]. 3 novembre 2020. Disponible à l'adresse : <https://autrementautrement.com/2020/11/03/du-droit-aux-portes-qui-claquent-dans-les-ehpad/>.

Camille Billon-Pierron de l'agence de design Autrement autrement s'est concentré sur l'EHPAD afin d'en apprendre plus. En effet, son article explique le temps qu'elle y a passé, les personnes qu'elle a rencontrées, les activités faites. Ce projet a donné lieu à Open Ehpap, un café des projets.

La façon de procéder de Camille Billon-Pierron lui permet de s'immerger totalement dans la vie de la maison de retraite. Elle participe, elle interagit et elle observe.

Toutes ces actions lui permettent ensuite de tirer des conclusions pour enclencher le projet.

Les personnes âgées isolées de plus en plus fragilisées par la crise sanitaire. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.franceculture.fr/societe/les-personnes-agees-isolees-de-plus-en-plus-fragilisees-par-la-crise-sanitaire>.

Cet article de France Inter traite du vécu des seniors pendant le confinement lors de la crise sanitaire du Covid-19. L'isolement social des personnes âgées a été fortement accentué, provoquant un fort ressenti de solitude.

Pour la question de recherche, le confinement est un bon moyen de comprendre le ressenti d'isolement social. En effet, beaucoup de gens l'ont vécu et peuvent en témoigner plus facilement qu'avant.

À la retraite, le monde s'ouvre à vous. In : Alphonse [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://lestalentsdalphonse.com/>.

Suite à l'observation que le travail régit la société actuelle et que par conséquent, les retraités sont mis à l'écart, Chez Alphonse a été mis en place. Il s'agit d'une initiative sociale dédiée aux seniors qui met en avant leur personnalité et leur envie de faire de nouveaux projets.

Cette initiative est le reflet d'une envie de faire bouger les choses. En effet, elle est pensée par des jeunes qui pensent que le travail ne doit pas être le point central d'une existence. Chez Alphonse permet donc une valorisation de la vieillesse.

CHOU, Mathilde Sallé de, 2019. Dans cette maison, toutes les générations cohabitent. Et ça profite à tout le monde ! (VI-DÉO). In : POSITIVR [en ligne]. 24 janvier 2019. Disponible à l'adresse : <https://positivr.fr/maison-multigenerationnelle-alle-magne/>

La maison intergénérationnelle de Salzgitter est un lieu de cohabitation basé en Allemagne. Elle permet la rencontre intergénérationnelle, le partage, la solidarité. En lien avec la question de recherche, il est bon de retenir l'aspect naturel qu'ont les relations intergénérationnelles dans un lieu tel que celui-ci. En effet, les habitants sont habitués à se côtoyer ce qui permet d'enlever les barrières souvent présentes entre les générations.

Café convivial et intergénérationnel à Lyon. In : Chez Daddy [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://chezdaddy.fr/>.

Chez Daddy est un café intergénérationnel qui permet de créer du lien entre les générations. C'est non seulement un vrai café mais aussi un lieu où il est possible de faire des activités. Le but est de pouvoir créer des relations de qualité.

Cette initiative reprend les codes d'un "chez-soi". Il permet l'intergénération au moyen de moments simples ou d'activités.

FRED - La vie ne s'arrête pas à la retraite. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://bonjourf.com/>.

Bonjour Fred est un média qui accompagne des seniors dans leur retraite. Il permet de donner des coups de main à ceux qui le souhaitent.

En lien avec ma question de recherche, la compréhension du ressenti et l'accompagnement du senior est importante. Cette initiative le permet au travers de la valorisation de la vieillesse.

Bienvenue sur notre site Internet - L'Union des Associations l'Outil en Main. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://www.loutilenmain.fr/>.

Cette initiative permet la mise en relation intergénérationnelle. En effet, il s'agit de permettre à des seniors d'apprendre à de jeunes enfants des savoir-faire manuels. Ces ateliers sont donc à l'origine de transmission, de rassemblement et d'échange. Dans ce cas, la transmission du savoir est à l'origine même de la rencontre et donc de l'échange. La conception et l'entraide permettent la formation de la relation intergénérationnelle.

OLD'UP | Plus si jeunes, mais pas si vieux. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.oldup.fr/>.

Old'up est une association qui met en avant la place du senior ainsi que ses capacités, lui permet de rester actif malgré la retraite, met en avant son autonomie, et favorise les relations intergénérationnelles.

Un dispositif pour lutter contre l'isolement des seniors | Entour'ge Solidaire. In : Entour'ge [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://entourage-solidaire.fr/>.

Entour'age Solidaire permet la mise en contact de personnes âgées traversant une période difficile avec des bénévoles de leurs quartiers. Le but est de leur permettre de se voir régulièrement afin de lutter contre l'isolement social.

La notion de lutte contre l'isolement social est importante pour le projet. En effet, la création de la relation intergénérationnelle est un moyen de combattre ce manque social.

Or gris : seniors acteurs des territoires, dans une société; pour tous. Les liens entre générations à l'épreuve du Covid-19. In : Seniors acteurs des territoires [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://or-gris.over-blog.fr/2020/09/les-liens-entre-generations-a-l-epreuve-du-covid-19.html>.

L'épidémie du Covid-19 est révélatrice du manque d'écoute à l'égard de la vieillesse. Ils sont confrontés à un enfermement forcé dû à leur vulnérabilité. Cette appellation n'est pas correcte pour beaucoup. De plus, cet événement segmente le corps social. Les liens intergénérationnels se retrouvent impossible à engendrer.

Or gris : seniors acteurs des territoires, dans une société; pour tous. Un jour, si tout va bien, vous serez vieux. In : Seniors acteurs des territoires [en ligne]. Disponible à l'adresse : <http://or-gris.over-blog.fr/2020/09/un-jour-si-tout-va-bien-vous-serez-vieux-une-campagne-mondiale-de-lutte-contre-l-agisme.html>.

Cet article met en lumière la notion de l'âgisme, qui définit l'action d'exclure les personnes âgées de la société. C'est une discrimination qui touche beaucoup de personnes âgées du 3e et 4e âge.

La grande librairie Vivre, se souvenir, transmettre... et vieillir [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.france.tv/france-5/la-grande-librairie/la-grande-librairie-saison-13/1962683-vivre-se-souvenir-transmettre-et-veillir.html>.

Diffusé le mercredi 30 septembre 2020, Francetv présente une émission dans «La Grande Librairie» sur le thème «Vivre, se souvenir, transmettre... et vieillir». A ce titre, les invités sont Philippe Labro et son nouveau livre J'irais nager dans plus de rivières, paru chez Gallimard, dans lequel il dévoile des réflexions, des souvenirs et des portraits qui composent un «livre de sagesse», Laure Adler qui présente La Voyageuse de nuit, édité chez Grasset, une lumineuse description de ce que signifie le vieillissement et la journaliste Annick Cojean qui publie un livre d'entretiens avec Gisèle Halimi, la grande avocate disparue en juillet dernier Une farouche liberté, chez Grasset.

Ces ouvrages sont intéressants car ils traitent de la vieillesse d'une manière différente démontrant ainsi qu'elle est synonyme de subjectivité.

Changer le regard sur les séniors - France 5 - 06-10-2020. In : [en ligne]. Disponible à l'adresse : <https://www.france.tv/france-5/c-a-vous-la-suite/c-a-vous-la-suite-saison-12/2016157-changer-le-regard-sur-les-seniors-c-a-vous-06-10-2020.html>.

Le plateau de C à vous a invité Nathalie Levy et Frédéric Pommier afin d'aborder la thématique de leurs livres.

Elle, journaliste et aidante, publie Courage au cœur et sac au dos aux éditions du Rocher.

Lui est journaliste à France Inter. Il a publié en 2018 un ouvrage, Suzanne, aux éditions des Équateurs.

Cette émission met en avant la place des aidants et de la famille au sein de la vie de la personne âgée limitée et dépendante. On y trouve leurs témoignages, leurs façons de le vivre ainsi que leurs ressentis.

Une vie d'écart. In : myCANAL [en ligne]. [Consulté le 2 janvier 2021 o]. Disponible à l'adresse : https://www.canalplus.com/decouverte/une-vie-d-ecart/h/14760837_50001.

Canal + a mis en place une expérience humaine et sociale au sein d'une EHPAD. Durant plusieurs semaines, une dizaine de résidents de plus de 90 ans avaient la chance d'accueillir des enfants de maternelle.

Cette expérience a permis à ces initiateurs de faire plusieurs observations. L'une d'entre elles se trouve être le social caractérisé par l'aisance qu'ont les enfants et les seniors de construire des amitiés. Il n'existe que très peu de tabou notamment grâce à l'innocence des enfants. Tout au long de l'expérience, ils ont su s'impliquer dans ses relations nées afin d'en faire découler des bénéfices moraux et physiques. En effet, de nombreux seniors se sentaient dynamisés mais aussi valorisés par la présence de cette classe de maternelle. La conclusion faite a été l'importance de la rencontre intergénérationnelle.

TABLE DES MATIÈRES

MÉMOIRE	3
ANNEXES	13
Carte heuristique	15
Étude de cas	19
sur l'art	21
sur le design	33
sur la technique	43
Synthèse de texte	53
synthèse de texte 1	55
synthèse de texte 2	59
synthèse de texte 3	63
synthèse de texte 4	69
synthèse de texte 5	77
synthèse de texte 6	81
Sociologie	85
entretiens sociologiques	87
analyse sociologique	115
Atelier outillé	133
but de l'atelier	135

déroulé de l'atelier	139
récolte des données	145
analyse des données	157
Bibliographie commentée	165
livres	167
articles	169
sites	173
vidéos	178