



**HAL**  
open science

# Empowerment individuel, empowerment collectif. Les deux niveaux de l'empowerment des “ personnes âgées ”

Vincent Caradec

## ► To cite this version:

Vincent Caradec. Empowerment individuel, empowerment collectif. Les deux niveaux de l'empowerment des “ personnes âgées ”. Comité de coordination de Pr'Agi'Lab, Carsat Hauts-de-France, Apr 2023, Lille, France. hal-04372626

**HAL Id: hal-04372626**

**<https://hal.science/hal-04372626>**

Submitted on 4 Jan 2024

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

**Empowerment individuel, empowerment collectif.**  
**Les deux niveaux de l'empowerment des « personnes âgées ».**

Vincent Caradec, Université de Lille

Intervention lors du comité de coordination de Pr'Agil'Lab, Carsat Hauts-de-France, vendredi 14 avril 2023

Résumé : Partant d'une réflexion sur l'actualité de la notion d'empowerment, cet exposé distingue deux niveaux possibles d'empowerment : le niveau individuel, d'une part, et le niveau collectif, d'autre part. Dans un premier temps, il soutient que **l'empowerment individuel** se trouve au cœur d'un certain nombre de théories du vieillissement (même si ces théories n'utilisent pas le terme d'empowerment en tant que tel) : la théorie du vieillissement réussi de Rowe et Khan ; la théorie du vieillissement réussi de Baltes ; la théorie de la déprise et du maintien de prises sur le monde. Puis il montre que l'empowerment individuel implique un certain nombre de conditions favorables. Dans un second temps, il aborde les formes multiples de **l'empowerment collectif** des personnes âgées.

Comment définir l'empowerment (traduit parfois en français par « capacitation » ou par « empouvoirement », mais c'est le terme anglais qui est utilisé le plus souvent) ? Selon Chat GPT, il s'agit d'« un processus qui vise à renforcer la capacité des individus ou des groupes à **prendre le contrôle de leur vie et à agir de manière autonome** pour atteindre leurs objectifs ». Cela renvoie donc à **l'augmentation du pouvoir d'agir**, au développement de **la capacité de choix** des individus (et des collectifs) sur leur existence, sur l'environnement dans lequel ils vivent, pour les décisions qui les concernent. Pour le dire encore autrement, l'empowerment est un processus à travers lequel **l'autonomie s'accroît** (autonomie au sens originel du terme : auto-nomos, décider de sa propre loi/par soi-même). Et c'est un processus qui concerne donc potentiellement tout le monde, mais plus particulièrement ceux dont la capacité d'agir est limitée ou entravée

Voilà pour la définition générale. Ce qu'on peut ajouter, c'est que c'est une notion très malléable (ce qui explique en partie son succès), peut renvoyer à des choses très différentes :

- D'un côté, la notion a été utilisée à propos des mouvements d'émancipation noirs et féministes des années 1960 aux Etats-Unis, le terme étant associé alors à ceux de **conscientisation, d'émancipation** et de **mobilisation collective**.
- D'un autre côté, on la retrouve aujourd'hui utilisée dans des contextes très différents, par exemple dans le vocabulaire managérial, avec l'idée qu'accorder plus de pouvoir à ses collaborateurs va leur permettre de prendre plus d'initiatives et d'être plus performants. Plus largement, l'empowerment peut sous-entendre que chacun doit **se prendre en main et devenir entrepreneur de lui-même**. Dans cette 2<sup>nd</sup>e acception, le terme est associé à l'idée de **capacités accrues**, de **performance** et de **responsabilisation individuelle**.

On voit ainsi se dessiner deux niveaux possibles d'empowerment : **le niveau individuel**, d'une part, et **le niveau collectif**, d'autre part (les deux n'étant pas indépendants : la création d'un collectif peut faciliter/stimuler l'empowerment individuel). Ce que je me propose de faire, c'est d'aborder successivement ces deux niveaux auxquels peut s'opérer l'empowerment des « personnes âgées » (par commodité, j'utiliserai cette catégorie de « personnes âgées » pour désigner l'ensemble des 60 ans et plus, même si **elle n'a pas grand sens tant elle est hétérogène**).

## 1. L'empowerment individuel des « personnes âgées »

Ce qu'il faut dire tout d'abord, c'est qu'**on est dans une société de l'empowerment individuel**, c'est-à-dire dans une société (et dans une époque) qui croient dans l'idée qu'on peut (et qu'il faut) encourager les individus à **augmenter leurs capacités** et **leur pouvoir d'agir**, que chacun a des potentialités en lui qu'il se doit d'activer. La notion **d'empowerment**, elle est en phase avec la vision contemporaine de l'individu, qui considère que celui-ci est toujours capable de se prendre ou de se reprendre en main, **d'accroître ses capacités, d'activer ses potentialités** (Genard, 2009).

Il n'est donc pas surprenant que l'empowerment soit **au cœur de notre conception actuelle du vieillissement**. C'est ce dont témoigne notamment l'apparition, au cours des 30-40 dernières années, de notions qui cherchent à dire ce que doit être le vieillissement et à guider les politiques publiques, en particulier celles de « Vieillessement actif » et de « Bien vieillir ».

- « **Vieillessement actif** », qui **désigne le fait de pouvoir être aussi longtemps que possible acteur de sa propre vie et de contribuer à l'économie et à la société**. Une notion qui s'est diffusé dans les organisations internationales dans les années 1990-200 (2012, Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle).
- « **Bien Vieillir** », qui invite à **se prendre en main** en s'engageant dans des actions de prévention de façon à éviter le mal vieillir et la dépendance (en se faisant dépister, en faisant du sport, en ayant une alimentation saine, en maintenant des contacts sociaux)

L'idée d'empowerment – et c'est ce que je voudrais développer un peu plus longuement - se trouve aussi au cœur **d'un certain nombre de théories du vieillissement** (même si ces théories n'utilisent pas le terme d'empowerment en tant que tel), qui ont pu d'ailleurs inspirer les mots d'ordre du vieillissement actif et du Bien Vieillir. Je vais en présenter trois, qui émanent de champs disciplinaires différents : la théorie du vieillissement réussi de Rowe (un médecin) et Khan (un psychologue social) ; la théorie du vieillissement réussi de Baltes (qui est un psychologue du développement) ; la théorie de la déprise et du maintien de prises sur le monde (sociologique). Puis je montrerai que l'empowerment implique un certain nombre de conditions favorables.

### 1.1. Trois théories du vieillissement en phase avec l'empowerment

Même si elles présentent – on va le voir – des différences, ces théories ont en commun de s'inscrire en faux contre l'idée que le vieillissement est **un déclin inéluctable**. Elles vont à l'encontre d'une vision **fataliste** et **décliniste** du vieillissement, contre l'idée qu'il s'imposerait de manière inéluctable et implacable à tous et qu'on ne peut rien y faire.

#### 1. la théorie du Vieillissement Réussi de John Rowe et Robert Khan

J'évoquerai pour commencer la théorie du Successful Aging, de John Rowe et Robert Khan qui, dans un article paru en 1987 dans la revue *Science*, partent d'une critique de la distinction classique entre « **vieillissement pathologique** » et « **vieillissement normal** » : le « **vieillissement pathologique** », qui est marqué par **la survenue de maladies**, et le « **vieillissement normal** », qui se caractériserait par une **altération « normale » des fonctions vitales**.

Le problème, disent-ils, est que cette vision duale du vieillissement tend à **occulter les grandes différences** qui existent parmi ceux qui connaissent un « **vieillissement normal** ».

- ➔ Le vieillissement « normal » est une catégorie bien trop englobante, disent-ils, qui se trouve définie à partir des évolutions physiologiques **moyennes** (par exemple la baisse de l'audition avec l'âge, l'augmentation du poids, la baisse de la densité osseuse)... ce qui empêche de voir qu'il y a certaines personnes qui s'éloignent de la moyenne et qui vieillissent avec peu de limitations physiologiques.
- ➔ Rowe et Kahn proposent donc d'abandonner la catégorie de « **Vieillissement normal** » en la faisant éclater en 2 catégories nouvelles : celle de **Vieillissement usuel** de celle de **Vieillissement Réussi**, le Vieillissement Réussi désignant les personnes qui ne présentent pas ou peu de signes de déclin. Plus précisément, ils définissent cette catégorie nouvelle de Vieillissement Réussi, à partir de 3 critères :
  - **l'absence** de maladies et de handicaps ;
  - des capacités physiques et cognitives **maintenues à un niveau élevé** ;
  - un fort engagement dans la vie sociale [fort engagement dans la vie sociale qui comporte lui-même 2 composantes : d'une part, la vie relationnelle et, d'autre part, l'engagement dans des activités productives].

La force de l'« invention » de cette catégorie nouvelle de Vieillissement Réussi est qu'elle fait apparaître que le vieillissement **n'est pas nécessairement le déclin inéluctable** que

l'on décrit habituellement quand on parle de « vieillissement normal ». **Il n'y a pas de fatalité de l'âge**, disent Rowe et Kahn. Pour eux, on a surestimé le poids des facteurs génétiques dans le vieillissement en négligeant **les facteurs comportementaux et environnementaux** : l'alimentation ; l'exercice physique ; le fait de chercher à maintenir son autonomie ; la façon dont l'entourage soutient ou non l'autonomie. Or, ces facteurs ont un impact important sur la manière de vieillir et **il est possible d'agir sur eux**. Et donc, si on met en œuvre les actions adaptées, on peut **favoriser le Bien Vieillir** et augmenter le nombre de personnes connaissant un Vieillissement Réussi plutôt qu'un Vieillissement usuel. On peut donc « **prendre le pouvoir** » sur son vieillissement pour l'orienter vers le Vieillissement Réussi/Bien Vieillir (cf. sur le ppt, la 1<sup>ère</sup> de couverture du livre qu'ils ont publié et qui montre bien que le Vieillissement Réussi est du registre du volontarisme individuel).

J'ajouterai que le Vieillissement Réussi selon Rowe et Kahn, est **très exigeant**. Le Vieillissement Réussi, ce sont des **performances maintenues ou à maintenir** dans le grand âge. Si bien que cette théorie a pu être qualifiée par Christian Lalive d'Epinay, un sociologue suisse qui a beaucoup travaillé sur le grand âge, de **vision « prométhéenne » du vieillissement** (Lalive d'Epinay, Spini, 2008).

## **2. La théorie du Bien Vieillir de Paul et Margret Baltes : le Bien vieillir comme adaptation**

Une autre conception du Bien Vieillir, assez différente, a été proposée par Paul et Margret Baltes (1990). Ces deux psychologues mettent en avant **les capacités d'adaptation** des personnes qui vieillissent plutôt que leur performance. Ici, l'accent n'est pas mis sur la possibilité d'éviter les maux du vieillissement (même si l'utilité des actions de prévention n'est pas niée, elles sont bien sûr indispensables), mais sur **la manière d'y faire face** quand ces maux surviennent. On n'est plus ici dans une vision **prométhéenne** du vieillir (faire en sorte qu'il n'advienne pas), mais dans une vision **stoïcienne** (accepter le vieillir et s'y adapter).

Pour bien comprendre cette théorie du Vieillissement Réussi, le plus simple est de présenter son concept central, celui d' « optimisation sélective avec compensation », qui décrit un triple mécanisme qui est au cœur des stratégies d'adaptation qui permettent de Bien Vieillir :

- **la sélection** de certaines activités par les personnes qui vieillissent, lorsqu'elles constatent que leurs forces déclinent;

- **l'optimisation**, qui consiste à **s'investir fortement** dans ces activités et à déployer des **efforts particuliers** pour les réaliser au mieux;
- **la compensation**, qui conduit à adopter des procédures ou des techniques, qui permettent de **pallier les déficiences**, comme par exemple noter davantage de choses lorsque la mémoire devient défaillante.

Pour illustrer cette triple stratégie, Paul et Margret Baltes aiment à donner l'exemple du pianiste **Arthur Rubinstein**, qui a continué à jouer du piano et à se produire en public jusqu'à un âge avancé. Comment ?

- il a réduit son répertoire en le limitant à quelques morceaux (**sélection**);
- il s'est davantage entraîné à jouer ces quelques morceaux (**optimisation**);
- il ralentissait le rythme avant les mouvements rapides, qu'il ne pouvait plus jouer aussi vite qu'auparavant, afin de produire le contraste (**compensation**).

Là encore, la théorie insiste sur la possibilité pour la personne qui vieillit de mettre en œuvre **un certain nombre d'actions**, de **transformer ses pratiques** pour **s'adapter** à son vieillissement, de façon à **le maîtriser** et à **garder du pouvoir** sur son existence, malgré les difficultés rencontrées.

### 3. La théorie sociologique de la déprise (et du maintien de prises sur le monde)

La théorie du Bien Vieillir comme adaptation de Baltes et Baltes est proche de la théorie sociologique du vieillissement comme **épreuve et comme déprise** (Caradec, 2014, 2018), qui pose que le vieillissement au grand âge est marqué par une probabilité croissante de devoir faire face à des difficultés qui trouvent leur origine à la fois

- **dans des transformations physiologiques et psychologiques des problèmes de santé**, des limitations fonctionnelles ; le fait qu'on se fatigue plus vite ; une conscience accrue de sa finitude ;
- & aussi **dans des changements dans l'environnement humain et matériel** des personnes qui vieillissent : la disparition d'une partie de leurs contemporains ; des proches dont l'attitude se transforme et qui se font plus protecteurs, parfois surprotecteurs ; & aussi un monde extérieur qui se fait **moins accueillant**, parce que les vieilles personnes sont confrontées aux **manifestations variées de l'âgisme**

Les enquêtes sociologiques qui mobilisent la théorie de la déprise montrent que, face à ces difficultés, on assiste à un processus **de réaménagement de la vie sous contraintes croissantes**, qui passe par une série d'adaptations, d'abandons, de reconversions par rapport ce qu'on faisait auparavant (par ex. en regardant la messe à la télévision lorsqu'on a du mal à aller à l'église)

... **l'enjeu** de ce **processus de reconversion** étant de conserver aussi longtemps que possible, voire de recréer, des activités, des liens sociaux qui font sens pour soi, des **prises significantes** sur le monde, en cherchant à sauvegarder les activités **qui ont le plus d'importance pour soi** (pour en donner un ex., je me souviens d'une nonagénaire, qui avait perdu l'usage d'un œil et qui voyait mal de l'autre, et **qui avait renoncé** à regarder la télévision l'après-midi **pour pouvoir continuer** à regarder les séries de début de soirée et retrouver chaque soir ceux qu'elle appelait ses « amis télévisuels » - c'était son plaisir quotidien, chaque jour renouvelé).

Dans cette perspective, Bien Vieillir, c'est parvenir à conserver ces prises significantes, c'est réussir à continuer à avoir des activités et des relations qui **donnent du sens** à sa vie et c'est garder ainsi **un pouvoir sur son existence**.

## 1.2. Les conditions de l'empowerment

Un enseignement qui ressort des travaux précédents, et en particulier des travaux sociologiques, est que la capacité à s'engager dans un processus d'empowerment est marqué par de profondes inégalités ou, pour le dire autrement, qu'il existe **des conditions favorables** (et d'autres défavorables) à l'empowerment. Quelles sont ces conditions ? J'en indiquerai 3 :

1°) Disposer de **ressources personnelles suffisantes** (ressources au sens large : financières, mais aussi en termes de niveau d'études, de santé, de capacité d'adaptation) :

Je dirai ici un mot de l'une des 1ères recherches sociologiques françaises **sur la retraite**, celle d'Anne-Marie Guillemard au début des années 1970, qui avait montré que le niveau des ressources **déterminait le mode de vie à la retraite** (retraite-retrait ; retraite tournée vers les loisirs ; retraite tournée vers une activité para-productive ; retraite tournée vers la consommation des médias ; retraite orientée vers la participation sociale). Pour le dire autrement, d'Anne-Marie Guillemard montrait que la retraite (et on pourrait ajouter **la capacité d'agir à la retraite**) résultait de la trajectoire sociale passée et que disposer d'une capacité d'agir à la retraite nécessitait d'avoir **accumulé des ressources suffisantes** (Guillemard, 1972)



Evoquer ces ressources, c'est en même temps souligner l'une des faiblesses de la théorie du bien vieillir de Rowe et Kahn qui, on l'a vu, est porteuse de l'idée que le Bien Vieillir est **une affaire de volonté individuelle**. Or les individus ont plus ou moins de ressources et cela ne dépend pas seulement d'eux. Leur état de santé n'est pas seulement de leur fait, il doit aussi beaucoup aux conditions de travail comme le rappelle une étude de l'Ined qui s'intitule « *La double peine des ouvriers : plus d'années d'incapacité au sein d'une vie plus courte* » (Cambois, Laborde, Robine, 2008). C'est aussi pourquoi le discours du Bien Vieillir suscite parfois **le ressentiment** de certaines personnes à qui on demande aujourd'hui de « bien vieillir » alors que les conditions dans lesquelles elles ont mené leur activité professionnelle les a rendus malade – pensons aux travailleurs de l'amiante, par exemple.

2. l'empowerment suppose de disposer de liens sociaux qui encouragent l'autonomie :

L'empowerment, ce n'est pas être autonome au sens de décider seul et de n'avoir besoin de personne. L'empowerment suppose des supports relationnels. Mais il faut tout de suite ajouter : des supports relationnels qui **stimulent/supportent/encouragent** les capacités d'agir.

On le voit bien dans le cas des relations d'aide, qui sont marqués par **l'asymétrie** entre les personnes âgées « aidées » et leurs aidants (professionnels ou familiaux), et au sein desquelles l'empowerment peut être empêché ou contrarié ou, au contraire, encouragé. Tout dépend de **la forme que prend cette relation** (et de l'attention à l'autonomie et à la capacité d'agir dont font preuve les aidants). On sait en particulier qu'aider en faisant **à la place de la personne**, c'est prendre le risque d'installer la personne aidée **dans une situation de dépendance** et de la rendre incapable de faire par elle-même. Dans ce cas, on n'est plus dans l'empowerment, on est dans le désempowerment et **la grabatisation**.

Enfin (3), l'empowerment est facilité par un environnement favorable.

J'en prendrai 3 exemples :

- Le 1<sup>er</sup> qui souligne **l'importance des commerces de proximité** pour que les plus âgés maintiennent des prises sur leur environnement et puissent continuer à faire leurs courses par elles-mêmes (des études ont montré que les personnes âgées sortent davantage lorsqu'il y a des commerces à moins de 200 mètres de chez elles).
- Le 2<sup>ème</sup>, qui se situe dans la continuité des supports relationnels que j'ai évoqués précédemment, mais **à un niveau plus institutionnel** : celui de l'Ehpad (ou de la résidence autonomie) dans lequel vit la personne âgée. On peut évoquer sur ce point une recherche de psychologie sociale menée aux Etats-Unis dans les années 1970

par **Langer et Rodin** et qui visait à évaluer de manière expérimentale l'impact de l'auto-détermination, une notion psychologique qui est proche de l'empowerment puisqu'elle renvoie à **la capacité d'agir et de décider librement selon ses souhaits**. J'en présente rapidement les résultats, en m'appuyant sur des diapos faites par mon collègue psychologue **Stéphane Adam** (cf. ppt)

- 3<sup>ème</sup> ex., celui des technologies numériques, qui peuvent avoir un effet **ambivalent** sur leur empowerment :

- . parfois, elles sont **un support d'empowerment** (quand elles permettent aux personnes de se tenir au courant de ce qui se passe, de rester connectés avec leurs proches, de participer à la vie sociale)

- . il arrive, à l'inverse, qu'elles **réduisent leur autonomie et leur capacité d'agir** (quand elles deviennent la seule manière de faire certaines choses – contacter une administration, déclarer ses impôts, prendre rendez-vous avec un médecin –, des choses que les personnes **savaient faire avant**, mais d'une autre manière (en se déplaçant, en téléphonant), et qu'elles ne savent plus faire via internet, si bien qu'elles **deviennent dépendantes d'un proche et perdent de leur capacité d'agir**).

Au-delà de ces exemples, j'ajouterai (et **cela va servir de transition avec mon 2<sup>ème</sup> point**) que nous vivons dans **une société âgiste**, qui tend à limiter les possibilités de choix des plus âgés,

- **parfois avec de très bonnes intentions** : pour les protéger – pensons à ce qui s'est passé dans les Ehpad pendant la crise du Covid.
- **parfois aussi à cause d'une vision dépréciative de l'âge**, parce qu'on pense que les vieux ne sont plus capables de se gouverner par eux-mêmes et qu'il vaut mieux décider à leur place. Il pèse sur les plus âgés une sorte de « présomption d'incompétence », si bien qu'on a du mal à écouter et à prendre en compte la parole des vieux et ce dont ils ont besoin (en particulier en institution pour personnes âgées) et à l'entendre quand elle s'exprime (cf. les travaux sur l'âgisme, par exemple Caradec, 2023).

## 2. L'empowerment collectif des personnes âgées

Je serai un peu plus rapide sur ce second point de mon propos. L'empowerment collectif est une forme d'empowerment à laquelle on pense peut-être moins parce que nous sommes dans une société et une époque qui croit davantage dans le pouvoir des individus de se réformer et de se changer que dans le pouvoir des mouvements sociaux à **transformer la société**. Pourtant, il vaut la peine de se montrer attentif à l'empowerment collectif dans le champ de la vieillesse et à ce qui se passe de ce côté-là.

- A priori, l'empowerment collectif des personnes âgées ne va pas de soi car il est freiné/contrecarré par **l'hétérogénéité de ce groupe d'âge** (il n'y a pas grand chose de commun entre une veuve de milieu populaire octogénaire et un cadre supérieur sexagénaire en cumul emploi retraite). Ce qui peut réunir ce groupe d'âge, c'est d'une part **le partage d'une condition commune** (celle de retraité) et, d'autre part, le partage d'expériences communes du fait de l'appartenance à un même ensemble générationnel (même si ce partage est limité par le fait que les « personnes âgées » appartiennent à des générations différentes).

- Aux Etats-Unis, l'empowerment des retraités a pris une forme assez spectaculaire, non seulement avec la création de mouvements revendicatifs dans les années 1970 comme les Gray Panthers, mais aussi à travers la création de l'AARP (American Association of Retired People), qui compte 38 millions d'adhérents et qui constitue un groupe de pression puissant.

- En France, les prémices d'un mouvement des retraités remontent aux années 1970 avec, d'une part, la création de **clubs du « troisième âge »** et, d'autre part, **le développement des pré-retraites et la création d'associations de défense des pré-retraités** (Viriot-Durandal, 2003). Puis les différentes associations de retraités, personnes âgées et aînés se sont fédérées, en 2000, dans la CFR (qui revendique 1,5 millions d'adhérents et qui représente les retraités et défend leurs intérêts dans un certain nombre d'instances, comme la CNSA, les Conseils départementaux de la citoyenneté et de l'autonomie (CDCA) et le Conseil économique, social et environnemental (CESE)).

- Plus récemment, on a vu émerger des associations qui montrent qu'il existe, parmi les nouvelles générations qui entrent dans la vieillesse (qui sont des générations plus revendicatives, qui ont plus souvent pris la parole que les générations précédentes), **une volonté encore plus affirmée** de s'impliquer dans les décisions qui les concernent et de prendre en

main leur vieillissement. J'en prendrai deux exemples : celui des habitats alternatifs, d'une part et celui de l'association Old'Up, d'autre part.

. Les habitats alternatifs ou autogérés se fondent sur la volonté d'un collectif de personnes âgées de vivre ensemble leur vieillesse dans un habitat qu'elles ont choisi – et qu'elles ont même parfois conçu –, à l'opposé de la maison de retraite et de ses contraintes. L'objectif est d'articuler autonomie et solidarité, de se sentir libre et **en capacité de décider** dans un lieu où l'on se sent aussi entouré et en sécurité. Ces collectifs peuvent être plus ou moins militants et leur projet plus ou moins politique. L'exemple le plus connu est celui des **Babayagas** de Montreuil (93), qui ont créé un **habitat autogéré pour des femmes âgées** et dont le projet est clairement politique puisqu'il vise à **transformer le regard sur la vieillesse**, comme l'affirmait avec force Thérèse Clerc, qui était la figure emblématique et charismatique de ce collectif et a mis son combat anti-âgiste dans les pas de son combat féministe.

. Old'Up est une association qui a été créée en 2008 et qui réunit des personnes « autour de la 2e étape de la retraite », « plus si jeunes, mais pas si vieux » (pour reprendre l'un de ses slogans) qui refusent d'être mises sur la touche du fait de leur âge et cherchent à « donner du sens et de l'utilité à l'allongement de la vie » (pour reprendre un autre de ses slogans). C'est une association qui a une composition sociologique particulière puisque ses membres appartiennent à la bourgeoisie parisienne. Mais ça ne doit pas occulter **le caractère novateur de son projet**, qui consiste à produire une réflexion collective sur la vieillesse, fondée sur un savoir expérientiel (ainsi que sur des expériences immersives dans certains lieux comme les Ehpad), à défendre une image du grand âge qui ne soit pas celle du déclin et à « **porter la voix des vieux** » **dans l'espace public et dans diverses instances institutionnelles** (Savona-Chignier, 2017). D'autres initiatives (par exemple la création, en 2021, du Conseil National Autoproclamé de la Vieillesse ou, en 2022, dans le Nord, de l'association Debout les Aînée.es), vont dans le même sens : faire entendre la parole des vieux afin de peser sur les politiques publiques qui les concernent. A ce propos, je voudrais terminer en rapportant les propos d'un retraité de 80 ans que nous avons interrogé dans le cadre d'une recherche en cours menée avec la Cnav, l'INED et l'université de Tours, et qui montre bien ce qui peut être à l'origine de l'empowerment collectif, mais aussi individuel : le refus d'être traité comme un « vieux » et de voir son point de vue déprécié du fait de son âge (ce qui est constitutif de l'âgisme). Il s'agit des propos d'un homme de 80 ans, très engagé dans différentes associations : « *Dès l'instant où on a atteint un*

*certain âge, on considère qu'on doute de vos capacités. C'est ce qui se produit d'ailleurs aujourd'hui encore, même à mon âge, effectivement. Je suis au conseil de développement, je dirais, j'ai beaucoup de difficulté à me faire entendre. Beaucoup de difficulté. Surtout que là j'ai affaire à des élus. Et donc qui ont, semble-t-il, le pouvoir et je dirais, la connaissance (Rires). Donc c'est très compliqué. C'est d'ailleurs à ce sujet-là que je suis en train d'envisager de constituer une association pour porter la parole des anciens. J'essaie de me rapprocher de Old'Up Paris, qui est une grosse association... Et peut-être devenir partenaires et créer localement ici quelque chose qui permettra d'intervenir auprès des élus qui souvent prennent des décisions, je dirais, sans concertation avec ceux qu'elles concernent. Et ça c'est plutôt gênant. Oui. »*

## Références bibliographiques :

Baltes Paul, Baltes Margret (eds). *Successful aging : perspectives from the behavioural sciences*. Cambridge, Cambridge University Press, 1990.

Cambois Emmanuelle, Caroline Laborde, et Jean-Marie Robine. « La « double peine » des ouvriers : plus d'années d'incapacité au sein d'une vie plus courte », *Population & Sociétés*, vol. 441, no. 1, 2008.

Caradec Vincent, « Transitions du vieillissement et épreuve du grand âge », dans Hummel Cornelia, Mallon Isabelle, Caradec Vincent (eds), *Vieillesse et vieillissements : regards sociologiques*, Rennes, Presses universitaires de Rennes, 2014, p. 273-288.

Caradec Vincent, « Intérêt et limites du concept de déprise. Retour sur un parcours de recherche », *Gérontologie et société*, vol. 40/155, no. 1, 2018, p. 139-147.

Vincent Caradec, « L'âgisme anti-vieux en pratiques. Petit essai de typologie », *Traits-d'Union, la revue des jeunes chercheurs de Paris* 3, 2023, 12, p.82-92.

Genard Jean-Louis, « De la capacité, de la compétence, de l'empowerment, repenser l'anthropologie de la participation. » *Politique et Sociétés*, volume 32, numéro 1, 2013, p. 43–62. <https://doi.org/10.7202/1018720ar>

Guillemard Anne-Marie, *La retraite, une mort sociale. Sociologie des conduites en situation de retraite*, Paris, Mouton, 1972.

Lalivé d'Épinay Christain, Spini Dario, *Les années fragiles. La vie au-delà de quatre-vingt ans*, Presses de l'Université Laval, 2008.

Rowe John, Khan Robert, « Human aging : usual and successful », *Science*, 1987, 237, p.143–9.

Rowe John, Khan Robert, *Successful aging*, Pantheon/Random House, New York, 1998.

Savona-Chignier Frédérique, *Les nouveaux vieux sont arrivés*, Paris, In Press, 2017.

Viriot-Durandal Jean-Philippe, *Le pouvoir gris. Sociologie des groupes de pression de retraités*, Paris, PUF, 2003.