

L'âgisme: une discrimination silencieuse

Delphine Roulet Schwab, psychologue, Ph.D.

Professeure HES ordinaire, co-responsable du senior-lab
Institut et Haute Ecole de la Santé La Source, Lausanne (HES-SO)

Présidente de GERONTOLOGIE CH, d'alter ego et du Centre de
compétence national Vieillesse sans violence

d.rouletschwab@ecolelasource.ch

Vieillir 2030

1^{er} octobre 2025



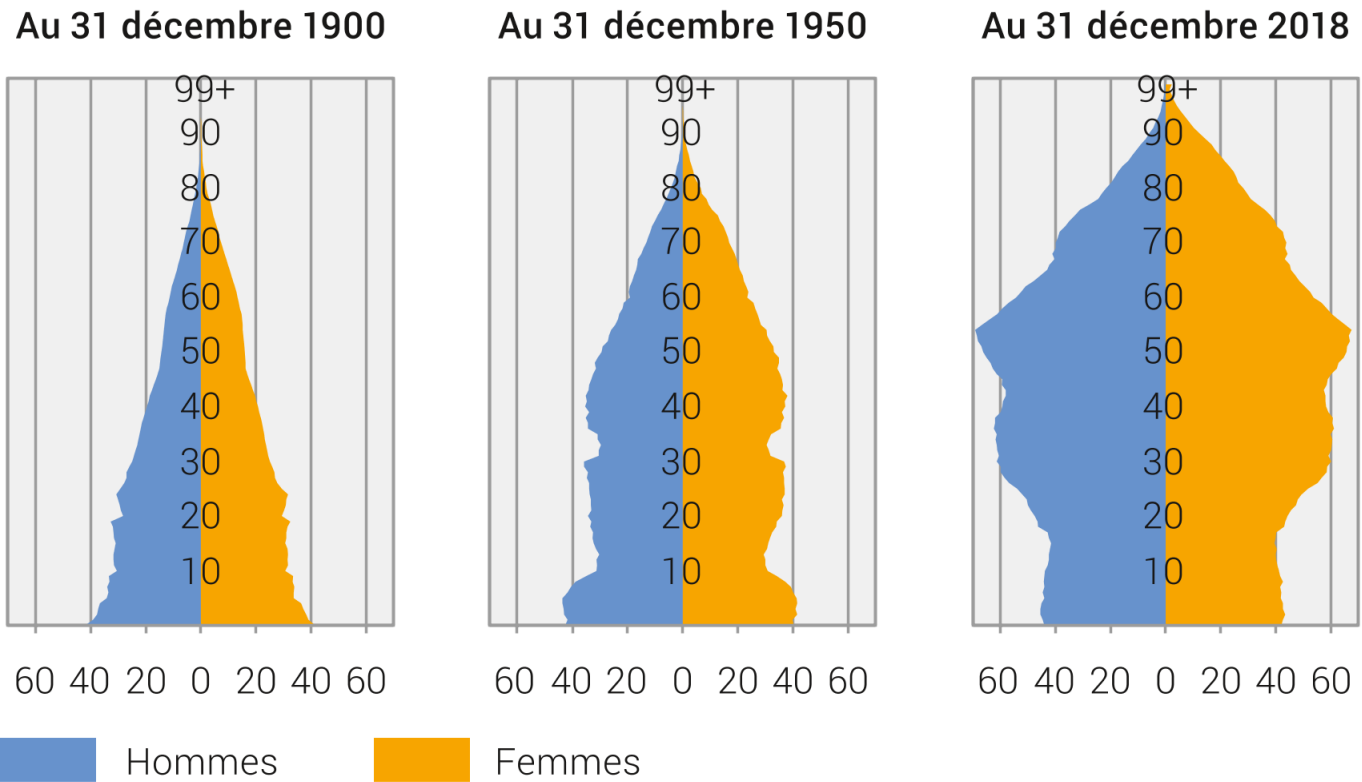
Contexte

- **En 2020, 16% de la population vaudoise avait 65 ans ou plus.** Cette part se montera à 19% en 2030 et à 21% en 2040 (scénario moyen).
- En Suisse, 19,3 % de la population a 65 ans et plus, soit une personne sur cinq. **En 2050, la part des personnes de 65 ans et plus dépassera 25% dans tous les cantons, soit une personne sur quatre.**
- **En 2023, en Suisse, l'espérance de vie à la naissance des femmes était de 85,8 ans et celles de hommes de 82,2 ans.**
- **L'espérance de vie en bonne santé se situe autour de 71 ans à la naissance pour les femmes et les hommes, et autour de 15 ans à partir de 65 ans, avec un léger avantage pour les femmes.**
- **Seulement 6% des personnes de 65 ans et plus vivent en institution, et 16% des personnes très âgées (80 ans et plus).**

Une population qui vieillit

Pyramide des âges

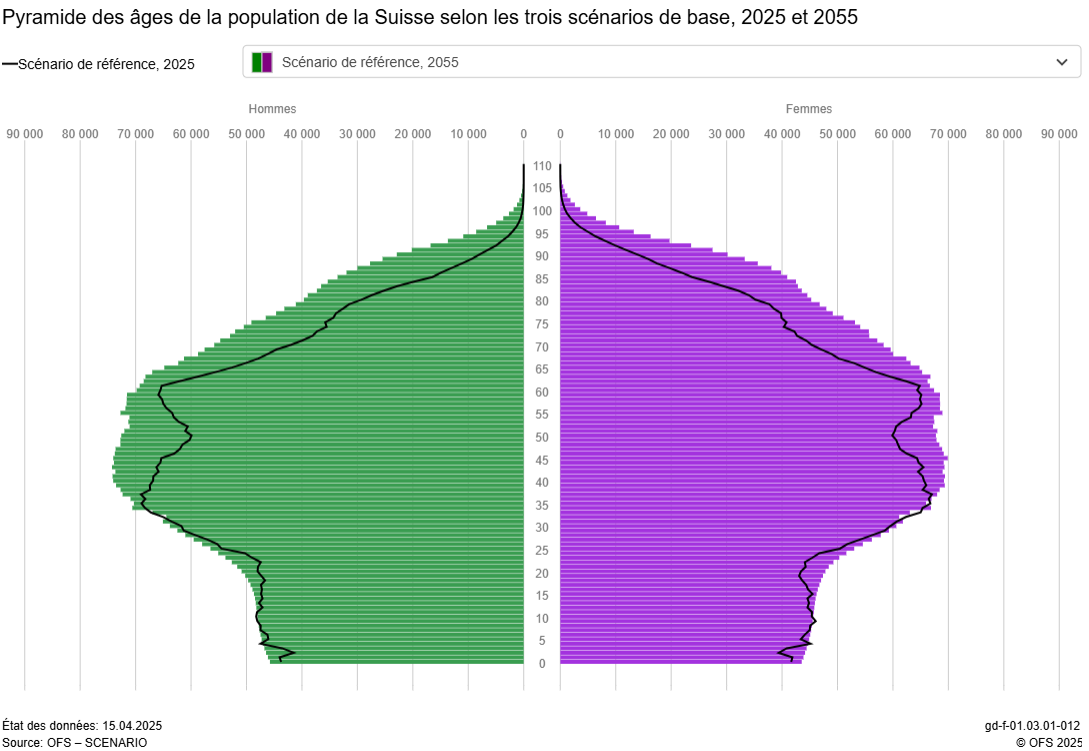
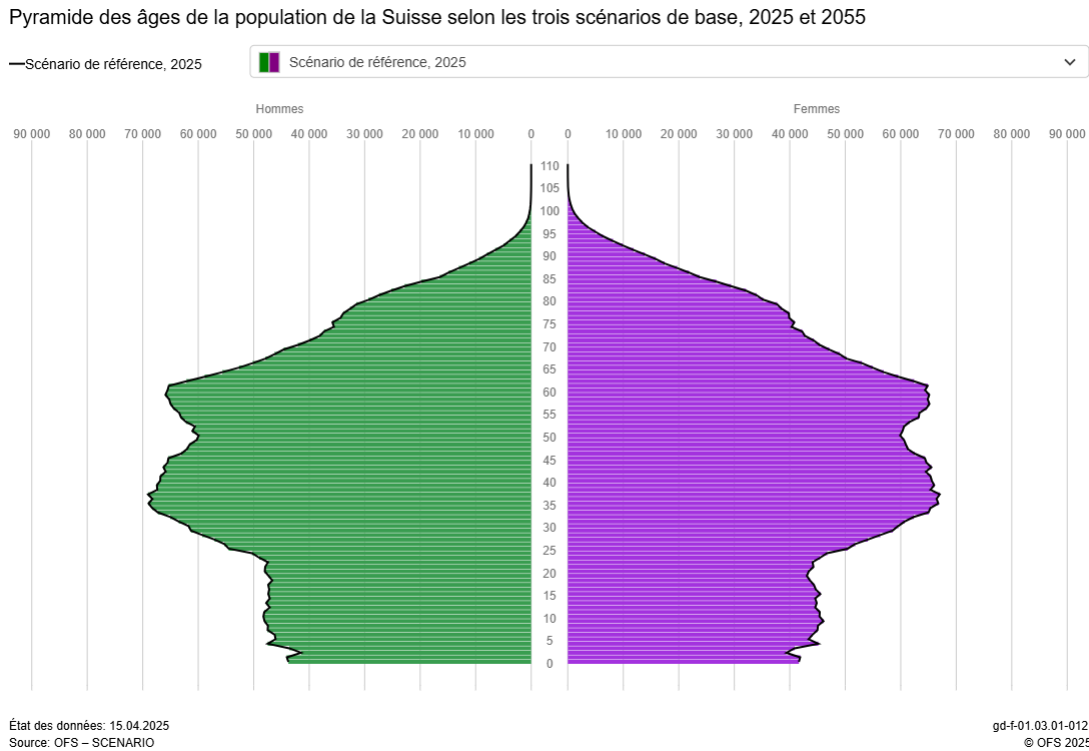
Nombre de personnes en milliers



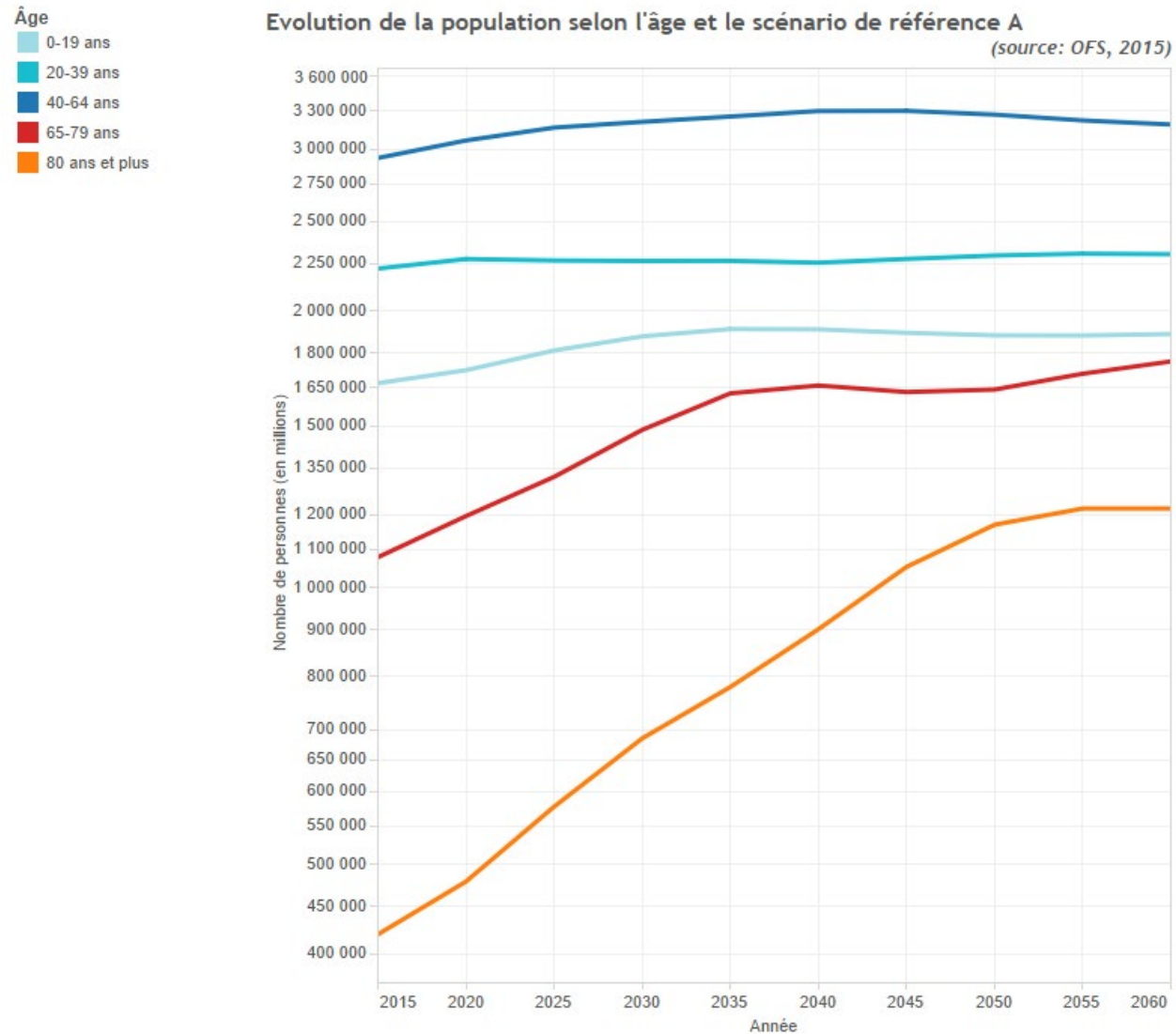
Sources: OFS – RFP, STATPOP

© OFS 2019

Une population qui vieillit



Une population qui vieillit

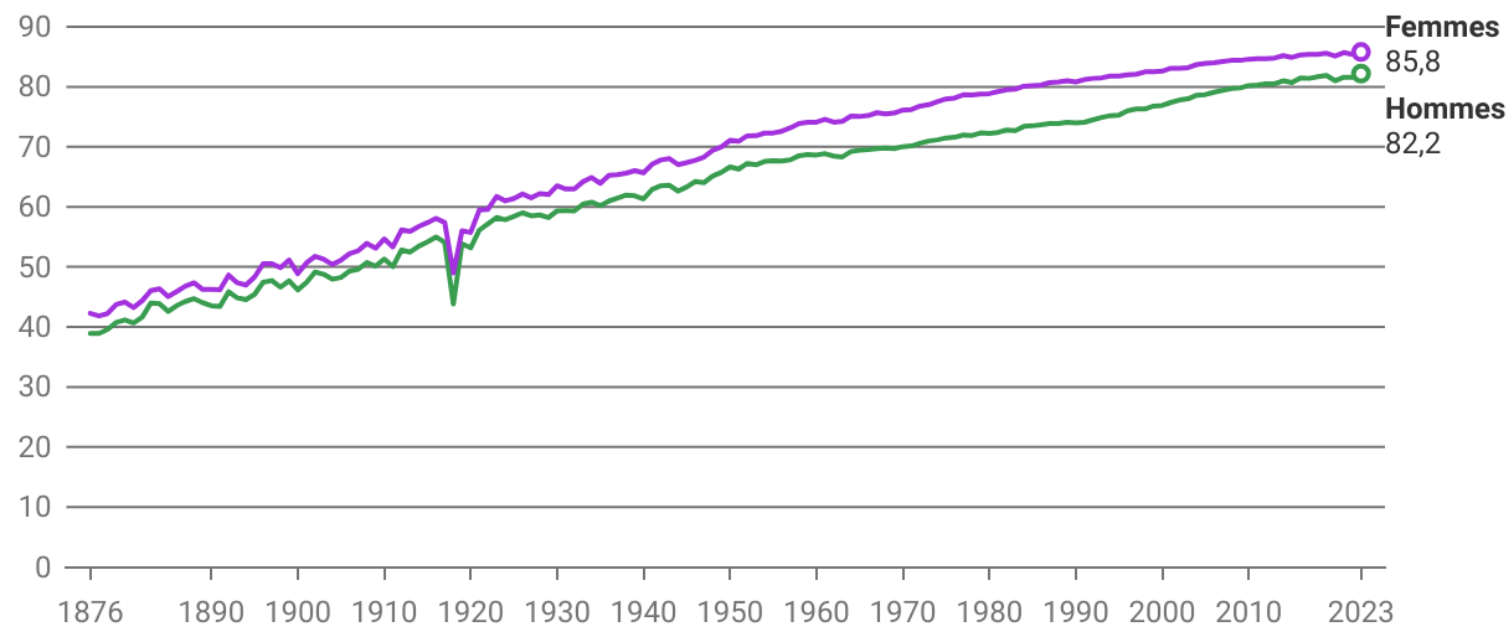


Un record d'espérance de vie

Espérance de vie à la naissance

Selon le sexe

En années



État des données: 05.06.2024

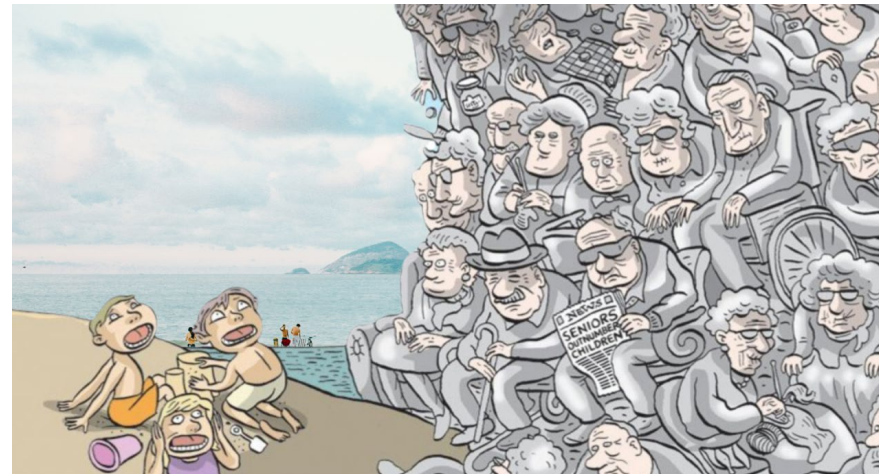
Source: OFS – BEVNAT, ESPOP, STATPOP

gr-f-01.04.02.03.08-su

© OFS 2024

Une vision négative du vieillissement

- **Beaucoup d'idées reçues sur le vieillissement** et les personnes âgées (manque de productivité, coûts, maladie, dépendance,...).
- **Catégorie sociale qui reste peu valorisée** et qui suscite peu d'identification («le vieux, c'est toujours l'autre»).
- Représentations alarmistes relayées par les médias («**tsunami gris**»).
- Rôle de la **publicité**.



Le vieillissement comme maladie à prévenir





Deux pôles de représentations stéréotypées

Les super seniors,
actifs et
indépendants.....

et entre
les deux

?

invisibilité



... les «petits vieux»,
dépendants et qui
coûtent cher

L'âgisme: c'est quoi?

- **Préjugés** (sentiments), **stéréotypes** (pensées) et **discriminations** (comportements) **fondés sur l'âge** (Butler, 1969).
- **Concerne les seniors, mais aussi les jeunes.**
- Discrimination généralement négative, mais parfois positive (p.ex. tarif AVS).
- **Structurel, interpersonnel ou auto-intégré.**
- Selon une étude européenne, discrimination plus fréquente que le racisme et le sexisme.
- **15% de la population suisse entre 15 et 88 ans** indique avoir été victime de discriminations liées à l'âge (OFS, 2024)
- **Passe souvent inaperçue, car socialement acceptée.**



dreamstime.com

ID 31262817 © Cogent

Sources: Commission européenne (2015). Discrimination au sein de l'UE en 2015. Eurobaromètre spécial 437. Bruxelles : auteur.

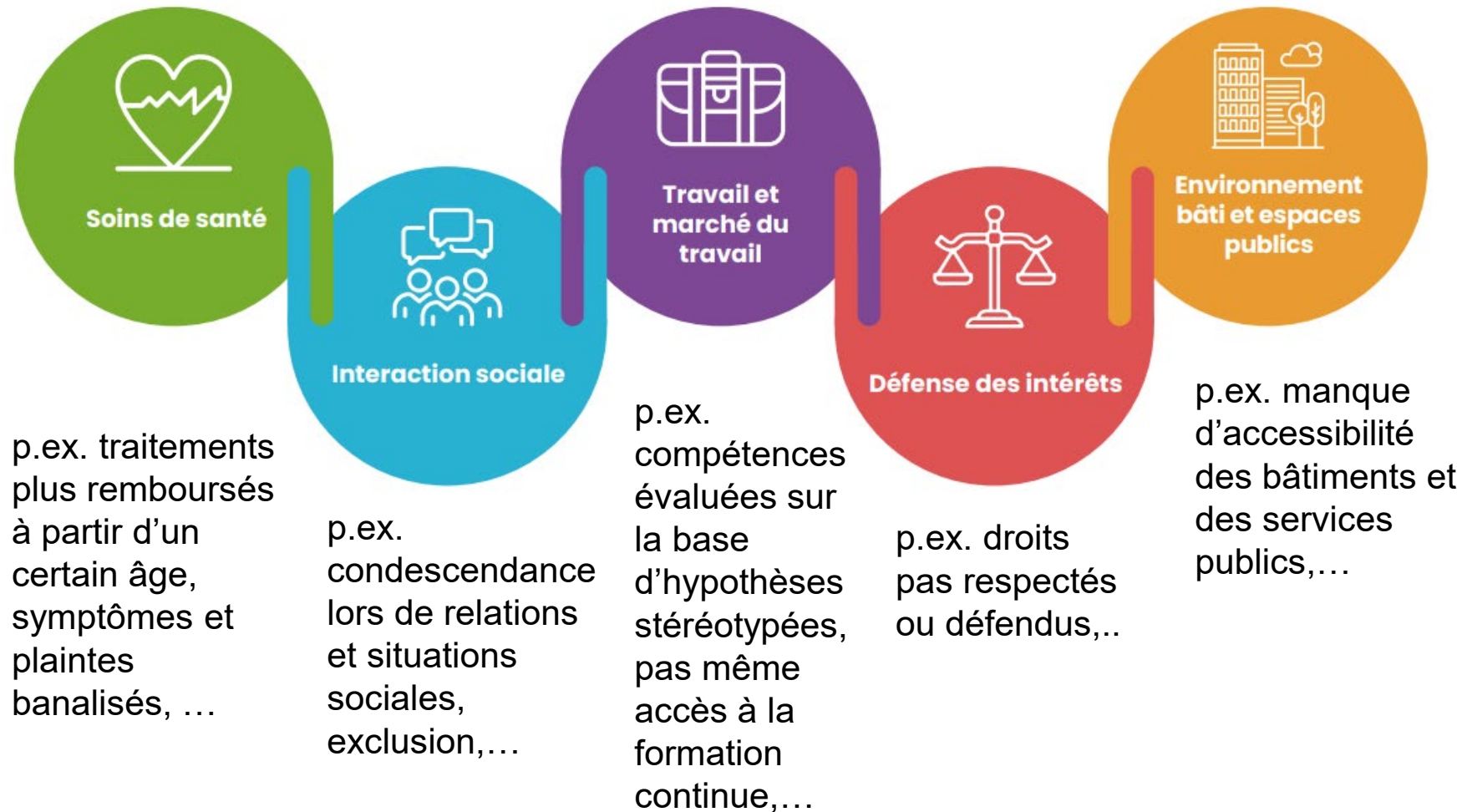
<https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2077>

Officer, A. et al. (2020). Int. J. Environ. Res. Public Health, 17, 3159; doi:10.3390/ijerph17093159

<https://www.who.int/fr/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism/>

<https://www.frb.admin.ch/dam/fr/sd-web/gxgfZyOCG1bZ/Vivre%20ensemble%20en%20Suisse%20-%20Evaluation%20globale%20des%20donn%C3%A9es%20disponibles%20pour%20la%20p%C3%A9riode%202010-2020.pdf>

Principaux domaines où l'âgisme se manifeste



Conséquences de l'âgisme sur la santé et la société

- L'âgisme a des **conséquences importantes sur la santé** mentale et physique et le bien-être global des seniors:
 - **moins bonne santé physique et mentale, notamment dépression** (6,3 millions de cas dans le monde seraient dus à l'âgisme)
 - **plus grand isolement social et solitude accrue**
 - **insécurité financière et baisse de la qualité de vie**
 - **risque de décès prématuré**
 - **moindre satisfaction des soins** chez les patient.e.s âgé.e.s
- Coût chiffré à **plusieurs milliards de dollars par année** aux Etats-Unis.

Comment se portent les personnes âgées en Suisse ?

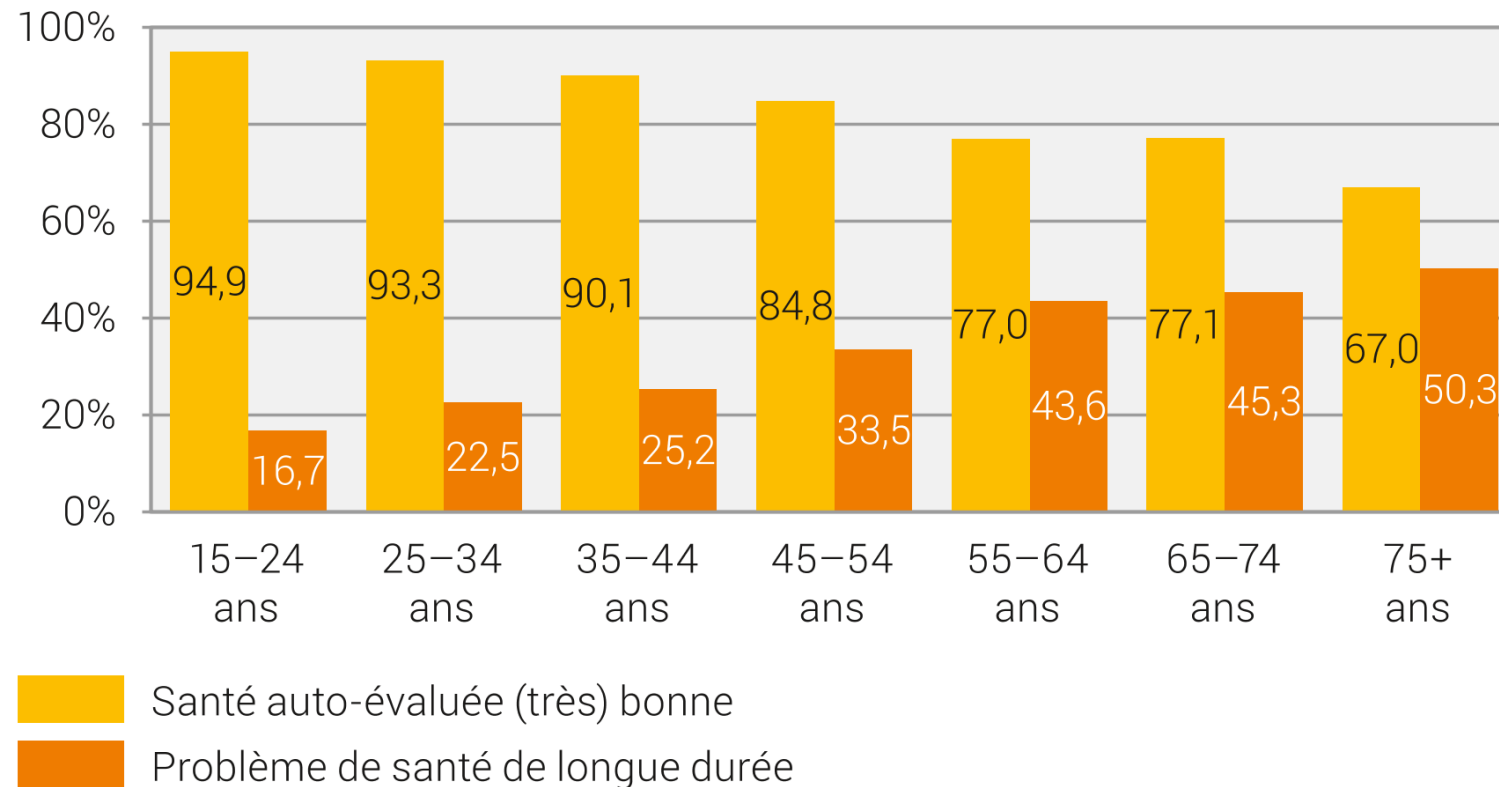
Faits et chiffres

Santé fonctionnelle	65–79 ans	≥ 80 ans
Personnes de 65 ans et plus vivant dans un établissement médico-social ¹ (2018)	17 129	68 022
Taux d'hébergement dans un établissement médico-social, en % ¹ (2018)	1,5	15,3
Difficulté importante ou incapacité à faire des petits travaux ménagers en % ² (2017)	1,9	6,3
Difficulté importante ou incapacité à prendre un bain ou une douche, en % ² (2017)	1,8	5,3
Incapacité à se déplacer, ou que quelques pas, en % ² (2017)	1,5	7,9
Au moins une chute, sur une année, en % ² (2017)	23,5	33,1

¹ Au 31.12; ² Personnes vivant en ménage privé

Santé auto-évaluée et problème de santé de longue durée, en 2017

Population de 15 ans et plus vivant en ménage privé

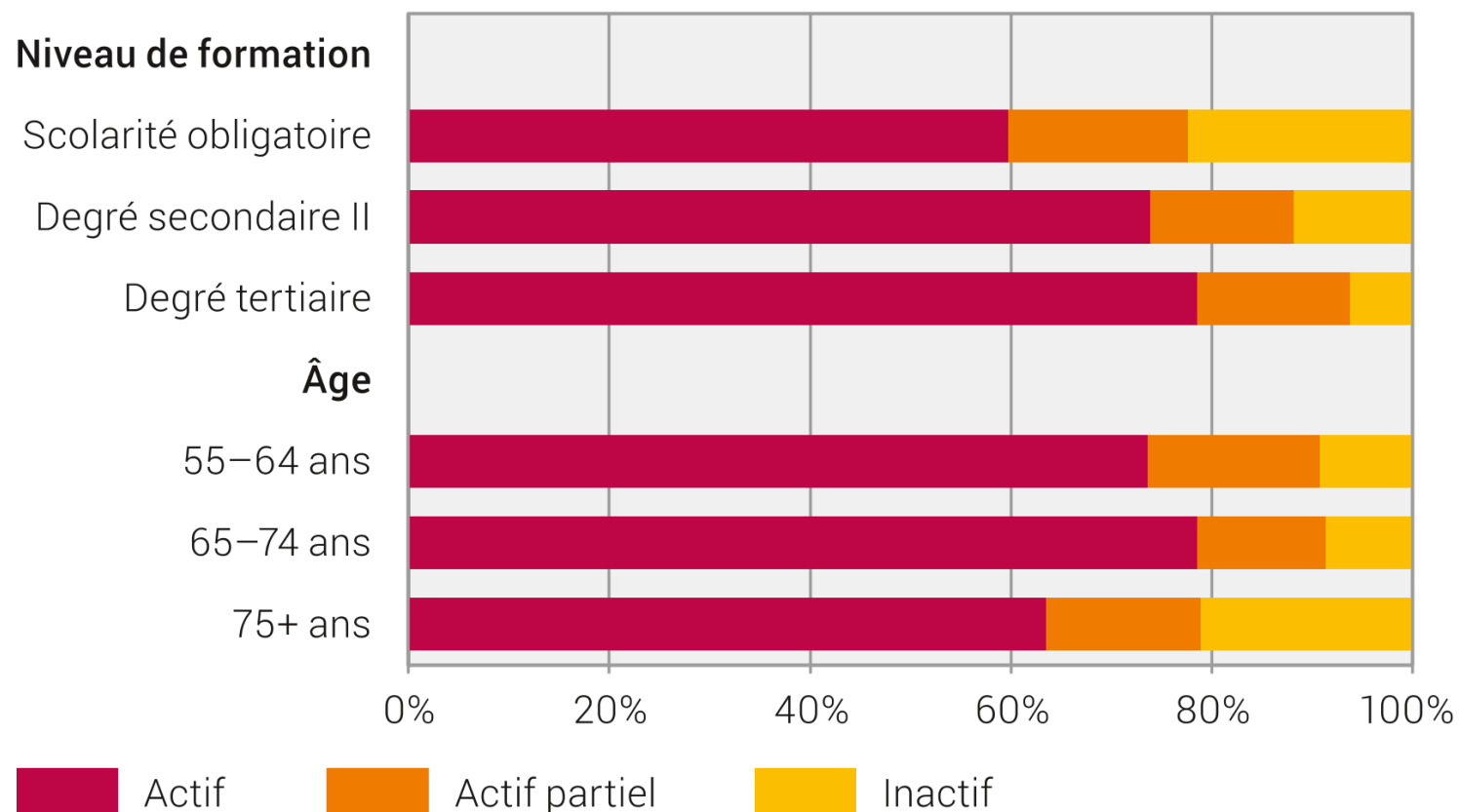


Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2018

Activité physique, en 2017

Population de 55 ans et plus vivant en ménage privé



Source: OFS – Enquête suisse sur la santé (ESS)

© OFS 2019

Une population très active

A l'encontre des stéréotypes, les seniors représentent une population très active et impliquée dans la société.



76.6% des 65 à 74 ans pratiquent régulièrement une activité physique



42.3% des 65+ ans s'engagent dans le bénévolat



75.2% des 65 à 74 ans utilisent internet plusieurs fois par semaine



77% des Suisses de 65+ ans participent fréquemment aux votations fédérales



63% des 60 à 74 ans rencontrent régulièrement leurs amis



32% des 65 à 75 ans ont suivi une formation continue durant l'année

Vers une vision plus nuancée...

- De nos jours, en Suisse, **les gens vivent longtemps et plutôt bien**, malgré des risques de fragilisation au niveau de la santé.
- **La plupart des personnes âgées sont actives** (p.ex. garde des petits-enfants, bénévolat, etc.) et contribuent largement à l'économie (p.ex. loisirs, voyages, soins, etc.).
- **Les différences interindividuelles s'accroissent sous l'effet des parcours de vie** (hétérogénéité de la population âgée).
- **Ce qu'on appelle la vieillesse recouvre plusieurs générations**, avec des expériences de vie, des normes, des valeurs différentes («génération silencieuse» vs baby-boomers).
- **L'âge chronologique ne donne qu'une indication partielle** de la réalité, des besoins, des préoccupations et des aspirations des seniors (cf. pandémie de COVID-19).

... et une approche globale du vieillissement



Nécessité d'un changement de perspective

- Sortir d'une approche déficitaire du vieillissement !
- Développer une approche globale et transversale
- = prendre en compte **l'ensemble des dimensions** qui contribuent à la qualité de vie :
 - biomédicale
 - sociale
 - psychologique
 - spirituelle
 - culturelle
 - environnementale



Décennie pour le vieillissement en bonne santé

2021-2030

- Levier transversal pour intégrer la question du vieillissement dans toutes les politiques publiques et favoriser la participation active des personnes âgées à la société.
- **Vieillissement ≠ déclin**, mais potentiel à préserver.
- En bonne santé ≠ absence de maladies, mais **qualité de vie fonctionnelle** (pouvoir continuer à être et à faire ce qui est important pour la personne).
- **Responsabilité sociétale.**

Decade of Healthy Ageing 2020-2030

Décennie pour le vieillissement en bonne santé 2020-2030

Le présent document décrit le plan de la *Décennie pour le vieillissement en bonne santé 2020-2030*, qui consistera en une collaboration concertée, soutenue et aux effets catalyseurs sur une période de 10 ans. Les personnes âgées elles-mêmes seront au centre de ce plan, autour duquel se réuniront les gouvernements, la société civile, les organismes internationaux, les professionnels, les milieux universitaires, les médias et le secteur privé en vue d'améliorer la vie des personnes âgées, de leurs familles et des communautés dans lesquelles elles vivent. Il s'agit du deuxième plan d'action de la Stratégie mondiale de l'OMS sur le vieillissement et la santé, qui s'appuie sur le Plan d'action international de Madrid sur le vieillissement (1) et s'aligne sur le calendrier du Programme de développement durable à l'horizon 2030 (2) et les objectifs de développement durable des Nations Unies.

1. Nécessité d'une action concertée et durable

1.1 Une vie plus longue

L'allongement de l'espérance de vie est l'une de nos plus grandes réussites qui reflète les progrès réalisés en matière de développement social et économique ainsi que dans le domaine de la santé, en particulier en ce qui concerne les maladies mortelles de l'enfant, la mortalité maternelle et, plus récemment, la mortalité des personnes âgées. Une vie plus longue est un don incroyablement précieux qui permet de repenser non seulement ce qu'est la vieillesse mais aussi la façon dont nous menons nos vies.

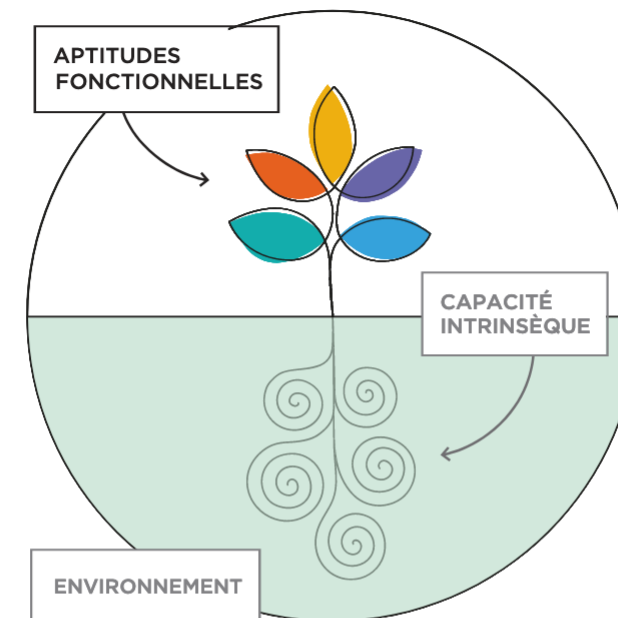
Aujourd'hui, la plupart des gens peuvent espérer vivre jusqu'à 60 ans et plus. Une personne âgée de 60 ans au début de la *Décennie pour le vieillissement en bonne santé* peut espérer vivre, en moyenne, 22 ans de plus. Il existe cependant de grandes disparités en matière de longévité selon le groupe social et économique auquel on appartient. Dans les pays de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE), par exemple, un homme de 25 ans ayant fait des études universitaires peut espérer vivre 7,5 ans de plus qu'une personne du même âge ayant fait moins d'études ; pour une femme, le gain est de 4,6 années (3). La différence est plus marquée dans les économies émergentes.

Le nombre et la proportion de personnes âgées de 60 ans et plus dans la population augmente. L'Encadré 1 montre que cette tendance se manifeste à un rythme sans précédent et qu'elle va s'accroître dans les décennies à venir, en particulier dans les pays en développement. Le vieillissement de la population continuera d'affecter tous les aspects de la société, notamment le marché du travail, les marchés financiers, la demande de biens et de services (éducation, logement, santé, soins au long cours, protection sociale, transports, information et communication, par exemple) ainsi que les structures familiales et les liens intergénérationnels.

Un des 4 champs d'action de la Décennie de l'OMS

La Décennie articule ses actions autour de **quatre axes principaux** :

1. **Changer la perception sociale de l'âge et du vieillissement**, ce que ces sujets nous inspirent et la façon dont nous nous comportons par rapport à eux = **lutter contre l'âgisme**.
2. **Adapter les environnements** pour renforcer les capacités des personnes âgées.
3. **Développer des soins de santé intégrés et centrés sur la personne**, qui répondent aux besoins des personnes âgées.
4. **Garantir l'accès aux soins de longue durée** pour celles et ceux qui en ont besoin.



**DÉCENNIE POUR
LE VIEILLISSEMENT
EN BONNE SANTÉ**
RAPPORT DE BASE
RÉSUMÉ



Axes de prévention

**L'ÂGISME
PEUT ÊTRE COMBATTU**



**POLITIQUE
ET LOIS**

Elles peuvent protéger
les droits humains
et lutter contre la
discrimination et les
inégalités liées à l'âge



**ACTIVITÉS
ÉDUCATIVES**

Elles peuvent
faire passer des
connaissances et
des savoir-faire et
renforcer l'empathie

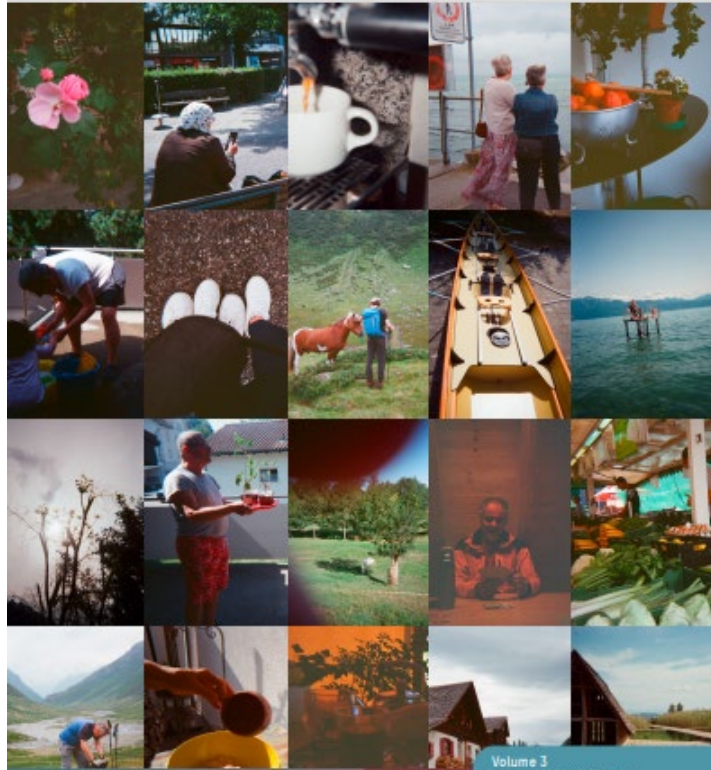


**INTERVENTIONS
INTERGÉNÉRATIONNELLES**

Elles peuvent
permettre à des
personnes de
générations différentes
de nouer des liens

#AWorld4AllAges

**CAMPAGNE
MONDIALE
CONTRE
L'ÂGISME**



**Volume 3
Images de la vieillesse**

BASES ET EXEMPLES PRATIQUES

**Viellir en bonne santé – Promotion de la santé
des personnes âgées en Suisse**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Departement fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la santé publique OFSP

C
GDK
S Konferenz der kantonalen Gesundheits-
direktinnen und -direktoren
Conférence des directrices et directeurs
cantonaux de la santé
Conferenza delle direttrici e dei direttori
cantionali della sanità

Gesundheitsförderung Schweiz
Promouvoir la Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

#AWorld4AllAges

Conclusions



- **L'âgisme nous concerne toutes et tous, quelque soit notre âge.**
- Pour prévenir et combattre l'âgisme, il importe de **sortir d'une vision déficitaire du vieillissement** et de **se baser sur des données et des faits.**
- La prévention doit non seulement cibler les individus, mais **aussi agir sur les environnements physiques, sociaux, culturels et politiques.**



Merci de votre attention.



La Source.
Institut et Haute
Ecole de la Santé

Hes-so
Haute Ecole Spécialisée
de Suisse occidentale