

NOTE DE TENDANCES #16

Bien vivre la société de la longévité



SOMMAIRE



LA RÉVIEU(X)LUTION

APRÈS AVOIR INVENTÉ LA JEUNESSE DANS LES ANNÉES 1968, LES NOUVEAUX SENIORS RÉINVENTENT LA VIEILLESSE. C'EST LA RÉVIEU(X)LUTION. RAPPELONS QUE L'ESPÉRANCE DE VIE EST PASSÉE DE 68 ANS EN 1950 À PLUS DE 83 ANS EN 2025.

Les seniors recherchent d'abord des réponses à leurs besoins, à leurs envies, à leurs usages dans la vie de tous les jours, là où ils vivent. Le confort, l'accessibilité, la facilité d'utilisation, la sécurité et le prix sont des critères majeurs. Ils consomment des produits et des services qui correspondent à leur mode de vie. Pour une grande part, ces produits destinés aux seniors sont des objets reconçus et simplifiés pour être plus facilement utilisés.

LES SENIORS SONT AUSSI DES ACTEURS SOCIAUX FAISANT ÉVOLUER LA VILLE ET L'HABITAT, LES TRANSPORTS, LA SANTÉ...

La France est très en retard en termes d'adaptation de la société à la longévité, et en particulier de la ville et de l'habitat. Le Japon, touché par le vieillissement un demi-siècle avant nous a donné la priorité au levier technologique, robotique et numérique pour mieux accompagner les plus âgés dans leur quotidien. Les pays nordiques jouent la carte de l'intégration des seniors, de la prévention tout au long de la vie et de la décentralisation des politiques de santé et d'adaptation des logements et de l'habitat.

Toute politique d'adaptation nécessite d'intégrer une transformation sociologique majeure: les seniors inventent une autre façon de prendre de l'âge. Fini «papy pantoufle» et «mamie jardin»! Il n'y a qu'à voir le nombre de têtes grises qui foulent le macadam, qui pratiquent le yoga ou la marche nordique, qui naviguent sur le net, s'informent en continu et communiquent largement par les réseaux sociaux.

Même si depuis 2008, l'espérance de vie en bonne santé physique et mentale a augmenté plus vite que l'espérance de vie *stricto sensu*, la prévention, qui passe en particulier par la pratique d'activités physiques adaptées, une alimentation plus saine et moins calorique et la valorisation du lien social, doit devenir une priorité pour les politiques publiques afin de répondre à la seniorisation de la société.

Certains enjeux, comme la sécurité ou l'écologie, sont largement structurés par la nouvelle donne démographique. Les questions de sécurité prennent plus de place à la fois en raison de la hausse des violences faites aux personnes, de leur visibilité renforcée par les médias, mais aussi de la fragilité physique d'une plus grande partie de la population.

Comme leurs cadets, les seniors sont conscients des enjeux écologiques. Ils ont toujours recyclé, sont plus adeptes de la marche que des trottinettes électriques et attentifs à leur environnement. Selon l'étude «Fractures Françaises» d'Ipsos publiée en novembre 2024, si 62% de la population est convaincue que le changement climatique est dû principalement à l'activité humaine, les plus de 60 ans ne sont que 58% à le penser. À l'inverse, 11% des moins de 35 ans pensent qu'il n'y a pas de dérèglement climatique et seulement 8% des seniors.

Il est plus que temps de se préparer à un autre défi: à partir de 2031, la France connaîtra en moins de 30 ans, un doublement du nombre des plus de 85 ans, qui représenteront 5 millions de personnes, contre 600 000 en 1980. Ils ne ressembleront guère aux générations silencieuses que nous avons connues. Les premières générations «j'ai droit» vont remplacer la génération «je dois». Le monde de l'habitat au sens large devra faire avec ces nouvelles attentes et ces populations âgées toujours plus hétérogènes,

en prenant en compte qu'une large partie des retraités connaîtra des ressources plus modestes.

La fabrication de la ville de demain, en suivant les préconisations de l'OMS, nécessitera d'intégrer les dimensions logement, mobilité, participation des seniors et santé pour répondre à la hausse du nombre des adultes âgés. Cela dans une perspective de prévention tant du vieillissement que des effets du dérèglement climatique. Cette approche, nécessairement décentralisée pour être au plus proche des réalités géographiques, sociales et démographiques, impliquera de la part des acteurs (collectivités, bailleurs sociaux, promoteurs, entreprises et associations locales) de privilégier des démarches de coopération et de prise en compte des attentes et modes de vie des seniors dans une logique de préservation de leur autonomie.

Pour répondre à la société de la longévité, différentes pistes devront être actionnées: relancer la natalité, développer l'innovation technologique, robotique et sociale, travailler plus longtemps, mobiliser les seniors plus activement, développer une politique sélective de l'immigration, réussir une société de la prévention...

Bref, le vieillissement de la société est un formidable levier d'innovation!

SERGE GUÉRIN

*Sociologue, professeur à l'Insee
Grande École, Directeur scientifique
Pôle - Santé, Insee MSc & MBA Paris*



“
LE VIEILLISSEMENT DE LA SOCIÉTÉ EST UN FORMIDABLE LEVIER D'INNOVATION !
”



1

Les défis du vieillissement



Le monde fait face à une situation démographique sans précédent, marquée non seulement par une croissance globale de la population, mais surtout par un défi majeur : le vieillissement accéléré de cette population. Ce phénomène modifie profondément les structures sociales et économiques à travers le globe. Le vieillissement de la population est une réalité inédite dans l'histoire humaine, notamment en matière d'âge très avancé des individus. La planète devrait compter 3,2 millions de centenaires en 2050, contre environ 320 000 en 2019 selon le Fonds des Nations Unies pour la Population (UNFPA). Cette augmentation spectaculaire illustre l'ampleur du choc démographique auquel nous faisons face.

Une situation démographique inédite

La planète devrait compter
3,2 millions
de centenaires
en 2050, contre environ
320 000
en 2019.

Source : Fonds de Nations Unies pour la Population

Une triple réalité

Le vieillissement démographique cache plusieurs réalités selon l'état des individus et se traduit à la fois par :

- une progression du nombre de personnes âgées ;
- une hausse du nombre de personnes très âgées et fragiles mais encore valides ;
- une explosion du nombre de personnes âgées dépendantes.

Pour décrire l'état de santé général des seniors, la littérature gérontologique se réfère souvent à une typologie composée de trois catégories :

- **les personnes «robustes»** qui sont en bonne santé ou qui ont une maladie chronique isolée qui est sous contrôle. Il s'agit en particulier de jeunes seniors, entre 65 et 75 ans, qui se sentent en forme et autonomes ;
- **les personnes «vulnérables» ou «fragiles»** qui présentent une à deux maladies chroniques et les premiers signes de limitations dans leurs activités quotidiennes. La majorité de ces personnes sont âgées de 70 à 85 ans, mais de plus en plus de personnes de 90 ans et plus entrent aussi dans cette catégorie ;
- **les personnes «dépendantes»** qui ne peuvent plus exécuter par elles-mêmes des gestes du quotidien (se laver, s'habiller, etc.) en raison de limitations fonctionnelles. Il s'agit surtout de personnes de plus de 85 ans. La plupart de ces personnes vivent à domicile et bénéficient souvent de prestations délivrées par les centres médico-sociaux. Une partie de ce groupe vit en établissement médico-social.

Préparer des réponses appropriées à cette transformation démographique suppose donc d'agir sur ces trois volets simultanément : prévention pour les plus valides, adaptation de la société au vieillissement pour prendre en compte les besoins des personnes fragiles et accroissement de moyens humains et financiers pour les plus dépendants.



Un phénomène universel

Selon les projections, la population mondiale des personnes âgées de 60 ans et plus devrait doubler d'ici 2050 pour atteindre 2,1 milliards (OMS). Entre 2015 et 2050, leur proportion dans la population mondiale passera de 12% à 22%. Le nombre d'individus âgés de 80 ans et plus pourrait tripler pour atteindre 426 millions. 80% de ces personnes âgées vivront dans des pays à faible revenu, ou à revenu intermédiaire, accentuant ainsi les défis socio-économiques dans ces régions (OMS).

Projections européennes

L'Europe dans son ensemble connaît également un vieillissement marqué. La population européenne totale devrait diminuer après avoir atteint un pic en 2026 et pourrait compter 447,9 millions d'habitants en 2050. Les pays du Sud de l'Europe (Grèce, Portugal, Italie, Espagne), ainsi que certains pays de l'Est (Lituanie, Bulgarie, Lettonie) seront parmi les plus âgés tandis que le vieillissement démographique devrait être moins marqué en Suède, au Luxembourg et au Royaume-Uni (INSEE, 2018).

Le cas français

Depuis 10 ans, les plus de 60 ans sont plus nombreux que les moins de 20 ans

En France, le vieillissement démographique est particulièrement marqué. En 2014, les personnes de plus de 60 ans ont pour la première fois été plus nombreuses que les moins de 20 ans en France métropolitaine, et aujourd'hui, un français sur quatre a plus de 60 ans.

En 2030, les baby-boomers atteindront massivement l'âge moyen d'entrée en dépendance

Ce phénomène sera accentué dans les prochaines années: les premiers baby-boomers atteignent aujourd'hui leurs 80 ans, ce qui amorce une transformation de la structure d'âge de la population.



À partir de 2030, cette génération atteindra massivement 85 ans, âge auquel les difficultés d'autonomie deviennent plus fréquentes (INSEE, 2016, cité dans Matières grises, 2018). En France, le taux de dépendance reste, en effet, faible jusqu'à 75 ans puis augmente rapidement avec l'âge. L'âge moyen d'entrée en dépendance est de 78 ans pour les hommes et de 83 ans pour les femmes.

Projections mondiales pour 2050 (base 2020)

60 ans et +
x2 / 2,1 Milliards

80 ans et +
x3 / 426 Millions

Source: OMS

Portrait du vieillissement en France 2020 - 2050

	2020	2050
65 ans et +	13 millions	20 millions
85 ans et +	2 millions	5 millions
dont en situation de dépendance	1 million	3 millions
Centenaires	30 000	141 000
Population totale	67,4 millions	69,2 millions

Sources: INSEE (2018), INSEE (2021), (Insee Première, 2023), Futuribles (2024)

Le taux de fécondité est dorénavant insuffisant pour assurer le renouvellement des générations

Par ailleurs, la France, dont le taux de fécondité était jusqu'à présent légèrement supérieur à celui de ses voisins européens, a connu en 2023 un choc de natalité avec une chute à 1,68 enfant par femme, un niveau insuffisant pour assurer le renouvellement des générations (transitions démographiques, transitions économiques, 1^{er} juin 2024).

L'espérance de vie pourrait continuer d'augmenter

Autre facteur explicatif du vieillissement démographique, l'espérance de vie pourrait continuer d'augmenter pour atteindre 93 ans pour les femmes et 90 ans pour les hommes (INSEE, 2018). Les projections démographiques sont basées sur une baisse continue de la mortalité similaire à celle observée au cours des 20 dernières années. Les hypothèses de ces projections tiennent également compte de facteurs pouvant influencer l'espérance de vie, tels que la montée de l'obésité et de la pollution, contrebalancés par les progrès médicaux et la baisse de la consommation d'alcool. Ces projections, bien que détaillées, restent hypothétiques et vulnérables à des événements imprévisibles (guerres, épidémies, catastrophes naturelles).

Le vieillissement démographique pose des défis sans précédent à nos sociétés. Il nécessite une adaptation des politiques publiques, notamment dans les domaines de la santé, de la dépendance, du logement et des infrastructures urbaines. Les projections, bien qu'incertaines en raison de multiples facteurs imprévisibles, soulignent l'importance d'anticiper et de préparer des réponses appropriées à cette transformation démographique.



GÉOGRAPHIE DU VIEILLISSEMENT EN FRANCE: DYNAMIQUES CONTRASTÉES

Le vieillissement démographique, phénomène global, affecte les territoires de façon différenciée, modifiant la manière dont ils sont vécus.

En France, contrairement à la perception que l'on peut en avoir, les territoires ruraux et littoraux ne sont pas les seuls concernés par le vieillissement. Les zones urbaines, y compris les quartiers périurbains et certains quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV), sont également touchés, parfois même plus fortement. Ces territoires, initialement perçus comme jeunes, connaissent une gérontocroissance significative.





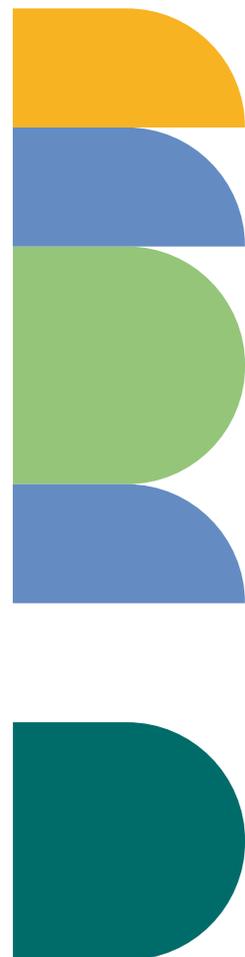
VIEILLISSEMENT ET GÉRONTOCROISSANCE, DEUX PHÉNOMÈNES DISTINCTS

La répartition de la part des personnes âgées et de la gérontocroissance montre des dynamiques distinctes. Le terme « gérontocroissance » désigne l'augmentation du nombre de personnes âgées de 65 ans ou plus dans une population donnée.

En France, la gérontocroissance se concentre le long des littoraux atlantiques et méditerranéens, dans les couronnes des pôles des très grandes aires d'attraction (Toulouse, Lyon, Rennes) et en grande couronne francilienne (Observatoire des Territoires, 2021).

Dans certaines zones comme les Antilles (Guadeloupe, Martinique) et le littoral atlantique (Vendée, Charente-Maritime, Landes), les phénomènes de vieillissement et de gérontocroissance sont tous deux marqués. Aux Antilles, ce double phénomène s'explique en partie par une chute de la fécondité, un allongement de l'espérance de vie et un solde migratoire négatif, tandis que sur le territoire atlantique, le phénomène résulte principalement d'un fort attrait des populations retraitées pour ces territoires (Observatoire des Territoires, 2021).

À l'inverse, certains territoires connaissent un vieillissement et une gérontocroissance modérés. C'est le cas de Paris, des Hauts-de-Seine et de la Seine-Saint-Denis par exemple. Ces départements sont attractifs pour les jeunes en raison de l'offre d'emploi et de formation, tandis que les personnes âgées ont davantage tendance à les quitter au moment de la retraite.



POINT DE VUE

MICKAEL BLANCHET

Docteur en géographie, Chercheur associé à l'Université d'Angers et Géographe au gérontopôle Pays de la Loire

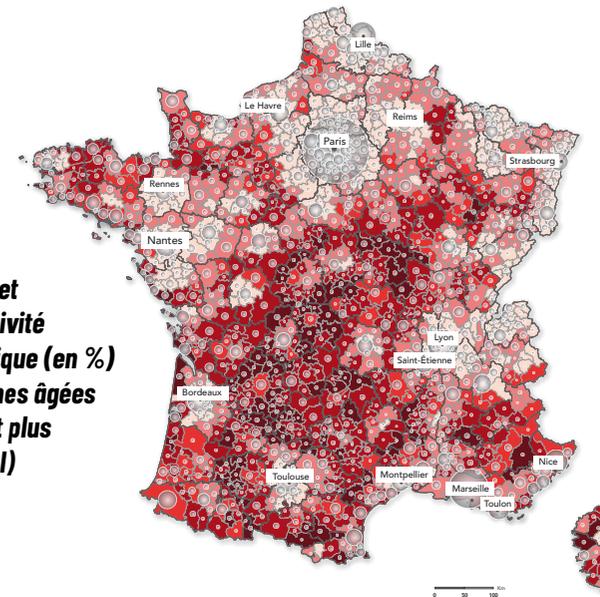
Au 1^{er} janvier 2021, la France (entière) compte un peu moins de 14 millions d'habitants âgés de 65 ans ou plus, soit un peu plus d'un habitant sur cinq. Les trois quarts des personnes âgées de 65 ans ou plus résident dans les grandes aires urbaines, tandis que 4,5 % résident en milieu rural.

Dans ce cadre, le vieillissement de la population est intimement lié à la densité démographique. À ce jeu, les personnes âgées sont sous-représentées dans la population des métropoles et des agglomérations (entre 12% et 17% de la population totale) ainsi que dans une large partie des territoires d'outre-mer. À l'inverse, moins la densité démographique est élevée plus la part des personnes de 65 ans ou plus est élevée dans la population totale. Ce profil s'observe notamment dans les intercommunalités rurales des Ardennes, de la Bourgogne, du centre de la Bretagne, de la région

Centre, du Massif-Central et de la Corse: plus d'un habitant sur quatre de ces intercommunalités est âgé de 65 ans ou plus. Enfin, pour une large partie du littoral français (notamment l'arc atlantique), les personnes âgées sont surreprésentées (un habitant sur trois est âgé de 65 ans et plus). Cet instantané du vieillissement de la population montre que les personnes âgées sont surreprésentées là où elles sont concentrées, et inversement.

Cet équilibre géographique est en cours d'évolution: l'onde de vieillissement se déplace des campagnes et des poches urbaines de vieillissement vers, d'une part, les quartiers des politiques de la ville et, d'autre part, les espaces périurbains. Résultat, les personnes de 65 ans et plus vont voir leur population augmenter passant de 14 millions aujourd'hui à plus de 17 millions en 2040.

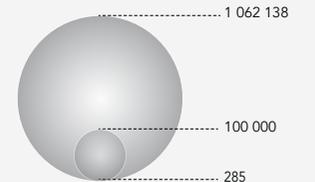
Répartition et représentativité démographique (en %) des personnes âgées de 65 ans et plus (niveau EPCI)



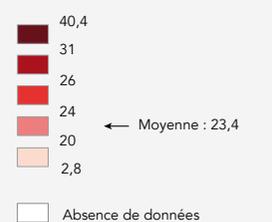
Espace Territorial

- Départements
- Intercommunalités
- Villes principales

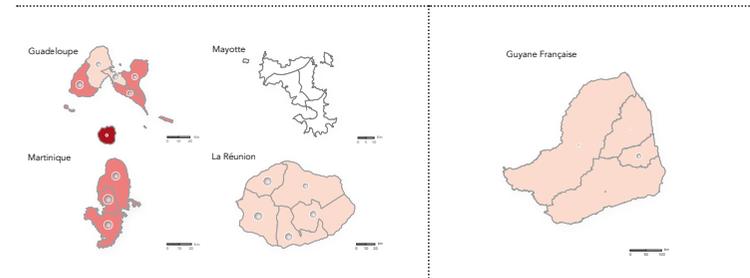
Population de plus de 65 ans (nombre d'habitants en 2020)



Pourcentage de personnes âgées de plus de 65 ans, sur la population totale en 2020



Source : INSEE 2021



Conditions de (vie)illissement : quelle qualité de vie dans une société de la longévité ?

Dans une société de la longévité, les conditions de vie des seniors seront façonnées par leur capacité à maintenir une certaine autonomie, leur rapport à la famille, la qualité de leurs interactions sociales, et leur adaptation aux inégalités de genre et aux effets du dérèglement climatique. Le lieu de vie jouera un rôle central dans leur qualité de vie, et la retraite, loin d'être un temps de retrait, restera une période riche en potentialités d'engagement social.



DÉCENNIE POUR LE VIEILLISSEMENT EN BONNE SANTÉ DE L'OMS

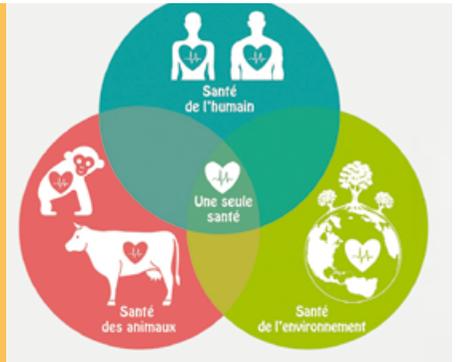
L'Assemblée générale des Nations Unies a déclaré la période 2021-2030 «*Décennies des Nations unies pour le vieillissement en bonne santé*». Ces dix années sont l'occasion de rassembler et de mobiliser gouvernements, société civile, agences internationales, professionnels, monde universitaire, médias et secteur privé autour d'actions collaboratives pour améliorer la vie des personnes âgées, de leurs familles et des communautés dans lesquelles elles vivent. Quatre champs d'action sont notamment identifiés :

- changer notre façon de penser, les sentiments que nous éprouvons et la façon dont nous agissons face à l'âge et au vieillissement ;
- veiller à ce que les communautés favorisent les capacités des personnes âgées ;
- mettre en place des soins intégrés et des services de santé primaires centrés sur la personne qui répondent aux besoins des personnes âgées ;
- offrir aux personnes âgées qui en ont besoin un accès à des soins au long cours.



ONE HEALTH, UNE SEULE SANTÉ

Apparu en 2004, le concept «*one world /one health - une planète/une santé*», porté par l'Organisation mondiale de la santé animale (OMSA), l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), reconnaît l'interdépendance entre la santé humaine, la santé animale et la santé environnementale. Cette approche vise à créer des ponts et à renforcer les liens entre ces trois santé.



Source : La fabrique des récits

Espérance de vie en bonne santé dans l'Union Européenne

L'avancée en âge s'accompagne d'un risque accru de maladies qui exposent les personnes aux risques d'incapacité et de perte d'autonomie. On mesure donc l'espérance de vie sans incapacité, qui correspond au nombre d'années qu'une personne peut espérer vivre sans être limitée dans ses activités quotidiennes.

Dans l'Union Européenne en 2022, l'espérance de vie en bonne santé à la naissance était de



62,8 ans
pour les femmes



62,4 ans
pour les hommes

Source : Eurostat, 2022

Vivre avec une perte d'autonomie

La perte d'autonomie constitue un défi majeur. Les actes de la vie quotidienne deviennent plus difficiles et nécessitent une aide extérieure. Selon une étude de la DREES (Direction de la Recherche, des Études, de l'Évaluation et des Statistiques), la France pourrait compter 1,58 million de personnes âgées en perte d'autonomie en 2030, chiffre qui grimperait à 2,24 millions en 2050, soit une augmentation de 41,8% en vingt ans. C'est l'équivalent de la population de Paris qui souffrirait de problèmes de mémoire ou aurait des difficultés à se déplacer, se nourrir ou se laver (Les Echos, 2019). La qualité de l'accompagnement et l'adaptation des infrastructures constituent alors un enjeu essentiel pour maintenir un niveau d'autonomie maximal pour les personnes concernées et limiter les risques d'accident domestiques tels que les chutes : adaptation du logement, services de soins à domicile (soins médicaux, aide aux actes de la vie quotidienne, prestations de soutien pour les activités domestiques).





LES MALADIES NEURODÉGÉNÉRATIVES

Les maladies neurodégénératives, comme la maladie d'Alzheimer, représentent une cause majeure de perte d'autonomie, avec une fréquence qui augmente significativement avec l'âge. Elles affectent de plus en plus de personnes en raison du vieillissement de la population et de l'absence de traitements curatifs, même si la recherche connaît des avancées significatives ces dernières années. Ces maladies entraînent un déclin progressif des capacités cognitives et motrices, débutant souvent par des troubles de la mémoire, des fonctions exécutives (qui permettent par exemple de planifier, de résoudre un problème) et de l'orientation dans le temps et l'espace. En France, plus d'un million de personnes sont touchées par la maladie d'Alzheimer et autres démences, et environ 175 000 par la maladie de Parkinson (Santé Publique France).

Village Alzheimer de Hogeweyk, Weesp. Source : Business Insider



BONNE PRATIQUE



LES VILLAGES ALZHEIMER

Les villages Alzheimer, comme De Hogeweyk à Weesp (Pays-Bas) ou le village Alzheimer de Dax en France, sont des lieux de vie spécialement conçus pour accueillir des personnes atteintes de troubles cognitifs sévères, en particulier la maladie d'Alzheimer. Ces villages reproduisent un environnement de quartier ordinaire avec des maisons, des commerces et des espaces verts, tout en garantissant un cadre sécurisé. Ils visent à préserver l'autonomie des résidents, à maintenir leurs habitudes de vie et à favoriser leur bien-être grâce à des activités adaptées, tout en bénéficiant d'un accompagnement quotidien par un personnel médical et paramédical, chargé d'assurer leur suivi et leur sécurité.

La maladie d'Alzheimer en France

La maladie d'Alzheimer représente plus de **70 %** de l'ensemble des maladies neurocognitives de la personne âgée.

17,8 % de la population serait touchée au-delà de 75 ans

En 2018, **1 million** de personnes de plus de 65 ans étaient atteintes de la maladie d'Alzheimer et de maladies apparentées.

En 2050, le nombre de personnes touchées devrait atteindre plus de **1 800 000 cas**

Source : Fondation Vaincre Alzheimer



MESURER LE NIVEAU D'AUTONOMIE

En France, le niveau d'autonomie est mesuré à l'aide du GIR (groupe iso-ressources), qui détermine le droit à l'allocation personnalisée d'autonomie (APA). Les six groupes GIR sont :

GIR 1 présence continue nécessaire

GIR 2 assistance requise dans la plupart des activités de la vie quotidienne ou surveillance permanente

GIR 3 aide pour les soins corporels, plusieurs fois par jour

GIR 4 aide pour la toilette et l'habillage, ou aide pour les soins corporels et les repas

GIR 5 aide ponctuelle pour la toilette, la préparation des repas et le ménage

GIR 6 personne autonome

POINT DE VUE BENJAMIN COSTI

Ingénieur et psychologue, BCF, Hôpitaux Paris Est Val-de-Marne, Fondation Santé Etudiants de France

LA PROBLÉMATIQUE DE LA CHUTE



Une chute peut marquer un tournant dramatique dans la vie d'une personne âgée, notamment lorsqu'elle reste au sol de nombreuses heures avant d'être secourue. Ces situations de détresse peuvent entraîner des répercussions importantes sur l'autonomie en entraînant des troubles sévères comme des syndromes post-chute ou des dépressions graves.



Les chutes constituent un enjeu majeur de santé publique, touchant chaque année une personne sur trois âgée de plus de 65 ans et une personne sur deux, au-delà de 80 ans.

En France, ces accidents entraînent **100 000 hospitalisations et plus de 10 000 décès par an chez les plus de 65 ans.**

Source : Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles, 2023



RÉSEAUTÂGE, UN RÉSEAU DE LIEUX DÉMONSTRATEURS DE SOLUTIONS DE PRÉVENTION, DE CONFORT ET DE SÉCURITÉ POUR VIVRE CHEZ SOI LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE.

Ces espaces, répertoriés sur la plateforme resautage.fr sont des appartements témoin, des camions mobiles ou des maisons aménagées qui recréent des lieux de vie adaptés pour le bien-vieillir chez soi. Ils sont destinés au grand public, qui peut y tester des aides techniques et numériques, des aménagements simples et des équipements domotiques comme à la maison, mais sont aussi ouverts aux professionnels et aux organismes de formation. Dans le département du Pas-de-Calais, le showroom HIPÂ, localisé dans une maison ancienne rénovée d'une surface de 55 m² propose des solutions s'adaptant au vieillissement des seniors, collecte des retours « utilisateurs » pour adapter au mieux les solutions proposées et facilite l'appropriation des visiteurs aux solutions proposées en vue d'un usage quotidien.

Le risque d'isolement des seniors, une question de santé publique

L'isolement des seniors est reconnu comme une question de santé publique dans des pays comme l'Australie et certains pays du Sud de l'Europe (Sandu V. et al., 2021 cité par Futuribles, 2024). En Australie, par exemple, 11% des personnes âgées de plus de 65 ans sont isolées socialement (AIHW, 2024), c'est-à-dire qu'elles entretiennent un faible nombre de relations et de contacts sociaux.

L'isolement social peut s'installer progressivement mais certains événements dans la vie de la personne âgée sont susceptibles d'accélérer le phénomène (ex : passage à la retraite, perte du conjoint, perte d'autonomie). L'isolement social peut entraîner une dégradation des conditions de vie et est associé à un risque accru de troubles psychiques (anxiété, dépression, etc.).

Demain, une retraite à géométrie variable ?

Contrairement aux idées reçues, la retraite ne signifie pas nécessairement un désengagement de la vie sociale pour les seniors. Alors que la retraite était auparavant envisagée comme un temps de repos après une vie de labeur, elle est associée depuis les années 1970-1980 à la fin des contraintes professionnelles et aux loisirs et laisse place aujourd'hui à l'idée d'un « vieillissement actif » (Caradec V., 2017). Beaucoup de seniors restent actifs, participent à des activités communautaires et s'investissent dans des projets personnels ou bénévoles.

Confrontés au vieillissement de la population, de nombreux pays envisagent ou ont réalisé une réforme de leur système de retraite. Les débats autour du report de l'âge de la retraite soulèvent des préoccupations quant à la sécurité financière

et la qualité de vie après la fin de la carrière professionnelle. La retraite ne cesse d'évoluer, à tel point que le sociologue suisse Martin Kohli parle d'un « mouvement de désinstitutionnalisation relative des parcours de vie (Caradec V., 2017). En France, s'opère par exemple un mouvement vers une « retraite à la carte » : il existe depuis 2023 deux âges de la retraite selon que l'on fait valoir ses droits avec ou sans décote.



Au Japon, bien que l'âge légal de la retraite soit fixé à 60 ou 65 ans selon les entreprises, 48,4% des 65-70 ans sont encore en activité pour compenser un montant des pensions insuffisant face au coût de la vie (OCDE, cité par La Dépêche, 2024). Dans un contexte de pénurie de main d'œuvre et de crise démographique, certaines entreprises reculent, voire suppriment l'âge de départ à la retraite. L'enseigne d'électroménager Nojima a ainsi supprimé l'âge limite d'activité qui était fixé à 80 ans.



Jusqu'à récemment, la Chine bénéficiait d'un âge de départ à la retraite parmi les plus bas du monde et qui n'avait pas évolué depuis les années 50. La réforme du système est effective depuis janvier 2025, repoussant l'âge de départ à la retraite à 63 ans au lieu de 60 pour les hommes et à 55 ou 58 ans au lieu de 50 ou 55 pour les femmes. En parallèle, la durée de cotisation augmentera progressivement.



POINT DE VUE

BENJAMIN COSTI

Ingénieur et psychologue, BCF, Hôpitaux Paris Est Val-de-Marne, Fondation Santé Étudiants de France



Bien que la vieillesse soit inévitable, Freud soulignait il y a plus d'un siècle que « dans l'inconscient, chacun de nous est persuadé de son immortalité ». Ce paradoxe révèle un fait psychique humain : le déni du vieillissement. On devient d'ailleurs souvent vieux aux yeux des autres avant même de s'en apercevoir soi-même. Parfois par des étapes symboliques comme le passage à la retraite, lorsque l'on commence à nous céder sa place dans les transports ou que l'on entre dans la catégorie des soins gériatriques. Le choc peut être brutal, sonnante comme un rude rappel à la réalité.

Cependant, le sentiment d'isolement et de solitude exprimé par les patients âgés que nous suivons avec l'unité mobile de gériopsychiatrie reflète une dimension plus vaste et profondément sociale. Lorsqu'une personne âgée se sent seule, n'est-ce pas aussi le reflet d'une marginalisation plus large des vieux dans la société ? Leur présence nous confronte à des questions politiques complexes : comment penser la fin de vie ? Quelle place leur accorder dans l'espace public ? Comment garantir leurs droits et leur participation active à la vie collective ?

L'absence de réponses claires à ces questions risque d'aggraver leur isolement en le transformant en un sentiment d'inutilité sociale qui altère profondément l'estime de soi et rend plus douloureux encore le travail psychique imposé déjà par le processus de vieillissement.

LES PERSONNES LES PLUS VULNÉRABLES SONT PARTICULIÈREMENT IMPACTÉES PAR L'AMÉNAGEMENT DES ESPACES ET DES SERVICES QUI NÉGLIGENT TROP SOUVENT LEURS FRAGILITÉS ET LEURS BESOINS SPÉCIFIQUES. CETTE INADÉQUATION PEUT ACCENTUER LA DÉPRISE ET L'ISOLEMENT.

Les femmes, doublement touchées dans la vieillesse

Le vieillissement différencié entre hommes et femmes induit souvent une plus grande vulnérabilité des femmes car aux âges élevés, elles vivent plus longtemps, souvent sans conjoint et sont plus fréquemment veuves ou divorcées que les hommes. Dans le canton de Vaud en Suisse, par exemple, 71 % des femmes de plus de 80 ans vivent seules ou en institution, contre 37 % des hommes (Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud, 2021). L'écart y reste significatif si l'on considère les personnes de plus de 65 ans : 49 % des femmes de plus de 65 ans vivent seules ou en institution, contre 24 % des hommes.

Demain, nous vieillirons plus loin de notre famille

Ces phénomènes d'isolement ou de vie « solo » mettent en lumière l'importance du soutien familial et des interactions sociales. Or, le fait de vieillir sans famille (sans partenaire ni enfant) est un phénomène qui va nettement augmenter au cours des prochaines décennies. En Suisse, 8 % des 70-80 ans vieillissent sans pouvoir compter sur les ressources de la famille nucléaire et dépendant de l'aide des organisations de seniors, de leurs amis et de leur voisinage (Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud, 2021). Or, les offres pour personnes âgées ne peuvent pas toujours remplacer le soutien familial manquant. Pour y remédier, des communautés de soin et autres systèmes de soutien fleurissent dans plusieurs pays (Suisse, Espagne).



LAIA VIÑAS

Référente du projet «Radars» et du projet «Comunitàriament» à l'Institut Municipal des Services Sociaux de Barcelone

BONNE PRATIQUE

RADARS: MOBILISER LA COMMUNAUTÉ POUR LE BIEN-ÊTRE DES PERSONNES ÂGÉES, MAIRIE DE BARCELONE

Depuis 2008, la Mairie de Barcelone a mis en place le programme «Radars», une initiative qui mobilise la communauté territoriale et renforce l'attention sociale envers les personnes âgées. En Espagne, les solidarités familiales jouent un rôle crucial en raison des limites de la couverture de l'État concernant les besoins des seniors. «Radars» se présente comme un réseau de prévention très local qui engage voisins, commerçants, bénévoles et professionnels des services de quartier. Son objectif principal est de faciliter le quotidien des personnes âgées choisissant de rester chez elles, en veillant à leur bien-être et leur sécurité, tout en réduisant les risques d'isolement et d'exclusion sociale grâce à la complicité du réseau local. Les membres de chaque Radar s'engagent activement à surveiller les dynamiques quotidiennes des personnes âgées de leur secteur et à signaler tout changement de routine, de comportement ou d'apparence pouvant indiquer un besoin de soutien. Par exemple, un pharmacien remarquant qu'une personne n'est pas venue récupérer ses médicaments pourrait alerter le réseau. Les bénévoles jouent un rôle essentiel dans ce dispositif : ils maintiennent des échanges téléphoniques réguliers avec une dizaine de personnes âgées et organisent des rencontres au sein de leur groupe d'échange. La communauté locale se mobilise ainsi pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées en misant sur la solidarité et la vigilance collective.



Le domicile, plébiscité comme lieu pour vieillir

Le domicile est un facteur crucial dans les conditions de vie des seniors. Il représente non seulement un vecteur d'autonomie en tant qu'espace de vie quotidien mais aussi un facteur d'identité à travers son ancrage (territoire, voisinage, communauté) et un support pour la vie sociale (Département de la santé et de l'action sociale du canton de Vaud, 2021). Dans de nombreux pays, notamment dans les sociétés occidentales, un consensus existe autour de l'idée de l'adaptation des logements pour favoriser l'autonomie des seniors et leur permettre de rester chez eux le plus longtemps possible.

Cependant, le maintien à domicile s'avère plus complexe alors que la population âgée et le nombre de personnes dépendantes augmente. En France, les besoins en service d'aide à domicile explosent alors même que le secteur souffre d'un déficit d'attractivité en raison de conditions de travail souvent précaires, de salaires modestes et de formations limitées. France Stratégie estime les besoins à 200 000 postes supplémentaires en établissement et à domicile d'ici 2030, un chiffre qui paraît peu atteignable (Futuribles, 2024). Le coût financier du maintien à domicile apparaît considérable en termes d'aides, d'adaptation des logements et de ressources humaines.



LE MAINTIEN À DOMICILE, UNE PRIORITÉ POLITIQUE AU DANEMARK

Certains pays, à l'image du Danemark, font du maintien à domicile une priorité politique. Chaque personne de 75 ans et plus reçoit une visite de prévention à domicile deux fois par an, sauf si elle s'y oppose. Les municipalités sont responsables du financement et de l'organisation des services d'aide et de soins à domicile, qui sont considérés comme un droit pour les seniors en perte d'autonomie et sont à ce titre fournis de manière gratuite (Lépori M., 2019).

BONNE PRATIQUE



ALENVI, DES AUXILIAIRES DE VIE HEUREUX D'EXERCER LEUR MÉTIER

Alenvi offre des services d'aide à domicile pour les personnes âgées et en situation de handicap. Alenvi valorise le bien-être de ses auxiliaires de vie en créant l'**Indice d'Alignement Humain**, un questionnaire qui évalue l'harmonie entre leur cadre de travail et la nature humaine de leur métier, mesurant ainsi leur ressenti. La formation des auxiliaires de vie met également l'accent sur les compétences humaines (empathie, communication) et les pathologies des personnes accompagnées (troubles cognitifs, Alzheimer). Les auxiliaires d'Alenvi évoluent aussi dans des « **Maisons Partagées** », une alternative aux Ehpad. Ces lieux accueillent six à dix personnes âgées avec des troubles cognitifs, accompagnées en permanence par des auxiliaires de vie. Ils reposent sur un réseau d'acteurs varié, incluant l'écosystème médical et paramédical, le voisinage, des étudiants et les familles.





Parcours résidentiels des seniors : cinq profils-types

Une étude de l'ANIL, sur les parcours résidentiels des seniors, identifie cinq profils-types de seniors en se basant sur leurs conditions de logement et leurs aspirations résidentielles :

JEUNES RETRAITÉS SANS DIFFICULTÉS LIÉES À LA MOBILITÉ (38%)

Ce groupe est constitué de jeunes retraités vivant en couple, propriétaires d'une maison adaptée à leurs besoins. Ils n'envisagent pas de changer de logement, sauf en cas de perte d'autonomie. Ils sont peu informés sur les solutions de logement adaptées au vieillissement et sont attachés à leur domicile actuel.

SENIORS PLUS ÂGÉS AVEC DES DIFFICULTÉS MAIS AYANT UN LOGEMENT ADAPTÉ (18%)

Seniors de plus de 75 ans vivant seuls et propriétaires. Leur logement a déjà subi des adaptations (changement des sanitaires, rampes d'accès), mais ils rencontrent des difficultés pour accéder aux commerces et aux services et se déplacent difficilement. Ils sont informés des aides disponibles et, malgré leur attachement à leur domicile actuel, pourraient envisager de déménager vers une résidence avec des services pour seniors en cas de perte d'autonomie.

SENIORS URBAINS LOCATAIRES DU PARC PRIVÉ AVEC UN LOGEMENT PEU ADAPTÉ (17%)

Seniors vivant seuls ou divorcés / séparés, locataires d'un appartement dans le parc privé. Ils rencontrent des difficultés liées à la perte de mobilité. Leur logement n'a jamais fait l'objet de travaux d'adaptation et est financièrement contraignant depuis la baisse de revenus avec le passage à la retraite. Ils sont ouverts à un déménagement pour un logement sécurisé et plus adapté à leurs besoins.

La découverte d'une solution de logement plus appropriée leur ferait franchir le pas d'un changement de logement et leur pension de retraite en permettrait le financement.

SENIORS URBAINS LOCATAIRES DU PARC SOCIAL AVEC DES DIFFICULTÉS DE MOBILITÉ (4%)

Seniors de 75 ans ou plus, vivant seuls en milieu urbain, locataires dans le parc social. Leur logement n'est plus adapté en raison d'une perte de mobilité et ils rencontrent des difficultés financières liées à la diminution de leurs revenus. Ils ne connaissent pas les aides disponibles, compte tenu de leur statut d'occupation, et ne connaissent pas du tout les résidences services à destination des seniors. Ils sont attachés à leur domicile actuel mais pourraient envisager de déménager s'ils avaient connaissance d'une solution de logement plus appropriée.

SENIORS EN ZONE RURALE SANS DIFFICULTÉS MAJEURES LIÉES À LA MOBILITÉ (23%)

Plus âgés que le premier groupe, ils sont également en couple et propriétaires. Leur logement n'est plus adapté à leur situation financière et ils ressentent un isolement dû à l'éloignement des centres urbains et au manque de transports collectifs. Ils sont ouverts à un changement de logement vers une maison dans un lotissement dédié aux seniors. La vente de leur logement actuel permettrait de financer ce changement mais ces seniors sont peu au courant des solutions de logement adaptées au vieillissement.

Source : Bien vieillir chez soi. Bilan et perspectives pour les politiques locales de l'habitat, Anil et Adil, mars 2023, à partir d'un questionnaire administré à 3 700 seniors de plus de 60 ans et retraités



Vieillir dans un contexte de dérèglement climatique

Le dérèglement climatique pose des risques supplémentaires pour les seniors, qui sont particulièrement vulnérables aux vagues de chaleur, aux conditions météorologiques extrêmes et aux impacts indirects sur la santé (déshydratation, maladies cardiovasculaires aggravées par l'exposition à des températures élevées, etc.). Selon des chercheurs, l'exposition des personnes âgées à des températures excédant 37.5°C, seuil de dangerosité pour la santé, va au moins doubler dans toutes les régions du monde sous l'effet du dérèglement climatique (Falchetta, G., De Cian, E., Sue Wing, I. et al., 2024 cité par Courrier International, 2024).



Impacts macro et sectoriels du vieillissement démographique

Le vieillissement démographique modifie profondément la pyramide des âges, entraînant un accroissement significatif du nombre de personnes âgées et une diminution relative des jeunes générations. Cette transformation se traduit par une dégradation des ratios de dépendance démographique, ce qui pèse sur la viabilité du modèle social actuel et les solidarités intergénérationnelles (Futuribles, mai 2023).

Quelles perspectives pour le modèle socio-économique français ?

Hausse des dépenses de protection sociale et baisse des revenus disponibles des personnes dépendantes

Les effets financiers sont considérables : en France, certains économistes estiment que le choc du vieillissement entraînera une augmentation des dépenses de protection sociale (retraite, santé, dépendance, aidants) d'au moins 100 milliards d'euros en 2032 et 140 milliards en 2042 (Lorenzi J-H., Villemeur A.). Les mouvements démographiques interrogent sur la capacité des générations futures à supporter ces charges croissantes. Le Fonds de réserve pour les retraites (FRR), institué par le législateur en 2000, et d'autres dispositifs visent à atténuer ces charges, mais leur efficacité est limitée par les utilisations à court terme et les variations politiques.

L'entrée en fragilité et en dépendance des générations du baby-boom aura également un impact important sur leurs revenus. Plus de 50% des futurs dépendants pourraient être incapables de couvrir leurs frais sans aide extérieure (Risques, 2023). Malgré l'existence de dispositifs

comme l'allocation personnalisée d'autonomie (APA), une baisse des revenus disponibles des personnes dépendantes semble inévitable, affectant leur bien-être et celui de leurs familles. Certains experts prônent la mise en place de dispositifs assurantiels obligatoires pour en réduire les impacts (Risques, 2023).

Le vieillissement démographique entraîne une hausse de l'épargne

Le vieillissement démographique a également le potentiel de moduler les taux d'intérêt à travers ses effets sur l'épargne et l'investissement. À mesure que la population vieillit, les individus ont tendance à épargner davantage. Les ménages, anticipant un allongement de leur durée de vie et du temps passé à la retraite, transfèrent une plus grande partie de leur revenu perçu pendant leur vie active en vue de préserver leur niveau de consommation à la retraite.

Cette augmentation de l'épargne peut conduire à une augmentation de l'offre de capitaux disponibles pour les investissements, et faire baisser ainsi les taux d'intérêt (Lisack N., Sajedi R., Thwaites G., décembre 2019).

Une augmentation des dépenses de

100 milliards

d'euros en 2032

140 milliards

d'euros en 2042 pour

la protection sociale en France

La productivité globale est affectée

Le vieillissement de la population a un impact sur la productivité. Une étude du FMI (*The impact of workforce aging on European productivity*) a montré qu'entre 1994 et 2014, le fait que les travailleurs en Europe vieillissent a réduit légèrement l'efficacité avec laquelle ils produisent des biens et des services.

Cette diminution a été d'environ 0,1% par an. Cette réduction pourrait encore s'accroître, atteignant environ 0,2% par an entre 2014 et 2035 (La Banque Postale, 2023).

D'un point de vue macroéconomique, la diminution du nombre de travailleurs actifs pose la question de savoir comment maintenir ou augmenter la production par tête pour préserver le niveau de vie. Cette baisse pourrait être compensée par le recours aux machines ou à la technologie et des gains de productivité pourraient également être réalisés dans des secteurs en croissance, tels que les services à la personne.

Le débat sur la productivité individuelle des travailleurs âgés est moins tranché. Certains éléments pourraient plaider pour une moindre productivité des personnes âgées : par exemple, un risque accru de fatigue physique est susceptible de réduire leur capacité opérationnelle dans les travaux avec une dimension manuelle importante. En revanche, les générations futures de seniors pourraient être mieux formées et plus à l'aise avec les technologies que les générations précédentes et l'expérience accumulée par les travailleurs âgés pourrait leur conférer un avantage notable.

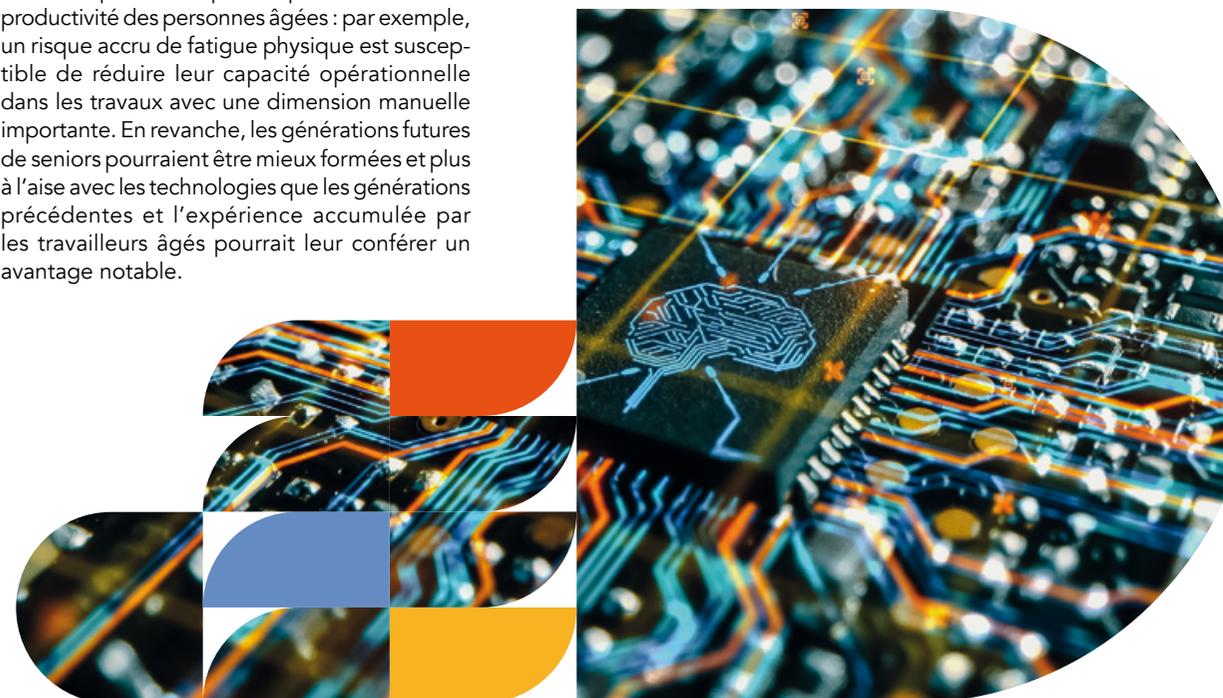


Les seniors de demain devraient être coutumiers du numérique et des nouvelles technologies.

82,8 %

des 45-59 ans (les seniors de demain) disposaient d'un smartphone en 2021

Source : INSEE, 2022 cité par Agence nationale de la cohésion des territoires, 2023



Des risques accrus pour la cohésion sociale

Un risque de conflit intergénérationnel ?

Le vieillissement démographique va entraîner une augmentation significative des dépenses pour les retraites, la santé et la perte d'autonomie. Cette situation pourrait exacerber les tensions entre générations, notamment entre les plus jeunes et les plus âgés. Demain, en période de contrainte budgétaire ou pour tenir compte de la pyramide des âges des électeurs, les politiques publiques locales devront-elles arbitrer entre la mise en œuvre de services destinés aux aînés et celle de services dédiés aux tout-petits ? (Futuribles, 2024)

Les conflits intergénérationnels peuvent également se manifester à travers des questions symboliques, comme la responsabilité dans la crise climatique. Dans l'opinion française, l'idée s'est répandue que la génération des baby-boomers a été économiquement favorisée par rapport aux générations suivantes et qu'elle est en partie responsable de la dégradation écologique de la planète (Galland, 2024). Un « désamour » s'installe entre les générations, selon la sociologue Monique Dagnaud (2024), qui s'appuie sur le Baromètre de la solidarité intergénérationnelle.

Ce constat est nuancé par le sociologue Olivier Galland, selon qu'il est en réalité peu probable que ces tensions débouchent sur une véritable guerre des générations : les générations des baby-boomers n'ont objectivement pas été aussi favorisées que le pense l'opinion. Il n'existe, à l'heure actuelle, pas d'expression politique d'une lutte des générations. La solidarité intergénérationnelle n'a jamais été aussi forte dans la vie privée et la sphère familiale et les générations partagent aujourd'hui plus de valeurs en commun que ça n'a jamais été le cas dans l'histoire récente (2024).



DANS UN PAYS VIEILLISSANT, LA CAUSE DES ENFANTS, POUR SYMPATHIQUE ET NÉCESSAIRE QU'ELLE SOIT, NE GÉNÈRE PAS UN SOUTIEN ÉVIDENT



JULIEN DAMON

Sociologue et conseiller scientifique de Futuribles International



UN SENTIMENT D'INJUSTICE DES JEUNES À L'ÉGARD DES SENIORS ?

60% des sondés pensent qu'il y a un risque de conflit entre les générations, tensions alimentées par la dette écologique et l'état des finances publiques.

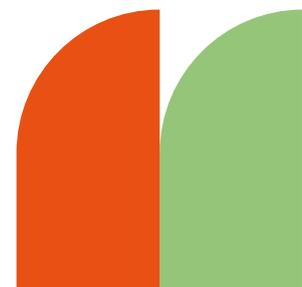
+5% par rapport à 2021

61% des 18-26 ans pensent que « c'est la faute des générations précédentes si nous devons vivre dans un monde pollué »

42% des 18-26 ans estiment que « la génération des baby-boomers est égoïste et ne pense qu'à elle »

46% des 18-26 ans pensent qu'« aujourd'hui, les retraités sont privilégiés par rapport aux actifs » (qualité de vie, revenus, patrimoine)

Source : Le Baromètre de la solidarité générationnelle, 2023



Creusement des inégalités : vers une prise en charge du vieillissement à deux vitesses ?

Le vieillissement démographique risque d'accroître les inégalités dans les décennies à venir. Selon Hippolyte d'Albis, professeur à l'École d'économie de Paris, l'État pourrait faire face à un engorgement des EHPAD en raison de l'augmentation du nombre de personnes âgées dépendantes avec des revenus ou un patrimoine insuffisants pour rester à domicile. Cela pourrait conduire à une prise en charge de la dépendance à deux vitesses : une version « low-cost » financée par les pouvoirs publics, et une version plus confortable financée par des initiatives privées, ce qui accentuerait encore les inégalités (Les Echos, 2019).



Impacts sectoriels du vieillissement démographique

De façon plus sectorielle, le vieillissement impacte tous les aspects de la vie quotidienne.

Les entreprises face à la modification de la pyramide des âges et au boom des salariés aidants

Le vieillissement démographique influence le marché du travail, notamment par la modification de la pyramide des âges dans les organisations et l'augmentation du nombre de salariés aidants. Alors qu'en 2020, l'Hexagone comptait 33 personnes de plus de 65 ans pour 100 en âge de travailler, ce ratio pourrait monter à 50,5% en 2060 (OCDE, cité par Reclus, 2023). Par ailleurs,

Repères sur les salariés aidants

L'âge moyen des salariés aidants est de

42 ans

Leur âge moyen de 1^{ère} entrée dans l'aide est de

33 ans

40 %

des jeunes aidants (- de 30 ans) estiment que la situation d'aidant les met en difficulté au niveau professionnel

29 %

des salariés aidants informent leur employeur de leur situation

Source : Observatoire OCIRP Salariés aidants, 2024

LES AIDANTS

En France, l'aidant est défini comme une personne qui exerce une activité salariée et qui « vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir tout ou partie des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap ».

Source : Article 51 de la loi du 28 décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement

en 2030, un salarié sur quatre pourrait être en situation de proche aidant, nécessitant des ajustements pour concilier vie professionnelle et rôle d'aidant (OCIRPE / VIAVOICE, 2024).

Le vieillissement démographique est susceptible de modifier en profondeur le rapport au travail salarié et les entreprises seront amenées à s'adapter à cette nouvelle réalité. À Singapour, le gouvernement a d'ores et déjà lancé plusieurs initiatives pour encourager les « senior-friendly workplaces » et les programmes de formation continue pour les travailleurs âgés, permettant ainsi aux seniors de rester actifs et engagés dans le marché du travail.



[Fiction] Le silver-travailleur : et si, demain, le monde du travail s'adaptait à notre démographie vieillissante ?

Vous le constatez dans votre environnement professionnel : les travailleurs de plus de 55 ans, les silver-travailleurs dont vous faites désormais partie, sont de plus en plus nombreux. D'après les derniers chiffres communiqués par votre employeur, ils représenteraient plus du quart des salariés du Groupe. Ce glissement démographique s'est fait de manière progressive, mais il est désormais bien visible dans l'open space, à l'image d'ailleurs de toute la société qui grisonne.

Votre entreprise a, depuis plusieurs années, adapté son organisation et ses modalités de travail pour intégrer cette réalité. Fonctions hybrides pour les profils multi-compétences, réinternalisation de la formation grâce à cette ressource expérimentée, souplesse dans les temps partiels, accompagnement dans les parcours de reconversion interne et externe, soutien aux salariés aidants, nouvelle ergonomie des espaces de travail, accompagnement des départs à la retraite et de leur remplacement, congés ménopause, de nombreux chantiers ont été ouverts pour reconnecter l'expérience de travail aux attentes de ces collaborateurs. L'entreprise a d'ailleurs obtenu le label « Expérience de silver-travail exceptionnelle » qui récompense tous ces efforts.

C'est l'argument qui vous a convaincu de rejoindre cette entreprise, notamment l'excellente note recueillie sur la formation dans le cadre de ce label. La reconversion est en effet devenue votre manière de progresser dans la vie active. Construire votre parcours pour reprendre votre souffle est désormais une évidence. Vous avez déjà changé de nombreuses fois de métiers, toujours dans des domaines extrêmement différents. Votre première reconversion était d'ailleurs



assez originale à l'époque : vous avez été "enfant au foyer" au lancement du programme en France. En échange d'une rémunération supportée à la fois par l'État et par votre famille, vous êtes retourné(e) vivre auprès de vos parents pour vous occuper de toutes les tâches ménagères ou administratives, mais surtout pour prendre soin d'eux. Le dispositif a depuis fait des émules, représentant une réelle alternative pour le maintien à domicile des personnes âgées.

Puis, vous avez été professeur des écoles ou encore artisan en menuiserie. Au fil des années, vous avez pu constater à quel point se reconverter est devenu facile grâce aux avancées technologiques, tant du point de vue de l'orientation que de l'acquisition de nouvelles compétences. Vous avez d'ailleurs récemment débuté une formation d'infirmier. Votre professeur virtuel vous y guide de manière totalement personnalisée pour acquérir les bons gestes, mais aussi le savoir-être émotionnel et relationnel. Cela vous permettra sans doute de gagner très vite en autonomie. Et finalement, d'envisager des cycles de reconversion toujours plus courts. Vous devez bien l'avouer, face à cet inconfort permanent que vous vous imposez, il vous arrive parfois d'envier vos collègues moins friands de nouveautés que vous. Mais, que voulez-vous, on ne se refait pas !

Des solutions diversifiées pour accompagner le parcours résidentiel des seniors

Le maintien à domicile est une tendance majeure et la solution plébiscitée dans la plupart des pays de l'OCDE, mais il requiert des logements adaptés et des infrastructures de soutien.

En France, pour les personnes âgées autonomes, les solutions comme les résidences services seniors et les résidences autonomie se développent également, bien que leur accessibilité soit variable. Les résidences autonomie proposent des logements individuels agrémentés d'espaces communs et de services collectifs. Elles sont considérées comme des établissements et services sociaux et médico-sociaux, contrairement aux résidences services seniors. Ces dernières constituent des ensembles d'habitats privatifs proposant des services collectifs et individualisés et sont généralement situées à proximité d'aménités urbaines (commerces...)

pour faciliter le quotidien des résidents. De plus en plus d'offres alternatives se développent dans cette optique de mutualisation de services et d'un lien social ou communautaire fort : habitat intergénérationnel, béguinage, colocations seniors, etc.

Pour les personnes âgées en perte d'autonomie physique ou cognitive importante, les besoins en nouvelles places en Ehpad (maisons de retraite médicalisées) sont importants mais de nouveaux dispositifs voient également le jour, à l'image des « Ehpad hors les murs » (dispositif permettant aux personnes âgées dépendantes de bénéficier des offres et des technologies disponibles en Ehpad directement à domicile).

L'enjeu est la diversification du marché pour accompagner les parcours résidentiels des seniors en fonction de leurs besoins avec un éventail de solutions diversifié.





L'EFFONDREMENT DU MARCHÉ DES RÉSIDENCES SENIORS EN 2023

En France, le marché des résidences services a connu un coup d'arrêt brutal en 2023 en raison de l'augmentation générale des coûts (foncier, construction, salaires) et de la hausse des taux d'emprunt qui a rendu les investissements plus coûteux. Les investissements de ce secteur sont ainsi passés de 630 millions d'euros en 2022 à 170 millions en 2023, leur plus bas niveau depuis 2018 (BNP Paribas Real Estate, Immostat). Les hausses de coût se sont répercutées sur les loyers, décourageant les locataires potentiels. Malgré cette situation, le marché des résidences services seniors présente de bonnes perspectives de croissance en raison du vieillissement démographique. Le nombre de résidences a dépassé le millier en 2022 et pourrait franchir la barre des 1 500 en 2026 (BNP Paribas Real Estate, avril 2024).



Le système de santé sous pression face au vieillissement démographique

Le vieillissement de la population pose des défis significatifs pour le système de santé, et en particulier pour le monde hospitalier. Les patients âgés, qui connaissent un taux d'hospitalisation plus élevé et des séjours plus longs, représentent une proportion importante des admissions hospitalières, souvent via les urgences (Matières grises, 2019). L'enjeu est alors de prévenir les hospitalisations évitables, qui sont coûteuses et peuvent avoir un effet délétère chez les individus : l'hospitalisation de la personne âgée peut entraîner une perte d'autonomie de 30 à 60% sur la réalisation des activités quotidiennes pour les personnes de plus de 70 ans (HAS, 2017, cité par Matières grises, 2019).

Les leviers d'action varient selon le type d'habitat : à domicile et en résidences, l'adaptation du logement pour prévenir les chutes est essentielle, ainsi que le déploiement de la télémédecine et la facilitation des sorties d'hospitalisation. En Ehpad, où résident les personnes les plus fragiles, des dispositifs comme les astreintes infirmières, la formation des équipes et le développement de la télémédecine sont cruciaux.



L'hospitalisation des seniors

En France
1,6 M
de personnes âgées de 80 ans et plus ont été hospitalisées en 2017.

Soit un taux d'hospitalisation de **406 personnes pour 1 000**, contre 191 pour 1 000 pour l'ensemble de la population

La durée moyenne de séjour double entre 64 et 80 ans

45 %
des hospitalisations des 80 ans et plus se fait par le biais des urgences contre **15 %** pour les personnes de 30 à 70 ans

Les plus de 80 ans représentent **41 %** des admissions en hospitalisation par les urgences, contre 24% pour les personnes de 20 à 80 ans.

La traumatologie constitue le premier motif d'admission des 75 ans et plus aux urgences (25% des admissions), tandis qu'un tiers des hospitalisations de résidents d'Ehpad sont dues à une chute.

Sources : Agence technique de l'information sur l'hospitalisation, 2017, cité par Matières grises, 2019, Hautes Autorité de Santé, Drees, 2017



2

Qui sont les seniors ? Un regard renouvelé sur la vieillesse



Les « seniors » est un mot souvent utilisé comme un terme générique pour désigner les personnes âgées, mais il ne rend pas justice à la diversité et à l'hétérogénéité de ce groupe. En réalité, il n'existe pas une seule catégorie de seniors, mais une multitude de profils, chacun avec ses propres parcours de vie, niveaux d'autonomie, et besoins spécifiques. Le vieillissement est une expérience profondément individuelle, influencée par des facteurs socio-économiques, culturels et personnels.

La diversité des seniors : une réalité complexe et nuancée



Une perception tronquée des « personnes âgées »

La perception des « personnes âgées » comme un groupe homogène, principalement caractérisé par la vulnérabilité et la fragilité, est un préjugé erroné. Cette idée fautive masque la diversité des conditions de vie et des états de santé des seniors. En réalité, le vieillissement est un processus complexe qui dépend de nombreux facteurs : parcours de vie, ressources individuelles et comportements personnels. Chaque personne âgée a un vécu unique et affronte des réalités distinctes selon ses moyens et les contraintes qu'elle rencontre (Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud, 2021). Les différences en termes de mode de vie et de besoins deviennent particulièrement marquées après la retraite, plus qu'à toute autre phase de la vie (Bigot R. et al., 2013). La typologie des pratiques de retraite proposée par la sociologue Anne-Marie Guillemard dès 1972 illustre bien la diversité des pratiques des personnes âgées sur ce temps de la vie. Elle distingue ainsi la retraite-retrait, la retraite-troisième âge, la retraite-consommation, la retraite-revendication et la retraite-participation. Trente ans plus tard, elle complète cette typologie avec la retraite solidaire, qui illustre l'engagement accru des retraités dans des activités associatives et bénévoles et leur volonté de rester socialement actifs et de contribuer à la société (Guillemard A-M., 2002).

Les papy-boomers : une nouvelle expérience de la vieillesse

Cette diversité est également visible lorsque l'on examine les différentes générations de seniors. Les « papy-boomers », nés entre 1946 et 1964, placent la liberté individuelle haut dans la hiérarchie des valeurs, souvent grâce à une ascension sociale les ayant conduits à la propriété. Ils contrastent avec la « génération silencieuse » qui les précède et qui a des expériences de vie et des valeurs différentes. En 2030, il est probable que les seniors entretiendront un rapport différent à la liberté, à l'autonomie et aux technologies, influencé par une familiarité accrue avec les nouvelles technologies et une approche différente de la propriété (Matières Grises, 2018).

Pour comprendre les dynamiques du vieillissement, il est essentiel de différencier les strates d'âge (étapes physiologiques de la vie) des générations (partage d'une même vision du monde résultant d'une socialisation commune). Par exemple, les habitudes culturelles et de loisirs acquises à un jeune âge tendent à persister. Ainsi, une personne de la soixantaine qui voyage peu le fait probablement en raison d'habitudes de vie acquises plus jeune plutôt qu'en raison du vieillissement.



Une diversité de parcours de vie

L'augmentation de l'espérance de vie a également engendré l'émergence de « nouveaux vieillissements », avec des styles de vie, des expériences et des pratiques variés et inédits (Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud, 2021). Ces diversités s'accompagnent de défis spécifiques pour certains groupes.

Les seniors immigrés font face à des vulnérabilités particulières, souvent liées à des conditions de vie précaires et des barrières linguistiques. Les seniors LGBTIQ+ rencontrent également des difficultés uniques, telles que l'isolement et la non-reconnaissance de leurs besoins, ce qui augmente les risques de dépression et de suicide (Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud, 2021).

La diversité des parcours de vie et des contextes sociaux souligne la nécessité d'actions adaptées et inclusives, qui tiennent compte des multiples facettes de la vieillesse.



Vers une nouvelle vision de la vieillesse

La vieillesse, une construction sociale à réinventer

La notion de vieillesse varie considérablement selon les contextes culturels et sociaux. Par exemple, la société amérindienne des Cuiva ne définit pas d'âge spécifique pour la vieillesse. Dans cette communauté, une fois l'enfance terminée, l'individu est considéré comme adulte jusqu'à sa mort, sans distinction particulière pour les personnes âgées. Cette observation montre que le concept de vieillesse n'est pas une réalité universelle et immuable, mais une construction culturelle. Chaque société peut choisir soit de désigner un âge spécifique pour la vieillesse et de regrouper ses membres plus âgés, soit de nier cette spécificité en intégrant les aînés dans la communauté adulte (Bernard Arcan, 1982).



VIELLARDS, SENIORS, TROISIÈME ÂGE : LES MOTS DE LA VIEILLESSE

L'évolution des termes associés aux personnes âgées révèle des changements socio-historiques dans la perception qu'en a la société.

En France, dans l'Antiquité, les seniors étaient valorisés pour leur sagesse et leur rôle social actif. Ils étaient notamment responsables de conserver et de transmettre la mémoire collective.

Pendant la période Moderne, la vieillesse est vue négativement, associée à l'incapacité et à la dépendance. Le senior est perçu comme celui « qui passe dans une vie après ». La personne du « vieillard » renvoie à l'idée de déclin vers la mort, avec son lot d'infirmités ou de maladies liées à l'âge. Ces représentations alimentent peur de la contagion et exclusion sociale.

Au XVIII^e siècle, les seniors retrouvent une certaine dignité et utilité sociale, grâce à la progression de la longévité liée à l'amélioration des conditions de vie. L'espérance de vie atteint 37 ans vers 1810 grâce à la vaccination contre la variole.

Au début du XX^e siècle, le terme « senior », plus neutre que celui de « vieillard », est adopté. Ce siècle voit l'émergence du retraité comme individu disposant de temps libre pour des activités variées (loisirs, consommation, engagement), grâce à la mise en place de systèmes de retraite. Dès lors, la période précédant la mort n'est plus subie mais davantage maîtrisée.

Les années 1970 introduisent le terme « troisième âge » pour une perception positive de la vieillesse orientée vers l'épanouissement de soi et les activités de loisirs, tandis que le « quatrième âge » émerge dans les années 1980 pour désigner ce que nous appelons aujourd'hui les « personnes dépendantes ».

Plus récemment, le débat s'anime autour du vieillissement des baby-boomers, avec des termes comme « papy-boomers » pour illustrer la façon dont ce phénomène dynamise la société (pouvoir d'achat plus élevé que leurs aînés, rôle social accru).

La terminologie continue d'évoluer, reflétant les dynamiques démographiques et les perceptions sociales de l'âge avancé.

Source : Bigot R., Croutte P., Müller J., 2013

Stéréotypes culturels sur la vieillesse : entre sagesse et sénilité

Dans la culture française, deux représentations majeures de la vieillesse persistent. D'un côté, la personne âgée est souvent perçue comme sénile, aigrie, voire tyrannique, comme illustré par les personnages âgés chez Molière ou le personnage de Tatïe Danielle. De l'autre côté, le vieux sage, noble et transmetteur de savoirs, est également une image courante, incarnée par des figures comme le druide Panoramix dans les bandes dessinées d'Astérix. Ces stéréotypes montrent une vision dualiste de la vieillesse, oscillant entre la dignité et la décrépitude.

D'une vieillesse redoutée au fantasme de l'immortalité

Dans l'imaginaire collectif occidental, la vieillesse est parfois plus redoutée que la mort elle-même. « Mourir, la belle affaire ! Mais vieillir, oh vieillir. » chantait Jacques Brel. À l'inverse, certains considèrent que vieillir et mourir ne sont pas une fatalité et fantasment l'immortalité de l'être humain. En biologie, le champ d'étude de « sénescence cellulaire » se développe depuis quelques années pour identifier des « agents sénolytiques » qui seraient capables d'identifier les cellules sénescents de notre organisme et de les détruire. Ce pourrait être le cas de la protéine GDF 11, qui disparaît avec l'âge mais peut réapparaître dans certaines conditions (activité physique, restriction calorique, interactions sociales riches et épanouissantes).



LA BIOLOGIE POUR RAJEUNIR ?

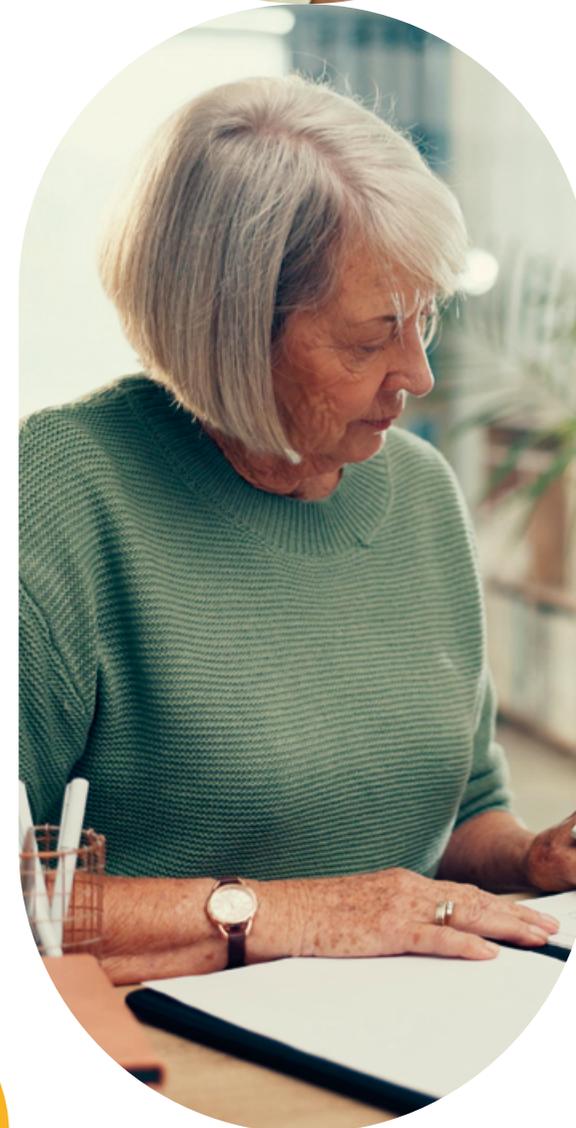
Transférer du sang jeune riche en GDF 11 dans un organisme vieillissant pourrait-il le rajeunir ? Certains laboratoires explorent déjà cette hypothèse. En Californie, des start-ups comme Ambrosia et Alkahest sont même passées aux essais sur l'humain. Alkahest a ainsi lancé avec l'université Stanford un véritable essai clinique dans lequel une vingtaine de personnes de plus de 50 ans et souffrant de la maladie d'Alzheimer ont reçu du sang jeune.

L'âgisme : le paradoxe d'une société vieillissante

Malgré une population vieillissante comme jamais auparavant, la société continue de porter un regard souvent négatif sur l'avancée en âge, un phénomène connu sous le nom d'âgisme. L'âgisme se manifeste par des stéréotypes, des préjugés et des discriminations à l'encontre des personnes en raison de leur âge. Ce phénomène est omniprésent dans de nombreux secteurs, y compris les soins de santé, le lieu de travail, les médias et le système juridique. À l'échelle mondiale, une personne sur deux fait preuve d'âgisme à l'égard des personnes âgées, ce qui a des conséquences graves sur leur santé, bien-être et droits humains (Rapport mondial sur l'âgisme, 2021).

Stratégies pour réduire l'âgisme

Pour lutter contre l'âgisme, trois stratégies sont particulièrement efficaces : **la mise en place de politiques et de législations spécifiques, des interventions éducatives et des initiatives favorisant les contacts intergénérationnels.** Par exemple, la loi d'adaptation de la société au vieillissement (ASV), adoptée en décembre 2015 en France, vise à combattre les représentations péjoratives de la vieillesse et à promouvoir une nouvelle perception des personnes âgées. C'est à cette occasion qu'ont été créés les Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie qui visent à renforcer la participation des personnes à l'élaboration des politiques publiques du handicap et de la vieillesse.





Vieillir autrement : opportunités et perspectives inédites

Le vieillissement démographique apporte de nouvelles perspectives et opportunités, notamment en termes de cohésion sociale, de développement des services à la personne et de consommation. Les seniors contribuent activement à la société, que ce soit par la garde des enfants, le bénévolat ou d'autres formes de soutien familial et communautaire. Ce que certains appellent le « vieillissement productif » englobe toute activité produisant des biens ou des services, rémunérés ou non (Herzog, A. R., & House, J. S. (1991)).

Silver économie, le nouvel eldorado ?

Le vieillissement démographique est de plus en plus perçu comme une opportunité de développement économique. La solvabilité moyenne des retraités est aujourd'hui plus élevée que jamais, ce qui alimente le développement de la silver économie, dont le marché est estimé à plus de 60 milliards d'euros (Xerfi, 2024). Ce secteur

regroupe de multiples fabricants et prestataires de produits et services. Ce secteur englobe un large éventail d'activités économiques liées aux besoins des seniors et couvre de nombreuses pratiques de consommation : alimentation, transports, habitat, tourisme, loisirs et culture, etc. Par exemple, les retraités sont des adeptes du tourisme hors saison et des forfaits tout compris, ce qui stimule certaines branches de l'économie.

Le sociologue Serge Guérin met néanmoins en garde contre certains écueils à éviter : adopter une vision trop centrée sur la technologie alors que les seniors dépendants ont surtout besoin de présence humaine et de bienveillance ; considérer les seniors comme un tout homogène en dépit de la variété de leurs modes de vie ; faire de la silver économie un marché communautarisé alors que de nombreux biens et services adaptés aux personnes âgées peuvent intéresser d'autres populations (Guérin S., 2018). Il rappelle également que « la silver économie se développe au moment où le pouvoir d'achat des retraités entame sa diminution » : ce dernier baisse de 2% par an depuis le début des années 2010.

Seniors et territoires, un dynamisme à valoriser

Les seniors jouent un rôle crucial dans le tissu social et économique des territoires. Leur ancrage territorial, leur engagement civil et associatif, ainsi que leurs pratiques de consommation contribuent à la vitalité des communautés locales. Dans certaines communes rurales, une grande partie des activités locales dépend de l'engagement des retraités actifs : bénévolat dans les associations locales, création d'associations ou d'entreprises, activités dans les écoles, les bibliothèques et les associations sportives (Blasquie-Revol H., 2018). Ces derniers contribuent également à l'attractivité du territoire en étant capables de transmettre l'histoire patrimoniale des villages auxquels ils sont attachés. Malgré leur importance, les retraités actifs sont souvent sous-estimés et peu consultés par les responsables locaux, qui ignorent souvent leurs compétences et leur savoir.



Les retraités sont moins touchés par la pauvreté que l'ensemble de la population française mais le taux de pauvreté progresse

La pension moyenne nette d'un retraité est de

1 530 € / mois

Taux de pauvreté monétaire de

10,3 %

pour les retraités contre **14,5 %** pour l'ensemble de la population française en 2021



Progression de la pauvreté des retraités de

+0,8 %

entre 2018 et 2019

Progression de la pauvreté des retraités de

+1 %

entre 2019 et 2020

Source : Évolutions et perspectives des retraites en France, Conseil d'orientation des retraites, juin 2024



3

Bien vieillir dans les territoires



« Bien vieillir dans les territoires » ne peut se réduire à une approche uniforme, tant la diversité des contextes locaux et des besoins des seniors est grande. Les territoires, qu'ils soient urbains ou ruraux, sont marqués par des dynamiques démographiques, économiques et sociales spécifiques qui influencent les conditions du vieillissement. De la qualité des infrastructures à la richesse des liens sociaux, chaque espace de vie joue un rôle déterminant dans l'expérience du vieillissement. Adapter ces territoires à une population vieillissante nécessite une approche globale, tenant compte des multiples dimensions de la vie des seniors et des enjeux de solidarité intergénérationnelle.

Les acteurs territoriaux mobilisés face au vieillissement démographique

Vers une approche holistique du vieillissement

L'adaptation de la ville au vieillissement nécessite d'adopter une approche éminemment transversale et holistique, sous peine de rendre inefficace toute action portée. Il est en effet peu utile d'adapter le logement si les seniors ne peuvent avoir accès à des commerces de proximité et s'ils ne peuvent rallier des points vitaux du territoire (banque, poste, etc.). Si le bassin de vie n'est pas pensé globalement, les seniors pourront peut-être rester à domicile, mais dans des conditions dégradées. Trois périmètres sont à prendre en compte dans un seul tenant : le logement, le quartier, la ville. C'est la mise en cohérence de

ces trois échelles qui garantiront l'efficacité de l'adaptation d'une ville au vieillissement. C'est donc en termes d'écosystème qu'il convient d'aborder la question.

À l'échelle des villes et des territoires, de nombreuses démarches adoptent une approche globale du vieillissement démographique : les schémas départementaux « Bien vieillir » (Loire Atlantique, Val d'Oise, etc.), documents stratégiques pour une approche globale, les actions du Réseau francophone des villes amies des aînés, les démarches de territoires favorables au vieillissement (ex : Référentiel Seine Saint Denis favorable au vieillissement et au handicap).



LES SCHÉMAS DÉPARTEMENTAUX DU BIEN VIEILLIR

Ces schémas sont des plans stratégiques élaborés par les conseils départementaux français pour mieux anticiper et accompagner le vieillissement de la population au sein de leur territoire. Ces schémas définissent les grandes orientations et priorités pour une période donnée, généralement de cinq ans, afin de promouvoir le bien-être des personnes âgées, prévenir la perte d'autonomie et adapter les services et infrastructures à leurs besoins spécifiques.



LE RÉSEAU FRANCOPHONE DES VILLES AMIES DES AÎNÉS

Le Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés (RFVAA), fondé en 2012, regroupe plus de 300 collectivités locales engagées dans l'adaptation des villes aux besoins des aînés. Affilié au Réseau mondial des Villes Amies des Aînés de l'OMS depuis 2013, le RFVAA favorise des politiques inclusives pour les seniors, la création de territoires bienveillants pour tous les âges et un environnement adapté, tant social que bâti, grâce à une collaboration entre collectivités et citoyens.





Source : Cities Alive, ARUP



BONNE PRATIQUE

STRATÉGIES POUR CONCEVOIR DES VILLES INCLUSIVES

L'urbaniste Greyson Clark propose une stratégie articulée autour de 14 axes pour concevoir des villes adaptées aux besoins de leurs habitants. Ces axes sont déclinés en 28 actions visant à répondre aux quatre besoins essentiels des personnes âgées :

- **L'autonomie et l'indépendance**
- **La santé et le bien-être**
- **Le lien social**
- **La sécurité et la résilience**

Cette stratégie se présente comme un outil permettant d'évaluer et de mettre en œuvre des solutions éclairées au sein des territoires (Roberts, A., 2021).

Elle a été mise en œuvre et développée dans le cadre

du rapport « *Cities Alive: Designing for Ageing Communities* » d'ARUP. Ce guide propose, **pour chacun des quatre besoins essentiels**, dix bonnes pratiques internationales afin d'informer et d'inspirer les démarches visant à traduire ces stratégies en actions concrètes.

Focus sur l'Access Advisory Panel, concertation citoyenne sur les projets urbains, Melville (Australie).

Par exemple, pour promouvoir l'inclusion et la participation citoyenne des personnes âgées, « l'Access Advisory Panel » de Melville, en Australie, mobilise l'expertise de personnes en fauteuil roulant, âgées, sourdes, atteintes d'Alzheimer, autistes ou malvoyantes. Ce panel de 20 membres se réunit trimestriellement pour évaluer l'accessibilité de projets majeurs (bâtiments civiques, espaces publics, parcs, festivals, plans d'inclusion) avant leur livraison.

Actualiser les repères concernant le vieillissement de la population

Les collectivités doivent actualiser leurs repères concernant le vieillissement de la population, ce que permet « l'état des lieux du territoire » du programme Villes Amies des Aînés. Cette étape méthodologique sensibilise l'ensemble des acteurs du territoire aux nouveaux enjeux de la longévité, diffuse une culture commune mais surtout questionne les repères sur lesquels se construisent, depuis des décennies, les politiques publiques locales.

Par exemple, de nombreux territoires s'aperçoivent lors de cette étape que les aînés sont aujourd'hui plus nombreux que le public des scolaires. Pourtant, le cadencement des transports publics est articulé autour du rythme des plus jeunes, qui ont longtemps été les plus nombreux. La compréhension de ces transformations démographiques que les projections tendent

à conforter doit permettre de réinterroger les pratiques, en fonction des particularités des territoires, sans opposer les générations, pour un meilleur usage par le plus grand nombre.

L'actualisation des repères est une opportunité qui mènera peut-être à une mobilité plus conviviale, à un mobilier plus confortable et à des programmations plus diversifiées : cela faciliterait la rencontre entre les générations dans des lieux non stigmatisants, qui permettent de continuer à vivre et habiter son territoire, quelles que soient ses particularités ou ses difficultés. (Giacomini A., 2024).

Transformer les pratiques professionnelles

Adresser les enjeux du vieillissement implique l'évolution des pratiques professionnelles de l'ensemble des acteurs territoriaux.

POINT DE VUE

LUCIE GAUTHERIN

Directrice du développement à l'Afpols



L'Afpols (Association pour la Formation Professionnelle Continue des Organismes de Logement Social) est une organisation dédiée au développement des compétences des professionnels et des structures œuvrant dans le secteur du logement social.

Comme le souligne Lucie Gautherin, face à l'augmentation notable du nombre de personnes âgées dans le parc social – avec une projection de 35% de locataires âgés de 65 ans et plus d'ici 2035 – il est essentiel d'adopter un regard renouvelé sur le vieillissement. L'Afpols concentre ainsi ses efforts sur la formation et l'accompagnement des professionnels (chargés d'opérations, techniciens du patrimoine, gardiens, etc.) autour de deux axes principaux : l'adaptation des logements et la gestion locative.

ADAPTATION DU LOGEMENT

L'association forme à la maîtrise d'ouvrage pour concevoir des logements adaptés, en tenant compte des besoins et normes et accompagne également les donneurs d'ordre sur le montage financier et le suivi des chantiers.

Avec sa formation e-learning « Nous vieillirons ensemble », l'Afpols identifie trois étapes de l'âge (période active, âge des premiers problèmes, grand âge) pour adapter les logements. « L'âge des premiers problèmes » (70-75 ans) est ainsi identifié comme la période clé pour réaliser des adaptations préventives et éviter l'aggravation des handicaps et l'isolement. Le « grand âge » nécessite quant à lui des modifications plus lourdes et des solutions personnalisées pour anticiper la dépendance.

GESTION LOCATIVE

L'Afpols met en place une communication adaptée aux locataires âgés, en les aidant à mieux gérer leurs revenus sociaux, à accéder aux aides disponibles et à envisager une mobilité résidentielle vers des logements plus petits, abordables et faciles à entretenir si cela est nécessaire.

SENSIBILISATION AUX SPÉCIFICITÉS DE L'ÂGE

Pour améliorer l'accompagnement des personnes âgées, l'Afpols propose la formation « Communiquer avec les personnes âgées », qui traite des enjeux démographiques, des handicaps liés au vieillissement et des effets de l'âge sur le corps. Un simulateur de vieillissement est utilisé dans cette formation pour reproduire certaines contraintes physiques (arthrose, troubles visuels et auditifs) et sensibiliser les participants à ces réalités. L'objectif est de développer leur empathie et leur compréhension des besoins des seniors.

Comme l'évoque Lucie Gautherin, il est nécessaire de faire émerger un nouveau regard sur la vieillesse. Cela implique de remettre les personnes âgées au centre de notre société, de démystifier le terme « vieux » et de les intégrer pleinement dans les projets de logement de demain.



« VIEILLIR, C'EST EMBÊTANT, MAIS C'EST LE MEILLEUR MOYEN QU'ON AIT TROUVÉ POUR VIVRE PLUS LONGTEMPS. »



NOTRE MISSION EST DE GUIDER LES ACTEURS VERS DES SOLUTIONS CONCRÈTES ET DURABLES, QUI CHANGENT RÉELLEMENT LE QUOTIDIEN DES SENIORS MODESTES.



MANON CAILLON

Cheffe de projet, Action Tank



BONNE PRATIQUE

INTÉGRER LE VIEILLISSEMENT DÉMOGRAPHIQUE DANS LES PRATIQUES PROFESSIONNELLES, ACTION TANK

L'Action Tank, association d'intérêt général créée en 2010, réunit des entreprises, des acteurs publics, des associations et le monde académique autour de la lutte contre la pauvreté et l'exclusion en France. Parmi ses priorités figure un enjeu crucial : permettre aux seniors modestes de **vivre le plus longtemps possible à domicile**. L'association identifie et traite les difficultés telles que l'isolement et les habitats inadaptés, en accompagnant la transformation des pratiques professionnelles des bailleurs sociaux et des collectivités territoriales.

L'association accompagne plusieurs initiatives dans le secteur du logement social, un domaine particulièrement concerné par les enjeux liés au vieillissement car une personne sur trois a plus de 60 ans chez les locataires du parc social : **amélioration de la détection des besoins** des locataires seniors (adaptation des logements, lutte contre l'isolement), **massification de l'adaptation des logements** pour faciliter le quotidien des personnes âgées, **renforcement du lien social**, **accompagnement à la mobilité résidentielle** pour les seniors dont le logement n'est plus adapté, **intégration des enjeux du vieillissement** dans les programmes de rénovation urbaine et de développement.

L'association accompagne également les acteurs territoriaux dans l'adaptation de leur territoire au vieillissement démographique. Elle collabore notamment avec le Conseil départemental de la Seine-Saint-Denis, un territoire jeune mais confronté au vieillissement en raison de son niveau élevé de pauvreté. Le département travaille sur quatre enjeux majeurs : intégrer le vieillissement dans les projets de rénovation urbaine, améliorer l'accès aux aides d'adaptation dans le parc privé, développer des tiers-lieux autonomie dans les quartiers prioritaires et promouvoir des solutions d'habitat inclusif.



EXPÉRIMENTER DES PRATIQUES INNOVANTES CHEZ VILOGIA ÎLE-DE-FRANCE

Bailleur social francilien, Vilogia Île-de-France accueille aujourd'hui 2900 seniors de plus de 60 ans, soit 23% des locataires de son parc. Dans 10 ans, ce nombre devrait augmenter de 70%.

Pour anticiper ce vieillissement démographique, Vilogia a collaboré avec l'Action Tank dès 2022 pour expérimenter 12 dispositifs innovants visant à mieux détecter les besoins des locataires seniors et à renforcer leur accompagnement. Les actions sont structurées autour de deux axes principaux :

- **Axe 1** : Détection proactive des besoins des seniors. Des actions d'aller-vers ont été testées avec succès, révélant que 1 personne âgée sur 2 contactée présente un besoin spécifique (adaptation du logement, lutte contre l'isolement, accompagnement).
- **Axe 2** : Accélération des adaptations des logements

Les actions menées ont permis :

+40 % d'adaptations réalisées pour rendre les logements plus sécurisés et accessibles.

Division par 2,5 du temps de traitement des demandes d'adaptation.

Ces expérimentations ont eu des résultats concrets : elles ont amélioré la satisfaction des locataires seniors, renforcé la relation de confiance avec Vilogia et posé les bases d'une stratégie globale, pragmatique et pérenne d'accompagnement des publics âgés par Vilogia Île-de-France.

Adapter les territoires pour un vieillissement harmonieux : stratégies et enjeux

Les enjeux d'adaptation du territoire au vieillissement démographique varient selon les types de territoires : quartiers prioritaires, petites villes et villes moyennes, bourgs ruraux, métropoles, etc.

L'enquête « Ce que veulent les vieux » (Baromètre 2024 des Villes Amies des Aînés), réalisée auprès de 3 752 habitants dans 38 territoires de France, révèle une diversité d'attentes des personnes âgées en fonction du type de territoire dans lequel ils résident. Néanmoins un fil conducteur émerge autour de l'amélioration de la qualité de vie des aînés favorisant leur autonomie, leur inclusion sociale et un accès équitable aux services, tout en valorisant leur contribution à la société.



Les 3 actions les plus souvent sollicitées par les aînés par type de territoire

Type de territoire	Action #1	Action #2	Action #3
Communes rurales	Formations à l'utilisation d'internet	Navette communale destinée aux aînés	Toilettes publiques
Communes de densité intermédiaire	Eclairage public amélioré	Activités intergénérationnelles	Ateliers pour préparer sa retraite
Communautés de communes	Activités intergénérationnelles	Service aux aidants	Service de transport collectif le jour des élections
Grands centres urbains	Espaces de rencontre et de partage	Supports de communication adaptés aux aînés	Services de soutien personnalisé pour les aînés

Source : Baromètre 2024 des Villes Amies des Aînés



ÊTRE SENIOR DEMAIN DANS UNE PETITE VILLE

En France, les petites villes sont particulièrement concernées par le vieillissement démographique. Dans les villes du programme « Petites villes de demain » (programme lancé en 2020 qui vise à accompagner 1 600 villes et intercommunalités de moins de 20 000 habitants), les personnes âgées de plus de 75 ans représentent 12,6 % de la population contre 9 % en moyenne en France (Insee, 2019, cité par ANCT, 2023). L'Agence nationale de la cohésion des territoires (ANCT) est allée à leur rencontre autour de la question « Dans un monde en transition, être senior demain dans une petite ville ».

Le programme a permis d'identifier quatre enjeux spécifiques à ces petites villes à prendre en compte pour mieux adapter le territoire au vieillissement de la population :

- la création d'emplois et d'activités économiques dans les métiers du soin et de l'aide à la personne ;
- l'adaptation au changement climatique et l'amélioration du cadre de vie ;
- la transition numérique, qui peut créer de nouvelles formes de lien intergénérationnels et améliorer l'accessibilité aux services publics ;

■ l'accessibilité et le lien social.

Au regard de ces enjeux, les petites villes disposent de plusieurs atouts susceptibles de faciliter le quotidien des personnes âgées y vivant : la proximité (opportunité pour développer les mobilités douces), la centralité, le cadre de vie (notamment la proximité à des espaces de nature). à l'échelle nationale, quatre pistes d'actions ont été identifiées pour améliorer l'adaptation de ces territoires au vieillissement démographique :

- mise en place de tiers-lieux intergénérationnels pour favoriser les liens sociaux ;
- formation de coachs seniors/managers de lien social pour animer la vie locale et favoriser la cohésion entre les générations ;
- mise en place d'une communauté numérique « Bien vieillir dans les petites villes » pour faciliter l'accès à l'information des élus et des chargés de mission qui souhaitent mener des actions d'adaptation au vieillissement de la population ;
- création d'îlots de fraîcheur, lieux d'accueil, de halte et/ou de repos ouverts au public et qui sont source de rafraîchissement comparé à leur environnement proche en période chaude ou caniculaire.





VIELLIR EN QUARTIER PRIORITAIRE DE LA POLITIQUE DE LA VILLE

Viellir dans un quartier prioritaire est une expérience particulière car les personnes âgées font face à un double défi : celui de vivre dans des conditions sociales modestes, bien éloignées de l'image courante des retraités associés à une catégorie privilégiée, et celui d'être âgé dans un environnement où la jeunesse prédomine. Depuis 2014, les contrats de ville ont principalement ciblé les jeunes, tandis que les actions ciblant les besoins des seniors ont été plus rares.

Cette population vieillissante, déjà vulnérable, est davantage exposée à des risques tels que la dégradation de la santé, l'isolement social et le non-recours aux droits. Il est donc crucial de renforcer le travail de repérage et de prévention et de favoriser la solidarité intergénérationnelle et le maintien du lien social avec les seniors dans ces quartiers.

Plusieurs leviers d'actions sont identifiés dans divers domaines (solidarité, lien social, habitat, santé, cadre de vie) :

- prévention de la perte d'autonomie et accès aux soins ;
- accès aux droits et prévention du non-recours ;
- habitat inclusif ;
- adaptation des logements ;
- mobilité résidentielle ;
- repérage des seniors isolés ;
- lutte contre l'isolement ;
- soutien aux proches aidants ;
- aménagement urbain favorable au vieillissement (Villes & Territoires Occitanie, 2024).



BONNE PRATIQUE



LE RÉSEAU VOISIN-ÂGE, ASSOCIATION LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES

Ce dispositif met en relation les habitants d'un quartier avec les personnes âgées de ce même quartier en privilégiant la proximité, les affinités, et la réciprocité des échanges. Les citoyens volontaires rendent des « visites d'amitié » aux personnes âgées, contribuant à tisser du lien et à favoriser la cohésion sociale, mais aussi à faciliter le repérage des personnes âgées isolées. Grâce à sa plateforme en ligne, Voisin-Âge est aujourd'hui présent dans de nombreuses villes de France.

BONNE PRATIQUE



PARCOURS LOGEMENT INTÉGRÉ, CCAS DE LOMME

Le Parcours Logement intégré, mis en œuvre par le CCAS de Lomme, vise à qualifier et outiller le personnel du CCAS pour la prise en charge spécifique du parcours logement des seniors et renforcer les liens avec les bailleurs sociaux et autres partenaires pour une meilleure coordination. Pour ce faire, plusieurs actions ont été entreprises :

- l'organisation d'une « Conférence du logement » réunissant 11 bailleurs sociaux et acteurs du maintien à domicile des personnes âgées ;
- la formation « Évaluateur du domicile » permettant des visites conjointes avec les intervenants médico-sociaux pour évaluer les situations de danger dans les logements ;
- les capacités d'adaptation simples du bâti ;
- la création de la « Mallette Maintien à Domicile » qui présente de petits objets facilitant la vie quotidienne et le maintien à domicile.



BONNE PRATIQUE



DES DOMICILES PARTAGÉS POUR ROMPRE L'ISOLEMENT DES PERSONNES ÂGÉES IMMIGRÉES, ASSOCIATION AYYEM ZAMEN, PARIS

Pour répondre à l'isolement et au mal logement des aînés issus de l'immigration, l'association Ayyem Zamen a développé avec des bailleurs sociaux des « domiciles partagés ». Ces colocations sont implantées dans des appartements à proximité des Cafés sociaux animés par cette même association ainsi qu'à proximité des transports, commerces et services habituellement fréquentés par la population ciblée. Chaque logement accueille trois ou quatre personnes qui disposent chacune de leur chambre et partagent des espaces communs. Une professionnelle de l'association leur propose un suivi individuel et favorise une vie sociale et partagée au sein des logements.



Créer des environnements urbains inclusifs pour une vieillesse active

Adapter nos environnements physiques et sociaux est crucial pour encourager des modes de vie actifs chez les seniors. Cela passe par l'implémentation d'infrastructures urbaines adaptées pour créer un espace public «senior friendly» et permettre aux personnes âgées, dont la mobilité peut être diminuée, de maintenir leur autonomie. Des initiatives telles que les déambulations urbaines se mettent en place au sein du Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés, rassemblant élus, professionnels et habitants pour améliorer la «marchabilité» autour de cheminements plus doux et implémenter un mobilier urbain convivial. Ce type d'initiative favorise le vieillissement actif et lutte contre l'isolement en permettant aux habitants de continuer à évoluer dans l'espace public. (Giacomini A., 2024).

Aménagement de la voirie

Des aménagements spécifiques, comme des zones de traversée sécurisées, une signalisation claire et des cheminements dégagés, réduisent les accidents de piétons, où les seniors sont malheureusement surreprésentés à hauteur de 41%, alors qu'ils ne représentent que 9% de la population (Cerema, 2016). Ces types de solutions sont implémentés dans des programmes comme les «Safe Streets for Seniors» à New York, visant à améliorer la sécurité routière au sein de quartiers à forte densité de personnes âgées et ayant permis de réduire les blessures piétons de 15% dans les 182 zones à risque, avec des baisses allant jusqu'à 68% pour certains projets.

Équipement et mobilier urbain adapté

L'adaptation des équipements urbains aux divers profils de seniors, notamment avec des bancs et assises ergonomiques, est essentielle pour garantir une véritable inclusivité de l'espace public. Impliquer différents profils d'usagers dans la planification de ces équipements favorise l'intégration de mobiliers urbains adaptés, répondant aux besoins réels et aux situations vécues par les personnes âgées.

Silver Zone, Singapour. Source : Land Transport Authority



BONNE PRATIQUE

LES SILVER ZONES : PARENTHÈSE URBAINE POUR LA SÉCURITÉ DES SENIORS

La ville de Singapour a mis en place le programme «Silver Zones» pour améliorer la sécurité routière dans les quartiers à forte densité de personnes âgées et à taux d'accidents élevés. Ce programme intègre plusieurs dispositifs spécifiques visant à protéger les piétons, en particulier les seniors :

- réduction de la vitesse autorisée à 30-40 km/h ;
- marquages au sol, bandes sonores le long des routes et signaux fluorescents distinctifs pour délimiter clairement les «Silver Zones» ;
- installation de chicane incurvées et élargissement des terre-pleins centraux pour ralentir les véhicules ;
- mise en place de passages piétons sécurisés avec des temps de traversée prolongés ;
- aménagement d'espaces ombragés et végétalisés équipés de bancs, situés le long des axes routiers.

BONNE PRATIQUE

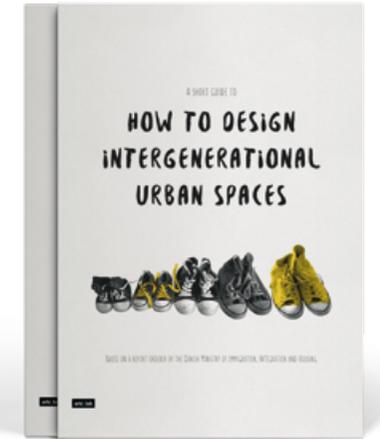
AMÉLIORATION DES CHEMINEMENTS PIÉTONS À PÉRIGUEUX : UNE DÉMARCHE PARTICIPATIVE POUR SÉCURISER LES DÉPLACEMENTS DES SENIORS

La ville de Périgueux a mené une démarche participative pour répondre à son manque d'infrastructures urbaines, identifié lors d'un état des lieux collaboratif. Des cheminements piétons «parcours apaisé» ont ainsi été élaborés afin de sécuriser le déplacement des seniors via la réfection des trottoirs, la végétalisation des espaces publics, l'ajout de fontaines à eau, la réfection et/ou l'ajout de toilettes publiques et le déploiement de mobilier urbain (bancs et chaises) adaptés aux seniors.

Urbanisme inclusif et espaces intergénérationnels

L'intégration intergénérationnelle et l'inclusivité des espaces urbains sont cruciales, comme évoqué dans l'étude «How to design intergenerational urban spaces» par l'agence de design danoise «arki_lab», mettant en avant des pistes d'actions qui favorisent l'intégration de l'âge dans la planification urbaine :

- Adapter une approche d'aménagement basée sur les phases de vie, en incluant les enjeux représentatifs à chaque tranche d'âge, comme les «très vieux» et «très jeunes», peu inclus, et ayant un statut de profil plus vulnérable.
- Adapter les processus de participation et co-construction d'espaces intergénérationnels en fonction des profils impliqués dans les processus : identifier et croiser des institutions homogènes en âge (écoles, crèches, entreprises, clubs de bridge...)
- Identifier des lieux pouvant croiser différentes générations malgré leurs «emplois du temps» différents, tels que des arrêts de bus, des parcs, les trottoirs...



Surbloques du quartier de San Antoni, Barcelone



BONNE PRATIQUE

INTÉGRER LA VULNÉRABILITÉ DES SENIORS FACE AUX ÉVÈNEMENTS CLIMATIQUES EXTRÊMES : REFUGES CLIMATIQUES À BARCELONE ET À TOULOUSE

La vulnérabilité des seniors face aux événements climatiques extrêmes, tels que les canicules, est accentuée par la minéralité des espaces urbains.

- La ville de Barcelone a développé de nombreuses initiatives pour permettre aux habitants de bénéficier d'espaces refuges pendant les canicules notamment avec l'ouverture de tous ses bâtiments publics pendant ces périodes ou à travers les «Superilles», véritables lieux de rencontre pour les seniors dans des zones ombragées et piétonnisées.
- Il existe également des outils de cartographie de refuges climatiques, comme le projet porté par le bureau d'études TRIBU dans la ville de Toulouse, permettant aux habitants de consulter, évaluer et enrichir la carte des espaces refuges, facilitant l'aménagement urbain participatif et la planification des actions futures en fonction des besoins identifiés.



L'ENJEU DU MANQUE DE TOILETTES PUBLIQUES

Dans les enquêtes menées par Benjamin Costi, le manque de toilettes publiques facilement accessibles figure parmi les principaux obstacles à une mobilité sereine dans l'espace public.

Les personnes sous traitement, atteintes de diabète ou souffrant de maladies chroniques expriment fréquemment un sentiment d'inconfort, de gêne et parfois même de honte face à l'impossibilité de se déplacer en l'absence de sanitaires adaptés.

«Construire une société plus inclusive ne profite pas uniquement aux seniors, mais à une grande partie de la population confrontée à des fragilités invisibles, qu'elles soient ponctuelles comme une convalescence, ou durables du fait d'un traitement médical ou d'une maladie chronique.» (Benjamin Costi, ingénieur et psychologue BCF, Hôpitaux Paris-Est Val-de-Marne, Fondation Santé Etudiants de France)

Renforcer l'accessibilité des transports pour des mobilités solidaires

Adapter les transports en commun pour qu'ils soient accessibles à tous, notamment aux personnes âgées, est essentiel pour promouvoir leur autonomie et réduire leur isolement. Il ne suffit pas de proposer des services spécifiques aux aînés ; il est également crucial d'améliorer les infrastructures des transports publics existants pour mieux répondre à leurs besoins. Par exemple, la gratuité des transports pour les seniors, mise en place par le réseau TaM de Montpellier 3M pour les habitants de la métro-

pole âgés de 65 ans et plus, encourage les aînés à utiliser davantage les transports en commun tout en soutenant une mobilité durable. Ces initiatives doivent toutefois être accompagnées d'adaptations structurelles, comme l'introduction de bus à plancher bas, l'installation de rampes et ascenseurs, la mise en place de bornes de recharge pour fauteuils roulants électriques ou encore la création de zones réservées aux fauteuils roulants dans les rames/bus.

POINT DE VUE BENJAMIN COSTI

Ingénieur civil des Ponts et Chaussées et psychologue BCF, Hôpitaux Paris-Est Val-de-Marne, Fondation Santé Etudiants de France

«IL EST INDISPENSABLE D'ADOPTER UNE APPROCHE ATTENTIVE AUX PERCEPTIONS ET AUX EXPÉRIENCES VÉCUES DES USAGERS, PARTICULIÈREMENT EN CE QUI CONCERNE LES TRANSPORTS EN COMMUN ET L'AMÉNAGEMENT DES ESPACES DE VIE.»

Les recherches menées par Benjamin Costi ont révélé que les conditions d'attente dans les transports, notamment aux abribus, sont souvent inadaptées aux besoins des seniors. Parmi les problèmes identifiés figurent des sièges insuffisants ou mal conçus, l'absence de protection contre les intempéries ou la chaleur, un sentiment d'insécurité, ainsi qu'un risque accru de chutes lors de l'embarquement. Bien que ces espaces soient pensés pour leur fonctionnalité, ils négligent fréquemment les besoins spécifiques des personnes âgées, contribuant ainsi à renforcer leur sentiment de vulnérabilité et parfois même d'exclusion sociale.

“
POUR RÉPONDRE À CES ENJEUX, IL EST CRUCIAL DE PLACER LES USAGERS AU CENTRE DES PROJETS D'URBANISME ET D'AMÉNAGEMENT. CELA PASSE PAR DES AMÉLIORATIONS CONCRÈTES ET INCLUSIVES, VISANT À ACCROÎTRE LA SÉCURITÉ, LA MOBILITÉ ET LA QUALITÉ DE VIE DES SENIORS, TOUT EN RENDANT LES ESPACES PUBLICS VÉRITABLEMENT ACCESSIBLES À TOUS.
”



Sensibiliser et accompagner les seniors

Favoriser une meilleure accessibilité des transports en commun passe également par la levée des freins culturels qui y sont associés. Des ateliers et des parcours de (ré) apprentissage permettent d'accompagner les personnes âgées et/ou en situation de handicap durant leurs trajets, en réduisant leur sentiment d'insécurité et en les réhabituant progressivement aux transports en commun pour les rendre aussi autonomes que possible. À Lille, l'ADMR (réseau associatif national de service à la personne) propose des services d'accompagnement individuel, assurés par des bénévoles ou des professionnels, pour aider les personnes âgées, handicapées ou isolées à préserver leur autonomie dans leurs déplacements quotidiens.

Faciliter l'accessibilité des gares et améliorer l'orientation dans les trajets nécessitent une combinaison d'aménagements physiques, d'innovations technologiques et d'efforts de sensibilisation.

BONNE PRATIQUE



INTÉGRER LES TECHNOLOGIES POUR FACILITER LA MOBILITÉ DES SENIORS

- L'application Ezymob propose un guidage universel via une carte 3D, permettant aux seniors et aux personnes à mobilité réduite de préparer leur déplacement et d'accéder facilement aux infrastructures.
- Des initiatives comme les pictogrammes simplifiés du réseau Irigo à Angers et les simulateurs de vieillissement à Bordeaux sensibilisent aux besoins d'accessibilité et renforcent la compréhension des enjeux par les usagers des transports en commun.



Source : Ezymob

Diversifier les solutions de mobilité

Malgré les défis liés à la mobilité, aux réflexes ou à la santé, la voiture reste le moyen de transport privilégié pour les personnes âgées. Adapter l'usage de la voiture pour les seniors implique de prendre en compte leurs besoins spécifiques afin de favoriser leur autonomie tout en garantissant leur sécurité. Pour cela, plusieurs mesures peuvent être mises en place.

Promouvoir l'autopartage et le covoiturage, tout en tenant compte du handicap moteur, est un bon moyen de diversifier les solutions de mobilité et de réduire progressivement l'usage de la voiture, notamment pour des trajets courts quotidiens.



BONNE PRATIQUE



TRANSITION VERS UN QUOTIDIEN PLUS INDEPENDENT DE LA VOITURE : INDEPENDENT TRANSPORTATION NETWORK, ÉTATS-UNIS

Aux États-Unis, l'Independent Transportation Network (ITN) est un réseau fédéral de conducteurs volontaires pour les personnes âgées et malvoyantes, basé sur un système de crédits cumulables et favorisant la solidarité intergénérationnelle entre le 3^e et le 4^e âge. Ce réseau aide les seniors à anticiper un avenir moins autonome, où le conducteur d'hier devient le passager de demain, sans difficulté.



BONNE PRATIQUE



SE REFAMILIARISER AVEC LE VOLANT : AGED DRIVER SAFETY, QUEENSLAND (AUSTRALIE)

En Australie, des programmes tels que «Aged Driver Safety», proposés par des organismes comme le RACQ (Royal Automobile Club of Queensland), aident les conducteurs âgés à améliorer leurs compétences au volant à travers des programmes de remise à niveau. Ceux-ci incluent des ateliers pratiques pour réviser les règles de la route et des conseils adaptés à l'âge, comme la gestion de la conduite dans des conditions de visibilité réduite.



BONNE PRATIQUE



INTÉGRER DU LIEN DANS LES MOBILITÉS QUOTIDIENNES : ASSOCIATION « À VÉLO SANS ÂGE »

Des initiatives comme «À vélo sans âge» offrent aux personnes à mobilité réduite des promenades en triporteur, permettant ainsi aux aînés de redécouvrir la ville et la nature en toute sécurité. Ces activités créent des ponts entre les générations, avec des pilotes bénévoles et redonnent aux aînés le droit de vivre pleinement leur environnement.

Réinventer l'habitat pour seniors : vers des solutions diversifiées

Avec l'allongement de l'espérance de vie, l'habitat des seniors se place au cœur des défis de la société de la longévité.

En France, **plus de 90 % des personnes âgées souhaitent vieillir à domicile**, une aspiration qui représente un véritable défi organisationnel et financier (ministère des Solidarités).

- En effet, le maintien à domicile impose des adaptations coûteuses des logements, comme l'installation de douches accessibles ou d'escaliers motorisés, partiellement couvertes par les aides publiques telles que l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).
- De plus, les services d'aide à domicile souffrent d'un déficit chronique de main-d'œuvre et d'une pression croissante : **près de 40 % des postes ne trouvent pas preneur**, exacerbant les défis liés à la précarité des conditions de travail et au manque de formation adaptées (SVA France).

En parallèle, les EHPAD attirent un public souvent âgé de plus de 85 ans, en perte d'autonomie sévère et nécessitant une prise en charge médicale continue, dont la demande explose, avec une estimation de **108 000 places supplémentaires nécessaires d'ici 2030**.

Cependant, les scandales récents, comme ceux révélés par le livre-enquête *Les Fossoyeurs* (2022) sur les pratiques de maltraitance et de mauvaise gestion dans certains établissements, ont soulevé une vague d'indignation publique et le besoin urgent de réformer le modèle de l'EHPAD. Ces révélations ont accentué les attentes autour de la qualité des soins et de la transparence dans les pratiques des établissements. En réaction, la **loi du 8 avril 2024 sur la société du bien-vieillir** renforce les exigences éthiques et structurelles des EHPAD, tout en augmentant les moyens alloués au maintien à domicile.



La diversification de l'offre résidentielle reflète ce mouvement et cette volonté d'une meilleure prise en compte des attentes des seniors. **La plateforme Pappy Happy**, qui recense et compare toutes les formes d'hébergement pour seniors en France, met en lumière une large palette de solutions : résidences autonomie, habitats intergénérationnels, colocations seniors ou encore logements partagés avec services à la carte. Ces alternatives permettent de mieux répondre aux attentes variées des seniors en matière d'autonomie, de sociabilité et de budget.

Cependant, le marché des résidences services seniors, autrefois en plein essor, subit aujourd'hui un net ralentissement. Comme évoqué précédemment, plusieurs facteurs expliquent cette situation : le coût élevé de ces résidences, souvent inaccessible pour des retraites modestes ; des offres jugées parfois standardisées et mal adaptées aux attentes des seniors ; et un modèle économique qui peine encore à se structurer. En effet, **seuls 45 % des plus de 60 ans peuvent actuellement assumer le coût d'un loyer dans une résidence entrée de gamme fortement intégrée** (incluant un socle important de services). Cependant, **ce chiffre grimpe à 75 %**

si l'offre est plus flexible et entièrement à la carte (Xerfi, 2024).

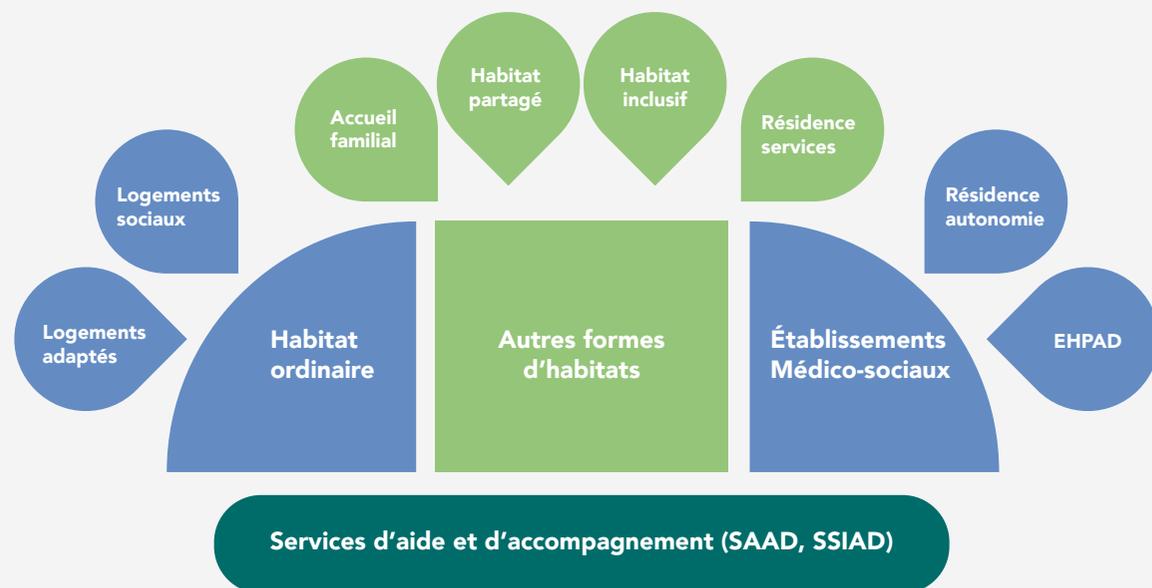
Ce ralentissement impacte non seulement le secteur immobilier, mais aussi la capacité à répondre à une demande croissante de logements alternatifs pour les aînés.

De nouvelles perspectives émergent pour répondre à ces défis et allier maintien à domicile, accessibilité financière et prise en compte des besoins des seniors, telles que l'intégration de la robotique dans l'habitat des seniors.

Des robots d'assistance, comme les exosquelettes facilitant la mobilité, ou les robots de compagnie, tels que Paro (un phoque robotisé largement adopté au Japon), offrent des solutions prometteuses. En effet, dans un pays comme le Japon, où **29 % de la population a plus de 65 ans**, la robotique est devenue un pilier pour pallier le manque d'aidants et encourager l'autonomie des seniors. Ces technologies, bien que porteuses d'espoir, nécessitent une réflexion éthique et culturelle ainsi qu'un accompagnement pour garantir leur adoption et éviter les dérives.



Les offres d'habitats pour les personnes âgées



Vers un maintien à domicile systématisé

Le paradigme du maintien à domicile nécessite une anticipation des besoins liés à l'âge au sein des domiciles, afin de limiter les coûts pour les habitants, de répondre rapidement à leurs besoins, et de réduire le risque d'accidents. Cela implique de placer les seniors au cœur de leur parcours résidentiel, favorisant une meilleure qualité de vie et garantissant un environnement adapté, humain et technique.

Pour ce faire, il est important de parler en amont d'amélioration du confort des logements plutôt que de travaux d'adaptation, qui peuvent être perçus négativement. Ces travaux d'adaptation comprennent :

- L'installation d'une rampe d'accès
- La pose de volets roulants motorisés
- L'installation d'une douche plain-pied et de WC surélevés
- La pose d'un revêtement de sol antidérapant
- L'adaptation de l'éclairage

Des initiatives innovantes, comme le « Truck de SOLIHA » – un véhicule mobile permettant aux seniors et à leurs aidants de découvrir et tester des équipements d'aménagement – participent à sensibiliser de manière pratique et pédago-

gique sur les solutions disponibles, notamment les aides financières locales.

Pour maximiser leur impact, ces travaux d'amélioration peuvent être combinés à des rénovations énergétiques. Cette approche facilite l'adhésion des habitants au projet tout en permettant un investissement global visant à améliorer leur confort de vie de manière significative.

Cependant, le coût des travaux et la baisse de ressources des seniors restent des obstacles majeurs, nécessitant des aides ciblées pour lutter contre la précarité et l'isolement. Différents dispositifs d'accompagnement existent, comme le programme « Habiter Facile » de l'Anah en France, qui finance l'adaptation des logements à la perte d'autonomie, ou encore les services d'aide à domicile (SAAD) et de soins infirmiers à domicile (SSIAD). Aux Pays-Bas, l'État finance à 100 % les soins à domicile pour les personnes âgées, tout en soutenant des activités pour préserver leur autonomie.

Vivre dans des espaces intergénérationnels

Références Bouygues Construction

Résidence autonomie « Le Coteau des Coquelicots »

Inauguré par CDC Habitat et Linkcity le 7 novembre 2024, le complexe immobilier « Le Coteau des Coquelicots » à Nogent-sur-Oise (60), incarne une vision innovante de l'habitat intergénérationnel, en associant des logements adaptés pour seniors autonomes à des espaces dédiés aux plus jeunes générations. L'intégration d'une cantine scolaire et d'un centre de loisirs périscolaire pour les enfants du quartier au rez-de-chaussée du bâtiment favorise les interactions entre les âges et permet aux résidents âgés de conserver leur autonomie tout en restant intégrés dans un environnement vivant et dynamique.

*Maîtrise d'ouvrage: Linkcity
Entreprise générale: Bouygues Bâtiment Île-de-France*

« Côté Parc »: quartier intergénérationnel et durable

À Genève, le quartier durable « Côté Parc » illustre une régénération urbaine ambitieuse, plaçant les utilisateurs, en particulier les seniors, au cœur de la vie urbaine. En effet, le programme intègre, sur le site de la Maison de Retraite du Petit-Saconnex, des logements abordables, un hôtel, un restaurant et une crèche, offrant un cadre multifonctionnel et intergénérationnel. Ce modèle crée des opportunités d'échanges entre les résidents de la maison de retraite et les habitants du quartier et contribue à effacer les frontières entre générations.

*Développeur immobilier et entreprise totale:
Losinger Marazzi*



Côté Parc, Genève. © Julie Masson



Le Coteau des Coquelicots, Nogent-sur-Oise. Source: Linkcity

Innovations technologiques au service du maintien à domicile

L'usage des technologies apparaît comme un nouveau levier dans l'amélioration du confort des logements pour le maintien à domicile des seniors.

Solution innovante, Presage Care, combine par exemple des données recueillies par les aides à domicile avec des algorithmes d'apprentissage automatique pour anticiper les risques d'hospitalisation ou de recours aux urgences. En s'appuyant sur des observations quotidiennes et des analyses prédictives, l'initiative vise à améliorer la qualité de vie des seniors et à réduire la pression sur les systèmes de santé d'urgence, tout en facilitant la coordination des soins à domicile.

Il existe également des initiatives intégrant la robotique telles que Buddy, le robot personnel de Blue Frog Robotics. Conçu pour répondre aux besoins des personnes âgées, Buddy offre une assistance au quotidien grâce à des fonctionnalités avancées, comme l'intégration de ChatGPT, et s'adapte aussi bien à un usage à domicile qu'en établissement spécialisé. Ces technologies, en combinant prévention et accompagnement, participent à renforcer l'autonomie et la qualité de vie des seniors.

Vers des lieux de vie intergénérationnels

Le développement de projets et habitats intergénérationnels permettent de réinventer les espaces de vie autour de plusieurs générations, afin qu'elles échangent, vivent et engagent de nouveaux liens. Ces initiatives permettent de lever les freins culturels et les stéréotypes d'une génération envers une autre, mais également de lutter contre l'isolement des personnes âgées, et de favoriser leur autonomie.

Résidence Autonomie pour personnes âgées à Cannes

Ce projet porte sur la réalisation d'une résidence autonomie pour personnes âgées à Cannes, dans le quartier Saint-Louis, dans le cadre d'un marché global de performance.

Remplaçant les établissements vieillissants Les Alizés (40 logements) et Le Soleil Couchant (49 logements), il proposera 97 logements adaptés, dont 14 logements sociaux, des espaces communs au rez-de-chaussée, un espace collectif pour animations, un espace intergénérationnel en lien avec l'école Eugène Vial et la crèche Les P'tits Mousses, ainsi que 3 niveaux de parking.

Conçu pour être hautement performant sur les plans énergétique et carbone, le bâtiment garantira entre autres une température intérieure inférieure à 28°C de mai à octobre. Ce projet répond à un double enjeu : augmenter la capacité d'accueil de 7 logements et offrir des habitations plus spacieuses, adaptées aux personnes âgées indépendantes à faibles revenus.

*Entreprise générale:
Bouygues Bâtiment Sud-Est*



Résidence Autonomie, Cannes. Source: Bouygues Bâtiment Sud-est

BONNE PRATIQUE

DES CRÈCHES INTÉGRÉES À DES EHPAD: RÉSEAU DE MICRO-CRÈCHES TOM&JOSETTE

Tom&Josette déploie un réseau de micro-crèches intergénérationnelles intégrées à des lieux de vie pour seniors (EHPAD, résidences autonomie), créant des interactions enrichissantes entre enfants et aînés, tout en luttant contre l'isolement des personnes âgées. Ce modèle permet de mutualiser plusieurs usages au sein d'un même lieu, tout en créant des co-bénéfices intergénérationnels.





TIERS-LIEUX «AUTONOMIE DANS MON QUARTIER», SEINE-SAINT-DENIS

Implantés dans les quartiers prioritaires (QPV), ces tiers-lieux « autonomie dans mon quartier » sont de véritables lieux de convivialité de quartier où s'organise une diversité d'activités, de services ou d'usages en fonction des besoins identifiés par les habitants. Ils sont particulièrement orientés pour favoriser l'autonomie des personnes âgées et en situation de handicap mais sont accessibles à tous. Ces espaces permettent une gouvernance portée par les habitants du quartier, d'investir l'espace public, d'accéder à l'information, aux aides, aux formations et de créer des liens intergénérationnels. Ils proposent également un référentiel pour accompagner les collectivités dans des aménagements inclusifs et adaptés aux besoins des personnes en perte d'autonomie.



↑ Tiers-lieu Bofill'Good. Sources : Tiers-lieux dans mon quartier, Seine-Saint-Denis

TIERS-LIEU AUTONOMIE BOFILL'GOOD, NOISY-LE-GRAND (93)

Ce tiers-lieu autonomie, situé en rez-de-chaussée de la résidence intergénérationnelle « Les Jardins d'AbraXas » à Noisy-le-Grand, est un espace dédié au « faire ensemble » et à l'économie sociale et solidaire. Il propose :

- Des ateliers pour tous : upcycling, bien-être, et préservation de l'autonomie.
- Un soutien professionnel : formations et accompagnement des jeunes entrepreneurs.
- Un lieu de rencontre pour partager projets et liens de voisinage.

Ce projet, porté par l'Apes et Seqens, permet de créer du lien entre les habitants et les quartiers autour d'une dimension solidaire et inclusive.



BONNE PRATIQUE



RECRÉER DU LIEN À TRAVERS DES ESPACES ET ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES, LE JARDIN DE ROMANE, SAINT-ROMAIN-LE-PUY (42)

Ce projet de Loire Habitat combine des logements familiaux, des logements pour seniors et des habitations en accession, autour d'un bâtiment central conçu comme un « tiers-lieu ». Ce dernier inclut le Café Papotte, véritable espace de vie pour les habitants du quartier et de la commune, des ateliers communautaires tels qu'un *repair coffee* pour le bricolage et les réparations, ainsi qu'un carré des anciens, un espace dédié au calme des seniors. L'animation et la gestion de ces lieux sont assurées par des associations locales, dans une dynamique participative et solidaire.

BONNE PRATIQUE



(RE)CRÉER UN ÉCOSYSTÈME URBAIN ADAPTÉ AUX SENIORS, À GRANDE ÉCHELLE - « SHARE KANAZAWA », JAPON

Le village intergénérationnel « Share Kanazawa » au Japon, initié par des associations locales et les autorités publiques, rassemble des personnes âgées, des étudiants, et des individus en situation de handicap ou atteints de maladies chroniques, dans des résidences volontairement mixtes. Ce modèle repose sur un principe d'entraide où chacun reçoit des soins tout en en offrant :

- Les personnes âgées prennent soin des personnes handicapées.
- Les patients atteints de démence accomplissent des tâches adaptées pour aider les personnes handicapées.
- Les individus en situation de handicap s'occupent d'animaux.
- Les étudiants, en échange d'un loyer réduit, s'impliquent bénévolement dans la vie du village.



Habitat collectif, communautaire et identitaire

Depuis plusieurs années et de manière plus ou moins informelle, des lieux de vie regroupant des communautés de seniors émergent, favorisant l'autonomie, l'entraide et le collectif. Depuis les années 2000, des logements affinitaires ont vu le jour, destinés à des personnes âgées partageant plus qu'un simple critère d'âge. Les premiers projets, portés par l'association Sage aux États-Unis, concernaient la communauté LGBTQ+, offrant des espaces adaptés pour rompre l'isolement et renforcer les solidarités internes. Ces résidences se sont depuis étendues en Europe du Nord et en Angleterre, avec un projet prévu en France, à Lyon, en 2025. Ces projets, s'ils restent peu nombreux, présentent l'avantage de rompre l'isolement social de certains membres de ces communautés mais également de développer des formes d'entraide et de solidarité entre résidents, quel que soit leur niveau de dépendance : l'accompagnement dans la perte d'autonomie semble ainsi être favorisé par l'identité partagée.



Aux États-Unis, environ 500 communautés seniors se sont formées, rassemblant des personnes âgées qui choisissent de vivre ensemble. Certaines, comme les communautés fermées de la Sun Belt en Arizona, réglementent même les horaires de visite des petits-enfants pour préserver le bien-être des résidents (Futuribles, 2024).

Aux Pays-Bas, le programme Apartments for Life (A4L) de l'association Humanitas propose des ensembles résidentiels accueillant entre 100 et 300 logements, destinés aux personnes âgées de 55 ans jusqu'à la fin de leur vie. Ces appartements adaptables permettent un maintien à domicile grâce à une gestion coordonnée des soins, assurée par des infir-

miers(ères). En parallèle, les activités sont largement portées par des bénévoles et les résidents eux-mêmes.

En Grande-Bretagne, les almshouses, propriétés d'organismes caritatifs, offrent des logements favorisant la sociabilité et le soutien mutuel des résidents. Ces structures visent à répondre à des objectifs variés, tels que soulager les difficultés financières, et apparaissent comme une alternative à la crise immobilière. Elles ne se concentrent pas uniquement sur la prise en charge de la perte d'autonomie mais aussi sur la prise en compte des capacités et de besoins de la personne au quotidien.

Habitat partagé et inclusif

L'habitat partagé ou inclusif pour seniors est une alternative aux maisons de retraite médicalisées et aux résidences services seniors.

Inspiré des démarches citoyennes des années 1970 dans les pays nordiques, ce modèle permet aux personnes âgées de vivre ensemble de manière participative, en combinant espaces privatifs (chambres individuelles) et espaces communs (jardin, salle de vie) partagés avec d'autres colocataires.

Les futurs habitants accèdent à l'habitat partagé en fonction d'un projet de vie, s'inscrivant dans un projet social et partagé pouvant être symbolisé par une charte. Celle-ci permet d'établir, dans un acte de confiance, plusieurs enjeux liés à la cohabitation, tels que l'autonomie, la convivialité, la sécurité à domicile ou encore l'entraide, tout en favorisant un sentiment d'appartenance préalable à l'accès au logement.

Cette formule favorise la convivialité, l'entraide et le maintien de l'autonomie des seniors, tout en rompant l'isolement social (Logement Seniors).

Dans ce même cadre de « colocations réservées aux personnes âgées », il existe des habitats participatifs et autonomes qui reprennent les mêmes bases que l'habitat partagé, mais sans intervention quotidienne d'accompagnateur. Ce type d'habitat est destiné à des personnes autonomes, indépendantes mais seules.

Résidence Balcons des Pêcheurs, Mimizan.
Source : Domani



BONNE PRATIQUE



HABITAT PARTAGÉ POUR SENIORS EN PERTE D'AUTONOMIE : DOMANI, MIMIZAN (40)

Le projet Domani à Mimizan, «Résidence Balcons des Pêcheurs», propose un habitat partagé pour les seniors en perte d'autonomie. Chaque résident dispose d'un logement privé de 30 m² tout en partageant des espaces communs comme la cuisine, le salon et les terrasses. Située en plein centre de Mimizan Plage, la résidence permet de profiter des commerces, de la plage et de la vie locale en offrant la possibilité aux seniors d'être au cœur de la cité. Une équipe de 4 intervenants est là 24h/24 pour assurer sécurité et accompagnement, créant un cadre chaleureux et humain, idéal pour rompre l'isolement dans une ambiance de colocation.



Maisons Abbeyfield, Belgique.
Source : Institut Paris Région



BONNE PRATIQUE

DES MAISONS AUTOGÉRÉES ET ASSOCIATIVES : LES MAISONS ABBEYFIELD, BELGIQUE

Le concept des maisons *Abbeyfield* en Belgique, fondées en 1995, repose sur un modèle d'habitat collectif et autogéré pour seniors autonomes, inspiré du modèle anglais datant de 1956. Ces maisons, qui comptent en moyenne une dizaine de logements individuels accompagnés d'espaces communs, sont gérées par l'ensemble des habitants selon leurs possibilités, avec l'aide de volontaires extérieurs, tant sur le plan matériel que dans la vie en communauté. Chaque maison locale est une association à but non lucratif indépendante, accompagnée par l'association *Abbeyfield* dont elle est membre.

BONNE PRATIQUE

REMETTRE AU GOÛT DU JOUR LE BÉGUINAGE : LE CLOS DE LA MARMANDE, SAINT-ARMAND-MONTROND

Le projet *Clos La Marmande* à Saint-Amand-Montrond remet au goût du jour le concept des béguinages, en l'adaptant aux besoins contemporains des seniors. Labellisé «*Mon Logement Santé : logement promoteur de santé*», ce projet répond à l'un des principaux défis du vieillissement : lutter contre l'isolement des personnes âgées tout en permettant une accession inclusive avec un loyer de logement social. Ce béguinage intègre une salle d'activités commune, animée 35 heures par semaine par des spécialistes, permet d'organiser des activités collectives et de maintenir une vie sociale dynamique.



↑
Le clos de la Marmande, Saint-Armand-Montrond.
Source : Magcentre. Crédit : France Loire



Diversifier les offres résidentielles médico-sociales

Face à la crise, financière et culturelle du modèle de l'EHPAD, des nouveaux modèles alternatifs se développent pour favoriser un environnement médical inclusif, ludique et sécuritaire pour les personnes âgées et en perte d'autonomie.

→
Bistro Ehpad : Chez Georges, Abbeville. Source : Ehpad Georges-Dumont, Gagliardo, E. (2023). Zepros.



BONNE PRATIQUE

BISTRO EHPAD : CHEZ GEORGES À ABBEVILLE

Depuis mars 2023, l'Ehpad Georges Dumont à Abbeville a inauguré un bistrot, «*Chez Georges*», en plein cœur de l'établissement. Initié par un cadre de santé en psychiatrie, ce projet vise à créer des liens sociaux ordinaires pour les résidents, leur permettant d'échanger de l'argent contre des consommations. Les tarifs sont abordables et l'impact est rapide : les résidents sortent de leur chambre, se retrouvent entre eux ou avec leurs proches, jouant à des jeux et discutant, ce qui brise la solitude et redonne de la vie à l'établissement.

→
Résidence Seong Gwang Won, Corée du Sud



BONNE PRATIQUE

RESIDENCE « SEONG GWANG WON »

En Corée du Sud, cette résidence médicalisée, rénovée en 2021, se distingue par son approche «*résident-centrée*», considérant que «*le meilleur soin pour les seniors c'est de leur donner un espace personnel pour encourager leur autonomie*». Elle accueille des seniors de 65 ans et plus, souffrant de démence ou de paralysie, et propose un soutien financier pour ceux couverts par l'assurance soins de longue durée. Le design intègre un privilège des matériaux chaleureux comme la brique et le bois, des couleurs différenciant les portes et un mobilier adaptable, intégrant des objets personnels pour recréer un environnement familial et confortable. Des espaces tels que des jardins intérieurs, une salle de rééducation sécurisée et des espaces de relaxation ont également été aménagés pour offrir des cheminements apaisants.



L'ART ET LA CULTURE COMME VECTEURS DE NOUVEAUX IMAGINAIRES DANS LES EHPAD

Le tiers-lieu de la résidence Ehpap Mer et Pins Vent d'Ouest, à Saint-Brévin-les-Pins (44) met à disposition un espace dédié à la musique, à la culture, et au numérique. Il a pour but de favoriser le lien social et de développer les rencontres avec les riverains et les autres acteurs locaux afin que les résidents de l'EHPAD se sentent de réels habitants et acteurs de la ville. Dans la place du village de la résidence, un piano est mis à disposition, des élèves de l'école de musique viennent régulièrement jouer. Un espace clair et lumineux est présent à l'étage pour accueillir ateliers de tricot, couture, loisirs créatifs ou autres temps d'échange.

Le collectif d'artistes « Zirlib » a pour vocation de faire émerger des formes de vie artistiques dans les EHPAD, en réinterrogeant la place de ces établissements dans notre société. Cette association fondée et dirigée par l'auteur et metteur en scène Mohamed El Khatib, Zirlib œuvre dans le champ de la création contemporaine et de la médiation culturelle. La rencontre est au point de départ de chaque création : rencontre avec une femme de ménage, un éleveur de moutons, des sage-femmes, un marin. C'est à partir de ces rencontres que s'inventent des fresques intimes ou spectaculaires.



Résidence Les allées du Lac Arcade-VYV.
Source : Arcade-VYV



GROUPE VYV: RENDRE LA SANTÉ ACCESSIBLE À TOUS

Le Groupe VYV, premier acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France, a pour vocation de rendre la santé accessible à tous en agissant sur les principaux déterminants de santé. Avec ses trois métiers – assurance, soins et accompagnement, et logement – il propose des solutions adaptées aux besoins de chacun tout au long de la vie.

VYV déploie une large gamme de services favorisant l'autonomie et le bien-être des personnes âgées, comme les résidences autonomie, les habitats inclusifs (Vill'âge Bleus®, Square des Âges) et des logements intergénérationnels. Le groupe propose également des dispositifs de soutien aux aidants, comme des plateformes de répit, des accueils de jour et des hébergements temporaires.

En matière de soins, VYV innove avec des technologies telles que la télémédecine et des consultations mobiles (optique, dentaire) pour répondre aux besoins spécifiques des

seniors, y compris en grande dépendance. Des initiatives comme l'EHPAD de la Charmée à Châteauroux illustrent cette approche, intégrant des robots compagnons pour maintenir l'autonomie et améliorer le quotidien des résidents.

La filiale « logement » du groupe VYV, incarnée par le bailleur social Arcade-VYV, déploie une démarche « logement-santé » prévoyant des logements conçus et gérés pour vivre dans un environnement promoteur de santé, à travers 3 axes : le bâti, les services facilitant le quotidien et le lien social. Chaque logement intègre ainsi la qualité de l'air intérieur et le confort d'été en utilisant des principes bioclimatiques dès la conception, des espaces ou des solutions incitant à la pratique d'activités physiques pour tous les âges, des animations collectives ou encore un accès à des réseaux de voisinage solidaire pour tous les habitants. Ces modèles, comme l'offre HAPI (Habitat Accompagné, Partagé et Inséré), répondent aux besoins des seniors à faibles revenus tout en favorisant le lien social et la qualité de vie.

Pour une citoyenneté active des seniors

Des seniors acteurs de leur vieillesse

L'expertise des habitants les plus âgés, au même titre que celle des professionnels et des élus, permet de développer des projets plus pertinents. La co-construction renforce le sentiment d'appartenance au territoire et réaffirme la citoyenneté à tout âge. Ainsi, les seniors deviennent des alliés précieux pour les collectivités, contribuant à créer des environnements plus conviviaux et adaptés à toutes les générations (Giacomini A., 2024).

Une société de la longévité repose sur de nouveaux modes d'implication des seniors dans les processus de décisions.

Soutenir une démarche participative est essentiel non seulement pour renforcer le rôle des seniors au sein de la société, mais également pour améliorer les pratiques professionnelles des aidants en s'appuyant sur les besoins et les attentes exprimés par les principaux concernés.

Impliquer les seniors et acteurs de la longévité dans les processus de décision permet d'adopter une approche intersectorielle et d'implémenter des solutions adaptées aux contextes et besoins locaux.



LA PLACE ET LE RÔLE DES 14 MILLIONS D'ÂGÉS DE NOTRE PAYS RESTENT LE TROU NOIR DE LA PENSÉE POLITIQUE, ALORS QU'IL S'AGIT DE LES IMPLIQUER À TOUS LES NIVEAUX DE LA DÉCISION PUBLIQUE.

MICHÈLE DELAUNAY

Médecin, ex-députée et Ministre dans «Le vieillissement au coeur des politiques publiques ; méthodologie pour une approche transversale», 2016



BONNE PRATIQUE



DÉCIDER AVEC LES PERSONNES ÂGÉES : ASSOCIATION CITOYENNÂGE

L'association Citoyennâge promeut la participation active des personnes âgées, y compris celles résidant en EHPAD, dans les décisions les concernant. Cette initiative reflète une volonté de considérer les seniors non comme des individus passifs, mais comme des acteurs de leur propre vieillesse. Comme le rappellent les membres de Citoyennâge, il est encore trop fréquent de décider pour les personnes âgées au lieu de décider avec elles.



IMPLIQUER LES SENIORS DANS LA VIE COMMUNAUTAIRE

L'association Pro Senectute Vaud a développé des quartiers solidaires qui permettent aux aînés de participer à des activités sociales, de soutenir les voisins et de créer des liens intergénérationnels.

En parallèle, la plateforme Senior Lab engage les seniors dans des projets de recherche sur des enjeux comme la santé et la technologie. Elle leur permet de contribuer activement à l'innovation, tout en apportant leurs connaissances pratiques du vieillissement.

À Yverdon-les-Bains, le Conseil des Seniors permet aux aînés de participer directement à la gestion locale, renforçant leur rôle dans la prise de décision et l'adaptation des politiques publiques.





POUR UN VIEILLISSEMENT ACTIF ET EN BONNE SANTÉ: DÉMARCHE «VIEILLISSEMENT ACTIF EN BONNE SANTÉ», OMS

La démarche VADA (Viellissement Actif et en Bonne Santé) de l'OMS promeut l'inclusion active des personnes âgées dans l'élaboration des politiques locales pour mieux répondre à leurs besoins et aspirations. Elle encourage des actions concrètes comme la consultation des seniors dans la conception d'espaces accessibles, la création de programmes intergénérationnels et le développement de services de santé adaptés. Cette approche vise à transformer les villes en environnements réellement adaptés au vieillissement, où chaque génération peut vivre et contribuer pleinement.



PROGRAMMES INNOVANTS POUR L'APPRENTISSAGE TOUT AU LONG DE LA VIE

L'Académie des aînés à Hong Kong offre des cours variés, allant des nouvelles technologies à la santé ou à l'art, renforçant ainsi la curiosité intellectuelle et l'inclusion sociale des seniors.

En Wallonie, le programme Apprentiss'Âge favorise le partage intergénérationnel et l'acquisition de compétences, encourageant les seniors à transmettre leur savoir ou à apprendre dans des domaines variés.

Un vieillissement actif, clé de la longévité et du bien-être

Permettre aux seniors un accès à un vieillissement actif est un enjeu majeur de prévention de santé physique, mentale et favorise un cadre de vie sain.

Les Blue Zones, ou zones de longévité, sont les villes avec le taux de personnes âgées le plus élevé, comme Okinawa au Japon ou Icaria en Grèce. L'étude de ces zones a permis de démontrer l'impact positif de modes de vie favorisant l'équilibre alimentaire, l'activité physique régulière et le lien social, mais également l'importance d'avoir des perspectives de vie, de limiter le stress et d'être entouré de sa famille. Des environnements adaptés, des opportunités de formation variées et une participation sociale active permettent d'intégrer le vieillissement dans la continuité des autres étapes de la vie, plutôt que de le percevoir comme une période de contraintes ou de fin de cycle.

BONNE PRATIQUE



DES SENIORS PRENANT SOIN D'AUTRES SENIORS: PROGRAMME «NO-NO-CARE», CORÉE DU SUD

Le programme «No-No-Care», pris en charge par les villes en Corée du Sud, met en relation des personnes âgées en bonne santé qui rendent visite à d'autres seniors, vivant seuls, pour prendre de leurs nouvelles et leur fournir les services nécessaires (nettoyage, lessive, cuisine, vérification de la sécurité). Cette initiative permet de créer des emplois pour les seniors, avec un salaire mensuel de 200€ pour des visites de 3 heures, 2 à 3 fois par semaine, soit: 30 heures mensuelle, et de créer des environnements limitant l'isolement des seniors et recréant du lien.



Lutter contre l'âgisme dans les territoires, un enjeu de santé publique

L'âgisme, qu'il soit institutionnel, interpersonnel ou dirigé contre l'individu lui-même de manière intériorisée, réduit considérablement la qualité de vie des personnes âgées, accroît leur isolement social et leur solitude et peut augmenter le risque de violence et d'abus à leur rencontre.

Ainsi, il est essentiel de faire infuser de nouveaux discours et imaginaires pour faire barrage à ces stéréotypes et retisser des liens entre les générations.



BONNE PRATIQUE



SENSIBILISER CONTRE LES STÉRÉOTYPES LIÉS AU VIEILLISSEMENT, GUADALAJARA (MEXIQUE)

À Guadalajara, au Mexique, des campagnes de sensibilisation et des programmes intergénérationnels ont été mis en place pour lutter contre les stéréotypes liés au vieillissement et renforcer l'empathie :

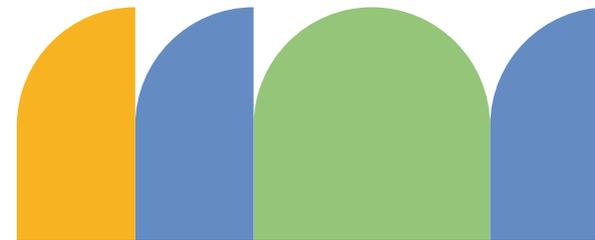
- Les campagnes visent à valoriser le vécu des seniors, en mettant en avant la richesse de leurs connaissances et leur héritage culturel à travers des échanges et prises de parole.
- Parallèlement, des initiatives intergénérationnelles, comme des ateliers de mentorat et des projets communautaires, favorisent les échanges entre jeunes et aînés.

BONNE PRATIQUE



L'ART POUR CHANGER LE REGARD SUR LA VIEILLESSE : CONFÉRENCE «RIDÉE...MAIS PAS FANÉE» DE L'ASSOCIATION «CONFÉRENCES-GESTICULÉES»

En France, l'association « Conférences-gesticulées » a développé une conférence « Ridée... mais pas fanée » s'appuyant sur l'art et la photographie pour aborder les idées reçues concernant « les vieux » et offrir de nouvelles perspectives sur le vieillissement : « Vieillir, c'est vivre ! ». Ce projet met en scène des portraits artistiques de seniors, souvent accompagnés de témoignages sur leur vie, leurs expériences et leurs aspirations. Ces œuvres mettent en évidence la richesse de leurs parcours, la diversité de leurs histoires et la profondeur de leur humanité. En célébrant les rides comme des marques d'une vie pleine et vécue, cette initiative cherche à transformer des signes souvent perçus comme des symboles de fragilité en reflets de résilience et de beauté.



Combattre l'isolement social

L'isolement chez les seniors, qu'il soit social, amical, familial, physique ou mental, génère un sentiment d'inutilité et de honte pouvant conduire à une perte d'autonomie et de confiance en soi. Ce sentiment est souvent une conséquence des stéréotypes liés à l'âge et peut être accentué par la dématérialisation des démarches, le manque de connaissance des dispositifs et ressources à leur disposition, un sentiment de méfiance envers les institutions ou la saturation des services publics et offre de soins insuffisants.

Pour combattre cet enjeu clé du vieillissement, il est essentiel de remettre de l'humain au cœur des relations, de développer des outils de repérage de l'isolement et de la précarité, de cartographier les ressources et dispositifs territoriaux et de développer des actions favorisant la rencontre entre les seniors et le voisinage.

INITIATIVES POUR REMETTRE DU LIEN DANS LE QUOTIDIEN DES SENIORS

Les « caisses de bavardage » de la chaîne néerlandaise de supermarchés Jumbo permettent aux clients, notamment les personnes âgées, de prendre le temps de discuter avec le personnel de caisse. Ce simple geste, intégré à l'expérience d'achat, crée un moment de convivialité et combat le sentiment de solitude. Cette idée a connu un succès tel qu'elle s'est étendue auprès de 200 magasins, depuis sa création en 2019 à Vliijmen.

À Barcelone, le programme « Vincles BCN » passe par une application mobile pour renforcer les liens sociaux des seniors, en leur permettant de rester en contact avec leurs proches, échanger avec des groupes d'intérêt ou accéder à des activités locales. Ce dispositif permet de réduire l'isolement en simplifiant les interactions sociales, même pour ceux qui ne se déplacent pas facilement.

En France, des espaces physiques comme le Comité parisien de lutte contre l'isolement ou les tiers-lieux, à Thonon-les-Bains, proposent des services de proximité et des activités adaptées. Ces lieux créent des opportunités de rencontre et d'entraide dans un cadre accueillant, tout en offrant un soutien aux besoins quotidiens des seniors.

La plateforme Ring Twice encourage la solidarité de voisinage en facilitant l'entraide pour des tâches quotidiennes, comme les courses ou les petits travaux. Ces initiatives favorisent les interactions entre générations, tout en renforçant les communautés locales et offrant aux seniors des réseaux de soutien informels mais précieux.

BIBLIOGRAPHIE

Travaux académiques

- Arcand, B. (1982). La construction culturelle de la vieillesse. *Anthropologie et Sociétés*, 6(3), 7–23. Québec: Département d'anthropologie, Université Laval.
 - Beauné, S., & Vazquez, J. (2024). Citoyennage: « Les personnes âgées parlent, les professionnels écoutent ». *NPG Neurologie - Psychiatrie - Gériatrie*, 24(143), 310–323.
 - Blanchet, M. (2018). Gérontocroissance et territoires: quel potentiel pour la silver économie? *Population & Avenir*, 2018(4), 4–7. > www.doi.org/10.3917/popav.739.0004
 - Blasquiet-Revol, H., Guillot, M., Cherchelay, J., Quernet, C., & Valleix, M. (2018). Ces retraités qui participent à la dynamique locale en milieu rural. *Pour*, 233(1), 71–79.
 - Caradec, V. (2017). L'épreuve de la retraite: Transformations sociétales, expériences individuelles. *Nouvelle revue de psychosociologie*, 23(1), 17–29.
 - Guérin, S. (2018). La silver économie: Levier au service d'une société de la longévité douce ou eldorado numérique pour économie déclinante? *Pour*, 233(1), 195–201.
 - Guillemard, A.-M. (1972). La retraite, une mort sociale. Paris: Mouton.
 - Guillemard, A. (2002). De la retraite mort sociale à la retraite solidaire: La retraite une mort sociale (1972) revisitée trente ans après. *Gérontologie et Société*, 25(102), 53–66.
 - Herzog, A. R., & House, J. S. (1991). Productive activities and aging well. *Generations: Journal of the American Society on Aging*, 15(1), 49–54.
 - Lépori, M. (2019). Conditions d'habitat, entourage, politiques publiques: L'adaptation des logements des personnes âgées en Europe (Thèse de doctorat). Université de Strasbourg. > <https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-02429096v2/document>
 - Roberts, A. (2021). Age-Friendly Urban Policy and City Design in Toyama City, Japan. *Urban Design*, (158). > https://pure.manchester.ac.uk/ws/portalfiles/portal/292546656/UD158_magazine-2.pdf
- ## Études et rapports institutionnels
- Anil & Adil. (2023). Bien vieillir chez soi? Bilan et perspectives pour les politiques locales de l'habitat.
 - Baromètre des Villes Amies des Aînés « Ce que veulent les vieux », Réseau francophone des Villes Amies des Aînés, 2024.
 - A short guide to how to design age integrated urban spaces. (2017). Issuu. > https://issuu.com/arki_lab/docs/a_short_guide_to_how_to_design_age_
 - Arup. (2019). Cities Alive: Designing for ageing communities. > www.arup.com/insights/cities-alive-designing-for-ageing-communities/
 - Bien vieillir en Loire-Atlantique, le Département s'engage. (s. d.). Loire-atlantique.fr. > www.loire-atlantique.fr/44/seniors-personnes-agees/bien-vieillir-en-loire-atlantique-le-departement-s-engage/c_1437804
 - Bigot, R., Crouette, P., & Müller, J. (2013). Évolution des conditions de vie et des aspirations des seniors en France depuis 30 ans. *Cahier de recherche N° C311*. Paris: CREDOC.
 - Cerema. (2016). État de l'art - Piétons seniors et aménagement de la voirie en milieu urbain. > https://www.cerema.fr/fr/system/files/documents/2017/12/Securite_seniors_pietons-VFinale_maj_juin2016_cle23e1b9.pdf
 - Conseil d'orientation des retraites. (2024). Évolutions et perspectives des retraites en France.
 - Département de la santé et de l'action sociale du Canton de Vaud. (2021). Vieillir 2030 : Portrait des seniors dans le canton de Vaud. > www.vd.ch/fileadmin/user_upload/organisation/dsas/DGCS/20210924_Portrait_Seniors_final.pdf
 - Elabe. (2023). Baromètre de la solidarité intergénérationnelle.
 - Fiche partage d'expérience n°733, Aménagement de l'espace public. Mise en place de bancs adaptés aux seniors, Villes Amies des Aînés, octobre 2023.
 - Insee Références. (2018). Les seniors de 1870 à 2070.
 - INSEE. (2021). Évolution de la population de 1970 à 2070.
 - Insee. (2023). 30 000 centenaires en France en 2023, près de 30 fois plus qu'en 1970. *Insee Première*, (1943).
 - Knöpfel, C., & Meuli, N. (2020). Vieillir sans famille: une étude exploratoire. Zürich: Direction des affaires culturelles et sociales, Fédération des coopératives Migros. > https://www.im-alter.ch/uploads/media/default/0001/01/Kurzbericht_alt-werden_fr.pdf
 - Kuhn-Lafont, A., & Broussy, L. (2024, avril). Objectif: les enjeux du vieillissement en politique de la ville. Comment s'en saisir? Villes et territoires Occitanie.
 - L'Observatoire des territoires. (2021, décembre). Du vieillissement à la gérontocroissance : deux phénomènes distincts qui touchent inégalement les territoires. *Cahier n°1, Territoires et transitions: enjeux démographiques*.
 - La Banque Postale. (2023, 20 janvier). Rebond, Quel impact du vieillissement démographique sur la productivité? > <https://www.labanquepostale.com/content/dam/lbp/documents/etudes/eco/rebond/2023/rebond-impact-demographique-productivite.pdf>
 - Lisack, N., Sajedi, R., & Thwaites, G. (2019, décembre). *Population Ageing and the Macroeconomy*. Banque de France.
 - Matières grises. (2018, septembre). Les personnes âgées en 2030.
 - Matières grises. (2019, juin). Grand âge: éviter l'hôpital.
 - Observatoire OCIRP Salariés aidants. (2024). Salariés aidants, quelles réponses? OCIRP/ VIAVOICE, 4ème édition. > www.ocirp.fr/app/uploads/2024/10/etude-ocirp-aidants-2024.pdf
 - OMS. (2021). Rapport mondial sur l'âgeisme.
 - Plan antichute des personnes âgées. (s. d.). solidarites.gouv.fr | Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles. > www.solidarites.gouv.fr/plan-antichute-des-personnes-agees?
 - Prévention des chutes chez les seniors et les personnes âgées: publication d'un manuel pratique à destination des professionnels – Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles. (2023). Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles. > www.sante.gouv.fr/actualites/actualites-du-ministere/article/prevention-des-chutes-chez-les-seniors-et-les-personnes-agees-publication-d-un?
 - Réseau francophone des villes amies des aînés. (2024). Ce que veulent les vieux: Baromètre des villes amies des aînés.
 - Xerfi. (2024, décembre). Les marchés de la silver économie à l'horizon 2028.

Articles et presse

- À vélo sans âge. (s. d.).
> www.capbreton.fr/annuaire/annuaire-des-associations/101-a-velo-sans-age.html
- Accessibilité du réseau irigo : services et équipements pour personnes à mobilité réduite. (2023).
> www.irigo.fr/se-deplacer/accessibilite-du-reseau-irigo-services-et-equipements-pour-personnes-mobilite-reduite
- Adam, A. (2023, 12 janvier). Saint-Amand (18) : le béguinage seniors ouvre ses portes au public - Mag& # 039 ; Centre. Mag'Centre.
> www.magcentre.fr/239584-saint-amand-18-le-beguinage-seniors-ouvre-ses-portes-au-public
- Badeau, K. (2019). 2070 : bienvenue dans la France des « super-seniors ». Les Echos.
> www.lesechos.fr/idees-debats/sciences-prospective/2070-bienvenue-dans-la-france-des-super-seniors-1136007
- Citoyennage. (n.d.). La parole des personnes âgées.
> www.citoyennage.fr
- Courrier International. (2024). Vieillir dans un monde en surchauffe, un danger qui n'épargne personne.
- Dagnaud, M. (2024). Un désamour entre les générations ? Telos.
> www.telos-eu.com/fr/societe/un-desamour-entre-les-generations.html
- Damon, J. (2024). Démographie : des EHPAD ou des crèches ? Futuribles.
> www.futuribles.com/demographie-des-ehpad-ou-des-creches/
- Eurostat. (n.d.).
> www.ec.europa.eu/eurostat/
- Gagliardo, E. (2023). Ehpads d'Abbeville : un bistrot pour remonter le moral des résidents. Zepros.
> www.resto.zepros.fr/restauration-collective/gestion-directe/ehpad-abbeville-bistrot-remonter-moral-residents
- Galland, O. (2024). La guerre des générations aura-t-elle lieu ? Telos.
> www.telos-eu.com/fr/societe/la-guerre-des-generations-aura-t-elle-lieu.html
- Giacomini, A. (2024). Des territoires pour tous les âges. Métropolitiques.
> www.metropolitiques.eu/Des-territoires-pour-tous-les-ages.html
- La Dépêche. (2024). Réforme des retraites : pendant ce temps-là, au Japon, la moitié des plus de 65 ans travaillent encore.
- Lorenzi, J.-H., & Villemeur, A. (2024). Choc du vieillissement, le déni. Le cercle des économistes.
> www.lecercledeseconomistes.fr/articles/societe/demographie/choc-du-vieillissement-le-deni/
- LTA | Walking. (s. d.).
> https://www.lta.gov.sg/content/ltagov/en/getting_around/active_mobility/walking_cycling_infrastructure/walking.html#silver_zones
- Mandon, L. M. O. (s. d.). Les Maisons Abbeyfield en Belgique : un habitat autogéré pour personnes âgées. L'Institut Paris Region.
> www.institutparisregion.fr/societe-et-habitat/habitat-et-logement/habiter-autrement/les-maisons-abbeyfield-en-belgique-un-habitat-autogere-pour-personnes-agees.html
- Meissonnier, J. (2023). Mobilité : Les papy-boomers dans une impasse ? The Conversation.
> www.theconversation.com/mobilite-les-papy-boomers-dans-une-impasse-204497
- Organisation Mondiale de la Santé. (n.d.).
> www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health
- Pilon, C. (2020). Une fabrique prospective pour penser les effets du vieillissement. Horizons publics, 14, mars-avril.
- Poulizac, M. (2024). Comment loger les personnes âgées en France en 2040 ? Futuribles.
> <https://www.futuribles.com/comment-loger-les-personnes-agees-en-france-en-2040/>
- Pour l'inclusion de tous les publics. (s. d.).
> www.ezymob.fr
- Pradier, P.-C. (2023). Analyses et défis - Les risques de la transition démographique. Risques, (n° 136).
> www.revue-risques.fr/2023/12/dossier-les-risques-de-la-transition-demographique
- Reclus, P. (2023). Sommes-nous condamnés à devenir une Europe de vieux ? ESL & NETWORK.
> www.eslnetwork.com/2023/11/24/sommes-nous-condamnes-a-devenir-une-europe-de-vieux
- Résidences Les allées du lac à voisins-le-bretonneux (78) - GROUPE ARCADE-VYV. (2023). GROUPE ARCADE-VYV.
> www.groupearcadevyv.fr/realisation/residences-les-alles-du-lac-a-voisins-le-bretonneux-78
- Transitions démographiques, transitions économiques. (2024, 1^{er} juin). L'impact économique d'une réduction de la fécondité en France.
> www.tdte.fr
- Verdo, Y. (2018). Vieillir et mourir : une fatalité ? Les Echos.
> www.lesechos.fr/idees-debats/sciences-prospective/vieillir-et-mourir-une-fatalite-237413
- Weller, C. (2017, août 2). Inside the Dutch « dementia village » that offers beer, bingo, and top-notch healthcare. Business Insider.
> www.businessinsider.com/inside-hogewey-dementia-village-2017-7

Crédits

Note de tendances #16 – Février 2025

Direction Stratégie, Équipe Prospective – Bouygues Construction – prospective@bouygues-construction.com

Comité de rédaction : Virginie Alonzi, Elsa Favreau, Solène Martin, Paola Sierra





Bouygues Construction

1, avenue Eugène Freyssinet - Guyancourt
78061 Saint-Quentin-en-Yvelines Cedex - France
Tél: +33 (0)1 30 60 33 00

www.bouygues-construction.com

www.blog.bouygues-construction.com

@Bouygues_C

www.linkcity.com

@LinkCity

www.elan-france.com

@ELAN_France



BUILDING FOR LIFE

