

## On est toujours le vieux de quelqu'un!

«Le vieillissement de la population s'accélère rapidement dans le monde entier», nous dit l'OMS dans son *Rapport mondial sur le vieillissement et la santé*, paru en 2015. Conséquences: des répercussions économiques importantes – sur les caisses de pension (AVS) ou sur les coûts de la santé publique – mais aussi des problèmes liés au manque d'infrastructures (EMS, logements adaptés, etc.), pour ne citer que ceux-ci. Certains n'hésitent pas à parler de *silver tsunami* pour illustrer le phénomène, ses enjeux, ses menaces.

Ce constat est certes préoccupant et des solutions devront être trouvées. Mais pour les personnes concernées, ces seniors retraités, encore trop souvent perçus comme désormais improductifs et donc inutiles, il est aussi extrêmement culpabilisant et même stigmatisant. Les vieux seraient-ils devenus une espèce dangereuse aux yeux de nos sociétés?

Mais au fait, à quel âge est-on vieux? **Tout s'arrête-t-il à 65 ans**, lorsqu'on a fini de travailler, ou qu'on commence à coûter cher aux assurances maladie? Quand on sent dans le regard des autres qu'il n'est plus légitime de se trouver dans le train aux heures de pointe? C'est ce que semble implicitement dire la société.

Selon un proverbe japonais **«on est vieux quand on finit d'apprendre»**. C'est aussi l'avis de Connaissance 3, l'Université des seniors vaudoise, qui milite pour le concept d'apprentissage tout au long de la vie (*lifelong learning*). Si les paramètres liés aux soins sont incontournables lorsqu'on parle de vieillissement, nous savons désormais que nombre de déterminants sociaux influencent fortement la manière dont chacun-e vivra et percevra l'avancée dans l'âge.

Et justement, au travers de son rapport, l'OMS nous invite à combattre les idées reçues qui nous empêchent de **modifier notre perception du vieillissement**. Elle recommande d'agir sur l'environnement institutionnel et social des personnes dites âgées. Pour elle, c'est le seul moyen efficace pour différer la survenue de problèmes liés à des maladies chroniques et améliorer le confort de vie. Les spécialistes l'affirment: les activités intellectuelles et sociales contribuent à ralentir les effets du vieillissement, et notamment à préserver ses capacités cognitives.

En cela, **Connaissance 3 apparaît comme un outil concret et novateur** pour répondre à plusieurs des enjeux soulevés par le vieillissement démographique. Les activités qu'elle propose ne s'adressent pas seulement aux seniors (elles sont ouvertes à toutes et à tous), mais ce sont ces derniers qui les organisent en veillant à trouver des intervenant-e-s à la pointe du savoir actuel (*voir plaquette de présentation ci-jointe*).

Ainsi, Connaissance 3 est une structure qui:

- permet aux seniors de conserver et de développer leurs compétences et leur sens critique dans un monde en constante mutation, et de lutter contre les effets de l'âge en stimulant leur réflexion et leur créativité intellectuelle;
- encourage une intégration sociale dans un environnement qui favorise l'écoute et la reconnaissance du rôle des aînés, car c'est l'incapacité de nos sociétés à le faire qui représente un coût (symbolique et effectif) important pour le contribuable;
- participe au maintien d'une vie citoyenne concernée et éclairée, en permettant aux retraités de demeurer à même de comprendre un monde qui bouge de plus en plus vite et d'en rester acteurs (selon les statistiques de l'OFS, un peu plus de 60% des 68-78 ans votent régulièrement).

Par le biais du petit questionnaire ci-joint, **nous vous invitons à réfléchir avec nous à la question du vieillissement**, en vous positionnant sur les thèmes suivants: la stigmatisation des personnes âgées et la formation continue tout au long de la vie. En dernier lieu, nous vous invitons à vous interroger sur votre désir d'engagement politique pour cette cause.