

# Paroles de vieux debout

**Rhizome :** Pouvez-vous présenter OLD'UP ?

**Claude Caillart :** OLD'UP est une association d'intérêt général, fondée en 2008 à Paris par Marie-Françoise Fuchs, docteure et psychologue. Son président est actuellement le professeur Philippe Gutton, psychanalyste et psychiatre. Il s'appuie sur un comité scientifique. Les adhérents ont un âge certain : « Plus si jeunes, mais pas si vieux. » Plus vieux que les seniors, des super-seniors, des *seniorissimes*. Faisant partie de la génération des « vieux debout<sup>1</sup> », nous visons à donner du sens et de l'utilité à nos vies qui s'allongent, se prolongent. On pourrait également ajouter que nous cherchons à donner une valeur supplémentaire à nos vies et à celle des vieux en train de vieillir. Cette valeur est soutenue par trois piliers : la relation à l'autre, la pensée argumentée et la réflexion sur notre présence au monde.

Nous constituons donc un réseau d'échanges, d'actions et de recherches, animé par le *dur désir de durer* face à la réalité du vieillissement. Ce réseau est organisé en nombreux groupes de parole, en ateliers de réflexion, où chacun apporte ses interrogations tout en restant à l'écoute de celles des autres. La liberté de s'engager – ou pas – dans tel ou tel groupe est évidemment laissée à chaque membre. Ces échanges s'appuient sur le témoignage du vécu de chacun et sont éclairés par des arguments plus scientifiques ou plus spirituels. Certains ateliers accueillent régulièrement des intervenants extérieurs spécialisés. Périodiquement, des colloques interdisciplinaires, sur le thème du vieillissement, présentent l'état de leurs recherches.

De ces échanges se dégagent des propositions, des choix d'action, par exemple pour vivre en immersion pendant 24 heures avec des vieux en résidence de soins de suite, voire en établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes (Ehpad). Nous avons choisi de nous engager dans ces actions, pour rester inclus dans la vie de la Cité, sans appartenir pour autant à une organisation politique, syndicale, ou religieuse.

**Rhizome :** Concrètement, qu'est-ce qui est fait dans les groupes et ateliers que vous proposez ?

**Claude Caillart :** Pour résumer, nous échangeons librement sur des thèmes proposés par des animateurs dont les compétences sont adaptées<sup>2</sup>. Je citerais ici certaines répliques de participants à une présentation collective de ces groupes et ateliers :

- « Je suis au groupe de parole "Le goût de vivre". [...] Il y avait de la chaleur humaine, du partage, de la tendresse. Je suis sortie en larmes. C'est un cercle qui transmet de la force parce qu'on est ensemble » ;
- « Je suis au groupe de parole "Vivre sa réalité". [...] Ce que j'aime dans mon groupe, c'est qu'il y a des personnes avec des idées très différentes ; alors il y a de la confrontation. C'est agréable. Moi, j'aime ça » ;

- « J'anime un groupe de parole sur les liens familiaux. [...] Il y a une progression des gens incroyable, qu'on n'attend pas à cet âge ; sur la capacité d'écoute pour commencer, sur les modifications des comportements et des places dans la famille » ;
- « Moi, les groupes de parole, ça m'a sauvé la vie » ;
- « Dans l'atelier "Médecin-Malade", on parle de tout sans tabous... Ça nous permet de nous prendre en charge ; on devient plus attentifs à nous-mêmes » ;
- « En arrivant, j'ai demandé la création d'un atelier d'écriture. Ce qui fut fait. Je continue à y participer, et ça m'a donné envie d'en créer un autre, que j'anime avec le concours et la complicité de deux vieilles dames charmantes ».

**Rhizome :** Quels projets émergent actuellement chez OLD'UP ?

**Claude Caillart :** Encore plus ancrés dans la réalité, nous publions plus de quatre livres par an sur le thème du vieillissement. C'est la voix des vieux qui s'exprime, leur parole qui s'imprime. Leur vécu est partagé, et les chercheurs en sciences humaines les analysent, les expliquent. Je peux également citer des actions menées sur le terrain, par exemple d'immersion en Ehpad, accompagnées par des sociologues et anthropologues, et annoncer la sortie prochaine d'un livre qui s'intitulera : *Peut-on être heureux en Ehpad ?* Aussi, certains d'entre nous vont tester dans les hôpitaux des interactions avec des robots. Nous accompagnons le réel du futur, sans nous projeter dans la science-fiction. Dans la réalité du temps présent, nous sommes agréés, par la région, comme « représentants des usagers » dans les hôpitaux et les cliniques.

**Rhizome :** L'Association est-elle également représentée dans d'autres régions ?

**Claude Caillart :** En effet, nous démultiplions nos actions. Depuis 2016, des associations locales, à la fois filles et sœurs, sont nées : à Nantes d'abord, puis à Marseille et à Toulouse. Des groupements sont en cours de gestation au Havre, à Toulon et à Brest. Notre projet est de nous développer durablement, sans précipitation.

**Rhizome :** Que pouvez-vous nous dire plus sur le slam ci-contre, également publié sur votre site ?

**Claude Caillart :** Lors d'une table ronde à Brest, pour « donner la parole aux vieux », une participante a par exemple interprété un slam assez violent sur la solitude, telle qu'elle est vécue par une dame de 88 ans. Je suis entré en contact téléphonique avec l'autrice, qui continue à écrire, bien et beaucoup. Un de ses pseudos est « Slam Mamie ». Éprouvant des difficultés pour se déplacer, elle occupe une partie de son temps à écrire des slams. Si un groupe de parole ou un atelier d'écriture voyait le soleil à Brest, ce serait certainement pour elle une source

<sup>1</sup> La référence est démographique : le nombre de vieux va en augmentant. En 2019, 9 % des Français ont plus de 75 ans, se déclarent exclus de la société et voués à un sentiment d'inutilité. En 2060, les démographes précisent que ce pourcentage atteindra 16 %. Le nombre de centenaires croîtrait de 7 % par an. En ayant pris conscience, les fondateurs de notre association se sont fixé un objectif : garder les vieux debout, actifs, créatifs, inclus dans la société, tout en ayant le sentiment d'être utiles.

<sup>2</sup> Vous trouverez le détail du contenu de ces groupes et ateliers, leur mode de fonctionnement ainsi que les témoignages des participants en consultant le site de l'Association. Nous vous invitons à consulter le site de l'association OLD'UP : <http://www.oldup.fr>

► **Poubelle la vie, billet d'humeur amère de Christie R. R., « slameuse » octogénaire**

Quand on a 80 berges, C'est bien fini la gamberge ;  
 Quand on a 80 piges, Tout se glace, tout se fige ;  
 Quand on a 80 ans, C'est plus « avec »... c'est « sans ».  
 Bref, c'est quoi la vie ? C'est la chienlit.  
 Quand les pieds sont trop éloignés, Pour être touchés, chaussés, lavés ;  
 Quand les mains sont trop fébriles, Écrire ou caresser, c'est difficile ;  
 Quand je n'écris plus que du Trash, Un tout, un rien me fâche...  
 Alors, Mamie, C'est quoi la vie ? C'est de la roupie.  
 Quand la télé devient bocal de poissons rouges,  
 Avec juste des machins qui bougent ;  
 Quand le frigo est vide, La tête aussi, le cœur et le bide,  
 Quand SOS Amitiés est aux abonnés absents ; Tous à la plage, sauf les impotents.  
 SOS Zoulou-Amitiés, Répondez, je vous en prie C'est quoi la vie ?  
 Quand j'ai trop tué mes coussins imbéciles,  
 Quand j'ai trop pleuré mes larmes de crocodile,  
 Quand poubelle-la-vie rime avec hallali, Alors, mamie, c'est quoi ta ritournelle,  
 Ton secret de Polichinelle ? Me faire la belle... Me faire la belle...

de plaisir. Il faut un lieu bien identifié pour laisser entendre ces textes, et une animation de groupe très professionnelle.

**Rhizome :** *Avez-vous des conseils à donner aux intervenants sociaux ou en santé, dans leur posture face au grand âge ?*

**Claude Caillart :** Je ne suis pas certain d'être en âge de vous répondre. Je ne suis qu'un octogénaire médian, avec seulement des compétences pratiques acquises par l'expérience. Les vieux demandent à être écoutés, avec patience et respect. Leur silence a un sens, que seule une personne humaine peut partager quand la parole peut s'envoler. Quand elle sort, qu'on la laisse sortir, en acceptant les rebuffades. Pas si sûr que j'aie cette patience, cette sagesse. Les nonagénaires, qui arrivent dans le grand âge dont vous parliez, se vivent et se pensent différentes, comme des survivantes d'une époque passée, oubliée, pour vivre dans un présent où elles se sentent isolées. Ce n'est pas une raison pour les laisser tomber. Le très vieil âge voit diminuer ou disparaître certains sens, y compris celui de l'équilibre du corps. Maintenons les vieux debout, dans leur corps, leur cerveau et leur cœur.

**Rhizome :** *Comment apprendre à vieillir ?*

**Claude Caillart :** En vieillissant avec des vieux, des vieilles, en les considérant comme des maîtres et des maîtresses d'apprentissage. En lisant et relisant les auteurs anciens. Et en essayant de travailler avec des jeunes, dans la mesure où ils l'acceptent. Je suis émerveillé par certains adhérents de OLD'UP, qui accompagnent les enseignants d'écoles primaires dans des projets d'écriture. Certains exemples de travaux scolaires de grande qualité figurent sur notre site, tels qu'un recueil de haïkus remarquables, ou l'illustration d'une charte de la laïcité rédigée par de jeunes enfants.

**Rhizome :** *Souhaitez-vous multiplier les rencontres intergénérationnelles ?*

**Claude Caillart :** Nous sommes heureux d'être sollicités par plus jeunes que nous. Quand nous le pouvons, en fonction de

notre état et de nos compétences, nous les aidons à lancer leurs projets, à leur servir de testeurs, de premiers clients. J'imagine que les vieilles tiges se doivent de protéger les jeunes pousses, OLD'UP aide ainsi certaines start-up à démarrer leur activité, et à accompagner la réflexion ou à étendre le domaine de certaines associations. Nous répondons à un besoin d'aide, quand il est formulé de façon claire et compréhensible. Nous privilégions les structures qui présentent une offre de services aux vieux. Parfois, pour répondre à des besoins techniques utiles, nous faisons appel à de jeunes moniteurs : ainsi, pour réduire la fracture numérique qui empêche les vieux d'avancer sur Internet, nous collaborons avec un réseau de jeunes formateurs, à domicile ou dans le cadre d'ateliers.

Il y a régulièrement des visiteurs qui consultent notre site, dans la tranche d'âge 40-60 ans. Peut-être cherchent-ils une aide pour leurs parents qui vieillissent ?

**Rhizome :** *Selon vous, quel est le regard qui est aujourd'hui porté par la société sur le « grand âge » et comment souhaitez-vous voir évoluer ce regard ?*

**Claude Caillart :** Ce regard est un peu gêné, me semble-t-il, ne serait-ce que par le nom et les guillemets affectés à ce grand âge. Nous sommes « vieux », nous assumons cette appellation et nous cherchons à rester debout, en état de marche, aussi longtemps que nous pourrons le faire, ainsi qu'à protéger et à améliorer l'accompagnement des plus âgés, des plus fragiles.

Pour vous montrer comment nous traversons le miroir des regards lancés par la société, je peux vous citer un texte écrit et dit par une troupe de vieux devant un public de jeunes spectateurs étonnés<sup>3</sup> : « Les vieux, ils râlent tout le temps ; ils perdent la boule ; ils sont lents ; ils prennent toute la place sur les trottoirs avec leurs cannes ; ils sont réacs ; ils n'aiment pas les jeunes ; ils bouffent plein de médicaments ; ils creusent le trou de la Sécu ; ils s'ennuient, ils n'ont rien à faire ; ils sont radoteurs, ronchons, et radins ; ils sont complètement largués. »

Le regard, réfléchi, est sévère, mais plein de tendresse pour ces pauvres vieux qui sont obligés d'aller s'asseoir après ce digne exercice d'indignation. C'est plus nuancé que des *Affreux, sales et méchants*<sup>4</sup> sur un écran, non ?

Notre souhait, c'est de faire participer tous les acteurs qui le veulent bien, tous les décideurs proches du pouvoir, de les pousser à s'engager et à soutenir notre action. Notre souhait, c'est aussi d'être inclus dans la réflexion, les débats sur notre avenir de vieux. Notre souhait, c'est enfin de montrer que nous ne sommes pas exclus de la vie sociale, même si notre corps a parfois du mal à suivre.

**Rhizome :** *Comment conclure, ou résumer, OLD'UP ?*

**Claude Caillart :** Nous faisons face aux défis du vieillissement, en nous serrant les coudes et en nous donnant la main, pour faire partager notre vision et notre désir d'engagement dans la vie citoyenne. Tout en nous maintenant debout, nous cheminons à petits pas. Pour devenir centenaire, il faut commencer tôt. « La terre est dure, le ciel est loin », dit le marcheur afghan. ►

<sup>3</sup> OLD'UP a voulu participer au 50<sup>e</sup> anniversaire de la Fondation de France, qui apporte son soutien à l'association. Dix old'upiens, dirigés par une metteuse en scène, ont écrit, répété et joué leur texte au Palais des Congrès de Montreuil, le 14 novembre 2019.

<sup>4</sup> Scola, E. (1976). *Brutti, sporchi e cattivi (Affreux, sales et méchants)*. Rome : Compagnia Cinematografica Champion, Surf Film.