

PAPYRUS



PB-PP|B-01478
BELGIE(N)-BELGIQUE

Bureau de dépôt
Bruxelles X - P204025

Trimestriel n° 84/2020 - HIVER

le magazine de



ACTIVITÉS

Histoire et anthropologie
du masque

SENIORS ET DÉPENDANCE

Porter un regard différent
sur le vieillissement



Sylvain Etchegaray

Direction



Marin Buyse

Chargé d'étude



Corinne Rosier

Administration - Papyrus



Christine Huclin

Secrétariat



Brabant-Wallon

Emmanuelle Kuborn

010/22 93 54
Avenue des Déportés 31-33
1300 Wavre
emmanuelle.kuborn@ago-asbl.be



Hainaut-Namur

Valérie Renard

081/24 03 53
Rue Bas de la place 35
5000 Namur
valerie.renard@ago-asbl.be



Bruxelles

Aurélie Hooreman

02/209 49 31
Place de la Reine 51/52
1030 Bruxelles
flpb@mutplus.be



Liège

Marie-Blanche Ziane

04/229 74 62
E40 Business Park Rue de Bruxelles 174 G
4340 Awans
marie-blanche.ziane@ago-asbl.be



Hainaut Centre

Olivia Strano

064/84 84 67
Rue Anatole France 8
7100 La Louvière
olivia.strano@ago-asbl.be



Luxembourg Nord

Andreea Genatzy

061/21 50 80
Rue des Jardins 54
6600 Bastogne
andreea.genatzy@ago-asbl.be



Hainaut Ouest

Pierre Tromont

069/34 38 39
Rue Morel 9
7500 Tournai
pierre.tromont@mutplus.be



Rue de Livourne 25
1050 Bruxelles

02/538 10 48

02/542 87 45

info@ago-asbl.be

www.ago-asbl.be



Suivez-nous aussi sur Facebook

IBAN : BE08 3100 0051 6513

BIC : BBRUBEBB

N° entreprise : 413 720 836



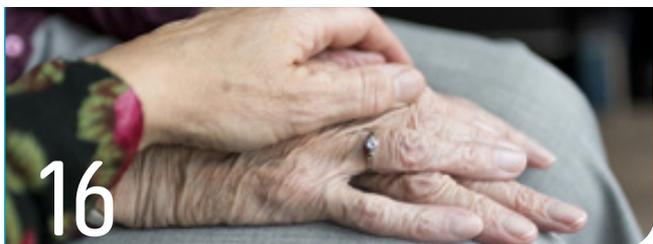
4



9



6



16



ACTIVITÉS

Histoire et anthropologie du masque

4

Survivre au fascisme et à l'isolement

5

Empreinte numérique : quelles traces laissons-nous sur le net ?

6

Agenda

7

Bon plan : l'entretien au naturel

8

Exposition Andy Warhol

9



ACTUALITÉ

Nouvelles du secteur des pensions

10



PUBLICATIONS

Seniors et tourisme de masse - Nous sommes tous concernés

11

Seniors et dépendance - Porter un regard différent sur le vieillissement

13

Brochures seniors MR/ÂGO

15



DIVERS

Fecosedi - Fédération des Centres de Coordination de Soins et de Services à Domicile Indépendants

16

EDITO

Le « monde d'après » se prépare aujourd'hui

En relisant ce magazine avant son envoi à l'impression, nous réalisons avec étonnement que le coronavirus, cette Covid-19 devenue si familière et omniprésente dans nos vies, n'apparaît finalement que peu dans ces pages...

Et pourtant, nous ne vivons pas dans une bulle coupée de tout, loin de là, et notre association, comme l'ensemble de la société, est fortement impactée par cette crise qui semble parfois s'imposer comme une nouvelle et définitive réalité.

Pour des raisons de prudence sanitaire, nos activités sont en effet régulièrement annulées, et le contact avec vous (notre raison d'être !) est bien plus difficile. Tout est ralenti, incertain...

La tentation peut être présente de baisser les bras. Or, s'il s'agit bel et bien d'une nouvelle réalité, il est aussi capital de se rappeler que celle-ci n'est pas définitive. La vie continue, et cette crise ne doit pas nous faire perdre contact avec la société. Le monde avance, même confiné, et les décisions prises par les politiques durant cette crise s'imposeront peut-être comme les lois de demain.

En cette fin d'année 2020, nous avons su ensemble nous réinventer, changer de nom, de logo, et donner ainsi un nouvel et bel élan à notre association..!

Nous espérons maintenant que nous pourrions réinventer positivement 2021.

Nous souhaitons qu'ensemble, nous puissions reprendre nos rencontres, nos échanges, votre participation, vos idées, vos projets...

Ceci n'est pas une fin.

Demain existe.

A nous de le saisir...



Sylvain ETCHEGARAY
Directeur



Chantal BERTOUILLE
Présidente



Histoire et anthropologie du masque

Masque vs anti-masques ? Quelles questions soulèvent le fait de dérober son visage ? Toutes les civilisations utilisent les masques, plus connus que la roue et le harpon. Dès les premières manifestations de l'animisme, le masque est apparu dans les fêtes et les rituels humains. Le théâtre et le travestissement, culturel ou divertissant, en ont fait grand usage eux aussi. Mascarades, processions, carnivals... les masques proscrits par les usages chrétiens ont perduré dans les traditions païennes, et sous couvert de quelques aménagements, dans les fêtes traditionnelles chrétiennes. Plus tard, Carl Gustav Jung reprend le concept de persona dans sa lecture psychanalytique des comportements. En politique, le masque sert encore actuellement à protéger des prises de positions « anonymous ». Histoire, religions et anthropologie des masques sont indissociables, passionnantes et intemporelles.

Un cycle d'activités en collaboration avec **Geneviève Lacroix**, historienne, pour développer ensemble un regard critique et historique sur le masque, cet objet – parfois polémique – devenu si soudainement omniprésent dans nos vies.

 Des activités sont prévues près de chez vous, contactez vos animateurs (coordonnées en page 2) ou rendez-vous dans l'agenda sur www.ago-asbl.be pour avoir toutes les infos.

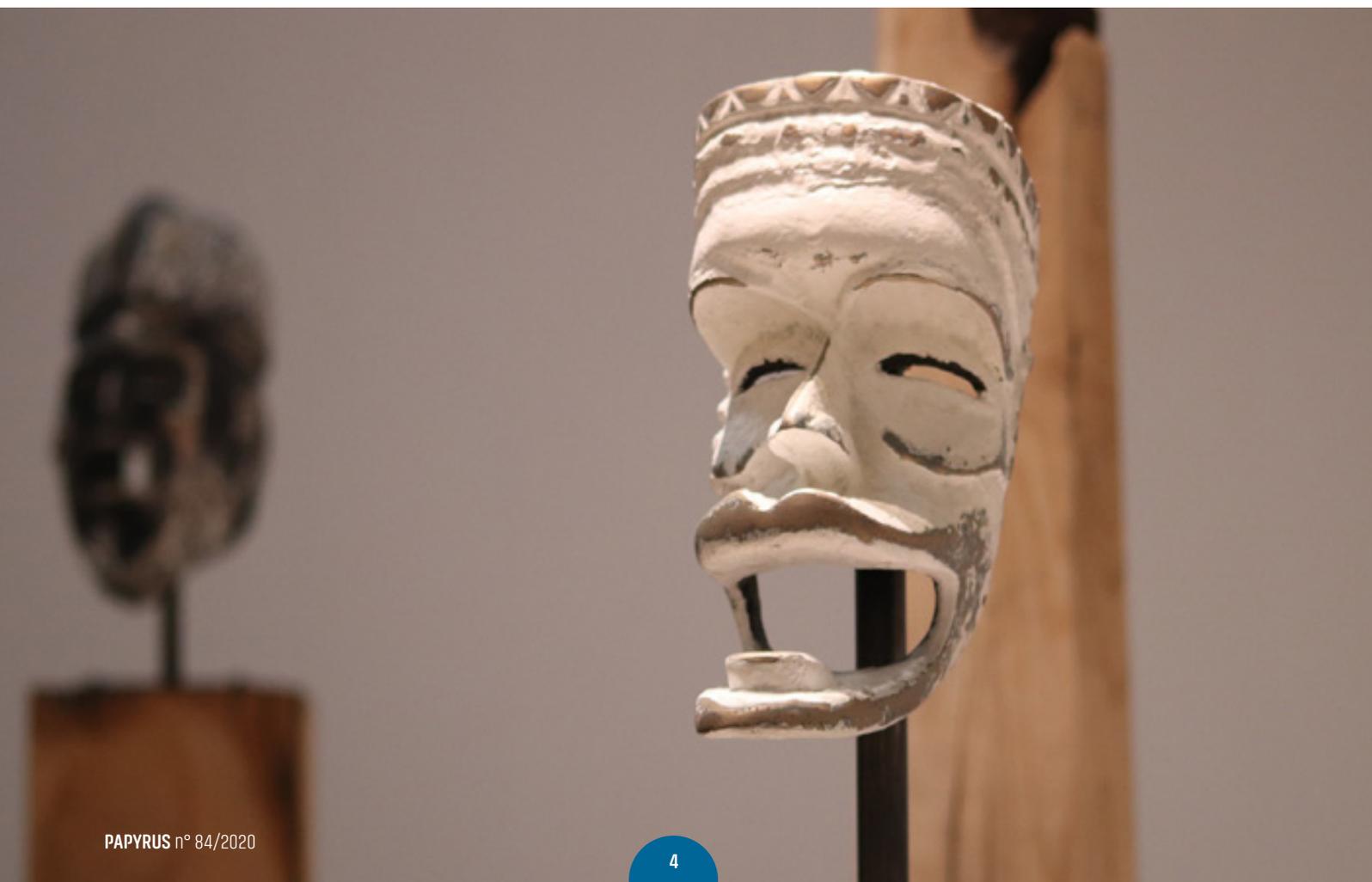
21 janvier : Bruxelles **10h30**

28 janvier : Résidence Services de Hotton **15h**

4 février : Namur **14h**

8 février : Bastogne **14h30**

18 février : Rochefort **14h**





Survivre au fascisme et à l'isolement



Crédit photo : Cercle Jean Rey - Musée Schindler (Cracovie) 2018

Face à la montée de l'extrême-droite en Europe et dans le Monde, face aux déchainements irrationnels de colère et d'intolérance qui apparaissent parfois sur les réseaux sociaux, les membres de l'asbl Âgo pensent que la Mémoire est un outil capital pour apprendre à mieux lutter contre ces dérives potentielles.

La situation sanitaire actuelle incite de même à être extrêmement prudent : c'est dans les moments de crise qu'il faut être attentif à la santé de notre démocratie et aux dérives sécuritaires potentielles.

Une rencontre exceptionnelle avec **Dora Scherber**, membre des *Territoires de la Mémoire asbl*, qui nous livrera son témoignage, celui d'une enfant juive de 12 ans cachée à partir de janvier 1943 pour échapper aux persécutions et au processus d'extermination nazi. Ce témoignage résonnera de deux façons bien distinctes, à la fois d'un point de vue politique (quels sont les points communs entre les années 30 et aujourd'hui ?) et plus personnel. En effet, même s'il est évidemment hors de question de comparer le vécu d'une enfant se cachant pour sauver sa vie à celui d'adultes isolés pour éviter le coronavirus, la question du confinement et de l'isolement se pose cependant dans les deux cas, avec les questions liées de l'espoir, de la lutte, et de la solidarité.

Cette rencontre sera précédée de la visite de l'exposition « *Plus jamais ça ! Parcours dans les camps nazis pour résister aujourd'hui* », à la Cité Miroir, une exposition qui évoque le cheminement des déportés dans les camps nazis.

Une journée pour rappeler que la Mémoire et l'Histoire ne sont pas des matières mortes et dépassées, mais bien des outils vivants, des moyens de réflexion et d'analyse qui permettent de jeter un regard neuf et sensible sur le monde actuel.

i Jeudi 21 janvier 2021

10h30 : Circuit audio-guidé « *Plus jamais ça* » à la Cité Miroir, Place Xavier Neujean, 22 à 4000 Liège.

12h00 : Repas au restaurant « *Racines* » au rez-de-chaussée.

14h15 : « *Survivre au fascisme et à l'isolement* », le témoignage de Dora Scherber

☎ Marie-Blanche - 04/229 74 62



Empreinte numérique : quelles traces laissons-nous sur le net ?

En moyenne, nous passons cinq heures par jour sur internet dont plus d'une heure sur les réseaux sociaux..! Tout ce que nous y faisons, lisons, ou partageons, laisse des traces ; ces traces constituent notre Empreinte Numérique. Certaines peuvent être choisies et positives (commentaire, texte, production visuelle...), mais d'autres peuvent être involontaires (voire insoupçonnées). Quelles sont-elles exactement ? Est-ce un problème ? Qui y a accès ?

Ces traces peuvent aussi constituer notre identité virtuelle, une identité parfois complètement construite, où la représentation de soi (parfois à des fins purement mercantiles) s'éloigne de la vie réelle. Cette fracture entre réalité et virtuel, avec l'apparition d'*influenceurs* qui monnayent leur existence et sont pour certains de véritables exemples pour les jeunes, peut-elle se révéler toxique ?

Enfin, la gestion de ces traces implique un besoin de mémoire et donc de serveurs gigantesques et énergivores. Comment alors limiter les conséquences de son empreinte et la contrôler au mieux ? Comment, en définitive, surfer en toute sécurité ?



Des activités seront prévues près de chez vous, en mars 2021.

Contactez vos animatrices et animateur (coordonnées en page 2) ou rendez-vous dans l'agenda sur www.ago-asbl.be pour avoir toutes les infos.





En raison de la situation sanitaire, nous avons été contraints d'annuler de nombreux événements. Les activités annoncées ici seront a priori maintenues mais assurez-vous au préalable de la tenue de l'activité qui vous intéresse soit en contactant l'animatrice ou animateur concerné (voir page 2) ou en vérifiant sur notre site www.ago-asbl.be.

LIÈGE

i Marie Blanche - 04/229 74 62

7 janvier - 10h30 - En Vinâme d'Ile 9, Liège
« **La 5G, l'influence sur le corps humain, sur la faune, la flore, les compteurs connectés** »

26 janvier - 14h00 - En Vinâme d'Ile 9, Liège
« **Silver marketing ou comment la publicité cible les seniors** »

28 janvier - 14h30 - Hall Germis, Loncin
Projection et débat « Guy, Maguy, Georges et les autres », qui interroge sur l'isolement et la solitude que vivent les seniors dans la société d'aujourd'hui.

4 février - 14h00 - En Vinâme d'Ile 9, Liège
Projection et débat « Si tous les Anthony du monde », qui interroge sur la problématique des migrants.

11 février - 14h30 - Hall Germis, Loncin
« **La fracture numérique des seniors** »

Ans

i Josette Jakers 0495/47 60 62

18 mars - 14h30 - Hall Germis, Loncin
« **Le Langage jeune pour les grands-parents pas encore web 2.0** »

LUXEMBOURG-NORD

i Andreea - 061/21 50 80

7 janvier, 4 février, 11 mars et 1^{er} avril - 13h30 - Bastogne
"Cycle Histoires Art" : Café-rencontres pour discuter de la société à travers les démarches artistiques diverses.

NAMUR

i Valérie - 081/24 03 53

Ateliers "Home organizing : ranger et désencombrer sa maison pour se faciliter le quotidien"

GRUPE 1 : **3 mars - 13h à 16h30** - Rochefort
GRUPE 2 : **10 mars - 9h à 12h30** - Namur
PAF : 10€

Ateliers « Mémoire »

5 et 19 janvier, 2 et 16 février, 2, 16 et 30 mars
10h à 11h30 - Rochefort

Ateliers informatiques

4 et 25 janvier, 22 février - 9h à 12h - Namur





Bon plan : l'entretien au naturel

Suite à notre enquête réalisée en juillet dernier sur votre vécu quotidien durant le confinement, la majorité des répondants ont exprimé le fait qu'ils ne fabriquaient pas ou peu de produits ménagers eux-mêmes.

Les produits d'entretien « classiques » sont pourtant polluants et onéreux. Vous lancer dans des recettes compliquées ne vous intéresse pas ?

Il est déjà possible d'utiliser quelques ingrédients de base que vous avez, pour la plupart, directement sous la main, ou que vous pouvez vous procurer facilement en grande surface ou en droguerie.

C'est pratique, économique, écologique, et meilleur pour la santé !

Voici quelques exemples...parfois moins connus :

Citron	<ul style="list-style-type: none"> ● ½ citron placé dans le frigo neutralise les mauvaises odeurs ● Mélangé à un peu de sel, le jus de citron récuré en un éclair vos objets en cuivre ● Frotter ½ citron sur des taches d'herbe fraîches sur un vêtement avant de le laver directement en machine ● Enlève les traces de moisissure sur le bois
Cendre de bois	<ul style="list-style-type: none"> ● Engrais pour les pelouses et les tomates principalement ● Répulsif contre escargots et limaces (si elle reste sèche !) ● Fait fondre la glace et la neige sur vos terrasses, allées... ● Nettoie la vitre de votre poêle à bois
Terre de Sommière	<ul style="list-style-type: none"> ● Antipuces pour vos animaux de compagnie ● Utilisée exclusivement à sec, elle a un effet « buvard » et absorbe principalement les taches de graisse sur les vêtements, tapis, pierres naturelles, parquets... Saupoudrez la tâche, laissez agir une nuit, brossez, aspirez !
Vinaigre	<ul style="list-style-type: none"> ● Les pulls en laine trempés 24h dans de l'eau vinaigrée gardent leur souplesse, leurs couleurs et ne feutrent pas ● Une dose de vinaigre remplace avantageusement votre adoucissant (+ quelques gouttes d'huile essentielle)
Pierre d'argile	Nettoie toutes les surfaces lavables à l'eau, dégraisse, polit, lustre...sans rayer !
Marc de café	<ul style="list-style-type: none"> ● Engrais ● Répulsif efficace contre les pucerons, limaces et fourmis ● Désodorise et entretient les canalisations (il suffit de le jeter dans l'évier...)
Microfibre	<ul style="list-style-type: none"> ● utilisés à sec, les chiffons en microfibre sont électrostatiques et captent la poussière ● humides, elles nettoient plus efficacement avec moins de produit, voire uniquement de l'eau. En évitant l'eau de Javel, l'adoucissant et le sèche-linge, on peut les laver jusqu'à 300 fois
Sel	<ul style="list-style-type: none"> ● une poignée dans une baignoire d'eau tiède pour raviver les couleurs d'un vêtement ● mélangé à du vinaigre bouillant, c'est un excellent désherbant pour vos allées et terrasses, loin de toute culture !



Exposition Andy Warhol

La Boverie à Liège est devenu un lieu incontournable en matière d'exposition d'œuvres d'artistes mondialement connus tels que Salazar, Picasso, Chagall, Ensor, Magritte, Delvaux et bien d'autres encore.

Cette fois, La Boverie fait honneur à Andy Warhol, le pape du Pop Art. L'exposition rassemble des œuvres les plus célèbres de cet artiste hors norme, elles proviennent des plus grands musées du monde et de collections privées. Le temps de l'exposition, la Factory s'installe en bord de Meuse.

N'hésitez pas à aller voir cette exposition tout à fait exceptionnelle qui sera visible jusqu'au **28 février 2021**.

Possibilité de visite guidée pour les groupes, de combiner avec la visite de l'exposition Toutankhamon ou Giacometti ou encore de combiner l'exposition avec la collection permanente.



Informations :

Warhol, The American Dream Factory – Parc de la Boverie, 3 à 4020 Liège - 02/549 60 49
www.expo-factory.be – info@expo-factory.be

Visite individuelle : 17€ (adultes) / 14€ (65+) / 13€ (groupes de min 15 pers)

Visite guidée Âgo :

14 janvier, organisée par la FLPB
 PAF : 13€ pp

☎ Aurélie : 02/209 49 31



Crédit photo : Tempora



Nouvelles du secteur des pensions

par André Bertouille, Expert Pensions AGO

Différentes options pour le gouvernement Alexander De Croo

Pour le nouveau gouvernement De Croo, avec la participation du MR et de l'Open VLD, il y a peu de commentaires au sujet du chapitre « Pensions » de la déclaration gouvernementale.

C'est pascal LORENT, dans le journal Le Soir, qui évoque d'abord les différentes options, puis le « plan Tandem » et le montant des pensions calculé sur la base de tantièmes.

1. Les différentes options

« Exit la pénibilité donc. Elle n'apparaît pas dans la déclaration gouvernementale. Il faudra trouver autre chose pour prendre en compte une réalité physiologique : dans certains secteurs, dans certaines professions, le corps ou le mental ne permet pas de continuer à travailler au-delà d'un certain âge. Explicitement évoquée, la pension à mi-temps, héritage de la feu suédoise, est une des options retenues par la coalition Vivaldi, à condition de l'adapter. Car dans sa formule précédente, elle était inaccessible à une série de personnes, principalement des femmes ne disposant pas du nombre d'années de carrière requis. De plus, cette solution ne convient guère aux syndicats qui craignent que le travailleur pensionné à mi-temps n'entame déjà son capital pension avant l'heure et reçoive moins une fois qu'il aura pris sa retraite complète. Pour garantir le succès de la formule, il faudra donc la revoir. »

2. Le plan Tandem

« Une autre piste envisagée dans l'accord de gouvernement est de favoriser le transfert de savoir-faire entre les générations de travailleurs. Derrière cette ellipse se dissimule le Plan Tandem qui consiste à octroyer un crédit temps à mi-temps pour les travailleurs de 60 ans et plus et à engager le jeune qui le remplacera. Son avantage, qui pourra inspirer la nouvelle mouture de la pension à mi-temps, c'est que le travailleur continue à percevoir des droits complets pour sa pension à venir. (...) »

Les deux autres options encore envisagées par le nouveau gouvernement fédéral sont « des fins de carrières adoucies, de la formation et de la réorientation au long de la carrière ». Des choix encore évasifs et qui ne sont pas sans poser de questions. Les fins de carrière adoucies ramènent soit à des crédits-temps, soit à des réductions du temps de travail négociées dans les secteurs (ce qui réinstalle alors des régimes spécifiques), soit au choix du temps partiel qui pénalise le salarié au niveau du montant futur de sa retraite.

La formation et la réorientation partent du principe que la carrière n'est plus linéaire et qu'une personne, moyennant un apprentissage continu peut se réorienter durant son parcours vers des fonctions moins éprouvantes lui permettant d'atteindre l'âge de 67 ans en restant active. (...) Cette mobilité professionnelle ne s'applique toutefois pas à l'ensemble des trajectoires surtout au sein des métiers peu qualifiés qui sont souvent parmi les plus pénibles. »

3. Les pensions calculées sur la base de tantièmes

« En outre, la question de la formation amène celle de la stratégie des entreprises. Actuellement, nombre d'employeurs renoncent à former leurs travailleurs au-delà de 45 ou 50 ans, ceux-ci étant jugés trop vieux. (...) »

Ce constat démontre donc qu'il faudra sans doute des incitants fiscaux pour convaincre les entreprises de former leur personnel âgé (en s'assurant que les heures de formation sont équitablement réparties et pas seulement liées à un ratio du chiffre d'affaires).

Il met également en lumière la situation des travailleurs âgés licenciés. (...) Ce dernier point sera d'autant plus essentiel que, même si la Vivaldi a tourné le dos à la pension à points, le montant des futures retraites sera calculé sur la base de tantièmes. Des carrières écourtées accoucheront donc de pensionnés pauvres. Un risque social et démographique qu'aucun gouvernement ne pourra se permettre. »



Seniors et tourisme de masse – Nous sommes tous concernés

Avec la participation d'EcoConso, Âgo a organisé plusieurs conférences sur le tourisme de masse. Nous avons évoqué l'explosion de cette industrie en réfléchissant, ensemble, sur des cas concrets : Venise, Paris, ou encore Bruxelles et évidemment Bruges (8 millions de visiteurs chaque année). Quelles sont les conséquences du tourisme et comment, à notre échelle, de manière concrète, pouvons-nous agir ? Pourquoi privilégier le *slow tourism* au *fast tourism*, le local à l'exotisme, ou encore l'éthique et l'équitable aux compagnies *low cost* ?

Nous ne pouvons plus nier l'inégalité des retombées économiques, ni l'exploitation des populations et la dégradation des milieux, ni la folklorisation et l'affaiblissement de la diversité culturelle, ni la lourde empreinte écologique.

La croissance de l'industrie touristique semble inarrêtable : l'Organisation Mondiale du Tourisme enregistre 1,4 milliard d'arrivées de touristes internationaux pour l'année 2019 (contre 600 millions,

20 années auparavant)¹. Sans compter les touristes qui voyagent à l'intérieur de leurs propres frontières – bien plus nombreux...

La crise sanitaire pose évidemment de nouvelles questions ; la donne semble changer. L'industrie touristique s'est effondrée, les avions ont été cloués au sol, les frontières ont été provisoirement fermées : nos vacances se sont passées en Europe, voire en Belgique. On se souvient des trains bondés pour atteindre la mer, du succès des villages de Wallonie. Nous avons été contraints – pour le meilleur, peut-être – de pratiquer un tourisme local. Pour autant, rien n'indique que l'industrie touristique ne retrouvera pas, avec le temps, son fonctionnement normal, sa vitesse de croisière : à toute allure !

Dans cette analyse, nous proposons d'aller plus loin dans la réflexion et de discuter ce que l'on appelle couramment le *tourisme de masse*. Finalement, en quoi serions-nous tous concernés ?

Le tourisme de masse

Déjà au 17^{ème}, l'élite aristocratique faisait parcourir l'Europe à sa jeunesse dans des voyages initiatiques appelés *Grands Tours*. Ce tourisme se voulait une recherche d'authenticité, une quête d'apprentissage, un besoin de distinction... L'équivalent de notre année sabbatique ou notre Erasmus !

Par la suite, le tourisme va devenir une activité de loisir de plus en plus accessible : il n'est plus réservé aux élites. En effet, au 20^{ème}, toute une partie de la population des pays industrialisés, grâce aux congés payés, peut s'offrir des vacances². Depuis quelques décennies, le développement économique de pays anciennement à la marge³, la Chine en tête, crée de nouveaux réservoirs touristiques – ce ne sont plus seulement des régions où l'on voyage, mais d'où l'on part. La Chine compte environ 143 millions de départs internationaux en 2017, alors qu'elle en enregistrait près de 5 millions il y a 20 ans⁴. L'Organisation Mondiale du Tourisme estime que ce nombre doublera d'ici 2027⁵.

Le tourisme se mondialise, se diversifie, se démocratise jusqu'à être un objet de revendication. En

effet, la démocratisation du tourisme doit aussi passer par son ouverture à l'ensemble de la population : il doit devenir accessible à tous (l'âge, le handicap ou la précarité ne peuvent plus être un frein)⁶. L'offre touristique doit s'adapter à une demande croissante de besoins particuliers : il faut prendre en charge la santé, faciliter les déplacements, etc. Ceux qui hier ne voyageaient pas, sont aujourd'hui intégrés à la masse des touristes.

Les seniors sont en cela un parfait exemple. Ils sont toujours plus nombreux à voyager. En Belgique, pour l'année 2014, 37,8 % des plus de 65 ans avaient fait au moins un voyage : alors qu'ils sont 51,3 % en 2018 – ce qui est moins que la moyenne nationale tout âge confondu (67,7 %) mais supérieur à la moyenne pour les seniors de l'Europe des 27 (48,8 %)⁷.

Le tourisme est une pratique récente qui se transforme continuellement, si bien que « les seniors d'aujourd'hui ne sont pas les personnes âgées d'hier⁸ ». La génération des *baby boomers*, aujourd'hui seniors, voyage différemment que ses parents : ils auraient une « culture du voyage » et une volonté d'indépendance⁹. Évidemment, il est toujours mal



aisé de parler d'un marché propre aux aînés : l'âge n'est, bien heureusement, pas le seul déterminant de leurs pratiques touristiques !

Retenons que le vieillissement de la population pourrait être l'une des tendances mondiales qui va le plus impacter l'industrie touristique¹⁰.

Les touristes de la masse...

Alors que la massification du tourisme est une réalité historique, on parle couramment de *tourisme de masse* pour qualifier les travers de cette industrie.

Le tourisme de masse est bien souvent défini en opposition aux multiples formes du tourisme alternatif, comme deux pôles d'un même continuum. Dans cette perspective, le tourisme de masse serait constitué de cet agrégat de vacanciers, dénué d'autonomie, qui consomme le voyage comme un bien standardisé. Ceux-ci font la file devant les monuments, pour voir et photographier ce qu'il est recommandé de visiter, ils suivent le troupeau avant de s'étendre sur le sable. Ils agiraient en bétail, regarderaient passer les bateaux de plaisance. Évidemment, il est presque impossible de définir la frontière entre bon et mauvais tourisme, sans recourir à ces clichés éculés.

« Ainsi, tout ce qu'il peut y avoir d'appareusement irrationnel dans le comportement touristique est rejeté sur la tête d'un touriste de référence et attribué à la mode, à l'obscurantisme, à la bêtise humaine ou à l'aliénation¹¹. »

... Existent-ils vraiment ?

Il faut comprendre que le tourisme, comme la plupart des biens de consommation, se développe selon un principe perpétuel de distinction, par les couches supérieures qui innovent dans leurs pratiques touristiques, et d'imitation, par les couches inférieures qui se les réapproprient¹². Autrement dit, il y a d'un côté les touristes qui appartiennent à la masse, de l'autre ceux qui ont les moyens (sociaux, culturels et évidemment économiques) de s'en différencier. Le tourisme de masse n'est-il finalement pas une manière de stigmatiser les pratiques des autres pour valoriser les siennes ?

Ce qu'on appelle le *tourisme alternatif* reste en effet pleinement intégré à l'industrie touristique : il est simplement moins populaire, moins démocratisé. Pourtant, fort est à parier que ce mode de voyage deviendra, lui aussi, à la mode. Si toutes les manières de voyager appartiennent désormais à la nébuleuse touristique, **le tourisme de masse relèverait-il d'un pléonasme ?**

Réfléchir sur le tourisme demande avant tout que nous sortions de ce manichéisme entre bons et mauvais touristes. Souvenons-nous que la masse, ce n'est pas que les autres : nous sommes tous concernés !

- Le tourisme est une industrie qui ne cesse de croître. Sommes-nous condamnés à la restreindre, alors qu'il s'agit d'un acquis démocratique, ou à plaindre les effets destructeurs d'un phénomène incontrôlé ?
- Les seniors sont de plus en plus intégrés à l'industrie touristique : comment peuvent-ils contribuer, par leur expérience, par leur rythme de vie, à *voyager autrement* ?

Si vous voulez en savoir plus, consultez notre analyse Âgo ! Vous pouvez la commander au 02/538.10.48 ou à info@ago-asbl.be.

Références

- 1 *Faits saillants du tourisme. Edition 2019*, Organisation Mondiale du Tourisme, Madrid, 2019.
- 2 Boyer, Marc, *Le tourisme de masse*, Paris, L'Harmattan, 2007, p. 107.
- 3 Sacareau, Isabelle, Benjamin Taunay, et Emmanuelle Peyvel. *La mondialisation du tourisme. Les nouvelles frontières d'une pratique*, Rennes, Presses Universitaires de Rennes, « Espace et territoires », 2015, 264 pages.
- 4 Données de la Banque Mondiale. <https://donnees.banquemondiale.org/indicateur/ST.INT.DPRT?locations=CN>, Consulté le 29 mars 2020.
- 5 OMT, 2019
- 6 *Accessible Tourism for All: An Opportunity within Our Reach*, World Tourism Organization, Madrid, 2016.
- 7 « Tourism trends and ageing », Statistics Explained, Eurostat, Février 2020.
- 8 Le Serre, Delphine, et Corinne Chevalier, « Quand le vieillissement démographique génère des opportunités : Le nouveau marché touristique des seniors français, comment l'appréhender ? », *Revue Française du Marketing*, 2013, pages 39-57, p. 40.
- 9 Pochet Pascal, Bernard Scheou, et François Soulage, « Le tourisme à l'âge de la retraite », *Conseil National du Tourisme*, 2001.
- 10 Tutek, Emanuel, « Tourism Megatrends. 10 things you need to know about the future of Tourism », *Horwath HTL*, 2015. <http://corporate.cms-horwathhtl.com/wp-content/uploads/sites/2/2015/12/Tourism-Mega-Trends4.pdf>, Consulté le 20 mars 2020.
- 11 Burgelin, Olivier, « Le tourisme jugé ». *Communications*, 10, 1967, p. 65-96.
- 12 Boyer, 2007.



Seniors et dépendance – Porter un regard différent sur le vieillissement

Dépendance et perte d'autonomie sont utilisées couramment comme « deux notions qui tournent autour de l'incapacité à effectuer seul sans aide les principaux actes de la vie quotidienne¹ ». L'une et l'autre de ces notions se substituent pour renvoyer à une seule et même idée : le naufrage de la vieillesse.

Il s'agit en fait d'une « parade institutionnelle² », car l'autonomie et la dépendance ne sont pas « les deux faces d'un même miroir³ ». Nous allons voir que nous pouvons être à la fois dépendants et autonomes.

La dépendance n'est pas propre aux personnes d'un certain âge ; pour réaliser une tâche, nous dépendons toujours de quelque chose ou de quelqu'un. Il s'agit là de notre « condition humaine⁴ ». La dépendance n'étant en général pas unilatérale, mais réciproque, nous devrions d'ailleurs parler d'interdépendance. Ces relations d'interdépendance conditionnent l'exercice même de notre autonomie : être autonome ne signifie pas s'abstenir de tout lien, mais tirer profit de « ce qui nous tient », de ce qui nous soutient à l'extérieur⁵. Ce n'est pas qu'un principe ou qu'un idéal, c'est avant tout une pratique qui s'exerce au quotidien.

La canne d'une personne âgée illustre parfaitement cela. Elle peut se réjouir du soutien de sa béquille, ou se plaindre de ses difficultés pour marcher. Elle peut préférer prendre un parapluie pour refuser de paraître *vieille*, ou délaissier sa canne un moment pour le bras de son petit-enfant. La dépendance ne deviendra une perte d'autonomie que lorsque cette personne ne trouvera ni canne, ni parapluie, ni bras sur lesquels s'appuyer.

N'oublions pas que si la dépendance est évaluée selon des critères médicaux, elle n'en demeure pas moins vécue différemment selon les personnes : elles peuvent l'accepter, la dénier, la subir ou s'y résigner ; elles peuvent l'anticiper, la retarder, l'attendre ou l'appréhender ; elles peuvent s'en plaindre, la taire, la montrer, la cacher ou la revendiquer. On peut être acteur de sa dépendance.

Être autonome, ce n'est donc pas se détacher, mais s'attacher mieux : la canne, les lunettes comme le fauteuil roulant donnent à la personne âgée la capacité d'agir ; ces objets « constituent la personne, son corps et son monde, à tel point que s'en séparer est vécu comme une véritable mutilation⁶ ».

« L'AUTONOMIE EST FORTEMENT DÉPENDANTE DU FAIT QUE LES BESOINS FONDAMENTAUX D'UNE PERSONNE ÂGÉE SOIENT SATISFAITS⁷. »

L'autonomie passe par la maîtrise de nos dépendances, non par leur absence. Selon cette logique, l'adaptabilité n'est pas tant la marque d'une insuffisance que la capacité de maîtriser rationnellement son environnement¹². Il est alors absurde de ne considérer la dépendance que sous un angle médical : la précarité, le mal logement, l'isolement social, la fracture numérique sont autant d'éléments à prendre en considération pour soutenir l'autonomie des aînés.

Il ne faut bien évidemment pas adopter un point de vue naïf : des relations « raréfiées, appauvries et enfermantes », à la seule finalité fonctionnelle, peuvent entraîner le sentiment d'être un poids⁸. Les seniors sont placés dans une position inconfortable, celle du bénéficiaire, qui accentue le sentiment d'inutilité sociale : la relation d'aide ne fonctionne plus sur le donnant-donnant, sur la réciprocité, mais devient asymétrique. Devenir une charge pour ses proches est d'ailleurs une crainte fréquente chez les seniors, tiraillés entre le besoin de soutien et l'idéal d'autonomie⁹. « Nos dépendances ne nous paraissent acceptables que si elles se révèlent au service de notre autonomie¹⁰. » Et inversement, le support devient une contrainte lorsque la dépendance est associée à la mort, ou du moins à l'absence d'avenir¹¹.



- Comment comprendre cette confusion entre dépendance et perte d'autonomie ? Quelles en sont les conséquences ?
- En quoi les outils d'évaluation de la dépendance contribuent-ils à stigmatiser les seniors ? Pouvons-nous porter un regard différent sur le vieillissement que celui du jugement médical : la dépendance peut-elle être autre chose qu'une incapacité ?
- Si nous sommes tous liés par des relations d'interdépendance, pourquoi le qualificatif dépendant ne concerne-t-il que les personnes âgées ?

Si vous voulez en savoir plus, consultez notre analyse Âgo !

La perte d'autonomie est rarement soudaine et entière, elle n'est pas non plus dégradation linéaire de la santé, mais renvoie plutôt à « un continuum de situations incarnées par des pertes de capacités plus ou moins marquées¹³ ». Ce qui importe donc, c'est d'aider les personnes à disposer des ressources nécessaires, de les soutenir pour accroître leurs capacités aussi longtemps que possible, et ainsi participer au maintien de leur autonomie.

Références bibliographiques

- 1 Ennuyer, Bernard. 2013. « Les malentendus de l'« autonomie » et de la « dépendance » dans le champ de la vieillesse ». *Champ social*, Le sociographe, Hors série 6 (5): 139-57, p. 143.
- 2 « Habitat et vieillissement. Inventaire des formes de logements qui supportent l'interdépendance et l'autonomie des seniors ». 2015. *Fondation Roi Baudouin*, 218 pages, p. 21
- 3 Dagneaux, Isabelle. 2009. « Autonomie, dépendance, déficience,... plus que des mots ! » In *Des échelles pour prendre soin*, par Luc Perino, Marie-Pierre Vercruysse, Isabelle Dagneaux, et Jean-Marie Degryse, 94-106. Presses Universitaires de Louvain.
- 4 Tronto, Joan C. 2009. *Un monde vulnérable*. Paris: La Découverte., 239 pages, p. 212.
- 5 Daems, Amélie, Greg Nijs, et Sylvie Carbonelle. 2010. « L'expérience des déplacements quotidiens à mesure de l'avancée en âge : ce qui nous tient ». In *Penser les vieillesse*, 129-48. Seli Arslan.
- 6 Winance, Myriam. 2011. « 5. « Mon fauteuil roulant, mes jambes ». De l'objet au corps ». In *Humains, non-humains. Comment repeupler les sciences sociales*, par Sophie Houdard et Olivier Thiery, 57-64. La Découverte.
- 7 « Rapport mondial sur le vieillissement et la santé ». 2016. *Organisation Mondiale de la Santé*, p. 249.
- 8 Winance, Myriam. 2007. « Dépendance versus autonomie... De la signification et de l'imprégnation de ces notions dans les pratiques médicosociales (Commentaire) ». *Sciences sociales et santé* 25 (4): 83-91, p. 87.
- 9 Leider, Blanche, Jacques Marquet, Alice Tilman, et Myriam Ghilain. 2017. « Chapitre 4. Que signifie le bien vieillir ? Une définition anticipative et participative ». In *Le bien vieillir en Wallonie. Enjeux et prospective*, par Jean-Luc Guyot et Jacques Marquet, 131-80. Presses Universitaires de Namur, p. 137
- 10 Meire, Philippe. 1997. « Les malentendus de la dépendance : à qui profite la confusion ? » In *Le paradoxe de la vieillesse. L'autonomie dans la dépendance*, par Philippe Meire et Isabelle Neiryck. Savoirs et Santé. De Boeck, p. 129.
- 11 Gagnon, Éric, Manon Voyer, Paul Terreau, Nadine Lacroix, Geneviève Fournier St-Amand, et Marie-Christine Ouellet. 2016. « Autonomie et expérience de la dépendance chez les personnes âgées ayant subi un traumatisme craniocérébral ». *Service social* 62 (2): 49-63.
- 12 Daems et Nijs, 2010.
- 13 Nowiq, Laurent. 2014. « Habitats intermédiaires : De quoi parle-t-on ? » In *Vieillir chez soi. Les nouvelles formes du maintien à domicile*, par Laurent Nowiq et Alain Thalineau, 23-46. Le sens social. Presses Universitaires de Rennes, p.24.

Des ateliers « Équilibres » pour retrouver et maintenir l'autonomie des plus de 65 ans.

Les effets du vieillissement demeurent inévitables et ils ont un impact sur la vie quotidienne et la qualité de la vie.

« **Vieillir en restant actif** » est un programme de prévention proposé par l'Asbl **Educa Santé**, soutenu par le Centre Local de Promotion de la Santé en Province du Luxembourg (CLPS) et la Province. Il a été mis en place à l'initiative des CCCA et des CPAS de Tellin, Wellin, Libin. Le programme vise à agir globalement sur les différents facteurs de chute (l'équilibre, le manque d'activité physique, un environnement inadapté, une fragilité osseuse).

Étalé sur 10 semaines, il s'adresse aux personnes

de plus de 65 ans présentant un risque modéré de chute et habitant les entités de Libin, Tellin, Wellin. Il a pour objectifs :

- De maintenir et/ou améliorer l'équilibre et la condition physique
- De faciliter l'adoption et le maintien de comportements préventifs
- De retrouver et maintenir l'autonomie des personnes de plus de 65 ans vivant à domicile
- De lutter contre l'isolement

La prise en charge est assurée par des animateurs formés à la pratique et à la prévention des chutes par l'Asbl Educa Santé."

Françoise et Jean-Luc Paulet



BROCHURES SENIORS MR/ÂGO

Il y a 75 ans ... Devoir de Mémoire La libération des camps de concentration nazis

Cette publication comprend 2 parties.

- 1 « **La libération du camp de Breendonk en Belgique** », par Guy Petit, commissaire d'arrondissement honoraire et les discours prononcés le 18 septembre 2019 lors du 75^{ème} pèlerinage au Mémorial national du Fort de Breendonk
- 2 « **La libération du camp de concentration de Dora** », par André Bertouille, ancien Ministre, dont le père est décédé à Dora le 8 février 1945, il y a 75 ans "

Le Coronavirus ...Témoignages et réalités.

Les moments clés ne peuvent pas être oubliés :

17.11.2019 : premier cas en Chine

30.01.2020 : l'OMS décide l'urgence internationale

04.02.2020 : le premier cas est confirmé en Belgique

11.03.2020 : les trois premiers décès en Belgique

14.03.2020 : fermeture des écoles et des MR

18.03.2020 : instauration du confinement en Belgique

Notre publication couvre la période du confinement.

Des témoignages de décès dans les familles, chez des aînés, l'hospitalisation pendant le confinement, des parents bloqués à l'étranger ...

Ces mois de confinement ont permis aussi de se replonger dans ses racines, de rouvrir des livres et des albums oubliés.





Fecosedi

Fédération des Centres de Coordination de Soins et de Services à Domicile Indépendants

Vous êtes en perte d'autonomie, vous rencontrez un problème permanent ou passager lié à une maladie, un handicap ou simplement aux limites de l'âge ?

COSEDI ou ACDI coordonne un ensemble de services organisés en interne ou en collaboration avec des prestataires de soins (soins infirmiers, kinésithérapie, logopédie, etc.) et de services d'aide (repas, aide aux familles, aide-ménagère, transport, etc.) afin d'assurer le maintien à domicile dans les meilleures conditions possibles. Les coordinatrices/eurs se rendent gratuitement à domicile ou à l'hôpital pour une analyse des besoins de chacun.

Les centres de coordination suivent la réglementation de la Région wallonne ou de la

Commission communautaire française, suivant le secteur concerné. Le service est accessible par téléphone 24h sur 24 et 7 jours sur 7.

Vous pouvez également vous adresser aux centres de coordination pour la location ou l'achat de matériel médical. Certains centres organisent ce service, d'autres ont des partenaires privilégiés mais vous assureront toujours des prix avantageux. Il s'agit d'une aide à la marche (rollator, tribune, cannes, etc.), à la médication (aérosol, porte-baxter, etc.), à la prévention des escarres, à la toilette (rehausseur, chaise percée, etc.) ou de lits et accessoires (perroquet sur pied, table de lit, etc.). N'hésitez pas à appeler le centre de coordination de votre région afin qu'il vous conseille sur le matériel répondant au mieux à vos besoins.

COSEDI Bruxelles-Capitale

👤 Contact : Laurent Erpicum
Rue des Palais, 4 - 1030 Bruxelles
Tel. 02 218 77 72 - soins.a.domicile@mutplus.be

COSEDI Hainaut Ouest

👤 Contact : Debora Detemmerman
Rue Morel, 9 - 7500 Tournai
Tel. 069 34 38 34 - cosediho@mutplus.be

COSEDI Province du Brabant wallon

👤 Contact : Valérie Pétré
Avenue des Déportés, 31/33 - 1300 Wavre
Tel. 010 24 51 53 - soins.a.domicile@mutplus.be

ACDI Liège

👤 Contact : Pascale Schmitz
Rue de la Légende, 47 - 4141 Louveigné
Tel. 04 273 79 15 - info.acdi@celasbl.be

COSEDI Hainaut-Namur

👤 Contact : Caroline Charlotiaux
Place Gonsette, 4 bis à 6041 Gosselies
Tel. 078 15 10 00 - cosedi@mut409.be
www.cosedi.net

Service social ML Luxembourg

👤 Avenue de la Gare, 37 - 6700 Arlon
Tel. 063 24 53 17

