

EDITORIAL



Une phrase tourne dans ma mémoire en cet automne où l'évènement le plus marquant, en matière d'économie sociale et solidaire, sera sans doute l'installation de la Conférence Nationale de Santé, « *instance consultative de démocratie en santé, de dialogue, d'échanges, de démarches participatives et de concertation entre les différentes composantes de la société civile organisée en matière de santé* ».

Votre présidente y siège en tant que suppléante, représentante de Citoyennage, au collège des usagers. Le travail qui sera fait là sera certainement source d'inspiration en vue de notre but : porter la parole des personnes aidées les plus vulnérables de notre société, en établissement comme à domicile.

Nous participerons également à la Conférence Nationale de l'Autonomie, lancée par Madame Gaillard-Minier, notre Ministre déléguée à l'Autonomie et aux Personnes Handicapées, qui doit reprendre ses travaux en cette rentrée.

Nous avons également été ou serons très nombreux à participer à nos colloques régionaux 2026, programmés en septembre et octobre, en Île-de-France, en Haute-Normandie, en Basse-Normandie, en Occitanie, en Nouvelle-Aquitaine, dans les Hauts-de-France et en Isère. Vous pourrez en retrouver les synthèses des travaux dans notre prochain numéro.

« *Nous ne sommes peut-être qu'une goutte d'eau mais ensemble nous sommes un tsunami* ». Je ne saurais plus attribuer cette phrase mais je crois qu'elle exprime bien la nature de notre association. Ne l'oublions pas.

Isabelle HARTVIG, Présidente
septembre 2026

SOMMAIRE

▪ Actualité de l'association

- Quand les personnes âgées accompagnées prennent la parole
- Colloques Citoyennage 2026

▪ Actualité du secteur

- Nous travaillons avec la Ministre
- Critères à retenir pour la transformation des « EHPAD »
- Un colloque dont nous espérons beaucoup
- Comment changer le regard sur l'âge pour accueillir et fêter le vieillissement ?
- Comment mieux impliquer les personnes âgées à tous les échelons décisionnels afin de répondre à leurs aspirations
- Être vieux en 2026 (et après) en France
- AGORA : La notion de « chez soi », qu'est-ce au juste ?
- AGORA : Intervention de Mme POULTIER
- AGORA : Quels sont les profils professionnels d'avenir
- AGORA : Droit au risque, liberté et responsabilité

▪ Dans la presse

- "Soudain", ou l'impossible rendu possible en Ehpad – *Article Gerontonews*
- Au cœur de l'Ehpad de la Cité verte, qui a inspiré le film *Soudain* – *Article Aujourd'hui en France*
- Une récente dépêche de l'AFP
- Le secteur médico-social est un rempart indispensable contre l'apparition de la maladie d'Alzheimer – *Communiqué AD-PA*

▪ En plus

- Livre

▪ Adhésion à Citoyennage

- Rejoignez Citoyennage en adhérant dès maintenant pour 1 €

ACTUALITÉ DE L'ASSOCIATION

Quand les personnes âgées accompagnées prennent la parole : Citoyennage

Par Isabelle Hartvig, Joël Moret-Bailly, Andrée Bardon, Françoise Barrault, Monique De la rue, Odette Fleury, Noëlle Grison, Pierrette Julienne (†), Claudine Labasque, Huguette Michel (†), Renée Planchais, Mauricette Poultier, Fernande Texier, Simone Viguié, Philippe Wender (†)
- *Gérontologie et société* 2026/2 (vol. 48/ n° 180)

Le texte intégral de l'article co-écrit par les personnes ci-dessus dans la revue *Gérontologie et Société* est disponible via le lien exclusif ci-dessous. **Il donne un accès gratuit au texte intégral jusqu'au 09/10/2026 inclus. Faites vite. Après ce sera payant.**

Tiré à part électronique : <https://shs.cairn.info/tap-5nojcxgpwie12>

Il s'agit là d'une belle réalisation dont nous pouvons être fiers. C'était aussi une première. Nous ne l'avons jamais fait. Nous avons eu grand plaisir à travailler ainsi ensemble, pendant plusieurs mois avec des membres de différentes régions, grâce à des réunions en visio.

Une expérience à renouveler ? Pourquoi pas, si l'occasion se présente. Un grand merci en tout cas à tous ceux qui se sont investis !

Colloques Citoyennage 2026

- **Auvergne-Rhône-Alpes :**

Les 20 et 21 octobre, sur le thème : « Changer le regard sur les personnes âgées, sur le vieillissement et sur les établissements »

- **Ile-de-France :**

Du 8 au 11 septembre, sur le thème : « Avancer ensemble : rester en mouvement, entre découverte, partage et espoir »

- **Basse-Normandie :**

Le 25 septembre, sur le thème « Bien vivre ensemble ».

- **Haute-Normandie :**

Le 24 septembre, sur le thème : « Bien-vivre son âge »

- **Hauts-de-France :**

Le 15 octobre sur le thème : « Affirmons notre indépendance et notre autonomie dans tous les actes de la vie quotidienne en faisant respecter nos choix et en veillant à offrir un environnement adapté et accessible dans l'ensemble des lieux de vie (établissement et communes) »

- **Nouvelle-Aquitaine :**

Le 6 octobre, sur le thème : « Comment l'environnement peut contribuer à notre bien vivre ensemble ? »

ACTUALITÉ DE L'ASSOCIATION

Nous travaillons avec la Ministre

Les mois d'été sont généralement tranquilles. Cette année, au contraire, le mois de juillet a été plein d'intérêt, notre ministre Mme Camille Gaillard-Minier ayant beaucoup sollicité Citoyennage, tant les adhérents eux-mêmes que la présidente. Nous le demandions depuis longtemps et nous en sommes aujourd'hui très satisfaits même si l'exercice a paru, parfois, difficile à notre grand-âge.

Voici quelques-unes de nos participations, écrites celles-ci, tandis que d'autres, plus informelles mais non moins importantes, n'ont pas fait l'objet d'une transcription. Même l'inquiétant questionnement (hors sujet du jour) du changement climatique accéléré par les installations très polluantes nécessaires à l'Intelligence artificielle, a fait l'objet d'une question posée à la ministre au nom de notre groupe par Anne Béguin, Psychologue à la Cité Verte de Sucy-en-Brie en Val de Marne.

Critères à retenir pour la transformation des « EHPAD » (vilain mot)

Dans l'idéal ils sont nombreux mais le premier d'entre eux concerne l'accompagnement humain, par des humains bien humains, bien diversifiés et bien nombreux. La présence de l'autre est la condition même de notre existence.

Jamais, absolument jamais de robots, sauf pour des tâches très particulières et avec une grande prudence tant la robotisation paraît un danger majeur, (pensons à l'effet cliquet, ce moment où on ne peut plus revenir en arrière comme cela a été le cas par exemple pour la société de la voiture). Et même si l'IA présente déjà de nombreux avantages dans ses applications, notamment médicales, il ne faut pas oublier cet effet cliquet pour l'IA en raison de ses effets graves et surtout irréversibles sur notre environnement, lieu même de notre survie.

L'accompagnement doit être fait par des professionnels variés, formés et suffisamment nombreux - psychologues au premier plan pour l'équilibre

indispensable de tous - et pas seulement des professionnels du soin mais aussi des animateurs pour la vie sociale et culturelle qui doit être riche et variée pour que chacun puisse y trouver sa place et participer à sa façon à la construction d'une société sans exclusion. Il faut aussi encourager le bénévolat en tant que preuve de solidarité sans oublier toutefois qu'il ne doit pas remplacer les professionnels.

Plus concrètement, il s'agira de développer une vraie politique domiciliaire, ainsi que le pouvoir d'agir et la citoyenneté des résidents.

.1. Être chez soi en établissement passe par le fait d'avoir un espace privé qui garantisse l'intimité (clé, pas d'entrée sans autorisation, mobilier personnel, animal de compagnie, boîte à lettres pour recevoir son courrier, sa carte d'électeur...) et la **possibilité de recevoir qui on veut quand on veut sans horaires de visites.**

Concernant le bâti, des architectures conçues pour les personnes âgées qui seront favorables à tous (panneaux solaires par ex.), des matériaux adaptés au changement climatique en cours, un environnement adapté et sûr dans lequel on puisse **aller et venir librement** et duquel on puisse entrer et sortir librement.

Le droit au risque est consubstantiel à la liberté. **Sans droit au risque, il n'y a pas de liberté.** Donc, pour moi, la liberté c'est la liberté en toutes choses parce que la liberté surveillée, fragmentée, ce n'est pas la liberté. Bien entendu, les risques doivent être mesurés, réfléchis, et les solutions adaptées. Mais la sécurité doit être au service de la liberté et jamais imposée au détriment de cette dernière.

Nous ne sommes pas des petits vieux à surprotéger ! Il faut favoriser l'autonomie et faciliter les prises de responsabilités des personnes âgées, plutôt que les déresponsabiliser ou les infantiliser.

Bien sûr, la question n'est pas simple quand la personne vulnérable a la tête fragile. Mais elle reste capable d'exprimer ses besoins ou ce qu'elle ressent, d'une manière ou d'une autre et son consentement doit toujours être recherché comme le dit la loi et l'indiquent les recommandations éthiques.

.2. Un lieu d'autonomie est un lieu où on peut décider pour soi. Il faut donc un pouvoir d'agir suffisant, qui passe par la nécessité de développer des instances de démocratie participative qui vont au-delà des CVS. Ceux-ci sont très souvent insatisfaisants pour les résidents, car il s'agit d'une démocratie représentative et non directe, on y entend trop de termes techniques incompréhensibles pour les résidents, qui n'ont pas assez de temps pour comprendre et s'y exprimer, les familles et les professionnels prenant davantage la parole. Il faut créer des **Conseils de résidents** ouverts à tous les résidents et à eux seuls, qui traitent de toutes questions relatives au fonctionnement de l'établissement et qui permettent aux résidents d'affirmer leurs attentes, disent toutes leurs remarques et auxquelles la direction propose des réponses. Les **Comités Citoyennage** permettent en plus de se positionner dans et vis-à-vis de la société, de retrouver une place et un rôle social. Citoyennage peut être considérée de ce point de vue comme une approche non médicamenteuse particulièrement innovante.

.3. Ces maisons doivent largement ouvertes sur l'extérieur, où chacun venant par nécessité ou curiosité aura envie de revenir par intérêt. Avec des commerces ouverts à tous, coiffeur, petite épicerie, couturière, salon de beauté, etc...

Un établissement accueillant des personnes âgées doit être un lieu de lien social et de culture, avec une citoyenneté préservée et encouragée.

Il faut ne jamais oublier non plus les caractéristiques du grand âge, et avant tout la lenteur, dont il faut faire l'éloge dans une société qui va trop vite (comme le souligne Boris Cyrulnik). Le droit à la lenteur doit être respecté en toutes choses comme une donnée naturelle dont tous font l'expérience un jour, même si personne n'a envie d'y penser parce que personne n'a envie de vieillir. Mais c'est là une mentalité à faire changer.

Isabelle Hartvig

Un colloque dont nous espérons beaucoup



Lors du colloque organisé au ministère de la Santé à Paris le 9 juillet sous l'égide de Madame Camille Galliard-Minier, Ministre de la Santé, des Familles, de l'Autonomie et des Personnes Handicapées, nous n'avons pas pu développer notre propos autant que nous l'aurions souhaité. Question de temps bien sûr, l'animateur ce jour-là, ayant lui-même beaucoup à dire, éprouvant par là-même quelque difficulté à donner la parole à tous les intervenants.

Nous tenons à le faire ici, notre ministre s'étant montrée très désireuse d'écouter les personnes âgées elles-mêmes. Cet article lui sera personnellement adressé.

Ce jour-là nous étions une dizaine, venus à Paris dès 9 heures du matin depuis les résidences de l'Abbaye et des Bords de Marne dans le département du Val de Marne. Ayant été, par erreur, prévenus deux jours seulement avant la date de l'évènement, nous n'avions pas pu nous réunir tous auparavant, ce qui était un peu regrettable. Mais, après coup, nous avons trouvé une belle unanimité pour soutenir les propos tenus sur l'estrade par votre présidente. Les voici.

Le sujet posé était le suivant

Alors que la part des personnes âgées dans la société française n'a jamais été aussi importante, les personnes âgées tendent à être invisibilisées avec une vieillesse considérée parfois comme taboue. Comment renouer collectivement avec une vision positive de la vieillesse ? Comment faire évoluer les représentations alors que 42% des jeunes considèrent les

personnes âgées comme une charge pour la société ? Comment accueillir davantage la vieillesse et la fêter collectivement ?

D'abord, tentons une définition : Être vieux, c'est quoi ?

Être vieux c'est un état. Alors que vieillir est un processus.

Être vieux c'est d'abord savoir qu'on va bientôt partir mais on ne sait pas quand ni pour aller où. Ce n'est donc pas très confortable.

Être vieux, c'est percevoir différemment, au-delà des cinq sens, avec quelque chose d'autre, comme un sixième sens, qui ressemble beaucoup à une intuition. Il faut en tenir compte.

Être vieux c'est subir l'âgisme d'une société à qui mourir fait peur parce qu'elle voit la mort en eux au lieu de voir la vie, au présent, épanouie.

Vieillir, une chance pour soi.

Vieillir, c'est être plus libre. En tant que femme, notamment, que plus grand monde ne regarde.

Vieillir, c'est une chance de montrer à ses enfants, petits-enfants et au-delà, ce que nous avons vécu, subi et que nous ne souhaitons pas qu'ils revoient. Cette chance nous donne des obligations. De parler, expliquer, témoigner. La phrase « quand j'étais petite » s'avère souvent magique pourvu qu'on ne fasse pas la morale.

Vieillir est une chance parce qu'on a le temps, enfin, de découvrir, redécouvrir, ou d'apprendre : musiques, paysages, lectures, relations humaines.

Vieillir instaure une forme de distance par rapport aux soucis de l'existence parce que rien n'est plus important que la vie elle-même.

Et puis, ne sachant pas ce que c'est que d'être morte, j'aime autant être vivante... La ministre a souri. Bien soignée et bien entourée ai-je précisé.

Vieillir, une chance pour les autres

Loin d'être une charge, les personnes âgées sont une chance pour la société qu'elles enrichissent de leur vécu, leur expérience, leur sagesse même. Car elles ont vécu bien des événements et connu deux guerres mondiales au siècle dernier. Elles ne l'ont pas oublié et, consciemment ou non, elles en ont tiré les leçons. Aujourd'hui, elles ont des idées. Sur l'organisation de la société par exemple. En voici quelques-unes qui pourraient être inspirantes.

On pourrait par exemple :

Impliquer peu à peu , et de plus en plus, les populations par petites entités - immeubles, groupes de maisons, rues, quartiers - autour de professionnels responsables ou de jeunes recevant une petite rétribution en même temps qu'une formation de quelques heures, pour que redevienne évidente pour tout le monde l'inclusion systématique des anciens dans la société ; pour Noël, par exemple, pour les fêtes de fin d'année, pour Pâques, etc...en fonction des traditions, religieuses ou non ; et pendant les vacances, pendant les canicules, aux dates anniversaires marquantes

Avoir toujours une solution de transport personnalisée. C'est important pour vivre la vie de tout le monde, tant qu'on peut, jusqu'au bout.

Former à nouveau dans toutes les occasions au respect des anciens, dans les écoles, les collèges et les lycées, par des rencontres intergénérationnelles lz plus souvent possible.

Veiller par la solidarité nationale au bien-être des jeunes comme des vieux, bref au bien-être de tous, afin que tous soient de nouveau ouverts aux valeurs de respect, à destination, non seulement des anciens, mais de toutes les populations, toutes respectables, quelles que soient leur milieu social, leur couleur de peau ou leur pays d'origine. Ce sont des choses qui se font souvent très naturellement dans les quartiers dits populaires. Nous devrions peut-être les écouter davantage.

Utopie ? Toutes les sociétés se sont construites sur des utopies. La Révolution française n'en était-elle pas une ? C'est beaucoup sur ses idées que s'appuie aujourd'hui notre Constitution.

Développer Citoyennage est également une excellente solution puisque le but de notre association est de donner la parole aux personnes âgées, à commencer par les plus vulnérables, aidées, à domicile ou en établissement.

Parce que l'association est un véritable accélérateur de neurones et nos réunions un réjouissant remue-méninges, comme un chaudron de possibles. Et parce que c'est un facteur de bonne santé pour les personnes âgées reconnues et écoutées, dont les propositions sont étudiées avec bienveillance et surtout mises en œuvre autant que possible, toujours dans le dialogue. Alors que leurs réflexions s'avèrent parfois d'ordre quasiment philosophique. On voit ces personnes prendre confiance au fil des réunions, réapprendre à s'exprimer et se lancer même à donner un avis.

Citoyennage est donc bien de ces solutions qui méritent d'être tentées, ça ne coûte rien et ça peut rapporter gros.

Notre ministre souhaite reprendre à zéro les bases du futur plan Grand âge et relancer la conférence nationale de l'autonomie. Nous lui avons assuré ce jour-là que nous étions à sa disposition. Nous souhaitons en effet être consultés en matière de politique vieillesse et inclus dans les groupes de travail, comme nous l'avons déjà fait par le passé.

Isabelle Hartvig
Présidente de Citoyennage National

Comment changer le regard sur l'âge pour accueillir et fêter le vieillissement ? Par Claude Rouvre, Administrateur de Citoyennage



Ce n'est pas parce qu'on a besoin d'aide que cela doit signifier la fin de notre place dans la société. Nous sommes des citoyens à part entière ! Nous sommes adultes et responsables. On ne peut pas vieillir heureux sans cette considération. Pourtant, le vocabulaire utilisé vis-à-vis de nous est souvent péjoratif et réducteur.

Pour changer de regard sur l'âge, commençons peut-être par changer de culture et de vocabulaire :

- Supprimons le terme d'EHPAD qui parle uniquement d'Hébergement (bien loin du chez soi) et de dépendance qui est réducteur.
- Supprimons le terme de prise en charge, de placement qui nous réduit à l'état d'objet,
- Laissons tomber la culture sanitaire avec les blouses (est-ce vraiment indispensable ?).
- Nous aspirons, comme tout le monde, au-delà d'être bien accompagné et soigné à continuer à avoir une vie sociale et culturelle, à rester libre, responsable et citoyen. Pour avoir une vieillesse heureuse, il nous faut rester libres. Libres de nous exprimer, libres de nos choix, libres de nos déplacements et nous laisser prendre des risques car il n'y a pas de vie sans risque. Il faut que le fonctionnement des résidences où l'on vit soit flexible et souple. Nous voulons un accompagnement

personnalisé, « sur mesure », qui nous ressemble, qui souligne davantage nos compétences et qualités plutôt que nos pertes et difficultés.

Ces 42% de jeunes qui estiment que les vieux sont une charge devraient se rappeler qu'au temps où ils étaient enfants, et que ces vieux étaient de jeunes retraités,

- Qui s'occupaient d'eux le mercredi ?
- Et pendant les vacances scolaires ?
- Et leurs maladies infantiles ?
- Qui permettaient à leurs parents d'être présents à leur bureau, à leur usine et de maintenir ainsi leur travail et leur salaire. Quel pourcentage de PIB ainsi préservé ?...

Dans une société de plus en plus individualiste, nous avons pour notre part une longue expérience de la Citoyenneté et un attachement profond aux valeurs d'entraide et de solidarité.

Comme la reconnaissance n'a jamais été un moteur sociétal, trouvons d'autres liens pour qu'actifs et vieux-vieux se connaissent et s'estiment, aidons-les à vivre ensemble, en transformant les maisons de retraite en lieu de vie sociale, de rencontre, de culture, de citoyenneté. Les associations et les commerces peuvent rencontrer des difficultés pour trouver des espaces à louer qui ne soient pas trop chers.

En faisant venir leur clientèle, ils créent l'occasion de rencontres et de mélange des générations. Les maisons de retraite peuvent ainsi participer à recréer du lien social pour tous. Car les plus âgés ne sont pas les seuls à souffrir de solitude.

Il faut y incorporer des commerces et services (salon de coiffure, retouche, pressing, crèches-halte-garderie), des activités sportives (tir à l'arc, boxe aménagée, gymnastique...), de la culture (théâtre avec résidences d'artistes, galeries, concerts, ateliers de peinture, expositions...), des activités locales et associatives (brocantes, marché de Noël, barbecue, restaurants et bars partagés ouverts sur l'extérieur...) et de quartier (location d'espaces pour les activités associatives : danse, yoga, Tai Qi...).

Qu'on y installe des bureaux de vote- pas seulement pour permettre aux vieux de voter, mais pour y faire voter tout le quartier, et libérer l'école. Notre Présidente écrivait, il y a peu : « J'ai 84 ans, une grande envie de lutter contre l'âgisme inconscient qui sévit encore dans toutes les couches de la société et une grande envie de vivre, active encore dans la mesure de mes moyens, utile à la société.

Citoyennage a pour objectif de faire évoluer le regard sur le grand âge. C'est pour moi une occasion et un cadre pour réfléchir et proposer les conditions d'un vieillir mieux, concret et utile, et plus généralement pour faire évoluer la situation faite aux personnes âgées dans notre société.

Enfin, je vois dans Citoyennage une occasion et un cadre pour tâcher de rester aussi longtemps que possible actrice de mon propre vieillissement en le pensant et le défendant, pour aborder simplement l'idée de ma finitude, en conscience et en responsabilité, en essayant d'être un exemple positif et mobilisateur en général et tout particulièrement pour mes enfants. »

Pour conclure, nous pensons qu'il faut avant tout éviter de créer une société du dedans et une société du dehors. Mais, au contraire faire que l'avancée en âge soit vectrice de lien social, qu'elle participe à la reconstruction du « faire société » et susceptible de répondre aussi aux besoins du quartier, de la commune ou du département. La vieillesse ne doit pas être une mise à l'écart, c'est au contraire un temps pleinement habité, faite de liens, de dignité, de reconnaissance, de souvenirs et d'expérience. Vieillir heureux c'est continuer à faire partie du monde, dans un environnement fondé sur le respect, la liberté, l'écoute et la responsabilisation.

Nous voulons construire une société intergénérationnelle et solidaire, dans laquelle chacun, quel que soit son âge, puisse transmettre, apprendre et contribuer, être acteur, avoir un sentiment d'« utilité publique ». Et nous avons besoin de l'Etat pour nous en donner les moyens !

Comment mieux impliquer les personnes âgées à tous les échelons décisionnels afin de répondre à leurs aspirations ?

Par Isabelle Hartvig, Présidente de Citoyennage

Je vous remercie Madame la ministre, de votre invitation parce que je crois vraiment que :

« Ce qui est fait pour moi, sans moi, est fait contre moi ¹ ».

Je représente ici l'association Citoyennage dont je suis la présidente au niveau national, et je représente les personnes âgées très âgées, les plus âgés et les plus vulnérables, celles qui sont aidées en établissement ou à domicile, ces dernières à domicile étant encore plus inaudibles et invisibles comme l'a malheureusement montré la dernière canicule.



De manière générale, il s'agit d'impliquer les personnes âgées elles-mêmes sur tous les sujets qui les concernent et de construire avec elle les politiques vieillesse. C'est ce que promeut Citoyennage : développer leur pouvoir d'agir et leur permettre d'exercer leur complète citoyenneté.

Les personnes âgées en général sont trop peu souvent consultées, et représentées. Il faut les remettre au centre des décisions qui les concernent et rechercher par tous les moyens leur consentement, y compris quand elles sont atteintes de maladies neuro-évolutives. Les psychologues savent faire cela.

A l'entrée en établissement, par exemple, il est absolument indispensable de recevoir la personne concernée seule, en tête-à-tête, pour s'assurer de son consentement et recueillir ses attentes.

Il faut développer le pouvoir d'agir des personnes accompagnées en établissement ou à domicile à tous les échelons.

Au niveau de l'accompagnement quotidien, les enquêtes de satisfaction devraient être obligatoires et au moins annuelles.

En établissement, les CVS (Conseils de la vie sociale) existent, ils sont obligatoires, c'est bien. Mais dans les réunions de ces instances, ce sont surtout les professionnels et les familles qui parlent tandis que les personnes âgées elles-mêmes écoutent et se taisent bien souvent. Les CVS sont donc insuffisants. Il faut aller plus loin.

Il faut établir dans les établissements **des instances de démocratie directe**. Il existe déjà souvent des commissions des menus, des commissions des sorties, des commissions d'animation par exemple. Mais il faut aussi créer des **Conseils de Résidents**, ouverts à tous les résidents et seulement à eux, pour donner leur avis sur tout ce qui concerne le fonctionnement de leur lieu de vie et obtenir des réponses de la direction.

On peut aussi **faire participer les personnes âgées au recrutement du personnel**. Cela leur donne l'occasion d'exprimer directement leurs attentes aux candidats quand ils se présentent. La sélection n'en est que plus efficace. Pour y avoir participé, je peux en témoigner.

Au niveau communal, des conseils des enfants existent maintenant dans beaucoup de municipalités, ou des conseils des jeunes. On trouve moins souvent des conseils des anciens. On pourrait plutôt créer des **conseils intergénérationnels d'habitants** qui permettraient de lutter contre les clivages entre générations et de sortir de cette logique pour retrouver une vraie cohésion de la population, plus favorable à une vie collective harmonieuse.

Au niveau départemental, je prends l'exemple du **CDCA** (Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie). Dans le Val de Marne, nous sommes en discussion pour qu'un siège soit attribué à un résident d'établissement, représentant de Citoyennage. Déjà nous avons pu participer à certaines réunions, donner notre avis et faire des propositions.

Au niveau régional, l'association **Citoyennage** organise des **colloques annuels** profondément démocratiques où ce sont les personnes âgées qui s'expriment à la tribune et les professionnels qui écoutent dans la salle. La démarche existe dans 6 régions de France actuellement.

Au niveau national, il faut **solliciter davantage les personnes âgées** au niveau du Ministère qui les concerne, comme vous le faites aujourd'hui et nous vous en remercions encore, ou à travers des groupes de travail interministériels (Citoyennage a participé à ceux concernant la Liberté d'aller et venir ou La réforme des CVS).

Ce ne sont là que qqs idées. Vous en aurez sûrement d'autres.
Je vous remercie.

¹ Gandhi, repris ensuite par Martin Luther King puis Nelson Mandela.

Être vieux en 2026 (et après) en France

Par Isabelle Hartvig, Présidente de Citoyennage



Voilà un sujet qui nous concerne de près. Mais il concerne peut-être encore davantage nos enfants vieillissants. Voici les quelques idées que nous avons développées devant notre ministre et son cabinet.

De plus en plus nous serons exigeants parce qu'élevés autour des Trente Glorieuses, assez gâtés par la vie, en tout cas la vie matérielle, grâce à l'explosion de la consommation que nous avons connue à cette époque.

Nous serons nombreux, de plus en plus, c'est une donnée démographique et le nombre, ça donne des forces, ça permet de s'imposer. Il faudra compter avec nous

Nous avons connu mai 68 et les mouvements puissants de libération qui ont suivi. : libération de la sexualité, de la femme, du couple, de la parentalité, avec les familles élargies, pour ne pas dire choisies. Ces libertés acquises nous ne sommes pas près de les oublier. Nous sommes pétris de ces progrès dont la génération de nos parents n'avait connu que les prémices.

Les baby-boomers sont, dans leur majorité, plus éduqués que la génération de leurs parents, plus nombreux à avoir suivi des études et

dans l'ensemble plus informés. Internet n'y est pas pour rien qui permet toutes les recherches et ouvrent des possibilités infinies.

S'il faut choisir dans tout cela les aspirations les plus marquantes à prendre en compte, je pense que cette génération demandera avant tout à :

- Pouvoir décider elle-même, être consultée sur tout ce qui la concerne. Cela s'appelle la liberté au sens le plus général qui soit.
- Pouvoir choisir et pas seulement dans le domaine de l'alimentation. Il lui faudra des services personnalisés, des soins individualisés, des horaires souples, des activités à la carte, en fonction de ses centres d'intérêt. Cette génération voudra choisir jusqu'à sa fin de vie et demandera sans doute à disposer de soins palliatifs en toute simplicité, le moment venu.
- Pouvoir communiquer et pas seulement parce que désormais toute sa vie, ou presque, est dans son téléphone, mais aussi et surtout parce que la famille restera présente dans la vie de son proche plus indépendant et donc moins lourd à porter, et parce que l'intergénérationnel est un facteur de bonne santé et de longévité. Ils l'auront bien intégré.
- Être respectée sans plus d'âgisme réducteur. Parce qu'ils auront fait leurs preuves et que, plus éduqués et plus intelligents, dans l'ensemble ils seront eux-mêmes moins discriminants.

Du moins, nous l'espérons. Espérer, c'est croire possible et c'est déjà mettre nos pas dans ces évolutions.

AGORA du Grand Âge 2026

Cette année encore Citoyennage a eu l'honneur d'être invitée à l'Agora du Grand Âge organisé par l'AD-PA et la FNAQPA. Nous publions ci-après les textes de nos allocutions.



La notion de « chez soi », qu'est-ce au juste ?

Par Madame Léa OMNES, Trésorière de l'association Citoyennage Ile-de-France et Secrétaire Adjointe de « L'Art de Vivre » association des résidents de la Cristolienne et membre engagé de Citoyennage

Se sentir chez soi, c'est un ensemble de plein de choses. Ce n'est pas seulement une adresse ou quatre murs. C'est l'endroit où je peux être moi-même, où je retrouve mes repères et mes habitudes dans le meilleur environnement possible.

En arrivant à la résidence de la Cristolienne à Créteil le 8 décembre 2025, j'avais une inquiétude : Est-ce que j'allais me sentir chez moi ? Quitter son domicile, c'est une forme de deuil mais il faut le considérer comme une nouvelle vie.

Pour moi, l'accueil est une étape essentielle. Être écoutée et accompagnée avec bienveillance, prendre le temps de découvrir les lieux et de visiter, rencontrer les équipes et les autres résidents, poser mes questions sans me sentir pressée... tout cela m'a aidée à trouver progressivement ma place. Il faut être bien entourée pour pouvoir s'intégrer car l'entourage fait partie du lieu de vie.

Ce qui compte aussi, c'est de pouvoir personnaliser nos logements. Il est important de pouvoir ramener ses propres meubles, ses propres draps, ses souvenirs, son frigo et d'avoir son nom sur sa boîte aux lettres. Cela devrait être normal de pouvoir aménager son logement comme on le souhaite en tant que locataire.

Mais se sentir chez soi, ce n'est pas vivre enfermé derrière sa porte. C'est aussi avoir la possibilité de participer à la vie de la résidence. J'apprécie de pouvoir donner mon avis, surtout qu'avant je n'osais pas le faire. J'ai retrouvé confiance en moi en m'impliquant dans les différents comités ou groupes de réflexion. Que ce soit pour les repas, les animations ou l'organisation de la vie quotidienne, savoir que notre parole compte fait une vraie différence.

La vie collective n'est pas évidente tous les jours car nous sommes tous différents. Mais on s'entraide pour que chacun trouve sa place. Il faut qu'on puisse se sentir libre de s'isoler chez soi quand on veut, de pouvoir choisir ce qu'on veut dans notre assiette, de faire ou non les activités proposées, de sortir où on veut et quand on veut pouvoir inviter notre famille ou nos amis dans notre espace personnel. Prendre ses propres décisions contribue à se sentir chez soi.

Si je devais résumer ce qui me permet aujourd'hui de me sentir chez moi, je dirais simplement ceci : être accueillie avec bienveillance, vivre dans un logement qui me ressemble, être libre de mes choix et participer à la vie collective quand j'en ai envie, partager avec les autres, créer du lien et construire des projets ensemble. C'est cette combinaison qui me donne le sentiment d'habiter un lieu où je suis pleinement chez moi.

Nous souhaitons que toutes les personnes âgées puissent vivre dans un cadre de vie aussi agréable et que celui-ci devienne la norme.

Éclairer la nuit sous un nouveau jour

Quand la nuit tombe sur la cité... comment accompagner, soigner et innover tout en respectant les droits et le rythme des personnes âgées ? Souvent perçue comme un « désert nocturne », la nuit révèle agitation, équipes réduites et continuité fragile. Cette séquence éclaire ce temps invisible à travers expériences et initiatives, révélatrice de la qualité de vie des habitants et de ceux qui les accompagnent

Autour de la nuit

Par Madame Mauricette POULTIER



Je suis résidente au Trait d'Union du Cailly et j'habite au Village des Aubépins depuis quatre ans. Je suis également présidente du Conseil de la Vie Sociale, ce qui me permet d'observer attentivement ce qui se passe dans notre maison. Depuis mon arrivée, j'ai vu une véritable évolution...

Il y a quelque temps encore, on pouvait ressentir une impression de vide en fin de journée, à partir de 17 heures jusqu'à l'heure du repas du soir. L'agent d'accueil était parti, il n'y avait plus d'animatrice, et beaucoup de professionnels terminaient leur travail à cette heure-là : psychologue, ergothérapeute, cuisinier, etc.

Une réflexion a donc été menée autour de cette fin de journée, avec un objectif clair : remettre de la présence et de l'animation à un moment où les personnes âgées sont souvent plus fragiles. Il fallait pouvoir les

occuper jusqu'au repas du soir et, surtout, qu'elles sentent qu'il y a de la vie et du monde dans la maison.

Aujourd'hui, le soir est devenu vivant. L'agent d'accueil est présent jusqu'à 18 heures, les animatrices jusqu'à 19 heures, et le cuisinier également jusqu'à 19 heures. Cela apporte une vraie qualité de vie et surtout une convivialité très appréciable.

Même l'agent d'entretien termine désormais à 21 heures. De plus, il y a des veillées après le repas du soir une fois par semaine, ainsi que quelques animations spéciales. Par exemple, une soirée football a été organisée la semaine dernière pour la Coupe du Monde. Une autre fois, le cuisinier nous avait préparé de quoi nous restaurer pendant que nous regardions la télévision ensemble.

C'est vrai que la fin de journée est plus difficile à vivre pour certains résidents. Tout cela permet donc aux personnes de s'apaiser progressivement et d'aborder la nuit dans de bonnes conditions.

La qualité de la journée améliore aussi la soirée et la préparation de la nuit. Les angoisses et certains troubles du comportement diminuent. Aujourd'hui, tout se passe davantage dans le calme.

Pour que le début de nuit se passe bien, il faut aussi sentir qu'il y a du monde autour de nous. Bien sûr, du personnel est présent toute la nuit et répond à chaque demande.

Le matin, le réveil se fait au choix de chacun. Le petit-déjeuner est servi entre 8 heures et 9 heures, et c'est alors une nouvelle journée qui commence, avec de nouvelles aventures, quand on a bien dormi.

Quels sont les profils professionnels d'avenir ? À vous de nous le dire !



Par Monsieur Claude DAOUST, Vice-Président de « L'Art de Vivre » association des résidents de la Cristolienne, Vice-Président du Conseil de Vie Sociale du Groupe ABCD et membre engagé de Citoyennage

Pour commencer, il faudrait d'abord se demander : qui souhaitons-nous voir entrer dans notre logement, partager notre quotidien, nous accompagner lorsque nous sommes

un peu plus vulnérables ?

Ceux sont nous, les résidents qui sommes les mieux placés pour répondre à ces questions. Je vous informe que je participe aux recrutements des professionnels qui travaillent dans le lieu où j'habite. A l'école, le personnel est formé à savoir faire et deviennent des professionnels compétents, formés aux missions de leurs postes et ont une bonne connaissance des personnes âgées. Mais cela ne suffit pas. Ce qui fait la différence pour assurer un bon accompagnement, c'est souvent la manière d'être avec l'autre.

Que recherchons-nous ?

- Une personne qui sait écouter et nous considère comme des adultes au vu de notre expérience de vie.
- Une personne qui respecte notre rythme et surtout nos choix.
- Une personne qui voit encore en nous une histoire, qui est attentif à nos envies et non uniquement à nos besoins.
- Une personne proche de nous, capable d'échanger avec nous, de nous prendre au sérieux et de comprendre nos difficultés.
- Une personne capable de s'adapter, car aucune situation et aucune personne ne se ressemblent.

Voici en résumé les qualités attendues pour un profil idéal :

- ❖ Le respect de la dignité : considérer chaque personne comme un individu à part entière, quels que soient son âge ou ses difficultés.
- ❖ L'empathie sans infantilisation : comprendre les émotions de l'autre sans décider à sa place.
- ❖ La patience et l'adaptabilité : prendre le temps avec chaque personne et leurs différences.
- ❖ Un relationnel authentique : savoir communiquer et créer un lien confiance avec humour et simplicité qui rend le quotidien plus agréable.

Et si je peux vous donner un dernier conseil, enlever les blouses !
Leur couleur blanche rappelle les murs des hôpitaux et provoque un sentiment d'infériorité, cela crée une distance entre nous. Habillez-vous comme nous ! Les uniformes ne sont pas rassurants et peuvent angoisser ceux qui ont des troubles cognitifs.

Si vous voulez travailler auprès des personnes âgées, il faut nous considérer d'égal à égal.

Droit au risque, liberté et responsabilité

En 2018, lors de la Grande Consultation Citoyenne pour « mieux prendre soin de nos aînés », Citoyennage a commencé à élaborer 15 propositions qui ont été retravaillées ensuite et le seront encore en vue des prochaines élections présidentielles. L'association les enverra aux candidats pour les sensibiliser à l'importance d'une politique vieillesse à la hauteur de nos attentes et des enjeux sociétaux, en vue d'une meilleure qualité de vie et d'une juste place dans la société pour les personnes âgées aidées en établissement ou à domicile.

Vous pourrez les trouver en intégralité sur notre site internet www.citoyennage.fr, mais je voudrai aujourd'hui m'attarder sur notre proposition numéro 11 : « Il faut éviter de surprotéger et trop réglementer la vie des personnes âgées. Vivre c'est aussi prendre des risques. »

J'ai eu l'occasion d'en discuter récemment avec le Commissaire en charge des droits de l'Homme au Conseil de l'Europe, Monsieur Michaël O'Flaherty, et il s'est montré très intéressé par cette question.

En préambule, je voudrais dire que : Le droit au risque est consubstantiel à la liberté. **Sans droit au risque, il n'y a pas de liberté.** Donc, pour moi, la liberté c'est la liberté en toutes choses parce que la liberté surveillée, fragmentée, ce n'est pas la liberté. Bien entendu, les **risques doivent être mesurés**, réfléchis, et les solutions adaptées, **dans un environnement bien pensé**, entièrement conçu pour les personnes âgées, qui prenne en compte la question de la sécurité. Mais la sécurité doit être au service de la liberté et jamais imposée au détriment de cette dernière. Edgar Morin, qui vient de nous quitter à 104 ans, disait que « L'élimination totale du risque conduit à l'élimination totale de la vie ».

Nous ne sommes pas des petits vieux à surprotéger ! Il faut **favoriser l'autonomie et faciliter les prises de responsabilités** des personnes âgées, plutôt que les déresponsabiliser ou les infantiliser.

Bien sûr, la question n'est pas simple quand la personne vulnérable a la tête fragile. Mais elle reste capable d'exprimer ses besoins ou ce qu'elle ressent, d'une manière ou d'une autre et son consentement doit toujours être recherché comme le dit la loi et l'indiquent les recommandations éthiques.

La liberté d'aller et venir est ainsi essentielle selon nous. Et cela doit être respecté aussi bien à domicile, où les personnes âgées vulnérables sont encore trop souvent enfermées par leur famille, pour leur sécurité certes, mais sans leur consentement ; qu'en établissement où les services

fermés, les codes d'entrée et les autres systèmes censés garantir la sécurité sont souvent imposés de manière systématique et pas toujours proportionnelle aux risques réels.

La liberté de penser et de s'exprimer est elle-aussi fondamentale.

La démarche Citoyennage permet de créer dans chaque structure un Comité Citoyennage, groupe de parole et de travail ouvert à tous qui permet aux personnes de s'exprimer sur leur vie quotidienne, culturelle ou autre, et de donner leur avis sur la société en général.

Citoyennage propose aussi de créer des commissions participatives au sein des établissements et des Conseils de résidents, ouverts à tous, sur toutes les questions relatives au fonctionnement de la structure, questions à partir desquelles les directeurs vont apporter des réponses, pour améliorer la qualité de la vie au quotidien.

Ces instances de démocratie participative s'ajoutent au CVS obligatoire et vont plus loin, notamment parce qu'elles sont ouvertes à tous. Garantir, soutenir et développer la liberté de penser de chaque résident est en effet essentiel et les familles aussi doivent pouvoir être entendues. Jamais cependant à la place des résidents.

La liberté de choix est bien entendu primordiale. **L'autonomie** c'est-à-dire la possibilité de choisir pour soi doit absolument être préservée pour tout ce qui concerne la vie quotidienne, à commencer par la décision d'entrer en établissement. Le consentement de la personne doit toujours être recherché, même en cas de troubles de mémoire, de manière adaptée dans ce cas.

Vivre libre et bien, en établissement ou à domicile, nécessite bien sûr des moyens, humains et financiers, et une politique vieillesse à la hauteur de ces enjeux. Mais les projections démographiques étant ce qu'elles sont, il me semble qu'on peut dire sans se tromper qu'il y a, vraiment, urgence.

Et je voudrais souligner que certaines mesures peuvent être prises dans les établissements sans budget supplémentaire, à commencer par le fait de donner la parole aux résidents, car ce sont eux les mieux placés pour dire leurs attentes. Créer un Comité Citoyennage ou un Conseil des résidents, ça ne coûte rien et ça peut rapporter gros ! Et c'est peut-être bien là la base d'un changement possible, redonner un pouvoir d'action aux personnes concernées. Il faut donc libérez la parole des vieux ! Et donner les moyens de les accompagner dignement !

Isabelle Hartvig, Présidente nationale de l'Association Citoyennage

DANS LA PRESSE

"Soudain", ou l'impossible rendu possible en Ehpad



Après avoir offert à Cannes le double prix d'interprétation féminine à son duo d'actrices, dont Virginie Efira sous les traits d'une directrice d'établissement, le film est à l'affiche ce 12 août. Tourné en langues française et japonaise, il aborde avec philosophie et justesse la méthode Humanitude, mais parle plus largement d'humanité et d'espoir.

Auriez-vous imaginé un jour entendre l'obscur jargon des Ehpad -"grilles Pathos", "GIR" ou encore "OGD"- au cinéma ? Drôle de pari, relevé haut la main par le réalisateur japonais Russule Hamaguchi dans son dernier film "Soudain", en salles le 12 août. Virginie Efira, au jeu sincère et nuancé, y campe une directrice d'Ehpad, Marie-Lou Fontaine.

Tourné dans un établissement parisien baigné d'une lumière enveloppante de début d'été et renommé pour l'occasion "Jardin de liberté", le film montre le combat de longue haleine de la directrice pour mettre en place la méthode Humanitude. Marie-Lou veut former tous les salariés. Les premières scènes pourraient tenir lieu de "tuto" : pendant la

toilette d'Agatha, une petite équipe de soignants se voit expliquer les quatre piliers de la technique d'accompagnement -regard, parole, toucher et verticalité.

Derrière le groupe, la directrice saisit au vol le commentaire de Sophie, plus que sceptique. L'infirmière est formelle : l'intention est bonne, mais trop éloignée de la réalité du terrain. "C'est comme les discours des politiques, avant les présidentielles..." La méthode prend trop de temps ; la formation doit être donnée régulièrement et désorganise les équipes ; les soignants déjà formés prennent de haut ceux qui ne le sont pas, accuse Sophie. S'ensuivent des démissions et autres difficultés découlant du manque de moyens.

Vous ne serez sans doute pas étranger ou étrangère aux malheurs de manager de Marie-Lou, flirtant avec le burn-out, usée par les départs, les mains liées par des budgets trop étroits et par les grilles de salaire trop basses. Ni à la tension entre discours sécuritaire et liberté qui nourrit le film et vient créer des frictions entre la directrice et ses équipes.

Se battre contre un "fonctionnement"

Mais que celles et ceux qui craindraient de quitter les soucis du bureau pour les retrouver au cinéma, 3h15 durant, soient néanmoins rassurés. Ce film est avant tout l'histoire d'une rencontre précieuse, celle de Marie-Lou et de Mari, metteuse en scène japonaise de passage à Paris jouée par Tao Okamoto. L'une se bat contre un "fonctionnement". L'autre, contre un cancer.

Une amitié amoureuse va lier les deux femmes. Ensemble, elles déambulent la nuit dans une capitale aux lumières et lignes troublantes de beauté, loin des cartes postales. Puis la passent auprès des résidents, alors que Marie-Lou est rappelée pour remplacer au pied levé une soignante absente, jusqu'aux premières lueurs bleu profond.

Ces scènes sont l'occasion de longs débats : le film est en effet inspiré de la publication de correspondances entre une philosophe et une anthropologue. S'il vire parfois à une critique trop abstraite du capitalisme, il retrouve vite son souffle en se raccrochant au concret. "Ce système nous épuise mais il ne fonctionne que grâce à nous", affirme Mari, alors qu'elle comprend les vertus de la méthode Humanitude et les difficultés à la mettre en œuvre.

- "Pourquoi ce n'est pas plus développé ?" demande-t-elle à son amie.
- "Parce que ça coûte cher..."
- "On en revient toujours là."

Miser sur l'espoir

Dans "Soudain", il est beaucoup question de mort. Mais elle ne se niche pas forcément là où on l'attend. Le film tire toute sa délicatesse en faisant jaillir la vie de cet Ehpad, loin des idées reçues et lieux communs, sans toutefois maquiller la réalité de l'accompagnement des résidents. Car à l'approche de la mort et "jusqu'au bout", "on sent la flamme de la vie dans leur corps", perçoit Marie-Lou.

Nombreuses sont les scènes d'une grande sensorialité, à commencer par un atelier massage de pieds, sous les yeux médusés d'un inspecteur de l'ARS. Rarement vus au cinéma, les corps vieux sont montrés : leurs plis, leurs débordements, leurs limitations. Les troubles cognitifs ne sont pas gommés non plus, ni dans leur façon de surprendre, ni dans leur façon de déformer le temps.

"Il y a de la folie en chacun de nous", dira sagement Gorô, acteur sous la direction de Mari en représentation dans l'Ehpad, au cours d'une scène pour le moins cocasse qui, plus que jamais, brouillera "la frontière entre l'intérieur et l'extérieur", comme l'avait souhaité Marie-Lou.

Tel une estampe, le film vous emmènera aussi au Japon, entre rizières et maisons traditionnelles perchées sur les flancs enneagés des montagnes de Kyoto.

L'espoir emporte avec lui son risque d'échec et de déconvenues, confie Mari à sa tendre amie. Mais il est le seul à même de "nous offrir un avenir meilleur". Alors, il faut essayer et avoir du courage, souffle Ryusuke Hamaguchi : pour voir "l'impossible rendu possible", "obstinons-nous ensemble".

Article Gerontonews, 12 août 2026

Au cœur de l'Ehpad de la Cité verte, qui a inspiré le film *Soudain*

C'est « l'anti-Orpea ». L'établissement pour personnes âgées, situé à Sucy-en-Brie (Val-de-Marne), est l'un des rares en France à être labellisé Humanitude, une méthode de soin basée sur l'écoute.



Sucy en Brie (Val-de-Marne), jeudi. À La Cité verte, chaque aide-soignant se met à la hauteur du résident et capte son regard avant de communiquer.

Lucas toque discrètement à la porte de la chambre de Mme Reyne. D'abord trois fois, puis trois, puis un. C'est le code en vigueur, à la Cité verte. Une manière de respecter l'intimité de chacun. Mme Reyne, en stade avancé d'Alzheimer, émerge de sa grasse matinée, il est presque 11 heures. À genoux devant le lit, l'aide-soignant la regarde droit dans les yeux et lui souffle : « Bonjour, madame Reyne. On va se préparer pour se faire belle ? Vous êtes d'accord ? » Étendue sur le flanc gauche, l'octogénaire ne répond pas. La maladie lui a ôté la parole. D'un regard et d'une pression des doigts, elle acquiesce.

Ainsi va la vie à la résidence de la Cité verte, à Sucy-en-Brie (Val-de-Marne), labellisée Humanitude depuis 2019, où tous les matins, chacun des 100 occupants a le droit de faire la grasse matinée, de refuser la toilette ou les visites, mais surtout celui de se promener partout, debout, épaulé par une personne (même en cas de difficulté à se déplacer), ou de se balader en plein air dans le parc adjacent. Une liberté inattendue et réjouissante dans un Ehpad public où chaque chambre revient à moins de 4 000 € par mois et où la souplesse d'organisation, la « bientraitance » et la verticalité, c'est-à-dire la posture droite, sont les maîtres mots.

Une méthode stimulante, à mille lieues des dérives mises en lumière ces dernières années dans les Ehpad, notamment au sein du groupe Orpea (devenu Emeis). Elle a séduit Ryusuke Hamaguchi, le réalisateur japonais du film « Soudain », primé deux fois lors du dernier Festival de Cannes. L'œuvre a récolté un double prix d'interprétation féminine pour Virginie Efira et l'actrice japonaise Tao Oka-moto. Remercié dans le générique de fin, l'Ehpad de Sucy-en-Brie a accueilli pendant deux jours le réalisateur qui s'est lui-même formé avec l'aide d'un traducteur.

Une pratique qui réduit les comportements agités

Dans le film, Virginie Efira incarne Marie-Lou, une directrice d'Ehpad au bord du burn-out qui tente de former ses salariés à cette méthode de soin 100 % française mais méconnue dans notre pays (38 Ehpad seulement y sont labellisés) et très populaire... au pays du Soleil levant. « L'Humanitude » a été théorisée par Yves Gineste et Rosette Marescotti, deux professeurs d'éducation physique, fans de l'Asie.

« Depuis la sortie du film, il y a un véritable engouement pour cette méthode. Chaque jour, on reçoit au moins un appel d'un Ehpad intéressé, d'un proche aidant ou d'un professionnel qui veut se former », se réjouit Annie de Vivie, directrice des formations du label Humanitude en France. Une projection du film au ministère de la Santé est même envisagée ces prochaines semaines, sous la houlette de Camille Galliard-Minier, ministre déléguée chargée de l'Autonomie et des Personnes handicapées.

Dans chaque site labellisé Humanitude, c'est la relation à l'autre qui prime sur tout. Avant de s'exprimer, chaque aide-soignant se met à la hauteur du résident et capte son regard, même s'il est en fauteuil roulant. Si besoin, et avec son accord, il lui saisit ensuite les mains. La méthode permet de pacifier, d'après les théoriciens de l'humanité, « 80 à 90 % des comportements d'agitation pathologique chez les personnes présentant des troubles cognitifs ».

« On s'adapte à chacun, avec sa personnalité, son histoire de vie, ses habitudes, explique Magali Dos Santos, la « Marie-Lou » de la Cité verte. Certains veulent qu'on leur parle beaucoup, d'autres sont vite agacés. Les aides-soignants ne portent pas de blouse, on n'utilise pas la contention et on gomme l'aspect hygiéniste qui peut être très présent dans certains Ehpad. Notre phrase fétiche, c'est *zéro soin de force sans abandon de soin* ».

« Un peu comme à la maison »

Dans les couloirs de l'établissement, nulle odeur de détergent malgré la

présence autorisée, et légale, des animaux de compagnie dans les chambres. « Parfois, lors des visites de l'ARS (*agence régionale de santé*), ça se crispe un peu. On passe pour des originaux », glisse Magali Dos Santos. On se sent, c'est vrai, un peu comme à la maison, avec ces petites commodes en bois remplies de livres en désordre, bibelots et affiches aux murs.

Ici, le ménage n'est fait qu'une fois par semaine, là où d'autres Ehpad sont briqués quotidiennement. Une souplesse qui peut être décriée mais permet de dégager du temps et de l'argent pour multiplier les animations, les sorties et former le personnel en continu.

Un véritable défi, à en croire la directrice. Car ici, comme dans chaque Ehpad public, le budget est encadré, aucun sureffectif n'est toléré malgré l'état de dépendance accru des résidents, la fatigue et la routine qui peuvent se faire sentir chez les salariés. À la Cité verte, établissement autrefois dirigé par Pascal Champvert, connu pour son engagement en faveur des personnes âgées, certains aides-soignants sont en poste depuis plus de trente ans.

Les visites sont autorisées 24 heures sur 24 et chacun reçoit du courrier dans sa boîte aux lettres personnelle. Au rez-de-chaussée, une halte-garderie accueille des petits de 2 ans dans un vaste hall. Une odeur de grillade flotte dans l'air, l'heure du déjeuner approche.

Dehors, sur de grandes tables recouvertes de nappes vichy rouge, les résidents pourront bientôt s'asseoir sur une « vraie » chaise, après qu'on les aura aidés à quitter leur fauteuil roulant pour s'installer. Une autre subtilité qui peut prendre quelques minutes de manipulation aux aides-soignants mais permet à chaque résident de se sentir un peu plus vivant. Ce midi, à la Cité verte, c'est barbecue.

Une récente dépêche de l'AFP

Une récente dépêche de l'AFP a attiré notre attention tant la canicule a été longue et rude cette année pour les personnes âgées. Nous nous sommes sentis concernés. La voici telle qu'elle est parue dans La Lettre de l'AD-PA :

« Le premier syndicat des infirmières libérales demande mercredi au gouvernement de faire des registres communaux recensant les personnes âgées vulnérables un "véritable outil opérationnel de prévention", en permettant aux infirmières d'intervenir rapidement à leur domicile lors des épisodes caniculaires.

La Fédération nationale des infirmiers (FNI) souhaite que les infirmiers diplômés d'Etat libéraux *"soient explicitement intégrés dans la chaîne d'alerte territoriale en période de vigilance orange ou rouge"* pour canicule.

Depuis 2004 - suite à la canicule de 2003 qui avait fait 15.000 morts - une loi oblige les municipalités à établir et tenir à jour un registre des personnes âgées de plus de 65 ans, handicapées ou fragiles, afin de mieux les suivre en cas de chaleurs extrêmes. Ces registres ont longtemps fonctionné sur le principe d'inscription volontaire et restaient incomplets. Mais un décret publié samedi va permettre l'ajout automatique des bénéficiaires de l'allocation personnalisée d'autonomie, de la prestation de compensation du handicap, et d'autres prestations versées par les organismes d'assurance vieillesse, soit *"plus de 2 millions de personnes"* selon le ministère de la Santé.

"Les outils juridiques existent désormais. Ce qu'il manque, c'est une décision politique claire pour permettre aux infirmiers libéraux d'aller vers les personnes les plus fragiles avant qu'elles ne basculent vers l'urgence ou l'hospitalisation", estime le président de la FNI, Daniel Guillermin, dans un communiqué.

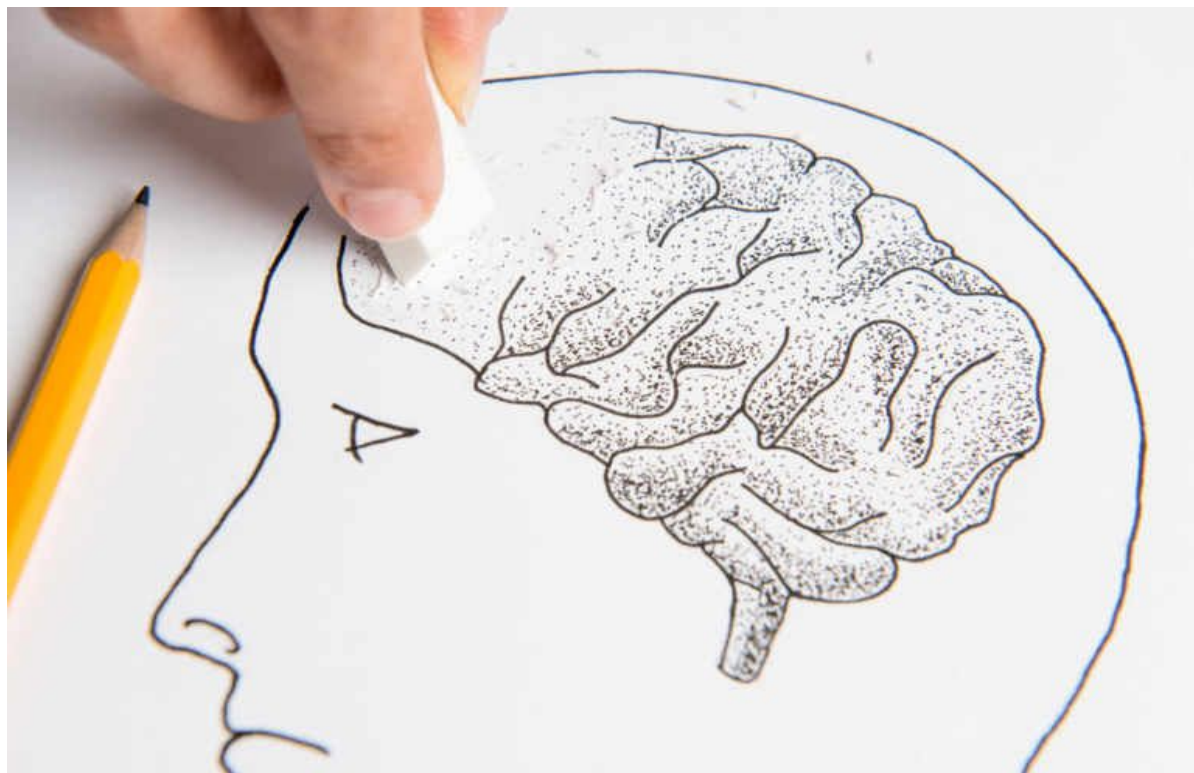
La FNI réclame donc *"une instruction nationale"* en ce sens, *"un protocole national encadrant les transmissions de données utiles, la traçabilité des interventions et le retour d'information vers les maires, CCAS (centres communaux d'action sociale) et médecins traitants",* et *"une reconnaissance financière"* pour cette mission.

"Chaque heure perdue en pleine canicule peut aggraver l'état d'une personne âgée isolée. Les infirmiers libéraux sont présents sur tout le territoire, ils doivent pouvoir être mobilisés rapidement" pour *"prévenir les*

déshydratations graves, éviter des hospitalisations et protéger plus efficacement" ces personnes, selon le syndicat. »

Notre association tient à rappeler, encore et toujours, que le manque de personnel est la cause de bien des difficultés et bien des drames, dans nos établissements comme pour les personnes aidées à domicile.

Le secteur médico-social est un rempart indispensable contre l'apparition de la maladie d'Alzheimer



A l'occasion de la journée mondiale contre la maladie d'Alzheimer ce lundi, des travaux scientifiques récents menés sous l'égide de The Lancet en 2024 et un sondage de la Fondation Recherche Alzheimer, démontrent que 45 % des cas pourraient être évités en agissant sur 14 facteurs de risque modifiables. Si la santé cardiovasculaire joue un rôle préventif majeur tout au long de la vie, la donne évolue fortement passé 65 ans. À ce stade de l'existence, les atteintes sensorielles (déficits auditifs et visuels) ainsi que la réduction des interactions sociales pèsent de manière décisive dans l'apparition des troubles neurodégénératifs. La solitude, la rupture du lien avec le monde extérieur et le sentiment de ne plus trouver leur place constituent ainsi la principale menace pour les capacités cognitives des aînés : pour préserver leur santé cérébrale, nous devons plus que jamais cultiver leur sentiment d'utilité au sein de la société.

Face à ce constat, l'Association des Directeurs au service des Personnes Âgées (AD-PA) rappelle que le secteur médico-social ne se limite pas aux soins curatifs ou à l'accompagnement : **il joue un rôle préventif et protecteur de premier plan.** En maintenant une vie sociale active, en proposant des activités stimulantes et en favorisant la présence humaine

au quotidien que ce soit à domicile ou en établissement, les professionnels du grand âge renforcent directement la réserve cognitive des aînés.

Cette urgence de renforcer le lien social des personnes âgées rejoint les enseignements du premier baromètre de l'Observatoire Seniors et Société, co-porté par l'AD-PA avec la Mutuelle Intégrance et l'association Citoyennage. Le baromètre révèle un décalage inquiétant : bien que 92 % des retraités se sentent intégrés dans la société, 53 % déclarent se sentir « considérés comme âgés » sous le regard des autres. Ce regard sociétal et l'âgisme ambiant favorisent un isolement progressif.

Pour faire de la prévention une réalité concrète et rompre la solitude des plus de 65 ans, l'AD-PA défend les recommandations clés du baromètre :

- **Développer une véritable culture de la prévention du vieillissement** en adaptant les infrastructures de proximité, les logements et les transports pour préserver l'autonomie et les sorties des personnes âgées.
- **Lutter activement contre l'âgisme** via une campagne nationale de sensibilisation et le soutien massif aux formes d'habitat intergénérationnel et partagé pour maintenir les aînés au cœur de la cité.
- **Former et soutenir les professionnels du médico-social à l'accompagnement psychosocial** afin d'encourager la participation citoyenne des seniors et de faire du lien humain la pierre angulaire de la santé cérébrale.

L'AD-PA réaffirme qu'investir dans le médico-social et l'accompagnement du grand âge constitue un choix de santé publique efficace pour prévenir les maladies neurodégénératives, préserver le sentiment d'utilité des personnes âgées touchées par la maladie d'Alzheimer et offrir un vieillissement digne et entouré à chacun.

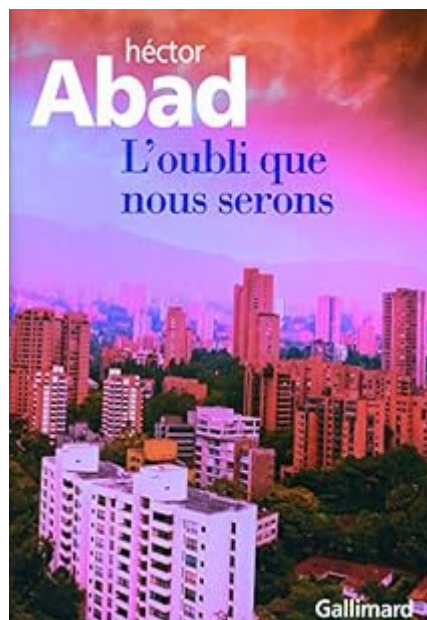
Communiqué AD-PA, 21 septembre 2026

EN PLUS

Livre

L'oubli que nous serons

Héctor Abad, Gallimard



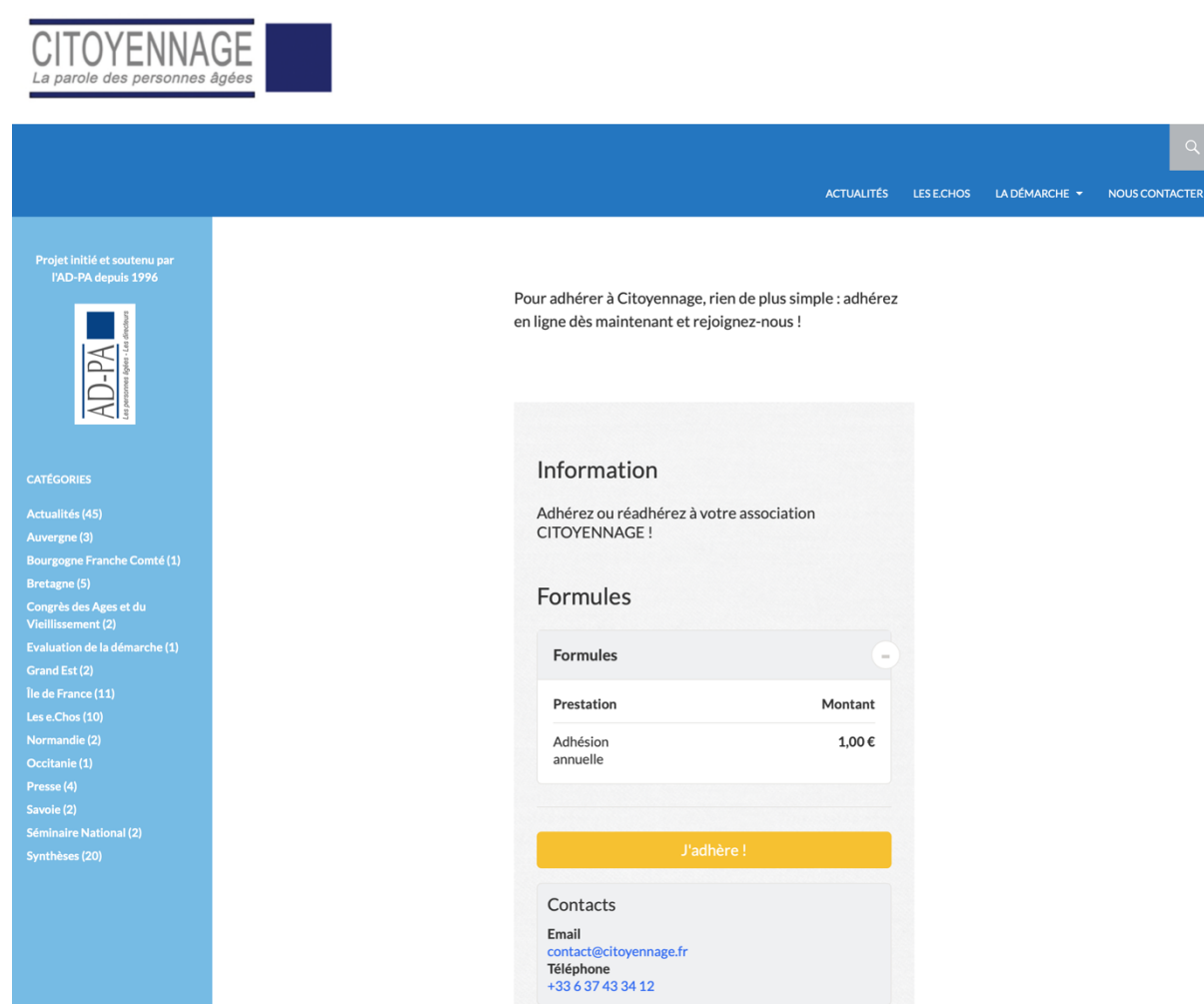
« Récit d'un crime, biographie d'un homme, chronique d'une famille et histoire d'un pays. l'homme est un médecin colombien engagé dans le combat contre la misère et l'ignorance : le docteur Héctor Abad Gómez enseigne à l'Université de Medellin et travaille dans les quartiers populaires de la ville. Éduqué dans la tradition des Lumières, ce libre penseur croit à la possibilité de changer la vie de ses semblables et de bâtir, grâce à la science, un avenir meilleur. Le pays est, bien entendu, la Colombie des années 1980 : une société déchirée par la violence et la guerre sans merci

que se livrent les paramilitaires, l'armée, les guérilleros et le narcotrafic. L'Oubli que nous serons donne des éléments pour comprendre la genèse de cette situation, car il nous offre une fresque de l'histoire colombienne récente, ou plutôt, une chronique intime de cette histoire à travers le quotidien de la famille Abad. A travers ce dosage équilibré entre histoire publique et chronique privée, le lecteur a l'impression de découvrir les événements qui ont marqué l'histoire colombienne récente, mais de l'intérieur, tel qu'ils ont été vécus par les Colombiens. Enfin, L'Oubli que nous serons est le récit d'un crime : l'assassinat d'un juste, d'un défenseur des droits de l'homme qui n'a pas cédé à la peur ni à la menace des armes. Tout au long de ce livre, Abad peut être drôle, amusant, ou émouvant, mais ce qu'il nous raconte porte en lui une exigence de vérité qui soutient le récit, car il s'agit de narrer, de décrire, sans rien cacher de sa douleur, l'assassinat de son père. Le livre s'est placé pendant plus de six mois parmi les préférés du public en Espagne et en Amérique latine, et en juin 2008, le Syndicat de l'Edition et les libraires lui ont attribué le Prix de la Foire du livre de Madrid. »

ADHÉREZ À CITOYENNAGE !

Rejoignez Citoyennage en adhérant dès maintenant pour 1 €

Par internet sur citoyennage.fr



CITOYENNAGE
La parole des personnes âgées

Projet initié et soutenu par l'AD-PA depuis 1996

AD-PA
Les personnes âgées : Les opinions

CATÉGORIES

- Actualités (45)
- Auvergne (3)
- Bourgogne Franche Comté (1)
- Bretagne (5)
- Congrès des Ages et du Vieillessement (2)
- Évaluation de la démarche (1)
- Grand Est (2)
- Île de France (11)
- Les e.Chos (10)
- Normandie (2)
- Occitanie (1)
- Presse (4)
- Savoie (2)
- Séminaire National (2)
- Synthèses (20)

ACTUALITÉS LES E.CHOS LA DÉMARCHE NOUS CONTACTER

Pour adhérer à Citoyennage, rien de plus simple : adhérez en ligne dès maintenant et rejoignez-nous !

Information

Adhérez ou réadhérez à votre association CITOYENNAGE !

Formules

Prestation	Montant
Adhésion annuelle	1,00 €

J'adhère !

Contacts

Email
contact@citoyennage.fr
Téléphone
+33 6 37 43 34 12

Ou bien à l'aide du bulletin ci-après



BULLETIN D'ADHÉSION

A adresser à CITOYENNAGE – 3 impasse de l'Abbaye
94100 SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

NOM : _____ PRÉNOM : _____

ADRESSE : _____

CODE POSTAL : _____ VILLE : _____

ADRESSE EMAIL : _____

TELEPHONE : _____

☐ Membre adhérent CITOYENNAGE – Cotisation annuelle – 1 €

☐ Membre bienfaiteur CITOYENNAGE – 10 € ou plus

☐ Donateur – 100 € ou plus

☐ Règlement par virement bancaire :

Nos références comptables : BFCM / Domiciliation : CCM SARREBOURG ET ENVIRON

Code Bancaire : 10278 / Guichet : 05500 / N° de compte : 00027247646 / Clé : 44

IBAN : FR76 1027 8055 0000 0272 4764 644/ BIC : CMCIFR2A

☐ Règlement par chèque à l'ordre de CITOYENNAGE :

A adresser avec ce bulletin à l'adresse en en-tête

Fait à : _____ le : ____/____/____

Signature :