

Caractéristiques des aînés

Quand devient-on un aîné? Cette question semble simple, mais quand on y réfléchit, il est compliqué d'y répondre. Le terme « aîné » fait l'objet de plusieurs débats fort intéressants, mais il n'existe pas de consensus reconnu quant à la définition exacte d'une personne aînée.

La notion de vieillissement est intimement associée aux personnes aînées. Cependant, il faut faire attention de ne pas confondre « vieillissement de la population » et « vieillissement individuel ». Les aînés forment un groupe très hétérogène où chaque parcours de vie est unique. Ainsi, le retraité de 60 ans et la personne de 90 ans appartiennent à des générations différentes : ils n'ont pas les mêmes habitudes de vie, la même éducation, les mêmes avoirs, les mêmes valeurs et le même vécu familial.

La reconnaissance formelle de cette diversité et une juste compréhension de la réalité vécue par les aînés constituent des conditions essentielles pour être en mesure de proposer des actions répondant aux besoins des aînés.

1- Quelques définitions des « aînés »

Tel que mentionné précédemment, il n'existe pas une définition unique et reconnue des aînés. Cependant, voici quelques exemples qui aideront dans la réflexion :

- Selon le Multidictionnaire de la langue française, les aînés sont des « personnes âgées ». Ils sont souvent synonymes d'ancêtre, ancien, doyen, senior, premier-né. On parle aussi de troisième âge et d'âge d'or.
- L'âge chronologique n'est pas toujours un bon indicateur des changements positifs et négatifs liés au vieillissement. En effet, certaines études démontrent qu'un homme de 70 ans aisé, actif et ayant un poids santé peut avoir la capacité cardiovasculaire d'un homme de 10 à 15 ans plus jeune qui a un surplus de poids et ne fait pas d'exercice (Shepard, 1998). D'un autre côté, il nous faut des critères cohérents fondés sur l'âge pour la collecte de données et l'élaboration de politiques.¹
- Dans le *Guide mondial des villes-amies des aînés* produit par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), les initiatives favorisant le vieillissement actif réfèrent à des actions adaptées aux personnes âgées de plus de 60 ans.

¹ Canada. Agence de la santé publique du Canada. 2006. *Le vieillissement en santé au Canada : une nouvelle vision, un investissement vital.*

- Le site Internet Aînés Canada du gouvernement du Canada définit une personne comme étant un aîné à compter de 55 ans.
- « À Statistique Canada, toute personne qui atteint 65 ans entre d’office dans cette catégorie. Mais la société change, fait valoir le professeur émérite au département de démographie de l’Université de Montréal. “Le seuil pour situer les aînés n’a plus tellement de sens tel qu’il est aujourd’hui. Dire que ce sont les 65 ans et plus qui sont les aînés, les vieux, c’est un peu factice.” »²
- Quant au ministère de la Famille et des Aînés, ce dernier ne possède pas de définition des aînés, mais il fait référence aux personnes âgées de 65 ans et plus lorsqu’il utilise le terme « aînés ».
- C’est à compter de 60 ans que les Québécois peuvent recevoir une rente de retraite issue du Régime des rentes du Québec.

Bref, chacune des définitions affiche des particularités différentes et peut être facilement contestable selon le point de vue. Notons que des auteurs et chercheurs redéfinissent régulièrement le terme « aînés », pour l’adapter aux nouvelles réalités de leurs propres recherches.

2- Les dimensions à considérer

L’objectif de ce document n’est pas de définir les aînés, mais plutôt **de se donner une vision commune de ce qu’est un aîné en se référant à des dimensions qui aideront à** alimenter les réflexions. Cet outil propose 4 dimensions

2.1- L’Âge

L’âge est certainement le premier élément qui vient à l’esprit pour définir un aîné. Les définitions précédentes en font souvent référence. Cependant, une question demeure : à quel âge sommes-nous un aîné? Certains acteurs issus du monde du loisir diront que les activités pour aînés débutent à 50 ans alors que pour le ministère du Revenu et Statistique Canada il faut avoir 65 ans pour être un aîné.

Même si nos principales institutions semblent vouloir utiliser l’âge pour tracer une frontière entre les adultes et les aînés, il faut conserver à l’esprit que la réponse aux besoins des aînés ne doit pas être exclusivement une question d’âge.

² www.ledevoir.com/2007/02/28/132878.html

2.2- Le degré d'autonomie

L'autonomie, bien qu'il soit fortement associé au vieillissement, est avant tout une question de condition qui n'est pas exclusive aux aînés. Contrairement aux idées reçues, la majorité des personnes âgées sont en pleine forme : près de 88 % des personnes de 65 ans et plus vivent à la maison et une bonne partie d'entre elles sont autonomes.³

Nous connaissons tous des personnes âgées de 85 ans qui participent activement à la vie collective. Alors que d'autres, qui ont à peine 50 ans, se retrouvent confiner dans leur logement.

S'imposer une réflexion sur le degré d'autonomie, c'est avant tout une façon de considérer les personnes âgées plus vulnérables dans l'identification des enjeux et des solutions.

2.3- Le rôle dans la dynamique familiale

Dans l'univers familial, le chapeau de grand-parent vient bien souvent avec le fait d'être un aîné. Cependant, il ne faut pas y voir pour autant un synonyme. La réflexion sur cette dimension doit permettre de considérer l'aspect intergénérationnel et le rôle important que joue l'aîné au sein de la famille. À cet effet, on n'a qu'à penser aux grands-parents qui s'occupent de leurs petits-enfants, à la transmission des valeurs et des connaissances, etc. La réflexion autour de cette dimension nous permet également de considérer les besoins des personnes âgées qui se retrouvent sans famille.

2.4- L'implication dans la communauté

Bien qu'elles soient de l'ordre des stéréotypes, certaines réalités sont fortement associées au fait d'être un aîné dans la société. Ainsi, en prenant sa retraite, une personne ne vient-elle pas d'entrer dans le groupe des aînés? Pourtant cette réalité est avant tout une étape de la vie qui touche l'ensemble de la population.

Aujourd'hui, l'image du bénévolat est très associée aux personnes âgées. Bien qu'on y retrouve un grand nombre de personnes âgées, il ne faut pas pour autant y voir un mouvement exclusivement réservé à ces derniers. Aux dires de plusieurs d'entre eux, il serait même heureux d'y retrouver un plus grand nombre de jeunes.

Ces deux réalités (retraite et bénévolat) deviennent le prétexte à une réflexion sur l'importance de la contribution des aînés dans la communauté et la valorisation de leur rôle de citoyen.

³ Québec. Ministère de la Famille et des Aînés. Secrétariat aux aînés. 2009. *Favoriser le vieillissement actif au Québec*.

3- Construire une vision commune

En tenant compte des dimensions et des différentes réalités des personnes âgées, les membres du comité mandaté pour l'élaboration du plan d'action ainsi que les intervenants préoccupés par les actions en faveur des âgés doivent partager une vision commune de ce que sont les âgés d'aujourd'hui. Cela leur permettra de mieux les comprendre et, par le fait même, d'agir efficacement. Il faut garder en tête que les âgés sont des membres à part entière de la société tout comme le sont les familles, les jeunes et les adolescents.