

AÎNÉS ET SOCIÉTÉ EN MOUVEMENT

La marche comme pratique d'empowerment

Par Marin Buyse et Bertrand Gevart
avec Myriam Leleu, sociologue et gérontologue

RÉSUMÉ

Les personnes âgées vivant en milieu urbain se heurtent à divers obstacles dus à la conception des infrastructures et des accès parfois difficiles aux espaces publics. Ces défis mettent en lumière l'exclusion progressive de certains corps, au profit d'une corporéité valide et active. Les recherches de la sociologue Myriam Leleu sur les Villes Amies des Aînés (VADA) en Wallonie mettent en avant l'importance de la mobilité quotidienne pour contrer l'isolement des seniors et réaffirmer leur place dans la cité. Cette analyse propose d'explorer la façon dont la pratique de la marche permet aux aînés de réinvestir leur environnement urbain, d'exprimer leurs besoins et de participer activement à l'amélioration de leur qualité de vie. Elle soutient que ce processus renforce l'autonomie des personnes âgées et leur intégration citoyenne en les impliquant directement dans l'évaluation et la transformation des espaces publics.

« Elle pestait à cause des trottoirs irréguliers, elle se sentait humiliée de devoir utiliser une canne pour marcher, elle ne pouvait utiliser les bus et les trams par crainte de tomber, elle se perdait parfois et détestait la ville. »

Extrait d'un témoignage rédigé pour Âgo par une femme d'Ascain

I. INTRODUCTION

Les individus qui vieillissent en ville rencontrent de multiples difficultés et font, souvent, appel à des stratégies d'évitement – par exemple, certaines zones mal éclairées pour éviter un accident, une chute. La ville participe à façonner des inégalités par la conception et par l'aménagement de ses infrastructures urbaines. La foule dans une grande avenue, le bruit, les obstacles sur le trottoirs, sont autant de difficultés auxquelles sont confrontés au quotidien les individus les moins valides. Ils illustrent la manière avec laquelle certaines corporéités se voient progressivement effacées de l'espace public, au profit d'une vision néolibérale du corps : performant, en forme, valide, actif, disposant d'une excellente acuité auditive et visuelle, participant à une gestion efficace des flux de personnes et des interactions. Ou comme nous le racontait dans son témoignage une dame rencontrée dans le cadre de nos recherches sur le corps à un âge avancé : « *Les bancs, les toilettes, les rampes : pourquoi, n'y pensent-ils pas ? (Ne veulent-ils pas ?)* ».

1

La faible participation des personnes âgées à la vie publique n'est pas seulement le résultat de changements physiologiques. Car la ville structure les modes de vie : elle facilite le quotidien ou à l'inverse le donne à vivre comme une épreuve. Dans cette analyse, nous allons discuter l'expérience du vieillissement corporel à la lumière des interactions avec et dans l'espace public – en particulier la manière dont les seniors vivent dans un tel environnement physique, social et symbolique. Elle interroge la place donnée aux corps âgés dans la ville contemporaine, entre difficultés et réappropriation, entre trajectoires individuelles et phénomènes sociaux plus larges. Myriam Leleu est sociologue et gérontologue, Maître-assistante, Enseignante-chercheuse et Formatrice à la Haute Ecole Louvain en Hainaut. S'appuyant sur les recherches-actions participatives impulsées dans le cadre du programme Wallonie Amie des Aînés (WADA) mené depuis 2016 par l'Université catholique de Louvain (Faculté d'architecture, d'ingénierie architecturale, d'urbanisme) et l'AVIQ (Agence pour une vie de qualité de la Région wallonne), elle explore les modes d'habiter et l'inclusion des personnes âgées dans la cité. Ainsi, ses recherches nous permettent de mieux saisir la manière dont les seniors se meuvent à travers un processus favorisant une réappropriation du corps et de l'espace : la marche. « Un diagnostic en marchant, nous explique Myriam Leleu, permet d'observer les espaces publics, les infrastructures, les lieux de rencontre, les bâtiments et leurs usages. Il rassemble un groupe de personnes d'un territoire donné autour de questions touchant au

bien-être et à la qualité de vie et reconnaît dans son acte la capacité d'expertise et la citoyenneté des personnes concernées par leur environnement social et spatial.» Rejoignant la figure du flâneur chez Walter Benjamin, la déambulation lente se révèle être un moyen d'observer les traces du passé, de raviver des souvenirs et d'exprimer des souhaits basés sur une expérience directe et critique de la ville.

Dans un premier temps, Myriam Leleu présentera ses recherches en retraçant les enjeux liés au projet WADA. Ensuite, nous engagerons un dialogue entre le processus de réappropriation – à travers une forme de déambulation critique – et une démarche d'éducation permanente telle que nous la pratiquons au sein de notre association. Le processus d'inclusion inhérent au projet WADA semble renforcer l'autonomie et l'expression citoyenne des aînés, en les impliquant comme co-experts dans l'évaluation de leurs besoins et en mettant en place des actions destinées à améliorer leur qualité de vie. Confrontés aux transformations incessantes de la ville et à leur propre avancée en âge, les aînés doivent renégocier leurs relations avec leur environnement en fonction de leurs capacités et de leurs ressources. Cette adaptation – ou déprise –, illustre le processus de réaménagement de leur existence par l'affirmation d'une capacité d'agir¹. Le développement d'un agir citoyen, d'une réappropriation politique de son corps, repose sur la capacité des individus invisibilisés, dont la voix n'est pas entendue, à forcer leur entrée dans l'espace public, à en prendre démocratiquement possession, afin d'y être reconnus comme des acteurs sociaux à part entière. Il s'agit de l'un des fondements de l'éducation permanente.

2

II. FOCUS SUR LE PROJET WADA – par Myriam Leleu

« Toute situation humaine peut être envisagée en extériorité – telle qu'elle se présente à autrui – et en intériorité, en tant que le sujet l'assume en la dépassant. Pour autrui, le vieillard est l'objet d'un savoir ; pour soi, il a de son état une expérience vécue. »

Simone de Beauvoir

Chacun a ainsi une expérience subjective de son vieillissement, qui s'inscrit toutefois dans un contexte culturel lui renvoyant une image bonne ou moins bonne. Si le terme « vieillard » réfère à un autre temps, celui d'une époque révolue, d'un temps au passé, d'âmes qui s'envolent et de corps qui se délitent, la pensée de Simone de Beauvoir, développée dans son essai majeur sur la vieillesse rencontre les objectifs d'un programme comme Ville Amie des Aînés (VADA) qui cherche à mettre en œuvre des idées et des actions pensées par, pour et avec les aînés. En dénonçant l'assimilation du vieillard à une triste condition, celle d'un déshérité

¹ Pour aller plus loin, nous invitons le lecteur à découvrir l'analyse *Seniors et Déprise. Un concept fécond pour l'éducation permanente*, disponible sur le site de notre association.

LE FLÂNEUR, UNE FIGURE INSPIRANTE POUR L'ÉDUCATION PERMANENTE

*Sur la ville et les champs, sur les toits et les blés,
Je vais m'exercer seul à ma fantasque escrime,
Flairant dans tous les coins les hasards de la rime,
Trébuchant sur les mots comme sur les pavés,
Heurtant parfois des vers depuis longtemps rêvés*

Sans plonger dans les méandres sémantiques et symboliques du thème de la modernité chez Charles Baudelaire, nous souhaitons mettre en lumière le passage possible entre sa poésie et l'idée d'une pratique: la déambulation critique. En effet, pour Baudelaire, le flâneur idéal, l'observateur passionné, élit domicile « dans le nombre, dans l'ondoyant, dans le mouvement, dans le fugitif et l'infini¹ », il est à la recherche de « ce quelque chose qu'on nous permettra d'appeler la modernité ».

Dès la fin des Lumières, émerge un discours novateur sur la ville, où les interactions humaines et leur cohabitation avec l'environnement redéfinissent notre rapport à l'espace. Les réflexions critiques sur la modernité, notamment celles de Walter Benjamin, encouragent à envisager la flânerie comme une nouvelle modalité de perception adaptée à l'immensité urbaine². Il devient dès lors essentiel de repenser l'aménagement de l'espace public. La praticabilité de la ville, la garantie de la mobilité piétonne, ainsi que la préservation de l'authenticité des lieux sans les transformer en produits touristiques et consuméristes standardisés, apparaissent comme des objectifs atteignables uniquement s'ils s'inscrivent dans une perspective collective et plurielle.

C'est ainsi qu'émerge, au sein de la conscience sociale et dans la littérature, une relation sémiotique avec la ville, envisagée comme un réseau de signes à décoder pour révéler l'invisible. Cela engendre un regard actif, impliqué dans une démarche d'interprétation, qui se déploie selon un certain rythme – celui de la marche.

La notion de flâneur, conceptualisée par Walter Benjamin dans son étude sur les « passages » parisiens, se réfère à ces individus qui, en déambulant, adoptent une posture d'observateur critique envers les comportements humains et leur environnement. Cette figure incarne un instrument analytique privilégié pour déceler les modalités de déplacement et d'exploration des espaces par les personnes ainsi que les dynamiques sociales en résultant. L'activité du flâneur consiste essentiellement

1 Charles Baudelaire, 1964, *Le peintre de la vie moderne*, Paris, La pléiade, p. 1162.

2 Walter Benjamin, 1989, *Paris, Capitale du XIXe siècle, Le livre des Passages*, Traduit de l'allemand par Jean Lacoste, Paris, Cerf.

en une errance contemplative, une observation minutieuse des alentours, tout en adoptant une approche critique de la modernité et des formes de domination, d'exclusion, contenus dans l'environnement de l'individu.

La déambulation du flâneur est une forme d'apprentissage expérientiel. En se plongeant dans la ville, en observant, le flâneur accumule des expériences qui enrichissent sa compréhension du monde. L'éducation permanente peut intégrer cette approche en encourageant les apprenants/ participants à des tables de réflexion à explorer activement leur environnement, à participer à des projets de terrain. Elle encourage une participation citoyenne active, où les individus sont invités à prendre part à des débats publics et à contribuer à la transformation sociale.

mis au rebut, « condamné à végéter dans la solitude et l'ennui² », elle procédait d'une lutte première contre l'âgisme pour extraire les forces d'une vieillesse, certes résultant d'un processus de transformation lié au passage du temps, mais qui agit par un capital de savoirs.

4

Le programme des VADA se penche sur les dimensions sociales et spatiales des milieux de vie des aînés auxquels elle confère des possibilités d'agir. Se basant sur leur expérience vécue, sur leurs paroles, sur la construction d'actions possibles ici et maintenant dans leur cadre de vie, VADA reconnaît les personnes aînées dans leur potentiel d'action, comme des bâtisseurs d'avenir et des citoyens à part entière. Plutôt que de voir dans la vieillesse le poids des ans et d'y associer une vision délétère du quatrième âge, « ce temps de la vie où la sénescence impose sa pesanteur³ », il est question ici d'accorder à l'avancée en âge ses qualités basées sur l'expérience grâce à un cadeau inégalé dans l'histoire des sociétés, celui d'une espérance de vie en santé, certes différentielle, mais exceptionnellement longue.

Reconnaître le caractère différentiel du vieillissement n'enlève pas pour autant les possibilités d'action des personnes dites du troisième ou quatrième âge, voire celles du cinquième âge. Car si l'idéologie ambiante rencontre les tyrannies d'un bien vieillir⁴ en mettant en scène la « seniorescence », une belle vieillesse active et en santé, performante et productive, il reste un âge de la fragilité, celui des personnes marquées par le temps, des événements douloureux, une santé vacillante. La sénescence et ses troubles ne peuvent occulter le fait d'avoir vécu la vie et ne peuvent entraver les volontés d'être encore sujet dans le monde.

2 de Beauvoir, Simone. 1970. *La vieillesse*, Paris, Gallimard, Tome 1, p. 17.

3 Lalive d'Epinay, Christian, et Stefano Cavalli. 2013. *Le quatrième âge ou la dernière étape de la vie*, Lausanne, Presses polytechniques et universitaires romandes, p. 10.

4 Billé, Michel et Didier Martz. 2010. *La tyrannie du « bien vieillir »*. *Vieillir et rester jeune*, Érès.

III. VILLES AMIES DES ÂÎNÉS – par Myriam Leleu

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, « Une ville amie des aînés encourage le vieillissement actif en optimisant la santé, la participation et la sécurité des citoyens âgés, pour améliorer leur qualité de vie. Concrètement, une ville amie des aînés adapte ses structures et ses services afin que les personnes âgées aux capacités et aux besoins divers puissent y accéder et y avoir leur place⁵. »

Les Villes Amies des Aînés proposent la transformation des environnements bâtis et sociaux par l'adaptation et l'accessibilité des lieux publics; elles soutiennent l'amélioration des rapports sociaux et l'inclusion sociale des personnes âgées; elles font la promotion de leur engagement social et citoyen; elles visent un changement fondamental des cultures au sein des organisations locales et régionales.

De 2016 à 2020, la Région wallonne s'est engagée dans ces perspectives en soutenant une **recherche-action participative** menée par, pour et avec des aînés, sous la direction de l'Université catholique de Louvain (Faculté d'architecture, d'ingénierie architecturale, d'urbanisme) et de l'AVIQ (Agence pour une vie de qualité). C'est dans ce cadre que le réseau Wallonie Amie des Aînés (WADA) s'est développé, avec l'appui d'une équipe de recherche et grâce à l'implication d'une variété d'acteurs, des élus, des responsables d'administration, des soignants (domicile et maisons de repos et de soins), des intervenants de Centres Publics d'Action Sociale (CPAS), des Plans de Cohésion Sociale (PCS), du secteur associatif, et surtout les aînés. Il faut souligner ici l'importance de leur place: le lancement de la démarche WADA ne pouvait se faire qu'à la condition de la constitution d'un tandem référent composé d'un intervenant professionnel et d'un aîné, membre du Conseil Consultatif Communal des Aînés (CCCA)⁶ si celui-ci était présent au niveau du Conseil communal.

Le programme WADA a été initié au départ de six communes-pilotes, Braine-l'Alleud, Farciennes, Malmedy, Namur, Sprimont, Vaux-sur-Sûre, choisies pour leurs particularités géographiques, sociales, économiques et démographiques. Dix communes d'un Groupe d'Action Locale (GAL) en milieu rural ont rejoint le projet en 2018, ce qui a permis de rencontrer les besoins propres à une communauté de communes. À partir de leurs expériences et d'une première mise en œuvre

5 Organisation mondiale de la Santé. 2007. *Guide mondial des villes-amies des aînés*. Repéré à : https://www.who.int/ageing/publications/Guide_mondial_des_villes_amies_des_aines.pdf

6 Les CCCA sont mis en place par le Conseil communal, à l'initiative libre des pouvoirs locaux, comme partenaire consultatif des décisions qui concernent les aînés. Ils sont régis en Wallonie par une circulaire ministérielle de juin 2006 (Circulaire Courard), mise à jour en octobre 2012 (Circulaire Furlan).

VADA à Mons en 2013 par l'Observatoire de la Santé du Hainaut⁷ (OSH), un Guide wallon. Ville Amie des Aîné.es a été réalisé en co-construction avec les aînés⁸, afin de soutenir toute autre commune qui voudrait implémenter la démarche sur son territoire.

Un véritable terreau d'observation des conditions du vieillissement et du développement est apparu durant les cinq années de suivi du processus Ville Amie des Aînés tel que proposé par l'OMS. Les thèmes suivants ont émergé : l'investissement des politiques locales dans le bien-être et la qualité de vie des aînés, les volontés associatives et citoyennes, l'ouverture à une démocratie participative, l'affirmation d'une identité générationnelle, la participation des aînés à la formulation de leurs souhaits, les perspectives d'inclusion soutenues par un (re)maillage du tissu social, des interventions visant les environnements sociaux et spatiaux, les possibilités d'actions etc. Ce processus s'est appuyé sur les huit thématiques de l'OMS redéfinies dans le cadre wallon⁹. Un intérêt spécifique a été porté à l'émergence de formes d'autodétermination et de citoyenneté des aînés qui se démarquent ainsi d'un statut disqualifiant qui les place trop souvent sous l'égide d'une tutelle sociale supposée protéger les plus fragiles.

6

Aujourd'hui, Wallonie Amie des Aînés poursuit son chemin dans certaines communes belges, dont Braine-l'Alleud qui reste très active. À nos frontières existe le Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés (RFVAA) qui reprend plus de 150 membres. Au niveau international, le Réseau mondial de l'OMS pour les villes et communautés amies des aînés comprend 1542 villes et communautés, situées dans 51 pays, couvrant plus de 320 millions de personnes dans le monde¹⁰.

IV. ESPACES VÉCUS, ESPACES TRAVERSÉS ET VIEILLISSEMENT – par Myriam Leleu

Les villes « sont, en tant que formes spatiales, l'expression des cultures qui les ont produites¹¹ ». Les espaces publics et privés, l'habitat, reflètent les structures de pen-

7 Moulart, Thibault et Geneviève Houioux. 2016. Vieillesse, territoire et action publique : quand la Wallonie se lance dans la démarche des « Villes et communautés amies des aînés ». *Cahiers de démographie locale* 2013/14, pp. 289-327.

8 Leleu, Myriam et Masson, Olivier. (À paraître). *Guide wallon. Ville Amie des Aîné.es. Démarche Wallonie Amie des Aîné.es (WADA)*. Charleroi, Belgique : Agence pour une Vie de Qualité (AVIQ).

9 Masson, Olivier, Myriam Leleu et Grabczan, Robert. 2022. Wallonie Amie des Aînés (WADA) : l'appropriation, un chemin vers l'inclusion. *Gérontologie et Société* (44), n° 167, pp. 131-149.

10 Information repérée sur le site de l'OMS, à l'adresse : <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/who-network/#:-:text=The%20WHO%20Global%20Network%20for%20Age-friendly%20Cities%20and,community%20a%20great%20place%20to%20grow%20old%20in.>

11 Fijalkow, Yankel. 2017. *Sociologie des villes*, Paris, La Découverte, p.12.

sée et d'action des cultures qui les ont façonnés. Le citoyen arpente ainsi des lieux préconstruits dont il modèle néanmoins la destinée par les usages qu'il en fera. Ces lieux fournissent des repères spatio-temporels connus qui structurent les modes de vie, facilitant le quotidien ou le rendant complexe en raison de dysfonctionnements propres mais aussi en fonction des potentialités des individus. Celles-ci varient au cours du temps et des parcours de vie.

La question majeure d'un programme comme Ville Amie des Aînés est de rendre la ville, ses quartiers, mais aussi les villages, hameaux et toute communauté de vie, accessibles et adaptés aux profils variés d'usagers de tous les âges. Les aînés, par leur mise en mouvement au travers de diagnostics faisant émerger les obstacles à leur vie sociale et citoyenne, à leur mobilité, renversent cette logique qui voudrait qu'ils s'adaptent à ce qui leur est proposé. Par leur appropriation d'un projet, par leur proposition et l'organisation d'actions qui répondent à leurs besoins, ils modèlent une « ville » qui s'adapte à ses aînés et aux citoyens qui y circulent et s'y ancrent plutôt que des aînés qui se soumettent à une « cité » qui ne répond pas à leurs besoins.

Concrètement, les exemples suivants attestent de la capacité de changement portée par les aînés : des boîtes jaunes placées dans les frigos rendant visibles les informations médicales et les coordonnées des proches en cas d'urgence, des bancs publics ajoutés à des points clés, le parcours d'une navette redirigée selon les besoins de mobilité et d'accessibilité, le transport des personnes âgées vers les urnes pour la période des élections, la signalisation d'un espace culturel, l'éclairage nocturne d'un espace insécure, l'aménagement de voies de passage le long des routes de campagne, l'arrêt du fauchage tardif rendant la circulation piétonne difficile, etc.

7

V. ESPACES MULTIPLES AUX PRISES D'UNE CORPORÉITÉ ÂGÉE QUI S'AFFIRME – par Myriam Leleu

Le corps se déploie, se meut dans des espaces connus et inconnus, et la parole se délie dans la marche et dans la rencontre. C'est bien ce qui a caractérisé les diagnostics en marchant réalisés avec les communes participantes durant le programme Wallonie Amie des Aînés¹². Un diagnostic en marchant permet d'observer les espaces publics, les infrastructures, les lieux de rencontre, les bâtiments et leurs usages. Il rassemble un groupe de personnes d'un territoire donné autour de questions touchant au bien-être et à la qualité de vie et reconnaît dans son acte la capacité d'expertise et la citoyenneté des personnes concernées par leur environnement social et spatial. Un diagnostic en marchant permet de révéler ce qui facilite ou freine la vie quotidienne ; il est aussi prétexte à des évocations symboliques et historiques des

12 Une trentaine de diagnostics en marchant a été réalisée par l'équipe de recherche.

« C'est bien ces marches, ça rapproche les personnes, ça donne des idées. »
Grégoire, Diagnostic en marchant, Namur

lontain au travers d'un arpentage réflexif qui mène à voir une même réalité sous un prisme autre, celui d'un temps qui se pose dans le passé, d'un temps qui se projette dans un avenir revisité et d'un présent qui observe avec des yeux nouveaux, posant un regard partagé dans l'échange et la rencontre.

lieux vécus ; il ouvre la voie à l'expression de souhaits formulés à partir d'une expérience directe. Chacun découvre et redécouvre son milieu de vie proche et

Les diagnostics en marchant se sont déroulés en trois temps : une phase de préparation durant laquelle les aînés et toute personne concernée (marcheur, agent administratif, élu, etc.) choisissent les parcours et les thèmes de leurs observations ; une phase d'observation pendant laquelle les participants cheminent en binôme afin de susciter des échanges, de faciliter la prise de notes, la photographie, le dessin, l'enregistrement des commentaires des personnes rencontrées ; une phase d'analyse lors d'un débriefing après la marche qui est un moment important de remontée des savoirs issus de l'expérience, via la restitution des observations et un retour dans le temps grâce à la projection de cartes des lieux explorés et des photographies prises durant la marche.

8

L'arpentage des lieux choisis se déroulent dans la lenteur, au rythme des regards à la recherche de traces du passé, de souvenirs, observant des éléments socio-spatiaux qui entravent ou facilitent la vie quotidienne, réfléchissant déjà à ce qui pourrait être amélioré. Ces marches se posent en dehors du temps, en dehors des temps de la productivité et de la rentabilité. Les diagnostics en marchant ont montré à quel point la lenteur s'impose naturellement dans la déambulation, donnant à chacun le temps de voir, d'observer, de commémorer, de bavarder avec les passants, de dialoguer en binôme, des binômes qui se font et se défont au gré de la marche, des affinités qui se développent, des liens qui se nouent. Ils ont aussi démontré une efficacité inattendue non seulement dans le renforcement de liens en construction et l'affirmation d'une identité collective, celle des groupes de travail constitués dans chaque commune, mais aussi dans la capacité de synthèse qui a soutenu ensuite des actions menant à des changements.

Ces marches ont touché les corps tant physiquement que psychiquement et socialement, rencontrant les trois dimensions de la santé définies par l'OMS. Physiquement, la mise en mouvement donne au corps l'occasion de se mouvoir d'un point à un autre, activant le système musculaire. Psychiquement, l'observation des espaces, du bâti, des édifices, des modes de transport, du mobilier urbain, etc., ravivent la mémoire de lieux habités dans le passé, de savoirs oubliés ancrés dans des expériences vécues. Socialement, une simple présence lors de la préparation des marches, la

rencontre et les découvertes partagées avec d'autres, les retours réflexifs lors des débriefings permettent de se relier à d'autres, et plus largement de se sentir exister et utile au monde dans un projet global qui soutient l'expression d'une parole.

VI. OUVERTURE – par Myriam Leleu

Les Villes Amies des Aînés, en particulier la manière dont les diagnostics ont été menés en Région wallonne, donnent à voir une corporéité en mouvement, celle d'aînés qui s'approprient ce qui est important pour eux ici et maintenant, des aînés qui prennent parole et ancrent leurs paroles dans des actions. Cette corporéité dépasse le cadre d'une santé améliorée ; elle touche aux principes politiques d'une société qui voudrait maîtriser les parts inattendues de l'expression citoyenne afin de contrôler les comportements des acteurs sociaux¹³.

La poursuite de la démarche WADA dans certaines entités wallonnes, l'intérêt que ce type de projet suscite en d'autres lieux et son développement conséquent en Europe et au niveau mondial attestent d'une mise en mouvement qui va au-delà des pouvoirs institués. Ces manifestations de citoyenneté par les aînés ne sont certes pas représentatives de l'ensemble d'une population car certaines régions du monde, certaines communes, certaines personnes ont des préoccupations qui touchent plus aux besoins vitaux. Néanmoins si toute parole prend sens dans l'action et si « c'est la possibilité d'action qui fait de l'humain un être politique¹⁴ », dire et agir au travers de marches et de rencontres participe de la mise en exercice d'une démocratie concrète et d'un renouement avec une vie sociale significative nourrie de relations libérées et inspirantes. Marcher la vie, cheminer avec soi-même et avec d'autres, se glisser dans un temps au ralenti serait ainsi une façon de rester maître de sa souveraineté et du plaisir d'être soi tout en donnant à voir la force de la lenteur et non son caractère d'exclusion.

« Je ne marche pas pour rajeunir ou éviter de vieillir, pour me maintenir en forme ou pour accomplir des exploits. Je marche comme je rêve, comme j'imagine, comme je pense par une sorte de mobilité de l'être et de besoin de légèreté¹⁵. »

13 Le Breton, David. 2008. *La sociologie du corps*. PUF. Que sais je?, p.99.

14 Picard, Georges. 2001. Le vagabond approximatif. Cité par Le Breton, David. 2020. *Marcher la vie. Un art tranquille du bonheur*, Paris, Métailié, p.13.

15 Duval, Michelle. 2008. L'action collective pensée par Hannah Arendt : comprendre l'agir ensemble pour le favoriser. *Service social* (54), no 1, pp. 83-96.

VII. CONCLUSION

La marche occupe une place centrale dans la mobilité quotidienne des personnes âgées. Leurs besoins spécifiques exigent une réponse adaptée en matière d'aménagement urbain : trottoirs plus larges, mobiliers urbains adaptés, éclairage public renforcé, meilleure mixité fonctionnelle de la ville (présence de commerces, de services de santé, d'espaces verts à proximité), accessibilité des transports publics, ... Les diverses observations préliminaires issues du « diagnostic en marchant » révèlent que l'une des conditions essentielles pour que les seniors puissent utiliser pleinement l'espace public réside dans l'adaptation de celui-ci à un rythme de déplacement plus lent. Un individu éprouvant des difficultés de mobilité ne se déplacera que si son environnement est aménagé pour son rythme de marche, lui procurant un sentiment d'autonomie.

10

Comme en témoigne la citation qui ouvre cette analyse, les difficultés auxquelles sont confrontés les aînés, comme le fractionnement des trajets, la peur de chuter, proviennent certes de leurs perceptions et capacités personnelles, mais l'environnement a aussi son rôle à jouer pour se réapproprier son lieu de vie. Lorsque l'on aborde le vieillissement en tant que processus, se pose la question des conditions du « bien vieillir » : il s'agit de distinguer les aspects que l'individu peut contrôler (pensons à l'alimentation, à l'activité physique, ...) de ceux qui relèvent de la responsabilité collective, comme l'adaptation de l'espace public. Par le biais d'un aménagement urbain plus inclusif, les personnes âgées éprouvent un sentiment d'appartenance renforcé à la collectivité. Réciproquement, la société, confrontée à leur présence dans l'espace public, développe une conscience accrue de leur existence. Cette aptitude à jouer un rôle actif au sein de la communauté dans laquelle nous évoluons est intrinsèquement liée à la perception de notre utilité sociale.

Mais quel dialogue possible entre la déambulation critique telle que proposée à l'aune du projet WADA et une démarche d'éducation permanente ? Celle-ci telle que nous la pratiquons au sein d'Âgo vise également à renforcer la participation citoyenne des aînés, qui deviennent co-expert du savoir construit lors de nos tables de réflexion. En effet, les activités de terrain reposent sur une approche ascendante des savoirs selon laquelle chacun occupe une position qui le place comme étant, tout à la fois, sachants et apprenants, nourrissant ainsi la réflexion du groupe dans son ensemble. En donnant la parole à ceux et celles qui, en raison de leur âge, n'ont pas souvent l'occasion de s'exprimer sur des sujets de société – même lorsque ceux-ci les concernent –, nous souhaitons rendre possible la reconnaissance et la valorisation de leurs expériences.

OUVRONS LE DÉBAT

La réappropriation politique de l'espace public par les personnes âgées, telle qu'évoquée dans le contexte des travaux de Myriam Leleu et du projet Wallonie Amie des Aînés (WADA), montrent que les aînés peuvent jouer un rôle actif dans la co-construction de la ville. Ce processus d'appropriation de l'espace par l'arpentage de lieux habités favorise une mobilisation collective des seniors autour des enjeux et des obstacles de leur expérience du vieillissement corporel en ville. Cela nous amène à réfléchir sur la manière dont les politiques publiques et les infrastructures peuvent être repensées pour inclure davantage les aînés, non seulement en tant qu'usagers, mais aussi en tant qu'acteurs clés dans la planification urbaine. Quels autres types d'actions collectives pourraient être mis en place pour renforcer la voix des aînés dans la société et leur présence dans l'espace public ?

POUR ALLER PLUS LOIN

Retrouvez quelques-unes des publications de la sociologue Myriam Leleu :

- Masson, Olivier, Myriam Leleu, et Robert Grabczan. 2022. Wallonie Amie des Aînés (WADA) : l'appropriation, un chemin vers l'inclusion. *Gérontologie et société*, 44/ 167(1), 131-149.
- Leleu, Myriam, et Aurélie Gabriel. 2022. Braine-l'Alleud, commune amie des aînés : une action collective fondée sur le Développement du Pouvoir d'Agir. *Forum*, 166-167(2), 83-95.

11

POUR NOUS SUIVRE

<https://www.ago-asbl.be/> et également sur Facebook

POUR NOUS CONTACTER

Adresse : Rue de Livourne, 25- 1050 Bruxelles

Téléphone : 02/ 538 10 48

Courriel : info@ago-asbl.be

ANALYSE RÉDIGÉE ET MISE EN PAGE PAR

Marin Buyse et Bertrand Gevert

AVEC LE SOUTIEN DE

