



## Il n'est jamais trop tard pour... un vieillissement actif

L'Année européenne est l'occasion de rendre hommage et de faire appel à l'expérience, à la sagesse et aux nombreuses autres qualités qui font des personnes âgées des membres essentiels de la société. L'Année européenne doit nous aider à ne plus percevoir les personnes âgées comme un fardeau pour la société en mettant en valeur les potentiels et les opportunités plutôt que les limites et les obstacles. Nous pouvons jouir d'une vie plus active et plus enrichissante à tout âge, et c'est pour notre bien et celui de la société dans son ensemble que nous devons réaliser ce potentiel. L'Europe prend de l'âge, et gagne en opportunités !

## European Seniorforce Day

Chaque année, le 1<sup>er</sup> octobre, les pays du monde entier célèbrent la Journée internationale des personnes âgées. Cette année, les autorités publiques et les organisations bénévoles de toute l'Europe sont invitées à consacrer une journée (soit le 1<sup>er</sup> octobre, soit un autre jour d'octobre) à réfléchir à de nouvelles manières de mobiliser des bénévoles seniors et d'utiliser au mieux leurs atouts. De nombreux événements et activités différents sont possibles : des salons du bénévolat, des journées d'action communautaire (par ex. pour l'amélioration d'un espace public) ou de jeunes bénévoles invitant des personnes plus âgées à se joindre à leurs activités.

## Partagez votre expérience : racontez votre histoire !

Tout au long de l'année 2012, la vie et les témoignages d'Européens de toutes les générations seront présentés sur le site web de l'Année européenne. Nous voulons mettre l'accent sur les exemples de personnes âgées qui aident les jeunes et renforcent les liens entre générations.



## Récompenser les meilleures initiatives

La construction d'une société meilleure pour les populations vieillissantes ne s'arrêtera pas à la fin de l'année 2012. Mais la fin de l'Année européenne sera l'occasion de faire le point sur le rôle qu'y auront joué ses différents acteurs. Les meilleures contributions en faveur du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle seront récompensées lors d'une cérémonie de remise de prix européens. Ne laissez pas votre action passer inaperçue !

## Ne perdez pas le contact !

Le site web est le point de rencontre central de l'Année européenne. C'est là que vous trouverez des informations détaillées sur tous les engagements et initiatives en faveur d'un vieillissement actif en Europe, ainsi que des nouvelles, le calendrier des activités prévues et des récits intergénérationnels où puiser l'inspiration. Cliquez sur « Engagez-vous ! » pour faire connaître vos actions. Utilisez le logo dans vos activités pour montrer que vous êtes partenaire de l'Année européenne !

## Engagez-vous !

De nombreuses activités seront organisées tout au long de l'Année européenne dans les 27 pays membres ainsi qu'en Islande, au Liechtenstein et en Norvège. Vous pouvez consulter le programme par zone géographique sur le site web. Vous y trouverez les activités organisées dans votre région et les coordonnées du coordinateur de la Campagne dans votre pays ainsi que celles des organismes qui œuvrent en faveur du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle.

<http://europa.eu/ey2012/>



# Comment voulons-nous vieillir ?

Campagne en faveur d'une société meilleure pour tous les âges

© European Commission, 2012. Catalogue number: KE-32-12-284-FR-C ISBN-13: 978-92-79-25450-5 DOI: 10.2767/72570



# Les populations vieillissent, et nous aussi...

La population de l'Union européenne vieillit. Cette mutation démographique est une conséquence toute naturelle des grands progrès accomplis par nos sociétés : ils ont permis une forte réduction de la mortalité, et donc un allongement substantiel de l'espérance de vie.



La moyenne d'âge est actuellement de 39,8 ans dans l'Union européenne, mais, selon les dernières projections d'Eurostat, en 2060 l'âge moyen de la population européenne sera de 47,2 ans. Les personnes âgées de 65 ans et plus représenteront près de 30 % de la population de l'Union européenne en 2060 (contre 16 % en 2010).

Dans quelques années, la population européenne en âge de travailler diminuera, tandis que la population âgée de 65 ans et plus continuera d'augmenter de près de deux millions de personnes par an. En 2060, il devrait y avoir deux personnes en âge de travailler pour une personne retraitée.

Le vieillissement de l'Europe soulève de nombreux défis pour notre marché du travail, nos systèmes de santé et notre qualité de vie après la retraite. Nombreux sont ceux qui craignent une dégradation de la qualité de vie pour les personnes âgées ; d'autres pensent que les personnes âgées privilégieront leurs propres intérêts et imposeront un lourd fardeau aux jeunes générations.

Sommes-nous vraiment condamnés à redouter l'avenir dans nos sociétés vieillissantes ? Si nous veillons à rester plus longtemps en bonne santé, si nous créons davantage d'opportunités professionnelles pour les travailleurs âgés, si nous demeurons actifs au service de la collectivité, et si nous pouvons vivre dans un environnement où vieillir n'est pas synonyme de dépendance – en somme, si le « vieillissement actif » devient une réalité pour nous tous –, il n'y aura rien à redouter. Faisons donc en sorte de mettre le plus de chances possible de notre côté pour rester en bonne santé, actifs et autonomes tout au long de notre vie !



**L'Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité intergénérationnelle 2012** vise à faire prendre conscience de la contribution qu'apportent les personnes âgées à la société et des nombreux moyens qui existent pour favoriser cette contribution. Son objectif est aussi d'encourager les décideurs politiques et les acteurs concernés à prendre des mesures pour faciliter le vieillissement actif et renforcer la solidarité intergénérationnelle à tous les niveaux.

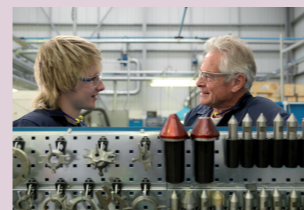
## Qu'entend-on par « vieillissement actif » ?

Le vieillissement actif, c'est vieillir en bonne santé tout en continuant à participer pleinement à la vie de la société et à s'épanouir professionnellement. C'est être plus autonome au quotidien et plus engagé dans la vie citoyenne. Même à un âge avancé, on peut toujours jouer un rôle dans la société et profiter d'une meilleure qualité de vie. Tout l'enjeu consiste à tirer parti de l'énorme potentiel des personnes âgées. L'Année européenne 2012 vise à encourager le vieillissement actif dans trois domaines :

### L'emploi

L'augmentation de l'espérance de vie dans toute l'Europe fait reculer l'âge de la retraite, mais nombreux sont ceux qui craignent de ne pas pouvoir conserver leur emploi actuel ou trouver un autre emploi jusqu'à ce qu'ils puissent prendre leur retraite dans des conditions décentes. Nous devons donc offrir de meilleures opportunités professionnelles aux travailleurs âgés.

- Éducation et formation tout au long de la vie et acquisition de nouvelles compétences
- Conditions de travail saines
- Bonne gestion de la pyramide des âges dans les entreprises
- Services de placement pour les demandeurs d'emploi âgés
- Aucune discrimination fondée sur l'âge
- Prestations sociales et systèmes fiscaux plus favorables à l'emploi
- Transfert des expériences



### La participation à la vie sociale

Prendre sa retraite n'est pas synonyme d'inactivité. On oublie souvent que les personnes âgées peuvent contribuer activement à la vie sociale en s'occupant des autres, souvent de leurs parents, de leurs conjoints ou de leurs petits-enfants, ou en s'engageant dans le bénévolat. L'Année européenne 2012 a pour but de mettre en avant la richesse que les personnes âgées représentent pour la société, et de créer des conditions plus favorables à leur épanouissement.



- Sécurité des revenus dans la vieillesse
- Aide à la participation sociale et au bénévolat
- Aide aux personnes s'occupant d'un proche
- Conciliation de la vie professionnelle et de la vie familiale
- Solidarité et dialogue
- Lutte contre la fracture numérique

### Le vieillissement en bonne santé et autonome

Avec l'âge, notre santé décline. Mais nous disposons de nombreux recours pour ralentir ce déclin, et nous pouvons assurer un environnement plus convivial aux personnes qui souffrent de problèmes de santé ou de handicaps. Le vieillissement actif, c'est aussi nous donner les moyens de conserver la maîtrise de nos vies aussi longtemps que possible.

- Promotion de la santé et des soins préventifs
- Logement adapté
- Transports accessibles et abordables
- Environnements, produits et services adaptés aux personnes âgées
- Développer au maximum l'autonomie dans le cadre des soins à long terme
- Adaptation de la technologie pour encourager l'autonomie



## S'engager pour le changement



L'Année européenne a pour vocation d'encourager l'action et le changement afin que nous puissions construire une société qui accorde une place à tous les âges. Cela n'arrivera pas tout seul. Rien ne sera possible sans un effort soutenu et concerté d'un large éventail d'acteurs.

L'Année européenne donne l'occasion à chacun (simple citoyen, chef d'entreprise, élu...) de réfléchir à ce qu'il peut faire pour favoriser le vieillissement actif et renforcer la solidarité intergénérationnelle. C'est une invitation à s'engager dans des actions concrètes qui contribueront à réaliser ces objectifs.

Cet engagement peut prendre de nombreuses formes, et chaque action compte. Toute personne, tout organisme public ou privé, toute entreprise, association ou municipalité, petite ou grande, peut se fixer des objectifs accessibles pour que les personnes âgées jouent un rôle plus actif dans la société. Des lois que peuvent adopter ou des mesures que peuvent prendre nos élus à l'adaptation des locaux et des heures de travail par les entreprises, les possibilités de faire avancer les choses sont innombrables. Autant que nécessaires !

Faites savoir ce que vous faites sur le site web de l'Année européenne pour donner des idées aux autres, et inspirez-vous de ce que vous y trouverez pour être plus efficace encore !

## Que pouvons-nous faire ?

Rester en forme (physiquement et mentalement) est essentiel pour tirer parti des opportunités offertes sur le marché du travail et pour profiter d'une bonne qualité de vie. Pour cela, la prévention des risques causés par de mauvaises conditions de travail et la promotion des modes de vie sains sont indispensables. Grâce à l'éducation et à la formation tout au long de la vie, nos compétences sont toujours actualisées, jusqu'à la fin de notre carrière. Les employeurs peuvent adapter les conditions et les horaires de travail aux besoins spécifiques des travailleurs âgés. Et les gouvernements devraient revoir leurs systèmes fiscaux et de prestations sociales afin que le travail reste un choix avantageux à tout âge.

Le travail non rémunéré des personnes âgées qui font du bénévolat dans les associations ou s'occupent d'un proche doit être reconnu et encouragé, par exemple en proposant une formation aux soins et en soulageant leur fardeau pour éviter qu'il ne devienne insupportable et les isole du reste de la société. Dans les associations, les jeunes ont beaucoup à apprendre de l'expérience, des compétences et du savoir des personnes âgées.