

# ZOOM

## PERSONNES ÂGÉES

### LES CHOIX DE VIE DES PLUS DE 60 ANS

Comment les Belges de plus de 60 ans envisagent-ils leur fin de vie et leur perte éventuelle d'autonomie, comment s'y préparent-ils, quels sont leurs besoins auxquels il faut répondre? Une vaste enquête commanditée par la Fondation Roi Baudouin apporte des réponses à ces questions. Elle montre notamment que le vieillissement est abordé avec sérénité par un

grand nombre de seniors, mais que ceux-ci sont relativement peu nombreux à préparer cette phase de la vie tant qu'ils n'y sont pas contraints. Il existe aussi des groupes à risque en situation de plus grande vulnérabilité. La Fondation a l'intention de rééditer ce baromètre tous les trois ans afin de mesurer les évolutions intervenues.

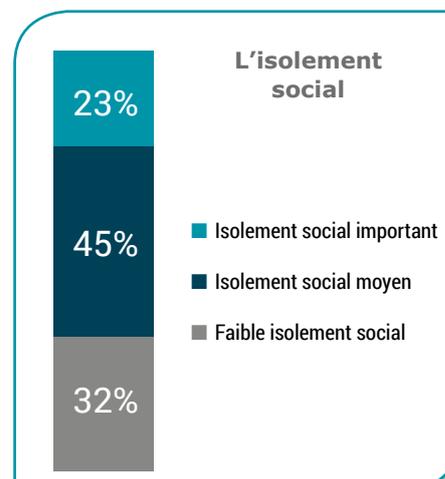
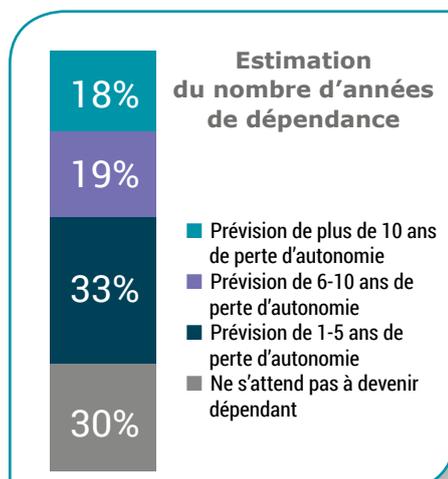


### EN UN COUP D'ŒIL

- » L'étude a été menée auprès d'un échantillon représentatif de plus de **2.000 Belges de 60 à 85 ans** qui ne se trouvaient pas en situation de perte d'autonomie. L'objectif était en effet de sonder les attentes et les préférences de personnes qui avaient encore une liberté de choix. L'enquête s'est faite en partie en ligne et en partie par téléphone.
- » L'âge moyen que les répondants souhaitent atteindre est d'environ 90 ans. 30% d'entre eux ne pensent pas qu'ils seront un jour dépendants mais 18% craignent de devoir vivre plus de 10 ans en n'étant plus autonomes. Les personnes de 60 à 64 ans se montrent à cet égard plus pessimistes que les autres.
- » En se basant sur des critères factuels, on peut estimer que 32% des personnes interrogées vivent

dans un faible isolement social et 23% dans un grand **isolement social**. Les personnes qui vivent en appartement apparaissent nettement plus isolées que celles qui occupent une maison individuelle. C'est dans la catégorie des 75 à 79 ans que le sentiment d'isolement est le moins grand.

- » **L'état de santé et le degré d'isolement** sont deux éléments importants pour interpréter les résultats de l'étude: on s'aperçoit en effet que les personnes qui connaissent ou craignent des problèmes de santé ainsi que celles qui sont socialement très isolées ont systématiquement une vision plus négative que la moyenne sur toutes les questions posées. Le faible niveau de qualification est aussi un facteur qui entraîne une perception moins positive de la vieillesse.

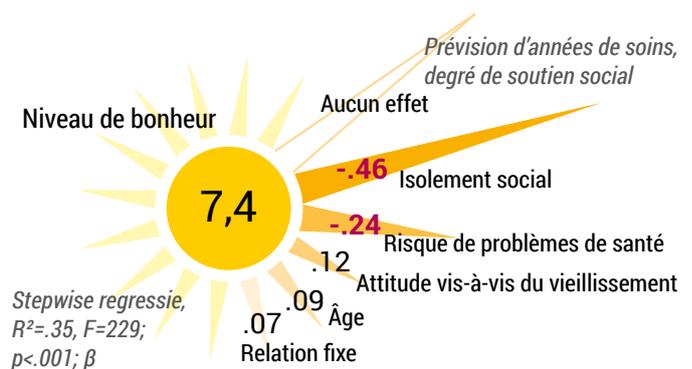
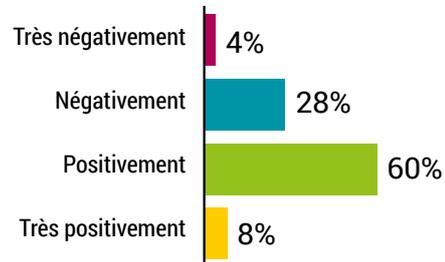




### UNE VISION PLUTÔT POSITIVE DU VIEILLISSEMENT

- » De manière générale, les plus de 60 ans (vivant encore de manière autonome, rappelons-le) jettent un regard positif sur le vieillissement: **ils sont 68% à l'appréhender de manière (très) positive.**
- » Les principaux **avantages** associés à la vieillesse sont de pouvoir vivre à un rythme plus calme, d'avoir davantage de temps pour soi et de pouvoir faire des choses qu'on n'avait pas pu faire avant.
- » C'est pourquoi les seniors interrogés s'estiment assez **heureux**: invités à situer leur niveau de bonheur sur une échelle de 1 à 10, ils réalisent un score moyen de 7,4 alors que, dans d'autres études, la moyenne pour l'ensemble de la population belge est de 6,9.
- » En revanche, un répondant sur trois a une **vision négative** de la vieillesse. Parmi les personnes qui craignent une aggravation de leurs problèmes de santé ou qui ont le sentiment d'avoir peu de soutien social, ce taux est même d'environ un répondant sur deux.
- » **L'instabilité financière** est un aspect négatif qui est souvent associé à la vieillesse: 45% des personnes interrogées évoquent leur crainte de disposer de moins de revenus.

#### Comment appréhendez-vous le vieillissement ?



### ON SE PRÉPARE PEU ET TARD À SES VIEUX JOURS

- » Cette vision positive de la vieillesse explique peut-être pourquoi il n'y a qu'une petite minorité (26%) de personnes qui ont déjà entrepris des actions concrètes pour se préparer à cette phase de la vie. Les jeunes seniors de moins de 70 ans et ceux qui sont en bonne santé sont particulièrement peu nombreux à le faire.
- » Dans la mesure où les répondants pensent à plus tard, c'est avant tout la **dimension financière** qui les préoccupe: la nécessité de prendre des disposi-

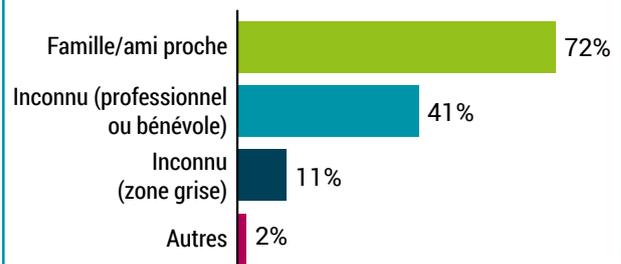
tions pour éviter de connaître des problèmes financiers durant ses vieux jours arrive largement avant la recherche d'un logement adapté et le maintien d'un mode de vie actif.

- » La crainte d'une **perte de revenus** a également été la principale motivation de ceux qui ont déjà réfléchi à leurs vieux jours.

### QUELS CHOIX DE VIE? CHEZ SOI LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE, AVEC DES AIDES

- » L'étude visait aussi à sonder les choix de vie que feraient les plus de 60 ans, notamment en cas de dépendance ainsi que par rapport à la santé et au logement.
- » **La perspective d'une perte d'autonomie** est un sujet d'inquiétude relativement important pour les seniors (score de 6 sur une échelle de 1 à 10). S'ils devaient devenir dépendants, les répondants préféreraient être soignés soit par l'un de leurs proches (72%) soit par un professionnel ou un bénévole (41%) avec qui ils n'ont aucun lien de parenté (41%).

#### Par qui souhaiteriez-vous être soigné ?



- » Aux yeux des sondés, **le secret d'une bonne santé** est davantage lié au facteur chance qu'à l'adoption d'un mode de vie sain. Ceux qui risquent de connaître des problèmes de santé sont encore plus nombreux à le penser.
- » Les seniors sont extrêmement attachés à leur habita-

tion actuelle. Plus de 80% d'entre eux n'ont pas déménagé après leur pension et estiment que leur logement est bien adapté pour y passer confortablement leurs vieux jours. L'envie de déménager diminue avec l'âge et est plus faible pour les personnes propriétaires de leur habitation que pour les locataires.

### Quelle forme(s) d'habitation préféreriez-vous si votre santé vous empêche de continuer à vivre de façon indépendante ?



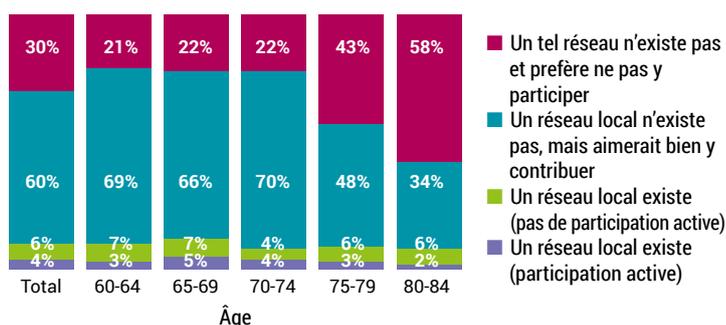
- » En cas de dépendance, les seniors préfèrent des formules de **logement** qui leur permettent de continuer à vivre le plus longtemps possible chez eux en bénéficiant d'une aide professionnelle ou informelle. 11% font le choix d'une chambre en maison de repos, mais 23% disent ne pas avoir encore réfléchi à la question.

- » Une très large majorité de personnes, surtout parmi les moins de 75 ans, sont prêtes à utiliser des **systèmes d'alerte ou d'assistance électroniques** pour pouvoir vivre plus longtemps à domicile, même si cela devait se faire en partie au détriment de leur vie privée: 40% ne veulent que des systèmes qu'elles peuvent commander elles-mêmes contre 47% qui accepteraient n'importe quel système.

## UN GRAND POTENTIEL POUR L'AIDE DE PROXIMITÉ ET LES RÉSEAUX DE QUARTIER

- » Un peu plus de 6 Belges sur 10 de plus de 60 ans ont au moins une certaine connaissance de ce que sont les **aidants proches**. Ils sont 14% à s'occuper eux-mêmes d'un proche et 8% à être certainement disposés à le faire s'il le fallait.
- » L'enquête met aussi en évidence qu'il y a un grand potentiel pour le développement de **réseaux de quartier** parmi les seniors, surtout de moins de 75 ans. Alors que 10% des personnes interrogées disent qu'il existe dans leur quartier un réseau local de soutien mutuel entre habitants, 60% seraient prêtes à jouer un rôle dans un tel réseau s'il y en avait un.

### Existe-t-il dans votre quartier un réseau de soutien mutuel bénévole des habitants? Si un tel réseau existait dans votre quartier, y participeriez-vous activement? Pourcentages sur la base de l'échantillon total





## DE L'ANALYSE À L'ACTION

### FACTEURS DE RISQUE

Si l'enquête montre que les personnes non dépendantes de plus de 60 ans ont une vision assez optimiste du vieillissement, elle révèle aussi un certain nombre de **facteurs de risque qui peuvent rendre la vieillesse problématique** en cas de perte d'autonomie. C'est notamment le cas pour des personnes isolées, peu qualifiées et avec un risque de mauvaise santé, qui sont locataires de leur logement et qui vivent en appartement. **Ces publics méritent une attention particulière, surtout s'ils cumulent plusieurs de ces facteurs.**

### TRAVAIL MOBILE

Le développement de **réseaux de quartier** est un moyen privilégié pour lutter contre l'isolement social. Une large proportion de personnes âgées seraient prêtes à s'y impliquer, mais n'en ont pas la possibilité pour l'instant. **Un travail mobile, ou d'outreaching**, qui voit des professionnels et des bénévoles agir en dehors des murs de l'organisation qui les occupe, est aussi un levier pour offrir des soins axés sur le quartier et soutenir les personnes âgées vivant à domicile.

La Fondation Roi Baudouin soutient des projets de travail mobile et des initiatives qui permettent aux personnes âgées fragilisées de vivre là où elles se sentent bien, entourées de soins et de services formels et informels qui répondent à leurs besoins.

Deux exemples :

» **CPAS de Modave : « Ensemble avec nos aînés ».**

Co-construction de réseaux de solidarité personnalisés en milieu rural avec des personnes âgées fragilisées. Les réseaux de solidarité sont construits avec la participation active de la personne âgée, à partir de ses besoins et décisions personnelles; et en concertation avec ses éventuels aidants proches, les services de soins et d'aide à domicile et d'autres intervenants formels.

» **Croix Jaune et Blanche, Limbourg : « Le son et l'image pour relier des aidants proches, des personnes âgées et des soignants ».**

La solitude est un grand problème pour des personnes âgées, vivant souvent seules. Elle rend difficile le début de la journée. Pour les aidants proches, la prise en charge d'un membre de leur famille représente un lourd fardeau. La vidéoconférence, une technologie accessible, peut aider la personne à structurer sa journée.

### PRÉPARER SES VIEUX JOURS

Une autre priorité consiste à sensibiliser le public à la nécessité de **préparer à temps ses vieux jours**. L'enquête montre en effet qu'en dehors de l'aspect financier, les Belges se préoccupent peu de préparer leur vieillesse et prennent peu de mesures concrètes, comme un changement ou une adaptation de leur logement, en prévision de cette phase de la vie.

« Cela tranche avec l'image habituelle des vieux, qui râleraient toujours et seraient amers et nostalgiques ».

*Maggy, une participante à un groupe de seniors qui a réagi aux résultats de l'étude.*

« On est habitué à son cadre de vie et on ne veut pas être transplanté ailleurs, même si parfois le logement est devenu trop grand ou inadapté ».

*Antonio, un participant à un groupe de seniors qui a réagi aux résultats de l'étude.*

### PUBLICATIONS

« Soutenir les personnes âgées fragilisées chez elles. Unir les forces locales (2017) »  
- 108 pages, gratuit

« Osez le dialogue ! Le projet de soins personnalisé et anticipé avec une attention particulière pour la personne atteinte d'une maladie de type Alzheimer (2014) »  
- 44 pages, gratuit

« Penser plus tôt à plus tard » :  
site internet [www.avosprojets.be](http://www.avosprojets.be)

« Vieillir, mais pas tout seul... Une enquête sur la solitude et l'isolement social des personnes âgées en Belgique (2013) »  
- 176 pages, gratuit

« La vieillesse, antichambre de l'ennui ou âge d'or ? Représentations sociales et communication autour du vieillissement (2013) » - Publication électronique  
- 54 pages, gratuit

## FONDATION ROI BAUDOIN

AGIR ENSEMBLE POUR UNE SOCIÉTÉ MEILLEURE

La Fondation Roi Baudouin a pour mission de contribuer à une société meilleure.

La Fondation est, en Belgique et en Europe, un acteur de changement et d'innovation au service de l'intérêt général et de la cohésion sociale. Elle cherche à maximiser son impact en renforçant les capacités des organisations et des personnes. Elle encourage une philanthropie efficace des particuliers et des entreprises.

La Fondation Roi Baudouin est une fondation d'utilité publique. Elle a été créée en 1976, à l'occasion des 25 ans de règne du roi Baudouin.

### Merci à la Loterie Nationale et à tous les donateurs pour leur précieux soutien.

[kbs-frb.be](http://kbs-frb.be)

Abonnez-vous à notre e-news [bonnescauses.be](http://bonnescauses.be)

Suivez-nous sur :



Fondation  
Roi Baudouin

Agir ensemble pour une société meilleure

ÉDITEUR RESPONSABLE

Luc Tayart de Borms  
rue Brederode 21 - 1000 Bruxelles

Septembre 2017