Journée d'études des Ainés Engagés le 21 novembre 2025 à Namur (Bourse)

Le bonheur affectif des ainés dans une société inclusive

Cette journée, organisée par Geneviève Lazaron , députée wallonne , et André Bosly, président des ainés engagés, avait pour thème : Le Bonheur affectif des ainés dans une société inclusive, où nous avons analysé les perturbateurs du bien-être.

La Professeure Marie de Saint-Hubert, gériatre au CHU-UCL Namur présente le vieillissement accéléré où la fragilité et l'incapacité surviennent plus précocement par comparaison au vieillissement normal. La fragilité est trop souvent définie dans ses dimensions cliniques, de santé publique et sociétale en plaçant la maladie au centre. La gériatre propose un changement de paradigme : la santé est résilience et capacité de faire face au déclin tant physique que mental et sociétal. L'OMS a nommé la prochaine décade celle du vieillissement en bonne santé. Elle conclut en ces termes : »Au large de la fragilité…à une conception intégrée et positive de la santé. Choisir ce qui compte vraiment… Engagez-vous. »

Le professeur Jean-Michel Longneaux philosophe à L'UNamur montre qu'aujourd'hui la société n'est pas inclusive pour les ainés : l'enfant est une promesse, l'adulte est productif et reproductif, l'ainé est un problème. Le transhumanisme propose de ne pas vieillir et peut-être de ne pas mourir. Devant cette situation 3 attitudes se présentent : donner le change le plus longtemps possible, vivre replié dans l'entre-soi ou interroger les discours et changer le modèle. L'ainé est un acteur positif de la société y compris au niveau économique.

Après ces introductions inspirantes, **le premier atelier concerne la solitude et l'isolement** présentés par **Dominique Langhendries et Virginie Leblois** de « Respect Senior » (agence wallonne de lutte contre la maltraitance des ainés) Les 4 missions sont : l'assistance aux ainés 0800 30 330, établir et échanger des informations de bonnes pratiques, informer, former à la prévention. Les ainés sont avant tout des adultes capables d'agir de manière autonome et de s'épanouir en créant des liens. Le bonheur croit avec l'âge (9/10) le % de dépression est de 11% ces données sont plus favorables que celles des jeunes. Le problème principal est la solitude et l'isolement qui mobilisent l'action de Respect seniors.

Le deuxième atelier concerne la vie sexuelle des ainés. Le **docteur Thomas Dubois** (psychiatre et sexologue CHU-UCL Namur) rappelle que le cœur a ses raisons que le temps

n'emporte pas. La sexualité ne s'éteint pas avec l'âge mais elle se transforme et se réinvente. Certaines personnes âgées peuvent être plus actives sexuellement que certains jeunes. Les facteurs psychosociaux et environnementaux pèsent souvent plus sur la vie sexuelle et affective que les seules limitations physiques. Le désir n'est pas uniquement spontané (« envie qui vient toute seule »), il peut être réceptif (envie qui naît dans un climat de tendresse et de sécurité, au cours du moment partagé). Il est important de respecter et d'aborder l'intimité tant en consultation médicale qu'en institution.
Le **docteur Pierre Hanotier** (gériatre HUB Erasme) après avoir présenté quelques situations cliniques rappelle que les octogénaires actuels sont ceux qui ont vécu la libération sexuelle de la fin des années 60. La sexualité des aînés est fragile, tant pour des raisons physiologiques que psychologiques. Il propose quelques trucs et astuces pour pimenter et resourcer sa sexualité. Le désir de nos seniors pour une sexualité aboutie et sous toutes ses formes ne s'éteint pas avec les années. Les seniors sont d'aborder le sujet de la sexualité avec leurs thérapeutes. La sexualité est un des facteurs du vieillissement réussi ; Nous devons introduire plus régulièrement la santé sexuelle dans nos anamnèses et la prendre en charge. Considérer la personne âgée comme un être asexué est une manifestation d'âgisme contre laquelle nous devons lutter.

Clotilde Leal Lopez (secrétaire politique des ainés engagés et présidente du CPAS de Sambreville) présente son action et la nécessité de prendre en compte la sexualité des résidents en maison de repos. Aborder ce sujet entre la direction, le personnel et les résidents permet de proposer des solutions d'intimité tels des espaces privatifs (« love rooms »).

Le troisième chantier est celui des lieux de vie. Megane Vander Elst est coordinatrice chez Senoah (ex Infor Homes Wallonie) Il s'agit d'un observatoire des lieux de vie, comme centre de référence il sensibilise, fait des formations et a un réseau de bénévoles. Il collabore avec Respect Senior. C'est aussi un service gratuit qui accompagne les seniors en matière d'habitat. Parmi les outils offerts notons : choisir mon lieu de vie en fonction de mes envies et besoins, envisager aujourd'hui son chez soi pour demain. Senoah assure une permanence sociale et une permanence juridique.
Didier Dubois est responsable de la SPAF : service provincial d'aide aux familles (Aides familiales, aides ménagères sociales). ACADAL développe des gardes à domicile pour maladie d'Alzheimer, et agit sur le plan individuel, le plan collectif (famille, proche aidant) plan préventif et plan curatif. Des habitats groupés sont présentés le petit nid d'Houyet, »l'Eminent logis et un nouveau projet en construction à Anhée au cœur du village pour personnes à mobilité réduite.

Le quatrième chantier est celui de la fracture numérique et des moyens d'y répondre
Jean Mernier (secrétaire des ainés engagés pour le numérique)
La fracture pour l'équipement diminue (seuls 4% des wallons n'ont aucun terminal, et 25% n'ont qu'un smartphone) mais il persiste une fracture importante des capacités (59%)
Pour diminuer cette fracture 4 niveaux d'aide sont nécessaires : assistance individuelle, formation de base, perfectionnement et support technique. De plus l'IA (intelligence artificielle est un nouveau facteur d'insécurité, il offre de nouvelles possibilités. Lutter contre la fracture numérique est d'abord une responsabilité communale. L'outil EPN existe mais plus

de 100 communes ne l'ont pas déployé. La fracture numérique n'est pas une fatalité :on peut apprendre à tout âge et le numérique peut devenir un outil d'autonomie et de lien social Toutefois il faut maintenir une alternative non numérique, c'est le sens du projet de loi approuvé par le conseil des ministres.
Ce projet est porté par la ministre **Vanessa Matz q**ui a clôturé cette journée. Elle a apporté un éclairage précieux sur les enjeux de sécurité, de fracture numérique et d'accompagnement des ainés, et a parfaitement complété les réflexions menées au cours de la journée.

André Bosly et Geneviève Lazaron