

VIVRE AUTREMENT SON TROISIEME AGE

« Je suis ici toute seule, bien souvent on ne m'a pas dit un mot de la journée. (...) » (1).

Alors que le passage à la retraite est souvent perçu comme un moment propice pour découvrir de nouvelles choses et investir davantage son réseau relationnel, le vieillissement rime lui plus facilement avec isolement. D'autant que dans nos villages, la vie s'organise bien différemment que d'antan : les rues sont vides la journée, les contacts avec les voisins sont de plus en plus impersonnels et les services de plus en plus inaccessibles... (2) Comment dans ce contexte vivre « bien chez soi » le plus longtemps possible ?

L'expérience de l'habitat groupé...

Nous avons rencontré plusieurs habitants du Petit Béguinage de Lauzelle, habitat groupé de Louvain-La-Neuve (3). Le Petit Béguinage comprend sept habitations, de tailles modestes et adaptées pour des couples ou des personnes seules, réunies autour d'une même cour prolongée par un jardin (tous deux gérés collectivement). La particularité de cet habitat est la moyenne d'âge de ses habitants qui est de plus ou moins 80 ans ! Le projet a vu concrètement le jour en 1995 mais a germé dans la tête de ses créateurs durant 10 ans. Ces derniers étaient alors âgés de 50 à 60 ans et n'avaient plus d'enfants à la maison. C'est une réflexion sur leur avenir vieillissant qui les a poussés à construire un lieu commun d'habitation : « C'est important d'assumer cette interrogation à un moment où on peut encore orienter la réponse. (...) Nous nous efforçons d'ajouter de la qualité de vie à la quantité des années ! » (4). En effet, l'intention des concepteurs de ce projet était de créer un « lieu paisible de beauté, avec ses zones privatives et communautaires, ainsi qu'un partage du temps permettant d'harmoniser la solitude et la convivialité », d'où le choix du nom du « Béguinage » (5) ! Concrètement, les habitants du Petit Béguinage se rencontrent tous les matins sur base volontaire chez l'un d'entre eux durant 30 minutes pour partager un temps de réflexion au choix ou à partir de la Bible ; ils partagent et gèrent ensemble les espaces collectifs et organisent des moments collectifs selon les envies du moment (apéros du dimanche, etc.). Sans oublier que la dimension communautaire, le rappelle un des initiateurs du projet, est d'abord « une volonté de vivre ensemble de manière positive tous les contacts de la vie quotidienne » (6).

De multiples avantages...

Paroles d'hommes et de femmes.

Des liens...

« C'est un ciment entre nous. Ça crée une amitié. Ça crée une fraternité de vie, de conscience et de cœur. Ça donne envie de se réveiller et de se lever ».

« C'est un grand refuge pour personnes qui diminuent. Qui diminuent et qui sont seules et qui ne veulent pas être seules ».

« On a envie de cette rencontre (du matin), on a envie d'être là, ça nous vaut l'effort —étant donné mes problèmes, ça me vaut l'effort. Cet effort pour être ensemble pendant une demi-heure. Et on fait un effort pour être prêt à l'heure, alors qu'en dehors de ça, on ne le ferait peut-être pas ».

Des mains... (parfois moins onéreuses et pourtant plus chaleureuses !)

« Je prends attention à la dame qui est en face, qui est plus âgée, qui approche les 90 ans. Je lui téléphone régulièrement pour lui demander s'il lui faut quelque chose. Moi-même je suis le deuxième plus âgé mais je suis encore sur mes deux jambes donc je peux lui rendre ce service ».

« Les voisins peuvent passer au premier plan au point de vue urgence temporelle. S'il y a quelque chose... S'il faut conduire « Mariette » (nom fictif) à la clinique, c'est pas la peine d'appeler un gosse, nous le faisons. Enfin, c'est notre point de vue ».

Une vigilance...

« Ils savent que je ne viens pas le matin, et ils savent que si après 11h... non, ils s'inquiètent si après 11h les tentures sont toujours fermées. Tu as remarqué que ma porte est toujours ouverte pendant la journée ? C'est la même chose pour tout le monde ».

« Ouvrir ses rideaux, faut toujours le faire. Sinon, on se pose toujours la question et y'a quelqu'un qui va venir voir si je ne suis pas tombé mort ».

Une stimulation...

« Ça me fait plaisir de l'aider. Je dois marcher. Je ne vais pas rester toujours dans mon fauteuil alors c'est un but de promenade ».

« Les rencontres du matin, ça oblige de réfléchir et de faire aller ses méninges sur les textes du jour ».

Une liberté...

« On peut choisir son propre repas, on ne doit pas être strictement à l'heure là ou là. C'est un bien fait. Quand je pense que si j'avais été dans cette très très belle résidence... on devait être à l'heure pour chaque repas et on avait toujours les mêmes voisins de table ! Ça je n'étais pas du tout habituée. Ici, on fait comme on veut ».

Ensemble mais pas à tout âge !

Le concept de base même de l'habitat groupé de Louvain-la-Neuve s'oppose à celui de la maison de repos. En effet, dans cet habitat, chacun est libre d'adopter le rythme de vie qui lui convient, bénéficiant par la même occasion d'une certaine autonomie et indépendance dans un contexte où la potentialité d'aide existe. Dès lors, toute dépendance structurelle, quotidienne est rejetée, car cela irait à l'encontre même de l'idée d'indépendance et d'autonomie de chacun.

« Nous vivons ici, nous avons... nous sommes autonomes, indépendants et nous sommes solidaires. C'est bon dans une tranche de vie qui va de 65 à 80 ans. Après ça, on devient dépendant, comme la dame. On perd son autonomie, on a besoin d'aide et on ne sait plus rendre service (...) Ce n'est pas la dernière étape. Enfin, ça peut l'être si on reste toujours autonome ».

« Des coups de main en cas d'imprévus, sans problème ! Mais pas quotidiennement. Non, ce n'est pas une maison de retraite hein. Ni une maison de soin ».

Une alternative adéquate au milieu rural ?

Le milieu rural présente de nombreux éléments favorables à ce type de projet : des anciennes bâtisses souvent coûteuses qui ne demandent qu'à être réhabilitées, des terrains plus grands qu'en ville et un cadre de vie verdoyant. Cela permettrait également d'endiguer l'éparpillement urbanistique que connaissent nos villages depuis plusieurs décennies en le re-densifiant. Enfin, cela égaierait la vie de nos aînés. En effet, comme démontré dans une étude récente de l'ACRF *Viellir au féminin en milieu rural wallon*, « le maintien d'une réelle insertion sociale est l'une des conditions du maintien d'expression de la personnalité et de la qualité de vie de la personne âgée » (7). Or, la perte des proches, les difficultés à se déplacer rimant souvent avec

L'éloignement progressif de la famille mais aussi l'évolution de la société qui n'est plus favorable à la prise en charge des parents par leurs enfants font que l'isolement et la solitude guettent davantage les plus âgés et plus encore les femmes qui vieillissent seules, à l'heure où la sociabilité prend une direction nouvelle dans nos villages.

Un nécessaire besoin de communauté

L'importance du vivre ensemble est également défendu par F. de Singly dans un ouvrage qui s'appelle « Libres ensemble ». Selon ce sociologue français, le paradoxe de l'individualisme contemporain consiste en ce que l'individu qui souhaite se « réaliser lui-même » ne sait pas si cette réalisation passe avec ou sans les « autres ». Il conduit donc les adultes « à rêver d'une vie qui cumule, en même temps - et non successivement - des moments de solitude et des moments de communauté » (8), d'une vie qui autorise à être ensemble tout en permettant à chacun d'être seul, s'il le veut. L'habitat groupé semble bien faire écho à cette problématique, dans la mesure où il s'agit typiquement d'un lieu d'habitation qui présente « cette alternance entre espaces-temps de vie commune et espaces-temps de vie séparée » et qui permet alors de former un équilibre entre liberté et contrainte, autonomie et vie collective.

Ces propos bien que théoriques se retrouvent aussi sur le terrain montrant ainsi la balance qui existe dans le vivre ensemble entre le « être seul » et le « être avec ». Nous les retrouvons lorsque par exemple la fraternité affirme que cet habitat est « une recherche sur une autre manière d'habiter, qui s'efforce d'offrir les avantages du « vivre chez soi » et du « vivre ensemble » » (9). L'un de ses habitants le traduit plus personnellement encore dans ces termes : « Mais je vous le répète, la liberté que l'on perd –du fait qu'on doit vivre en communauté, qu'on doit faire attention-, on la gagne en solidarité. On ne se sent pas seul. Je suis seul ici. Veuf. Mais je ne me sens pas seul parce que j'ai reçu les gens lundi matin, je les ai encore reçus aujourd'hui donc y'a une vie qui est commune ici ».

Conclusion

Au travers de cette analyse, nous cherchions à comprendre quels étaient les avantages pour des personnes âgées de partager leur lieu de vie avec d'autres personnes de leur génération tout en tentant de comprendre si ce type de projet né en milieu urbain était approprié au milieu rural. Grâce aux témoignages de 5 habitants du Petit Béguinage de Louvain-la-Neuve, nous pensons que vivre ensemble à cet âge de la vie apporte de multiples avantages. Cela permet de vivre chez soi de manière rassurée plus longtemps car il semble que ce soit dans le contexte spécifique où quelques maisons se partagent un terrain, régi par une charte et par la volonté de chacun que la potentialité d'aide et le souci de l'autre s'inscrivent. Autrement dit, ce qui est recherché dans la vie commune, c'est la présence de l'autre en cas de souci plutôt que de créer des projets communs au quotidien. C'est la raison pour laquelle la charte est peu réglementaire et que les habitants ressentent ce projet comme peu contraignant. Ce qui leur importe donc c'est cette vigilance qui leur permet de réassurer et d'être rassurés que l'autre sera là si nécessaire. Elle leur donne une raison de vivre, le sentiment d'exister pour quelqu'un. Plus fondamentalement la forme qu'a pris cet habitat cachent des problématiques de notre société que sont par exemple le vieillissement et l'engagement (ici, est recherché une présence qui ne se veut pas exigeante et qui explique le rejet de la dépendance physique dans la communauté). Concrètement, c'est au travers de codes (les tentures ouvertes ou non...), de signes adressés à l'autre qu'il est permis de lutter contre la solitude et l'exclusion et de faire exister l'autre. Des petites choses qui peuvent sembler anodines mais qui ont pourtant toute leur importance pour des personnes qui veulent en même temps être au calme sans se sentir seules. Vieillir autrement, c'est avoir la liberté qu'on n'a pas dans une maison de retraite et avoir la sécurité qu'on n'a pas quand on vit seul. C'est donc bien cela qui est au fondement de la vie collective et non la volonté de construire du commun (comme dans d'autres habitats groupés).

Un contexte qui correspond bien, nous pensons, à des personnes vieillissant en milieu rural. Le départ vers une maison de retraite souvent éloignée de son village, les coûts des soins à domicile, la diminution de mobilité, l'éloignement des enfants, l'exigence financière et humaine qu'impose l'entretien d'une maison souvent trop grande et plus toujours adaptée, mais aussi un village qui change, des contacts qui disparaissent, des voisins souvent pressés, etc. sont autant de raisons qui peuvent faire du vieillissement un passage difficile à vivre. Le partage d'un logement collectif ne pourrait-il pas adoucir ce passage ? Quitter son village, ses meubles, ses souvenirs –étape souvent mal vécue- pourrait être une étape retardée par la création de cet intermédiaire qu'est l'habitat groupé... Sans pour autant importer en Belgique le concept de quartiers-ghettos pour personnes âgées existant en Amérique !

« C'est avant d'être vieux qu'il faut prévoir le changement... ».
(Paraphrase d'un des membres de l'habitat de Louvain-la-Neuve)

Marie Debois
Chargée d'étude à l'ACRF

- (1) Extrait d'entretien repris dans l'étude de Justine Fourneaux, *Vieillir au féminin en milieu rural wallon conditions de vie de femmes de 75 ans et plus*, Etude ACRF 2011, p.31.
- (2) Cfr Etudes ACRF 2005-2010 : *La mobilité des personnes en milieu rural ; Se loger en milieu rural, un défi ; Le milieu rural, un espace à habiter ; Des commerces et des services de proximité en milieu rural ; Quand rural ne veut plus dire agricole.*
- (3) Pour ceux qui ne savent pas ce qu'est un habitat groupé, lire l'analyse ACRF 2007/30 *Se loger en habitat groupé* de Françoise Ansay.
- (4) Extrait de la Charte du Petit Béguinage « Beguin's Paper », numéro spécial, p. 2.
- (5) La stabilité du projet est assurée de deux manières : d'une part, une asbl, « Fraternité, Paix et Joie » est garante des intentions du projet ainsi que de sa bonne gestion ; d'autre part, « L'Acte de base », établi devant le notaire par les co-propriétaires, fixe les droits et obligations de chacun. Par exemple, si l'un de nous s'en va, il ne peut être remplacé qu'avec l'accord des autres.
- (6) Idem (4)
- (7) Extrait de Van Rompaey C., (2003) « Solitude et vieillissement », *Pensée plurielle*, n°6, p. 33 dans l'étude de Justine Fourneaux, *Vieillir au féminin en milieu rural wallon conditions de vie de femmes de 75 ans et plus*, Etude ACRF 2011, p.30.
- (8) Extrait de François de Singly, *Libres ensemble*, Editions Nathan, 2003, p.89
- (9) Extrait de la Charte du Petit Béguinage « Beguin's Paper », numéro spécial, p.1.

**L'ACRF souhaite que les informations qu'elle publie
soient diffusées et reproduites ;
n'oubliez pas dans ce cas de mentionner la source.**

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

