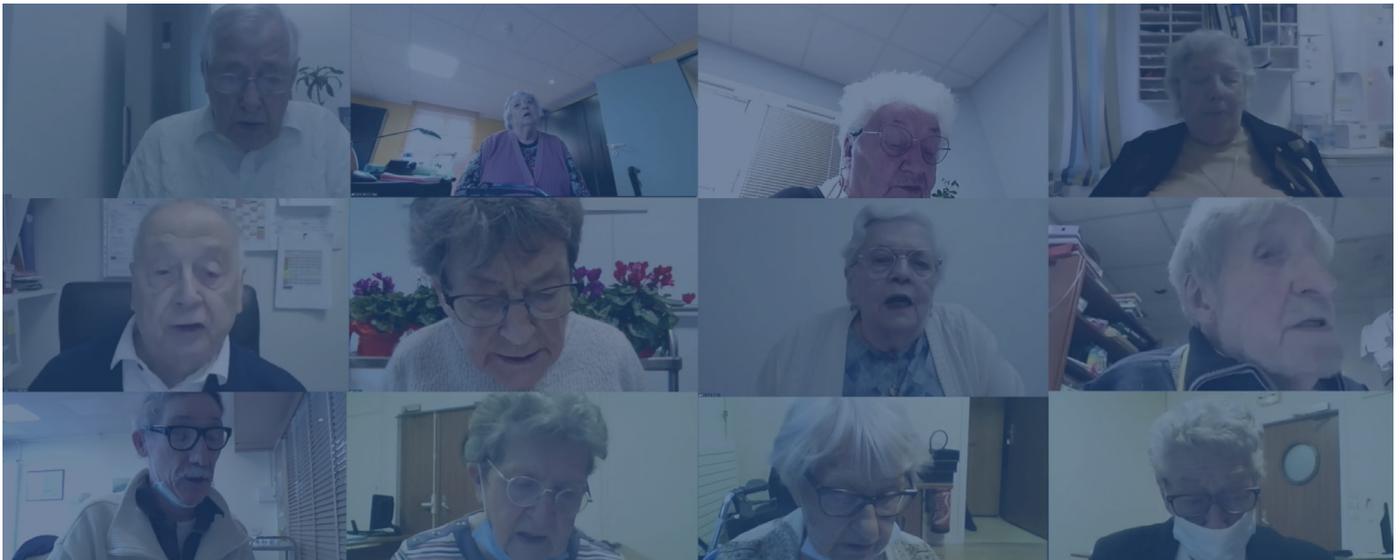


Les échos de **CITOYENNAGE**

Le journal de la citoyenneté des personnes âgées



CONSTITUTION DE L'ASSOCIATION NATIONALE CITOYENNAGE

Participation de Citoyennage au Dispositif flash participatif
retour d'expérience, de résilience et de prospective

Les personnes âgées s'expriment

Les professionnels écoutent

Projet initié par

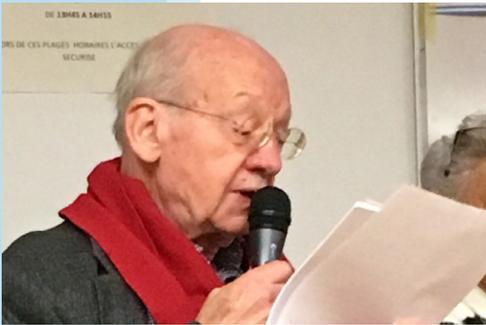


avec le soutien de



CITOYENNAGE vous présente ses meilleurs voeux et vous souhaite une très belle année 2021 !

Édito



Le Dispositif flash participatif et la création de l'association nationale ont permis de donner de la visibilité et de la crédibilité au mouvement. D'abord par une présence importante dans la presse nationale et régionale, ainsi que dans les médias spécialisés, sans compter des apparitions remarquées à la télévision. Il faut maintenir cette visibilité à court et

moyen terme. Cette notoriété nous a permis de nouer un dialogue fructueux avec deux représentantes importantes des pouvoirs publics : d'une part la Conseillère Santé du Président de la République et d'autre part la Ministre de l'Autonomie. Ces deux rencontres semblent nous avoir permis d'atteindre notre objectif qui est d'être reconnu comme interlocuteur officiel dans le cadre de l'élaboration de la loi

« Autonomie ». Nous vous invitons à continuer à œuvrer dans le cadre du mouvement pour que notre voix soit entendue par la société. Nous sollicitons vos contributions qui nous aiderons à établir notre position sur la loi « grand age » et lui donnerons de la crédibilité.

Philippe WENDER, Président Citoyennage

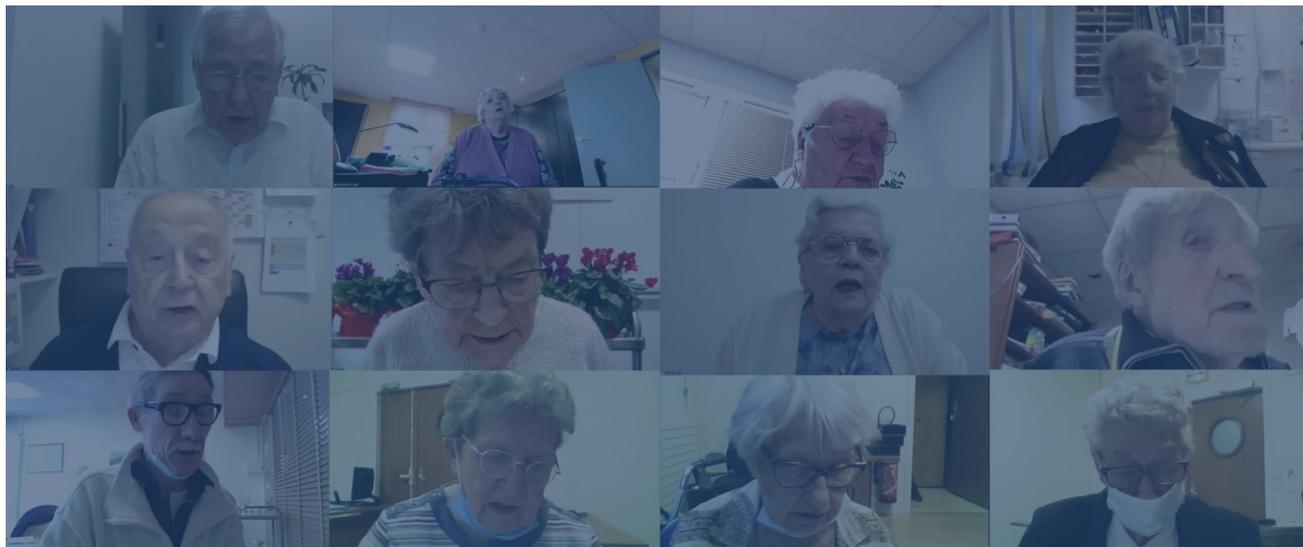
Sommaire

Constitution de l'Association nationale Citoyennage.....	Page 3
Interventions Citoyennage lors du Dispositif flash participatif	Page 5
Revue de presse	Page 22

Les Échos de Citoyennage n°18 - Revue gratuite éditée par l'Association Citoyennage
Rédacteurs en chefs Romain Gizolme, Lucile Lapoujade - Conception et mise en page Sébastien Bach
01 55 12 17 29 - Nous remercions chaleureusement les personnes qui ont participé à la réalisation de ce numéro.

Constitution de l'Association nationale Citoyennage

Le Dispositif flash participatif retour d'expérience, de résilience et de prospective a été l'occasion pour la démarche Citoyennage de se constituer en Association nationale au cours de son séminaire annuel, le 28 septembre 2020.



Depuis près de 30 ans l'AD-PA soutient et développe au sein des établissements et services à domicile la démarche Citoyennage dont l'objet est de faciliter l'expression des personnes âgées aidées afin de leur permettre de s'exprimer elles-mêmes sur leur quotidien et les pistes d'évolution attendues.

Dans la perspective du projet de Loi Autonomie à venir, les membres participants à la démarche Citoyennage se sont constitués en association nationale à l'occasion de leur séminaire annuel organisé dans le cadre du Dispositif flash participatif, seul évènement du secteur

regroupant personnes âgées, familles, élus, professionnels, ...

Ses membres créent ainsi **la première et unique association nationale de personnes âgées aidées à domicile ou en établissements de France** avec pour ambition d'assurer :

- La représentation des personnes âgées aidées en établissements et/ou par des services à domicile concourant à l'accompagnement des personnes âgées, de coordonner et d'appuyer leur action en faveur de la défense de leurs intérêts.

- D'entreprendre et de rechercher tous moyens susceptibles d'améliorer les conditions de vie des personnes âgées en établissements ou à domicile.

- D'assurer la défense des intérêts des personnes âgées qui résident en établissement ou bénéficient de l'intervention de services d'aide à domicile.

Dans ce cadre, l'association contribuera, notamment à l'égard des pouvoirs publics à établir et poursuivre, tant au niveau de l'élaboration que du suivi, une meilleure politique en faveur des personnes âgées, par une meilleure prise en compte des enjeux liés à la vieillesse et au vieillissement.

CITOYENNAGE : PREMIERE ASSOCIATION NATIONALE DE PERSONNES AGEES AIDEES A DOMICILE ET EN ETABLISSEMENTS

Le Conseil d'administration a élu M. Philippe WENDER Président, et se compose de :

- M. P. WENDER, Président (Val-de-Marne)
- Mme F. SERRA, Trésorière (Hérault)
- Mme N. PETIT, Secrétaire (Côtes d'Armor)
- Mme J. STEELANDT, Secrétaire adjointe (Val-de-Marne)

Administrateurs :

- Mme P. BRAILLON (Val-de-Marne)
- M. R. CILIA (Hérault)
- M. B. FOLLIOU (Calvados)
- Mme D. LEVY (Seine Saint-Denis)
- Mme C. MAS (Puy de Dôme)
- M. P. MORT (Val-de-Marne)
- M. C. MOULIN (Puy de Dôme)
- Mme M. RICCI (Val-de-Marne)
- Mme M. ROUTIER (Moselle)
- Mme S. VIGUIER (Aveyron)

Citoyennage et le Dispositif flash participatif retour d'expérience, de résilience et de prospective

Ce Dispositif flash participatif a été l'occasion pour les membres de Citoyennage de présenter les travaux préparés, sur leur vécu du confinement, de la crise épidémique, mais également de présenter la démarche au grand public et d'évoquer des sujets d'actualités

Quels enseignements tirer de la crise pour la loi Grand âge ?

Intervention de M. GERFAULT (94)

Juste avant l'arrivée de l'épidémie, les participants de Citoyennage sur l'île de France se sont retrouvés pour choisir le thème de réflexion annuel qui leur tenait à cœur. Le thème choisi était : le temps s'écoule vite, soyons responsables les uns avec les autres et les uns envers les autres.

Malheureusement nous n'avons pas pu travailler ce thème ensemble à cause du confinement qui n'a pas permis de partager de réfléchir en groupe. **Nous avons donc nourri individuellement notre réflexion, et nos témoignages ont été mis en lien après le confinement.** Je vais donc parler de mon expérience personnelle du confinement mais en incluant celle de mes voisins dont les témoignages ont aussi été recueilli durant cette période.

Tout d'abord, entendons-nous, il y a eu deux étapes bien différentes : Le confinement et le déconfinement...

Le confinement, pour moi, c'était beaucoup d'incertitude, de questions, de révolte aussi face à cette situation dont l'arme principale était l'isolement.

Je suis militaire de carrière et j'ai eu l'habitude d'aller dans le sens des règles. Dans une guerre, face à l'adversité, il faut obéir aux règles mais je dois avouer que durant les étapes du confinement j'ai eu envie de me rebeller même si tout semblait être fait pour nous protéger du virus et que les établissements se protègent.

J'ai la chance de tenir une part active au sein de la résidence, notamment en tant que membre du conseil de vie sociale. Grâce à cela j'ai pu prendre part à certaines réunions avec la direction et je sais bien que dans l'urgence, la résidence ne pouvait pas faire autre chose que se plier aux prescriptions médicales et gouvernementales. Mais c'est un fait, les consignes qui tombaient concernaient notre espace de vie sans que nous puissions participer aux décisions qui

étaient prises.

C'est la rupture des liens sociaux qui a été le plus difficile. Le manque de contact a voué les gens à l'ennui et ont créé des sentiments d'abandon malgré la présence du personnel. Les consignes de confinement de m'ont pas permis d'apporter l'aide aux autres comme je l'aurai souhaité. **Nous nous efforcions de nous battre contre la propagation du virus, mais chacun dans notre coin.**

Il y a eu des petits gestes de solidarité entre nous malgré tout. Par exemple je savais qu'une de mes voisines de table vivait mal le fait de ne plus avoir de contact et de prendre ses repas chez elle, surtout le petit déjeuner. Alors je lui grillais du pain chez moi, pour qu'une aide-soignante lui apporte au petit déjeuner. C'était une petite attention pour lui montrer qu'on ne l'oubliait pas.

De son côté, Monsieur Hurlin, résident et président de l'association des résidents, nous a transmis un mot d'encouragement à tous avec des conseils pour garder le moral, comme regarder le jour se lever pour réaliser que la vie continue !

Malheureusement certains de nos voisins sont partis sans que nous ayons pu les revoir et leur dire au revoir. **J'ai senti une frustration car le confinement ne nous a pas permis de rendre le dernier hommage à nos camarades résidents.**

Beaucoup de résidents ont vécu le confinement comme une contrainte avant d'en comprendre le sens. Mais la privation de liberté au profit de la sécurité nous a demandé beaucoup de patience.

On cogite beaucoup lorsqu'on est seul, surtout quand on ne voit pas le bout du problème, je me demandais parfois ce que je faisais là, dans une maison de retraite, sachant que j'aurais eu plus de liberté si j'habitais mon propre domicile.

Je ne pouvais plus faire de projet car les voyages et les sorties en familles étaient proscrits et les visites étaient limitées. J'attendais donc avec impatience le déconfinement.

Ce dernier a été validé Le 11 mai. Chaque citoyen français pouvait se retrouver, naviguer, partir dans un périmètre délimité, alors que nous, résidents en maison de retraite, subissions toujours le confinement. C'est à ce moment-là que j'ai ressenti un peu de révolte.

En effet, Je ressentais une urgence à vivre mais ce virus et les consignes qu'on devait continuer à suivre m'enlevaient peut-être mes derniers moments de bonheur.

On ne vit pas les contraintes de la même manière à 20 ans, qu'à 95 ans. Les projets, pour nous, c'est maintenant, pas demain.

J'ai soif de profiter du temps qu'il me reste en partant en vacances, en mangeant avec les gens que je veux, en allant en famille comme n'importe quel citoyen français mais il fallait encore.

J'ai réalisé qu'une part de mes responsabilités individuelles m'avaient été enlevé car j'étais une personne âgée, une personne à risque vivant en établissement. Je reconnais être une personne à risque, du haut de mes 95 ans mais je n'ai pas besoin d'être surprotégé et je sais protéger les autres en respectant les gestes barrières de la même manière que tous citoyens français.

Concernant les enseignements que cette crise apporte, J'espère que le gouvernement réalisera qu'il faut plus de moyens pour les établissements afin de maintenir leur bon fonctionnement que ce soit en période de crise ou non. La crise **nous a enseigné que le soin est important oui, en effectif suffisant et que le lien social est essentiel, il ne faut pas l'oublier !**

Intervention des résidents de Sainte-Véronique et de la Charmille (57)

Le confinement a été très difficile à vivre pour nous. Le sentiment d'être enfermé, coupé du monde, a été pesant. Il est essentiel pour nous de pouvoir conserver un lien avec nos familles par téléphone, tablette ou en visite, car c'est grâce à nos proches qu'on

garde le moral et qu'on ne se laisse pas découragé. Sans eux on se sent « foutu » et on meurt, alors il faut qu'on puisse garder ce lien avec eux.

Le personnel s'est beaucoup mobilisé durant l'épidémie. Ils se sont mis en danger et se sont donnés du mal pour nous apporter des soins et un peu de contact humain. **Mais il est nécessaire d'avoir un budget pour augmenter la quantité de personnel, pour qu'ils puissent répondre convenablement à nos besoins**, même en période de crise, et sans s'épuiser comme ils l'ont fait.

Nous avons eu le sentiment que tout a été précipité dans cette crise, qu'il a fallu agir dans l'urgence. Nous n'étions pas préparés à ça et il n'y avait pas toujours les moyens pour se protéger comme il le faut, pour soigner les malades, pour traiter les défunts avec dignité, pour permettre aux familles de dire adieu à leurs proches. Certaines situations nous ont choqués. Il est nécessaire d'anticiper ce genre de crise. Ici nous avons eu la chance de ne pas être touché par l'épidémie, et c'est probablement car la Direction a pris les devants pour mettre en place les mesures nécessaires.

Il est aussi important pour nous d'être informés de la situation, nous ne voulons pas de cachotterie. Nous avons confiance en notre Direction et aux médecins, car nous pensons qu'ils font les bons choix en fonction

de la situation et de leurs moyens ; mais en retour, **nous voulons de la transparence dans les informations qui nous sont données, car nous sommes les premiers concernés.**

Nous avons souffert du confinement et ce qui ressort de nos échanges, c'est que nous avons peur de devoir y retourner. C'est pour cela qu'il est important de rester prudent, de continuer à se protéger et à protéger les autres. **Nous devons être attentif envers ceux qui nous entourent, et être solidaire les uns des autres, comme ça a pu être le cas durant cette crise,** car nous ne souhaitons pas revivre une expérience aussi difficile.

L'aide aux personnes âgées : une histoire de femmes



Intervention de Mme SERRA (34)

Cette question m'interpelle, d'une part la

désignation de « grand âge », d'autre part, « l'accompagnement » ?

Qu'entend-t-on par Grand Âge, y a-t-il des limites précises ? Je ne crois pas, je vais avoir très prochainement 85 printemps et je n'ai pas l'impression d'être dans le grand âge. Dans la résidence du Pouget où je suis arrivée depuis près de 2 ans, je suis considérée comme autonome, en effet, je peux bien m'exprimer (parfois beaucoup), je me suffis pour la toilette, par contre question équilibre, j'ai besoin d'un déambulateur et je passe sur d'autres ennuis qui m'ont obligé à être en EHPAD.

Alors le Grand Age, c'est quoi ? Lorsque nos facultés mentales nous abandonnent, lorsque nous avons besoin d'une aide pour assurer toutes nos fonctions vitales, lorsque nous devenons nonagénaires, centenaires... Je ne sais pas, impossible de définir, **nous sommes tout simplement des personnes âgées.**

Parlons de l'Accompagnement, plus précisément des accompagnements. Il y a tout d'abord l'accompagnement quotidien, qui consiste à une assistance dans tous les gestes vitaux toilette et nourriture. L'accompagnement médical et paramédical. L'accompagnement culturel et ludique par une animation joyeuse ; l'accompagnement aux promenades dans le jardin de la résidence et en sorties extérieures.

Et puis il y a l'accompagnement final, beaucoup plus sensible, délicat, intime, je n'en parlerai pas, nos soignants le font avec cœur.

Nous voilà arrivés à la question principale : **pourquoi essentiellement des Femmes dans l'accompagnement du Grand Age ?**

Oui, c'est une réalité, aussi bien en EHPAD qu'en domicile les aidants sont majoritairement des femmes, pourquoi ?

Posez à un petit garçon la question : Que veux-tu faire quand tu seras grand ? il vous répondra : pompier, aviateur, médecin, architecte... Je n'ai jamais entendu Aide-soignant.

Posez la même question à une petite fille et vous entendrez : coiffeuse, couturière, infirmière, maitresse, jamais Aide-soignante. Pourquoi ce métier est-il autant « délaissé » ; **nos adolescents n'entendront parler de cette profession qu'à partir de la 3ème lorsqu'ils ne souhaiteront pas suivre un enseignement classique.**

C'est un métier qui demande beaucoup de douceur, compréhension, patience, sourire, amabilité, soins délicats, disponibilité, oubli des jours de fêtes et j'en passe et qui est loin d'être rémunéré à sa juste valeur. **Ce métier n'attire pas, on ne parle pas de faire carrière.** Les postes proposés dans les établissements ainsi qu'à domicile sont

des postes à mi-temps, avec des horaires variables, peu d'hommes souhaitent s'engager dans une telle filière.

Notre culture des siècles précédents et nos coutumes font que les hommes n'ont pas été confrontés à des fonctions de base telles que soins aux jeunes enfants, aides aux adultes dépendants, entretiens des appartements et autres. En conséquence, les métiers relatifs à ces tâches très utiles, ne trouvaient pas grâce à leurs yeux. **Aujourd'hui, je pense leur regard un peu différent...**

Nous les femmes, nous n'avons obtenu le droit de vote que depuis 1944 antérieurement les hommes décidaient pour nous !!! Aujourd'hui nous pouvons être militaire, inspecteur de police, commandant de bord, chirurgien, tous les métiers sont devenus unisexes, alors pourquoi les hommes ne viennent-ils pas plus nombreux dans les métiers d'aide-soignant ? pas assez valorisant ? pas assez rémunéré ? J'attends votre réponse.

Les femmes avec leur sensibilité naturelle se tournent vers ce métier.

Un artiste ? Grand Corps Malade reconnaît leurs qualités en écrivant dans sa déclaration « Mesdames » les femmes, subtiles et élégantes, ont force, courage et détermination. Ces atouts les prédisposent à cette profession, elles y sont des aides précieuses. Que ferait une personne ne pouvant se déplacer sans elles ? comment

satisfaire tous les besoins vitaux (se lever, WC, toilette, habillement, nourriture etc.),

Suite à la période Baby Boom d'après-guerre 1945 qui a vu une explosion des naissances dans notre pays, nous vivons une période que je pourrais appeler de Papy Boom. Dans les villes comme dans les villages il y a une forte proportion de personnes âgées. Celles-ci, souhaitent principalement rester à leur domicile, d'autres, plus handicapées sont obligées d'intégrer un EHPAD.

Les besoins deviennent de plus en plus importants avec les avancées de la médecine qui nous permettent un allongement de la vie. Alors messieurs, nous vous attendons...

De ma part une petite restriction : il me semble que j'aurais une préférence féminine pour assurer mes soins de toilette intime. En est-il de même pour les hommes, souhaitent-ils une présence masculine pour leur toilette ? Si oui nous avons besoin d'hommes dans ce métier.

En conclusion **cette profession d'aide-soignant accompagnant se doit d'être reconnue et rémunérée convenablement, car nos mercis ne suffisent pas à les faire vivre.**

Intervention de M. CILIA (34)

« Pourquoi l'accompagnement du grand

âge est-il essentiellement réalisé par des femmes ? »

En premier lieu, je voudrai dire que je trouve que **c'est une bonne question !**

Depuis la nuit des temps, les femmes se sont occupées des enfants, de leurs parents et des personnes âgées.

Les différentes guerres ont accentué ces dispositions et elles sont peu à peu devenues des professions durables.

J'ai choisi, ici de dire en quoi **l'accompagnement de femmes constitue un très grand avantage :**

- Elles sont douces et savent se rendre disponibles
- Elles ont la facilité dans les gestes et une compréhension des choses intimes
- Elles ont une grande confiance dans l'action humaine
- Elles sont sensibles et ont une passion et un amour de leur métier
- Elles sont, probablement, plus endurantes et adaptées dans toutes les situations de soins et d'accompagnement.

A priori, les hommes ont plus de mal à accepter qu'un homme s'occupe d'eux.

A votre serviteur, si vous demandez ce qu'il préfère, je vais vous répondre que, pour

ma part, je ne souhaite pas être lavé par un homme. Ma réticence est issue de ma culture en lien avec mes origines, en effet dans les pays de l'Afrique du nord, et quel que soit le milieu social, ce sont les femmes et seulement les femmes qui s'occupent des soins des corps des hommes. Aussi lorsque je rencontre soignant masculin, je suis fort réticent et probablement un peu heurté.



Plus de métiers de la relation pour moins de solitude

Intervention de Mme Braillon (94)

L'ennui m'attrape, ça commence à être long. Jusqu'à il y a quelques jours, j'arrivais à m'occuper, mais depuis que je sais que le 11 mai ne signifiera pas la réouverture du restaurant, je n'y arrive pas.

Les repas au restaurant, ça coupe les journées, on se sent moins seul. Pourquoi ne pourrait-on pas rouvrir, même espacés ?

Descendre, sortir dans le jardin... C'est

essentiel pour maintenir un certain équilibre. La revue de jeu « Le petit confiné » c'est bien, très bien même, ça occupe, on ne s'ennuie pas quand on le fait. **C'est important de se changer les idées.** L'animation « Radio Bords de Marne » c'est super aussi. Et puis, mon fils passe parfois sous ma fenêtre, il m'appelle et on se parle comme ça.

Pour moi, l'isolement, c'est le vrai risque avec ce virus. Les personnes qui ont besoin d'aide pour se déplacer, pour prendre soin d'elles, **je pense qu'elles ont plus d'occasions de parler que moi. Il y a les besoins physiques, mais aussi les besoins sur le plan moral.** Il ne s'agit pas forcément d'un rendez-vous avec le psychologue, simplement d'échanger. Pour répondre à ce besoin, il faudrait embaucher : je suis bien consciente que les soignants ont un emploi du temps bien rempli aujourd'hui, et qu'ils aiment parler avec nous, mais ils n'en ont pas toujours le temps. **Il faudrait considérer le besoin de parler comme aussi important que les soins. Quand on perd le moral, il ne reste plus grand-chose.**

Comment jugez-vous le terme de « Guerre » employé pour décrire cette situation ?

Je n'ai pas connu la guerre, j'ai grandi à la campagne, je suppose qu'on peut comparer la situation de la guerre par rapport au nombre de morts... Mais j'ai l'impression que dans ma région, même en temps de

guerre, les gens avaient le droit de sortir, les enfants d'aller à l'école, et dans les maisons de retraite, il n'y avait pas de suspension des visites. Aujourd'hui, on en est réduit à porter un masque, on appréhende, on a tous peur d'attraper le virus.

Je dirais que le terme de guerre n'est pas tellement adapté, je n'arrive pas bien à voir la comparaison. Cela dit, comme une guerre, on ne sait pas quand ça finit.

Aujourd'hui je me pose beaucoup de questions sur le déconfinement annoncé. Regardez l'ouverture des écoles annoncée : ça n'a pas de sens. Pourquoi ne pas attendre la rentrée de septembre ? Certes, certains parents doivent retourner au travail, mais il est difficile de justifier des différences de traitement entre des classes, entre des âges. Je ne suis pas sûre que ce soit très juste.

Quelle est la première chose que vous allez faire après le confinement ?

Manger au restaurant, voir du monde, entendre parler la foule ! C'est moins monotone. Et retrouver les activités en grand groupe.

Intervention de Mme LEVY (93)

Lorsque nous intégrons un EHPAD, nous entrons en quelque sorte dans une

nouvelle famille. Nous vivons ici car notre niveau d'autonomie, notre état de santé ou nos problèmes de mémoire ne permettent plus de rester chez nous, mais au final nous sommes ici pour ne pas rester seul.

Vivre en EHPAD, cela veut dire être entourés de différentes personnes et de divers professionnels. Et quel que soit leur métier, **tous participent à leur manière au relationnel auprès du résident.**

Les infirmiers et les aides soignantes sont au plus près de nous. Nous dialoguons beaucoup avec eux, mais confrontés à une charge de travail importante, à des personnes âgées au caractère pas toujours facile, parfois même agressives, elles n'ont pas toujours le temps souhaité pour rester plus longtemps auprès de nous.

Les agents d'entretien sont confrontés eux aussi à un travail difficile et sont proches des résidents. Ils entrent chez nous, souriants, dans notre espace privé tous les jours. **Nous partageons ensemble quelques mots et cela nous fait du bien.**

Quand on arrive en EHPAD, il faut nous mettre rapidement en animation. C'est important. On a besoin de contact, de se divertir et puis d'apprendre des choses, on ne sait pas tout ! **On a besoin aussi de rire, d'échanger et ça c'est le principal.**

La psychologue vient nous voir régulièrement et nous offre un moment de parole à nous. Elle nous met à l'aise, en confiance. Elle permet aussi de faire lien entre résidents, de créer du lien entre nous à travers par exemple les ateliers mémoire.

Au quotidien, on se rend compte qu'il est vraiment nécessaire qu'il y ait plus de personnel pour plus de relationnel.



Comment appréhender les situations post-traumatiques avec adresse ?

Intervention de Mme RICHARD (94)

La période de confinement, nous la vivons comme tout le monde. **Cela s'appelle une petite mort, nous ne vivons plus.**

A force de rester confiner, nous perdons nos forces. Nous voyons les promeneurs qui passent alors que nous, nous sommes restreints dans notre périmètre de marche. Avec les écoles, c'est le désordre complet,

chacun essaie de faire au mieux.

Ce qui est difficile, c'est que **nous ne pouvons-nous raccrocher à rien**, nous n'avons pas de vraies perspectives, nous ne pouvons guère nous projeter.

J'ai traversé la guerre et je trouve que c'est pire que la guerre, parce qu'avec l'apparition du covid, nous n'avons plus de liberté du tout. Tout devient très compliqué, même des gestes simples. Et en même temps c'est logique, nous le comprenons qu'il y ait des précautions à prendre face à cette maladie. **Mais, ce sont ces petites choses du quotidien devenues impossibles ou compliquées qui nous minent.**

Ce sont tous les plaisirs de la vie qui nous manquent.

En temps de guerre, la vie était difficile, il fallait faire la queue longtemps pour l'alimentation, mais nous pouvions faire de la résistance, nous pouvions nous parler, sortir.

Nous ne sommes pas malheureux, nous avons un toit, on s'occupe de nous. La situation est bien pire, pour ceux qui n'ont pas de salaire. Quand nous pensons à ces personnes, nous remettons les choses à plat, **mais cela ne redonne pas la saveur à la vie, celle de la liberté.**

Intervention de Mme MILLIER (94)



Confinement, déconfinement...

Deux périodes difficiles à vivre par leur ambiguïté et la remise en cause de valeurs fondamentales.

En quelques mots, revenons sur un aspect particulier du confinement. Perte évidente de liberté : un seul espace semble sans nouvelle contrainte, notre logis où nous agissons à notre guise.

Mais là, **un danger nous attend** : « **on se laisse aller** », on peut être moins soucieuse de son allure, ses vêtements, ses gestes, ses pensées car cela demande à chacun un effort considérable : il faut s'astreindre à une discipline pour notre seule satisfaction puisque personne ne s'en rendra compte. Nous sommes en tête à tête avec nous-mêmes et il faut pouvoir continuer à se regarder dans une glace sans avoir honte.

Et le déconfinement arrive, on peut sortir, retrouver les autres que nous connaissions et dont on nous a séparé mais qui sont différents, car on ne sort pas indemne d'un isolement relativement long. Nous aussi nous avons changé, **nous jetons sur le monde un autre regard et ce monde a lui aussi changé...**

C'est bien compliqué à gérer car le changement est souvent pour nous un traumatisme, notre pouvoir d'adaptation diminuant avec l'âge.

Nous devons faire des efforts pour comprendre le présent, pour imaginer l'avenir en essayant d'y trouver une place.

Nous utilisons des automatismes acquis au fil des jours pendant le confinement, puis brusquement, oublions les car le déconfinement nous impose un changement d'horaire, d'emplacement, de voisinage et pour notre confort, notre équilibre, nous nous efforçons de les acquérir vite.

A nous de faire avec, de s'y retrouver, de nous retrouver au milieu de ces bouleversements. Nous devons connaître nos limites car si nous avons une certaine résilience pour être encore de ce monde, nous sommes fragiles car le temps qui passe nous use.

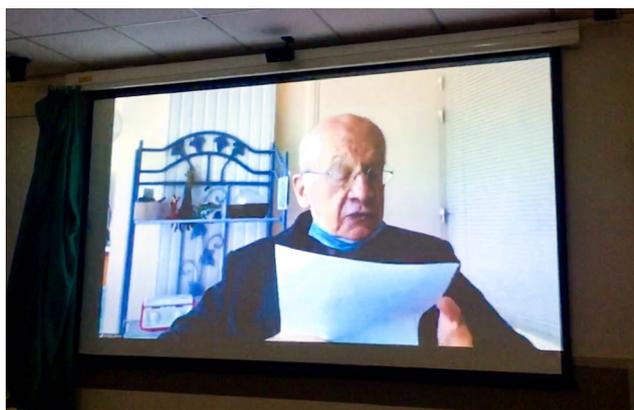
Mais peut-être que notre expérience, notre

possibilité à relativiser pourront aider à construire une société plus juste, plus clairvoyante, plus prévoyante.

Les lendemains ne chanteront peut-être pas, mais ils pourraient peut-être fredonner.

La première chose que je ferai après le confinement : rien, je sortirai, je verrai du monde, simplement croiser des visages, marcher dehors.

Comment les médias font avancer le débat public ?



Intervention de M. WENDER (94)

Plusieurs réunions ont eu lieu depuis le déconfinement : conseil des résidents, réunions Citoyennage, réunions d'information...

A chacune : le sujet des médias apparaît systématiquement, l'intervention d'aujourd'hui vise à faire la synthèse des retours des participants à Citoyennage et au-delà.

Nous verrons dans un premier temps : comment nous voyons et utilisons les médias, puis comment les médias nous présentent, et enfin la communication en temps de crise.

1. Comment nous voyons les médias

- Plusieurs utilisations :

Classiquement : pour s'informer, faire une présence, se divertir.

Pendant la crise : on cherche à «lever l'incertitude», à faire descendre l'anxiété.

- Chaînes d'information en continu : Trop anxiogène, trop d'informations. Répétition incessante des images, messages, par séquences d'1/4 d'heure.

Bombardement d'informations !

- Sentiment unanime des participants : «on ne parle que de ça».

Mais en même temps, **besoin d'être rassurés pendant le confinement.**

- Les médias ont joué un grand rôle dans le sentiment de co-responsabilité pour le respect des mesures barrière.

Mais comment : nous en reparlons sur le point de la communication en temps de crise.

2. Comment les médias nous présentent

- Pour une fois on parle de nous !!!
- Qui parle dans les médias ?

Beaucoup les familles, et les responsables.

Les résidents et soignants sont bien moins présents voire complètement absents.

Idem pour d'autres secteurs et âges : peu d'enfants ou ados à la TV.

Pourtant nous avons tous vécu le confinement. Pourquoi parler à notre place ?

- **En termes de contenu parfois on est dans l'anecdote** : Articles sur des couples séparés par le confinement, reportages sur des confinements volontaires de personnels dans les résidences, situation très marginale et peu représentative. Parfois, plus souvent, on est dans le sensationnel : image du secteur très négative : on ne parle que de morts, de plaintes, de scandales.

Choc pour nous d'être associé à des images et discours type « mouroir ». Il paraît dangereux de vivre en résidence à ce moment-là. Pourtant la réalité du terrain est toute autre. Et on ne parle pas du domicile !

- L'image du citoyen « lambda » Indiscipliné, irresponsable : images de la Fête de la Musique, du Puy du Fou refusant le port du masque, méritant une sanction

...Vraiment ? Image discutable !

3. Communication en temps de crise

- La fiabilité des médias, pendant le confinement, **on fait du recoupement d'informations avec sa famille au téléphone, on vérifie.** Des prises de parole contradictoires, qui rendent les choses difficiles à suivre et parfois anxiogène.

- Le rendez-vous de 20 heures
Attendu et rassurant pour beaucoup (régularité, transparence)

Anxiogène pour d'autres par les chiffres annoncés (morts)

- La peur
Campagnes de prévention et précautions utiles, qu'on comprend

Mais sentiment d'infantilisation (annonces radio actuelles)

Règne de la peur : aurait-on accepté les mesures mises en place, surveillance, restriction de liberté, sans ce climat de peur ?

- Peser grâce aux médias

Influence de la parole médiatisée quant à des questionnements éthiques : j'avais été interrogé au début du confinement par le Monde sur la question du confinement et fermeture des établissements aux visites.

En complément de plusieurs articles et alertes (dont Comité Consultatif National d'Éthique). **J'ai le sentiment que la présence de notre regard a pesé dans la décision de la réouverture des visites.**

CONCLUSION

Tout ça est bien la preuve que malgré l'image qu'on nous colle, nous sommes bien connectés au monde. **Notre regard compte, et les médias, comme les pouvoirs publics, doivent s'en préoccuper** ; y compris en

temps de crise. Nous tenons à être présents, visibles, et écoutés ; pour ensemble, faire avancer le débat public, et ce autant dans des colloques comme aujourd'hui, que dans les médias.

Crise et trauma : groupe de parole et dispositif d'accompagnement

Intervention des résidents de la maison de retraite Saint Jacques – Saint Christophe (14)

Les résidents expriment de **l'inquiétude par rapport à l'incertitude du futur** « On ne connaît pas la fin ».

« Nous sommes un peu désorientés, **nous avons perdu nos repères** ». Pour certains résidents « c'est l'argent qui prend le dessus (gestion des masques, du matériel médical, de l'ouverture ou la fermeture de certaines entreprises, ...) ».

« Nous serons contents quand on nous relâchera un peu » mais « il faut rester prudent ». Quand nous demandons « quel est votre avis quant aux mesures de confinement ? » : A la majorité, les résidents se sentent **rassurés des mesures prises, même si c'est difficile de ne pas voir ses proches**, d'aller dans le bourg à sa guise, de rencontrer ses amis, de ne plus prendre les repas ensemble, ...

Les résidents prônent la sécurité avant la

liberté. Ils sont relativement « philosophes ». Pour certains, cela rappelle certaines restrictions qu'ils ont connues pendant la guerre (le couvre-feu, le manque de liberté).

Ils mettent en évidence les gestes de solidarité observés lors de cette pandémie : les dessins reçus, les poèmes, des friandises, ...

Certaines personnes espèrent que cette situation va permettre à l'humanité de réfléchir aux notions importantes de la vie : l'importance de la nature, des liens entre les gens, la solidarité, l'entraide et le respect des uns vis-à-vis des autres et la vulnérabilité de l'homme face à la nature.

Que ferez-vous lors du déconfinement ?

Sortir dans le bourg, voir ses proches, prendre ses repas ensemble, aller chez le coiffeur, rester prudent...

« Vivre libre et surtout en bonne santé »

Le psychisme à l'épreuve du covid : prévenir les effets du confinement

Intervention des résidents de la Maison d'accueil Les Caselles (12)

Infirmière à la retraite et actuellement Présidente du Conseil de la Vie Sociale de la structure, je vais aujourd'hui être la porte-parole du ressenti des résidents des Caselles, suite à la crise sanitaire que nous vivons.

Jusqu'au 11 mars, si nous avions dû présenter notre Maison, nous l'aurions fait ainsi : bouillonnement d'activités, créativité, projets tous azimuts, envie de découvrir et d'aller plus loin, humanité, goût du risque, des tas d'amis et des partenaires impliqués dans la vie de l'établissement.

Le confinement a été vecteur d'un bouleversement dans notre quotidien avec une rupture entre le « avant » et le « après ». Les visites de nos proches n'ont plus été autorisées, les repas en salle de restauration n'ont plus été possibles, le tableau des animations est devenu vierge, les relations inter-résidents se sont faites rares, les portes de l'établissement se sont refermées sur la vie de la cité et le personnel désormais porte systématiquement un masque, ce qui ne facilite pas nos échanges.

Ces premiers pas dans l'ère du covid,

nous a tous **fragilisés physiquement et psychologiquement**. Comment ne pas subir cet ennui profond que beaucoup d'entre-nous ont ressenti ? Nos raisons de vivre sont moindres à présent et ne demandent qu'à être de nouveau impulsées.

Malgré les dispositifs mis en place par les professionnels, tels que les appels téléphoniques, les visio, la transmission de photos, les échanges de mail, les sorties individuelles à l'extérieur, les activités individuelles... **Nous avons souffert de cette situation, du fait de l'appauvrissement des relations sociales**, de la perte de repères, de la diminution du dynamisme institutionnel qui impulsait jusqu'alors la Vie... Nous étions face à cette Guerre annoncée par le Président de la République, qui laissait place à des angoisses, à des peurs, à des inquiétudes pour nos proches, pour les professionnels et pour nous-même. **Nous avons le sentiment de pas avoir le choix et de devoir rester seuls face à cette mort** présente de façon constante dans tous les médias et dans certaines de nos pensées.

Nous nous sommes sentis isolés et seuls, du fait de la rupture du lien social et familial. Nos proches ont été mis à distance pour nous protéger. Certains d'entre-deux ont eu le sentiment d'être les « oubliés de la crise », de ne pas être considéré et pris en compte dans les politiques publiques. Cela reste un traumatisme pour eux.

De mi-mai à fin juin, certains d'entre-nous ont été dans l'incompréhension concernant le déconfinement à l'extérieur mais pas au sein des EHPAD. Cette situation, vécue comme injuste et injustifiée, a conduit les résidents à l'incompréhension et à la colère parfois, avec un sentiment d'être infantilisé, privé de libertés et de ne plus pouvoir être maître de sa vie.

Se pose alors la question de notre place dans la société. **Nous nous considérons toujours comme des citoyens et non des individus « à écarter », même si c'est pour nous protéger**, qu'en pensez-vous ?

Même si nous en comprenons l'intérêt, nous craignons un nouveau confinement. Certains l'envisagent de façon plutôt négative, refusant de vieillir ainsi, préférant la mort au confinement. D'autres restent positifs pensant à la sécurité sanitaire de chacun.

Quel choix sera-t-il fait si demain le covid rentre de nouveau dans la Maison, allez-vous faire le choix de protéger nos corps déjà si fatigués ou de maintenir nos désirs, nos envies et de nous permettre de profiter encore des nôtres ?

Cette pandémie a mis en exergue la fragilité des EHPAD. **Prendre soin de nous, résidents, revêt un engagement professionnel sans faille, une disponibilité et une écoute.** Chaque membre du

personnel des Caselles n'a eu de cesse de pallier en vain à ce manque cruel d'effectif et d'affection. Nous espérons que cette crise sanitaire sans précédent permettra d'augmenter significativement le nombre de professionnels. Sans eux que deviendrons-nous ? Interrogez-vous et surtout désormais interrogez-nous concernant nos souhaits : trouvons ensemble un juste équilibre dans la balance bénéfiques/risques (liberté/sécurité) tout en valorisant les professionnels, ceux qui font le choix de s'occuper d'une population qui souffre tant de l'âgisme.

Désormais, donnez-nous à nous résidents d'EHPAD, la possibilité de continuer à vivre dans un lieu de vie où l'humanité prend tout son sens. Protégez-nous si vous le souhaitez mais donnez-nous surtout les moyens de survivre par la présence accrue de professionnels et de nos proches....

Atelier d'expression sur le vécu de la crise

Intervention de Mme VIGUIER (12)

Le confinement a été vécu de manière différente parmi nous, selon notre contexte social, familial et l'état de santé de chacun. Certains ont trouvé une écoute différente auprès des salariés et n'ont pas eu l'impression d'être confinés grâce aux outils numériques, WhatsApp et Skype. Les informations nationales étaient mauvaises et il était indispensable de suivre les consignes.

D'autres en revanche, ont vécu un véritable calvaire : confinés dans leur chambre, privés des visites des enfants non équipés en outils numériques, ils ont vu leur situation devenir stigmatisante et traumatisante quant à la suite de deux hospitalisations pour l'une, elle a été placée en isolement total, par deux fois 14 jours. Elle témoigne ainsi : **« Le plus douloureux est de se sentir pestiférée »**, contaminante, voir les salariés entrer camisolés dans ma chambre. Avant le confinement mes voisins de palier venaient me voir (je ne peux pas me déplacer), après le confinement, personne n'est venu aussi longtemps qu'avant. Je me sens différente, je porte en moi la stigmatisation de l'isolement, même si j'ai toujours été testée négative, même aujourd'hui. Je ne peux pas me déplacer mais il faut le dire, il faut vivre cette situation. »

Pour d'autres résidents, le confinement strict a été bien vécu, sauf la visite du conjoint pour l'une d'entre nous qui était interdit de visite. En revanche, **le déconfinement progressif est traumatisant.** « La vie d'avant ne revient pas. J'ai fait face à une entrée en institution en début d'année. J'ai compris le confinement. Mais depuis le 11 mai, on vit une situation stressante, inquiétante qui s'éternise. On ne peut pas sortir dans le village pour des choses simples comme le marché du dimanche, où on voit du monde de notre vie d'avant, croiser les gens que l'on connaît ». « Je constate des maux de ventre, de tête plus fréquente et inexpliqués. **On n'est pas totalement libre** ».

Globalement, la visite des proches a manqué. « On ne voyait pas physiquement nos enfants. On les connaît nos enfants, on sait s'ils vont bien ou pas. **Privés du visuel, on peut tout imaginer et seuls dans les chambres les mauvaises pensées ont pris le dessus parfois.** »

Une résidente a constaté une perte d'autonomie durant le confinement. Habitée à faire une 1heure de marche quotidiennement, son manque d'activité s'est fait lourdement ressentir. « Les règles restrictives mises en place ont cassé les rituels entraînant de graves conséquences sur le moral (crises de larmes, désintérêt pour tout ce qui m'occupait auparavant : lecture, mots fléchés, réflexions, je ne parvenais

plus à me concentrer. Mais, avec du recul c'était un bon apprentissage. En effet, cet épisode et les mois qui **ont suivi ont permis d'apprécier le pouvoir de résilience qui est en chacun d'entre nous** ».

Tout le monde s'accorde pour dire qu'on ne savait pas ce qu'était cette épidémie, mais nous avons confiance dans les décisions qui étaient prises, nous avons apprécié les explications qui nous étaient données, même si au fond nous n'avions pas le choix.

Si le confinement strict a révélé des troubles évidents, mais nous avons apprécié, nous les plus valides, le cadre extérieur de la maison de retraite, qui a permis un déconfinement progressif avec des activités individuelles. On s'est adressé à chacun de nous individuellement avec un petit temps privilégié, **malgré le manque de personnel, ils se sont adaptés au quotidien**. Cette période a révélé de belles choses : « Le fait d'être en tout petits groupes nous a permis de mieux nous connaître, de nous entraider de nous soutenir, ce que ne permettent pas les rassemblements collectifs plus importants ».

« Nous nous sommes appropriés la maison, avec des espaces habituellement peu utilisés, le parc, le jardin. L'activité jardinage individuelle a été un sas de décompression pour moi. »

Nous participons davantage à l'installation

des petites animations. « J'ai rentré les chaises hier après l'animation pétanque et je me sentais bien, utile et je n'ai pas eu mal au ventre ».

On s'adapte nous les résidents. En ce moment, c'est une résidente qui passe toutes les tables avant le repas pour proposer de se frictionner les mains au gel hydroalcoolique, « ça me plaît de faire cela »

Nous remarquons que le personnel fait un travail formidable, mais la situation s'éternise. Nous les sentons fatigués et irritables, il y a eu beaucoup de remplaçants, des intérimaires. « Ils ne font pas le même travail, parfois on ne les sent pas concernés, ça pèse sur les titulaires et on observe une dégradation du service rendu ». Mais il faut rendre hommage à « ce que je nomme nos MSF : Martine, Sylvie et Fabienne, ces infirmières infatigables et bienveillantes » !





Constitution de l'Association nationale Citoyennage

Dépêche AFP du 26 octobre 2020

Une association veut porter la voix des résidents en Ehpad (PAPIER D'ANGLE)

Par Arnaud BOUVIER, Paris, 26 oct 2020 (AFP)

Elles ont le sentiment que leur opinion n'est pas assez prise en compte : des personnes âgées vivant en maison de retraite viennent de se regrouper en association, pour porter la voix des seniors sur les sujets qui les concernent.

«La société a trop tendance à s'exprimer en notre nom», expose Philippe Wender, le président nouvellement élu de «Citoyennage». «Nous les vieux, on ne nous demande pas notre avis», s'agace cet homme de 83 ans, un ancien cadre de l'industrie informatique qui vit depuis deux ans dans un Ehpad de Sucy-en-Brie (Val-de-Marne).

Encore embryonnaire, la nouvelle association a vocation à assurer la «représentation des personnes âgées aidées en établissements et/ou par des services à domicile», à

«défendre leurs intérêts», et à faire remonter aux pouvoirs publics sa vision des mesures qu'elle estimerait nécessaires à l'amélioration de leur quotidien. Les membres de Citoyennage, qui ont prévu de se concerter régulièrement par visioconférence, ont ainsi l'intention de se prononcer, le moment venu, sur le projet de loi que le gouvernement doit présenter, en principe début 2021, pour réformer le secteur.

«Notre voix doit être entendue» car «nous sommes des personnes qui votons, ne l'oublions pas», affirme Francine Serra, la trésorière de l'association. A bientôt 85 ans, cette ancienne comptable s'estime «bien accueillie» dans son Ehpad du Pouget (Hérault) mais souligne que le secteur a besoin de financements en hausse. «On ne se plaint pas, on est bien soignés. Mais il faudrait plus de personne!» abonde la secrétaire de l'association, Nicole Petit, 84 ans, qui réside à Gouarec, dans les Côtes d'Armor. Pour ces seniors, le confinement du printemps dernier a été parfois douloureux à vivre, ainsi que le déconfinement, qui a pu leur donner le sentiment que les personnes

âgées étaient traitées différemment du reste de la population.

«La vieillesse n'est pas un naufrage»

«On est dans une société où on veut préserver la sécurité au détriment de la liberté», déplore M. Wender, pour qui «la vieillesse n'est pas un naufrage». Selon lui, «c'est stigmatisant de fixer une limite» d'âge pour autoriser ou non les gens à circuler à nouveau librement. D'autant que, face au Covid-19, «l'âge n'est pas le seul facteur de fragilité». Il y a quelques semaines, Georges Gerfault, un ancien militaire de carrière de 95 ans, a pris la plume pour faire part de sa «révolte» à ce sujet, sous la forme d'une tribune publiée dans la petite revue interne de sa résidence de Créteil (Val-de-Marne).

A partir du 11 mai, «chaque citoyen français pouvait se retrouver, naviguer, partir dans un périmètre délimité, alors que nous, résidents en maison de retraite, subissions toujours le confinement. C'est à ce moment-là que j'ai ressenti de la révolte», a écrit le vieil homme. «J'ai réalisé qu'une part de mes responsabilités individuelles m'avaient été enlevées car j'étais une personne âgée», a-t-il ajouté, soulignant qu'«on ne vit pas les contraintes de la même manière à 20 ans qu'à 95 ans. Les projets, pour nous, c'est maintenant, pas demain».

Le Dr Olivier Guérin, président de la Société

française de gériatrie et de gérontologie (SFGG), salue une démarche associative «censée et utile», mais qui constitue selon lui un «vrai challenge» car les seniors vivant en maison de retraite sont souvent «éloignés du lien social». «A peu près la moitié des résidents d'Ehpad n'ont aucun trouble cognitif», souligne ce spécialiste, mais les seniors ont d'autant plus de mal à se faire entendre que «la société porte un regard péjoratif sur le vieillissement».

Pour Françoise Gobled, vice-présidente de la Fédération nationale des associations et amis des personnes âgées et de leurs familles (FNAPAEF), les seniors souffrent de ce qu'«on ne respecte pas assez leur personnalité, leurs qualités, ce qu'ils peuvent encore apporter». Elle salue une démarche «complémentaire» de celle de son association. Complémentaire mais pas identique, prévient M. Wender. Chez Citoyennâge, «on ne veut pas d'adhésion des familles», car il n'est pas question que «quelqu'un veuille encore parler en notre nom».

Article Le Télégramme du 8 novembre 2020

Les résidents d'Ehpad veulent faire entendre leur voix avec l'association Citoyennâge



(Le Télégramme/Didier Déniel)

Lecture : 2 minutes

L'association Citoyennâge a été récemment créée par des résidents d'Ehpad, qui veulent être écoutés par les instances décisionnelles. Nicole Petit, 84 ans, résidente à la maison Saint-Joseph, à Gouarec (22), est secrétaire nationale de l'association.

Nicole Petit vit à Gouarec depuis quatre ans. « J'ai longtemps habité Belfort, où je travaillais dans les filatures. Puis mon mari et moi nous sommes installés à Lyon où j'ai vécu 56 ans. Il y a quatre ans, à son décès, je suis venue ici. Pour me rapprocher de ma fille qui habite Silfiac, juste à côté ».

Nicole Petit, et c'est elle qui l'explique, n'a jamais eu un caractère très revendicateur. « Ça n'était pas mon truc. Il y a trois ans je suis devenue présidente du conseil de la vie sociale de l'établissement où je vis. Et je me suis prise au jeu. Avec une animatrice, je participais activement aux réunions de Citoyennâge. Un mouvement qui vise à donner la parole aux résidents dans la gestion, au quotidien, des structures qui les accueillent ».

Les mois passant, ce mouvement s'est structuré en association nationale, avec, à sa tête, Philippe Wender, président, un ancien cadre de l'industrie informatique, qui vit en Ehpad dans le Val-de-Marne. « Nous, les vieux, on ne nous demande pas notre avis », proteste cet homme de 83 ans.

« Notre association se veut constructive. Nous voulons porter notre parole auprès des directions des établissements, mais aussi auprès des hautes instances et du

gouvernement », poursuit Nicole Petit, ses dossiers méticuleusement posés sur la table.

Une lettre adressée à Emmanuel Macron

Récemment, cette retraitée a été sollicitée pour recopier, d'une manière manuscrite, une lettre adressée au Président Macron. « Il ne l'a pas encore reçue mais ça ne saurait tarder. On lui demande de mettre les moyens humains nécessaires dans les Ehpad, où les gens qui travaillent sont trop sollicités. Sur ce plan-là, la Covid-19 n'a pas arrangé les choses ».

Nicole Petit, a participé à trois colloques à Paris. Le dernier était consacré à l'écologie en Ehpad. « On n'écarte aucun sujet, poursuit-elle. Nous sommes aussi en lien avec d'autres établissements. Nous avons notre mot à dire et on ne s'en privera pas ».

Nicole Petit a insisté pour que Marie-Christine Écale, la directrice de la Maison Saint-Joseph, soit à ses côtés lors de l'entretien. Elle en profite pour évoquer avec elle un problème qui lui tient à cœur. « Pourquoi un couple, dont un des membres vit à l'extérieur, a-t-il des droits de visite bien supérieurs aux nôtres, les veufs ? Je ne trouve pas ça normal ». La directrice lui promet de se pencher sur le sujet prochainement. Le dialogue est ouvert.

Pratique

Contact : site internet *citoyennage.fr* (<https://citoyennage.fr/>)

Article Le Parisien du 3 novembre 2020



« Ne parlez pas en notre nom ! », prévient le nouveau porte-voix des seniors vivant en Ehpad.

A 83 ans, Philippe Wender préside l'association Citoyennâge, qui vient d'être créée. Ce résident d'un Ehpad du Val-de-Marne estime que les personnes âgées sont les mieux placées pour parler de la vieillesse et de leur quotidien.

A 83 ans, son allure frêle ne laisse pas soupçonner le sacré caractère qui se cache derrière Philippe Wender et son costume impeccable. Ce résident de l'Ehpad de la

Cité-Verte à Sucy-en-Brie (Val-de-Marne) devient le porte-voix des personnes âgées vivant en maison de retraite, via l'association Citoyennâge qui vient d'être créée et dont il est désormais le président.

Il estime que les seniors sont les mieux placés pour parler de la vieillesse et de leur quotidien. Et ils en ont des choses à dire actuellement : confinement face au Covid-19, projet de loi grand âge et autonomie repoussé à 2021, débats après mi-octobre à l'Assemblée nationale autour de la création d'une 5e branche de la sécurité sociale dédiée à l'autonomie et la dépendance...

Revue de presse

Rencontre avec un grand-père motivé et dynamique, pour qui la vieillesse est loin d'être une déroute.

Avec le reconfinement de la population, les visites sont maintenues en maison de retraite. Est-ce une bonne nouvelle ?

Philippe Wender. Oui! C'était prévisible, ils ne pouvaient faire autrement. Il ne faut pas isoler totalement les personnes âgées! Cela rend fou, malade. Durant la première vague de l'épidémie de coronavirus, nous avons été privés de visites et de toutes les animations des maisons de retraite : concert, pièce de théâtre, lecture à voix haute... Ce sont des activités qui comptent beaucoup pour le moral. Elles rythment la semaine. Et certains résidents n'ont plus de famille, plus de visite. La venue des intervenants leur est donc cruciale (NDLR : les activités et interventions de personnels extérieurs sont maintenues pour ce nouveau confinement, mais avec des mesures sanitaires renforcées : animations en petits groupes, distances physiques, port du masque...). Nous nous interrogeons aussi de savoir si nous pourrions continuer à faire des promenades. Certains marchent toute la journée, ça leur est indispensable. Cela fut très dur d'en être privé durant le premier confinement. La réponse est oui ! Dans la limite d'un kilomètre autour de la résidence. Nous sommes des personnes comme les autres.

Comment est née l'association Citoyennâge ?

Citoyennâge existait depuis quinze ans mais sous la forme de groupes informels de personnes âgées, sans être structurés. Nous venons de créer cette association au niveau national afin de porter notre voix de manière plus audible. Nos membres sont présents un peu partout dans le pays : Ile-de-France, Bretagne, Grand-Est, Auvergne, Midi... C'est un lobby (rires)! Je suis sérieux, cela correspond parfaitement à la définition du mot. Par exemple, je vais ainsi pouvoir faire partie des groupes de travail pour bâtir la future loi sur l'autonomie prévue début 2021. J'ai aussi déjà été en contact par visioconférence avec la ministre chargée de l'Autonomie, Brigitte Bourguignon, à l'occasion de sa venue début octobre à Saint-Maur-des-Fossés dans l'un des cinq Ehpad du groupe dont dépend ma résidence.

Quels thèmes se dessinent d'ores et déjà parmi vos réflexions ?

Il y a de la matière car les groupes régionaux de Citoyennâge avaient déjà produit des documents. De mon côté, je dois préparer un texte pour le groupe de travail sur la future loi autonomie : il s'articulera autour de la notion de liberté. A partir de la liberté, on peut décliner toutes nos préoccupations. Par exemple, la liberté d'aller en maison de retraite aborde la question de son prix ; la

liberté des moyens pour y exercer lance la question du personnel. La liberté de parole aussi : pendant le confinement, les médias faisaient intervenir des chefs d'établissement, des infirmières ou des familles, qui ont dit beaucoup de bêtises d'ailleurs. Je pense à cette fille de résidente qui avait lancé dans le reportage : « Je vais reprendre maman à la maison ! »

Les gens croient que les Ehpad sont des mouiroirs. Donnons la parole aux premiers concernés, les résidents des maisons de retraite ! Certains ont du mal à s'exprimer, certes, mais pas tous. Ne parlez pas en notre nom !

C'est votre choix d'être venu en Ehpad, un établissement pour personnes dépendantes ?

Absolument. Je suis ici avec ma femme. A la suite d'un AVC, elle se déplace en chaise roulante car elle a peur de tomber. Donc elle a besoin d'aide. Moi, j'ai une maladie qui évolue sur le long terme mais je me porte pas mal. Ma propre mère a résidé ici auparavant et ça s'est très bien passé. Alors, il y a deux ans, mon épouse et moi avons décidé de nous installer ici. Le mot dépendance signifie juste qu'on a besoin d'aide, donc de personnel. Ce terme ne nous fait pas peur.

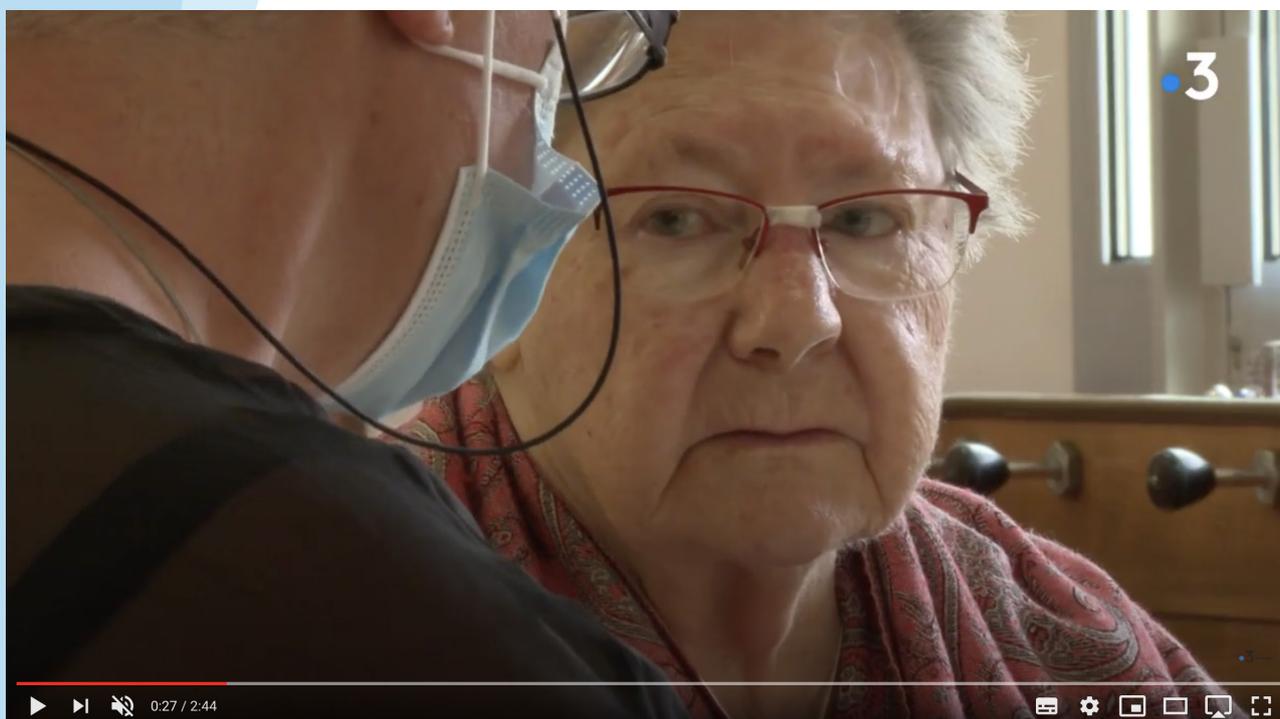
Les professionnels du secteur enthousiasmés par cette initiative

Le Dr Olivier Guérin, président de la Société française de gériatrie et de gérontologie (SFGG), interviewé par l'AFP, salue une démarche associative « sensée et utile », mais qui constitue selon lui un « vrai challenge » car les seniors vivant en maison de retraite sont souvent « éloignés du lien social ».

« A peu près la moitié des résidents d'Ehpad n'ont aucun trouble cognitif », souligne ce spécialiste, mais les seniors ont d'autant plus de mal à se faire entendre que « la société porte un regard péjoratif sur le vieillissement ».

Pour Françoise Gobled, vice-présidente de la Fédération nationale des associations et amis des personnes âgées et de leurs familles (FNAPAEF), également interrogée par l'AFP, les seniors souffrent de ce qu'« on ne respecte pas assez leur personnalité, leurs qualités, ce qu'ils peuvent encore apporter ». Elle salue une démarche « complémentaire » de celle de son association.

Complémentaire mais pas identique, prévient Philippe Wender. Chez Citoyennâge, « on ne veut pas d'adhésion des familles », car il n'est pas question que « quelqu'un veuille encore parler en notre nom ».



Citoyennâge : et si on écoutait la voix des anciens ?

Il y a quelques semaines, l'association «Citoyennâge» a vu le jour. Des résidents d'Ehpad, des personnes âgées aidées à domicile ont décidé de faire entendre leurs voix.

«*Monsieur le président, je vous fais une lettre que vous lirez peut être...*» Nicole Petit, 84 ans, a posé sa canne contre le fauteuil, elle est bien décidée à se faire entendre !

Quand on est une personne âgée, on n'a plus la parole, pourtant, on est des citoyens comme les autres, on a le droit d'être entendus.

La vieille dame se présente comme quelqu'un de très discret, très timide. «Je

n'ai jamais haussé la voix, jamais milité», dit-elle. Il n'est sans doute jamais trop tard ! Nicole a traversé bien des orages : la guerre, quelques vilaines maladies, la perte de son mari après 56 ans de mariage. Il y a quatre ans, juste après ce décès, elle est venue s'installer à Saint-Joseph à Gouarec dans les Côtes d'Armor. La vaste maison accueille 159 résidents, dont certains présentent des troubles cognitifs.

«*Au début, j'avais peur*», confie la dame. «*Il y avait des gens qui rentraient dans ma chambre, je ne savais pas quoi faire. Et puis, je me suis habituée. Maintenant j'apprécie leur compagnie.*»

«*Quand on entre dans un établissement,*

on a soudain l'impression que la vie nous échappe», explique-t-elle. «On ne décide plus ni l'heure de son lever, ni celle de ses repas, ni ce qu'on va manger, parfois même, plus la façon dont on sera habillée, c'est difficile !»

S'engager pour faire entendre sa voix

Alors, Nicole Petit a adhéré à Citoyennâge, en est devenue la secrétaire et a donc décidé d'écrire au Président de la République : **«Nous avons la chance d'avoir une belle maison, de belles chambres, nous nous sentons en sécurité, débute t-elle, mais nous constatons que le personnel a de plus en plus de mal à répondre à nos attentes.»**

Atablée dans le vaste hall d'accueil avec Pascale Lucas, l'animatrice de l'Ehpad, Nicole Petit essaye d'expliquer. *«Les aides-soignantes sont extraordinaires, elles font un travail formidable, mais elles courent tout le temps.»* Dans sa lettre, elle précise : *«De nombreux résidents arrivent de plus en plus dépendants à l'Ehpad, l'accompagnement est donc plus important, sans pour autant avoir plus de personnel.»*

Nicole raconte à Pascale les petits riens qui font que les journées sont parfois dures. *«Quand on sonne, que les aides-soignantes sont dans une autre chambre occupées à faire un soin, elles ne peuvent pas laisser la*

personne en plan, celle qui, par exemple, est sur les toilettes, elle va attendre une demi-heure, trois quarts d'heure qu'on vienne la chercher pour la ramener dans son fauteuil, c'est long, c'est très long», soupire t-elle.

Elle devient intarissable, décrit les toilettes. *«Elles les font très bien mais elles ne s'arrêteront pas 5, pas 3 minutes avec vous. Elles doivent vite aller dans l'autre chambre, parce que bon, on les attend, et dès que c'est fini, il faut qu'elles servent les repas, puis qu'elles raccompagnent les résidents dans les chambres etc...»* «Il faudrait davantage de moyens financiers et davantage de personnels, conclut-elle, que tous, soignants ou non, soient sensibilisés, formés et qualifiés dans l'accompagnement des personnes âgées. Ce serait mieux pour nous, mieux pour eux aussi. Elles ont fait le choix de cette profession mais sans doute pas de ce genre de conditions de travail !»

La lettre au Président est sur le point de se terminer, bientôt, elle sera sur son bureau à L'Elysée. Nicole espère qu'elle sera lue et que, pour une fois, sa petite voix sera entendue !

INTERVIEW

«S'il y a un deuxième confinement dans les Ehpad, je serai très en colère»

Par Julie Richard(<https://www.liberation.fr/auteur/21401-julie-richard>)

— 28 octobre 2020 à 16:55



A l'Ehpad de l'Abbaye, à Saint-Maur-des-Fossés, le 9 août. Photo Marie Rouge pour Libération

A quelques heures des annonces du gouvernement

sur de possibles nouvelles mesures de restrictions, Philippe Wender, résident en Ehpad et président de l'association Citoyennâge, alerte sur les risques d'un reconfinement pour les personnes âgées.

A 83 ans, Philippe Wender a été élu président de Citoyennâge, une association créée le 28 septembre, à l'occasion du Congrès national des âges et du vieillissement. Elle a vocation à porter la voix des seniors sur les sujets les concernant. Alors que l'exécutif s'apprêterait à annoncer des mesures de restriction sanitaire, ce résident de l'Ehpad la Cité verte, à Sucy-en-Brie (Val-de-Marne), dénonce des politiques de surprotection des personnes âgées, ainsi que l'isolement imposé par la crise de la Covid-19.

Vous venez de prendre la tête de l'association Citoyennâge aujourd'hui, quelles sont vos revendications ?

Nous, les vieux, on ne nous demande pas notre avis, on ne nous écoute pas. Les gens pensent que les Ehpad sont des mouiroirs mais c'est faux. Il y a encore des gens actifs. Pendant le confinement du printemps, j'ai été surpris de voir que la plupart des sujets dans les médias portant sur les Ehpad ne donnaient jamais la parole aux premiers concernés. Pour résumer, mon combat, j'ai souvent envie de dire : ne parlez pas en notre nom !

La rentrée de septembre a été difficile à vivre dans les Ehpad, pourquoi ?

Cela a surtout été très dur psychologiquement. Beaucoup de résidents comptaient sur les intervenants extérieurs qui nous remontaient le moral. Là, depuis mars, ils ne viennent plus. Et puis les changements continus de consignes de l'Agence régionale de santé (ARS) sont de plus en plus difficiles à suivre. Un coup on autorise les visites, puis on les interdit, puis on les réautorise mais en temps limité et dans une autre salle... Pareil pour les repas, ça change tout le temps. On a vraiment l'impression d'être trimballés. Il y a une vraie perte de liberté pour nous. Même pour les gens qui ont toute leur

tête comme moi, on finit par ne plus rien comprendre, en faisant preuve de la meilleure volonté du monde. C'est difficile à vivre.

A LIRE AUSSI

Dans les Ehpad, le nombre de cas positifs explose(https://www.liberation.fr/france/2020/10/27/dans-les-ehpad-le-nombre-de-cas-positifs-explose_1803631)

Le confinement a été une épreuve pour tout le monde, qu'attendez-vous des annonces de ce soir ?

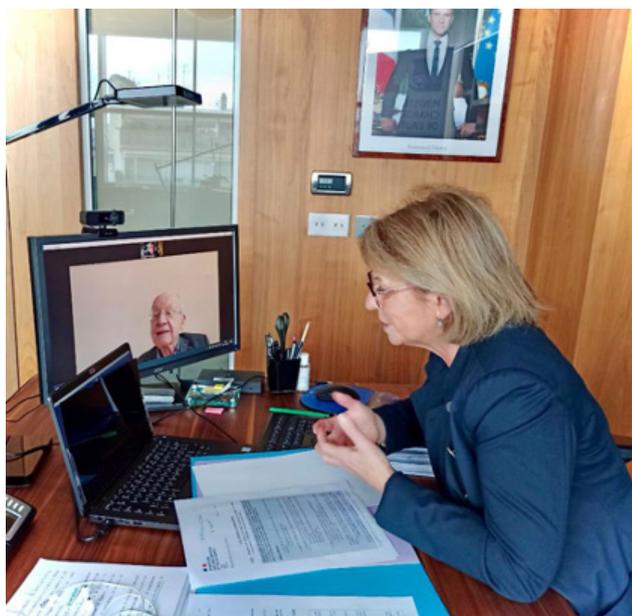
J'appréhende, même si je me sens moins concerné à présent. Je pense qu'on ne reconfinera plus les Ehpad. Rappelons que le Comité national d'éthique avait tiré la sonnette d'alarme sur les effets délétères du confinement dans ces établissements. C'est une voix qui importe et qui est écoutée. Je reste confiant. Et si le couvre-feu est avancé, cela ne nous touche pas trop.

Un deuxième confinement serait une mauvaise idée ?

Je dirai même que ce serait un véritable scandale. Le confinement a tué des gens en Ehpad, tout le monde le sait. La solitude rend fou. Lors des annonces du premier confinement, j'étais abattu, là je serai très en colère. Je défends ma liberté. Il n'y a pas de raison de nous surprotéger. Et puis, nous ne sommes pas les plus contaminants, bien au contraire. Moi, si je dois choisir, je préfère être libre. Je n'ai pas peur du Covid-19. Enfin, si je l'attrape cela pourrait être grave, mais je n'ai pas plus peur que cela.

[Julie Richard \(https://www.liberation.fr/auteur/21401-julie-richard\)](https://www.liberation.fr/auteur/21401-julie-richard)

Citoyennage présente ses propositions à Brigitte Bourguignon



Lors d'un entretien, mardi dernier, Philippe Wender, président de Citoyennage, a pu faire part des propositions de l'association à la ministre déléguée à l'Autonomie, Brigitte Bourguignon. Il a notamment demandé à une forte implication des personnes âgées aux travaux préparatoires de la Loi Autonomie.

Regroupant des personnes vivant en établissements et accompagnées à domicile, l'association Citoyennage a présenté ce mardi, à l'occasion d'un entretien, ses propositions à Brigitte Bourguignon, ministre déléguée en charge de l'Autonomie. L'association y a « *indiqué la nécessité à moyen terme de repenser, dans le cadre de*

la Loi Autonomie à venir, le modèle de l'aide aux personnes âgées en développant de nouveaux services et de nouveaux métiers axés sur les réponses en accompagnement socio-culturel (psychologues, animateurs, spécialistes du tourisme et de la vie culturelle, personnels de restauration dans les établissements...) », précise-t-elle dans un communiqué ajoutant également avoir « *mis l'accent sur l'importance de prendre en compte la parole des personnes âgées dans toutes les réflexions menées sur le grand âge et l'autonomie afin d'assurer l'effectivité de leurs droits et libertés* ». En filigrane : la Loi Grand âge et Autonomie qui devrait être votée dans les prochains mois et pour laquelle tous les acteurs concernés se mobilisent. Pour Citoyennage, les personnes âgées ne doivent pas faire exception à la règle. Pour elle, l'État doit assurer « *une pleine et entière participation et représentativité, tant au niveau local que national, des personnes âgées aidées aux travaux préparatoires de la Loi Autonomie* ».



Vous aussi participez au développement de Citoyennage !

Contactez-nous :

contact@citoyennage.fr

www.citoyennage.fr

 [@citoyennage](https://twitter.com/citoyennage)

Projet initié par



avec le soutien

