

PERSPECTIVES ET RETOURS D'EXPÉRIENCES

Quand les personnes âgées accompagnées prennent la parole : Citoyennage

Isabelle HARTVIG

Présidente Nationale, Association Citoyennage

Article co-écrit avec : Joël BAILLY, Andrée BARDON, Françoise BARRAULT, Monique DE LA RUE, Odette FLEURY, Noëlle GRISON, Pierrette JULIENNE (†), Claudine LABASQUE, Huguette MICHEL (†), Renée PLANCHAIS, Mauricette POULTIER, Fernande TEXIER, Simone VIGUIÉ, Philippe WENDER (†)

Résumé - Les auteurs, vieilles et vieux, proposent à travers un écrit collectif illustré de témoignages, un retour d'expérience en tant que membres de l'association Citoyennage. Celle-ci a la particularité d'être composée uniquement de personnes âgées aidées en établissement ou à domicile et de donner la parole à ceux qui ne l'ont que trop rarement. « *Les personnes âgées s'expriment et les professionnels écoutent* », devise de l'association, est l'axe central de cette démarche qui organise chaque année un colloque au cours duquel ce sont les aînés qui parlent et les professionnels qui écoutent. Après avoir rappelé le contexte dans lequel est née cette association, les auteurs s'attacheront à présenter ses objectifs et sa méthode ainsi que son intérêt pour les plus âgés comme pour les personnels et les directions qui les accompagnent, et même la société dans son ensemble. Ils soulignent l'importance de faire entendre leur parole pour retrouver un pouvoir d'action, une place, faire changer le regard, faire évoluer l'accompagnement et lutter activement contre la discrimination par l'âge. C'est dans cet esprit qu'ils tentent de porter leurs propositions auprès des politiques, d'être présents dans tous les lieux où des décisions qui les concernent peuvent être prises, et où leur parole peut être entendue (congrès professionnels, médias...).

Mots clefs - Citoyenneté, Collectif, Pouvoir d'agir, Âgisme

Abstract - When Older Speak Out: Citoyennage

Through a collective piece of writing illustrated with personal accounts, both old women and men offer feedback on their experiences as members of the Citoyennage association. Citoyennage is unique in that it is composed entirely of elderly people receiving care at home or in residential care home, giving a voice to those who all too rarely have one. The association's motto, "*The elderly speak and the professionals listen*", is at the heart of its approach, and each year, it organizes a symposium in which the elderly speak and the professionals listen. After recalling the context in which this association was born, the authors present its objectives and method, highlighting its benefits—not only for the elderly but also for caregivers, management, and society as a whole. They emphasize the importance of making their voices heard, in order to regain the power to act, find a place for themselves, change the way people look at things, bring about changes in the way people are supported, and actively combat age discrimination. It is in this spirit that they try to bring their proposals to the attention of politicians, to be present in all the places where decisions concerning them can be taken, and where their voice can be heard (professional congresses, media...).

Keywords - Citizenship, Collective, Empowerment, Ageism

Introduction

Nous sommes des personnes âgées vivant en établissement ou aidées à domicile. Nous habitons dans différentes régions de France et sommes depuis plus ou moins longtemps membres de l'Association Citoyennage.

Nous nous proposons de présenter dans cet article la démarche de notre association et la manière dont elle œuvre pour une meilleure prise en compte des personnes âgées, particulièrement celles plus « vulnérables » qui ont besoin d'être aidées en établissement ou à domicile.

Citoyennage est un collectif qui existe depuis 1996. Nous sommes constitués en association nationale depuis 2020 (voir le site internet : <https://citoyennage.fr>).

Notre démarche, présente aujourd'hui dans six régions de France, consiste à organiser des rencontres régulières et un colloque annuel au cours duquel ce sont les personnes âgées qui parlent et les professionnels qui écoutent. Les synthèses élaborées au cours de ces colloques sont ensuite diffusées, au sein des structures participantes et plus largement dans la presse, lors de congrès professionnels et auprès des pouvoirs publics, apportant ainsi le point de vue des personnes concernées.

Citoyennage donne aux personnes âgées accompagnées l'occasion d'échanger sur leurs idées et leurs envies, d'être actrices de leur quotidien.

Cet intitulé d'article, proposé par une revue scientifique de gérontologie convient parfaitement à notre démarche, dont l'objectif premier est de donner la parole aux personnes âgées, de conserver ou de retrouver un pouvoir d'agir et une place de citoyen.

Contexte

Citoyennage est né dans le contexte d'une société où les personnes âgées sont peu valorisées et écoutées. Aujourd'hui encore, considérés comme fragiles et « dépendants », nous sommes souvent surprotégés, d'autres parlent à notre place, le mot « vieux » est souvent employé de manière péjorative, avec un regard irrespectueux, qui rabaisse.

Viellir fait peur, avec la perspective de la mort, met mal à l'aise et on sent un dédain inconscient envers ceux qui ont déjà vécu longtemps. Il est important de s'en rendre compte, car dans notre société où tout valorise la jeunesse, la force, le rendement à tous les niveaux, certains peuvent avoir honte d'être vieux, se croyant devenus inutiles, superflus sur terre et se disent pressés d'en finir.

Mais ce n'est pas une fatalité, ce n'est pas ce que ressent la majorité d'entre nous. Nous souhaitons affirmer ici que nous sommes fiers d'être vieux, voire très vieux. Et nous ne sommes absolument pas des « petits vieux » !

Nous, les vieux, nous avons des droits et nous sommes des citoyens comme les autres. Nous pouvons nous exprimer, alors osons la parole. Bien sûr, ce n'est pas facile. Mais, Citoyennage va nous y aider. Oui, osons la parole pour rester en contact avec la vie, avec l'actualité et prendre part en confiance.

Nous avons eu 30 ans en 1968. Notre parole a brutalement explosé au sein d'une société jugeante et corsetée qui pesait lourdement sur notre jeunesse. Nous ne l'avons pas oublié. Non plus que la puissance de la parole quand elle est collective.

Car bon gré mal gré, rapport de force obligeant, la société tout entière a bien été forcée de nous écouter. Elle a beaucoup changé. Nos réalités familiales en témoignent encore : divorces et recompositions diverses, parent solo et couple d'un soir ou d'une semaine. Nous connaissons cela à peu près dans tous les milieux sociaux.

Aujourd'hui, nous avons 80 ans ou plus. Notre parole doit continuer de porter ses fruits. Être entendue. Prise en compte. De plus en plus, de mieux en mieux, par les pouvoirs publics. Parce que nous ne devons jamais être exclus de notre citoyenneté mais aussi en raison des perspectives démographiques puisqu'en 2050, 30 % de la population française aura plus de 60 ans (Haut-Commissariat au Plan, 2023). Et pour le bien de la société tout entière, si inquiète aujourd'hui de l'avenir, angoissée de sa pérennité.

Nous pouvons encore, nous devons même, montrer à nos descendants, le chemin lumineux d'une vieillesse heureuse. Notre vulnérabilité comme étant la nature même de notre humanité. Nous devons leur transmettre notre confiance en la vie et même leur dire la mort comme un aboutissement naturel, pourvu qu'elle soit vécue humainement, et non dans la douleur et la solitude.

Tout cela dépend aussi de nous, vieilles et vieux aujourd'hui.

Car objectivement nous sommes sans doute vieilles et vieux, si l'on considère les étapes du vieillissement traditionnellement décrites.

Et beaucoup, en ce domaine, se joue dans le regard des autres qui peuvent nous attribuer un âge avec des critères qui ne sont pas les nôtres. L'une d'entre nous s'est vu demander par un délicieux enfant si elle avait connu le Petit Jésus...

Pour nous, tout dépend de la perspective dans laquelle nous allons nous placer, qui peut changer d'un moment à l'autre. J'ai 60 ans ce matin, bien fatiguée ce soir j'en aurai 80-90. Et 60 peut-être demain, ceux qui m'aiment refusant de m'en attribuer davantage. Peut-être aurai-je 100 ans bientôt ? Et plus encore. Qui sait où s'arrêteront les progrès médicaux et les recherches scientifiques en matière de longévité !

Notre âge est peut-être surtout dans notre propre psyché. Question de perception. Et d'amour de soi. Sans même parler de nos choix en matière d'activités et de mode de vie, qui influent beaucoup sur la santé. C'est une question de santé « mentale » aussi. Une aptitude à la joie, par exemple, naturelle ou cultivée, une capacité au pardon également, celui qu'on s'accorde et celui qu'on octroie.

C'est parfois notre santé qui modifie la perception que nous avons de nous-mêmes et de notre âge. Nous n'échappons pas aux signes biologiques du vieillissement. Oui, la vieillesse apporte ses contraintes. Les douleurs, les fatigues du corps, les nuits difficiles... Parlons-en ensemble !

Outre les problèmes dus à l'âge et à la santé déclinante (surdité, malvoyance, problèmes cognitifs, Alzheimer...), le problème de communication verbale pourrait sembler insoluble. Alors, utopie ou illusion que cette prise de parole pour les plus âgés d'entre nous ? Non, réalistes mais pas défaitistes, nous pensons que Citoyennage est réellement une belle démarche qui permet de rester positifs et de dépasser ces difficultés.

Objectifs

Pour les personnes âgées

En tant que personnes âgées, nous sommes les mieux placées pour savoir ce que c'est que d'être vieux. Nous sommes les plus à même de faire les propositions pour améliorer nos conditions de vie.

Citoyennage nous permet, que nous résidions en établissement ou à domicile, de continuer à être des citoyens à part entière et de rester acteurs de notre propre vie. Lorsque nous devenons résidents, acceptons cette nouvelle vie, profitons-en pour ne pas perdre notre citoyenneté. Ne perdons pas ce que nous avons d'autonomie, inventons-nous une autre vie, un bien-être.

Engageons-nous ! Nous pouvons améliorer notre quotidien et celui des autres. Oui, la vie peut être active et agréable en résidence, mais aussi pour les personnes seules à domicile qui partagent Citoyennage avec nous.

C'est une opportunité de nous impliquer dans un projet collectif participant des décisions nous concernant.

Nous participons à Citoyennage :

- Pour développer la prise de parole et le pouvoir d'agir : « *Les personnes âgées doivent pouvoir s'exprimer sans barrière ni intermédiaire. C'est ce que j'ai d'abord retenu lorsque l'on m'a présenté Citoyennage* », souligne l'une d'entre nous.
- Parce qu'on reste citoyen en vieillissant : Nous, les vieux, nous devons trouver notre place dans la société, tout simplement. La vie, c'est un mélange d'individus, de la naissance à la fin de vie. Nous ne souhaitons plus être mis à l'écart, nous aussi nous existons. Nous avons les mêmes préoccupations que les autres citoyens : où nous mène la politique de demain ? Les changements climatiques ? Les progrès médicaux ? Notre fin de vie ? Notre choix d'accompagnement ? Nous devons créer des liens intergénérationnels, des rencontres, pour discuter de tous ces sujets, nous sommes tous concernés.
- Pour rester utile : de cette parole, nous devons faire remonter nos préoccupations aux instances concernées. Nous pouvons trouver des solutions pour améliorer nos conditions de vie, et faire profiter de cette expérience toutes les personnes âgées.
- Pour créer du lien, faire groupe dans une expérience collective : À Pleumartin, nous formons un comité Citoyennage qui varie de 10 à 15 personnes. Quand on vit longtemps isolé, on perd l'habitude et l'aisance

d'aller vers les autres. Ces temps de réunion nous ont ouvert davantage aux autres. Nous avons appris à nous connaître.

- Pour la solidarité, la coopération et l'entraide : Lorsque l'on se retrouve pour échanger sur le thème qui sera développé au colloque, il nous arrive de parler de tout et de rien... On prend des nouvelles des absents, on parle de ce qui se passe dans l'établissement, on parle de nous, de notre histoire, de nos peines comme de nos joies. Parfois, on vide notre sac, car ce n'est pas toujours facile de vivre âgé et en établissement. Désormais, au sein de notre comité nous avons pris l'habitude de prendre des nouvelles des absents, d'écrire un courrier de soutien pour une personne longuement hospitalisée, de transmettre nos condoléances aux familles des personnes décédées (que nous avons appris à mieux connaître avec Citoyennage). Des démarches pour lesquelles nous recevons des réponses. Des choses simples mais tellement importantes pour nous.
- Pour un bénéfice individuel et pour un bénéfice collectif : Aujourd'hui nous prenons la parole et récemment, nous avons sollicité la direction de l'établissement afin de réaliser un apéritif d'accueil pour les nouveaux résidents. Nous pensons qu'il est important de se sentir accueillis pour se sentir moins isolés et plus à l'aise. Ainsi, c'est l'occasion de faire plus ample connaissance avec la personne et parfois avec ses proches. Nous lui offrons un cadeau fabriqué par nos soins tout en prenant un petit apéritif avec quelques membres du personnel. Nous leur proposons de faire une visite de l'établissement.
- Pour le partage, la joie, le plaisir à être ensemble : Grâce à Citoyennage, nous osons prendre la parole pour exprimer des opinions même si elles ne sont pas partagées par tous. Nous partageons nos idées, nous échangeons sur divers sujets et nous transmettons le fruit de notre réflexion. Nous nous enrichissons les uns des autres, et c'est une source de plaisir !
- Pour lutter contre l'âgisme : Nous sommes des sujets de droit et non des objets ! Et en tant que tels, nous pouvons faire entendre notre parole, comme tout Citoyen, que nous vivions en établissement ou à domicile. Citoyennage est un moyen exceptionnel de démontrer que les personnes âgées sont capables, comme les citoyens de notre pays, d'exposer leurs idées, leurs réflexions sur les sujets qui concernent nos vies personnelles, notre vie collective et la vie de la société qui nous entoure.
- Pour s'engager et militer pour une politique qui prenne mieux en compte les personnes âgées : Le choc de cette crise du covid et toutes ses conséquences dramatiques ont, par exemple, provoqué parmi les membres de Citoyennage des réactions qu'elles ont pu exprimer par écrit au moment du confinement.

Citoyennage nous aide à être force de proposition. Notre amie Francine Serra, résidente du Pouget affirmait récemment : « *Nous sommes des citoyens à part entière, nous votons, notre histoire et nos valeurs de Liberté d'Egalité et de Fraternité doivent être partagées* » (Serra, 2025, p. 14). « *Avec Citoyennage, j'ai l'impression que ma parole est entendue, prise en compte et considérée [et] je sors de mon environnement habituel, je rencontre du monde, je me sens redevenir comme avant, je suis dans le monde normal.* » (Serra, 2024, p. 19).

Pour que les pouvoirs publics entendent notre souhait d'être présents dans toutes les instances où des décisions nous concernant peuvent être prises : Avec Citoyennage, il s'agit d'intervenir dans les débats publics, porter les revendications des âgés auprès des pouvoirs publics ; mais aujourd'hui plus simplement, pour tout un chacun, c'est le dialogue dans la vie de tous les jours, l'occasion de donner son avis chaque fois que l'occasion se présente. Et la parole a du pouvoir quand elle est collective.

Pour les personnels et directeurs

Citoyennage profite aussi aux personnels qui partagent une nouvelle expérience avec les personnes âgées qu'ils accompagnent. C'est aussi un lieu d'échange, d'enrichissement avec des professionnels d'autres structures.

C'est pour eux une occasion de changer de regard, d'établir avec nous des relations plus équilibrées, plus humaines, de nous écouter échanger sur notre quotidien et s'enrichir de notre vécu, notre expérience et nos réflexions. Il est important de rappeler aux personnels et aux directeurs que nous restons citoyens toute notre vie et que l'âge et la vulnérabilité ne constituent pas un frein à la reconnaissance de la pertinence et de la légitimité de notre parole et de notre action.

Citoyennage leur permet de réfléchir sur leurs pratiques professionnelles et de se former à notre écoute.

Dans notre synthèse « Relation professionnel/résidents : la juste proximité », nous avons souligné que nous attendons en tout premier lieu que les personnels aient une conscience professionnelle et un savoir-faire qui se double d'amabilité et de délicatesse. Un personnel mécanique ne nous intéresse pas (Citoyennage Île de France, 2014).

Parfois, leur approche est trop technique ou les contraintes de temps et le manque de personnel imposent de faire disparaître la part d'humanité. Nous ne nous sentons alors pas considérés comme des êtres humains et des citoyens à part entière. C'est important de pouvoir choisir sa vie jusqu'au bout et nous sommes là pour le rappeler, les professionnels n'ont pas à choisir pour nous. Il faut aussi réussir à parler le même langage, en étant à l'écoute les uns des autres, en comprenant ce que ressent l'autre.

« Les personnels doivent en faire toujours plus avec de moins en moins de temps, ce qui constitue une forme de maltraitance : les budgets sont mal pensés par des décideurs loin du terrain. Partout, on manque de personnel. Mal reconnus, mal payés, ils sont de plus en plus rares à vouloir s'engager et nous en payons le prix au quotidien : instabilité, absences, roulements... Nous nous sentons oubliés des politiques. Où est passée la loi Grand Âge » (Citoyennage île de France, 2022) ?

Pour les directions, c'est aussi une opportunité d'inscrire une nouvelle dynamique au sein de leur structure. En nous donnant la parole, en favorisant une démocratie participative, les propositions concrètes que nous pouvons faire concourent à l'amélioration du fonctionnement des établissements et des services.

Pour la société et pour lutter contre l'âgisme

Nous nous exprimons aussi pour que l'ensemble de la société puisse mieux comprendre nos attentes. Nous sommes soucieux, en tant que citoyens, de transmettre et faire évoluer la société.

Nous voulons regarder vers l'avenir. Lutter contre un passé qui se répète, un racisme anti-vieux. Nous devons changer notre perspective, en nous appuyant sur nos valeurs, tout ce en quoi nous croyons, tout ce qu'au terme de notre vie nous voulons transmettre, ce qui donne sens à notre vie. Nous avons tous besoin les uns des autres et chacun est un réservoir de ressources humaines inépuisables. Citoyennage est un réceptacle où résonnent les échos de l'histoire passée et actuelle de notre société.

Enfin, et c'est d'une importance capitale, Citoyennage nous permet d'intervenir dans les débats et porter les attentes et propositions des âgés auprès des pouvoirs publics.

Méthodologie

La méthodologie de Citoyennage peut différer selon les régions. Mais une charte (2025a) et d'autres supports rédigés, consultables sur le site, permettent de protocoliser la démarche et de la développer dans différentes régions en restant toujours fidèles aux principes fondamentaux qui visent la mise en avant d'une parole authentique des personnes âgées aidées. (Citoyennage, 2025b). Une réflexion sur la création d'un label est même en cours.

Elle reste toujours fidèle au principe fondamental qui est de mettre en avant la parole authentique des personnes âgées.

La première étape est de créer dans chaque structure un comité Citoyennage qui nous donne la parole et la soutient. Nous y abordons les sujets qui nous tiennent à cœur et qui concernent notre vie quotidienne et notre place dans la société. L'animation, souvent faite par un professionnel psychologue ou animateur, doit être neutre, soutenante et bienveillante.

Ensuite, chaque année, l'agenda se déroule en trois temps :

- Au cours d'un séminaire régional réunissant des représentants des différentes structures engagées, nous choisissons nous-mêmes le thème du colloque à venir de manière consensuelle ou par un vote. Dans nos différentes régions, nous avons par exemple travaillé sur : « *Vie à domicile/vie en établissement, à quelles conditions ?* », « *Être acteur de sa vie, vivre ensemble et être heureux en maison de retraite* », « *Le développement durable, tous concernés !* », « *Les contraintes de la vieillesse* », « *Continuer à être utile pour garder notre place dans la société : envie de s'informer, agir et sortir* ».
- De retour dans les comités de nos structures, nous approfondissons les échanges sur le thème choisi et rédigeons un texte qui sera lu en début de colloque.
- Point d'orgue de l'année Citoyennage, un colloque régional est ensuite organisé avec des participants de chaque structure, dans un cadre convivial propice aux débats et à la détente. Il se déroule de préférence sur plusieurs jours et en dehors des établissements, mais la formule varie en fonction des régions et des moyens. Cet espace de parole nous permet d'exprimer nos points de vue et d'être forces de proposition. Nous

alternons temps de travail et temps de loisirs, ce qui nous permet de travailler dans la bonne humeur et de créer des liens.

- Ce rendez-vous annuel donne lieu à la rédaction d'une synthèse comportant des réflexions et des propositions concrètes, qui sont ensuite portées au sein des structures pour leur permettre d'améliorer leur fonctionnement. Nous devenons ainsi actrices et acteurs de notre quotidien dans une démarche de démocratie participative que le personnel est heureux d'encourager. Ces propositions sont présentées lors de réunions d'équipes, au Conseil de la vie sociale, dans des Conseils de résidents, auprès de la direction...

Ce texte est également destiné à être communiqué plus largement et faire l'objet d'échanges avec les pouvoirs publics, pour une meilleure prise en compte par la société de nos besoins et de nos attentes. Il a été, par exemple, régulièrement publié sur le site d'Âge village (Âgevillage, 2024) et a fait l'objet d'intervention des représentants nationaux et/ou régionaux lors de journées d'études, colloques (Congrès âge et Vieillesse de 2023 ; Colloque Approches Non Médicamenteuses (Wender, 2023)).

Enfin, pour un impact plus large, l'association édite tous les trimestres les e-Chos de Citoyennage, une publication électronique à destination des directeurs d'établissements pour personnes âgées mais aussi plus largement support de communication auprès des instances et différents interlocuteurs.

Les représentants Citoyennage se déplacent dans différentes régions pour présenter la démarche et diffuser les synthèses et réflexions (Salons Âge 3, Congrès Âge et Vieillesse, par exemple).

Résultats et perspectives

En 2018-2019, Citoyennage a fait l'objet d'une évaluation externe réalisée par Sandra Chardon, anthropologue et directrice de l'intervention sociale et médico-sociale. Elle souligne dans son rapport plusieurs dimensions de notre démarche et ses effets. Elle la présente comme : « *un dispositif participatif vertueux* » ; [une démarche qui] « *réhumanise la relation à l'autre* » ; « *un dispositif capacitant ou re-capacitant qui permet de lutter contre l'âgisme* » ; « *un moyen de faire valoir ses droits et libertés, d'informer et de sensibiliser* » ; « *un outil managérial* » ; « *un outil politique ou de négociation via la communication*. » (Chardon, 2019, p. 21-30).

Lors de son évaluation, elle a mis en avant l'impact positif de Citoyennage face à l'épuisement des professionnels et cela à trois niveaux : sur le sentiment d'appartenance, sur l'estime (la reconnaissance, la réussite) et sur la réalisation (créativité, développement personnel).

Selon elle, Citoyennage permet aux directions de se doter d'un outil de management moins hiérarchisé qui permet de fédérer davantage les équipes et de travailler la transversalité. Il responsabilise tous les intervenants autour d'une volonté commune, en favorisant le dialogue et une confiance réciproque (salariés/résidents/direction) en appui sur les compétences et un désir de coopération. Elle souligne que « *la démarche permet aussi de fixer des objectifs stimulants, valorisants et parfois innovants* » (...) « Elle répond aux aspirations humaines et humanistes de beaucoup de professionnels en gérontologie qui se plaignent souvent d'une prise en soin routinière, démotivante, voire ingrate. » (...) « Elle motive également en modifiant l'image de la structure, par fierté d'appartenance, source de satisfaction, de positionnement social » (Chardon, 2019, p. 28).

Cela correspond bien aux objectifs visés par la démarche et aux résultats que nous pouvons nous-mêmes remarquer.

Pour nous, Citoyennage permet de s'ouvrir et sortir de la solitude lorsqu'elle est présente. Nous y trouvons de la convivialité, de l'entraide, un espace de vie, un esprit fraternel. Nous pouvons y discuter de tout, et même de sujets tabous.

Citoyennage, c'est aussi et surtout continuer à exister.

Cette forme de démocratie participative et inclusive transforme le fonctionnement des structures et nous transforme nous-mêmes. C'est engageant d'oser la parole, ne pas subir la société, mais au contraire y trouver une place de manière positive.

« *Au Congrès Âge et Vieillesse, pour la première fois de ma vie* », témoigne l'une d'entre nous, « *j'ai pris la parole devant plus d'une centaine de personnes : quelle émotion !* ». Citoyennage a le mérite de nous confronter à des épreuves et des défis personnels. J'ai été étonnée du résultat : plus d'énergie, plus d'assurance, plus de confiance en soi, un désir de transmettre à de nouveaux membres tout le bien que l'on retire quand on s'exprime devant les autres et toutes les connaissances dont on s'enrichit. Notre expérience de Citoyennage nous a permis pour certains de grandir, de nous

découvrir ou redécouvrir y compris à travers des talents que nous ne nous connaissons pas, de dépasser nos peurs et de nous réaliser encore.

Miser sur son intelligence, c'est très bon pour la santé. Car nous avons beaucoup à transmettre pour faire évoluer la société. Peser sur elle en se donnant les moyens d'être écoutés, donner une autre idée de la vieillesse, c'est ce qui nous motive dans notre association.

Les propositions concrètes rassemblées lors des synthèses renforcent notre pouvoir d'action. Elles nous permettent d'être inclus dans les réflexions et décisions concernant le fonctionnement des structures et de participer ainsi à l'amélioration de notre vie quotidienne. En bientôt 30 ans, ces actions concrètes ont été nombreuses et ont toutes concouru à une meilleure prise en compte du point de vue des usagers, à une valorisation de leurs capacités et à les placer clairement au centre de l'accompagnement. En voici quelques exemples : développement de Conseils de résidents ou comités divers, création de comités d'accueil des nouveaux résidents par d'autres plus anciens, le développement des sorties, celui des liens entre structures, mais aussi entre les personnes vivant à domicile et en établissement et les autres générations...

Suite à des remarques sur l'isolement des personnes âgées vivant à domicile, nous avons proposé de les inviter à nos réunions. Quelques-unes sont venues et ont apprécié également la possibilité de participer à des activités culturelles ou divertissantes au sein de notre établissement. Nous continuons à garder des liens en dehors de nos réunions, à s'appeler, à se rencontrer, à s'écrire.

Dans les thèmes abordés par les adhérents de Citoyennage, on évoque souvent les rapports entre les personnes âgées et la jeune génération. La visite de lycéens dans notre résidence a concrétisé ce rapprochement intergénérationnel. Ils étaient accompagnés par leur professeur. Les étudiants connaissaient les grandes lignes du sujet. Ils étaient en classe de 1ère et avaient choisi une filière médico-sociale. Ils se dirigeaient vers des professions en lien direct avec les besoins des personnes âgées très vulnérables. Vulnérables certes mais lucides et désirant partager leurs idées, comme nous le faisons à Citoyennage. Cette réunion, après nos souhaits de bienvenue, a commencé par une explication sur le but et le fonctionnement de notre association et les étapes qui conduisent à une synthèse élaborée, en commun, avec d'autres adhérents d'Ile de France. La synthèse de l'année 2023 a été lue par plusieurs membres de notre association, résidents de l'établissement, de la résidence seniors services ou encore personne venue de l'extérieur. Les lycéens nous ont ensuite posé de nombreuses questions, en particulier sur les motivations qui nous ont fait quitter notre domicile pour entrer dans cette résidence. Chacun a donné les raisons de son choix et précisé les conditions de vie des personnes âgées. Les synthèses que nous réalisons durant nos réunions contiennent de nombreuses propositions pour améliorer ces conditions. Elles ont aussi le pouvoir, ces réunions de réflexion, de nous faire évoluer. Nous demandons aux lycéens de nous parler de leur futur métier et c'est l'occasion d'évoquer nos anciennes activités. Ces échanges ont le mérite d'effacer les préjugés et l'âgisme et d'établir des relations intelligentes avec la jeune génération (Hartvig *et al.*, 2024).

Un des aspects de la Citoyenneté est la capacité à participer aux décisions qui nous concernent tant sur le plan local que sur le plan national, et c'est sur ce plan que nous avons pu nous manifester grâce à une notoriété qui se développe.

À la résidence Saint-Joseph, nous avons obtenu que soit organisé un accompagnement des résidents pour se rendre aux urnes. Voter est important pour faire entendre notre voix de citoyen. Pour ceux ne pouvant se déplacer, la gendarmerie se rend dans l'établissement pour la réalisation de la procuration.

Suite à la proposition d'un participant aux réunions Citoyennage, nous avons pour certains commencé à participer aux entretiens de recrutement du personnel soignant, des animateurs et du personnel de l'accueil. Cela permet de faire part de nos attentes notamment en termes de qualités humaines dont nous avons besoin. Nous regardons leurs compétences dans le métier, leur humanité et leur bienveillance indispensables pour accompagner des personnes fragilisées y compris dans leur intimité. Cela nous permet aussi de faire connaissance et de créer parfois des sympathies et de transmettre ensuite notre avis à la responsable du recrutement.

Il est aussi important d'être représentés au Conseil de la Vie Sociale. Véritable institution au sein de nos établissements, ce sont des rencontres où siègent des familles, des résidents, des professionnels, des bénévoles. Le CVS de l'établissement dans lequel l'une d'entre nous réside aborde systématiquement dans son ordre du jour un point d'information sur Citoyennage. Et notre comité se réunit avant chaque CVS pour discuter ensemble des points à mettre à l'ordre du jour. Citoyennage nous permet d'aller plus loin encore en portant notre parole au-delà de nos établissements. Qui mieux que nous peut dire ce que c'est que d'avoir 90 ans et ce qui est bon pour nous ? C'est pour cela que nous voulons faire changer le regard porté sur nous et ne pas être les oubliés de la société. Parce que nous voulons que les aînés de demain aient une véritable place et un rôle dans notre société. Parce que nous voulons davantage de professionnels autour de nous, bien formés afin de mieux nous comprendre et mieux nous accompagner.

Citoyennage a été aussi sollicitée en 2014 par le Département pour travailler sur les critères de qualité dans le cadre des évaluations et questionnaires de satisfaction. Les résultats des travaux de Citoyennage ont été déclinés en questions évaluatives (Citoyennage Île de France, 2013). Elles ont été ensuite reprises par certains établissements (Citoyennage Île de France, 2019).

Nous avons, par ailleurs, entrepris depuis peu des démarches qui sont sur le point d'aboutir pour intégrer un Conseil Départemental de la Citoyenneté et de l'Autonomie où il est très exceptionnel que siègent des résidents d'établissement pour personnes âgées.

Un des aspects de la Citoyenneté est la capacité à participer aux décisions qui nous concernent tant sur le plan local que sur le plan national, et c'est sur ce plan que nous avons pu nous manifester grâce à une notoriété qui se développe. L'association Citoyennage est de plus en plus reconnue dans la sphère publique par les médias et les autorités comme un représentant crédible des personnes âgées. Avant la création de l'association nationale, les travaux de Citoyennage avaient déjà fait l'objet d'échanges avec des représentants politiques. En Ile-de-France par exemple, ils avaient été l'occasion d'une présentation publique au Conseil régional en présence de sa présidente en 2000 et au ministère de l'emploi et de la Solidarité sous la présidence de la secrétaire d'État aux personnes âgées en 2001.

La création de l'association nationale en septembre 2020 et l'élection de M. Philippe Wender comme président l'a fait accéder au rôle de porte-parole. Nous étions en pleine crise du covid et les journalistes cherchaient à savoir comment les personnes âgées la vivaient. Philippe Wender est donc intervenu dans la presse écrite, la radio et la télévision. Un portrait dans le Parisien a attiré l'attention de responsables au niveau de l'État qui cherchaient des représentants des personnes âgées. Il a alors été mis en relation avec la ministre Brigitte Bourguignon avec laquelle nous avons établi une relation de confiance qui s'est concrétisée par un certain nombre de rencontres et participations à plusieurs commissions interministérielles (Citoyennage, 2022). L'association a présenté à Brigitte Bourguignon ses propositions concernant la Loi Grand âge et Autonomie alors en prévision en 2020 et a contribué à alerter l'État sur un nécessaire assouplissement des mesures de confinement en établissement, passant par la reprise des visites familiales. Les commissions ont porté sur des sujets aussi variés que les CVS, la liberté d'aller et venir, les activités physiques. Elles n'ont pas toujours produit de résultat. La commission « Liberté d'aller et venir » qui cherchait à garantir ce droit par la loi n'a pas abouti, le droit de visite a été acté par la loi sur le Bien Vieillir et le règlement du CVS a été modifié. Notre Président a également été reçu par le Président du Sénat, Gérard Larcher, deuxième personnage de l'État et s'est entretenu sur la politique vieillesse (Wender, 2021). Il lui a alors fait part des préoccupations des personnes âgées vivant en établissement ou aidées à domicile. L'association a aussi été sollicitée par Fabrice Gzil, Directeur adjoint de l'Espace de réflexion éthique d'Île-de-France, dans le cadre d'un rapport demandé par la Ministre chargée de l'autonomie sur les questions d'éthique et de citoyenneté des personnes accueillies en établissement. L'association a par ailleurs élaboré 15 propositions pour « Mieux prendre soin de nos aînés » (Citoyennage, 2019). Citoyennage s'engage également régulièrement dans des actions communes avec des associations de familles ou de professionnels pour faire évoluer la prise en considération des très âgés.

Par cette organisation centrale de Citoyennage, nous comptons bien continuer à peser sur les débats et les décisions qui nous concernent, sans laisser les autres parler à notre place.

Nous nous sommes organisés de manière à être plusieurs à intervenir dans les débats publics pour y faire entendre les résultats de notre réflexion associative commune.

Une autre occasion de porter la parole des plus âgés est la rencontre avec les professionnels du secteur. Lors de salons professionnels et de congrès, nous sommes l'objet d'un très bon accueil et suscitons un grand intérêt qui se traduit par un nombre croissant de créations de groupes Citoyennage dans différentes régions (Salon ÂGE 3, Master Class, *Exprimer sa citoyenneté*, 2025). Il nous arrive aussi d'intervenir dans le cadre de formation de personnels et directeurs.

Les interventions dans les médias nous donnent l'occasion enfin de sensibiliser l'ensemble de la société sur les attentes des personnes âgées (Wender, 2023 ; Salomon, 2024a,b,c)

Si nous ne voulons pas qu'on parle en notre nom, nous devons prendre et porter la parole !



Conclusion

Pour une conclusion ouverte à ce dossier, nous pourrions nous poser des questions sur l'être vieux. Et si la vieillesse nous rendait plus vivants ? Plus conscients de notre vulnérabilité ? Si, pressés par le temps, nous voulions témoigner encore ?

Si nous voulions par exemple dire le rôle capital, dans le monde actuel, d'une société réellement fraternelle, curieuse des différences, pétrie de respect, de solidarité, de justice sociale, de dialogue et de coopération ? Une société sans grands écarts entre les différentes catégories sociales, qui encouragerait tout à la fois une économie solidaire et une gestion responsable des ressources naturelles ?

Si nous tentions, à notre mesure, de bâtir une telle société grâce à Citoyennage ? En témoignant de notre expérience et de nos valeurs ?

Pour améliorer, par exemple, la prise en charge des plus vulnérables, changer de regard envers eux et lutter activement contre toutes les discriminations, notamment par l'âge (Beaune & Vazquez, 2024).

C'est dans cet esprit, en tout cas, que nous tentons de porter nos propositions auprès des politiques mais aussi auprès du grand public. En tentant d'être présents dans tous les lieux où des décisions nous concernant peuvent être prises, d'être présents autant que le permet notre âge, dans les manifestations professionnelles - congrès, conférences, rencontres - où notre parole peut être entendue.

Pour montrer à nos enfants le chemin d'un vieillissement heureux, dynamique encore, un chemin de courage et d'espoir.

Nous souhaitons terminer cet article par un dernier témoignage.

Témoignage de Mme Isabelle Hartvig, administratrice de Citoyennage national, Île-de-France : Citoyennage ou les vertus de la bienveillance

« *Si trois fois rien me tue, moins que rien me ressuscite et l'envie pleine de vivre m'est revenue* » (Bobin, 1997, pp. 87-88).

Toutes les personnes âgées pourraient en dire autant. Mais qu'est-ce donc ce « *moins que rien* », essentiel, qui peut « ressusciter » ?

La question m'est venue en fréquentant Citoyennage. La réponse aussi. Et si ce presque rien, c'était la bienveillance ? Autrement dit l'essence même de l'association ?

Mais tout seul, ce mot de bienveillance n'est-il pas un peu court ? Ce serait dommage de ne pas y réfléchir, au risque d'en perdre la saveur et la profondeur, tant la conscience des choses peut en amplifier les effets.

Alors qu'est-ce que la bienveillance ?

D'abord, des mots pour le dire, vous en aurez sûrement d'autres : amabilité souriante, douceur et légèreté, délicatesse et gentillesse, écoute attentive et respectueuse, sincérité, équité, diplomatie, prise en compte de la parole et absence de jugement, juste distance enfin dans l'empathie qui fait de l'autre un recours toujours possible. Bref, une qualité fondamentale de l'Humain, une manière d'être au monde en somme, un art de vivre qui rend heureux. Contraire, hélas, aux valeurs d'individualisme et de compétition qui sont celles de la société dans laquelle nous vivons aujourd'hui.

Et puis une constatation : de cette bienveillance découle une véritable confiance. En soi d'abord, en l'autre ensuite, en la vie en général, dans une sorte de ré-assurance, comme en un cercle vertueux.

Cette confiance-là permet aux personnes bien âgées de découvrir - ou redécouvrir -, ce qu'elles sont vraiment au fond, ce qu'elles peuvent encore, toujours, ce qu'elles valent même peut-être. Et ce n'est pas seulement gratifiant. C'est « boostant ». Enfin... extrêmement stimulant !

Cette confiance-là met en route.

Dans une réunion de Citoyennage, chacun est encouragé à réfléchir, à s'exprimer et à proposer. Dans une sorte de chaudron de possibles. En toute simplicité. En toute confiance parce que la bienveillance qui règne là, l'y autorise.

Telle est mon expérience à Citoyennage, qui nourrit mon goût de vivre. De rester bien présente au monde, de me projeter, même, dans l'avenir, quand bien même il ne sera pas le mien. Ce sera celui de mes enfants et petits-enfants et je peux encore participer au choix de la société dans laquelle ils vivront. Et tenter, avec eux, de le faire évoluer.

Je suis membre de l'association depuis quatre ans et cette bienveillance, essentielle, m'apparaît toujours aussi bénéfique, bienfaisante. Les nombreuses propositions qui y ont été faites, au cours de ses travaux et lors de ses colloques, en sont l'illustration.

Citoyennage, pourquoi j'y suis

Je vois Citoyennage comme une occasion et un cadre, pour aborder autrement le vieillissement, de manière beaucoup plus positive, en le pensant et le défendant. Une occasion de réfléchir aux conditions d'un « vieillir » mieux, avec des propositions concrètes, modestes parfois mais toujours utiles, et aussi une occasion de faire évoluer la situation des personnes âgées dans notre société, faire changer le regard qu'elle porte sur elle-même et son propre avenir de vieillissement. Avec un mélange de lucidité et de confiance mais aussi de volontarisme fermement affirmé.

Enfin, Citoyennage pour moi, c'est une forme de soutien dans la mesure où, ne pas se sentir seul dans les difficultés qu'on peut avoir à vieillir les allège. Je pense à ce roman d'Anna Gavalda qui a eu beaucoup de succès il y a quelques années. Le titre, c'était « Ensemble c'est tout » (Gavalda, 2024). Voilà, Citoyennage c'est un collectif. Et un collectif, ça donne des forces, ça donne de la visibilité. Ça donne du poids. Vis-à-vis de l'extérieur, vis-à-vis des pouvoirs publics notamment, pour défendre nos idées et même nos intérêts, c'est important.

Pour conclure, j'ai envie de dire que, oui, il y a des difficultés à vieillir, des pertes, des renoncements, il ne faut pas le nier. Mais justement pourquoi ne pas essayer d'y réfléchir ensemble tout en nous enrichissant encore ? En ce qui me concerne, j'en éprouve une réelle satisfaction et je crois même que, vis-à-vis de mes enfants, de mes amis, de mes proches, c'est un bon exemple à donner.

Donc Citoyennage, j'y suis, j'y reste et je sais pourquoi...

Références

- Agevillage. (2024). *Enquête Citoyennage : qu'attendent les résidents d'EHPAD en 2024*. <https://www.agevillage.com/actualites/enqu%C3%AAtte-quattendent-les-r%C3%A9sidents-en-2024>
- Beauné, S. & Vazquez, J. (2024, septembre). Citoyennage : les personnes âgées parlent, les professionnels écoutent. *NPG Neurologie-Psychiatrie-Gériatrie*, 24(143), 310-323. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2024.04.005>
- Bobin, C (1997). *Autoportrait au radiateur*. Gallimard.
- Chardon, S (2019). *Évaluation de la démarche Citoyennage « Favoriser la citoyenneté des personnes âgées »*. <https://citoyennage.fr/category/evaluation-de-la-demarche>
- Citoyennage. (2019). *Les 15 propositions*. <https://citoyennage.fr/les-15-propositions/>
- Citoyennage. (2022). *Contribution conclusive Citoyennage groupe de travail interministériel LAV (Liberté d'Aller et Venir)*. <https://citoyennage.fr/2022/02/contribution-conclusive-citoyennage-groupe-de-travail-interministeriel-lav-liberte-daller-et-venir/#more-694>
- Citoyennage. (2025a). *La charte Citoyennage*. <https://citoyennage.fr/charte-citoyennage/>
- Citoyennage. (2025b). *Mode d'emploi*. <https://citoyennage.fr/mode-demploi/>
- Citoyennage Île de France. (2013). *Synthèse Ile de France : déclinaison des travaux de l'association Citoyennage en question évaluatives destinées aux évaluations ou aux enquêtes de satisfaction*. <https://citoyennage.fr/2014/11/declinaison-des-travaux-de-lassociation-citoyennage-en-questions-evaluatives-destinees-aux-evaluations-ou-enquetes-de-satisfaction/#référence>
- Citoyennage Île de France. (2014). *Synthèse Ile de France : relation entre résidents et professionnels : la juste proximité*. <https://citoyennage.fr/2022/09/synthese-du-colloque-de-citoyennage-ile-de-france-2022/#more-623>
- Citoyennage Île de France. (2019). *Synthèse Ile de France : rester acteur de sa vie dans une société qui n'oublierait personne*. <https://citoyennage.fr/2019/08/synthese-du-colloque-de-citoyennage-ile-de-france-2019/#more-601>
- Citoyennage Île de France. (2022). *Synthèse Ile de France : cultiver la bienveillance, les liens et le dialogue, pour faire face à cette époque troublée*. <https://citoyennage.fr/2022/09/synthese-du-colloque-de-citoyennage-ile-de-france-2022/#more-623>
- Gavalda, A. (2004). *Ensemble, c'est tout*. Le Dilettante
- Hartvig, I., Montagnier, M.T. & Serra, F. (2024). Ile de France : Rencontre intergénérationnelle à l'Abbaye, trois membres de Citoyennage racontent. *Les E-chos de Citoyennage*, (5), 7-10. <https://citoyennage.fr/wp-content/uploads/2024/09/echos-n5.pdf>
- Haut-Commissariat au Plan. (2023). *Vieillissement de la société Française : résultats et conséquences* (p. 14). DSAF / DPSG / BAEC / Section Édition. https://www.info.gouv.fr/upload/media/organization/0001/01/sites_default/files_contenu_piece-jointe_2023_09_hcp_vieillissement_de_la_societe_francaise_-_realite_et_consequences.pdf Consulté le 01/12/2025.
- Salamon L. (2024b, janvier). Dossier : un congrès très attentif à la parole des aînés. *Directeurs*, (16), 10-15.
- Salamon, L. (2024a, janvier). Dossier : ils accordent citoyenneté et grand âge. *Directeurs*, (16), 16-22.
- Salamon, L. (2024c, octobre). La parole à Citoyennage. *Directeurs*, (19), 24.
- Salon Age 3, 2025. *Âge3 Congrès expo des EHPAD*. <https://age-3.fr/informations-visiteurs/>
- Serra, F. (2024). « Avec Citoyennage, j'ai l'impression que ma parole est entendue, prise en compte, considérée » Article GERONTONEWS. *Les E-chos de Citoyennage*, (6), 18-22. <https://citoyennage.fr/wp-content/uploads/2024/12/echos-6.pdf>
- Serra, F. (2025). Actualité du secteur : L'agora du grand âge-Albi-19 et 20 juin 2025, 13-15). *Les E-chos de Citoyennage*, (9), 13-15. <https://citoyennage.fr/wp-content/uploads/2025/09/echos-9.pdf>
- Wender, P. (2021, Septembre). *Entretien avec Gérard Larcher. Dans le cadre de la 4ème édition du Congrès National des Âges et du Vieillissement* [Vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=mYscgtt7NXc> consulté le 05/03/2025.
- Wender, P. (2023). *Âgevillagepro.com. L'autodétermination des personnes aidées dans l'enthousiasme*. <https://www.agevillagepro.com/actualites/colloqueanm-2023-lautod%C3%A9termination-dans-lenthousiasme-philippe-wender>

e-mail auteur
isabelle.hartvig@orange.fr