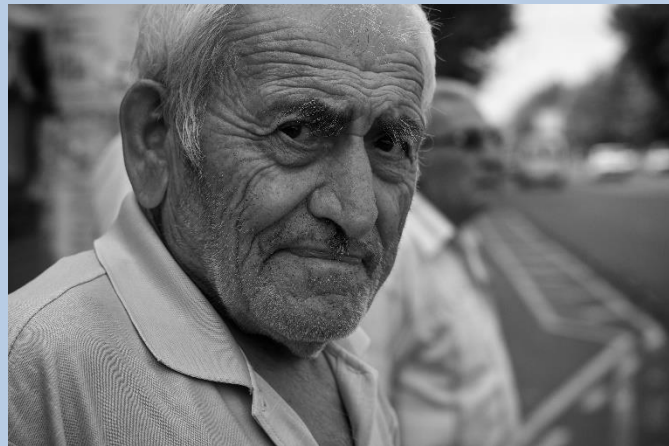




Thierry Lebruman *Psychanalyste*

Tél. 06.62.11.21.61. mail : lebruman.thierry@gmail.com



Les vieux

Réalités et perspectives

Beaucoup d'ouvrages, d'articles, d'émissions radiophoniques, télévisuelles et de films cinématographiques nous enseignent comment « bien vieillir » et respecter une hygiène de vie favorisant la longévité.

Au-delà des changements biologiques, le vieillissement est aussi associé à de nouvelles réalités :

- cessation de l'activité professionnelle ;
- espacements des liens familiaux (vie personnelle, éloignements professionnels...)
- désocialisation ;
- pertes de proches et/ou d'amis ;
- changements d'environnements ;
- diminution des activités physiques (déplacements professionnels, marches de détente...)

Pour autant, lorsqu'une hygiène de vie est respectée (régime alimentaire : fruits, légumes, moins de viande, peu d'alcool, pas d'autres toxiques...) sans excès, peu d'activités nous sont impossibles ou déconseillées, à commencer par la socialisation qui ponctue nos journées : approvisionnements du quotidien, petites promenades favorisant les rencontres de voisinages, échanges de bonnes adresses, de produits et/ou d'activités, autant d'informations nécessaires à une participation active à la vie.

De même, il est essentiel de continuer de prendre soin de son apparence -hygiène, vêtements, coiffure...-, de rester à l'écoute de tout et Tous et peut-être enfin réaliser ce qui à toujours été différé et/ou inimaginable -pratiquer un instrument, chanter, faire du théâtre, peindre, apprendre une langue, suivre des cours, voyager à pied, marcher, randonner, visiter d'autres pays...- bref, rechercher un nouvel équilibre de vie, une certaine harmonie, de la sérénité, des bonheurs, en accord avec nos possibilités, nos goûts, nos aspirations et nos rêves...



Thierry Lebruman *Psychanalyste*

Tél. 06.62.11.21.61. mail : lebruman.thierry@gmail.com

Cela dit, nous constatons trop souvent que la vieillesse est une construction sociale qui répond davantage à des injonctions sociétales et médiatiques qu'à une véritable réflexion autour d'une éthique de la dignité par delà les réalités de dépendances, de maladies et « d'inutilité économique » même si elle participe substantiellement à un marché très lucratif, d'abord de l'anti-âge qui promeut à tout crin le jeunisme -tous les soins esthétiques, les pratiques revitalisantes et autres promesses d'immortalité...- qui séduisent dès avant la maturité puis la vieillesse et bien sûr l'énorme marché des « résidences d'accueil » des personnes de plus en plus dépendantes (au risque des scandales de maltraitances réguliers inhérents à la marchandisation du soin...(ORPEA désormais re-nommé Emeis -nous en grec ancien- dont la caisse des dépôts c'est-à-dire l'État est désormais un actionnaire (~24%) important (ce qui n'empêche pas certaines dérives ponctuelles...)).

Deux textes parmi tant

De sylvia Bryant, une pièce de théâtre Bienvenue au Bel Automne, récemment mise en scène à Theix par Armelle Guinoiseau et Catherine Thomas (vie dans un ehpad)

Sur la mort et la fin de vie, Ito Igawa, Le goûter du Lion