

**Rencontre Inter-habits proposée par HPeN
sur le thème "vieillir en habitat intergénérationnel »
Organisé par les habitant.es des « Voisins Etc » à Lille
Mercredi 04 mars 2026 de 19h à 21h**

**Les habitats qui ont participé : Les Voisins ETC, les Voisins du Quai, les Cail'loux Verts,
Anagram, Hagrobi, les ToitMoiNous**



Introduction :

On parle souvent d'intergénérationnel mais on ne va pas jusqu'au bout de la réflexion sur comment ça se passe, on n'en parle pas vraiment dans nos habitats alors qu'il y a des choses à réfléchir collectivement : la dépendance par exemple.

Ne pas éliminer ce sujet-là de nos échanges.

Expériences partagées :

Certains habitats ont déjà connu des situations de fragilité ou de maladie :

* Deux situations de maladie : il y a eu beaucoup de soutien et de solidarité mais ce n'était pas une dépendance dans le temps.

* Une situation d'accompagnement d'une personne âgée le plus longtemps possible dans l'habitat avant un départ à l'Ehpad.

Exemple l'inviter à plusieurs pour qu'elle puisse continuer à voir le plus de monde possible.

* Pas vraiment de plan d'action mais quelques réunions organisées sur la dépendance avec ceux-celles qui se sentent concerné-e-s ou motivé-e-s mais il s'agit d'un sujet très intime et donc pas forcément facile à aborder. Cela demande du temps et la volonté de s'engager. Dans ce cas présent les personnes ont partagé des souhaits et des volontés.

* Une personne partage le fait de s'être retirée d'un projet d'habitat car le thème du vieillissement était très peu pris en compte et ce n'était pas rassurant pour elle.

* Une personne partage un exemple pratique : elle a mis en place un dossier d'aide à domicile et tous ses papiers en ordre, anticipé tout ce qui pouvait l'être (chaise de salle de bain, alarme etc...) pour que personne ne soit chargé de préparer tout cela si la situation se dégrade. Il n'y a plus qu'à activer les dispositifs. Ce dossier/liste de tout ce à quoi il faut peut-être penser à le partager.

* Expérience de personnes qui avait déjà porté un projet intergénérationnel et qui à un moment se sont remis à construire un projet entre vieux plus en l'adéquation avec leurs besoins du moment.

* La question des escaliers dans les habitats peut se poser un jour.

* Dans un habitat ils ont mis en place un classeur avec le contact des personnes ressources pour chaque habitant-e, à disposition de tout le monde dans la salle commune.

* Certains habitats ont vécu des décès.

Remarques générales :

Les dynamiques peuvent varier selon les cultures régionales.

La taille des logements influe sur la composition des foyers.

La question se pose plus pour des personnes qui vivent seules et qui n'auront pas d'aidant au quotidien.

Ce sont beaucoup des femmes seules avec enfants qui intègrent les habitats.

VIEILLESSE / MALADIE

La différence entre les situations de fragilité /maladie et la vieillesse c'est la possibilité ou probabilité de guérir et de se remettre.

Tout le monde ne devient pas dépendant.

Difficulté par rapport au mot "vieux" mais est en train de changer.

Constat que parfois les jeunes actifs de 30 ou 40 ans ne sont pas concernés et cela peut poser des inquiétudes pour certaines personnes.

Participer en parallèle à des groupes de travail, des ateliers où on parle des seniors voire de la mort.

Peu importe l'âge, la fragilité peut arriver n'importe quand donc le sujet est en réalité plus ouvert et relève de la solidarité au sens large.

Les personnes qui ont traversé des périodes difficiles sont peut-être plus sensibles à ce que pourrait être une situation de dépendance à long terme.

L'APPORT DU COLLECTIF

Il s'agit plutôt d'une solidarité, d'une vigilance.

Importance de l'articulation avec les proches, de ne pas se substituer à la famille ni aux soignants.

On peut maintenir un certain temps la personne à domicile mais ça a une limite.

Le collectif peut permettre de se maintenir plus longtemps chez soi grâce à l'aide et aussi parce que les interactions sociales permettent de se maintenir actif plus longtemps.

Le fait de vivre dans un collectif semble être conservateur en terme de qualité de vie et de stimulation intellectuelle.

Cela permet de rester alerte.

L'isolement est une source de moins bien vieillir.

Quand on ne travaille plus on a moins voire plus de liens sociaux et être en habitat partagé amène du lien social.

Mode de vie qui apporte à toute la communauté intergénérationnelle.

La question concerne toutes les générations ce n'est pas qu'une question de vieux.

Importance de l'entraide selon les capacités de chacun-e parfois inhérentes à sa génération ou son âge.

Les retraités peuvent aller chercher les enfants à l'école quand les jeunes actifs sont en difficulté pour le faire. Ceux-ci peuvent davantage participer aux travaux physiques. Il y a une forme d'échange qui peut se mettre en place de façon spontanée.

L'interaction entre les générations est très importante.

Permet aux générations de se renouveler dans le temps.

L'APPORT DES VIEUX-VIEILLES

Souvent on ne parle que des problèmes jamais des choses heureuses.

Les vieux montrent le chemin.

Le fait de se retrouver dans une situation de vulnérabilité fait travailler sur soi et apprendre à savoir demander de l'aide, ce qui n'est pas si simple.

Les vieux-vieilles permettent souvent de faire vivre les habitats de par le temps dont iels disposent.

Si il n'y a pas les seniors est-ce que les habitats vivent aussi bien ?

La répartition des tâches n'est pas toujours équilibrée et donc cela peut permettre d'enlever à la culpabilité.

On peut être moins investi à un moment dans le collectif, cela laisse de la place aux autres et à d'autres initiatives.

De plus en plus de structures demandent ce que les habitats partagés apportent aux seniors et comment valoriser cela.

Constat que ce sont plutôt les retraités qui peuvent apporter du soutien et de la solidarité au quotidien mais implication aussi des jeunes actif-ve-s.

Attention avec les financements, il faut pouvoir ouvrir le thème et ne pas se centrer uniquement sur les seniors.

EHPAD :

Plusieurs personnes parlent de traumatisme de l'EHPAD.

Attention à choisir un bon EHPAD.

Le fait d'avoir été en collectif peut aider à la vie en EHPAD.

ANTICIPER OU NON ?

On ne peut pas tout prévoir.

Il faut faire aussi confiance à ses voisins comme personnes ressources.

Pour certaines personnes prévoir permet de libérer son esprit et celui de ses proches.

Il y a des limites à ce qu'on peut projeter, la démence est la chose la plus difficile à projeter.

ABORDER LE SUJET DANS SON HABITAT ?

La majorité des habitats n'a pas abordé le sujet.

Importance de discuter.

Grosse préoccupation de ne pas peser sur les autres.

Cela fait partie du vivre ensemble de vieillir entouré sans avoir l'impression d'être un poids pour les autres.

Il existe une gêne relative à la dépendance or les enfants sont dépendants et c'est naturel.

Outils / idées :

* Liste des personnes à contacter en cas de problème (ICU) à mettre à disposition de tout le monde

* Un groupe WhatsApp "urgence" en cas de problème

* Attention à la clé sur sa porte car certaines portes ne s'ouvrent pas de l'extérieur si la clé est dans la serrure à l'intérieur

* Coloc dans les habitats, Coloc de vieux

* Possibilité de mutualiser une auxiliaire de vie pour plusieurs personnes dans le même habitat

* **Ressources :**

* CNV (Confédération Nationale des Vieux) <https://www.cnav-demain.fr/>
elle a produit un document pour les municipales afin d'aménager mieux les villes pour les personnes âgées sachant que la pyramide est en train de s'inverser la question du vieillissement va se poser à l'échelle de notre pays <https://storage.e.jimdo.com/file/005e6227-3267-45dd-91a2-e2ebd1770a22/fiches%20format%20A5.pdf>

* **Films :** Le voyage de Teresa / Rue Malaga

* **Vidéos :** film envoyé spécial de 2020 sur bien vieillir en habitat partagé
Reportage avec Carmen et Anne : <http://youtu.be/FA9jYXIHlyU?si=sU2tT4BUUp084I24r>
Thérèse Clerc <https://www.youtube.com/watch?v=l1gV4Ard6ek> sur les Babayagas et Thérèse Clerc

* **Livres** "Et puis Paulette" de Barbara Constantine

"Vieilles peaux" Fiona Schmidt

"Beauté fatale" Mona Chollet

"L'art de la joie" Goliarda Sapienza *"parce que la jeunesse et la vieillesse ne sont qu'une hypothèse, ton âge est celui que tu te choisis, que tu te convaincs d'avoir "*

"La vieillesse" Simone de Beauvoir

* **BD :** « Les vieux fourneaux »

* **Webinaires** de HPF (surtout les premiers) : <https://www.youtube.com/playlist?list=PL3o0HqRCepgs9LGcJbG96jLoDdQqxdz47>

* **Podcasts :** Un podcast à soi " Vieilles et alors ?" / "Même pas mort" (podcast des petits frères des pauvres) / LSD la série documentaire France Culture "Ménopause pour tout le monde"

* Il existe des "maisons de mourance" qui permettent d'être entouré-e jusqu'à la fin.

A Bruxelles, en Belgique <https://www.pass-ages.be/fran%C3%A7ais/maison-de-mourance> / une autre est à l'étude dans le Morvan

Conclusion / tour de table :

* L'habitat partagé participe au bien vieillir sous différentes formes grâce au lien social

* Il apporte une autre vision et permet de ne pas être happé par le jeunisme et l'obligation que la société nous renvoie

* Chacun-e et chaque groupe fait sa popote et construit les choses au fur et à mesure en innovant

* Pas nécessairement de règles, chacun-e sent ce qui est juste pour iel

* Partager des outils

* Anticiper si on le souhaite

* Il y a assez peu de dépendance finalement (environ 10% donc 90% non)

* Intéressant de parler avec des jeunes

* Réfléchir à comment poser la question au niveau de son groupe grâce aux pistes pratiques

* Se servir de cette réunion et du questionnaire en le remplissant aussi collectivement comme outil pour aborder le sujet dans nos habitats

* Importance que l'intergénérationnel soit le pilier de la réflexion