

ENAC
Faculté
de l'Environnement
Naturel, Architectural
et Construit

IA
Institut d'architecture
et de la ville

LaSUR
Laboratoire de
sociologie urbaine

CONNAISSANCE 3
L'UNIVERSITÉ DES SENIORS

**FONDATION
LEENAARDS**

Comportements

EPFL
ÉCOLE POLYTECHNIQUE
FÉDÉRALE DE LAUSANNE



SENIORS ACTEURS DE L'ESPACE PUBLIC ET CITOYENS À PART ENTIÈRE RECHERCHE-ACTION

KAJ NOSCHIS

Seniors acteurs de l'espace public et citoyens à part entière

Rapport de recherche, octobre 2018

Kaj Noschis

Fondation Connaissance 3, Université des Seniors, Vaud

Laboratoire de sociologie urbaine (LASUR)

Ecole polytechnique fédérale de Lausanne (EPFL)

Comportements, Lausanne

Recherche-action soutenue par la Fondation Leenaards

Requérants :

Dr. K. Noschis (LASUR, EPFL, Comportements)

Dr. Y. Pedrazzini (LASUR, EPFL)

Prof. honoraire R. Darioli (Université de Lausanne, Connaissance 3)

Remerciements

Cette recherche-action a bénéficié de la participation active de 36 seniors, acteurs et citoyens, des personnes concernées par le thème de l'étude et intéressées aux activités de Connaissance 3. Je les remercie toutes chaleureusement.

Au cours de l'étude les suggestions des membres du Conseil de fondation de Connaissance 3, notamment de Roger Darioli et de Ueli Tecklenburg, ainsi que de la secrétaire générale de Connaissance 3, Patricia Dubois, ont été précieuses. Un grand merci également à Dominic Villeneuve, Doctorant puis docteur du LASUR de l'EPFL, qui a mis en ordre les données quantitatives, ainsi qu'à Yves Pedrazzini qui a activement accompagné l'étude.

Les carences de l'étude sont miennes.

*Kaj Noschis
Lausanne, septembre 2018*

Résumé

La recherche-action « Seniors, acteurs de l'espace public et citoyens à part entière », financée par la Fondation Leenaards, a été menée grâce à l'implication d'une trentaine de participant-e-s seniors du canton de Vaud, en vue d'examiner, discuter et évaluer l'exercice de leurs activités et le déploiement de leurs compétences dans leur environnement urbain, et ceci sur une durée de plusieurs mois. Six ateliers de discussion avec six participants seniors par atelier ont été réunis à plusieurs reprises. Sur la base des données récoltées, la manière propre à chacun de prendre sa place dans l'espace public a pu être cernée.

Nous avons ainsi comparé les pratiques d'un échantillon de seniors résidents d'une ville de plus de 100'000 habitants (Lausanne), dotée une vaste offre d'activités culturelles, éducatives et associatives facilement accessibles, avec un groupe de seniors habitant dans ou près de villes de moindre envergure (ici, il s'agit surtout de Payerne). La comparaison de ces deux groupes a permis une évaluation de la façon dont les seniors y occupent l'espace public et s'y sentent reconnus. Nos résultats n'indiquent pas de différences entre ces groupes de seniors dans leurs engagements et les façons de les pratiquer. Concernant l'espace public, pour ceux qui habitent Payerne, ils le ressentent et le vivent de la même façon que les participants pour qui la ville de référence est Lausanne. Notre échantillon de population n'est pas représentatif des seniors en général, mais il correspond à une catégorie de seniors particulièrement active. Ses caractéristiques sociologiques sont de regrouper des personnes avec une formation supérieure, un parcours professionnel reconnu et vivant dans des conditions économiques confortables. Être en relativement bonne santé et disposer de suffisamment de moyens pour vivre agréablement facilite certainement l'implication dans des activités diverses. Mais soulignons que l'analyse de nos données permet d'estimer que se sont précisément leurs divers engagements en faveur des autres qui font que ces seniors se sentent citoyens à part entière, notamment à travers du bénévolat et de l'activité associative. Les seniors affirment que de tels engagements « vont de soi », structurent et rythment leur existence et leur « font du bien », à eux aussi. En même temps, l'apport de ce groupe de seniors à la communauté dans son ensemble est considérable et incontestable.

Quant aux ateliers de discussion, ils auront été une opportunité de partage d'expériences qui peuvent aussi aider à renforcer la présence des seniors dans les espaces publics. De tels ateliers peuvent permettre de développer des propositions et représenter à l'avenir un apport pour toute la communauté.

En possession des données de la recherche et après les avoir analysées, nous avons défini une méthode d'*empowerment* qui devrait permettre de donner une suite pratique à la recherche. La notion d'*empowerment* renvoie à la manifestation de forces telles que la capacité des individus et des groupes à agir pour assurer leur intérêt ou défendre leurs droits. Les réactions positives des seniors qui ont pris part à la recherche en ce qui concerne les bénéfices qu'ils en ont tirés immédiatement sont déjà en elles-mêmes une preuve d'*empowerment*.

La poursuite d'ateliers de discussion, avec une structure qui puisse assurer le bon relais des idées qui en résulteraient vers les pouvoirs administratifs, politiques et économiques, pourrait profiter à la communauté dans son ensemble. Si les compétences des seniors avaient une visibilité plus marquée, elles augmenteraient leur appréciation par tous. En pouvant par ailleurs augmenter la base des seniors impliqués, cette démarche profiterait également à ceux, parmi les seniors, qui, pour l'heure, ne ressentent pas d'avoir leur place de citoyens à part entière, mais pourraient voir leur position évoluer.

Seniors, acteurs de l'espace public et citoyens à part entière

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS	2
RESUME	3
1. CONTEXTE DE LA RECHERCHE	7
1.1. <i>Empowerment</i> et recherche action	9
1.2. Choix de la population à étudier	11
1.3. Hypothèse et intention de la recherche-action.....	13
1.4. Méthode et implémentation.....	13
2. DONNEES A RECOLTER ET RECOLTEES.....	19
2.1 Données descriptives des participants : Tableaux et commentaires.....	21
3. ANALYSE DES DONNEES	27
3.1. Se sentir citoyen.....	29
3.1.1 Se sentir citoyen-ne en ville	30
3.1.2 S 'informer et voter	32
3.1.3 Etre citoyen au cours du temps	39
3.2. Mobilité et déplacements	42
3.2.1. Commentaires des participants aux ateliers sur la mobilité.....	46
3.2.1.1. Appréciation des transports publics lausannois	47
3.2.1.2. Les transports publics comme occasion de rencontres.....	47
3.2.1.3. La voiture.....	48
3.2.1.4. Etre et aller en ville : Lausanne	49
3.2.1.5. Etre et aller en ville : Payerne.....	50
3.2.1.6. Besoin de nature.....	51
3.3. Activités dans l'espace public.....	52
3.3.1. Activité de groupe et associative	56
3.3.2. Activité de bénévolat.....	57
3.3.3. Les journaux de bord	61

3.3.4. Bénévolat et citoyenneté	66
3.3.5 Bénévolat et genre	69
3.4. Activités dans l'espace public : Entretien physique, « sorties » et « amicales », fréquentation de cours	71
3.4.1. Gymnastique, activité sportive ou qui favorise le bien-être	72
3.4.2. « Sorties » et « amicales »	73
3.4.3. Fréquentation de cours.....	75
3.5. Espaces publics : doléances et demandes des seniors	76
3.5.1. Doléances concernant la place du senior en ville	76
3.5.2. Affirmer sa place comme senior, à partir des thèmes à débattre.....	77
 4. SYNTHESE	 79
 5. ADDENDUM : MODE D'EMPLOI POUR L'ORGANISATION D'ATELIERS DE DISCUSSION « SENIORS ET CITOYENS »	 85
5.1. Etablissement d'un appel à participer.....	85
5.2. Composition de groupes de participants.	87
5.3. Etablissement d'un calendrier de réunions.	88
5.4. Déroulement des ateliers	89
5.5 Implémentation des résultats des discussions	89
 6. BIBLIOGRAPHIE	 91
 ANNEXE 1 : L'AFFICHE D'APPEL A PARTICIPER A LA RECHERCHE.....	 93

1. Contexte de la recherche

Les personnes à la retraite ont souvent, à partir de leurs expériences professionnelles et de vie, d'importantes compétences qu'elles sont disposées à déployer par de là leur activité professionnelle. Plus généralement, diverses formes d'engagements réguliers, parce qu'elles s'inscrivent dans la ligne de celles qui précèdent la retraite, continuent à structurer l'existence de beaucoup de seniors. Les données de la recherche dont il est question dans ce rapport en sont une preuve. Pourtant, une perception répandue de la condition de retraité(e) est celle de personnes âgées qui pour le plus clair de leur temps vivent à une certaine distance du « monde actif » et surtout profitent, lorsqu'ils en ont les moyens, de loisirs qui leur sont accessibles. Or, les résultats de notre recherche relèvent l'importance pour les retraités eux-mêmes du maintien d'activités et d'engagements à l'extérieur de leur habitation, dans ce que nous appelons ici *l'espace public* et dont la dimension de loisirs n'est qu'un aspect parmi d'autres. Nous définissons l'espace public comme celui de la rencontre, de l'échange, de la transmission et de la confrontation entre habitants d'une même région. Nous référons en particulier à la notion théorisée par J. Habermas (1962, 1988) dans son approche de l'espace public comme ensemble de personnes rassemblées pour partager des questions d'intérêt général.

Notre recherche porte sur des seniors bien-portants¹ du canton de Vaud et sur leurs activités dans leur environnement proche, la ville dans laquelle ou près de laquelle ils résident. Il s'agit d'activités qui mettent les seniors en contact avec d'autres habitants, contemporains ou plus jeunes. Ces contacts tantôt maintiennent ou améliorent des habilités ou des connaissances des seniors, tantôt permettent de transmettre ou partager avec d'autres - et pas uniquement d'autres seniors - des savoirs à eux. Ces rencontres ont lieu dans des espaces urbains voués à ces activités (salles de cours, de gym, de spectacle...) et donc publics à ce titre ou alors elles se déroulent dans des lieux publics extérieurs.

Les diverses formes de partage et de déploiement de compétences dans l'espace public contribuent au maintien d'un groupe conséquent de seniors dans un environnement social et à leur sentiment d'être citoyens à part entière. Et ceci en tant que ressenti subjectif et en tant que reconnaissance concrète par autrui. Tel est le constat que les données de cette recherche permettent d'explorer plus en détail.

¹ *Bien-portant* condense ici la condition d'un-e senior qui n'est pas handicapé-e dans sa santé au-delà de ce qui est dû à l'âge, qui a la possibilité de se déplacer librement et qui vit sans inquiétudes économiques majeures.

Cette recherche fait suite à l'étude exploratoire « Habiter avec son âge »² qui a permis d'étudier comment un groupe particulier de seniors (plus de 65 ans, en bonne santé, au bénéfice d'une formation supérieure et de conditions de vie, et donc aussi de logement, plutôt confortables) résidant dans le canton de Vaud envisage son mode d'habitation dans les années qui lui restent potentiellement à vivre.

Dans l'étude, il était apparu que ces seniors entendent continuer à vivre chez eux et à se débrouiller seuls le plus longtemps possible. Ils sont très attachés à leur habitation et environnement. Une éventuelle aide extérieure peut permettre de prolonger cette existence autonome et individualiste sur le plan de l'habitation, en évitant toute impression d'embrigadement ou de dépendance. Cela n'empêche toutefois pas ces seniors de participer à des activités de groupe de type associatives et de bénévolat, en fournissant des prestations liées à leurs compétences professionnelles ou à d'autres intérêts personnels.

Nous parlons à ce propos de rapport à la communauté en reprenant la définition proposée par Médard (1969) pour qui la communauté est « ...à la fois un endroit, des gens vivant en cet endroit, l'interaction entre ces gens, les sentiments qui naissent de cette interaction, la vie commune qu'ils partagent et les institutions qui règlent cette vie » (pour une discussion plus avancée à ce sujet, voir notamment : Jacquier, 2011). Il nous a paru qu'un tel rapport à la communauté gagnait à être étudié davantage, à la fois plus précisément, mais aussi de manière plus étendue, notamment en s'intéressant, par comparaison, à des groupes de seniors vivant dans des contextes géographiquement variés, avec peut-être aussi un rapport spécifique à l'espace public.

Saisir et mettre en valeur la façon dont les seniors s'activent et expriment leurs compétences et leur désir de continuer à apprendre est une façon de rendre plus évidente aux yeux de tous la place de ceux-ci dans la société et d'investiguer la continuité de leur rôle comme citoyens même après la retraite.

C'est ce que nous avons fait dans cette étude. Le choix d'étudier les habitants d'environnements différents venait de notre envie de vérifier l'existence de manières diverses que les seniors pouvaient avoir de prendre leur place dans l'espace public selon leur lieu d'habitation.

² Recherche exploratoire soutenue par la Fondation Leenaards et menée en 2015. Crédit accordé à : Dr. Kaj Noschis (LASUR/EPFL) et Dr. Yves Pedrazzini (LASUR/EPFL). Co-requérants : Prof. Eric Junod (Connaissance 3) et Prof. Roger Darioli (Connaissance 3). Pour le rapport de recherche voir : Noschis (2015).

Notre choix a été d'étudier un échantillon de seniors d'une ville de plus de 100'000 habitants (Lausanne-Ville), connue pour sa vaste offre d'activités culturelles, éducatives et associatives facilement accessibles ainsi que de nombreuses possibilités d'y jouer un rôle actif ; et, en parallèle, d'étudier des seniors habitant dans ou plus près de villes de moindre envergure (ici, il sera surtout question de Payerne). La comparaison de ces échantillons a permis une évaluation de la façon dont les seniors y occupent l'espace public et s'y sentent reconnus. Anticipons déjà un peu en disant que nos résultats, relatifs – rappelons-le - à une catégorie de seniors, n'indiquent pas de différences flagrantes dans leurs engagements et façons de les pratiquer. Si l'espace public est partout occupé de façon proche, cela laisse entendre que même de petites villes offrent des opportunités suffisantes pour ceux qui veulent s'engager dans des activités avec et pour les autres. Cependant, au sujet de la mobilité, les résultats nous permettent d'émettre quelques considérations sur les différences révélées par l'enquête. Les thèmes de réflexion sur les conditions des seniors qui sont touchés par ce projet sont nombreux et l'étude s'est appuyée sur une documentation de recherche variée dont on mentionnera ci-après quelques-unes des références principales.

Kern (2002) est l'auteur d'une vaste étude sur l'intégration des seniors dans la vie sociale de la ville ; Michardon (2001) examine le cadre de vie des plus de soixante ans ; Pan Ké Shon (2005) s'est interrogé sur la représentation que les habitants seniors ont de leur quartier ; plus localement, Spini (2006, 2009) a mené une enquête sur les « Styles de vie et activités de formation chez les seniors du canton de Vaud ». Dans l'optique de favoriser l'intégration des seniors dans la ville contemporaine, des exemples sont fournis par les travaux de Bernard (2008), notamment sur les liens sociaux que le logement intergénérationnel favorise à l'échelle micro-local, et par Labit (2013) à partir de la comparaison d'habitats intergénérationnels en France et en Allemagne, ou encore par des recherches sur l'adaptation de l'environnement à la circulation piétonne des seniors menées par Touboul et al. (2011).

1.1. *Empowerment et recherche action*

Le projet de recherche dont nous présentons les résultats de recherche dans le présent Cahier a été formulé intentionnellement comme une recherche-action, c'est-à-dire une recherche où l'échantillon de population faisant l'objet de la recherche n'en participe pas moins activement à son déroulement, cette intention initiale ayant comme conséquence une influence notable sur l'action ultérieure de cette population, autant collectivement qu'individuellement. Barbier (1996) souligne que « la recherche-action est éminemment pédagogique et politique. Elle sert l'éducation de l'homme citoyen soucieux d'organiser l'existence collective de la cité » (voir aussi par exemple : Creze & Liu, 2006).

Le projet de recherche-action se proposait d'impliquer des participants seniors qui examinent, discutent et évaluent l'exercice de leurs activités et le déploiement de leurs compétences dans leur environnement et ceci sur une durée de plusieurs mois. La recherche peut également être considérée comme un bon exemple de « sociologie participative ». Ainsi, Arpin (2014) parle-t-il, au sujet d'échanges qui ont lieu « après (une) campagne d'entretiens », de « l'influence de la poursuite de la relation sur le rendu de la recherche et réciproquement ». C'est ce que nous avons souhaité faire pendant la recherche et espérons poursuivre à partir de la publication de ce travail.

En effet, l'interrogation sur des formes d'engagements dans l'espace public a, lors d'ateliers de discussion, été menée ensemble par le chercheur et les participants. Certes, le chercheur « professionnel » est resté maître de l'analyse des données, mais l'affinement de la description des activités et des raisons des engagements a été réalisé de façon conjointe par les participants et le chercheur et une première analyse de résultats a été commentée, en cours de recherche, par les participants intéressés à le faire.

Dans le domaine de la recherche et de la formation, il est aussi question de la « co-construction » des savoirs. Ainsi, Biemar, Dejean et Donnay (2008) relatent un exemple de co-construction de savoirs pédagogiques entre praticiens-enseignants et chercheurs dans un cadre de développement professionnel. Il est notamment question des modalités selon lesquelles les participants « se soutiennent et s'accompagnent mutuellement pour construire ensemble du savoir utile, pour agir sur le terrain et pour mieux comprendre les situations professionnelles qu'ils rencontrent » (id., p. 74). Le fait que la récolte des données de notre recherche se soit faite essentiellement à travers des discussions entre seniors « provoquées » lors des ateliers que nous avons (co)organisés nous amène à parler d'une co-construction des résultats de la recherche, les échanges dans les ateliers apportant des idées et des propositions que le présent rapport restitue et élabore après qu'elles aient été soumises aux participants.

Mentionnons encore, parmi d'autres études récentes et locales qui impliquent les seniors dans l'étude de leurs espaces urbains, les travaux de Plattet & Zwygart (2007-2015) dans le canton de Vaud, ainsi que de Hummel, Burton-Jeangros & Riom (2017) à Genève. Nous avons spécifiquement voulu analyser les diverses manières des seniors de prendre leur place dans l'espace public et observer d'éventuelles évolutions à ce sujet selon les activités ou les lieux de résidence.

En possession des données de la recherche et après les avoir analysées, un but prioritaire a également été de définir une méthode d'*empowerment* qui puisse offrir la possibilité d'une suite pratique à la recherche. La notion d'*empowerment* renvoie à la manifestation de forces

telles que la capacité des individus et des groupes à agir pour assurer leur intérêt ou leurs droits. Littéralement, le terme signifie « renforcer ou acquérir du pouvoir » ; il est utilisé abondamment depuis la fin des années 1970 dans des champs divers comme le service social, la psychologie sociale, la santé publique ou encore le développement communautaire (Simon, 1994 ; Calvès, 2009).

Nous allons parler d'*empowerment* de seniors en tant qu'acteurs de l'espace public urbain à trois niveaux : 1) Au niveau d'un renforcement de convictions chez les participants aux ateliers eux-mêmes, pour ce qui est de leurs engagements dans des activités diverses de contribution à la communauté (premier niveau) ; 2) Au niveau de l'élaboration d'un outil d'*empowerment* applicable dans des ateliers de discussion ultérieurs ; 3) Au niveau de la mise en œuvre de cet outil avec des seniors de provenances diverses et en particulier auprès de personnes qui n'ont pas le sentiment de se sentir seniors citoyens à part entière.

Disons déjà que les nombreuses activités, tout comme les engagements en faveur de la communauté de la part des seniors qui ont pris part à cette recherche, sont une preuve qu'ils ont et exercent un pouvoir (*power*) en tant que citoyens. En même temps, les réactions positives des seniors qui ont pris part à la recherche pour ce qui est des bénéfices qu'ils en ont tiré eux-mêmes sont une preuve d'*empowerment* qu'il faut qualifier de supplémentaire. Par ailleurs, nous sommes effectivement en mesure de conclure ce rapport avec des indications sur un procédé d'*empowerment* en tant qu'outil plus général de citoyenneté.

Reste la question de l'élargissement nécessaire de la base des seniors, afin qu'un nombre plus important d'entre eux, et notamment en ce qui concerne leurs conditions socio-économiques et culturelles, puisse faire valoir une plus grande diversité de causes et points de vue. Nous reviendrons dans la partie conclusive de ce rapport (chapitres 4 et 5) sur cette question, importante s'il en est.

1.2. Choix de la population à étudier

Notre choix initial, concernant le recrutement des participants à nos ateliers, a été de les choisir en fonction de leur provenance de deux villes de taille fort différente du Canton de Vaud : Lausanne, avec son offre vaste d'activités en tous genres, et Payerne, ville de moindre envergure, plus restreinte dans son offre d'activités et située à l'écart de toute grande ville romande ou suisse-allemande, dans l'une des « zones calmes » du pays³, et au champ

³ Voir à ce sujet : Diener et al., dirs. (2006).

d'activités et d'opportunités sociales et relationnelles prétendument limité (ce qui s'avéra faux, comme on pouvait s'y attendre un peu).

Les difficultés liées à la mobilité devenant une préoccupation croissante avec l'âge (pour des analyses traitant du canton de Vaud, voir en particulier : von der Mühl et al., 2016), nous voulions aussi évaluer leur incidence sur les activités des seniors dans l'espace public. Peut-on faire l'hypothèse que les qualités « spécifiques » de l'investissement dans l'espace public par les seniors seraient dues ou en tout cas auraient un lien avec la taille des villes ? (voir aussi à ce sujet : Niederoest et al., 2016). Autrement dit, la « petite » ville, plus que la « grande », force-t-elle à des renoncements ou à des substitutions d'activités dans l'espace public avec l'avancée de l'âge ou celles-ci sont-elles anticipées spécifiquement en fonction du lieu de résidence ? En même temps, Lausanne et Payerne sont deux villes où le réseau de seniors développé autour d'activités proposées par Connaissance 3 est actif, ce qui nous permettait dès lors d'établir des contacts avec les habitants en recourant à ce réseau. Conformément au plan de recherche, l'intention était d'avoir un total de 36 participants à la recherche (6 groupes de 6), distribués entre Lausanne et Payerne.

Grâce à une campagne d'affichettes et d'annonces dans les deux villes, ainsi qu'à des organisations actives auprès des seniors dans les régions concernées, nous avons été contactés par une quarantaine de personnes intéressées à participer à la recherche. Pratiquement tous les répondants avaient été interpellés par les affichettes de Connaissance 3 dont ils suivaient par ailleurs d'autres activités, cela permettant dès lors de considérer ce réseau comme un dénominateur d'intérêts communs pour tous les répondants. Cela étant, bien qu'ayant cherché à multiplier les canaux de recrutement de participants, avec nos moyens, force est de reconnaître que nous n'avons pas réussi à impliquer des participants dotés d'un tout autre profil, du point de vue de la formation comme des données socio-économiques. Mais, le but de la recherche étant d'élaborer une méthode d'*empowerment* destinée à être développée d'abord dans le cadre des activités de Connaissance 3, nous avons finalement accepté cette situation. Il nous a ainsi paru possible d'adapter la méthodologie de notre recherche-action à une population ayant des caractéristiques sociologiques qui, si elles ne sont certes pas représentatives de la population générale des seniors (du canton de Vaud), n'en restent pas moins suffisamment homogènes pour permettre des comparaisons intéressantes entre les lieux de résidence. Il s'agit d'une population avec laquelle nous pouvions espérer avoir, par ailleurs, des réflexions sur la méthode d'*empowerment* elle-même, c'est-à-dire en faire l'un des objets mêmes de ces discussions, une pratique réflexive utile pour des mises au point « en temps réel » de cette méthodologie, tout en préservant l'idée initiale qui était de pouvoir prochainement organiser de tels ateliers avec n'importe quel groupe de seniors.

1.3. Hypothèse et intention de la recherche-action

Le projet de recherche-action a été formulé pour investiguer et étayer une hypothèse en particulier :

« Il existe une corrélation directe entre l'exercice de compétences et d'activités de seniors habitant en ville et leur reconnaissance en tant que citoyens à part entière. L'espace public où cet engagement et cette reconnaissance se déploient est spécifique à la taille des villes en question ».

Dans les faits, nous avons comparé la situation des seniors dans deux contextes géographiques différents, Lausanne et ses environs et Payerne et ses environs, en complétant ce dispositif par un autre groupe de participants habitant près d'autres villes de la taille de Payerne, mais uniquement dans le canton de Vaud. Evidemment, le nombre de seniors finalement recrutés est restreint et ne saurait nous autoriser à des généralisations abusives, mais les données, si elles ne sont pas vraiment représentatives, n'en sont pas moins toujours significatives, et en cela parlantes, nous permettant quelques comparaisons.

Par ailleurs, les résultats nous permettent d'émettre des considérations sur la façon selon laquelle se construit et est vécue la citoyenneté des seniors, appartenant certes à une catégorie sociologique particulière, mais néanmoins significative, nous l'avons dit, tant par son apport à la communauté locale, voire au canton tout entier.

1.4. Méthode et implémentation

Le tout premier document pour le recueil des données de la recherche a été l'affichette avec laquelle nous avons sollicité la participation de volontaires (voir annexe 1). Le texte de cette affiche, intitulée *Seniors et Citoyens*, comportait les questions suivantes : « Quelles sont vos activités dans votre région ? Quels sont les lieux que vous fréquentez ? Pouvez-vous y poursuivre vos intérêts et développer vos compétences ? Pensez-vous y avoir votre place comme citoyen ? »

Via cette affichette, nous sollicitons la participation de seniors intéressés à débattre de ces questions dans des ateliers de discussion organisés par Connaissance 3. Il était précisé qu'il s'agissait de partager les expériences, idées et difficultés de chacun pour ce qu'il en était de la participation à la vie de sa région, toute chose à réaliser pendant la durée de la recherche programmée d'octobre 2017 à mai 2018.

Aux 40 personnes qui ont répondu à l'annonce, en fournissant leur nom et leur adresse, nous avons envoyé un « questionnaire de recrutement ». Il s'agissait d'un bref questionnaire que

les intéressés recevaient par courrier ou par courriel dès qu'ils avaient manifesté leur désir de participer à la recherche. L'envoi précisait que le remplissage du questionnaire était la condition « pour participer à la recherche-action organisée par Connaissance 3 en collaboration avec l'EPFL ».

Les 36 questionnaires reçus en retour correspondaient exactement au nombre de personnes que nous souhaitions recruter pour les ateliers. Nous avons décidé de retenir toutes ces personnes qui avaient clairement manifesté leur intérêt à participer à la recherche-action, tout en sachant que nous nous retrouvions ainsi avec un échantillon dont les caractéristiques n'étaient pas exactement celles prévues par notre plan de recherche, en particulier en ce qui concernait la répartition géographique des groupes de participants. En effet, les lieux d'habitation des répondants n'étaient pas situés uniquement en ville de Lausanne ou en ville de Payerne (voir Tableau 1 et commentaires), comme souhaité à l'origine ; le nombre de femmes ayant répondu à l'appel était plus important que celui des hommes (voir Tableau 7 et commentaires). Enfin, tous les répondants s'intéressaient aux activités de Connaissance 3 !

Les raisons qui nous ont incités à travailler avec cet ensemble de personnes sont cependant d'abord les suivantes :

- Toutes étaient d'accord de nous fournir les renseignements demandés par nous pour pouvoir prendre part à la recherche et en particulier aux ateliers. Nous pouvions ainsi raisonnablement estimer qu'elles allaient s'engager pour toute la durée de la recherche.
- Les caractéristiques sociologiques des répondants au questionnaire étaient assez homogènes sur le plan de la formation scolaire et du niveau économique, permettant dès lors de considérer chacun d'eux comme représentatifs d'un groupe.
- Les lieux de résidence des répondants couvraient Lausanne ville et environs, ainsi que Payerne et environs, même si les habitants de ces derniers n'étaient pas en nombre suffisant. Mais quelques autres répondants habitaient près d'autres villes du canton de dimension comparable à Payerne, permettant dès lors de maintenir une séparation entre résidents de « grande » et de « petite » villes, ce qui était, du point de vue méthodologique, le plus important.

Les participants à la recherche ont ensuite été répartis en groupes de six. Pour chaque groupe, la recherche a comporté trois ateliers espacés de plusieurs mois, afin de pouvoir aussi disposer de quelques données et mesures sur les activités et engagements des participants sur la durée. Les ateliers successifs ont aussi permis de revenir à des sujets déjà traités en y apportant des compléments d'information, ainsi que de nouveaux éléments de discussion. La

date du premier atelier a été annoncée par courrier ou courriel à chaque participant, les dates suivantes ont été discutées et accordées dans les groupes, lors des ateliers.

En cours de recherche, des changements d'agenda de certains participants ont malgré tout engendré plusieurs désistements, nous obligeant à quelques réaménagements des groupes. Les groupes se réunissaient avec le chercheur-animateur, autour d'une table carrée, dans un local mis à disposition par Connaissance 3 au centre de Lausanne et à Payerne dans un local loué pour l'occasion dans un café. Les discussions étaient introduites par l'animateur et quelques fiches à remplir pendant la durée de l'atelier alimentaire et aidaient à mieux structurer également la discussion. Un atelier durait 90 minutes et il était enregistré (avec l'assurance pour les participants que toutes les données allaient être traitées de façon anonyme).

Le déroulement des ateliers a été le suivant :

Atelier 1 :

L'atelier débutait par un tour de table permettant et demandant à chacun de s'exprimer à tour de rôle. Les questions auxquelles chacun était invité à répondre étaient dans l'ordre :

- Expliquer la raison pour laquelle le participant s'était inscrit à l'atelier ;
- Dire s'il était important pour le participant d'avoir des engagements à l'extérieur du domicile et en nommer certains ;
- Evoquer les occasions les plus fréquentes, pour le participant, de contact avec d'autres personnes (pas seulement avec d'autres seniors) ;

Et lors d'un deuxième tour de table :

- Dire si le participant vit seul(e), en couple ou autrement, et depuis combien de temps dans l'habitation actuelle ;
- Evoquer un espace public particulièrement apprécié par le participant.

Les réponses à ces questions étaient destinées à permettre aux participants de se connaître un peu, tout en orientant la discussion sur le thème de l'espace public, sans par ailleurs forcer les participants à trop dévoiler leur situation de vie personnelle. Il nous semblait important de

favoriser une discussion où chacun pouvait s'exprimer sans se sentir forcé à trop s'exposer, en particulier dans ses différences avec les autres.

A l'issue de ces premiers tours de table, la plupart des interventions des participants s'appuyaient sur leurs réponses aux questions figurant sur deux fiches qui leur avaient été distribuées et où il était demandé des informations sur les heures passées en dehors de leur habitation, ainsi que sur leurs occupations. Il leur était également demandé d'indiquer sur un plan les lieux les plus fréquentés par eux en ville de Lausanne ou dans la région de Payerne.

Pour introduire cette partie de l'atelier, consacrée à l'espace extérieur à l'habitation, l'animateur présentait un schéma (voir ci-après figure 1) où l'espace de « vie chez soi » était séparé de l'espace de « vie à l'extérieur », en précisant que la question centrale, celle d'être et de se sentir citoyen, était posée à propos des deux types d'espaces, bien que ce premier atelier allait de fait surtout s'intéresser à la vie à l'extérieur, notamment dans ce que l'on a pris l'habitude de nommer l'espace public.

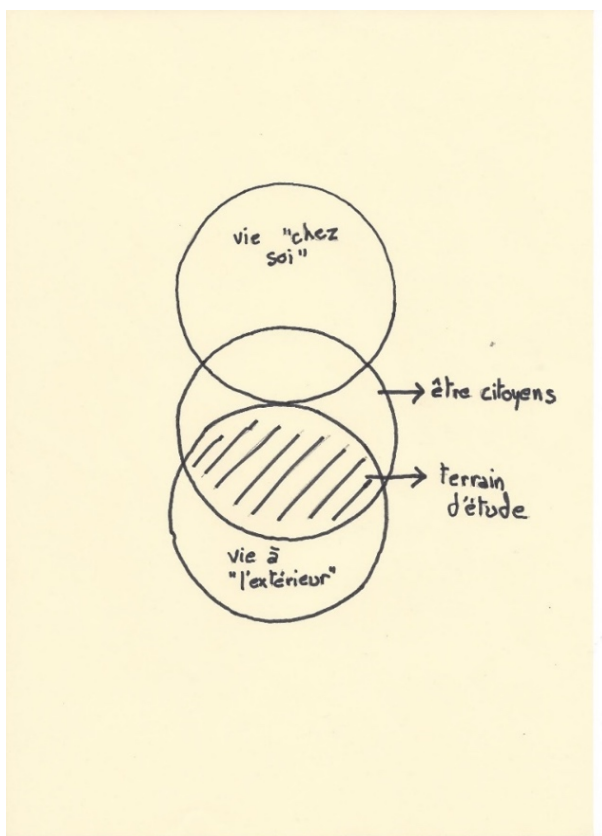


Figure 1 : Objet des discussions de l'atelier 1

Ensuite, il était question des espaces publics urbains fréquentés par chacun. Était évoqué ce que chacun appréciait et quatre questions plus précises, écrites sur un formulaire, leur donnaient l'occasion de dire si ces moments étaient pour eux l'occasion de :

- Être parmi d'autres personnes ;
- Discuter avec d'autres personnes ;
- Avoir le sentiment de participer à la vie de la ville ;
- Se sentir citoyen/citoyenne.

Les réponses à ces fiches faisaient ensuite l'objet de commentaires de la part de l'ensemble de l'assemblée des participants. L'atelier se terminait avec la distribution de deux autres fiches aux participants et il leur était demandé de les remplir chez eux, avant le 2^{ème} atelier fixé entre trois et quatre mois plus tard.

Ces deux fiches devaient les aider à tenir ce que nous avons appelé un *journal de bord* où le participant décrivait et évaluait des activités auxquelles il participe régulièrement, comme les exemples mentionnés sur la fiche elle-même : *donner des cours de langue, participer à un chœur, rencontres de seniors, aller au spectacle...* Il était demandé de faire des descriptions et évaluations à l'occasion de plusieurs réunions successives d'une même activité.

Ce *journal de bord* permettait en même temps aux participants aux ateliers d'évaluer pour eux-mêmes la place de telles activités dans leur vie, en plus bien sûr de contribuer à la constitution des données de la recherche.

Tous les ateliers ont fait l'objet d'enregistrements audio qui ont été transcrits et qui constituent ainsi une partie des données de la recherche.

Atelier 2 :

Il était demandé aux participants de venir au 2^{ème} atelier avec les fiches du *journal de bord* remplies. Un temps de cet atelier a été consacré à leur discussion. Cependant, ce 2^{ème} atelier débutait comme le premier par un tour de table, précédé d'un rappel du schéma montré par l'animateur lors du premier atelier, mais en soulignant cette fois autrement la distinction entre être citoyen « chez soi » et l'être « à l'extérieur de chez soi », comme nous l'avons représenté dans la figure 2 :

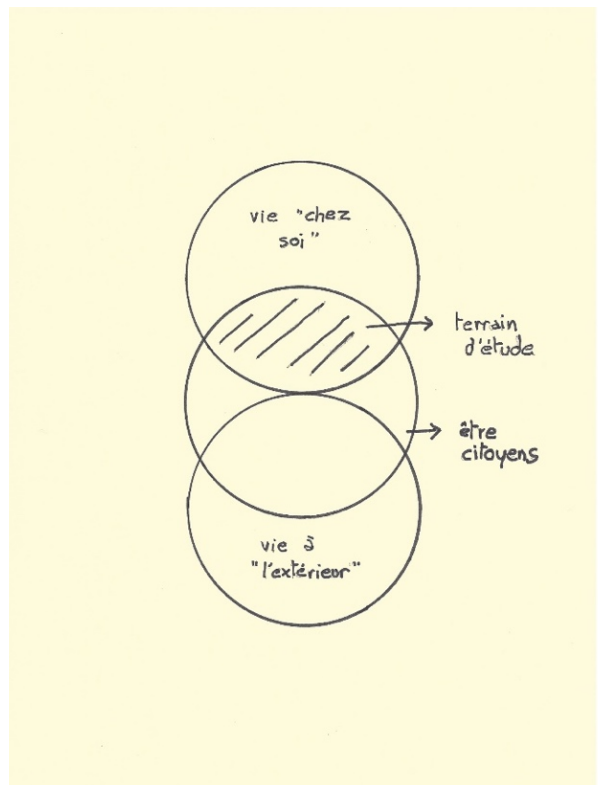


Figure 2 : L'objet des discussions de l'atelier 2

En somme, dans le 2^{ème} atelier, il était tout d'abord question d'activités de citoyen que nous avons qualifiées de « chez soi » et ensuite seulement de celles effectuées à « l'extérieur », avec notamment des questions liées à la mobilité. Des fiches sur ces thèmes ont été remplies et discutées par les participants.

Ici également, le tout a fait l'objet d'un enregistrement audio qui a par la suite été transcrit, en formant aussi une partie des données de la recherche. Et les discussions et des échanges nourris ont également porté sur les activités relatées dans les *journals de bord* tenus par les participants.

Atelier 3

Le 3^{ème} atelier a été organisé en une seule fois pour tous les participants des 6 ateliers, car il a été convenu que cette réunion allait surtout être l'occasion de commenter une première analyse de l'ensemble des résultats par les chercheurs. L'équipe de recherche a préparé une présentation de quelques données statistiques, mais a surtout soumis aux réactions des

participants des considérations sur les nombreuses activités et formes de bénévolat dans lesquels les participants sont impliqués.

Cet atelier a fait l'objet d'une prise de notes qui forme, elle aussi, une partie des données de la recherche, permettant en particulier de nourrir et faire évoluer l'analyse d'ensemble des données.

2. Données à récolter et récoltées

Pour chaque senior recruté pour la recherche, nous avons pu établir une liste des activités et compétences dont l'exercice est pour elle ou lui une occasion de contact avec les autres. La recherche a permis d'obtenir non seulement des données sur les activités de ces seniors (activités, déplacements, occasions de socialité), mais aussi de suivre (via les *ateliers de discussion* et les *journaux de bord*) l'implication des participants eux-mêmes dans l'évaluation de ces activités. Les ateliers ont ainsi permis l'examen par les seniors eux-mêmes de leur rôle d'acteurs de l'espace public.

Par l'expression « se sentir citoyen à part entière », nous entendons, en suivant les participants aux ateliers, que la personne ressent qu'elle a sa place, tant spatiale que sociale, dans la communauté, à l'opposé de la personne qui a l'impression de ne pas avoir sa place, qui est insatisfaite de la communauté, qui la craint ou la rejette. Mais ajoutons que, par moment, tout senior ressent la stigmatisation d'être « vieille » ou « vieux », et l'impression de manquer de compétences ou de la vitesse « attendues » de tous dans la vie urbaine contemporaine. Chez les personnes qui se sentent citoyens à part entière de tels moments ne sont que passagers, comme les discussions d'atelier le prouvent (voir notamment plus loin par 2.1.1 et aussi par 3.5.1), tandis que pour les personnes qui n'ont pas le sentiment d'appartenir à une communauté, on pourra supposer que ces moments sont au contraire la confirmation ou même la preuve de leur exclusion.

Nous avons cherché à regrouper les participants de façon appropriée pour la recherche. Ainsi, nous avons pu constituer six ateliers de six personnes que nous pouvions séparer selon leur lieu de résidence :

- 1 groupe habitant à *Lausanne centre-ville* ;
- 2 groupes habitant le *grand Lausanne* ;
- 1 groupe habitant *Payerne ville* ;

- 1 groupe habitant *les environs de Payerne* ;
- 1 groupe habitant d'*autres communes vaudoises*, telles que Morges ou des centres communaux plus petits, comme première référence d'espace public et situées à une assez grande distance du centre de Lausanne (< 20km).

Malgré les engagements écrits à participer régulièrement à la recherche, plusieurs personnes ont annoncé leur absence, même après le premier atelier, alors que les participants aux groupes se connaissaient et les dates de réunion avaient été fixées ensemble. Cela a diminué le nombre de personnes effectivement présentes dans les ateliers et nous a obligés à quelques réaménagements et aussi à une réorganisation d'une partie de nos données pour l'analyse. Le changement le plus important est d'avoir été amenés à réunir les données des groupes *Lausanne centre-ville et environs* et également le groupe *Payerne, ville et environs*. Les participants avec un autre lieu de résidence ont été « assimilés » à un de ces deux groupes⁴.

Au final, le total des répondants dans les tableaux n'est donc pas de 36, mais de 27. Ce nombre de participants est en effet celui pour lequel aucune donnée ne fait défaut. Les données des autres participants ne sont pas complètes, que cela soit dû à des absences, des incompréhensions ou à des oublis que nous n'avons pas réussi à pallier. Notons que, là où les données de plus nombreux participants existent, elles ne se distinguent pas de façon frappante de celles que l'on trouve dans les tableaux.

Etant donné que l'ensemble des données sociales et démographiques indique une relative homogénéité des participants, quel que soit le groupe auquel ils avaient été attribués, il nous a paru que pour plusieurs comparaisons, il était approprié de garder la réduction de l'ensemble à deux groupes. Il devenait alors possible de comparer résidents de la *grande ville* avec ceux de la *petite ville* pour les questions liées à la mobilité et également par rapport aux engagements divers des participants – et ainsi comparer les relations entre lieux de résidence et espaces publics fréquentés. Nous admettons cependant que ces choix ont quelque chose

⁴ Même le recours aux « environs de » n'a pas permis d'avoir un groupe suffisant de participants de Payerne pour des comparaisons directes entre les résidents des deux villes en question. Cependant, nous disposions des données de 5 personnes de provenance diverse du canton de Vaud. Deux habitants avaient Morges comme ville de référence, ville comparable en taille à Payerne, et nous les avons donc associés avec les seniors de Payerne là où cela faisait sens. Ensuite, trois habitants, dont la première référence était leur propre village, mais avec Lausanne comme ville de référence atteignable par transports publics en 30 minutes, ont été associés dans certains cas aux seniors de Lausanne, mais en les distinguant des autres « Lausannois » en tant que seniors « habitant à plus grande distance » de la ville.

de forcé et qu'ils sont dictés par les circonstances. C'est pourquoi, afin de permettre au lecteur de vérifier à chaque fois leur pertinence, nous présentons les réponses dans les tableaux qui suivent en distinguant la résidence des participants, de façon donc à pouvoir à chaque fois permettre au lecteur d'évaluer le bien-fondé de nos regroupements.

2.1 Données descriptives des participants : Tableaux et commentaires

Un premier tableau montre la distribution des participants en quatre groupes : seize pour *Lausanne et environs*, six pour *Payerne et environs*. Il y a ensuite 3 résidents de petites communes (*communes vaudoises autres*) situées à plus grande distance de Lausanne, mais avec celle-ci comme ville de référence, et 2 proches de Morges (*communes vaudoises Morges*), ville d'une dimension proche de Payerne. Lorsque nous regroupons les participants d'après ces critères, nous obtenons les deux groupes, *Lausanne et assimilés*, ainsi que *Payerne et assimilés*, avec 16+3 participants *versus* 6+2. Comme il vient d'être dit, nous allons le faire lorsque ce regroupement semble justifiable, mais par ailleurs aussi présenter les données pour tous les groupes.

Tableau 1 : Regroupement d'après le lieu de résidence

Lieu de résidence	Nombre participants	Pourcentage
Lausanne et environs	16	59%
Communes vaudoises <i>Autres</i>	3	11%
Total Lausanne et assimilés	19	70 %
Payerne et environs	6	22%
Commune vaudoise <i>Morges</i>	2	8%
Total Payerne et assimilés	8	30%

L'ensemble des données présentées dans les tableaux de 2 à 8 indique une distribution homogène de différentes caractéristiques sociologiques des seniors attribués aux différents groupes. Il faut évidemment tenir compte du nombre restreint de participants à la recherche, mais l'on constate que leurs portraits, sous bien d'aspects, ne diffèrent guère de façon significative les uns des autres. Relevons néanmoins quelques caractéristiques dans chacun des tableaux.

Le tableau 2 montre qu'un nombre relativement important des participants habite seul(e) (41 %) et cela pour l'ensemble des groupes. Si, parmi les participants qui vivent en couple nous dénombrons 9 hommes et 7 femmes, distribués proportionnellement d'après leur lieu d'habitation, pour ceux qui vivent seuls, notre échantillon ne comporte que des femmes. Il s'agit de femmes célibataires, séparées, mais aussi de veuves, pour qui l'autonomie, en ce qui concerne la mobilité, est dès lors particulièrement importante. Nous verrons que, pour ce qui est de leurs engagements et activités, ils sont conséquents, mais tout de même comparables à ceux des autres catégories plus « mixtes » (voir tableau plus loin 6 et aussi par. ex. 3.3.5 – Bénévolat et genre).

Dans notre échantillon, le manque d'hommes vivant seuls laisse ouverte la question de leurs engagements et soulève la question de savoir si le thème « Seniors et citoyens » est moins ressenti par les hommes vivant seuls. Il s'agit d'un manque problématique dans notre échantillon. Cependant le fait est que, d'une manière générale dans ces groupes d'âge, les femmes sont plus nombreuses que les hommes, et cela nous conduit, malgré tout, à accorder (avec précaution) une valeur de généralité à nos considérations.

Tableau 2 : Vit seul(e) ou en couple

	Total Participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Vit seul(e)	11	41%	6	1	3	1
Vit en couple	15	55%	10	2	2	1
Vit à plusieurs	1	4%			1	

Dans les tableaux de 3 à 8 sont données les caractéristiques sociologiques les plus saillantes des participants, distribués d'après leur lieu de résidence. On constate que ces

caractéristiques sont comparables d'un groupe à l'autre, avec quelques exceptions, nous obligeant à souligner que nos analyses doivent à tout propos être lues avec beaucoup de prudence. Nous évoquerons les particularités à fur et à mesure.

Le Tableau 3 indique que le niveau d'éducation est élevé pour l'ensemble des participants : plus de la moitié des participants a une formation de niveau universitaire. On pourrait ici parler d'un déséquilibre en faveur de Lausanne. Mais à Payerne aussi, tout le monde a une formation au moins professionnelle, et la moitié du groupe à une formation professionnelle supérieure ou universitaire. Ainsi, même si à *Lausanne et environs*, pratiquement tout le monde a une formation professionnelle supérieure ou universitaire, il s'agit partout de personnes avec un niveau élevé d'éducation. Les participants en provenance des *communes vaudoises* se distribuent comme les autres.

Tableau 3 : Formation

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Formation professionnelle	5	18%	1		3	1
Formation professionnelle supérieure	8	30%	5	1	2	
Formation Université/HES	14	52%	10	2	1	1

Répartis d'après les groupes d'âge que nous avons retenus (Tableau 4), les participants se distribuent de façon proportionnelle dans les différents groupes. On notera que même le groupe d'âge *76 ans et plus* est présent de façon conséquente dans l'ensemble de l'échantillon, ce qui permet d'affirmer que les considérations de l'analyse s'appliquent aux retraités de tout âge et largement à ceux qui ont « plus de 70 ans ».

Tableau 4 : Répartition des participants selon leur groupe d'âge

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Age 64-70	10	37%	6	1	2	1
Age 71-75	11	41%	6	2	2	1
Age 76+	6	22%	4		2	

Le tableau 5 permet de remarquer que deux bons tiers de l'échantillon sont à la retraite depuis plus de cinq ans et ceci dans tous les groupes de participants. Il est d'autant plus remarquable de constater que, comme nous le verrons plus bas, les engagements des seniors se poursuivent avec intensité une fois la septantaine passée.

Tableau 5 : Années depuis la retraite

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
+ 5 ans	17	63%	9	3	4	1
- 5 ans	10	37%	7		2	1

Les deux sexes sont évidemment représentés dans l'échantillon (tableau 6), même si les *participantes* sont nettement plus nombreuses que les *participants*, deux tiers *versus* un tiers. Statistiquement et dans nos sociétés, les femmes, considérées dans ce cas comme constituant un seul groupe, vivent plus longtemps que les hommes, même si cela ne suffit pas comme argument pour « accepter » cette différence marquée dans notre échantillon.

Mais il nous semble possible d'admettre que l'analyse de nos résultats garde son intérêt en tant que considérations sur le rapport des seniors en général à l'espace public, *d'autant plus* que, jusqu'à récemment il était moins facile d'y accéder en tant que *femme seule* sans susciter de la perplexité de la part des hommes – et de la plupart des autres femmes.

Tableau 6 : Répartition des participants par sexe

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Femmes	18	67%	11	1	5	1
Hommes	9	33%	5	2	1	1

Le tableau 7 indique le revenu mensuel disponible des participants et nous fait constater que, dans l'ensemble, il s'agit de personnes dans une situation économique confortable. Notons à ce sujet que même si la question ne fournissait pas d'indications plus précises sur ce qu'il fallait entendre par « revenu mensuel disponible », nous pouvons nous permettre les commentaires qui suivent à propos des réponses obtenues⁵.

L'enquête nationale sur le budget des ménages suisses (Office fédéral de la statistique (OFS), 2015) indique un revenu moyen disponible par ménage (c'est-à-dire après le paiement des impôts) de 7'130 francs par mois. Si on déduit encore la part des frais fixes, évaluée généralement dans les études statistiques à environ 15%, on se retrouve avec environ un peu moins de 6'000 francs par mois de « revenu mensuel librement disponible » par ménage (c'est-à-dire en principe un couple). En 2006, ces chiffres étaient de 6'000 francs par mois de « revenu moyen disponible » et 4700 francs de « revenu moyen librement disponible ». Dans les rapports statistiques, il y a donc une différence entre « revenu mensuel disponible » et « revenu mensuel librement disponible ». Cette différence n'était pas clairement désignée dans notre questionnaire et il est donc opportun de pondérer nos résultats. Le fait que moins de personnes (22%) aient répondu que leur revenu était « d'environ 6'000 francs » laisse entendre que, pour les membres du groupe déclarant un revenu de plus de 6'000 francs, il s'agit d'un revenu disponible « clairement » supérieur à 6'000 francs et que nous oserons assimiler à (au moins) 7'130 francs par mois. A cela, il faut ajouter que dans l'étude de l'OFS, 61% des ménages suisses disposent d'un revenu inférieur à la moyenne. Dans notre étude, 63% des répondants (22% + 41%) ont un revenu mensuel disponible de 6'000 francs ou plus, voire considérablement plus. Nous pensons donc pouvoir dire qu'il s'agit, sur ce plan, d'un groupe de seniors « privilégiés »⁶. Les données du tableau font par ailleurs apparaître des

⁵ Nous reprenons ici des considérations que nous avons formulées dans le rapport sur notre précédente recherche « Habiter avec son âge » (Noschis, 2015, p. 38).

⁶ Rappelons que les catégories de l'étude de Höpflinger & Van Wezemaal (2014, p. 69) sont : moins de 4'000 CHF, entre 4'000 et 6'000 CHF, plus de 6'000 CHF (de « *Haushaltseinkommen* »).

différences entre les groupes : les participants qui résident dans « les communes vaudoises » (4 sur 5 à +6000 CHF/mois) sont dans une situation économique particulièrement favorable. Cela force à suggérer que le regroupement des participants selon leurs lieux d'habitation en deux seuls groupes (Lausanne et environs, Payerne et environs) doit être considéré avec précaution.

Tableau 7 : Revenu mensuel disponible

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
-6000 CHF	10	37%	6		3	1
+/-6000 CHF	6	22%	4		2	
+6000CHF	11	41%	6	3	1	1

Les participants à la recherche font aussi preuve de stabilité pour ce qui est de leur résidence (tableau 8). Plus de 78 % de l'ensemble occupe la même habitation depuis plus de 10 ans. Il est vrai que ceci est très clairement davantage le cas pour les participants de Lausanne et environs que pour ceux de Payerne et environs. Toutefois, en tenant compte de l'ensemble des tableaux de résultats, il ne semble pas que ce facteur joue un rôle pour ce qui est, en particulier, de l'engagement des participants dans leurs activités, qui est sensiblement le même pour l'ensemble des participants.

Tableau 8 : Années dans habitation actuelle

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
+ 10 ans	21	78%	15	3	1	2
9-2 ans	6	22%	1		5	

3. Analyse des données

Tant les ateliers de discussion que les *journaux de bord*, que nous avons demandé aux seniors de tenir régulièrement pendant toute la durée de la recherche, nous ont permis de récolter des données riches en contenu et dont nous proposons ici une présentation et analyse.

Les discussions d'atelier ont touché à plusieurs thèmes. Nous avons ordonné ces données pour bien comprendre comment les participants construisent leur place dans la communauté, la maintiennent ou pas au fil des ans, et s'interrogent à son sujet. Nous présentons les données et les analyses regroupées en fonction de cinq thèmes prioritaires :

- Sentiment de citoyenneté des seniors ;
- Mobilité et déplacements des seniors ;
- Engagements et activités des seniors ;
- Maintien de la forme, fréquentation de cours, sorties amicales des seniors... ;
- Doléances et demandes des seniors.

Commençons avec quelques considérations générales. La vie des participants aux ateliers est très active à l'extérieur de leur habitation. La ville proche est un lieu important pour le bon déroulement de ces activités. Il s'agit de moments de sociabilité avec des connaissances, mais également, pour le senior qui se promène ou se déplace, d'une simple observation de la vie dans les espaces publics, d'échanges plus ou moins furtifs dans la vie urbaine.

L'ensemble des activités mentionnées a comme caractéristique de mettre le participant en contact avec d'autres personnes, pour les soutenir, pour partager avec elles ou pour bénéficier de leurs connaissances ou savoirs pratiques.

Faire ses courses, et donc aller au magasin, au marché ou au supermarché, y aller en marchant ou se servir des transports publics pour les atteindre, sont des moments de présence parmi les autres habitants de la ville qui permettent à chacun d'évaluer et confirmer la place qu'il ou elle a parmi les autres. L'importance du quartier ou du village, pour ceux qui habitent hors des villes, est souvent évoquée, tout comme les espaces publics attenants à l'habitation où l'on se rend surtout à pied, où l'on rencontre facilement des voisins ou connaissances, avec qui il est habituel d'avoir toujours au moins des brefs échanges. Le magasin de proximité ou le café du quartier, au-delà de leur fonction commerciale explicite, sont des occasions et moments de rencontre lors desquels on prend des nouvelles des amis et du monde et qui

permettent aussi de se sentir citoyen, au sens que nous lui donnons d'avoir sa place dans la communauté (voir aussi plus loin par. ex. 3.1.1).

Une fois à la retraite, les participants soulignent qu'ils peuvent prendre plus de temps pour « aller en ville », en restant ouverts à la diversité des habitants et de leurs activités, à la présence de diverses générations.

En même temps, les seniors participants aux ateliers sont très actifs ; la ville et ses espaces publics sont des territoires qu'il s'agit autant de traverser que de fréquenter. Comme senior, on a peut-être plus de temps que d'autres pour s'interroger sur les différents aspects de la vie urbaine, d'imaginer des améliorations possibles ; c'est une des raisons pour lesquelles les participants aux ateliers souhaitent vivement pouvoir disposer de forums où faire entendre et promouvoir leurs idées, car ils ont le loisir d'en développer et d'en préciser l'énoncé.

Notons aussi que même si, d'après les participants, la « grande ville » (Lausanne) offre plus d'opportunités par rapport à la « petite ville » (Payerne), cela ne change pas leur rapport à leurs espaces publics. Les engagements et les activités des seniors se développent et sont pratiqués également partout (voir aussi les encadrés qui suivent).

On est citoyen tant à la maison que dans l'espace public, l'important étant le sentiment que l'on a (ou pas) de participer, de *prendre part* : « Je suis citoyen tant que je participe à la vie de la communauté et à celle de la ville ». Certes, il semble y avoir des activités qui alimentent plus intensément que d'autres cette conviction et on est citoyen plus actif ou plus observateur selon ce que l'on fait, selon les moments. L'intensité de la citoyenneté de chacun varie donc selon les circonstances. Il a même été évoqué que l'on peut se sentir plus citoyen avec l'âge qui avance, parce qu'on a plus le temps de s'intéresser à la vie de la ville que plus jeune. A *contrario*, l'isolement est vu comme un éloignement de la condition de citoyen d'où, de façon générale, l'importance d'alimenter les contacts, notamment en ville où les rapports sociaux peuvent être souvent plus techniques qu'affectifs.

Une activité évoquée par tous les participants avec enfants et petits-enfants est celle dédiée à la famille. Il s'agit souvent d'engagements importants et réguliers dans le temps et qui, par ailleurs, sont essentiels pour le maintien et l'avenir de la société toute entière.

Le tableau 9 indique combien de temps, en demi-journées, les participants consacrent à leur « descendance », c'est-à-dire en s'occupant de leurs petits-enfants ou d'autres membres de la famille. Là aussi nous voyons qu'il s'agit d'un investissement important en temps et certainement aussi en énergie dont la portée sur le fonctionnement de la société entière est généralement sous-estimée, y compris par ceux et celles qui, dans les familles des seniors, en bénéficient le plus évidemment. Plus de la moitié de l'ensemble des participants consacre

plus d'une demi-journée par semaine à cette activité. On retrouve ces situations dans tous les groupes.

Ces données demandent encore à être pondérées avec les âges avancés d'un nombre important des seniors participants aux ateliers (voir Tableau 4) et avec le fait que presque la moitié des participants vit seul(e) (voir Tableau 2). Sur un plan plus général, ces considérations ne font théoriquement qu'augmenter l'apport des seniors, en âge et en condition d'être appelés à le faire, pour ce qui est de la prise en charge de leurs petits-enfants ou proches, et parfois, dans un mouvement d'entraînement salubre, de petits enfants moins proches familialement que spatialement.

Tableau 9 : Demi-journées hebdomadaires consacrées à la descendance

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Plus d'une demi-journée	14	52%	9	2	2	1
Une demi- journée	7	26%	4	1	1	1
Occasionnel- lement ou pas ⁷	6	22%	3		3	

Dans les pages qui suivent maintenant, nous n'allons pas reprendre ce qui a trait à l'implication des seniors avec leurs familles, car nous ne le considérons pas comme un aspect de leurs engagements directement lié à la question de la citoyenneté, même si, faut-il le rappeler, il s'agit d'une occupation dont l'apport est substantiel pour la communauté entière.

3.1. Se sentir citoyen

Rappelons tout d'abord que, dans le premier courrier de recrutement envoyés aux candidats potentiels à la recherche, une question visait à savoir si le répondant se sentait « citoyen à part entière ». Aucun senior de notre échantillon n'a répondu ne pas se sentir citoyen (Tableau

⁷ Participants n'ayant pas de descendants ou qui ne les voient qu'occasionnellement (par ex. parce qu'ils habitent loin).

10). Au contraire : une grande majorité se sent « absolument » « citoyen(ne) à part entière » (74%) et le reste au moins « en partie » (22%). Cette donnée nous a dès lors conduit à modifier la façon d’investiguer l’hypothèse même de la recherche. Au lieu de comparer des groupes sur les différences pouvant exister quant à la façon de se sentir plus ou moins citoyenne ou citoyen, qui en l’occurrence ne paraissaient plus tellement significatives, nous avons choisi de comprendre « de quoi est composé » et comment est vécu le fait de se sentir citoyen à part (plus ou moins) entière. Les caractéristiques de notre population nous ont fourni le fil conducteur et les discussions dans les ateliers ont permis d’obtenir des renseignements sur la façon dont les participants construisent et affirment leur citoyenneté.

Tableau 10 : « Se sentir citoyen à part entière »

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne t environs	Commune vaudoise M
Oui, absolument	20	74%	13	2	3	2
Oui, en partie	6	22%	3	1	2	
Ne sais pas	1	4%				
Non, pas du tout	0	0%				

3.1.1 Se sentir citoyen-ne en ville

Les tableaux suivants (Tableaux 11 et 12) présentent des données regroupées pour l’ensemble des participants aux ateliers. Nous le faisons ici car il n’y a pas de différences notables entre les réponses des groupes de participants. Il s’agit des données obtenues par les fiches remplies lors du premier atelier. Pour ce qui est du temps moyen hebdomadaire consacré à des activités à l’extérieur, il est conséquent dans l’estimation⁸ des participants eux-mêmes (21h/semaine). Pour la moitié (11h/semaine), ce temps se distribue de façon plus ou moins équitable entre activités de groupe (notamment associatives, de bénévolat), gymnastique, sport et encore « sorties », tandis que l’autre moitié (10/semaine) est voué aux

⁸ S’agissant d’auto-estimation il est possible que le total des heures hebdomadaires passées à l’extérieur soit ici surestimé par les répondants. Mais cette donnée est un aperçu de la distribution des activités selon leur type et confirme qu’il s’agit d’un groupe de seniors actifs et qui se perçoit comme tel.

déplacements en tant que tels, aux courses ainsi qu'à l'administration et autres rendez-vous. Soulignons que ces activités à l'extérieur sont notamment considérées comme importantes parce qu'elles alimentent le sentiment de prendre part à la vie de la ville et de se sentir citoyen (respectivement par le 68% et 72% des participants).

Tableau 11 : Heures hebdomadaires consacrées à des activités « à l'extérieur de la maison »
Temps estimé par les participants eux-mêmes (N=27, la moyenne générale de temps passé « à l'extérieur », selon auto-estimation, étant de 21h/semaine).

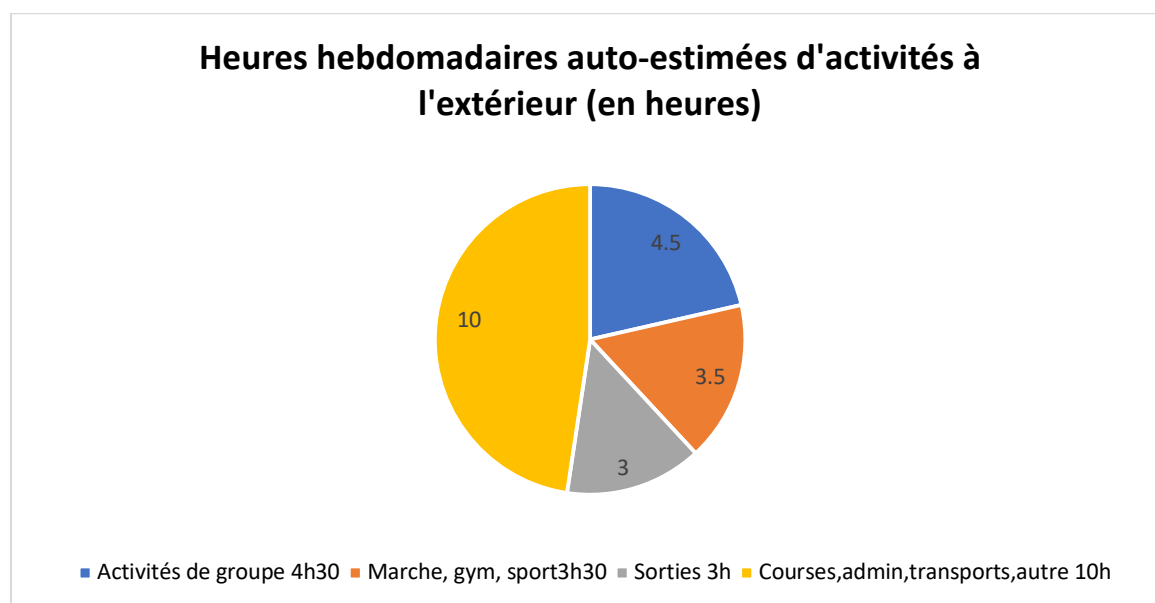


Tableau 12 : Un espace public, fréquenté par le participant et important pour lui (nommé par et spécifique à chacun, N=27) est une occasion de :

	Oui, très important	Oui, important	Regroupé : très +important	Peu important	Sans opinion
Être parmi d'autres personnes	26%	34%	60%	38%	2%
Echanges avec d'autres	26%	29%	55%	43%	2%
Sentiment de participer à la vie de la ville	15%	53%	68%	28%	4%
Se sentir citoyen	27%	45%	72%	24%	4%

Complétons ces données avec quelques propos tenus par les participants lors de l'atelier :

Propos dans les ateliers sur : Se sentir citoyen(ne) en ville

(F70) : Je me sens très citoyenne quand je vais dans les petits magasins, dans les cafés de quartier.

(H82) : Quand je vais en ville, j'observe ce qui se passe, les chantiers *et cetera*, et puis 6 mois après, on va vous demander votre avis comme citoyen lausannois sur un projet, je trouve que c'est aux citoyens de se tenir informés.

(F68) : C'est surtout le contact avec les autres et la participation active à des activités de formation, de cours, de séminaires qui me font sentir citoyenne.

(F64) : Dans mon locatif, il y a des laisser-aller avec les papiers par terre. Entre ma place de parc et mon habitation, il y a un petit chemin souillé de papiers. Je me motive pour ramasser les papiers et les mettre dans la poubelle. Ce n'est pas mon travail, oui, mais l'environnement sera un peu meilleur pour moi et pour les autres si je le fais.

(F74) : Parmi les personnes âgées, il y en a de différentes sortes. Il y a celles qui peuvent réaliser tout ce qu'elles veulent, puis celles qui souffrent, sont passives... passives dans le sens où elles ne se rendent pas compte de tout ce que la société leur offre et qu'elles pourraient être plus vivantes. Mais de l'autre côté, passives par ce qu'elles ont enduré pendant leur vie professionnelle. Il y a eu des déceptions, alors elles arrivent à la retraite de manière un peu écoeurée, elles ont de la peine à trouver une communauté. En ville, on les voit passives, peut-être au sens où elles n'ont pas eu la chance de pouvoir s'exprimer.

Cet encadré regroupe des propos assez divers et illustre bien comment la citoyenneté est présente dans les réflexions des participants aux ateliers. Si nous mettons ces propos en regard avec les données du tableau 12, nous voyons que la fréquentation des espaces publics (les espaces délimités, où l'on est pour une activité quelconque, ou les espaces urbains que l'on fréquente) amène le senior à se situer parmi les autres, comme participant et comme citoyen.

De telles réflexions ont une place importante pour les participants aux ateliers, mais il s'agit surtout pour eux d'être actifs dans la communauté, car c'est par là que chacun d'eux pense avoir sa place.

3.1.2 S'informer et voter

Le 2^{ème} atelier débutait par une discussion portant sur les moments où l'on se sent particulièrement citoyen. Pratiquement tous les participants ont dit que le moment « le plus évident » était celui des votations et des élections. Tous les participants votent et ils le font

régulièrement⁹. La discussion dans l'atelier a ensuite porté sur le fait de se sentir « citoyen chez soi » et « à l'extérieur de chez soi ». Il était demandé aux participants de répondre à quelques questions sur leur intérêt pour le « monde extérieur » lorsqu'il se trouvent chez eux.

Les tableaux 13 à 19 indiquent de quelles manières les seniors suivent les différents types d'informations auxquelles ils peuvent avoir accès chez eux. On constate qu'ils sont à la recherche d'informations. Que cela soit la politique et l'actualité locales, nationales, internationales ou mondiales, une forte majorité (+ de 70%) des seniors s'y intéresse régulièrement. Seul les débats politiques (à la radio, à la télévision ou en réunion), ainsi que l'actualité associative ne figurent pas dans les priorités de la majorité (ils sont tout de même suivis par 30% de notre échantillon).

Tableau 13 : Être citoyen « chez soi » : suivre la politique locale

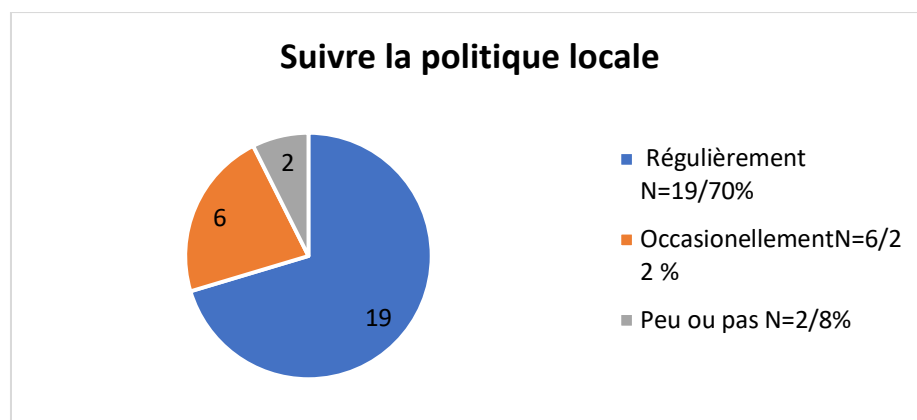
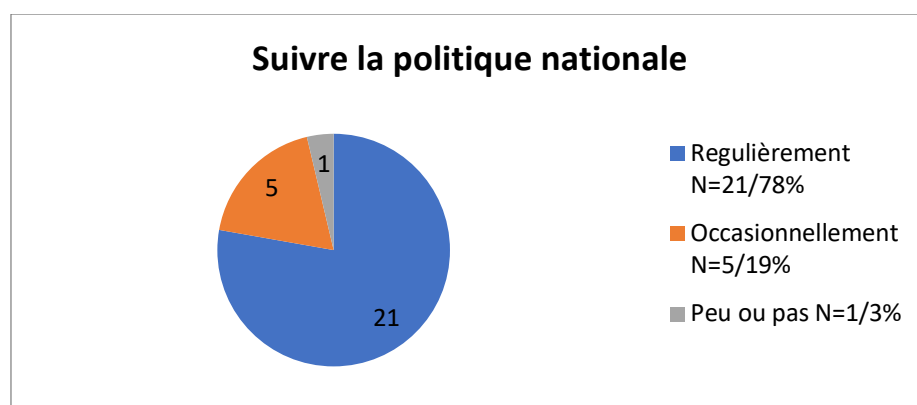


Tableau 14 : Être citoyen « chez soi » : suivre la politique nationale



⁹ Cela dit aussi clairement que notre échantillon ne comporte que des seniors de nationalité suisse, ce qui limite encore sa représentativité par rapport à la population (*bien-portante*) générale de ces groupes d'âge.

Tableau 15 : Être citoyen « chez soi » : suivre la politique internationale

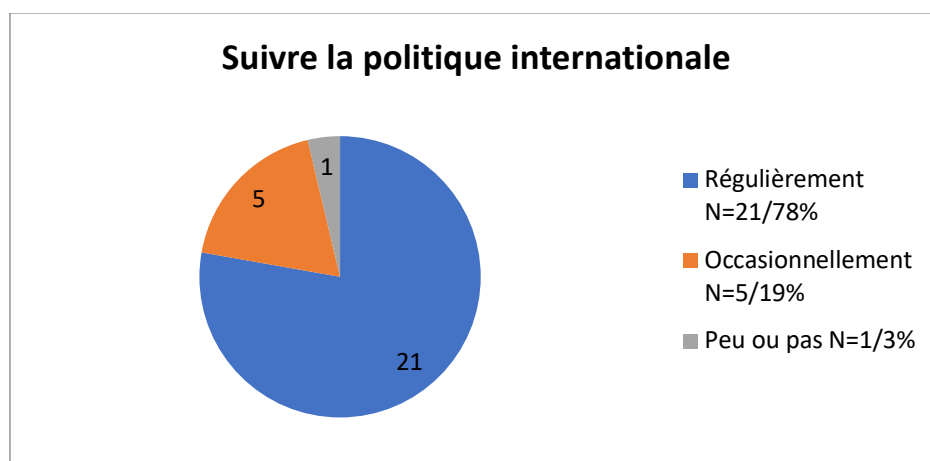


Tableau 16 : Être citoyen « chez soi » : suivre les débats politiques (discussions entre représentants de partis politiques lors d'émissions de télévision, radio ou débats publics)

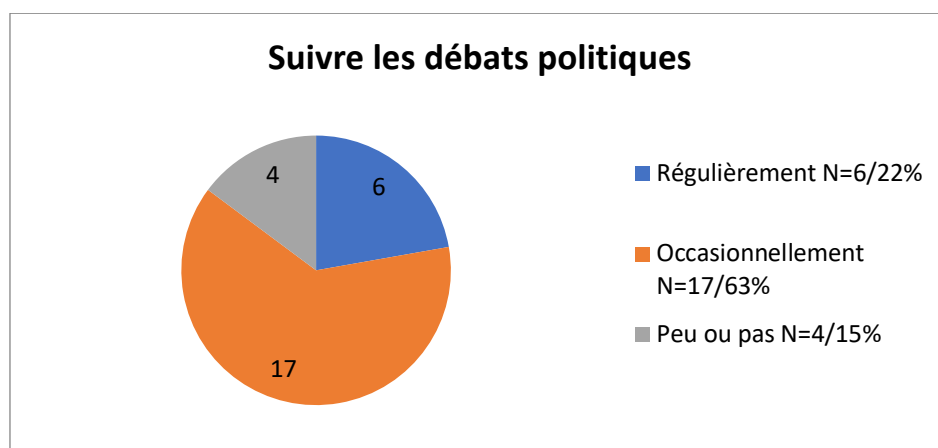


Tableau 17 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité locale (les nouvelles concernant la ville y compris les faits divers et les activités politiques)

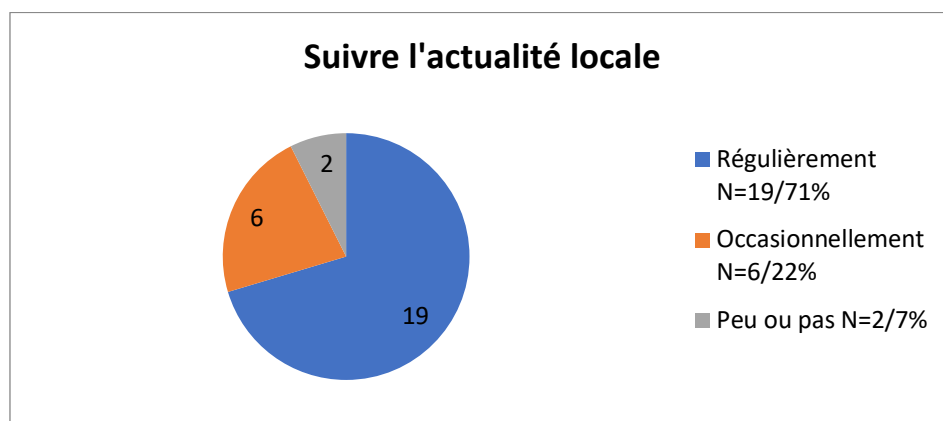


Tableau 18 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité mondiale

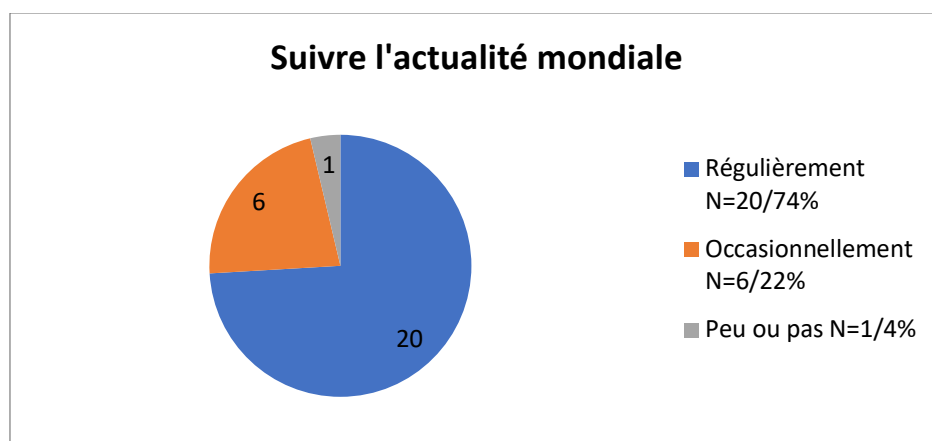
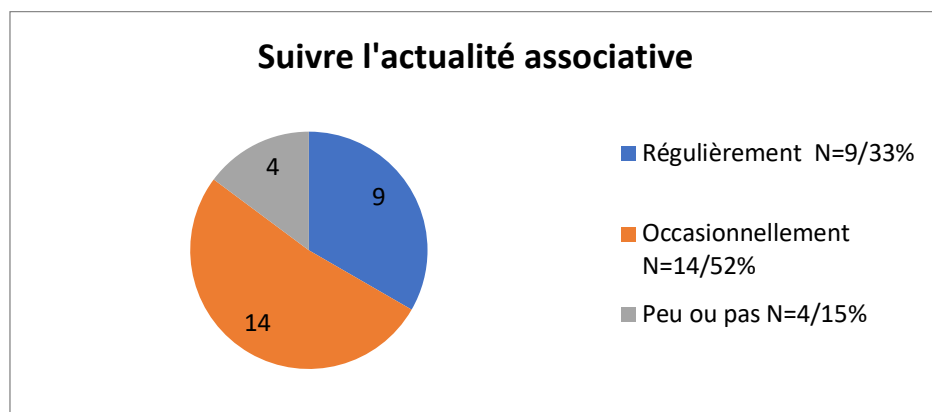


Tableau 19 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité associative



Pour ce qui en est des moyens de se tenir au courant de l'actualité, les seniors la suivent (Tableau 20 à 24) à travers tous les types de médias à leur disposition - journaux (63 %), radio (44 %), TV (41 %), Internet (41 %) – mais aussi en discutent à la maison avec les membres de la famille ou les amis, beaucoup (48%) ou occasionnellement (37%).

Tableau 20 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité à travers les journaux

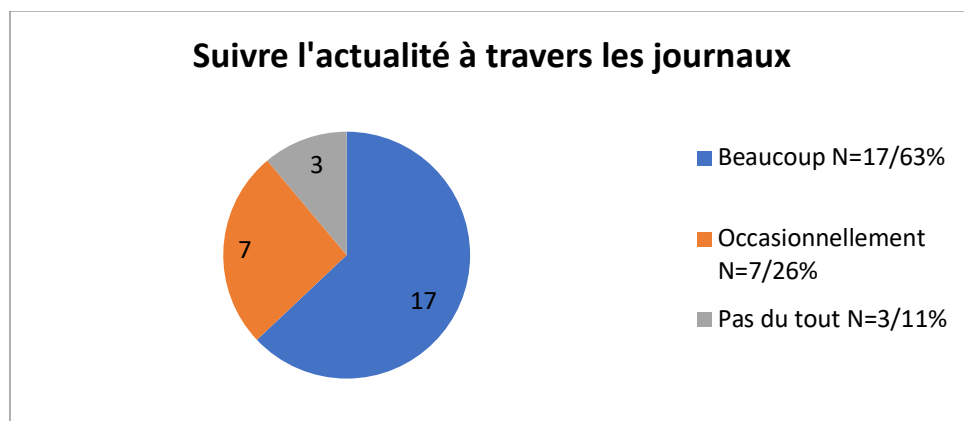


Tableau 21 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité à travers la radio

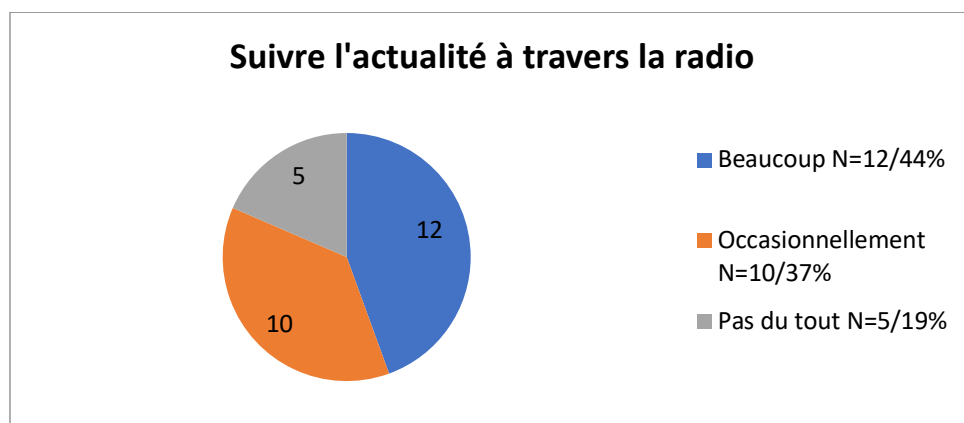


Tableau 22 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité à travers la TV

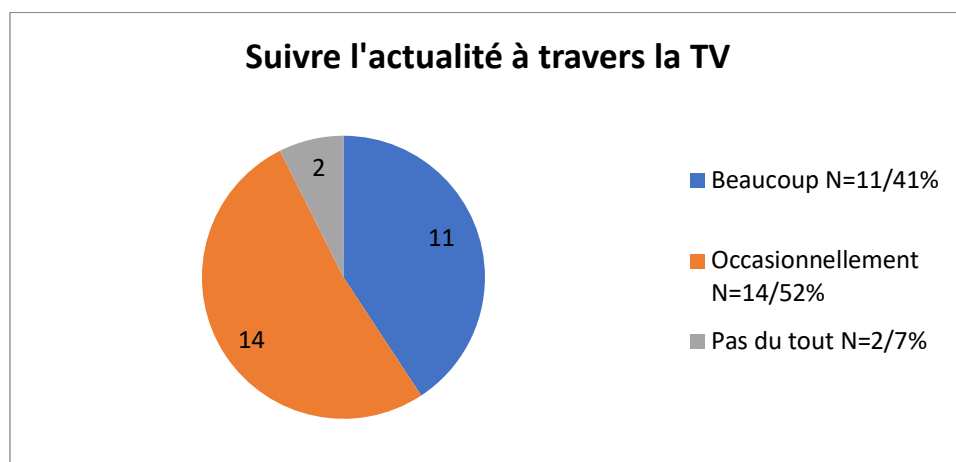


Tableau 23 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité sur internet

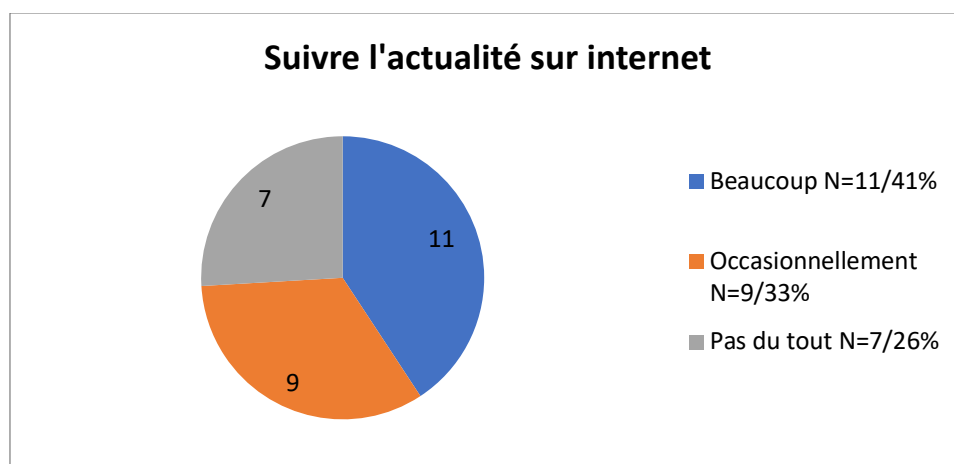
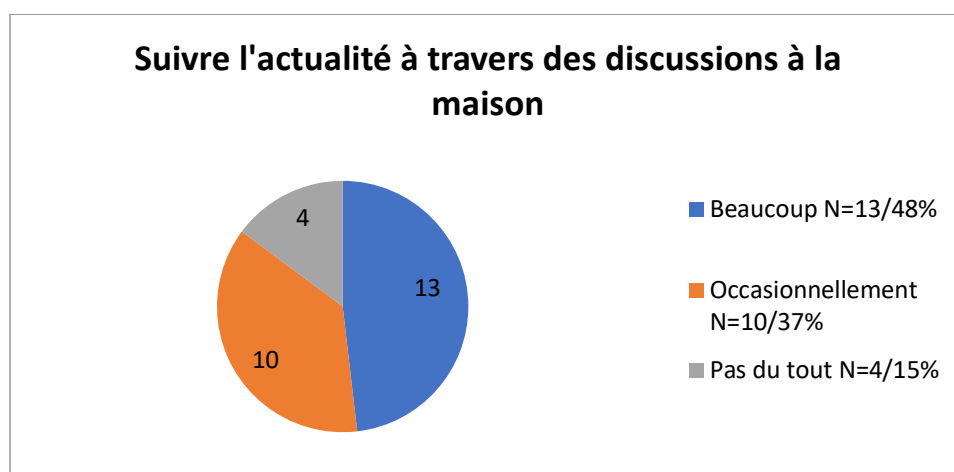


Tableau 24 : Être citoyen « chez soi » : suivre l'actualité à travers discussions à la maison



Comme précédemment, complétons maintenant les données de ces nombreux tableaux avec des propos tenus par les participants aux ateliers :

Propos dans les ateliers sur le thème : S'informer et voter

(F77) : Au moment de voter, je me sens citoyenne et surtout avant en discutant [de l'actualité] dans la famille et avec les amis (...)

(H74) : On est citoyen dans la mesure où on cherche à s'informer, pas seulement pour ce qui est de la cité proche, mais il y a tellement d'enjeux liés à la Suisse, liés à l'Europe, liés aux réfugiés, tout ça fait un bloc, il ne faudrait pas s'isoler sur les problèmes de la société locale. Là, il y a un vrai enjeu : se tenir au courant, lire les journaux, télévision, au-delà de la Suisse.

(F72) : Je me sens citoyenne quand je vote, ça m'intéresse, j'ai envie de lire, je vais partout pour me renseigner et ensuite, former mon opinion. Je suis beaucoup de conférences aussi, qui ont trait à l'économie, à la politique, etc. Je fais partie d'un groupement politique et dans toutes ces activités, je me sens citoyenne, mais passivement. Je dirais que j'ai l'impression de participer beaucoup mais passivement.

(F72) : Je pense qu'à partir du moment où on s'intéresse et qu'on vote, on est citoyen, mais au moment où on ne suit plus la presse, on ne suit plus la radio, là, quand on commence à s'isoler, effectivement là, on se sent moins citoyen, en laissant cet intérêt, cette curiosité.

(H80) : La citoyenneté, c'est en 1^{er} par les votations, les élections. Je m'en préoccupe depuis que j'ai le droit de vote, pratiquement. Sauf maladie, je n'ai jamais loupé une votation, dans mon entourage j'essaie de faire voter, forcément d'après mes idées, là je participe.

(H74) : Je vais souvent, trop souvent, sur Internet me renseigner, prendre des nouvelles, le téléjournal, je lis des journaux, c'est des activités citoyennes, ça aide à se faire une opinion s'il s'agit de voter.

(H74) : Je pense que la lecture des journaux, suivre l'actualité, c'est très important pour la citoyenneté. Être au courant fait qu'on regarde différemment à l'extérieur.

(F72) : On a un besoin de rester dans le coup, aussi parce que on a de petits-enfants et qu'on n'a pas envie de décrocher. Si vous avez de petits-enfants, c'est quand même intéressant d'essayer de participer, de comprendre ce qui peut se produire.

(H67) : Ma participation citoyenne est plutôt dans les discussions ou actions avant les votations. Pour moi, citoyen, c'est quand je m'engage par rapport à une cause politique, mais sinon on peut aussi se sentir être citoyen quand on est ensemble.

(F68) : J'aime bien les discussions, les tables rondes, je trouve qu'il y a beaucoup de choses à faire évoluer au sein de la ville, notamment en Suisse romande et à Lausanne.

(F76) : C'est essentiel de participer, aujourd'hui l'attitude envers les seniors a beaucoup changé, je ne me sens pas du tout comme mes grand-mères.

(H74) : Depuis que je suis à la retraite, je suis devenu casanier. Je passe les ¾ de mon temps à lire toutes sortes de choses. Mais l'accès à la ville est important.

(H 74) : Et maintenant, je me dis qu'il y a l'écologie, un thème auquel je n'ai pas été sensible jusqu'à il y a une dizaine d'années. Là, je le suis de plus en plus. Il faudrait peut-être que je redéfinisse ma façon de m'engager en tant que citoyen dans des domaines écologiques, bon, je suis membre d'associations écologiques. Mais peut-être être plus actif dans ce domaine qui prend de plus en plus d'importance... l'écologie est notre société, ce que ça va devenir.

(H67) : D'un côté, on n'est plus dans le monde actif, de l'autre côté on cherche, pas forcément (pour gagner) financièrement, mais pour être dans l'activité de la société.

Ces propos évoquent l'importance pour les seniors de suivre l'actualité politique, de se forger un point de vue en s'informant et en participant à des échanges de vues, et ainsi garder, en dehors du monde du travail, un rôle social. De cette façon « on reste dans le coup » et on sent et renforce une appartenance à la communauté, mais avec *a contrario* le risque de s'isoler si on ne s'implique plus. Ces citations soulignent la place donnée par ces seniors au fait de s'exprimer lors de votations, mais montrent aussi qu'il s'agit là d'un lien avec les autres, et la

cité en particulier. On prépare la votation « chez soi » en s'informant et en discutant, mais cette activité s'étend aussi aux espaces publics de la ville où l'on peut observer, mais aussi participer à la promotion de causes que l'on considère comme importantes.

L'évocation d'une citoyenneté plus « active » et d'une autre plus « passive », dans le propos d'une participante repris ensuite par d'autres, fait ici référence à la différence entre avoir un rôle d'*acteur*, comme celui de donner des cours ou faire du bénévolat, et *participer* en exprimant son avis, comme lors de votations ou de signature de pétitions.

3.1.3 Être citoyen au cours du temps

Dans le deuxième atelier, a également été évoquée la question du « comment » se sentir citoyen, maintenant et au cours de sa vie, tant à la maison qu'à l'extérieur de chez soi (Tableau 25 à 30). Il était demandé aux participants d'imaginer une réponse à cette question « à trois moments différents de leur vie » : comment s'estiment-ils citoyens aujourd'hui, comment s'estimaient-ils citoyens quand ils avaient entre 20 et 40 ans et encore de l'âge de 40 à 65 ans. Il s'est agi forcément d'estimations, avec le regard d'aujourd'hui sur des sentiments de hier, mais les résultats, pour cette raison même, n'en sont pas moins parlants. Il apparaît en effet qu'une très forte majorité se sent entièrement citoyen-ne aujourd'hui, que cela soit à la maison (78%) ou à l'extérieur (70%), tandis que ce sentiment a, d'après leurs souvenirs, été moins affirmé dans le passé, surtout pour la période où ils avaient entre 20 et 40 ans (respectivement 41% et 44%).

Tableau 25 : « Se sentir citoyen » à la maison aujourd'hui

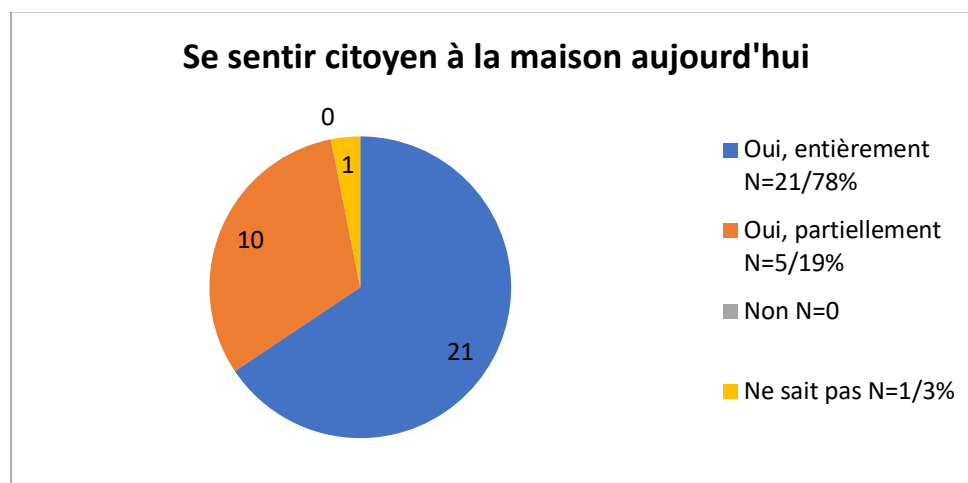


Tableau 26 : « Se sentir citoyen » à la maison de 20 à 40 ans

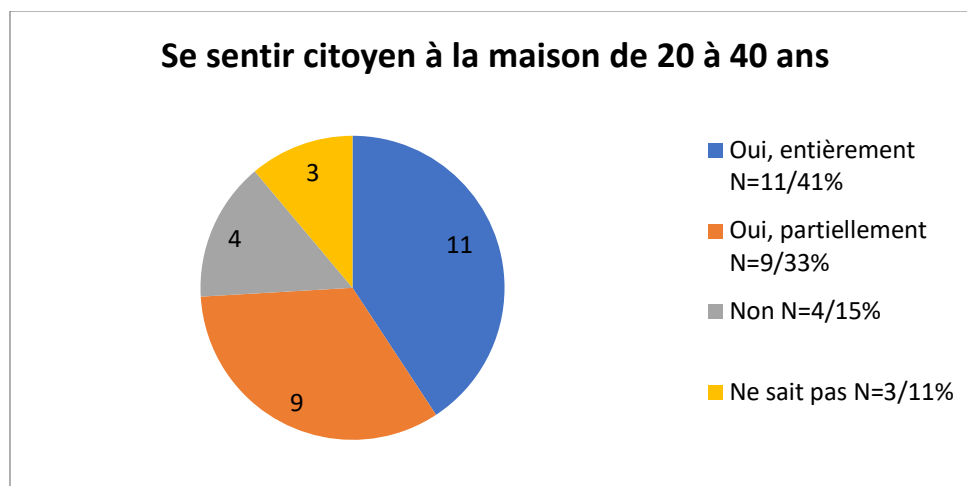


Tableau 27 : « Se sentir citoyen » à la maison de 40 à 65 ans

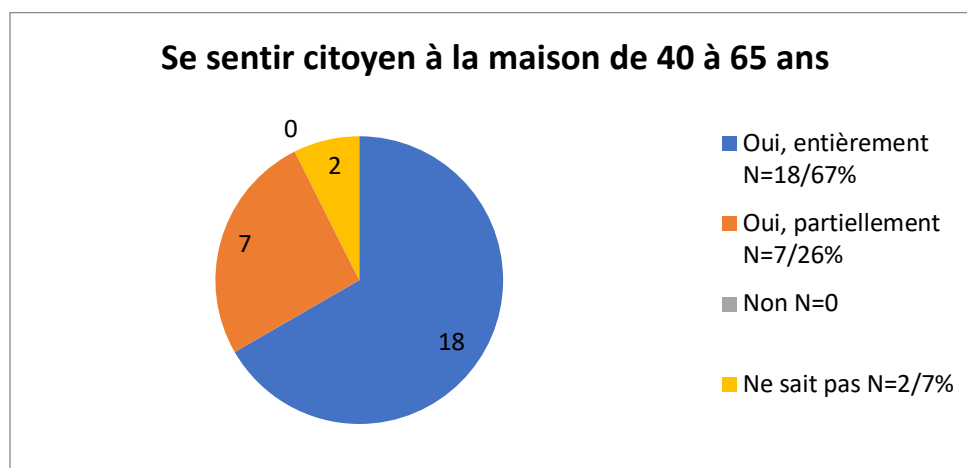


Tableau 28 : « Se sentir citoyen » hors de la maison aujourd'hui

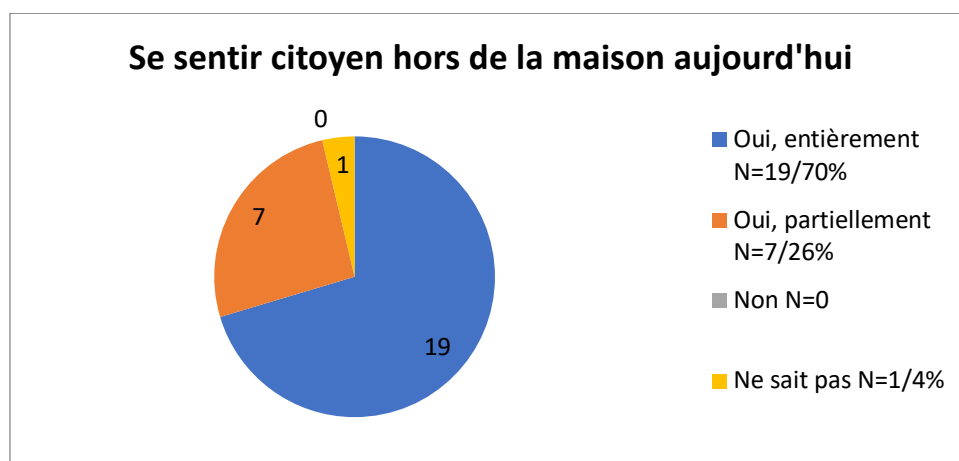


Tableau 29 : « Se sentir citoyen » hors de la maison de 20 à 40 ans

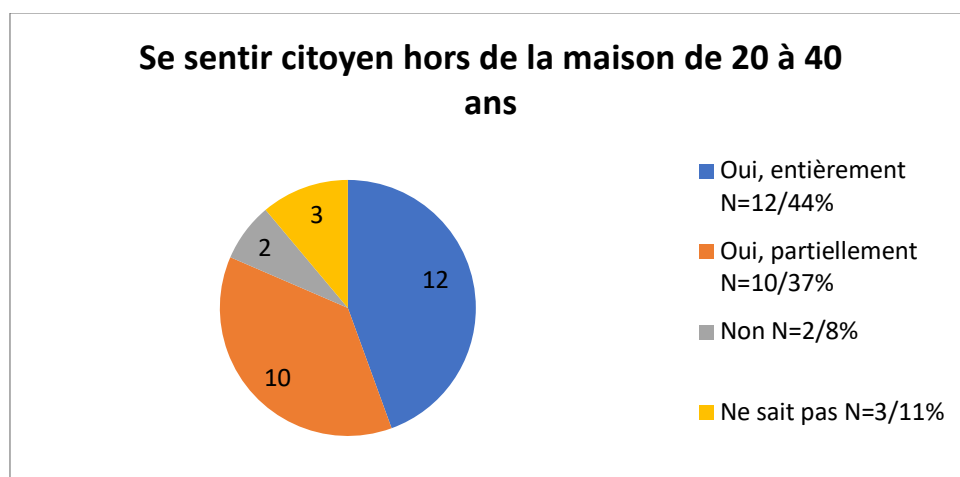
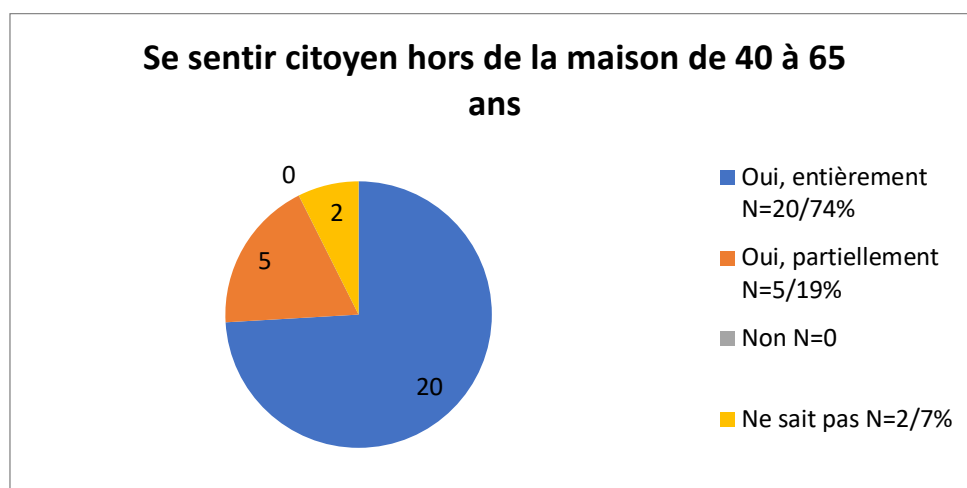


Tableau 30 : « Se sentir citoyen » hors de la maison de 40 à 65 ans



Complétons une nouvelle fois ces données statistiques avec des propos extraits des discussions tenues par les participants aux ateliers :

Être citoyen au cours du temps

(H74) : Voir les choses dans le temps, c'est intéressant. Je dirais que je me sens plus citoyen maintenant qu'avant (la retraite).

(F77) : Peut-être qu'entre 20 et 40 ans, on n'avait pas le temps d'être citoyen.

(F77) : Moi, c'est le contraire, déjà à l'adolescence j'ai commencé à être citoyenne, en famille. Nous sommes une famille nombreuse, il y a eu beaucoup de discussions avec les parents, ils étaient ouverts, aussi sur le monde.

(H73) : Je me rends compte qu'il y a quelque chose qui change avec la retraite, c'est comme si je me réappropriais ma citoyenneté. Jusque-là, j'étais très occupé, avant on ne se posait même pas la question, c'était normal, ça allait de soi d'être citoyen, alors que là, je me dis : « tu appartiens à ce pays, regardes ce qui t'intéresse ».

(H74) : Jusqu'à il y a 2 ans, j'ai été très engagé, alors j'ai estimé qu'il fallait passer la main à d'autres, à partir de 75 ans, je n'ai plus d'engagement, c'est une situation nouvelle, un âge nouveau, mais je continue à être actif.

Notons les différences dans la représentation de soi-même comme citoyen au cours de différentes stades de vie. Dans les discussions d'atelier, il a été question à plusieurs reprises du temps à disposition, que les priorités à un âge plus jeune étaient du côté de la famille et de la carrière, on avait peu de temps pour participer à la vie de la communauté, il y avait des urgences ailleurs. Le rapport à la citoyenneté qui change avec l'âge est un thème de réflexion en soi. Si l'on peut se sentir plus citoyen avec l'âge qui avance, il est d'autant plus important d'en faire profiter la communauté, en trouvant les meilleures manières de mettre en valeur cette implication des seniors (par-delà le fait que les seniors exercent assidûment leur droit de vote).

Cette considération nous semble d'autant plus intéressante qu'elle s'oppose à un point de vue répandu sur les seniors, qui est de les considérer « plutôt en marge, le groupe des vieux ».

On pourrait suggérer que la question est surtout celle d'une bonne articulation entre la citoyenneté (active) des seniors et celle (pressée) des plus jeunes générations.

Mais notons aussi que si nous pouvons dire que *les participants à notre étude* ont leur place de citoyens, la question reste ouverte pour d'autres catégories. Evidemment une telle place est aussi conditionnée par la situation économique, sociale ainsi que de formation et de santé de chacun.

3.2. Mobilité et déplacements

Une partie des discussions, surtout lors du deuxième atelier, portait sur les déplacements depuis son habitation, sur la mobilité à l'extérieur de chez soi. Les tableaux qui suivent donnent une idée relativement claire et complète de la mobilité « ordinaire » des seniors concernés et nous permet quelques considérations à son sujet.

Les tableaux 31 et 32 indiquent les déplacements hebdomadaires moyens en kilomètres estimés par les participants. Il y a une mobilité importante, plus de 50 km par semaine (auto-estimées), pour presque la moitié (48%) des participants. Les participants se distribuent

proportionnellement entre les groupes, ce qui nous permet de supposer que ceux de Lausanne se déplacent autant (voir plus) que les autres (mais moins en voiture, voir les tableaux 35 et 36). Il était également demandé aux participants d'imaginer leur situation dans 10 ans, quand leur âge moyen sera alors plus aux alentours de 80 que de 70 ans. Les participants anticipent (de façon réaliste) une diminution de leur mobilité, lorsqu'elle est forte (de 48% à 19% pour ceux qui font plus de 50 km par semaine), même si les participants l'imaginent (la souhaitent ?) restant importante (entre 10 et 50 km). Encore une fois, elle est proportionnelle entre les participants selon les lieux de résidence. Ceci semble indiquer que la position de l'ensemble des participants est de penser qu'il y aura toujours moyen de s'adapter et de garantir les possibilités de se déplacer où que l'on réside. Ce résultat invite à une réflexion sur la mobilité en envisageant cette question avec le présupposé que même les personnes les plus âgées aiment continuer à se déplacer, que ce soit pour leurs activités ou leurs loisirs. Elles gardent aussi l'intention de rester le plus longtemps possible dans leur habitation, même si elle se situe en dehors des villes. Dans les propos tenus lors des ateliers, les transports publics, en particulier les déplacements en train, étaient fréquemment mentionnés comme manière de garantir à la fois une bonne mobilité et la résidence en habitation privée.

Tableau 31 : Déplacements hebdomadaires moyens en km actuellement (estimation)

	Nombre participants	Pourcentage	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
1-10 KM	2	7%	1		1	
10-50 KM	11	41%	7	2	1	1
+ 50 KM	13	48%	8	1	4	
Ne sais pas	1	4%				1

Tableau 32 : Déplacements hebdomadaires moyens en km dans 10 ans (estimation)

	Nombre participants	Pourcentage	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
1-10 KM	3	11%	2			
10-50 KM	18	67%	11	3	3	1
+ 50 KM	5	19%	3		2	
Ne sais pas	1	3%				1

Tableau 33 : Déplacements hebdomadaires moyens en km d'après le groupe d'âge du participant

	Total	%	Age 64-70	Age 71-75	76+
1-10 KM	2	33%	1		1
10-50 KM	11	42%	3	7	1
+ 50 KM	13	25%	5	4	4
Total	24		9	11	6

Tableau 34 : Nombre de fois en ville (de référence proche) par semaine, selon lieu de résidence

	Moins de 3 fois	Plus de 3 fois
Lausanne et environs (N=16)	40%	60%
Payerne et environs(N=4)	50%	50%
Commune vaudoise A (N=3)	66%	33%
Commune vaudoise M (N=1 + 1 « ne sais pas	50%	
Total participants (N=25)	44%	56%

Le tableau 34 compare la fréquence avec laquelle les seniors se rendent en ville. Il est intéressant de constater que, quel que soit le lieu de résidence, ces déplacements en ville (Lausanne ou Payerne ou encore Morges) sont de mêmes proportion et nombre.

La moitié se rend moins de 3 fois par semaine en ville (au centre-ville), la moitié plus de 3 fois, alors que les villes en question n'offrent pas les mêmes possibilités.

Tableau 35 : Moyen de locomotion privilégié pour se rendre en ville selon lieu de résidence
(sont aussi admises les réponses où le participant donne la 1ère place à 2 moyens de locomotion)

Nombre de participants	A pied	Transports publics	Voiture	Autre (taxi, covoiturage)
Lausanne et environs (N=15) (Total réponses=17)	6 (36%)	7 (41%)	4 (23%)	
Commune vaudoise A (N=3) (Total réponses=4)		2	2	
Payerne et environs (N=6) (Total réponses=7)	1 (14%)	1 (14%)	4 (58%)	1 (14%)
Communes vaudoises M (N=2)	-	1	1	

Le tableau 35 considère les moyens de locomotion pour se rendre à « un espace public fréquenté régulièrement », ce qui veut dire là encore un espace où l'on a une activité ou un engagement réguliers. Il apparaît clairement que la voiture joue un rôle plus important dans le cas des non-Lausannois. Les Lausannois se rendent plus facilement à cet espace public en transports publics – ou même à pied. Il y en a qui ont renoncé ou n'ont pas de voiture, d'autres pour qui le trafic et la difficulté de se parquer sont l'obstacle principal. Le moment de la journée (ou du soir) est aussi un élément important.

Tableau 36 : Moyen de locomotion auquel est consacré le plus de temps pour tous les déplacements hebdomadaires selon lieu de résidence **dans dix ans** (sont aussi admises les réponses où le participant donne la 1ère place à 2 moyens de locomotion / la fiche est remplie à l'atelier de discussion)

	A pied	Transports publics	Voiture	Autre
Lausanne et environs (N=16)	2 (17%)	7(38%)	5(28%)	2(17%)
Commune vaudoise A (total rép = 4)		3	1	
Payerne et environs (N=6)		2 (33%)	3 (50%)	1 (17%)
Commune vaudoise M.		1		

Lors des ateliers, on a donc également demandé aux participants d'anticiper la situation qui sera la leur dans 10 ans pour ce qui est du temps consacré aux déplacements et l'on observe ici peu de changement par rapport à ce qui est indiqué pour le présent. Ce résultat semble indiquer que la position de l'ensemble des participants est celle de penser qu'il n'y aura pas tellement de changements (ou qu'on ne veut pas l'envisager) avec néanmoins une place accordée à l'occasion à d'autres moyens de transports (taxis ordinaires, taxis pour personnes âgées) évoqués lors des discussions d'atelier. Mais, dans l'ensemble, ces données sur la mobilité confirment surtout une propension des seniors, quel que soit leur âge, à se déplacer. C'est indéniablement une façon d'être actif dans le monde et d'avoir des opportunités de contact avec autrui, ce que de tels déplacements (en transports publics) engendrent souvent. Par ailleurs, cela peut renforcer le sentiment « qu'on a sa place », voire qu'on « se sent citoyen » parmi d'autres – que cela soit dans les transports publics ou dans les (queues de) voitures.

De façon topique pour notre recherche, il ne semble pas y avoir de différences surprenantes entre les participants selon leur lieu de résidence, pour ce qui est ici de leur approche à la mobilité.

3.2.1. Commentaires des participants aux ateliers sur la mobilité

Dans les sections qui suivent, nous avons groupé des extraits d'échanges qui ont eu lieu, lors des ateliers, sur différents aspects de la mobilité. Nous les avons ordonnés en six catégories :

Appréciation des transports publics lausannois ;

Les transports publics comme occasion de rencontres ;

La voiture ;

Être et aller en ville : Lausanne ;

Être et aller en ville : Payerne ;

Besoin de nature.

Vu notre échantillon de participants, il est surtout question des transports publics de la région de Lausanne, mais on peut constater que tant Lausanne que Payerne sont des lieux où l'on se rend volontiers et où les espaces publics sont fréquentés et recherchés en tant que lieux pour activités et engagements.

On remarque aussi que les milieux urbains apparaissent clairement comme des occasions de rencontre, de confrontation et d'interrogation pour les seniors, tout en permettant aussi d'affirmer un sentiment d'appartenance à la communauté.

3.2.1.1. Appréciation des transports publics lausannois

(F69) : A Lausanne, j'apprécie les facilités de déplacement, il y a surtout le métro.

(H82) : Je voyage beaucoup avec le métro. Et malgré le peu de places assises, je dois reconnaître que je fais rarement le voyage debout, alors que le métro est plein. Souvent des jeunes femmes, d'ailleurs presque que de jeunes femmes, me cèdent leur place. J'ai un sac en bandoulière et elles me voient tenir debout avec les deux mains exprès attachées en haut, et là quelqu'un me voit et me cède sa place...

(F68) : J'habite depuis 33 ans dans mon environnement actuel qui ne me plaît pas esthétiquement, mais qui est hyper bien situé. Je me suis même débarrassé de mon véhicule. A pied, de la maison, j'ai les bus, les trams, le train, tout est près. J'aime bien avoir des relations rapides avec le centre-ville de Lausanne, mais j'aime aussi le bord du lac, par exemple, la piscine de Bellerive est extraordinaire.

(F64) : Peut-être qu'à Lausanne déjà beaucoup d'efforts sont faits, mais il y a encore des choses à faire pour la couverture des différents quartiers en transports publics. Je crois qu'il il y a déjà des taxis collectifs pour certains quartiers. Je pense aussi aux personnes handicapées, en chaise roulante.

(F67) : A Zurich, les marches des trams sont au niveau du trottoir et on peut passer partout sans emprunter les marches.

(F68) : Depuis les communes limitrophes, il faudrait plus de fréquence pour les bus. Maintenant il y a de grands bus, mais peu fréquents, je trouverais mieux de petits bus, mais plus souvent, tous les cinq ou dix minutes plutôt qu'attendre quinze à vingt minutes.

Ces extraits montrent bien que les seniors utilisant régulièrement les transports publics, à la fois les apprécient et s'interrogent sur des manières de les améliorer. Ils s'en servent de façon régulière et étendue et sont à ce titre concernés par leurs caractéristiques, tout en ayant aussi le temps et le loisir d'en observer les améliorations souhaitables.

3.2.1.2. Les transports publics comme occasion de rencontres

(F77) : Je rencontre des gens dans les bus et dans les trains et cela déclenche des discussions.

(F76) : Ce qui est intéressant, ce sont les gens qu'on voit. Dans le train, l'autre jour, j'ai vu une femme africaine, j'ai commencé à parler, et là j'essaie de la mettre en contact avec quelqu'un.

(F66) : Je prends très souvent le bus, je vois des gens et j'essaye de leur parler, à ceux qui sont à côté de moi. Je raconte souvent ce que j'ai lu, par exemple un article qui disait que le

fait de parler à des gens qu'on ne connaît pas a un effet positif sur le cerveau, ça pousse à penser positivement, ce qui est bon pour la santé.

Ces commentaires nous semblent éloquentes dans la mesure où ils démontrent que le recours aux transports publics n'est pas seulement pratique ou utilitaire, mais aussi l'occasion de rencontre et d'affirmation d'une présence des seniors dans l'espace public des villes. Si le cliché est que les personnes âgées ralentissent le trafic, car il faut faire attention à leurs difficultés de mouvement, plusieurs des seniors dans les ateliers ont évoqué des trajets où ils entrent en contact avec des personnes jusque-là inconnues, et où il y a un réel intérêt réciproque de se connaître et de rendre service. Cette dimension d'échange ne peut que confirmer que l'espace public urbain est une occasion d'affirmer sa citoyenneté aussi pour les seniors.

3.2.1.3. *La voiture*

(H74) : Je me déplace encore beaucoup en voiture. Mais si on pense écologie, je suis en totale contradiction avec ce qu'il faudrait que je fasse. Les grands trajets à Genève, Berne, Fribourg, c'est évident, je prends le train. Mais aller à Lausanne de mon village, parfois j'ai la flemme d'attendre le bus, il y a des bus toutes les 30 minutes.

(H73) : Il me semble qu'à l'avenir, je vais plus rouler en voiture et moins utiliser le train qu'aujourd'hui. Je pense rouler plus en voiture en vieillissant, et puis, plouf, le jour où je n'ai plus le permis, il faudra bien arrêter. Mais quand ma femme sera à la retraite, on aura plus de possibilités pour sortir et aller plus loin, et là la part des transports publics va malheureusement diminuer.

(F70) : J'ai choisi l'appartement pour pouvoir un jour éventuellement me déplacer sans voiture. Mais pour l'instant j'utilise la voiture, j'ai de la peine avec les horaires de train. D'ailleurs, je viens très rarement à Lausanne que je n'ai jamais adopté.

Ces trois commentaires sur le rapport à et l'emploi de la voiture illustrent sa place pour les seniors participants aux ateliers (dont deux, ici, habitent en dehors de ville). L'envie de se déplacer demeure importante et, « tant qu'on peut conduire », les seniors le font, une façon de continuer à sentir « qu'ils sont dans le coup ». Nous avons déjà vu qu'il y a aussi des seniors qui renoncent par choix volontaire à la voiture et pour qui habiter en ville est ce qui permet de le faire. Plusieurs seniors cherchent à prolonger l'époque où ils peuvent utiliser une voiture personnelle, tout en anticipant le jour où ils devront y renoncer. Pour la plupart de ceux qui sont dans ce cas, l'envie est malgré tout de pouvoir continuer à vivre dans leur habitation actuelle, en souhaitant que « d'ici là » des solutions ou améliorations soient trouvées du côté des transports publics.

3.2.1.4. Être et aller en ville : Lausanne

(F64) : J'habite tout à fait au centre-ville (de Lausanne). Moi, je suis citadine, jusqu'au bout, j'aime la ville, j'aime les villes, pour moi, c'est très important. Je ne crois pas que je pourrais vivre ailleurs. Je fais tout à pied, en bus s'il pleut. J'aime aussi la ville parce qu'elle propose beaucoup de choses de grande qualité.

(F72) : C'est important d'être parmi d'autres personnes, de discuter, les rencontres et même les repas en ville, avoir l'impression de participer à la vie de la ville, suivre comment les choses évoluent, comment les commerces changent, se sentir vraiment dans la ville.

(F66) : Je marche beaucoup, mais je vais au centre en métro et bus, faire des courses, rencontrer les gens. Dans les magasins, on trouve tout, c'est important pour moi d'être avec d'autres, même de discuter avec la caissière ou quelqu'un que je rencontre.

(F71) : Le centre-ville est important pour moi à cause des musées, des expos et de la culture. Le bord du lac, le jardin botanique, j'habite tout près.

(H74) : En ville, ce que j'apprécie c'est la vie, le mouvement qui vous saisit, une vraie vie, un village cela serait la tranquillité.

(F77) : J'apprécie la mixité des gens et les commerces, ce que je n'apprécie pas c'est la foule, les groupes de jeunes dont j'ai peur. La vie associative est importante pour discuter avec d'autres personnes, avoir le sentiment de participer à la vie de la ville, c'est surtout faire partie du groupe.

(F67) : J'habite en bas de la ville, j'adore aller au bord du lac, ça me calme et ça me stimule en même temps, c'est fantastique. J'aime beaucoup les parcs à Lausanne en général, mais dans les deux parcs qui sont près de chez moi, je connais tous les arbres. En ville, on est près des transports publics, j'aime bien pouvoir les prendre pour aller où je veux. J'essaie surtout de faire des choses à pied, même si c'est plus difficile avec l'âge.

(F70) : J'habite près de la gare, aller au centre-ville, c'est tout facile. J'ai été longtemps à la campagne, quand je suis venue en ville j'ai vendu ma voiture, elle ne sert à rien. Je n'ai plus envie de faire les grands trajets que je faisais avant. J'habite depuis 17 ans en ville. Je vais à la gym, je me promène au bord du lac, je vois du monde, peut-être que je pourrais en voir plus, mais c'est de moins en moins important pour moi. J'aime suivre des cours, ça m'intéresse beaucoup.

(H74) : J'aime bien le marché au centre de Lausanne, pas régulièrement, mais quand je viens j'ai du plaisir à y aller. C'est un lieu de vie, c'est convivial, j'ai relativement peu d'amis au centre, de temps en temps, je rencontre quelqu'un.

(F64) : Je vais boire mon café dans le café du quartier et je trouve intéressant ne serait-ce que d'écouter les gens dans les bus et les cafés. On entend que les gens ont des intérêts très différents des miens et c'est intéressant.

(H73) : On avait la possibilité d'habiter à la campagne, mais il y a de nombreuses années que nous avons décidé que nous finirions nos jours à Lausanne. J'aime être en ville. Je ne sors pas chaque jour, mais je ne voulais pas prendre la voiture chaque jour pour venir à Lausanne, pour un spectacle ou mes engagements.

(F66) : J'aime la nature, la forêt, me promener avec mes petits-enfants, mais je vais pratiquement tous les jours au centre (de Lausanne). J'aime la foule, j'aime ce brassage de population, même si je ne connais pas les gens. J'ai les yeux grands ouverts, ça me ressource beaucoup, je vais régulièrement boire un petit café avec des connaissances, pas tous les jours. Je suis aussi souvent seule, mais cela ne me dérange pas car je ne suis pas vraiment seule.

(F69) : Il y a beaucoup de villes de dimensions similaires à Lausanne qui sont pauvres en offre culturelle, on a ici une chance inouïe. Le théâtre, les concerts et tout ça.

(F74) : Je ne peux pas dire que je me sens toujours particulièrement citoyenne, mais la ville nous offre beaucoup, je trouve que l'engagement culturel de la ville est important, et c'est très important.

(M74) : J'aime beaucoup la place de la Palud, elle est extraordinaire, magnifique, elle n'a pas la forme d'une place, elle n'a pas d'utilité, mais elle a une appartenance citoyenne.

(F72) : J'aime aller au centre-ville à pied, humer l'atmosphère, voir les changements, ce qui se passe, sa mixité.

(H74) : Je n'ai pas le sentiment d'être largué (avec la retraite). J'avais un métier qui me permet encore de continuer à travailler, j'ai été enseignant, je continue à lire et à écrire, je ne suis pas désœuvré. La cité m'intéresse, je suis d'assez près ce qui se passe en ville.

(F77) : J'apprécie l'ensemble de la ville, ses dimensions. Elle me permet de toujours rencontrer des personnes familières, être tout le temps en contact avec quelque chose qui est agréable, Lausanne c'est idéal.

(F69) : La taille de la ville est agréable, on est vite partout, c'est facile, c'est proche, plus compliqué si on a mal au genou, car ça monte et ça descend !

Ces extraits de propos tenus dans les ateliers montrent à quel point la ville est pour les participants un espace essentiel pour se sentir partie prenante de la communauté. Il s'agit tant des rencontres avec d'autres citoyens que de l'aménagement urbain qui est ressenti comme favorisant cette « reconnaissance de sa propre place » - de pouvoir être citoyen-ne. Lausanne est appréciée par ses caractéristiques propres (lac, cité et nature proches) et par sa dimension qui en font un lieu où même comme senior on se sent bien. Les transports sont toujours proches, la vie culturelle est riche, le senior a sa place comme habitant et comme « consommateur ».

3.2.1.5. Être et aller en ville : Payerne

(F69) : J'aime bien participer à la vie de la ville. En ville [à Payerne], j'aime bien aller chez les petits commerçants. C'est eux qui animent la ville, si les magasins ferment, il n'y a plus de vie, ce ne sont pas les centres commerciaux qui animent une ville. Dans les petits magasins, il y a le contact avec le vendeur. La vendeuse qui refile une recette et puis on discute.

(F80) : Le centre-ville [de Payerne] est important pour moi, voir les gens, mais, vu mes difficultés de déplacement, je ne peux pas y aller seule, je dois toujours avoir quelqu'un qui m'aide.

(H68) : Je suis venu m'installer ici depuis quelques années. On a beaucoup fait pour établir des relations avec les voisins, il faut s'intégrer. Le chœur, la messe, une commission de culture, ça joue bien. Dans la ville où j'habitais avant, j'étais aussi très actif notamment avec des cantines de volontaires et des jardins d'enfants.

(F69) : J'aime la nature, mais j'aime aussi aller à Payerne, c'est une petite ville, mais au bord de la Broye, j'y vais à vélo ou à pied. Il y a de l'animation au centre-ville. Il faudra voir comment faire avec la mobilité dans quelques années.

(F77) : Je vais en ville quand je dois, je vais en voiture car je peux encore conduire. Le jour où je ne pourrai plus conduire, il y a des bus qui font la liaison jusqu'au centre, ou alors si je suis handicapé il y aura des bénévoles.

(F71) : Depuis mon village il y a des autocars, on peut donc facilement venir au centre de Payerne. Je réfléchis actuellement de me séparer de ma voiture. Une difficulté est qu'ils construisent les magasins un peu en dehors du centre et là, sans voiture, on n'a pas accès. Il faut voir si on arrive à trouver du covoiturage. J'aimerais pouvoir garder mon indépendance, ne pas devoir demander chaque fois à une amie si elle peut m'amener en ville. S'il y avait des minibus qui depuis la gare feraient les trajets (à Payerne), je pense qu'on est un grand nombre à vouloir cela. Au centre, c'est tellement bouchonné, c'est un peu ridicule d'avoir besoin d'aller dans ces lieux en voiture.

Ces commentaires permettent de penser que Payerne joue le même rôle que Lausanne pour ses habitants et pour ceux dont c'est la ville de référence. C'est une opportunité de rencontre, un lieu d'engagements et dont les seniors ressentent qu'il faut, pour eux, préserver aussi l'accès lorsque l'âge les forcera à dépendre plus des autres. Concernant l'espace public, pour ceux qui habitent à Payerne, ils le ressentent et le vivent de la même façon que les participants pour qui la ville de référence est Lausanne.

3.2.1.6. Besoin de nature

(H82) : Je vais souvent dans les bois du Jorat, c'est formidable, ce n'est pas loin. C'est un lieu où on rencontre d'autres gens qui aspirent aussi à cette même proximité avec la nature. Cela ne veut pas dire que je n'aime pas la ville, mais j'ai tellement voyagé dans ma vie que ça me fatigue, et j'ai n'ai plus envie d'aller en ville, j'ai n'ai plus de voiture non plus, j'utilise les transports publics, ils sont très bons même si on habite en périphérie.

(H73) : Ce que j'apprécie le plus c'est mon quartier en haut de la ville, et quand je vais au centre-ville je me demande comment les gens peuvent vivre là. Le centre est en train de me devenir étranger, j'aime rester dans mon bled là-haut, c'est la nature que j'apprécie, quand je vois quatre chèvres, je cherche mes jumelles. Mais c'est important d'avoir accès au centre-ville et c'est facile avec le bus ou le métro.

(F71) : Je suis vraiment bien dans la nature, j'ai besoin d'arbres, de forêts, d'animaux, des rencontres splendides quand je me promène avec mon chien. Je vais souvent faire un petit tour au lac de Morat, y voir et sentir les saisons.

Nous mentionnons aussi l'importance que l'accès et la fréquentation de la nature a pour une partie importante des seniors participants aux ateliers. Ce contact est activement recherché, plus facile et plus quotidien pour ceux qui habitent près d'une forêt ou de la campagne, mais apprécié de tous – les jardins et parcs urbains étant un lieu – et espace public – souvent mentionnés aussi par ceux qui habitent au centre des villes. Pour plusieurs participants les

promenades quotidiennes avec leur chien en sont le prétexte. Un équilibre entre contact avec la ville et la nature semble généralement souhaité. Or, si nous évoquons ces moments de nature ici, c'est qu'ils sont souvent aussi des occasions de rencontres et d'échanges avec d'autres promeneurs avec lesquels on partage quelque chose de l'actualité de la ville et, à ce titre aussi, on se sent citoyens.

3.3. Activités dans l'espace public

Les seniors qui ont participé aux ateliers ont tous des engagements à l'extérieur de leur habitation. Il s'agit autant de participation à diverses activités de groupe que de bénévolat. Il était particulièrement frappant, lors des discussions dans les ateliers, de voir comment les participants parlaient volontiers de leurs engagements et estimaient que ceux-ci sont pour eux une occupation « qui va de soi ». Si, notamment dans le cas de bénévolat, le senior a la possibilité de mettre ses compétences à disposition de la communauté, cela lui procure des satisfactions. Par ailleurs, les participants ne mentionnent qu'en passant l'importance de ces activités pour les autres. Avançons alors que pour les seniors ces activités donnent du sens, elles contribuent à donner une structure à leur vie. Il s'agit en même temps d'une opportunité de maintenir ou même d'élargir des compétences qu'on a acquises ou que, dans certains cas, on est en train d'apprendre.

Nous suggérons qu'il s'agit d'un rapport à ces activités en plusieurs points comparable à celui que les seniors ont pu entretenir avec leur activité professionnelle, bien qu'il ne s'agisse généralement plus de la même activité - même si pour certains, comme pour des enseignants, cela peut rester le cas - mais l'approche et le vécu sont du même ordre. Avant la retraite, une fois des compétences ou formations acquises, il fallait trouver à l'employer dans le cadre professionnel, c'est-à-dire y recourir pour exécuter des tâches signifiant un salaire ou un revenu nécessaire pour vivre. Selon sa profession, le futur senior pouvait, en même temps, se dire que son travail bénéficiait directement à la communauté. Mais à la retraite, la raison d'être du travail n'est plus le salaire et, en poursuivant une activité associative et de bénévolat, tout en quittant le monde professionnel, on peut continuer à avoir sa « place », à jouer un rôle social. De ce fait, le senior peut espérer répondre aux questions qu'il se pose à propos du « sens » qu'a son existence, une fois la retraite prise, en lien aussi avec l'idée d'avoir « du plaisir » dans ce qu'il fait désormais. On peut être citoyen à part entière même une fois sorti de l'espace du travail. Bien sûr, la transition est facilitée pour ceux qui ont, dans leur vie « d'avant », pu déjà réaliser avec une certaine liberté d'action et en ayant déjà du plaisir à le faire, des activités pour la réalisation desquelles ils étaient rémunérés. Les autres, placés peut-

être plutôt comme subalternes dans les relations de travail, favoriseront sans doute une transition moins linéaire avec leur ancienne profession et choisiront les activités associatives et bénévoles en rupture plus ou moins radicale avec celle-là.

Si, arrivés à la retraite, certains seniors, parmi ceux qui en ont la possibilité, passent plutôt du côté des consommateurs de services (faire des voyages, s'adonner à des loisirs), nombreux sont ceux, comme c'est manifestement le cas de la plupart des participants à nos ateliers de discussion, qui continuent à s'engager pour fournir des services aux autres. C'est « en faisant » ou en s'engageant de diverses manières pour une cause (réfléchir ensemble, écrire, etc.).

Les activités sont très diverses, mais un dénominateur commun est qu'elles ont conduit ces seniors à faire partie d'associations ou de groupes plus informels. Ceux-ci sont constitués autour d'un domaine d'intérêts qu'il s'agit de promouvoir. Nous avançons que toutes ces activités peuvent être vues dans une continuité et qu'elles n'ont pas de différences flagrantes pour les seniors qui les pratiquent. En somme, il ne s'agit pas uniquement de causes communautaires et humanitaires, mais aussi de ce qu'on peut appeler des activités de loisir, comme les appellent d'ailleurs les seniors eux-mêmes. Or, les voir toutes dans une même continuité d'occupations du senior, ouvre selon nous une nouvelle façon de les saisir et peut-être pour les seniors eux-mêmes une nouvelle perspective sur ces activités.

Revenons d'abord à quelques considérations plus générales sur l'engagement des seniors à partir des données obtenues par les questionnaires. Dans les tableaux qui suivent nous avons comptabilisé le nombre d'engagements pris à l'extérieur de leur habitation par les participants aux ateliers.

Tableau 37 : Activités de groupe à l'extérieur de la maison selon le lieu de résidence

	Total participants	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
1 activité	4	15%	1		3	
Plus d'une activité	19	70%	13	3	1	2
Total	23	85%				
Pas d'activité	4	15%	2		2	

Le tableau 37 indique le nombre d'activités associatives ou de groupe à l'extérieur de la maison auxquelles le participant prend part. Nous pouvons ainsi constater que le 85 % de l'ensemble des participants aux ateliers a de telles activités et que celles-ci sont importantes, surtout à Lausanne, mais aussi présentes sur place à Payerne. En effet, la grande partie de ses activités, surtout celles qui sont des engagements de bénévolat, ont lieu dans la ville la plus proche. Il en va de même pour les participants qui habitent les communes vaudoises pour qui il s'agit de la ville la plus proche.

Tableau 38 : Reçoit rétribution payée de ses activités

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Oui	5	18%	2		2	1
Non	22	82%	14	3	4	1

Le tableau 38 montre le nombre de participants qui reçoit une rétribution payée pour ses engagements à l'extérieur. Nous voyons qu'il s'agit de 18 % de l'ensemble des participants et tous qualifient cette rétribution de gains accessoires (« le but premier n'est pas de gagner de l'argent »). Proportionnellement, cette situation semble plus représentée à Payerne – et peut être mise en parallèle avec les revenus disponibles (voir Tableau 7).

Tableau 39 : Tâches de comité/gestion dans ses activités

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Oui	17	63%	8	3	4	2
Non	9	33%	7		2	
Sans réponse	1	3%	1			

Le tableau 39 permet de voir dans quelle mesure les participants assument également des tâches de comité ou de responsabilité de gestion dans leurs activités. Nous voyons comment ces tâches se distribuent entre les groupes sans différences frappantes.

Tableau 40 : Activité de bénévolat

	Total participant s	Total %	Lausanne et environs	Commune vaudoise A	Payerne et environs	Commune vaudoise M
Oui	18	67%	10	3	3	2
Non	9	33%	6		3	-

Dans le tableau 40 on trouve la participation à l'activité de bénévolat. A Payerne trois participants sur six ont des activités bénévoles, à Lausanne 10 sur 16, et 5 sur 5 dans les communes vaudoises. Le total est ainsi de 67% pour l'ensemble des participants. Signalons qu'à Payerne le bénévolat est pratiqué sur place et que, pour les deux participants des communes vaudoises, c'est à Morges. Pour les autres personnes, le lieu d'exercice est leur commune de résidence ou Lausanne.

Dans l'ensemble, ces tableaux soulignent l'importance de ces activités dans la vie des seniors qui ont participé aux ateliers. Examinons ceci de plus près.

Dans les sections qui suivent, nous séparons le *bénévolat* d'autres activités associatives. L'activité de groupe et/ou associative représente surtout « l'agir ensemble » et trouve dans le groupe une stimulation importante pour la poursuivre. On a du plaisir à la pratiquer, elle permet un contact apprécié avec d'autres personnes et entretient le sentiment d'appartenance à une communauté.

Pour ce qui est du bénévolat, il s'agit plus spécifiquement d'activités où le participant donne régulièrement de son temps pour accomplir des tâches qui soutiennent directement des personnes en situation de besoin, ou alors il s'agit d'engagements plus administratifs, mais toujours avec une visée communautaire.

Pour ce qui est des autres activités de groupe, nous différencions les activités liées au bien-être, celles liées au fait de suivre des cours et, enfin, celles qui consistent en sorties proprement dites. Le dénominateur commun est aussi dans ces cas un intérêt partagé par les membres d'un groupe qui se réunit pour discuter et pratiquer ensemble l'activité en question. Il s'agit ainsi pour les seniors de « loisirs », d'activités qu'on s'offre « pour le plaisir », mais, même dans ces cas, il s'agit de façons de prendre part à la vie de la communauté, si l'on en croit les remarques effectuées à ce sujet par les participants aux ateliers.

3.3.1. Activité de groupe et associative

Parmi les activités de groupe et associatives mentionnées et discutées par les participants aux ateliers, reviennent principalement la participation à un chœur, à des cours de chant, à une activité de soutien d'une cause sociale, culturelle, religieuse, à des réunions de quartier ou autour d'une institution, comme le montrent cette sélection de propos tenus à ce sujet dans les ateliers :

(H73) : Je participe au chœur pour le plaisir que me procure la musique spirituelle. Bon, c'est un peu égoïste, c'est pour soi-même qu'on chante et on apprend, c'est le plaisir d'apprendre, mais aussi le plaisir du concert.

(F77) : Je participe à ce groupe de parole parce que il y a des discussions intéressantes, c'est un groupe amical et les réunions se tiennent près de mon domicile

(F64) : Je chante dans ce petit chœur pour travailler ma voix et le plaisir de chanter ensemble

(F72) : Ma famille est impliquée dans la danse et je soutiens cette association qui aide les jeunes danseurs.

(H68) : J'ai participé au chœur mixte du village avec ma femme pour nous intégrer dans notre nouveau lieu de vie.

(F68) : Je participe à cette activité par intérêt pour le développement de groupes pour aînés dans la commune.

(H66) : Je me charge de l'organisation des voyages pour les seniors, j'ai les compétences pour ça.

(H 80) : J'organise les voyages d'un groupe de retraités, des visites d'entreprise plusieurs fois par année.

(F77) : Je préside une association issue de ma profession, mais les membres ne se renouvellent pas...

(H74) : Je vais régulièrement à des comités, d'une fois à l'autre, c'est assez la même chose. On discute, on prend des décisions. Si j'ai choisi cette cause, c'est que j'y y trouve des satisfactions. Il m'est arrivé de quitter une association parce que cela ne se passait pas très bien, l'avantage de la retraite, c'est qu'on peut partir.

(H80) : Je fais partie de la gym, je suis responsable de la caisse à la gym

(F64) : Depuis quelques années, je fais du chant populaire dans un petit groupe. C'est un cours de chant et la plupart du temps je suis en train d'apprendre et quelquefois nous sommes en scène pour un spectacle ou une aubade. La raison principale de ma participation est le travail de la voix, chanter avec d'autres personnes. Je ne voulais pas d'un chœur où on chante dans les églises, avoir trop de contraintes, là on est 8 par groupe au maximum. J'y vais en général seule, je ramène souvent 2 ou 3 collègues de chant qui habitent sur mon trajet.

Ces propos confirment qu'il s'agit d'activités qui demandent une participation active, voire des tâches d'organisation, mais elles font aussi plaisir au senior participant. Ces activités sont certainement l'occasion d'échanges et de discussions tout en comportant un engagement qui les situe par moments plutôt du côté du bénévolat. Ce constat nous semble d'intérêt, car il

confirme que l'ensemble des activités de groupe est bien dans une continuité. Nous reprendrons cette considération après avoir évoqué le bénévolat.

3.3.2. Activité de bénévolat

Par bénévolat, nous entendons donc les activités où le participant donne régulièrement de son temps et de ses compétences pour soutenir des personnes en situation de demande et de besoin. Pour certains des participants (20 %, voir tableau 40), cette activité est rétribuée, mais modestement, et ne constitue pas la raison principale de l'implication du senior. Une ou deux personnes de l'échantillon estiment que leur activité est une façon de poursuivre leur engagement professionnel, quoique plus modestement, et ceci dans tous les sens du terme. De toute façon, pour tous les participants, il s'agit encore une fois d'une participation à la vie de la communauté.

Nous présentons ici une liste des activités de bénévolat mentionnées par les participants aux ateliers. Beaucoup sont évoquées et décrites plus longuement dans leur journal de bord, et il en sera question plus loin.

Formes de bénévolat

Guide d'accueil en ville de Lausanne

Cours de langue avec une association d'aide, à Lausanne et Payerne

Décoration florale d'églises

Cours de musique avec une association de soutien

Animation de sessions de deuil

Activité dans une association de lutte contre l'illettrisme

Organisation d'ateliers intergénérationnels

Organisation d'école de grands-parents

Cours de soutien scolaire

Cours d'informatique aux seniors

Association d'aide pour distribuer de la nourriture, à Payerne

Chauffeur pour association de taxi handicap

Cours de français pour l'intégration d'étrangers, à Lausanne et Payerne

Catéchisme, à Lausanne et Payerne

Animation d'un groupe de rencontre suisses-immigrés

Animation d'activités pour enfants Réseau d'échanges de savoirs, à Payerne Transports pour la Croix-Rouge Vaud Aide à un groupe d'immigrés, à Lausanne

Cette liste montre que les seniors qui ont participé aux ateliers s'impliquent dans le bénévolat de façons très diverses. En référence à leurs propos dans les ateliers, nous voyons qu'ils le font en fonction de leurs compétences, mais aussi à partir d'opportunités qui se présentent et qu'ils saisissent, car pour eux de tels engagements sont bienvenus pour des contacts avec les autres et parce qu'ils s'y sentent bien. On peut aussi souligner le caractère social de la plupart de ces engagements que l'on pourrait donc qualifier de politiques au sens large, et en tout cas de citoyens, qui renforce dans tous les cas leur aspect de services aux autres et à la communauté.

Nous reprenons ici quelques-uns des propos tenus dans les ateliers au sujet de ces activités, ordonnées selon trois rubriques.

Formes de bénévolat :

(F73) : J'aime bien conduire et me déplacer, je suis chauffeur de taxi bénévole pour transporter les seniors à leurs activités. Mon métier ne me permettait pas de bouger et là je peux conduire toute la journée.

(F77) : Je participe à la distribution de produits alimentaires récupérés et cela me permet de côtoyer des personnes en difficulté.

(H73) : J'ai cette activité de décoration florale de l'église pour participer à la vie de l'église.

(H82) : Je m'occupe d'encadrement de seniors en appartements protégés, car j'ai toujours été intéressé par les problèmes des seniors et de l'habitat.

(H74) : Depuis ma retraite, on est venu me chercher, je suis actif dans la fédération vaudoise de coopération, qui trouve de l'argent public pour financer des projets d'associations membres dans le sud. C'est mon intérêt pour les relations Nord-Sud, qui remonte à quand j'étais étudiant.

(F74) : Je suis dans l'organisation de randonnées. Je le fais depuis longtemps. Depuis la retraite, je le fais plus activement. C'est enrichissant, on prépare, on va connaître une région, on peut transmettre quand on va avec des collègues. On voit les gens s'épanouir là, parce que à la fin de la semaine, ils ont tous changé, donc c'est aussi social. Il y a beaucoup de gens isolés qui viennent et qui se trouvent là le dimanche, quand ils ne savent pas trop que faire. C'est devenu peu à peu une mission. C'est une activité qui nous enrichit, mais aussi pour les gens, on a l'impression qu'ils sont tellement reconnaissants.

(H68) : Tout-à-fait par hasard, on m'a proposé de faire du catéchisme. Je suis croyant, pratiquant, mais je n'avais même pas pensé à cela. Il y avait quelqu'un qui s'en allait. Il y a

beaucoup de dames qui font du catéchisme, mais elles s'occupent des jeunes enfants. On m'a demandé de prendre en charge les plus grands.

(F70) : Je fais des visites en EMS, où il y a des personnes que je vois très régulièrement, même deux fois par semaine. C'est une activité en partie bénévole et elle est en partie rémunérée comme dame de compagnie. Je fais aussi du bénévolat dans une association liée à l'église et puis sa comptabilité.

(H73) : Je suis transporteur à la Croix-Rouge, ceux qui accompagnent telle ou telle personne au théâtre, au spectacle ou accompagnent des jeunes handicapés au Paléo Festival, c'est aussi l'occasion de faire connaissance.

La mise à disposition de leur temps et la volonté d'aider permettent au senior à la fois d'avoir des contacts et de s'impliquer dans des activités d'aide à ceux qui en ont besoin.

Enseignement comme bénévolat :

(F69) : J'ai les compétences pour donner des cours d'appui et j'aime cela. C'est très valorisant, intéressant et riche au niveau du contact.

(F77) : Je donne des cours d'informatique aux seniors ce qui me permet de prolonger mon métier et de rencontrer de nouvelles personnes.

(H73) : J'anime ces sessions sur le deuil pour accompagner les personnes en situation difficile et les aider avec les émotions, ce que je fais maintenant très autrement, grâce à mon âge.

(F69) : Je donne des cours de français aux adultes migrants pour soutenir leur intégration. Je m'engage volontiers aux côtés des plus vulnérables et j'aime aussi le contact avec d'autres cultures.

(F70) : Je continue à donner des cours de musique surtout pour rester active.

(F76) : Je donne des cours de langue car j'ai du plaisir à enseigner. Je gagne aussi de l'argent.

(F71) : Je participe à cette activité pour donner un soutien actif à l'intégration des illettrés et les aider avec le français.

(F77) : Je donne quelques cours au réseau d'échanges. On peut dire que c'est une activité citoyenne, vulgariser le français, pour aider les gens à se faire comprendre, ne serait-ce que pour faire des courses.

(F69) : Ce sont des cours de français langue étrangère que je donne aux adultes. À Payerne, aux migrants. C'est un soutien à l'intégration. C'est des gens qui ont de la volonté, mais qui n'ont pas toujours pu apprendre. Pour moi, c'est aussi un échange culturel, chinois, somalien, syrien. On est une douzaine d'enseignants. Il y a aussi des jeunes qui enseignent, des fois c'est des gymnasiens. On reçoit un tout petit forfait, mais, aux gymnasiens, ça leur fait un peu d'argent. Souvent ces étudiants connaissent une langue, par exemple le portugais, car ils sont des jeunes immigrés de 2^e génération et ça peut aider avec l'enseignement aux adultes. Ça fait un échange aussi entre générations.

L'enseignement est une forme de bénévolat répandue de façon générale et il en est ainsi aussi pour les seniors participants à nos ateliers. La matière dépend des compétences du senior en

question, mais le trait commun de tous ces enseignements est de s'adresser à des personnes qui sont prétextées par l'insuffisance de la compétence en question (savoir le français, se débrouiller avec l'informatique, savoir lire et écrire). Mais on notera aussi que les propos soulignent que cette activité est un apport pour l'enseignant lui-même.

Raisons de faire du bénévolat :

(H73) : C'est vrai qu'avec l'âge venant, j'ai très peur de perdre des contacts, j'ai besoin de voir des gens que je connais, à qui je rends service. Je fais du bénévolat aussi pour cette raison.

(F71) : Je trouve important d'avoir des engagements pour garder des contacts, pour apprendre et, pourquoi pas, pour aider un peu les autres.

(F77) : Je suis très active, j'ai créé plusieurs associations. Ces activités sont aussi des démarches citoyennes, la dernière en date est une association de grands-parents.

(F69) : Je trouve important d'avoir des engagements à l'extérieur, j'ai toujours été indépendante. Dans la famille, on ne doit pas être l'un sur l'autre tout le temps. Mon mari aussi a ses activités, il est aussi à la retraite.

(F64) : Je participe en tant que membre du comité à cette association de soutien aux démunis pour rester en contact avec la réalité sociale.

(F77) : Je suis venu ici (à Payerne) il y a quelques années. Nous avons fait des efforts pour nous intégrer, mais personne n'est venu. Après quelques années, je me suis inscrit au bénévolat et je suis aussi devenu chauffeur. Je participe aussi à distribuer des repas, de la nourriture aux personnes nécessiteuses.

(H74) : Un des défis de la retraite est de retrouver un ancrage social et garder son intérêt à propos du fonctionnement de la société. Au début de ma retraite j'avais participé à un programme de la Faculté de médecine qui s'appelait « Patients simulés ». Il s'agissait d'être patient fictif devant des étudiants en médecine, je n'avais jamais fait de théâtre, je trouvais intéressant de faire cela et de garder ainsi un contact avec des jeunes.

(F70) : Je fais aussi du bénévolat pour être utile.

(F77) : J'organise et je participe à cette activité par intérêt pour les relations entre générations.

(H73) : Je suis à la retraite depuis deux ans et demi. On m'avait dit de refuser toutes les propositions pendant les six premiers mois de retraite, sinon on garde le rythme d'avant pour ce qui est de ses engagements. Aujourd'hui, je suis chauffeur volontaire à la Croix-Rouge, j'ai toujours aimé conduire, je le fais un jour par semaine.

Ces propos sur les raisons de faire du bénévolat montrent que les motivations sont certainement d'aider les autres dans le besoin, mais tout autant une façon de rester actif, rattaché à la communauté. Il est important pour ces seniors de continuer à occuper une place dans l'espace public, d'être en contact avec les autres « à l'extérieur » de chez soi. (Nous reprenons ces considérations plus en détail dans la section 3.3.4).

3.3.3. Les journaux de bord

Nous prolongeons maintenant l'analyse des activités des participants en nous appuyant sur les *journaux de bord* qu'ils ont tenus, pour décrire cette fois ces activités sur une durée de plusieurs mois. Les participants avaient le choix de décrire dans leur journal tant des activités de loisir que d'engagements dans des groupes, des associations ou du bénévolat. Ils devaient le faire par des annotations après des réunions ou événements significatifs.

Pour ce qui est de la distribution des types d'activités relatées dans ces *journaux de bord*, elle est proche de celle de l'ensemble des activités dans lesquelles les participants sont impliqués (voir tableaux 40 et 41). Nous n'avions pas anticipé de nous retrouver ainsi avec des données quantitatives pratiquement superposables entre celles obtenues par les questionnaires de recrutement et celles des journaux de bord. Mais cela renforce bien sûr quelque peu la validité plus générale des considérations qui suivent.

Tableau 41 : Type d'activité dont les participants ont tenu un *journal de bord* (1 ou 2 journaux par participant)

	Nombre participants	Pourcentage
Engagement pour autrui	25	55%
Apprendre	12	27%
Gymnastique, sport	5	11%
« Sortie »	3	7%
Total	45	100%

Résumons quelques caractéristiques de ces *journaux de bord*. Les motivations évoquées par les seniors pour prendre part aux activités reportées dans ces journaux sont multiples :

- participer à une cause ou à une activité qui est valorisée par le senior lui-même ;
- être avec d'autres qui partagent le même intérêt ;
- poursuivre une activité en continuité avec son job, dans des conditions plaisantes ;
- ou, au contraire, pouvoir s'adonner à une activité qui n'était pas envisageable du temps du job ;

- pouvoir (continuer à) exercer ses compétences ;
- par plaisir d'être avec d'autres ;
- se maintenir alerte, au courant ;
- apprendre ;
- être occupé(e).

Notons que, dans les *journaux de bord*, les participants ont (selon leurs préférences personnelles) choisi de décrire des activités très variées, l'intérêt pour la recherche étant de pouvoir ainsi disposer de données qui permettent des comparaisons au sujet d'évaluations par les participants eux-mêmes de leurs diverses activités. En particulier il nous importait de savoir si les participants estimaient que des activités variées leur apportaient des bienfaits différents.

Chaque participant avait la possibilité de tenir son *journal de bord* au sujet de plusieurs de ses activités. Ainsi, on trouve typiquement deux activités décrites par participant et souvent choisies parce que « diverses entre elles » (par exemple : une activité de bénévolat et une de loisir). Comme les tableaux qui suivent l'indiquent, les bienfaits pour les seniors, selon les activités, semblent surtout une affaire de nuances, toutes les activités étant valorisées par les participants en tant que lien avec la communauté. Ces activités prennent place dans l'espace public et, dans un contexte de contacts et dans la mesure du possible, plaisantes dans la relation à autrui.

Les tableaux (de 43 à 46) qui suivent présentent de façon regroupée ces données. Observons d'abord que l'implication des participants dans ces diverses activités est importante quel que soit le lieu de résidence (Tableau 42). En effet, tant à *Lausanne et environs* (87%) qu'à *Payenne et environs* (67%), les participants sont impliqués de façon conséquente dans des activités de groupe et il en est de même pour le bénévolat (*Lausanne et environs* : 62%, *Payenne et environs* : 50%). Les résidents des communes vaudoises le sont encore plus (100%). Sur l'ensemble des participants aux ateliers (N=27), 86% sont impliqués dans des activités de groupe et 67% dans du bénévolat. Dans ce qui suit nous traitons en bloc leur évaluation par les participants eux-mêmes.

Tableau 42 : Implication dans activités de groupe et bénévolat selon lieu de résidence. (Les pourcentages indiquent le nombre de participants impliqués par rapport au total de chaque lieu de résidence).

	Activité de groupe	Bénévolat	Tâches de comité /admin/enseignement
Lausanne et environs (N=16)	14 (87%)	10 (62%)	8 (50%)
Commune vaudoise A (N=3)	3	3	3
Payerne et environs (N=6)	4 (67%)	3 (50%)	4 (67%)
Commune vaudoises M (N=2)	2	2	2
Total participants et ensemble lieux de résidence (N=27)	23 (86%)	18 (67%)	17 (64%)

Vu leur grande diversité et les façons très variées dont les auteurs relatent leurs activités, malgré le canevas commun qui leur avait été distribué, nous n'allons pas restituer ici le contenu des journaux de bord de façon détaillée. Nous nous limitons à l'évaluation par les participants eux-mêmes de leurs activités en réponse à des questions qui figuraient sur la fiche qu'ils avaient reçue.

Tableau 43 : Évaluation de l'activité dont les participants ont tenu un « journal de bord ». Son apport pour eux-mêmes : *Elle me permet d'apprendre* (N= nombre d'activités évaluées selon leur type) :

Type activité :	Oui, beaucoup	Un peu	Non	Je ne sais pas
Engagement pour autrui (N=22)	(6) 28%	(12) 52%	(4) 20%	
Activités associatives (N=3)	(1) 33%	(1) 33%	(1) 33%	
Apprendre (N =12)	(7) 58%	(5) 42%		
Gymnastique, sport (N=5)		(3) 60 %	(1) 20%	(1) 20%
« Sortir » (N=3)	(2) 66,5%	(1) 33,5%		

Tableau 44 : Évaluation de l'activité dont les participants ont tenu un « journal de bord ». Son apport pour eux-mêmes : *Elle me permet d'avoir des contacts* (N= nombre d'activités évaluées selon leur type).

Type activité :	Oui, beaucoup	Un peu	Non	Je ne sais pas
Engagement pour autrui (N=22)	(20) 88%	2		
Activités associatives (N=3)	2	1		
Apprendre (N=12)	(10) 83%	(2) 17%		
Gymnastique, sport (N=5)	(3) 60%	(2) 40%		
« Sortir » (N=3)	(3) 100%			

Tableau 45 : Evaluation de l'activité dont les participants ont tenu un « journal de bord ». Son apport pour eux-mêmes : *Elle me fait plaisir* (N= nombre d'activités évaluées selon leur type).

Type d'activité :	Oui, beaucoup	Un peu	Non	Je ne sais pas
Engagement pour autrui(N=22)	(19) 86%	(3) 14%		
Activités associatives (N=3)	(3) 100%			
Apprendre (N=12)	(10) 83%	(2) 17%		
Gymnastique, sport(N=5)	(3) 60%	(2) 40%		
« Sortir » (N=3)	(3) 100%			

Tableau 46 : Evaluation de l'activité dont les participants ont tenu un « journal de bord ». Son apport pour eux-mêmes : *Elle me permet de me sentir citoyen* (N= nombre d'activités évaluées selon leur type).

Type d'activité :	Oui, beaucoup	Un peu	Non	Je ne sais pas
Engagement pour autrui (N=22)	(20) 91%	(2) 8%		
Activité associative (N=3)	(3) 100%			
Apprendre(N=12)	(9) 75%	(2) 17%	(1) 8%	
Gymnastique, sport(N=5)	(3) 60%	(1) 20%	(1) 20%	
« Sortir » (N=3)	(2) 66,5%	(1) 33,5 %		

Ces tableaux (de 42 à 46) nous amènent à plusieurs constats. Le même senior a plusieurs activités conséquentes dans lesquelles il investit son temps et son énergie. Notons d'abord que les activités qui sont décrites par les seniors se distribuent de la même façon parmi les groupes, quel que soit le lieu de résidence, ce qui confirme que les seniors sont actifs de la même façon quel et où que soit leur habitat (tableau 42).

Ces activités peuvent, par ailleurs, être vues comme un continuum pour ce qui est de leur apport au senior lui-même. En effet, si nous prenons les quatre critères selon lesquels il était demandé aux participants d'évaluer les activités dans lesquelles ils étaient impliqués, nous constatons qu'elles permettent toutes d'apprendre, d'avoir des contacts, de donner, d'avoir du plaisir et permettent de se sentir citoyen, à des degrés divers.

L'activité dans laquelle le senior s'implique : permet d'apprendre (Tableau 43)

Ce sont les catégories d'activité « apprendre » (*sic*) et « sortir » qui figurent ici à la 1^{ère} place. « Suivre des cours » ou « aller au théâtre ou à l'exposition » sont des exemples d'activités où le rôle du participant est en premier lieu « d'être élève ». Dans les activités de type « engagement pour autrui », il s'agit de déployer des compétences, ou de prêter main forte. Même si cela n'exclut pas un apprentissage, il n'est pas dans ces cas au premier plan. En somme, « le plaisir d'apprendre » est de manière générale au premier plan pour les seniors.

L'activité dans laquelle le senior s'implique : permet d'avoir des contacts (Tableau 44)

Nous notons que c'est la caractéristique la plus soulignée pour toutes les catégories d'activités. En effet, l'ensemble des activités met le senior en contact avec d'autres personnes et est à ce titre un apport pour lui-même, un lien fort avec la communauté, ou du moins avec une des communautés d'appartenance du senior. Il y a évidemment aussi une question de personnalité, l'on peut être plus ou moins à chercher activement de tels contacts et la dynamique dans un groupe peut aussi être variable. Mais c'est certainement une caractéristique importante dans la décision de s'impliquer dans une activité. Pour les seniors c'est une affirmation de leur présence dans l'espace public et donc de leur volonté explicite de rester des citoyens impliqués.

L'activité dans laquelle le senior s'implique : se faire plaisir à soi-même (Tableau 45)

Il apparaît clairement que l'ensemble des activités procure du plaisir aux seniors participants et qu'il ne s'agit en général aucunement d'un « devoir » que l'on s'impose, si ce n'est moralement ou politiquement. Cela paraît particulièrement flagrant pour les activités où il est question d'engagement pour autrui, ce qui nous permet encore une fois de souligner que même cette forme d'activité est surtout reconnue pour ce qu'elle apporte au senior lui-même.

L'activité dans laquelle le senior s'implique : permet de se sentir citoyen (Tableau 46)

Les participants aux ateliers ont en grande majorité évalué leurs engagements pour autrui et activités associatives comme des occasions de se sentir citoyen, ce qui est aussi le cas pour d'autres activités. Il s'agit surtout, à notre sens, d'une façon de confirmer que les activités dont il est question dans les journaux de bord contribuent de façon essentielle à alimenter l'appartenance des seniors à une communauté, à être acteurs dans l'espace public.

3.3.4. Bénévolat et citoyenneté

Dans l'ensemble, les différences d'appréciation pour ce qui est de l'apport de ces activités aux seniors eux-mêmes ne diffèrent pas beaucoup d'une catégorie d'activité à l'autre. Nous pouvons dès lors inscrire l'ensemble de ces activités sur un *continuum* en soulignant qu'elles apportent toutes quelque chose d'important aux seniors qui les pratiquent. C'est un élément pour se « sentir citoyen à part entière ».

Le troisième atelier de discussion a aussi été l'occasion de partager nos réflexions sur le bénévolat avec les participants. Une discussion a suivi la première présentation des résultats par les chercheurs lors de cet atelier. Les interventions des participants ont soutenu, prolongé et précisé l'analyse des données considérées jusque-là et ces interventions sont maintenant intégrées dans ce rapport. C'est aussi ici que nous pouvons parler de sociologie participative et même de co-construction de savoirs.

(H74) : Je pense qu'il faut aussi considérer qu'étant à la retraite, nous avons plus de temps, et si nous avons quelques moyens, nous pouvons nous consacrer à des tâches aussi pour les autres. Pendant les années de vie professionnelle, le temps manque, et la priorité est aussi de gagner son pain.

(H67) : Nous sommes très pris par l'individualisme, on le voit partout. À côté de l'entraide, il faut mentionner l'altruisme. C'est un thème que je trouve très important, même s'il n'est pas très valorisé.

(F70) : Je trouve aussi qu'il est important d'aider les autres. Ça nous apporte une satisfaction.

(F74) : Pour moi, on ne se pose pas de question, on fait, c'est comme ça, cela va de soi.

(F76) : Ce que l'on fait, c'est parce que on a envie de le faire.

(F67) : Je continue à faire dans la continuité ce que j'ai fait jusque-là, cela ne me pose pas de question.

(F77) : C'est évident ce que l'on fait. C'est l'évidence même tout ce qu'on dit ici. Je ne trouve pas qu'il y a besoin de faire des travaux de recherche pour cela.

(F73) : Tout ce que je peux dire, c'est que j'aime bien ce que je fais, cela me sort de chez moi (chauffeur de taxi handicap).

(F70) : Je trouve important d'être active, il y a des activités qu'on continue après la retraite.

(F68) : On a plus de temps, même si je dois continuer à gagner quelque chose, c'est aussi parce qu'on a envie de s'impliquer.

(F77) : Pendant longtemps, cela n'a été que pour les petits-enfants. Maintenant, ils sont grands, on a le temps de faire autre chose, aussi ça nous occupe, ça nous fait plaisir.

(F73) : J'ai eu 11 petits enfants sur une longue période, maintenant ils sont tous au moins ados, on continue à avoir envie de faire.

Il apparaît aussi que ces activités apportent, par les obligations qu'elles comportent, une organisation de vie aux seniors.

Il nous semble aussi important d'ajouter qu'il s'agit d'activités qui contribuent objectivement (et de façon conséquente) à la bonne marche de la société et affirment la présence des seniors dans l'espace public.

Les engagements, en particulier les diverses formes de bénévolat et certaines activités associatives, des seniors de cette recherche sont clairement de la coopération, *agir ensemble*, mais aussi soutenir les autres parce que ça correspond à soi-même et affirme l'appartenance à une communauté.

Personne, parmi les participants à l'étude, ne présente ses choix de bénévolat, d'activité associative et même de soutien à la famille ou amis, comme particulièrement exemplaires ou comme un « devoir moral ». C'est plutôt une évidence qui en même temps donne sens à la vie du senior.

Tant dans les *journaux de bord* que dans les ateliers eux-mêmes, il est question des activités de chacun à l'extérieur de la maison. Or, il était frappant de constater comment, au cours des échanges dans les ateliers, cette diversité d'activités suscitait de la curiosité, chacun voulant en savoir plus sur celles de chaque autre. Tous semblaient ressentir, même sans le formuler explicitement, qu'il y avait un dénominateur commun à ces agissements. Chacun éprouvait de la satisfaction dans ses engagements et laissait entendre que cela correspondait à quelque chose qui était un apport pour la personne elle-même, quelque chose qui lui faisait du sens.

Pour le chercheur, et aussi animateur des ateliers, les propos des participants, comme il peut être vérifié aussi par les enregistrements, n'étaient d'aucune façon « vantards », mais correspondaient à un exposé des occupations de chacun à l'extérieur de son habitation. Indéniablement, il y avait une satisfaction à évoquer, mais elle s'accompagnait toujours d'un souci de partage d'expériences et, ensuite, dans le constat partagé que chacun à sa façon non seulement participe, mais contribue à la vie de la communauté.

Pour ce qui est des ateliers eux-mêmes, la grande partie des participants a exprimé son plaisir à avoir pris part aux discussions, d'avoir eu l'occasion d'entendre d'autres seniors sur leurs engagements et de pouvoir ainsi constater qu'ils sont plusieurs à partager cette manière de vivre leur condition de retraités. Agir et s'engager parce que cela apporte à la personne elle-même, que cela « vient naturellement » tout en pouvant aussi constater que, mises bout à bout, ces activités constituent aussi un apport non négligeable à la communauté tout entière.

Nous pouvons dire que les bénévoles de nos ateliers ont du plaisir à participer à un projet au sein d'une communauté collaborative, sans dirigeant et sans nécessairement se connaître, mais qui est là par des initiatives individuelles, une forme d'*entraide* pour la cause citoyenne. Chacun agit à l'intérieur d'une association ou un groupe dédié, de son choix. Rappelons que le concept d'*entraide* est historiquement théorisé et promu en 1905 par l'anarchiste Pierre Kropotkine selon qui l'homme est « naturellement » porté, pour sa propre survie et celle de

son groupe, à aider l'autre. Il parle précisément d'aide mutuelle, d'*entr'aide* devenu aujourd'hui *entraide*.

Un regard plus critique sur ces activités de bénévolat pourrait être tenté de les limiter à de la bienfaisance ou de la philanthropie : ceux qui s'impliquent dans des activités de bénévolat le font pour venir en aide aux nécessiteux, sans pour autant renoncer à leur propre condition privilégiée et sous une forme qui maintient ou renforce l'ordre existant. L'esprit de la démarche est alors qualifié de *paternaliste* – il s'agit bien de s'occuper des autres, pour qu'ils aient un peu plus, mais sans pour autant chercher à changer fondamentalement leur condition, notamment en les rendant plus conscients du rôle que tout un chacun possède par le fait qu'il est citoyen, c'est-à-dire à favoriser toujours son autonomie. Certes, toute démarche bénévole ne vise pas à conscientiser a priori la personne aidée de sa situation. Quoi qu'il en soit des intentions plus personnelles de chacun, les données de nos ateliers de discussion permettent de souligner la dimension généreuse et spontanée des activités de bénévolat - agir pour la communauté, notamment parce que cela fait du bien à celui ou à celle qui agit.

Il n'est d'ailleurs pas exclu que de telles activités de la part de seniors bien portants puissent aussi faciliter une prise de conscience, ou du moins une implication personnelle des personnes aidées. Un pas dans cette direction, dans la mesure où l'on souhaite la promouvoir, pourrait alors être une visée d'élargissement de la base de seniors participants à des ateliers de discussion. En somme, que les ateliers de discussion permettent à un plus grand nombre de seniors et de conditions, cette fois, très diverses, de réfléchir et d'agir ensemble pour des causes qu'ils considèrent comme importantes en tant que citoyens.

3.3.5 Bénévolat et genre

Que pouvons-nous dire du bénévolat, si nous formulons l'hypothèse d'une distinction genrée entre la pratique des femmes de celui des hommes ?

Le tableau 47 montre que la répartition de l'activité de bénévolat se distribue également entre hommes et femmes, compte tenu du fait que l'ensemble des participants comporte deux tiers de femmes et un tiers d'hommes : la moitié des participants des deux sexes pratique du bénévolat. Ce constat nous permet de ne pas attribuer à cette variable une place explicative particulière dans nos analyses¹⁰ :

¹⁰ Rappelons aussi que le bénévolat, dans l'ensemble de notre échantillon, est pratiqué par 67% des participants (voir tableau 40).

Tableau 47 : Exercer oui/non une activité de bénévolat, selon le sexe du participant (N=27)

	Oui	Non
Femmes (N=18)	12 (66%)	6 (33%)
Hommes (N=9)	6 (66%)	3 (33%)

Cependant le tableau 48 force à ajouter quelques considérations sur *le genre de l'activité* de bénévolat. En effet, il apparaît que parmi les femmes, une forte majorité (81%) de celles qui vivent *seules* pratique le bénévolat, tandis que pour celles qui vivent en couple, la moitié seulement (50%) est impliquée. L'on pourra supposer que les femmes en couple ont moins de disponibilité ou peut-être moins d'intérêt pour le bénévolat. Le bénévolat étant en toute circonstance un contact avec autrui dans l'espace public, il peut aussi être suggéré que ce contact est plus recherché par celles qui vivent seules. Malheureusement, notre échantillon ne nous permet pas de pondérer de telles considérations avec des données correspondantes sur les hommes, l'échantillon n'en comportant aucun qui vive seul. Cependant, le fait que tant les hommes (66%) que les femmes (50%) vivant en couple pratiquent le bénévolat de façon conséquente nous amène à estimer (avec précaution) que la variable *vivre seul ou en couple* ne semble pas être déterminante pour l'implication dans une activité de bénévolat. Il nous semble ainsi justifié d'émettre des considérations sur le bénévolat pour l'ensemble de ceux qui le pratiquent.

Tableau 48 : Exercice de bénévolat selon sexe et vie en couple ou seul(e) (N=26)¹¹

	Oui	Non
Femme seule (N=11)	9 (81%)	2 (18%)
Femme en couple (N=6)	3 (50%)	3 (50%)
Homme seul (N=0)	-	-
Homme en couple (N=9)	6 (66%)	3 (33%)

¹¹ Une personne qui ne vivrait ni *seule*, ni *en couple*, ne figure pas dans le tableau

3.4. Activités dans l'espace public : Entretien physique, « sorties » et « amicales », fréquentation de cours

Nous avons noté que la vie des participants aux ateliers est très active à l'extérieur de leur habitation. Nous groupons dans cette partie du rapport les activités qui se réfèrent en premier lieu aux opportunités offertes au senior pour nourrir ses propres intérêts (son corps, son envie d'apprendre et de partage de moments d'émotion, assister à des spectacles par exemple, et d'amitié). Même si ces activités se déroulent dans les espaces publics, elles ne sont pas considérées comme des moments propices à la fabrication d'une citoyenneté des seniors, au même titre que les activités associatives et de bénévolat dont il vient d'être question. Le senior dit lui-même qu'il ou elle se retrouve tantôt *plus à donner* aux autres, tantôt *plus à prendre* pour elle ou lui-même, même si, dans tous les cas, il s'agit de prendre part et de partager.

L'entretien physique par la marche, mais aussi par la gymnastique et le sport (vélo, natation, ski), font partie des activités pratiquées par les seniors à l'extérieur de l'habitation. C'est une forme d'investissement de l'espace public, pris à nouveau dans son acceptation la plus large et « politique », et, lorsque l'activité est organisée (cours de gym, sport de groupe ou d'équipe), la pratique régulière structure aussi l'organisation du temps, la vie même, du senior.

La ville proche est un lieu important pour ces activités, mais il en est de même des espaces publics proches de l'habitation où qu'ils soient, notamment pour les promenades – et certaines activités de groupe. Il peut aussi s'agir de moments de socialité avec des voisins ou des connaissances (voir ci-dessous par 3.4.1).

Suivre des cours est aussi une envie et un plaisir pour beaucoup de seniors : cultiver son intérêt pour un thème particulier, alimenter sa curiosité, « le plaisir d'apprendre », en savoir plus et partager ces moments avec d'autres. Une fois à la retraite, les participants soulignent qu'ils peuvent consacrer plus de temps à de telles activités (voir par ex. 3.4.2.).

Plusieurs seniors ont plaisir à « aller au spectacle », concerts, théâtre, performances, manifestations sportives qu'ils fréquentent volontiers aussi avec des amis, avec lesquels il est agréable de pouvoir partager ses impressions – et parler d'autres choses aussi. Les choix sont évidemment faits aussi en fonction des possibilités économiques de chacun. Une autre forme de rencontre et de partage est l'appartenance à une « amicale », des amis d'une phase de sa vie avec qui on plaisir à se retrouver occasionnellement pour un repas ou une sortie, ce qui peut évidemment aussi avoir lieu simplement entre amis d'aujourd'hui ainsi qu'avec la famille.

Notons, pour ces activités aussi, même si la *grande ville* (Lausanne) offre plus d'opportunités par rapport à la *petite ville* (Payerne), cela ne change pas le rapport à de telles sorties, sauf pour certains spectacles que la *grande ville* est seule à offrir.

En somme, l'intensité de la citoyenneté de chacun varie selon les circonstances. Mais dans tout investissement individuel ou collectif dans l'espace public, il en est question, ne serait-ce qu'en participant à un certain type d'activités, comme il a été aussi dit aux ateliers, « *on permet aussi à beaucoup d'institutions et d'organisations d'exister* ». Un théâtre, un groupe de gym ou un restaurant ont tous, pour exister, besoin d'avoir un public et les seniors y occupent leur place.

3.4.1. Gymnastique, activité sportive ou qui favorise le bien-être

Pour les seniors, la motivation principale de leurs activités sportives est de se maintenir en forme physique, quelque fois aussi pour répondre à des exigences médicales. Pratiquer une activité physique aide de toute façon à prévenir des complications de santé. Mais l'aspect social, faire partie du groupe, est fréquemment un moteur pour commencer et surtout pour poursuivre l'activité en question, comme par exemple la gymnastique (fitness) ou le vélo. Promener son chien entretient également la forme et est facilement aussi une activité sociale. Il est en effet fréquent pour ceux qui le pratiquent d'avoir des échanges, soit sur les chiens, soit sur la vie plus généralement avec d'autres personnes croisées lors des promenades. Les seniors reconnaissent la dimension « *lien avec les autres* » de ces activités et considèrent qu'elles contribuent aussi au fait de se sentir citoyen.

Voici une liste d'associations liées aux activités sportives ou pour le bien-être mentionnées et pratiquées par les participants aux ateliers :

Groupe de gymnastique des seniors
Club de vélo
Fitness
Club de randonnée
Cours de Nordic Walking
Cours d'aquagym
Groupe de Tai Chi gym
Club de yoga
Volleyball pour seniors
Club de billard

Et voici quelques extraits des propos tenus par les participants aux ateliers et qui illustrent leur approche de ces activités :

(F67) : Je participe à ce groupe de Tai Chi pour les seniors pour mon bien-être et pour la sociabilité.

(F66) : Je participe au groupe de gymnastique des seniors pour avoir une pratique d'exercice physiques et du sport.

(H73) : Je fais du vélo soit en individuel, soit avec le club - c'est plutôt pour me faire du bien et rencontrer des copains et copines.

(F67) : Mon activité, ce sont mes promenades avec mon chien. La beauté des lieux et chaque fois je fais des rencontres, soit avec des gens que je connais déjà, soit avec de nouvelles personnes. Elles peuvent être très intéressantes, des conversations, notamment par rapport à la citoyenneté avec une dame que je ne connaissais pas.

(F64) : Je vais aussi à un cours de gymnastique, mais là je n'ai pas l'impression d'être citoyenne.

(F66) : Je suis inscrite à un cours d'introduction au billard français que j'aime beaucoup, je suis la seule dame.

(F67) : Les promenades avec mon chien sont une activité physique, mais aussi de contact avec la nature et les gens.

La liste d'organisations promouvant la condition physique, ainsi que les propos des participants aux ateliers ne couvrent certes pas l'ensemble des activités sportives des seniors, mais donnent un aperçu de leur variété. Même si plusieurs participants considèrent qu'il s'agit ici d'engagements qui sont moins citoyens que d'autres, ils soulignent qu'ils favorisent le sentiment d'appartenance à la communauté, faire partie d'un groupe.

3.4.2. « Sorties » et « amicales »

Il s'agit ici tant d'excursions que de fréquentation de spectacles – manifestations sportives, concerts ou théâtre. Là encore ce sont généralement des occasions de rencontre avec des amis ou avec d'autres participants au même événement et qui deviennent facilement des moments de discussion.

Des groupes d'anciens étudiants ou collègues, que certains fréquentent avec régularité, même si les réunions sont espacées, sont aussi l'occasion de partage et d'échanges que nous avons regroupés dans cette même catégorie. Sortir au restaurant fait aussi partie des activités de cette catégorie.

Voici une liste des « amicales » mentionnées par les participants aux ateliers :

Association amicale des infirmières
Club des aînés
Anciens éclaireurs
Club de service féminin
Groupe de contemporains
Amicale des seniors de parti politique
Théâtre des Terreaux, discussions
Excursions d'Arts visuels Vaud (AVV)
Association Tavolata, repas de midi ensemble, participante
Pro Senectute « Petites fugues », participante
Abonnement théâtre et concerts

Et aussi quelques propos tenus dans les ateliers :

(H73) : Je vais au spectacle du Théâtre des Terreaux comme spectateur, mais aussi pour participer aux débats qui suivent les pièces.

(F71) : Je participe aux excursions de Pro Senectute pour rencontrer des gens.

(F71) : Je participe à ce groupe qui organise et prépare des repas de midi pour le plaisir de partager un repas et d'échanger.

(H67) : Il y a des activités où je vais, où on se trouve plutôt entre anciens, c'est vrai, une section « plus de 60 ans » de mon parti politique. J'y vais, et j'ai un très grand plaisir à y aller, des vieux camarades qui ont bourlingué et on traite de sujets d'actualité et c'est intéressant, en plus on apprend encore un tas de choses... Là, je me retrouve et il n'y a pas de remise en question, on prend des nouvelles les uns des autres, la vie évolue comme ça, mais où est-ce que on est citoyen là-dedans ?

(F74) : Je participe à cette activité par intérêt pour l'histoire, l'architecture, le contact avec les autres collègues.

(F74) : Je suis guide bénévole, mais on se voit aussi entre guides. Là, c'est vraiment un épanouissement. On a des intérêts différents, mais on se retrouve. On a des échanges, on a par exemple organisé une production théâtrale le soir, c'est notre plaisir.

Il s'agit ici d'activités dont l'aspect de loisir est clairement prépondérant. On a du plaisir à être ensemble, à évoquer des souvenirs comme à partager de nouvelles découvertes. Les lieux sont très variés en fonction des activités et des réunions, mais investissent l'espace public au sens large et permettent aux participants d'y affirmer leur place et appartenance.

3.4.3. Fréquentation de cours

Les discussions d'atelier ont mis en évidence le désir et l'intérêt pour continuer à apprendre des participants. Il a souvent été mentionné qu'à la retraite « on a finalement du temps » et que cela devient l'occasion d'en savoir plus sur des sujets pour lesquels la personne a un intérêt de longue date ou alors qu'elle désire connaître « maintenant que c'est possible ». Les cours sont aussi généralement l'occasion de connaître de nouvelles personnes, ce qui est aussi un aspect important de cette activité.

Parmi les cours suivis par les seniors participants aux ateliers ont été mentionnés :

Cours et conférences de Connaissance 3

Cours du Mouvement des aînés

Cours de l'Université populaire

Cours de Pro Senectute

Cours Migros

Conférences sur l'opéra et les concerts

Rappelons ici que nous avons opté pour considérer la participation à un chœur ou à des cours de chant collectif, auxquels sont par ailleurs inscrits un nombre important de seniors, plutôt comme activité associative (voir par 3.3.1). Dans un chœur, on est certes élèves, mais le but est aussi celui d'une prestation, de donner des concerts publics. Néanmoins cette activité de chant partage de nombreuses caractéristiques avec la fréquentation d'autres cours.

En général, pour les participants, les cours sont des moments d'apprentissage, de plaisir et de stimulation pour approfondir des intérêts qu'on souhaite cultiver. Un propos d'une senior participante de nos ateliers le résume ainsi :

(F72) : J'assiste aux conférences de C3, dans l'ensemble ce sont des intervenants de grande qualité. Là, il y a eu une série sur les émotions, l'aspect psychologique, ensuite religieux, artistique et politique, intéressant. Un cours aussi sur les populismes, ce n'était pas triste. Avec ces cours, j'ai l'impression de pouvoir m'intéresser à tout ce dont il est question.

Notons que l'ensemble des cours qui ont été mentionnés dans les ateliers s'adresse spécifiquement à un public de seniors – à Lausanne, mais certains aussi à Payerne. Le contenu des cours attire à ce titre, mais le simple fait de savoir que les autres participants aux cours seront aussi des seniors est aussi une raison du choix de tels cours. On sait qu'il sera possible, et plus facile qu'ailleurs, d'y avoir des échanges et de faire des rencontres, à la pause

ou autour d'un café. Ce partage est d'ailleurs reconnu par les participants comme un moment de citoyenneté.

Si le choix de certains sujets de cours est dicté par l'envie d'en savoir plus – cours d'histoire, de culture, de mœurs et civilisation – d'autres permettent d'apprendre ou d'entretenir des capacités plus pratiques voire techniques, comme l'ordinateur, la cuisine – ou encore le chant.

3.5. Espaces publics : doléances et demandes des seniors

Les discussions dans les ateliers ont aussi amené les seniors à exprimer leurs doléances, ce qu'ils trouvent pénible et difficile en ville et dans la société en général. Soulignons que les participants aux ateliers étaient tous (à une seule exception) en mesure de se déplacer de façon autonome, à pied, en voiture ou avec des transports publics et cette autonomie s'étendait également aux autres capacités demandées à un citoyen. Ajoutons aussi que les doléances ont été contrebalancées par ce que les seniors apprécient dans la vie urbaine, tant à Lausanne qu'à Payerne, et notamment en termes de services, produits, rencontres et opportunités d'activités.

Dans l'encadré, on ne trouve que les remarques qui soulignent la recherche et, en même temps, la difficulté pour le senior de trouver sa place dans la vie urbaine. Il s'agit là de constats et remarques qui sont d'intérêt direct pour le thème de notre recherche, seniors et citoyens, alors que d'autres doléances relatives à la propreté, à la dégradation des espaces publics, au bruit, aux horaires, etc. ont aussi été exprimées. Cependant elles ne peuvent pas être considérées comme propres à un groupe d'âge et nous ne les mentionnons donc pas autrement.

3.5.1. Doléances concernant la place du senior en ville

(H74) : Se trouver coupé des jeunes, c'est un problème. Bon, il y a les enfants, les petits-enfants, mais pour le côté citoyen, il est important de garder le contact avec les différentes couches d'âge de la société. Comment favoriser les contacts ?

(F68) : « L'âgisme », c'est le terme pour dire qu'on met les seniors dans une catégorie à eux. Or, comme on peut être raciste on peut être âgiste, et je le sens souvent. Par exemple, je vais remplir un formulaire à la poste et on me parle comme si je ne comprenais pas, comme si j'étais un enfant, on m'assiste trop, le préjugé est là, avant qu'ils aient eu réellement à faire avec la personne. Ils voient les cheveux blancs, ils se disent que je ne comprends rien.

(F71) : Je me dis qu'à certains moments les règles pour exercer certaines tâches sont trop rigides. Par exemple, à 63 ans, voire déjà à 61 ans, on ne peut plus exercer certaines tâches comme formatrice à l'aide avec des chiens pour aveugles, alors qu'il faudrait d'après moi voir

ça au cas par cas (*si on a la possibilité, la compétence et l'envie de collaborer*). Dans le temps, on regardait qui était capable de faire quelle chose.

(F71) : Si on n'a pas de téléphone mobile, il y a des choses auxquelles on n'a plus accès. J'estime que c'est un choix d'avoir ou de ne pas avoir le téléphone mobile, un choix à respecter. Ainsi par exemple avec la banque. Cela m'a amené à résilier un certain nombre de choses. On veut m'obliger à aller dans quelque chose où je ne veux pas aller. Ce n'est pas une question de ne pas savoir le faire, c'est une question de ne pas vouloir. Aux autres de respecter mon point de vue.

(H67)) : Il y a les deux sens de la politique, votations et mener les affaires de la ville. L'origine du mot citoyen, c'est la cité, je pense qu'on peut toujours rester dans la cité, avec l'âge, mais des fois on a l'impression qu'on nous écoute moins qu'il y a 15 ou 20 ans en arrière.

(F69) : Avec internet, on me dit « vous n'avez qu'à remplir ce truc sur l'écran », mais je dis que je n'y suis pas arrivé. Qu'on trouve le moyen d'expliquer, même si on n'est pas féru d'informatique.

(H82) : La ville peut être agressive pour les personnes âgées. Juste un petit exemple. Beaucoup de femmes viennent avec leurs enfants dans les bus ou le métro, les font s'asseoir et si vous avez le malheur de demander à un petit gamin de céder sa place à la dame âgée qui se tient péniblement debout, vous avez le père qui vous saute dessus.

(F67) : Lausanne est difficile pour les gens à pied qui vieillissent. Je suis tout le temps à pied, mais ce n'est pas facile. Il faudrait faciliter la circulation pour les piétons, mieux renseigner. Ce n'est pas évident, par exemple à Lausanne, de monter de la rue Centrale jusqu'à la place Saint-François, si on ne connaît pas l'escalator des portes Saint-François.

Ces remarques illustrent à la fois des difficultés pour avoir sa place dans la cité et le désir de se sentir intégrés. Comme senior, il y a des situations où l'âge, en avançant, est discriminant, alors que, telle qu'il a pu être appréhendé dans le passé, l'âge devrait être synonyme d'expérience, une expérience certes à partager et non à imposer, mais exprimant ce que le ou la senior cherche à être et à affirmer comme un(e) citoyen(ne) parmi d'autres.

Dans le paragraphe qui suit, nous mettons ces considérations en regard avec l'aspiration des seniors à pouvoir débattre de leur place comme citoyens et de leur désir d'affirmer cette place, depuis chez eux comme du cœur de l'espace public de la cité.

3.5.2. Affirmer sa place comme senior, à partir des thèmes à débattre

(H82) : Je me bats, car beaucoup de décisions pour les personnes de notre âge sont prises par des intellectuels de 35 à 40 ans. Ils décident ce qui est bon pour nous : notre nourriture, notre habitat, nos moyens de transport et cela m'énerve.

(F80) : Je trouve que les seniors devraient davantage réagir. Carrément s'imposer dans différents secteurs. Pour dire qu'on est là et qu'on a le droit de dire notre opinion, alors que je trouve que beaucoup abandonnent et se retirent. Il n'y a plus que la famille.

(H82) : Je constate que c'est très difficile en tant qu'ainé de se faire entendre, et ceci même dans les associations d'ainés, on a des difficultés à avoir l'avis des aînés. J'ai assisté à un

passionnant séminaire sur « l'exclusion jusqu'à l'auto-exclusion ». C'est l'exclusion par l'âge ou par la mobilité qui est un danger si on veut vieillir sainement.

(F69) : J'ai déjà passé les deux tiers de ma vie, c'est aux jeunes de se secouer, mais je ne sais pas comment ils voient les choses. Je me pose des questions sur l'impact qu'on peut avoir. J'ai plutôt l'impression qu'on subit.

(F71) : Aux Etats-Unis, il y a les panthères grises, ils sont vraiment très actifs et sont des personnes âgées.

(H73) : J'aimerais bien qu'il existe une sorte de forum, et peut-être qu'il existe et je ne le connais pas, où on pourrait déposer un peu nos idées, parce qu'il y a plein de choses où j'aimerais que quelque chose se fasse.

(F68) : Je vous remercie pour ces moments de rencontre, ça me fait du bien de pouvoir échanger sur ces problèmes, liés à l'âge, de voir en face et de les relayer après aux responsables.

(F69) : Je trouve très intéressant d'avoir l'opportunité de pouvoir partager avec d'autres sur des sujets qui a priori ne me traversent pas forcément l'esprit. Je n'y réfléchis pas tous les jours, mais avoir des lieux où on peut un peu partager, c'est toujours intéressant.

(H73) : La prise de conscience que j'ai faite à propos de la citoyenneté, après le 1^{er} atelier... Jusque-là, je ne savais pas que j'étais autant citoyen, curieusement.

(F71) : Je pense qu'il faudrait avoir la place pour poser des questions. J'écris des lettres de lecteurs aux journaux en posant des questions, juste pour éveiller l'intérêt de la société et dire qu'on ne peut pas faire n'importe quoi sans qu'il y ait des réactions. Beaucoup de gens font le poing dans la poche et cela ne fait pas avancer les choses.

(F67) : On est souvent interpellé par rapport à notre citoyenneté, alors comment s'exprimer, comment intervenir ?

(F67) : J'aimerais bien trouver un espace où on puisse exprimer ce qu'on aimerait faire évoluer dans la ville. Par exemple, chaque fois que je cherche un numéro de rue, j'ai beaucoup de peine à trouver ce numéro. Même à pied, il faut tourner autour des bâtiments, pour le voir. Aujourd'hui, avec tous les bâtiments qu'il y a, il faudrait améliorer la numérotation. Avant, les seniors n'avaient pas assez de confiance en eux pour parler de choses comme ça. Ils restaient en retrait, surtout les femmes. Mais aujourd'hui c'est différent, surtout pour les femmes, qui doivent affirmer leur place dans la société.

(F64) : Je pense que la mobilité est une chose dont on devrait beaucoup plus discuter et arriver à des résultats. C'est l'accès à l'extérieur, pour ne pas être cloîtré. Il me semble qu'il faudrait peu de choses, souvent les trajets ne sont pas très longs, créer des réseaux sociaux dans les quartiers pour aider les personnes qui en ont besoin pour de petits déplacements.

(F71) : J'ai trouvé intéressant de répondre à la question de comment on va être dans 10 ans. On ne peut pas s'empêcher d'imaginer un autre état physique, on empire ou alors on exagère dans l'autre sens. De toute façon, avec l'âge, c'est plus difficile de se mettre en route !

(H73) : Celui qui a un handicap donne aussi l'occasion aux jeunes, de 30, 40, 50 ans, de prouver qu'ils sont pleinement citoyens, au sens des services qu'ils peuvent rendre.

(H74) : Je trouve qu'il y a peu de formation sur le problème du vieillissement. Alors qu'on dit que nous sommes une société vieillissante, il y a peu de cours qui abordent ce problème, le vieillissement personnel et social.

(F68) : On pourrait parler du thème de la colocation des seniors, avec encore d'autres colocataires, pour éviter l'isolement et la mise en EMS.

Il s'agit ici d'exemples de thèmes évoqués dans les discussions d'atelier, mais dont une bonne partie pourrait certainement faire l'objet de réflexions approfondies et aboutir à des suggestions concrètes d'interventions pour améliorer des aspects de la vie urbaine. Ils pourraient également fournir des points de départ pour la formulation de nouvelles recherches-actions dans les prochaines années. Car c'est aussi notre méthode qui a été éprouvée lors des ateliers. En effet, on constate l'intérêt évident des seniors ayant participé aux ateliers pour que se multiplient des espaces (publics) destinés à faciliter de tels échanges d'expériences, connaissances et points de vue. Les extraits de discussion nous paraissent suffisamment explicites pour nous inciter à proposer une suite à nos ateliers, un procédé d'*empowerment* de « panthères grises ». Nous la formulons ci-après dans le dernier volet de ce rapport de recherche (section 5), après nous être livré à l'exercice d'une première synthèse.

4. Synthèse

On est citoyen par sa participation aux votations, mais on l'est également par sa participation à la vie communautaire. Dans quelle mesure et comment ?

Le projet de recherche se proposait d'impliquer des participants seniors pour examiner, discuter et évaluer l'exercice de leurs activités et le déploiement de leurs compétences dans leur environnement et ceci sur la durée de plusieurs mois. Rappelons que, par « communauté », plus que dans son sens anthropologique et certainement pas en son sens actuel le plus étroit et replié sur lui-même, nous entendons un contexte urbain, des gens qui y vivent, l'interaction entre ces gens, les sentiments qui naissent de cette interaction, les activités que ces gens partagent, leur vie dans les espaces publics, en somme le déploiement de cette « communauté » au-delà du champ d'action le plus souvent résiduel qui lui est accordé.

Pour cette raison, nous voulions analyser diverses manières pour les seniors de prendre leur place dans l'espace public et observer d'éventuelles évolutions à ce sujet, selon les activités mentionnées ou les lieux de résidence des acteurs. Et, par suite, réussir à qualifier la citoyenneté du senior par ses activités.

Le projet a été formulé en tant que recherche-action où la population investiguée participe activement à son déroulement, ceci ayant comme conséquence notable une influence de la part du protagoniste sur sa propre action ultérieure.

Les ateliers de discussion ont permis de le faire de façon assez poussée, en suscitant chez plusieurs participants une réflexion personnelle sur leur citoyenneté, sur les manières selon

lesquelles l'ensemble de leurs activités dans les espaces publics contribue à assurer leur place de senior-citoyen tant socialement que territorialement et qu'il y a une articulation entre chacune de ses activités qui pourraient paraître a priori déconnectées les unes des autres. Or, il est remarquable que les activités, quelles qu'elles soient, soient mentionnées aussi par ce qu'elles apportent aux seniors mêmes qui les pratiquent.

Nous pouvons également voir dans ces considérations un exemple de co-construction d'une relation à l'espace public où les participants aux ateliers, à travers un partage de leurs expériences, renforcent tous à la fois et chacun pour soi leurs engagements dans et avec leur communauté (comme « quartier » et réseau social) et nous permettent de les décrire et de les mettre en perspective. Les réunions étaient, dès lors, littéralement des *Ateliers seniors et citoyens*.

Si la poursuite de tels ateliers de discussion, assurés dans leur préparation, organisation et fonctionnement par une structure qui permette de relayer les idées qui en résulteraient vers les pouvoirs administratifs, politiques et économiques, était programmée et mise en œuvre, cela pourrait profiter plus largement à la communauté ; au niveau local et peut-être plus, dans la mesure où les compétences des seniors (quel que soit le groupe social d'appartenance), engendrent une visibilité augmentée qui leur permette d'être appréciés par tous.

Revenons à présent sur une question évoquée dès l'introduction de ce rapport. Nous avons décrit les caractéristiques sociologiques propres à notre échantillon de population. Nous avons souligné le fait qu'il n'était certes pas représentatif des seniors en général, mais qu'il avait pour principal intérêt de se référer à une catégorie de seniors particulièrement active qui s'engage à travers de nombreuses activités.

Être en relativement bonne santé et disposer de suffisamment de moyens pour vivre agréablement facilite certainement l'implication dans des activités diverses. L'analyse de nos données permet d'estimer que l'apport de ce groupe de seniors à la communauté dans son ensemble est considérable et que, ce qui est remarquable, se sont précisément leurs divers engagements en faveur des autres et dans la sphère publique qui contribuent à qu'ils se sentent eux-mêmes citoyens à part entière.

Les catégories d'activités (activité de groupe et associative, bénévolat, sport, fréquentation de cours, sorties amicales) d'après lesquelles nous avons groupé l'analyse de nos données (sections 3.3. et 3.4.) peuvent être examinées sur un axe indicatif du rapport de chaque activité à autrui.

Dans certaines des activités, le participant occupe en premier lieu le rôle de la personne qui *donne* aux autres, dans d'autres activités, c'est elle qui *reçoit* des autres, chacun pouvant, au

fil de la journée et de l'activité dont il est question, passer d'un rôle à l'autre. Il y a des activités qui contribuent au bien-être et répondent aux besoins des autres. Elles sont en priorité une façon de *donner*.

D'autres sont menées d'abord pour son propre bien-être physique ou pour répondre aux propres intérêts de loisirs de la personne qui se livre à ces activités. Elles sont en priorité une façon de *recevoir*. En somme, tantôt le senior, en s'appuyant généralement sur ses compétences, entend surtout soutenir d'autres personnes qui sont dans des situations plus difficiles, juge-t-il, que la sienne ; tantôt il est dans la situation inverse et veut se nourrir en priorité du savoir ou de l'habileté, de l'aide des autres.

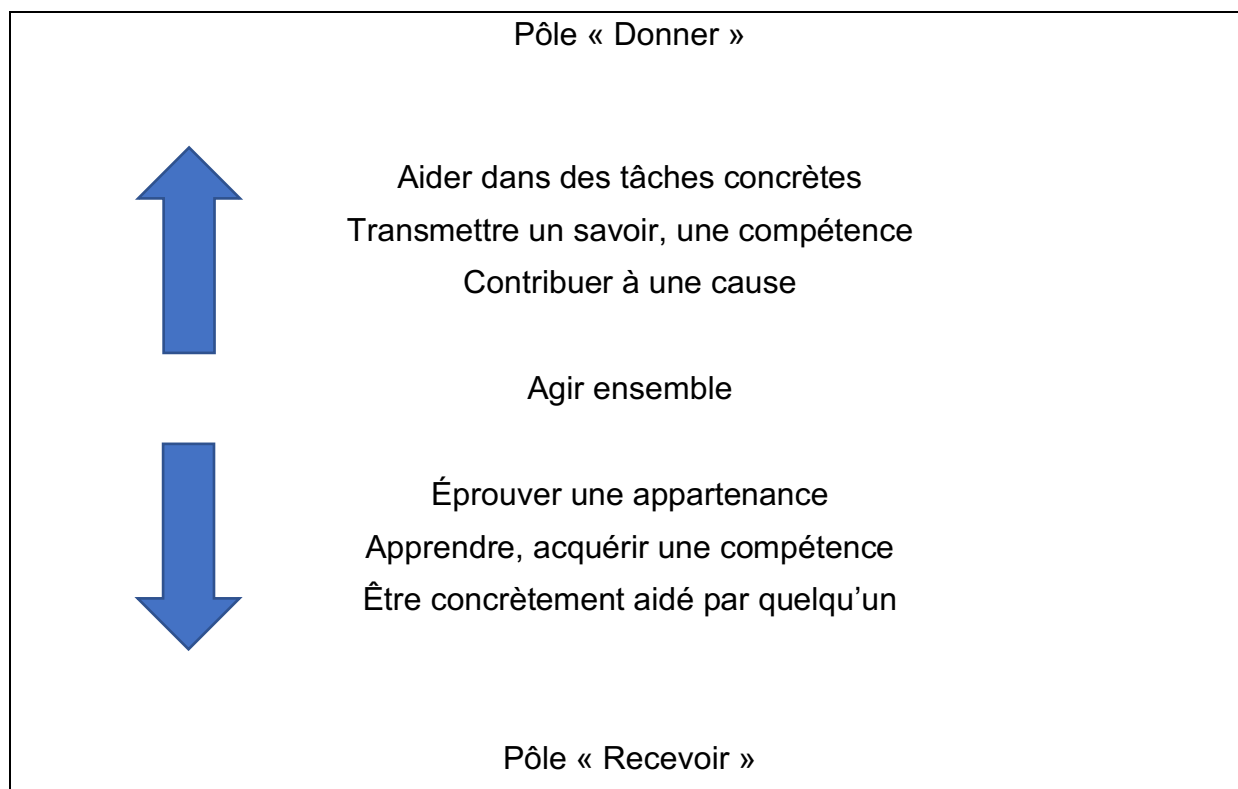
Dès lors, toute activité parmi les cinq catégories peut être placée sur un axe *donner-recevoir*. Ajoutons toutefois que toutes les activités comportent les deux caractéristiques (*donner et recevoir*) pour ceux qui les pratiquent et que toute activité oscille entre ces deux pôles – selon aussi les moments et les circonstances, spécifiques à chacun.

A ce titre, Il est important de rappeler que, malgré l'investissement que cela représente indéniablement en temps et en énergie de la part de la majorité des seniors auprès de leurs familles (surtout quand ils et elles s'occupent de leurs petits-enfants), nous n'avons pas inclus dans l'analyse qui suit cette catégorie particulière d'activités. En effet, malgré le fait que beaucoup de telles activités familiales aient lieu dans l'espace public et participent pleinement de l'appropriation de leur environnement, la question de l'articulation de ces activités avec celle de la citoyenneté des seniors *dans l'espace public* est encore plus complexe que cela, prises qu'elles sont entre l'identité de grands-parents/parents agissant dans le cadre de la vie privée et celle, publique, de citoyens.

Cela ne diminue bien sûr d'aucune manière l'importance de l'activité et de la contribution des grands-parents, ni de ces pratiques sociales qui, pour être ordinaires et généralement considérées comme « naturelles », n'en sont pas moins essentielles, indispensables même, pour la société entière¹².

¹² De la même manière, nous n'incluons pas non plus ici l'acte de voter, car c'est à la fois à l'évidence une activité citoyenne, mais réservée, tout aussi évidemment, à la part suisse de notre échantillon, et de la population de seniors...

Figure 3 : Axe « Donner – recevoir » indicatif du rapport de chaque activité de senior à autrui.



Le schéma (Figure 3) indique comment les activités des seniors dans l'espace public peuvent être vues dans leur relation à autrui. Il est à noter que pour toute personne particulière, les spécificités de la situation personnelle et du moment, en plus de l'activité dont il est question, définissent la présence (ou l'absence) et l'intensité de ce qui est vécu le long de cet axe donner-recevoir. Néanmoins, nous pensons que l'axe, sans l'épuiser, qualifie de façon générale les activités des seniors dans leur rapport à autrui.

L'intérêt d'un tel axe est de rappeler que l'ensemble des activités qui ont lieu dans l'espace public comporte une relation à l'autre et, dans la mesure où les seniors pratiquent plusieurs sortes d'activités, certaines d'entre elles se trouvent près d'un pôle (*donner*), alors que d'autres sont près de l'autre pôle (*recevoir*). Nous proposons donc de considérer que *donner et recevoir* peuvent être vus comme une manière simple mais utile de situer les activités des seniors par rapport à la communauté et ses espaces publics. C'est la présence conjointe et non séparée du *donner* et du *recevoir* dans un équilibre personnel, et à travers le choix d'activités qui restent spécifiques à chacun, qui qualifie et affirme la citoyenneté du senior.

Les discussions dans les ateliers amènent à estimer que les seniors qui y ont participé *donnent* au moins autant qu'ils *reçoivent*. La situation de chacun est évidemment une composition

personnelle des activités relevant du *donner* et celles du *recevoir* qui est fluctuante, mais dans cette équation, pour notre échantillon et malgré l'âge des participants, une part importante des motivations de l'engagement est de *donner*. Cela étant, les propos des participants ont souligné de façon appuyée que, pour eux, la pratique du bénévolat et de l'activité associative était aussi beaucoup *recevoir*.

Ajoutons, que si, pour un senior donné, toute son activité serait ressentie comme relevant uniquement du *recevoir*, il serait probablement plus difficile pour lui ou elle de se sentir « citoyen(ne) à part entière », puisque, dans un tel cas, le senior aura surtout l'impression de dépendre des autres, sans contribuer lui-même à la communauté, sauf, éventuellement par son vote de citoyen.

Nous l'avons relevé, les engagements, dont les diverses formes de bénévolat et certaines activités associatives, des seniors de cette recherche sont clairement de l'ordre de la coopération, de *l'agir ensemble*. Mais ces engagements se veulent aussi une façon de soutenir les autres, parce que « *ça correspond à soi-même* » et qu'ainsi on « *affirme son appartenance à une communauté* ». *Donner*, mais aussi *recevoir*, qui plus, qui moins, et selon une palette spécifique d'activités propre à la situation individuelle, mais restant suffisamment équilibrée pour que la personne se sente citoyen(ne) à part entière, ou du moins en bonne partie, voilà un programme que beaucoup de participants à nos ateliers souhaitent maintenir.

Tant dans les *journaux de bord* que dans les ateliers eux-mêmes, il a beaucoup été question des activités de chacun à l'extérieur de la maison. Or, il était frappant de constater à quel point cette diversité d'activités suscitait de la curiosité, chacun cherchant à en savoir plus sur celles des autres, chacun ressentant, même sans le formuler explicitement, qu'il y avait un dénominateur commun à ces agissements. Chacun semblait éprouver de la satisfaction dans ses engagements et laissait entendre que cela correspondait à quelque chose qui était un apport pour la personne elle-même, qui lui faisait du sens.

En conclusion, l'analyse de nos données permet d'estimer que :

- ce sont, pour beaucoup, les diverses activités avec lesquelles les seniors occupent l'espace public qui leur font sentir qu'ils participent toujours à la vie de la communauté ;
- ces activités peuvent être saisies sur un axe *donner-recevoir* ;
- chaque senior peut être vu comme ayant établi un certain équilibre entre des activités où il *donne* plus, et des activités où il *reçoit* plus ;
- les seniors de notre échantillon insistent sur le fait que le *recevoir* est important dans le choix de leurs activités ;

- c'est aussi le fait de *donner* qui permet de se sentir citoyen(ne) à part entière, car cela renforce la place de l'ensemble des seniors dans la communauté ;
- enfin, ne l'oublions pas, les activités, notamment de bénévolat et associatives dans lesquelles les seniors s'impliquent constituent un apport important au bon fonctionnement de la communauté et de la société entière.

Ainsi, avec les analyses que nous avons pu effectuer, nous sommes en mesure de conclure ce rapport avec des indications sur un procédé d'*empowerment* de seniors, c'est-à-dire un processus concerté qui renforcerait la capacité des individus et d'un groupe à agir pour assurer leur intérêt ou leurs droits. Nous avons déjà dit que les réactions positives des seniors qui ont pris part à la recherche pour ce qui est des bénéfices qu'ils en ont tirés immédiatement en sont une première démonstration effective.

5. ADDENDUM : Mode d'emploi pour l'organisation d'ateliers de discussion « Seniors et citoyens ».

En guise de conclusion de cette recherche-action, nous présentons un mode d'emploi qui peut servir de guide pour la tenue de nouveaux ateliers de discussion sur le thème seniors et citoyens. Nous l'avons développé à partir des constats que nous avons pu faire lors et à l'issue de nos ateliers et en nous appuyant aussi sur des considérations de notre analyse des transcriptions des propos tenus dans ces mêmes ateliers. Le format de ce mode d'emploi est celui de cinq fiches accompagnées à chaque fois par des suggestions que nous pouvons formuler sur la base de notre recherche.

Cette proposition est formulée à la fois pour favoriser les possibilités des seniors intéressés par les activités de Connaissance 3, pour faire valoir leurs critiques et idées autour de la notion d'espace public, et aussi pour stimuler ces mêmes seniors, une fois qu'ils ont participé à des ateliers, à diffuser plus largement, auprès d'autres personnes avec lesquelles ils sont en contact, la notion d'*empowerment* de seniors.

Comme nous l'avons évoqué en discutant du bénévolat (voir paragraphe 3.3.), on peut imaginer que des seniors bien-portants participants à des futurs ateliers de discussion sur le thème « seniors et citoyens » puissent avoir l'occasion d'en partager le contenu, entre autres parmi des personnes, surtout seniors, auprès desquels ils exercent leur bénévolat. Cela aurait comme conséquence un élargissement de la population participante aux ateliers, ce qui pourrait favoriser l'*empowerment* également d'une population qui, pour l'heure, n'a pas le sentiment d'en bénéficier, moins encore d'y participer.

5.1. Établissement d'un appel à participer.

Pour le lancement de notre recherche, nous avons rédigé une affichette où nous avons sollicité la participation de volontaires (voir annexe 1). Le texte de cette affiche intitulée *Seniors et Citoyens* incitait celui qui la lisait et était ouvert à la thématique du senior dans la cité à participer à nos ateliers que l'on présentait comme une occasion d'échanger avec d'autres seniors sur ce sujet. On sollicitait la participation de seniors intéressés à débattre de ces questions dans des ateliers de discussion organisés par Connaissance 3. Il était précisé qu'il s'agissait de mettre en commun des expériences, des idées et aussi les difficultés de chacun pour ce qui était de la participation à la vie de sa région, pendant une durée de plusieurs mois. La formulation de l'appel a incité un nombre conséquent de participants curieux à se manifester parmi un public par ailleurs intéressé par les activités de Connaissance 3.

L'appel a généré moins d'intérêt dans d'autres milieux. Il semblait répondre, pour les seniors qui se sont manifestés, à un intérêt pour à la fois entendre d'autres personnes s'exprimer sur ce thème et pouvoir réfléchir avec elles aux engagements de chacun et aux envies d'intervenir plus activement sur des sujets liés à la vie de sa communauté.

En incluant maintenant aussi nos analyses de données, nous pouvons estimer que de telles discussions ont un intérêt prononcé pour une population qui a comme dénominateur commun une curiosité pour les activités de Connaissance 3. Il s'agit de personnes impliquées dans de nombreuses activités dans les espaces publics de leurs villes, mais qui, du fait de leur conditions de retraités, sont aussi intéressés à pouvoir réfléchir tous ensemble à leur situation et agissements collectifs.

Sur la base de cette première expérience, on pourrait maintenant lancer un appel à la participation à de nouveaux ateliers *Seniors et citoyens* qui pourraient se faire à l'occasion de certains cours ou séminaires de Connaissance3 dont le contenu pourrait inviter un tel développement. L'idée serait ensuite d'élargir la participation à des personnes qui ne sentent pas avoir leur place de citoyens.

Dans la fiche qui suit nous nous limitons à quelques suggestions pour lancer de nouveaux ateliers de discussion sur le même thème de seniors et citoyens, auprès d'une population qui est active dans son environnement. Si une première série d'ateliers pouvait avoir comme répercussion d'inciter d'autres seniors – et notamment de milieux et conditions socio-économiques très différentes – à participer à des ateliers du même ordre, l'appel à participer devrait forcément être adapté avec une formulation qui puisse les attirer. D'ailleurs, un tel élargissement de la base des participants pourrait être considéré a priori comme une retombée importante d'une première série d'ateliers.

Fiche : Contenu d'un appel à participer

Format des réunions : Ateliers de discussion, en petits groupes de six personnes, hommes et femmes, plus un animateur.

Durée, fréquence : *par ex.* 3 ateliers sur 6 mois, 90 minutes par atelier, dans un lieu central facilement accessible à tous.

Public visé : *par ex.* Plus de 64 ans.

Thème : *par ex.* Seniors et citoyens.

Contenu : *par ex.* Permettre aux participants de se connaître et de s'interroger ensemble à partir de leurs activités et engagements en ville. Donner l'occasion à chacun de s'exprimer.

Buts : *par ex.* Discuter, partager, formuler des demandes ou des recommandations au sujet de la vie des seniors en ville. Renforcer la conviction qu'on peut intervenir dans la cité et obtenir des résultats concrets et probants.

Modalités d'inscription : Fournir quelques renseignements personnels aux organisateurs pour leur permettre de constituer des groupes de participants dont les engagements ont suffisamment en commun pour permettre des échanges enrichissants et sont suffisamment différents pour créer du débat.

Organisateurs : Connaissance 3, un animateur qui est référent pendant la durée d'une session d'ateliers.

5.2. Composition de groupes de participants.

Après la diffusion de l'appel à participer, il s'agit de recueillir les inscriptions et de constituer des groupes de participants pour lesquels on puisse raisonnablement supposer que les discussions seront riches et enrichissantes. La constitution des groupes demande une attention particulière. La qualité des échanges d'un atelier repose sur les personnalités des participants, leur capacité à s'exprimer mais aussi à écouter les autres, et sur l'habileté de l'animateur de l'atelier à mener les échanges en modérant la parole des uns et en sollicitant celle des autres.

En même temps, au vu du thème de l'atelier, il est important de mettre ensemble des gens qui soient de conditions sociales et économiques pas trop inégales pour que leur rapport à l'espace public ne soient pas trop « irréconciliables ». Il est clair que chacun a développé ses propres activités et engagements au cours de sa vie, mais pour que les échanges soient fructueux, il est important que la base de références ne soit pas trop fragmentée. Sur la base de notre expérience, un atelier avec 5 à 6 participants et un modérateur semble le plus profitable pour la dynamique de discussions dans le groupe. Le modérateur devra veiller à ce que chacun s'exprime, que le débat ne soit pas dominé par une ou deux personnes particulièrement loquaces. Avec six personnes autour d'une table qui s'expriment tantôt à tour de rôle, tantôt en réagissant aux remarques des autres, la discussion peut demeurer intense et favorise l'implication de chacun. Chacun peut reprendre la parole dans de brefs délais.

Fiche : Groupes de participants aux ateliers

Nombre de participants par atelier : 5 à 6 participants + animateur

Renseignements préliminaires sur les participants : Veiller à pouvoir constituer des groupes de conditions socio-économiques et personnelles pas trop diverses.

Equilibrage des groupes : Présence des deux sexes dans chaque groupe, dont les individus ne se connaissent pas bien (pour ne pas se trouver avec un ou des sous-groupes)

Modération : L'animateur doit être expérimenté (un senior peut être un facteur favorable)

5.3. Etablissement d'un calendrier de réunions.

Sur la base de la recherche que nous avons menée, il semble important de s'assurer par plusieurs rappels et dans la mesure du possible de la participation suivie des seniors une fois qu'ils sont inscrits aux ateliers. Il y a évidemment des cas de force majeure qui peuvent obliger un senior à arrêter en cours de route sa participation, tels une maladie, une urgence familiale, etc., mais pour l'esprit d'un groupe et pour la dynamique des échanges, il est important de faire le maximum pour la participation continue de tous. Il faut la motiver et la faciliter le plus possible.

Fiche : Calendrier des ateliers de discussion

Fixation des dates : Fixer une 1^{ère} date pour tous les participants d'un groupe et décider des suivantes ensemble lors des ateliers.

Importance de la participation : Insister sur cet aspect déjà lors de l'inscription et la reprendre dans l'atelier, que la présence de chacun est aussi importante pour les autres participants.

Maintien du contact en cas d'empêchement : Prévoir une possibilité de réintégrer le groupe après une absence, distribuer information, etc.

Transmission du calendrier : Distribuer dès que possible le calendrier des rencontres et envoyer des rappels.

5.4. Déroulement des ateliers

Il est important de préparer le déroulement des ateliers de discussion à l'avance. Il faut amener tous les seniors à participer aux discussions. Un premier tour de table où chacun s'exprime à tour de rôle permettra de faire connaissance. Demander à chacun de répondre à 2 ou 3 questions qui donneront à tous une indication sur les raisons de chacun de vouloir participer à l'atelier et qui fourniront un ou deux renseignements utiles pour les discussions sur la situation personnelle du participant (par ex. lieu d'habitation et intérêts majeurs). Eviter toute intrusion dans la vie privée, qui conduirait à des comparaisons où certains des participants pourraient se sentir en infériorité (et d'autre en supériorité !). Si la discussion s'enlise, s'éloigne par trop du thème ou tourne en rond, il est important que l'animateur ait à sa disposition un procédé pour la relancer. De petites fiches peuvent être distribuées que chacun remplit et dont on partage ensuite les réponses ou on peut recourir à un bref « jeu de société »

Fiche : Déroulement d'un atelier

Introduction par l'animateur : Rappel du thème, du programme, du procédé, éventuelle pause.

Se sentir en confiance : Souligner que les données personnelles qui seront partagées sont seulement celles qui sont utiles pour faire comprendre son propos personnel, éviter l'intrusion dans la vie privée.

Premier tour de table : Demander une brève intervention de chacun, en évitant des présentations détaillées et qu'un sentiment de hiérarchie ne s'installe entre les participants.

Discussion libre : L'animateur doit (habilement) réussir à éviter que des participants monopolisent la parole

Matériel d'aide : Fiches à remplir ou sous forme de « jeu de société »

Fin : Un temps pour des questions, impressions. Rappeler la suite du programme.

5.5 Implémentation des résultats des discussions

Les seniors qui ont pris part aux ateliers de discussion de notre recherche-action ont à plusieurs occasions exprimé leur satisfaction d'avoir pu entendre et partager avec les autres participants leurs expériences. Ils ont également apprécié d'avoir pu parler de leurs frustrations

et désir de pouvoir agir pour le changement de situations insatisfaisantes, notamment pour les seniors dans les espaces publics.

Si plusieurs des participants ont souhaité que des ateliers de discussion semblables soient aussi organisés à l'avenir, ils ont également exprimé leur volonté d'avoir concrètement une influence sur « *ce qui ne va pas* ». Le souhait a donc été que de tels ateliers puissent aussi servir de relais auprès des instances qui concrètement mettent en œuvre des changements, que cela soit des acteurs politiques, économiques, publics et privés, ou même des sponsors.

Un travail préalable à la tenue des Ateliers de discussion sera celui d'établir (ou confirmer) des contacts avec de tels acteurs, notamment les autorités politiques, des organismes économiques (privés ou publics) ou encore des associations citoyennes qui seraient en mesure de donner une suite concrète à des propositions de changements ou d'amélioration liées à la condition des seniors citoyens.

Si l'élargissement des ateliers à des participants de diverses conditions socio-économiques et culturelles aboutit, un résultat important des discussions de tels ateliers pourra être la prise de conscience des participants moins habitués à être pris en compte par les décideurs qu'ils peuvent, eux aussi, prendre une place plus importante dans l'espace public – faire entendre leur voix et leur présence. Dans ce cas l'*empowerment* des seniors s'élargirait à de nouvelles catégories de personnes ce qui serait un acquis important en soi.

Fiche : De la proposition à son implémentation

Formulation de propositions : Formuler toute proposition issue d'un atelier dans des termes concrets en s'adressant directement à l'interlocuteur choisi. La proposition, rédigée par une personne, est discutée dans l'atelier, reformulée, validée par une majorité des participants.

Transmission des propositions : Toute proposition est transmise un fois labélisée comme « Proposition issue des ateliers de discussion *Seniors et citoyens* de Connaissance 3 ».

Instances d'implémentation : Contacts et alliances avec des acteurs politiques, des organismes économiques (privés ou publics) ou encore des associations citoyennes. Exploiter les contacts personnels des seniors participants aux ateliers

6. Bibliographie

Arpin I. (S.D.), Une expérience grandeur nature. Pratiquer une sociologie plus participative ?, *Communications*, 94, 2014, 109-123.

Barbier R. (1996), *La recherche-action*, Paris : Economica.

Bernard N. (2008), Le logement intergénérationnel : quand l'habitat (re)crée du lien. *La Revue Nouvelle* (Belgique), 2008, 2, 67-78.

Biemar S., Dejean K. & Donnay J. (2008), Co-construire des savoirs et se développer mutuellement entre chercheurs et praticiens, *Recherche et formation*, 58, 71-84.

Calvès A-E. (2009), « Empowerment » : généalogie d'un concept clé du discours contemporain sur le développement, *Revue du tiers-monde*, 4, 2009, 735-739.

Creze F., Liu M. (2006), *La recherche-action et les transformations sociales*. Paris : L'Harmattan.

Diener R., Herzog J., Meili M., de Meuron P. & Schmid C., dirs. (2006), *La Suisse, portrait urbain*, Bâle : Birkhauser.

Habermas J., *L'espace public* (1988), Paris : Payot (éd. orig. en allemand : 1962).

Hummel C., Burton-Jeangros C. & Riom L., eds. (2017), Vieillesse et espaces urbains, *Sociograph*, 30, Genève : Université de Genève.

Höpflinger F. & Van Wezemael J., Hrsg. (2014), *Wohnen im höheren Lebensalter-Grundlagen und Trends*, Zurich et Genève: SEISMO.

Jacquier D. (2011), Qu'est-ce qu'une communauté ? En quoi cette notion peut-elle être utile aujourd'hui ?, *Vie sociale*, 2, 33-48.

Kern D. (2002), *L'intégration des personnes âgées dans la vie sociale de la ville*, Evry : Université d'Evry-Val d'Essonne, DEES - Développement social urbain, *travail de mémoire*.

Kropotkine P. (1906), *L'entraide, un facteur de l'évolution* (trad. de l'anglais par L. Bréal), Paris (réimpression Editions Ante-Matière : 2017).

Labit A. (2013), *L'habitat solidaire intergénérationnel : mythe et réalité en France et en Allemagne*, Paris : Eres.

Médard J-F. (1969), Communauté locale et organisation communautaire aux États-Unis, *Cahier de la Fondation nationale des sciences politiques*, 172, Paris : Armand Colin.

Niederoest R., Bonriposi M. & Chenal J. (2016), *Territoire et personnes âgées, recherche exploratoire financée par la Fondation Leenaards*, Lausanne : CEAT/EPFL.

Noschis K. (2015), *Habiter avec son âge : regards de retraités bien-portants sur l'avenir de leur habitat – étude exploratoire financée par la Fondation Leenaards*, Cahier du LaSUR no. 24, Lausanne : LASUR/EPFL et C3.

Office fédéral de la statistique (2014) :
<http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/fr/index/themen/15/01/key/blank/01.html>

Office fédéral de la statistique (2015) :

<http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/fr/index/news/medienmitteilungen.html?pressID=10279>

Pan Ké Shon J-L. (2005), La représentation des habitants de leur quartier : entre bien-être et repli, *Economie et statistique*, 386, 1, 3-35.

Plattet A., Zwygart M. (2007/2015), *La méthodologie "Quartiers Solidaires"*, Lausanne : Pro Senectute Vaud.

Servigne P., Chapelle, G. (2017), *L'entraide – l'autre loi de la jungle*, Paris : Les liens qui libèrent.

Simo B. (1994), *The Empowerment Tradition in American social Work: a History*, New York: Columbia University Press.

Spini D. (2009), *Styles de vie et activités de formation chez les seniors du Canton de Vaud ; Enquête 2009*, Lausanne : Université de Lausanne et Connaissance 3.

Touboul P. (2011), Comment adapter l'environnement pour favoriser la marche des seniors ?, *Santé Publique*, 23, 5, 385-399.

Von der Mühl D., Cornaz S. & Hugentobler V. (2016), *Mobilité des personnes âgées dans leurs territoires de vie, et effets de l'environnement construit sur la qualité de vie, la mobilité et la sociabilité*, Recherche financée par la Fondation Leenaards, Lausanne : CEAT/EPFL.

Annexe 1 : L'affiche d'appel à participer à la recherche

Êtes-vous à la retraite ? Vivez-vous dans la région de Lausanne ou de Payerne ?

**Alors inscrivez-vous et participez
à la recherche-action lancée par Connaissance 3 :**

SENIORS ET CITOYENS

Quelles sont vos activités dans votre région ?
Quels sont les lieux que vous fréquentez ?
Pouvez-vous y poursuivre vos intérêts et développer vos compétences ?
Pensez-vous avoir votre place comme citoyen ?

Pour débattre de ces questions participez à 3 ateliers de discussion organisés par Connaissance3 en octobre 2017, février 2018 et avril 2018.

But des ateliers : Partage d'expériences et d'idées sur votre participation (mais aussi sur vos difficultés de participation) à la vie de votre région pendant la durée de la recherche (octobre 2017 – avril 2018).

Inscrivez-vous pour :

- **3 matinées de discussion par petits groupes de 5 participants autour d'un café et de croissants, animées par un chercheur, à Lausanne ou à Payerne.**
- **Partager vos expériences et vos activités, connaître celles d'autres seniors de votre ville, créer des liens.**
- **Mettre en pratique des idées issues de ces ateliers.**
- **Contribuer à une recherche-action qui vise à renforcer la place des seniors, votre place, dans la région.**

Pour vous inscrire, veuillez vous annoncer d'ici le 10 juin 2017 en téléphonant à Connaissance3 au numéro : 021-311 46 87 ou par courriel à : info@connaissance.ch

en indiquant simplement « Participation à la recherche action Seniors et citoyens »
et vos coordonnées.

Conditions de participation : être à la retraite, habiter la région de Lausanne ou de Payerne.

Vous serez contactés par l'équipe de recherche avant le 30 juin 2017 pour la constitution des groupes de cinq participants et pour fixer les dates des ateliers.