

Reportage

Pour lutter contre la solitude des personnes âgées

Par : Cécile Mathy Durée : 9,55
décembre 2008

La population est vieillissante en Europe et la France n'échappe pas à la règle. Les 65 ans et plus représentent 16,3 % de la population française et la tendance s'accélère. Cela pose un certain nombre de problèmes en termes de prise en charge des personnes âgées. Que faire de nos aînés ? Le maintien à domicile est privilégié. Mais il faut affronter la solitude. Même si c'est encore marginal, de plus en plus de jeunes choisissent de travailler ou de vivre avec des personnes âgées pour rompre cet isolement. Une manière aussi de renforcer le lien entre générations. Reportage à Lyon de Cécile Mathy.

La colocation intergénérationnelle, c'est la solution en vogue pour lutter contre la solitude des personnes âgées et affronter la crise du logement. Le principe est simple: une personne seule accepte d'ouvrir ses portes à un étudiant. Compagnie pour l'un, économie pour l'autre, la formule fait des émules dans les grandes villes françaises, même si le phénomène est encore un peu marginal.

A Lyon Madeleine, 92 ans, vit désormais avec Louise, une étudiante en communication. 70 ans les séparent.

-Comme j'ai plus de 90 ans, mes enfants voulaient que j'aie quelqu'un quand même qui soit là. Ça se passe très bien. Comme elle reste pour le dîner du soir avec moi, eh bien, on discute, on parle de beaucoup de choses, j'apprends des tas de choses et moi, je peux lui en apporter aussi.

-Par exemple, elle sait pas ce que c'est Internet, alors, comment envoyer un message... Hier, je lui ai expliqué un peu comment ça se passait tout ça, donc c'est plutôt drôle parce que je lui explique quelque chose que... Elle s'en servira jamais mais c'est bien de voir qu'elle s'intéresse quand même.

The population is ageing in Europe and France is no exception. Those 65 and over represent 16.3% of the French population, and the trend is quickening, which is posing some problems in terms of how to care for elderly people. So, how do we care for our elders? In-home care is preferable, but one must cope with loneliness. Even if it's still unusual, more and more young people are choosing to work with or to live with elderly people to break this isolation. It's also a way of strengthening generational ties. Reporting in Lyon by Cecile Mathy.

Intergenerational home sharing is the fashionable solution for fighting against loneliness among the elderly and taking on the problem of the housing crisis. The principle is simple. A single person agrees to open his or her doors to a student. Company for one, savings for the other. The formula has become a model in the big French cities, even if the phenomenon is still somewhat unusual.

In Lyon, Madeleine, who's 92, will be living with Louise, a communications student. Seventy years separate them.

-As I'm over 90, my children wanted me to have someone around me, as it were. It's going well. As she stays for dinner in the evening with me, well, we talk and well, we talk about a lot of things, and I learn heaps of things, and I can also teach her some too.

-For example, she doesn't know what the Internet is, how to send a message. Yesterday, I explained to her how all that worked, so it's rather strange because I was explaining to her something that... she's never going to use, but it's great to see that she's still interested in it.

Voilà maintenant deux ans que Madeleine a recours à cette solution.

-J'ai perdu mon mari il y a 6 ans alors je commence à me faire à cette vie comme ça, mais c'est jamais bien drôle, quoi. J'ai une sœur aînée qui a eu une attaque il y a deux ans et c'est sa fille qui l'a prise chez elle et qui s'en occupe complètement. Je trouve ça formidable. Je pensais pouvoir rester avec mes enfants mais je me suis rendu compte que vivre avec des enfants, c'est pas facile et que j'aimais mieux rester chez moi et avoir quelqu'un avec qui j'ai presque plus de facilité de parole. J'ai des enfants qui habitent loin, une à Paris et l'autre dans le Midi et pour venir me voir, c'est toute une affaire. Elles trouvent que c'est trop loin. Alors j'aime bien mieux avoir quelqu'un chez moi. Puis avec la jeune fille que j'ai en ce moment, ça se passe très très bien. C'est comme si c'était ma fille. Elle est venue avec son papa et elle m'a plu. Puis on s'est plu et puis voilà.

Louise ne paye pas de loyer. En échange, elle rend de petits services à Madeleine, et la rassure surtout par sa présence. Pour elle, c'était donc une aubaine.

-C'était déjà... déjà question d'économie, c'est clair parce que... pas de loyer. Et donc elle...

Moi, je mange ici **tous les soirs, le matin**¹. Et elle veut rien que j'achète par moi-même. Et puis moi, c'est aussi que j'aime pas rentrer toute seule tous les soirs et je connaissais personne sur Lyon donc je m'étais dit, ça me fera un petit... une présence à moi aussi, même si c'est une personne âgée.

-Pour vous, c'est pas trop contraignant quand même ?

-Non, c'est **plus**² moi qui me sens gênée. Par exemple, si je sors le soir, et là, dans la nuit, je vais me dire : « Bon, il faut que je rentre. On sait jamais. S'il arrive un truc, je vais m'en vouloir, et tout. » Mais une fois que c'est clair avec Madeleine, que je lui ai dit : « Ce soir, je sors, je vais rentrer tard », elle sait, voilà. Même si je sais que ça ne lui plaît pas trop parce qu'elle angoisse un peu. Elle angoisse pour moi et puis elle angoisse pour elle toute seule. Mais elle sait bien, elle comprend bien que j'ai vingt ans et que je sors. Et donc...

-Elle n'est pas prisonnière. Elle va au basket, elle va... On est allé ensemble au cinéma, une fois. J'étais pas allée au cinéma depuis très longtemps. On est ensemble mais elle fait un

It's been two years now since Madeleine has used this solution.

-I lost my husband six years ago, so I'm beginning to get used to life like this, but it's never been much fun. I had an elder sister who had a stroke two years ago, and it was her daughter who took her in, who takes complete care of her. I think that's great. I thought I was going to be able to stay with my children, but I realized that it's not easy to live with your children, and that I would prefer to stay at home and have someone with whom I have almost more at ease speaking to. I have children who live far away, one in Paris, the other in the South, and to come see me, it's quite an operation. They think it's too far, so I prefer to have someone at home. So with the young girl whom I have right now, it's going very, very well. It's as if she were my daughter. She came with her dad, and I liked her. We liked each other, and there you have it.

Louise doesn't pay rent. In exchange, she does small services for Madeleine, and above all she reassures her by her presence. For her, therefore, it's a godsend.

-To start off there's the question of savings, that's clear, no rent. And so she... I eat here every evening and morning. And she doesn't want me to buy anything myself. And then, also, I don't like to come home alone every evening, and I didn't know anyone in Lyon, so I said to myself that it would give me a little... someone to be there for me, too, even if it were an elderly person.

-For you, it's still not too confining?

-No, it's more me that feels guilty. For example, if I go out in the evening, and then when it gets dark out, I'll say to myself: "Well, I'd better get back, you never know, if something happens, I'd hold it against myself and all." But once it's clear with Madeleine, when I've said to her: "Tonight, I'm going out. I'll be home late", she knows. Even if I know that she's not too happy because she worries a bit. She worries about me and she worries about her being all alone. She knows very well, she well understands that I'm 20, that I go out and so...

-She's not trapped. She goes to basketball games, she goes... We went to the movies together once. I hadn't been to the movies for a long time. We were together, but still she

peu ce qu'elle veut, quoi ! Quand elle veut, si elle veut partir de bonne heure, elle me le dit simplement et puis voilà.

-Je savais pas du tout si ça allait me plaire ou pas et j'ai découvert que, quoi, il y avait quelque chose avec la personne âgée qui passait. Enfin des choses, qu'on ne se rend pas vraiment compte mais moi je trouve qu'il y a beaucoup de choses à partager. Ils ont quand même tout un vécu, une histoire. Donc moi, je trouve ça intéressant de partager avec elle.

Mais tout le monde n'est pas prêt à sauter le pas de la colocation. Accepter quelqu'un dans son intimité n'est pas toujours simple, même pour quelques heures. Les aides ménagères ou les auxiliaires de vie comme Sabrina, en savent quelque chose. À 29 ans, elle passe son temps à courir d'une maison à une autre pour faire le ménage et venir en aide aux personnes dépendantes.

-Comment ça va ?

-Oh, ça va pas trop.

-C'est votre jambe ?

-Oh, c'est tout. C'est le dos. C'est tout.

Sabrina exerce ce métier depuis 7 ans. Deux fois par semaine elle se rend chez une dame de 86 ans que nous appellerons Simone.

-Elle va faire la vaisselle, laver par terre, nettoyer derrière les meubles, enfin tout. Je suis habituée avec elle, maintenant ça va! Le jour où elle peut pas venir, j'en veux pas d'autres parce qu'elle a l'habitude. Elle sait où sont les affaires alors qu'autrement je serais obligée de réapprendre tout à une autre alors j'aime autant le faire moi-même.

-Et ça vous fait de la compagnie aussi, une présence?

-Ben oui, c'est ça, oui ! Elle me raconte ce qu'elle fait. Moi, je lui raconte ce que j'ai vu et tout alors.

-C'est vrai qu'on a une complicité avec nos bénéficiaires. Donc c'est vrai que le temps passe vite, quoi. Puis souvent, on met la musique, et puis voilà, c'est un moment vraiment agréable, quoi. Quand je viens là, même quand je suis fatiguée, la fatigue s'en va, c'est vrai que c'est vraiment tout le temps

does what she wants all right! When she wants... if she wants to leave early, she tells me simply and that's it.

-I didn't know at all if I would like this or not, and I discovered that there was something with elderly people which worked. In short, things that we didn't really realize, but I find that there are a lot of things to share. They have after all had a life, a story, and so I find it interesting to share with her.

But not everyone is ready to make the jump to home sharing. Allowing someone into one's personal space is not always easy, even for a few hours. Home helps or care providers like Sabrina know something about it. At 29, she spends her time going from one home another to do housework and to come to the aid of those requiring assistance.

-How are you?

-Oh, not too well.

-Is it your leg?

-Oh, it's everything. It's my back. It's everything.

Sabrina has been in this profession for seven years. Twice a week, she goes to the home of an 86-year-old woman whom we will call Simone.

-She's going to do the dishes, scrub the floor, clean behind the furniture, really everything. I'm used to her. It goes well now! On days when she can't come, I don't want another because she knows the routine. She knows where everything is, whereas otherwise, I would have to re-teach it all to someone else, so I'd prefer to just do it myself.

-Does it also provide you with company? Someone to be there?

-Oh, yes, that's it, yes! She tells me what she's doing. I tell her what I saw, all of that.

-It's true that we have a bond with our clients. It's true that the time passes quickly. Often, we play music. It's a really enjoyable moment. When there's that, even if you're tired, the weariness goes away. It's true that it's an enjoyable moment, that. Once you gain each other's trust, all goes well. You have to put

un moment agréable, quoi. Une fois que la confiance est passée, tout va bien, quoi. Faut se mettre à leur place, en fait, pas faire comme si on était chez soi. On n'est pas chez nous. C'est faire comme elles veulent et se mettre vraiment à leur portée, quoi, à leur écoute et à leur portée. C'est vrai que la plupart du temps on est les seules personnes qu'elles voient donc il y a beaucoup beaucoup de solitude, c'est vrai. C'est le truc le plus dur, ouais, c'est la solitude. C'est pour ça que je me suis mise au domicile, parce qu'on est libre de notre temps. Enfin on fait comme on veut : si la personne, elle a plus besoin, un jour, **qu'on soit plus là²** pour parler, c'est pas grave, le ménage, on peut le faire plus tard. On va vraiment au plus important.

Les enfants de Simone n'habitent pas loin, mais ils travaillent. Ils lui téléphonent tous les jours, mais l'isolement s'est accru avec le temps, d'autant que dans son immeuble tout a changé. Ses anciens voisins ont presque tous déménagé.

-Maintenant c'est des jeunes mais avant c'était des personnes... 50 ans, comme ça. On se débrouille beaucoup mieux! Tandis que maintenant les jeunes, ils ne font pas attention.

-Ils vous proposent pas des fois de vous ramener quelque chose ?

-Oh! Alors là! Ils viendront même pas sonner à la porte pour savoir si vous êtes bien, si vous êtes... Non! Non! Non!

Consciente d'être un élément essentiel, parfois le seul lien vers l'extérieur, Sabrina essaye toutefois de garder ses distances, avant tout pour se protéger.

-C'est vrai que, quand il y a des décès, des trucs comme ça, c'est vrai que c'est... ça touche quoi parce qu'on s'attache beaucoup aux gens. Mais bon, moi, la mort ne me fait pas peur. Je veux dire... Je sais dans quoi je suis allée comme métier. On sait qu'il y a la mort à la fin, quoi. C'est la vie.

Parmi les autres bénéficiaires dont s'occupe Sabrina : Juliette et Lucien, un couple de septuagénaires.

-Lucien, on va dans la chambre vous coucher, hein ? Allez venez avec moi.

Lucien est à moitié couché sur la table de la salle à manger. Victime de multiples attaques, il est à la limite de la conscience, il fait sans

yourself in their place, in fact, and not act as if you were in your own home. You're not in your own home. It's doing what they want, making yourself accessible to them, listening to them, making yourself accessible to them. It's true that most of the time you're the only person they see, so there is a lot, a lot of loneliness, it's true. It's... the hardest thing, it's the loneliness. That's why I went into home care because we are free with our time. We do as we like. If the person, if she has more of a need one day to talk, it's not a problem. The housework can be done later. We really do what's most important.

Simone's children don't live far away, but they work. They call her every day, but the loneliness has grown over time, the more so in that in her apartment building, everything has changed. Almost all of her former neighbours have moved away.

-Now, there are young people. Before, there were 50-year-olds... like that I got along a lot better! While now, the young people, they don't pay attention.

-They don't offer sometimes to bring you back something?

-They won't even come to ring at your door to see if you're okay, if you're... No, never.

Aware that she has an essential role, sometimes the only link to the outside world, Sabrina tries nevertheless to keep her distance, above all to protect herself.

-It's true that, when people pass away, things like that, it's true that... that it touches you because you get very attached to people. But, well, death doesn't frighten me. I knew what I was getting into as far as a profession. You know that there is death at the end. That's life.

Among the beneficiaries of Sabrina's care are Juliette and Lucien, a couple in their seventies.

-Lucien, shall we go to the bedroom? Get you to bed, okay? Come on, come with me.

Lucien is half-lying down on the dining room table. A sufferer of multiple strokes, he is barely conscious. He makes non-stop trips to

arrêt des aller-retour entre son domicile et l'hôpital.

-J'essaie toujours de le stimuler, de le faire aller de l'avant, de prendre toujours un petit temps pour vraiment être avec lui, essayer de communiquer même si c'est difficile, même s'il ne répond pas, même... voilà. Je garde toujours ce contact par le toucher, par des gestes doux. C'est vrai que du coup ça marche ! On arrive à lui faire faire des choses en passant par ça, quoi !

Alors ici, outre les tâches ménagères, Sabrina vient surtout épauler son épouse.

-Elle m'aide bien, et puis des fois on discute, ce qui ne gêne rien. Étant donnée la situation que je vis avec mon mari ça me fait un petit... un peu d'air frais parce que c'est lourd, dites, depuis 13 ans qu'il est malade.

-Moi, je suis... Je suis pas membre de la famille. Je suis quelqu'un... un tiers. Donc c'est des fois plus facile de me parler à moi. Il y a certaines personnes qui portent tout toutes seules donc elles veulent pas être en plus une charge pour leurs enfants. Donc c'est vrai que c'est plus facile de se confier à moi.

Le maintien à domicile est parfois une solution précaire, notamment en cas de pathologie lourde telle que la maladie d'Alzheimer. Et malgré les aides comme l'APA, l'allocation personnalisée d'autonomie, la dépendance devient difficile à gérer au quotidien, en particulier pour les proches.

-On fait ce qu'on peut, hein. Le matin, je m'occupe de son petit déjeuner. Je m'occupe des repas et puis des soins. Chaque fois je suis très fatiguée. J'arrive plus à assumer. Alors justement en ce moment je pense sérieusement le faire placer dans une maison de retraite. Autant qu'il soit dans un environnement qui lui conviendrait. Et même mes enfants, ils pensent que c'est plus possible.

Mais les maisons de retraite coûtent cher: 1500 euros en moyenne par mois. Et le nombre de places est limité. Dans la plupart des cas, c'est le dernier recours pour la famille. Alors avec l'espérance de vie en constante augmentation les services à la personne à domicile ont de longs jours devant eux.

and from his home and the hospital.

-I always try to stimulate him, to get him going, always to take a little time to be with him, to try to communicate, even if it's difficult, even if he doesn't respond to me. I always keep contact with him by touching him with gentle movements. It's true that... as a result, it works! We succeed at getting him to do things by this method!

So here, aside from the household chores, Sabrina above all to help his wife.

-She really helps me, and sometimes we talk, which doesn't do any harm. Given the situation I live in with my husband, it gives me... a breath of fresh air because it's been a burden...he's been ill for 13 years.

-As for me, I... I'm not a member of the family. I'm a third party, so sometimes it's easier to speak directly to me. There are some people who carry everything all alone, and she doesn't want to be an additional burden on her children. So it's true that it's easier to confide in me.

In-home care is sometimes a precarious solution, especially with a difficult illness such as Alzheimer's disease. And despite help from the APA, the home care benefit, having a dependent is difficult to handle on a daily basis, especially for the family.

-We do what we can in the mornings. I fix his breakfast. I take care of the meals and look after his care. Each time, I'm very tired. I can no longer handle it, so precisely because of that, I'm now seriously thinking about putting him in a retirement home. It would be better if he were in an environment that would suit him. Even my children think it's no longer possible.

But retirement homes are expensive. Fifteen hundred euros on average per month, and the number of places is limited. In most cases, it's the last resort for families. So, with life span continually increasing, personal services at home are here to stay.

1. tous les soirs, le matin - la régularité s'exprime soit avec l'adjectif 'tout' accordé en genre (masculin ou féminin) et en nombre (singulier ou pluriel)ou simplement avec l'article défini au

singulier (le, la l').

2. c'est plus moi / qu'on soit plus là - Notez la prononciation du s quand 'plus' signifie 'davantage'.

Écoutez les exercices de prononciation du cours débutant 34