

VIEILLIR HEUREUX, UN DÉFI À RELEVER ENSEMBLE

Une nouvelle étude de l'Observatoire Spinoza

« Vieillir heureux : innover et changer de regard pour une société plus unie »
Sciences - Innovations - Inspirations - Propositions

Sous embargo jusqu'au 13 octobre 2022, 06h00

Au-delà de l'inéluctable vieillissement, que pouvons-nous faire pour nous permettre de vieillir plus heureux ? Aujourd'hui, les personnes de plus de 60 ans représentent 1/4 de la population française et pourraient en représenter 1/3 en 2040 (Santé Publique France). Bien vieillir constitue donc un sujet de mobilisation prioritaire sur lequel il faut agir et interpeller. Nos aînés font les frais d'une discrimination généralisée parce qu'ils sont "vieux" alors que la vieillesse, pilier essentiel de toute société, représente une richesse pour tous.

Pour changer de regard sur nos aînés, transformer l'imaginaire collectif autour de la vieillesse et tracer la voie d'une société de tous les âges, l'**Observatoire Spinoza (la branche recherche de la Fabrique Spinoza)**, soutenu par l'Agirc-Arrco, publie une étude scientifique qui revalorise la **vieillesse** dans ses habitudes de vie et ses relations, chez soi ou dans sa ville, dans son travail ou ses loisirs, dans ses émotions et ses espoirs, et **recense les nouvelles approches et innovations** en faveur du vieillir heureux.

Cette méta-étude* montre la nécessité de **lutter contre les stéréotypes et préjugés**, énonce des **propositions sociétales inspirantes** à destination des seniors, de la société civile, des décideurs économiques et politiques, et démontre, chiffres, recherches et exemples à l'appui, que la vieillesse peut être **active, joyeuse et citoyenne**.

Elle propose une approche différente de la vieillesse en s'appuyant sur **les sciences du bonheur** (expertises transdisciplinaires), **l'innovation sociétale** (inspirations et dispositifs dans les différentes sphères de la vie) et **l'expérience citoyenne** (témoignages et aspirations).

- ❖ Lire le dossier de presse [ICI](#)
- ❖ Lire l'étude [ICI](#)
- ❖ Lire les grands messages (p4 de l'étude) et la synthèse détaillée (p 12)

Déconstruire les préjugés et combattre l'âgisme pour changer de regard

78% des Français redoutent de vieillir (IPSOS, 2019). L'image négative véhiculée par le vieillissement dans notre société est synonyme de santé déclinante, maladie, perte d'autonomie, baisse des performances physiques et intellectuelles, illettrisme, inadaptation au travail, coût économique et social... Cette vision nocive voire culpabilisante impacte l'estime de soi, génère du

stress, découragement et affecte l'espérance et la qualité de vie de nos aînés. Pourtant, dans cette étude pluridisciplinaire, les scientifiques nous invitent à revoir notre référentiel et mettent en lumière l'incroyable potentiel de nos aînés dans tous les champs de la vie. Les seniors ont des compétences, des facultés et des talents que la société, fondée sur l'apparence et la performance, nie : sagesse, savoir-faire et expériences, transmission, intelligence émotionnelle et des relations humaines, lucidité accrue...

Comment réussir la société du vieillir heureux ?

Aujourd'hui, l'important n'est plus d'allonger la durée de vie mais d'améliorer la qualité de vie des personnes vieillissantes. C'est l'objet de cette étude qui vise à apporter de la connaissance pour agir dans les différents domaines de la vie et faire advenir la société du vieillir heureux. Pour bien vieillir dans son corps, dans sa tête et avec les autres, des propositions sociétales concrètes et novatrices sont à privilégier et à développer à grande échelle. À titre d'exemples :

- **VALORISER LA VIEillesse via l'essor d'initiatives intergénérationnelles en intégrant les personnes âgées dans l'ensemble des activités et sphères de la vie** (le soin, l'éducation, la politique, le travail, la cité...) pour réduire et adoucir la fracture générationnelle.
 - Exemple : proposer des aînés marraines et parrains professionnels au sein ou à l'extérieur de l'organisation, sur la durée, possiblement affiliés à Pôle Emploi.
- **DÉVELOPPER DES HABITATS ET TERRITOIRES ACCUEILLANTS ET VIVANTS dans lesquels nos aînés ont une vraie place.**
 - Exemple : Démocratiser, en rendant accessible, l'information relative aux intérêts des différents types d'habitat possibles pour favoriser la prise de décision : EHPAD hybride, habitat intergénérationnel, villages seniors, accueillants familiaux, etc.
- **FAVORISER LA SANTÉ POSITIVE ET LA PRÉVENTION**
 - Exemple : instaurer, généraliser et rembourser les ordonnances sportives, sylvestres et muséales pour les populations vulnérables.
- **ACCOMPAGNER LA (PRÉ)RETRAITE ET L'ENGAGEMENT DANS LA CITÉ**
 - Exemple : instaurer un label "Entreprise amie des seniors" et accompagner fiscalement les entreprises certifiées (inspirée des politiques d'égalité femmes-hommes) ; créer une "**Agence nationale de l'engagement senior**".
- **PERMETTRE LA SOCIALISATION DES AÎNÉS** pour les inclure pleinement dans la société, mais aussi la création et la multiplication de lieux/tiers-lieux intergénérationnels.
 - Ex : installer La Poste et autres entreprises publiques en référents de socialisation (inspiré du service de La Poste "*Veiller sur mes parents*") ; mettre à profit la "grande roue des relations" avec les occasions de lien pour les seniors
- **SOUTENIR L'ÉDUCATION AU NUMÉRIQUE** des aînés sur tous les territoires
 - Exemple : Sanctuariser un quota CPF pour un **droit à la formation numérique** post-retraite.
- **DÉVELOPPER LE "PRENDRE SOIN" ET ACCOMPAGNER LE SECTEUR MÉDICO-SOCIAL**
 - Exemple : Revaloriser les métiers de l'accompagnement par une revalorisation salariale et une conférence citoyenne des métiers, ainsi qu'une campagne de communication nationale.
- **COMMENCER UNE NOUVELLE VIE grâce à l'émergence de nouveaux métiers de l'accompagnement des seniors.**
 - Exemples : care manager (modèle suédois), life coach pour senior (univers du développement personnel), APPV [Assistant au Projet et Parcours de vie] (univers du handicap, chez Delta Plus par ex.), coordinateur de proximité du parcours de vie de la personne âgée (inspiré de l'[ITEV](#)).

Contacts presse : l'agenceRUP

Pascale HAYTER - 06 83 55 97 91
pascale.hayter@lagencerup.fr

Marlyn DUFETRELLE - 06 70 13 16 91
marlyn.dufetrelle@lagencerup.fr

* Étude issue de la compilation de 721 sources, à majorité académique, et couvrant plus de 15 pays).

Partenaire majeur de l'étude : l'Agirc-Arrco.

Partenaires officiels : Le département du Var, le département de l'Isère, la fondation Delta Plus, Groupe SOS Seniors, et le Réseau AMA-Sérénya

Partenaires pionniers : Snadom, l'Institut Transdisciplinaire d'Étude du Vieillissement (ITEV), MonSenior et Mobilians.

À propos de la Fabrique Spinoza

Créée en 2011, la [Fabrique Spinoza](#) est l'unique spécialiste en France du bonheur citoyen. Elle a acquis ses lettres de noblesse suite à des travaux pour l'ONU, l'OCDE, la commission Attali, le Parlement et l'Élysée et est devenue l'un des 12 principaux think-tanks français. Elle regroupe les plus grands spécialistes des sciences du bonheur - neurosciences, psychologie positive, économie du bonheur, etc. Sa raison d'être est de placer le bonheur au cœur de notre société, chez les décideurs, au sein des organisations et sur les territoires.

La Fabrique Spinoza déploie sa mission via 3 activités :

L'Observatoire Spinoza pour inspirer les décideurs (politiques, économiques et citoyens) par la réalisation d'études sur le bonheur à base scientifique.

Action Spinoza pour accompagner les transformations des organisations désireuses de placer le bonheur au cœur de leur évolution.

Les Passeurs du Bonheur pour rassembler une communauté de citoyens qui essaient le bonheur sur les territoires.

À propos de l'Agirc-Arrco

L'Agirc-Arrco, le régime de retraite complémentaire obligatoire des salariés du secteur privé, est piloté par les partenaires sociaux. Il repose sur les principes de répartition et de solidarité entre les générations. 25 millions de salariés cotisent à l'Agirc-Arrco pour constituer leurs droits futurs, ainsi que 1,7 million d'entreprises. 13 millions de retraités perçoivent chaque mois une allocation de retraite complémentaire Agirc-Arrco, pour un montant total annuel de versements s'élevant à + de 80 milliards d'euros. L'Agirc-Arrco, est un organisme privé à but non lucratif, chargé d'une mission d'intérêt général, et fédère les institutions de retraite complémentaire adhérentes : AG2R LA MONDIALE, ALLIANCE PROFESSIONNELLE RETRAITE, APICIL, IRCEM, KLESIA, MALAKOFF HUMANIS.

L'action sociale Agirc-Arrco mène des actions complémentaires aux acteurs privés et publics dans 3 champs d'intervention prioritaires : la prévention, le soutien, l'accompagnement des proches aidants et la perte d'autonomie des personnes âgées. Le régime Agirc-Arrco a fait le choix de développer un parc d'établissements sanitaires et médico-sociaux (EHPAD et résidences autonomes principalement). Chaque année, près de 2 millions de personnes sont accompagnées par l'action sociale Agirc-Arrco pour un budget global d'environ 330 millions d'euros.