

## **Fiche N° 8 bis Liberté de soi et dépendance, maîtrise de sa vie**

### ***Pourquoi***

Cette fiche est pensée en fonction de la population des séniors (actuellement les plus de soixante ans). Celle-ci est loin d'être uniforme puisqu'elle s'étend aujourd'hui sur quarante ans et comporte donc deux générations de citoyens bien différenciées. On ne peut plus seulement penser cette population en terme de « prolongation de la vieillesse » mais tout autant en terme de prolongement de la maturité et même de son renouvellement dans les premières années de la retraite. Un changement d'image sociale doit se faire pour que les séniors puissent trouver et garder leur place de citoyen et d'acteur social en avançant en âge.

La deuxième génération doit être traitée en fonction des nouveaux savoirs qui la concernent en particulier le rapport étroit aujourd'hui établi entre l'état physique, mental et moral des plus de soixante-dix-huit ans et la vie qu'ils ont vécue dans les premières années de la retraite. Lorsqu'ils lâchent alors leurs activités sociales, c'est pour eux une seconde retraite dont on ne comprend pas encore les conséquences humaines, civiques et sociales pour le grand âge. Rester un(e) citoyen(ne) actif(ve) éviterait souvent de tomber dans la dépendance.

**-Objectifs porteurs de sens** pour un Pacte Civique qui porte aussi sur la vie des séniors (liberté de soi, dépendance, maîtrise de sa vie) Les objectifs soulignés ici s'adressent autant aux séniors eux-mêmes qu'à ceux qu'ils fréquentent des autres générations afin qu'ils acquièrent un autre regard sur leurs aînés.

-Vivre sa retraite comme le moment enfin venu de consacrer du temps à la vie civique et non comme le moment de « bouffer du loisir » quelles qu'en soient la qualité et les conséquences pour les autochtones.

-Avoir une vigilance soutenue sur les choix de vie, les comportements, les actes posés qui expriment un souci de citoyen qui se prend en charge.

-Maintenir les liens du passé mais avoir le souci de nouveaux liens avec des gens différents dans son environnement, au cours des voyages à l'étranger et apprendre de nouvelles langues-

-Considérer que le sénior a un rôle de « veilleur », avec un regard critique affiné, une bonne distance et une éthique sans compromission.

### ***-Engagements personnels***

Le développement de sa propre personne et sa capacité de changer en lien avec les autres sont des conditions essentielles pour jouer un rôle de citoyen en démocratie, d'où :

-Acquérir peu à peu la liberté que la retraite offre pour se libérer de contraintes inutiles et de vieilles habitudes, savoir dire non et choisir ses activités, chercher en soi ce qui pourrait nous rendre créatif et innovant pour nous-même et pour les autres.

-Transformer nos dépendances subies en dépendances voulues, choisies, sinon retrouver notre liberté en les refusant et en les remplaçant par une activité désirée. Les dépendances dûes à la maladie ne sont évidemment pas choisies, elles peuvent se vivre à l'intérieur d'une liberté qui y consent dans la réciprocité d'attention avec le soignant reconnu et respecté.

-Prendre en charge nos propres vies et aider les autres à le faire pour éviter la consommation passive (T.V. magazines, rituels de repas, médicaments) et le transfert sur autrui de tout ce que l'on ne fait plus l'effort de résoudre ou de comprendre (assistantes sociales, enfants adultes, amis dévoués, œuvres caritatives, médecins, etc.). Le rapport aux autres, la participation à la vie civique grâce au partage de tâches, incombent aux séniors qui garderont ainsi en mains leur existence parce qu'ils devront répondre de leurs actes aux yeux d'autrui.

-Echanger avec les enfants et les petits-enfants sur l'actualité civique et politique, oser donner un point de vue et l'argumenter, témoigner de ses choix et de ses actes, engager à réfléchir et à agir. Eviter le plus longtemps possible de « se dire en dehors du coup » mais rester modeste, écouter les opinions, demander des explications.

### ***-Engagements collectifs***

-S'engager au sein des associations et des institutions intéressées par et pour les seniors à militer pour que les deux générations de seniors se retrouvent sur des tâches civiques communes et découvrent qu'elles ont beaucoup à s'apporter mutuellement. Les plus jeunes seniors permettent aux plus âgés ( *les seniors plus*) de rester au maximum dans le coup, les plus âgés pouvant faire découvrir que la vieillesse est un achèvement qui dépasse et transcende la dégradation.

-S'engager au sein des familles, des associations et des institutions à agir pour faire évoluer les idées reçues sur la dépendance : faire entendre que garder le plus longtemps possible de petites responsabilités permet à la personne de sauvegarder un peu de mémoire et de conscience d'elle-même. Le souci social excessif de sécurité, la peur entretenue par les institutions, les familles amenuisent souvent fortement la liberté de soi et la maîtrise de sa vie de ceux qui commencent seulement à avoir quelques problèmes (on ne sort plus le soir pour des réunions de quartier par exemple). D'où la perte d'appartenance et du souci des autres qui conduit à l'isolement.

-S'engager à militer auprès des médecins et soignants pour qu'ils favorisent l'autonomie des malades en leur donnant patiemment les informations nécessaires et les explications adaptées à la prise en charge personnelle de leurs problèmes de santé. Ils auront à cœur d'en contrôler l'acquisition au fil du temps.

### ***-Interpellation des structures***

-La dépendance est actuellement l'objet d'une réforme importante, toujours à l'étude. Elle semble être essentiellement d'ordre technique et médical. Va-t-elle s'accompagner d'une étude des causes autres que médicales ? Nous les avons évoquées précédemment. A partir du moment où la personne âgée est mise dans une institution, « elle entre en dépendance » et la dépendance des résidents convient hélas mieux à l'organisation que la liberté de soi. Cette dernière n'est pas du tout pensée généralement. La réforme devrait prendre en compte cette dimension humaine.

-La formation des personnels soignants et accompagnants est assurée par l'institution dans les maisons médicalisées mais elle semble souvent très sommaire. La marche par exemple n'est pas du tout encouragée : les personnes marchent lentement et il est plus vite fait de les embarquer en chaise roulante...

- La maltraitance est souvent liée à la dépendance, elle existe aussi bien à domicile de la part de la famille ou d'aides auxiliaires qu'en institutions de la part des personnels, elle est difficile à repérer car les sujets maltraités n'osent pas le faire savoir, craignant les représailles. Des réseaux de proximité pourraient jouer un rôle efficace dans ce domaine.

- Les problèmes de tutelle et de curatelle sont souvent inextricables. Il y aurait lieu d'en clarifier et d'en simplifier la réglementation

-