Publié par:
REISO.org
REVUE D'INFORMATION SOCIALE

Seniors d'ici, seniors d'ailleurs

Gym © Croix-Rouge genevoise

Etre à la fois âgé et migrant constitue un double facteur de vulnérabilité. Pour améliorer la qualité de vie de ce public, un programme est expérimenté à Genève depuis l'an 2000. Avec quelles réussites, quelles limites et quelles approches ?

Par **Nicole Renaud Zurbriggen**, psychologue, coordinatrice Seniors d'ici et d'ailleurs, Croix-Rouge genevoise

L'accompagnement des personnes âgées migrantes constitue un défi de taille pour nos sociétés [1]. Pourtant, cette problématique a longtemps été ignorée par les pouvoirs publics. Constatant que cette population n'était prise en compte par aucun programme d'intégration, la Croix-Rouge genevoise a élaboré une structure de soutien en l'an 2000 [2], toujours active à ce jour. Entre 2007 et 2012, une plateforme de coordination appelée Seniors d'ici et d'ailleurs [3] a été créée, en partenariat avec Pro Senectute et la Ville de Genève (Cité Seniors). Bien que la convention ait été dénoncée pour diverses raisons, la collaboration entre ces trois entités au service des aînés, migrants ou non, se poursuit de façon active.

En Occident, les personnes âgées sont souvent victimes de stéréotypes tenaces. Dans une société en pleine mutation technologique, elles sont considérées comme moins compétentes, tandis que leurs fragilités potentielles (mobilité altérée, troubles cognitifs, estime de soi déficiente) sont pointées du doigt. De surcroît, les personnes migrantes doivent affronter de nombreux préjugés à l'égard de leur capacité d'adaptation dans un pays étranger. Etre à la fois âgé et migrant représente donc un double facteur de vulnérabilité, aggravé par la quasi absence de perspective professionnelle. Dès lors, comment conjuguer ce défi pour améliorer la qualité de vie d'un public particulièrement précaire ?

Le programme Seniors d'ici et d'ailleurs (SIA) est destiné aux personnes âgées migrantes, récemment arrivées en Suisse, recherchant à s'intégrer dans les meilleures conditions possibles à Genève. Le public cible est constitué par des individus de plus de 55 ans, faiblement scolarisés, souffrant de précarité financière. Leur migration tardive représente rarement un choix personnel. Les causes peuvent être multiples : asile politique, regroupement familial ou encore retour de Suisses de l'étranger.

Créer des repères et un réseau social

L'enjeu de ce projet est de fournir aux bénéficiaires des points de repères pour s'orienter dans la société d'accueil. Il s'agit de permettre aux participants de développer un nouveau réseau social pour augmenter leur autonomie, effectuer leurs propres choix et prendre leur place en tant que citoyens. Dans l'idéal, ce dispositif constitue un pont d'accès vers la société civile. Sa « réussite » dépend néanmoins de plusieurs facteurs tels que l'âge, la santé ainsi que le niveau socio-culturel des individus.

Le second but visé par le programme est de lutter contre l'isolement social des aînés, fléau des sociétés urbaines occidentales. Conformément aux principes de la Croix-Rouge, chacun est accueilli sans discrimination liée à la nationalité, au sexe ou à l'origine sociale.

Le programme compte actuellement 127 personnes actives sur 136 bénéficiaires inscrits. Au total, ce sont près de 40 nationalités qui sont représentées avec une prépondérance des ressortissants du Moyen-Orient et d'Amérique du Sud [4]. La moyenne d'âge des participants est de 70,3 ans. Les femmes, souvent veuves, sont largement majoritaires et représentent 75% du groupe. Ce ratio homme-femme correspond d'ailleurs à celui observé dans les clubs d'aînés à Genève.

Relevons que le terme de personne âgée est réducteur, dans la mesure où il recouvre une période de près de 40 ans d'existence. La motivation, les préoccupations et l'état de santé de la tranche des seniors de 55-70 ans diffère fondamentalement de celle des 70-90 ans. Si les premiers ont encore le temps de penser à construire l'avenir, les seconds sont plus enclins à faire un bilan de leur existence, à s'interroger sur la mort, et ils cherchent essentiellement à vivre leurs dernières années le plus harmonieusement possible.

Derrière une apparente unité, le public est finalement très hétérogène et les parcours de vie sont multiples, d'où la nécessité de reconnaître chacun dans sa spécificité individuelle.

Comprendre l'histoire de vie

Sur le plan pratique, l'admission au programme est conditionnée par un rendez-vous préalable d'orientation avec la coordinatrice. Ce moment de rencontre avec le futur participant est crucial. Il s'agit de comprendre l'histoire de vie de la personne ainsi que ses besoins actuels. Lorsque le programme ne correspond pas aux attentes du consultant, des solutions alternatives sont systématiquement proposées, afin de ne pas laisser la personne âgée sans solution. On ne mesure que faiblement la difficulté des aînés à entreprendre une telle démarche. Dans la majorité des cas, il y a un encouragement, voire l'accompagnement au rendez-vous par un assistant social ou un proche.

La première motivation pour participer au programme découle de l'envie d'apprendre le français en compagnie d'autres seniors, avec des méthodes pédagogiques adaptées. Pour garantir l'adhésion au programme, il importe de démarrer immédiatement les activités. En effet, les aînés ont du mal à intégrer le changement dans leur existence. A un âge où le temps est compté, chaque hésitation peut conduire à l'abandon d'un projet.

Le programme mensuel se répartit en deux pôles principaux : l'intégration et la santé. Le volet intégration comprend des cours de français ainsi que la découverte de Genève et de la culture suisse. Le concept de santé est basé sur la définition globale de l'OMS, soit «un état de bien-être physique, psychique et social». Pour le maintien de la santé physique, un accent est porté sur la mobilité, l'alimentation et la promotion du « bien vieillir ensemble ». La promotion de la santé psychique se concrétise à travers des ateliers de parole ou des activités artistiques, favorables à l'expression de soi, indépendamment de la maîtrise du français. Tout au long de l'année, des repas communautaires et des moments festifs réjouissent le cœur et les papilles des bénéficiaires.

Les activités sont diffusées dans un calendrier bimestriel, complété par des affichettes avec photos. Il s'agit en effet

de rendre la prestation accessible à tous, y compris aux personnes souffrant d'analphabétisme. Les renseignements sont transcrits de la façon la plus simple possible. L'information écrite ne suffit toutefois pas. En raison des troubles mnésiques de certains bénéficiaires, toutes les instructions sont réexpliquées par oral : les personnes âgées ont besoin d'être rassurés et stimulées pour avoir envie de participer. Afin que la question financière ne soit pas une entrave, la participation est gratuite ou alors proposée à un prix modique.

Identifier les facteurs de réussite

Le facteur essentiel de motivation à participer à ce programme est la création de liens sociaux. C'est la qualité des interactions avec les bénévoles, les liens tissés entre les participants, l'esprit de tolérance et d'accueil qui constituent les facteurs de réussite sur le plan humain. Les bénéficiaires se sentent bienvenus, ils oublient l'espace d'une heure ou d'un jour leurs problèmes personnels.

En raison de la diversité des profils des participants, il importe de trouver des thèmes suffisamment fédérateurs pour que chacun puisse trouver un sens à sa présence parmi les autres et favoriser ainsi la cohésion humaine au sein du groupe. Le travail principal des animateurs bénévoles consiste à renforcer la confiance en soi de chaque individu. C'est la qualité d'attention, les encouragements et les stimulations qui permettent à chacun d'avancer là où il peut aller.

L'empowerment se révèle particulièrement adapté au public. Cette approche « vise à développer les compétences, attitudes et comportements permettant [à chacun] de renforcer [son] autonomie et de s'approprier des ressources, afin de devenir individuellement et collectivement artisan proactif de [sa] vie et de[son] vieillissement.» [5]

Dans la philosophie du programme, les personnes sont invitées à développer une attitude de participation plutôt que de consommation. A travers les activités proposées, les participants se découvrent de nouvelles aptitudes et ils renforcent leur confiance en eux-mêmes ainsi que leur capacité d'action.

Analyser les limites et les dépasser

Malgré les efforts consentis pour rendre cette prestation facilement accessible, le seul fait de venir représente un défi pour certains. S. raconte : « J'avais peur des gens. J'avais peur de marcher dans les rues sans but. Je me sentais différente, j'avais peur de parler aux personnes dans une langue étrangère. On m'a indiqué le chemin de la Croix-Rouge. C'était difficile pour moi de m'y rendre en tram. Je ne connaissais pas grand-chose de la ville, jamais je n'avais eu besoin de marcher seule. » Outre la difficulté psychologique à s'engager, des conditions météorologiques défavorables [6], une mobilité déficiente (certains viennent avec des moyens auxiliaires) constituent des facteurs de défi pour une population déjà fragile.

Dans la majorité des cas, les gens viennent pour leur plaisir et parce qu'ils ont sincèrement envie de s'intégrer. Dans d'autres cas, ils viennent sur la pression des assistants sociaux ou pour faire la preuve de leur volonté d'intégration dans l'espoir de changer de permis de séjour. Ces motivations de type extrinsèques tiennent rarement longtemps.

Au fil du temps, certains participants cessent de venir et ce, pour diverses raisons. Dans le meilleur des cas, le programme a rempli sa fonction. La fréquentation du groupe apparaît comme une planche de salut ; elle leur a permis de reprendre des forces durant un moment difficile de leur existence et de s'intégrer à d'autres structures. Souvent, c'est un état de santé déficient qui limite leur participation car la structure n'est malheureusement pas adaptée aux personnes du 4e âge souffrant de problèmes de mobilité. Enfin, pour d'autres, la situation d'exil représente une telle perte sociale et financière qu'ils sont incapables de faire le deuil du passé et donc de bénéficier de ce programme d'accompagnement.

Construire le monde de demain

Au-delà des bienfaits générés pour une poignée de seniors migrants, l'organisation de tels groupes peut servir de modèles exploratoires pour développer une société solidaire à visage humain.

La jeunesse est porteuse d'espoir. En organisant des rencontres intergénérationnelles, on peut contribuer à réduire les préjugés envers les personnes âgées. A travers la création de liens entre jeunes et aînés, ces derniers font valoir leur sagesse auprès des juniors et jouent leur rôle de transmetteurs de tradition en contribuant à un partage actif de ces valeurs. C'est le vieillissement réussi. Laissons le mot de la fin à Charlotte [7] qui évoque l'interculturalité : « Se souvenir de ce monde autre, se souvenir et se dire qu'au final nous ne faisons qu'un. » Ainsi, s'occuper des migrants, c'est aussi coopérer à la construction du monde de demain.

[1] Bibliographie :

- Adam S., Joubert S., Missoten P., (2013/1) (Volume 5). L'âgisme et le jeunisme : conséquences trop méconnues par les cliniciens et chercheurs. Revue de Neuropsychologie, pp 4-8. En ligne
- Sous la direction de Claudio Bolzman et Jean-Pierre Tabin, Populations immigrées : Quelle insertion ? Quel travail social ? Coédition IES, Genève, et Cahiers de l'EESP, Lausanne, 1999.
- Kaeser Laure (2015): Vieillissement actif et migrants âgés. Interroger les normes contemporaines du vieillissement au prisme des parcours de vie, thèse de doctorat en Socioéconomie, Genève. En ligne
- Plateforme des Associations d'aînés à Genève (2014). Politique de la personne âgée à Genève. Rapport de la Commission thématique, janvier 2014. En format pdf
- Plateforme des Associations d'aînés à Genève (2014). Rapport du groupe isolement. Inventaire sur la question de l'isolement des personnes âgées à Genève. Hiver 2013/14. En format pdf

[2] Le programme d'activités s'appelait CRIPAM (Centre de rencontre et d'intégration personnes âgées migrantes), il a été rebaptisé Seniors d'ici et d'ailleurs en 2007 dans le cadre de la plateforme de coordination.

[3] Ndlr La revue REISO ne fait pas d'allusion directe au nom des associations dans les titres et les accroches des articles, mais que la vie serait ennuyeuse si les règles n'avaient pas d'exception !

[4] Au début des années 2000, le public provenait essentiellement de la région des Balkans.

[5] Rapport Activités déployées par le Programme transversal « Bien vieillir et Baby-Boomers » et par le défunt Prof. Charles-Henri Rapin au moment de son décès. Hans Peter Graf, septembre 2008.

[6] Rappelons qu'une simple chute due au gel peut ruiner la vie d'une personne âgée.

[7] Élève de 4ème année de maturité du collège de Voltaire, Genève