

Le vieillissement de la société : un défi pour la vie collective locale

Le vieillissement actuel de la population des pays occidentaux est un phénomène inédit dans l'histoire de l'humanité¹. Ce qui pose de nombreuses questions aux collectivités locales. Les seniors sont-ils des usagers comme les autres, juste un peu plus âgés ? Aiment-ils réellement se retrouver entre eux ? Quels rapports entretiennent-ils avec les TIC ? avec la e-administration ? Souhaitent-ils continuer à travailler ? Quel immobilier leur convient le mieux ? Que signifie « communiquer senior » ? Le papy-boom sera-t-il un boulet pour la collectivité ou un facteur de dynamisation ? En France, la longévité qui s'est accrue de 15 ans depuis le milieu du siècle dernier s'accompagne, depuis les années 1970, d'une baisse du taux de natalité : ainsi la proportion des jeunes s'effondre. Avec l'allongement de l'espérance de vie, les arrières grands-parents sont de plus en plus nombreux : quatre générations, voire cinq cohabitent. Dans les dix prochaines années, les baby-boomers, nés dans l'immédiat après guerre, vont venir gonfler les rangs des retraités. Une génération pivot apparaît — celle des grands-parents — qui doit simultanément être un soutien pour la génération qui précède et pour ses propres enfants, sans en avoir toujours les moyens financiers. Que l'allongement de la vie sans incapacité soit considéré comme un bienfait, ou pas, il nous faut nous en accommoder. Autrefois, le BAS (bureau d'aide sociale) et la maison de retraite permettaient de répondre à la demande sociale. Aujourd'hui, cela ne suffit plus : les profils des seniors sont multiples, leurs besoins sont fortement diversifiés. La génération née après 1945 change notre vision de la retraite. Ces seniors, qui se sentent plus jeunes que leurs artères, aspirent à une retraite active. Ils veulent rester dans le coup, souhaitent s'impliquer dans la vie de la cité, aider les autres, les faire profiter de leurs connaissances et de leurs savoir-faire. Le nouveau retraité, ce senior qui n'est ni un « vieux » ni un « ancien », interpelle les collectivités locales.

Retraite et vieillesse ne sont aujourd'hui déjà plus synonymes. La notion de vieillesse sous-entend perte d'autonomie et catégorie sociale à problèmes. Nous nous intéresserons ici au monde des « retraités », des « aînés » ou, moins connoté, des *seniors*, sans empiéter sur le domaine des gérontologues et des professionnels de la santé. Ce « monde », dont la partie la plus dynamique est la plus jeune, recouvre une population composite et une forte disparité économique et sociale, notamment entre hommes et femmes. À 70 ans, on peut être de santé fragile et résider en maison de retraite ou bien candidat à la présidence d'un grand pays, comme J. McCain aux USA en 2008.

Un senior, trois tranches de vie

Qui a-t-il en effet de commun entre un sexagénaire, cadre dirigeant d'une grande entreprise, souffrant d'hypertension artérielle, et un homme de 91 ans, ex-agriculteur, fils de paysan, perclus de rhumatismes, si ce n'est qu'ils sont tous deux séniors ?

Le Grand âge. Les seniors commencent à ressembler aux portraits stéréotypés des « vieux » seulement lorsqu'ils arrivent au *Grand âge*. L'état de santé est alors déterminant dans les activités pratiquées : le *Grand âge* encore plein d'énergie se distingue de la dépendance et les situations intermédiaires sont nombreuses. De nos

jours, la dépendance se concentre sur les toutes dernières années de la vie, cette période est notablement plus courte qu'il y a 30 ou 40 ans. Ainsi, avant d'atteindre le *Grand âge*, celui qui voit l'autonomie et les capacités physiques grandement diminuer, le retraité traverse plusieurs tranches de vie en assez bonne santé.

Les Retraités confirmés, principalement des septuagénaires, ont profité de l'expansion économique des Trente Glorieuses et de l'époque des préretraites, ils ont bénéficié de la contraception et de la banalisation du divorce. Ils sont encore en forme pour voyager mais le font moins longtemps ou moins souvent qu'autrefois. Ils accueillent leurs petits enfants dans leur résidence secondaire ou les emmènent en vacances en hébergement marchand. Ils sont encore très actifs (certains continuent à pratiquer une activité professionnelle) même si les premiers symptômes du déclin de la santé limitent leurs pratiques. Ils ont parfois besoin d'auxiliaires de vie. Les « fragiles », ceux qui ont des difficultés à accomplir certains actes de la vie courante, sont déjà nombreux. Les *Retraités confirmés* sont ancrés dans leur situation de retraité et le projet de vie qui l'accompagne.

Les Jeunes seniors ont pour marqueurs culturels Woodstock et Mai 68. Cette génération de l'après guerre a connu les multiples transformations de la société fran-

par
SYLVIE LIDGI,
chercheur associée
au Lab'urba et directrice
de *corrélation*,
(www.correlation-conseil.com)
est co-auteur
du « Carnet de route
des seniors »
Odit-France, mars 2009.

çaise et la forte croissance des classes moyennes des années 1960 aux années 1980 (pilule contraceptive, tertiarisation de l'économie, multiplication des emplois intermédiaires, démocratisation de l'enseignement supérieur). Ils ont été impliqués dans les débuts de la mondialisation et la révolution électronique. Les *Jeunes seniors* qui arrivent progressivement à l'âge de la retraite ont pour la plupart des revenus supérieurs à ceux de la génération précédente. Néanmoins, l'avenir du financement des retraites et leurs ressources pécuniaires futures les inquiètent. C'est d'ailleurs l'une des raisons qui les poussent à continuer à avoir une activité rémunérée une fois à la retraite. Ce sont des consommateurs qui achètent l'émotion de façon rationalisée et n'ont pas peur de l'innovation. Ils sont soucieux de leur santé physique. Ce sont de jeunes grands-parents dynamiques et capables d'adaptation. Après le « jouer sans entrave » de mai 68, vient le temps de l'épanouissement. Chacun limitera ses envies selon ses revenus, sa forme physique limitera son aptitude à réaliser ses envies : l'accomplissement des rêves d'hier avec les atouts d'aujourd'hui. Intellectuellement et physiquement, ils ont encore beaucoup d'énergie même s'ils se fatiguent plus rapidement qu'autrefois. Ils assument des rôles multiples : salarié en fin de carrière, *super mamie*, bénévole humanitaire, grand voyageur. Ils aspirent à une retraite active : une deuxième carrière, moins prenante que la première, des activités de loisir régulières, l'entretien de leur forme physique, des voyages et du temps libre passé avec leurs petits-enfants.

Bien vieillir ne s'improvise pas

Le passage à la retraite bouscule les rythmes sociaux, une organisation nouvelle du temps libéré devient nécessaire. L'âge de la retraite, fait d'une succession de bouleversements, est aussi l'occasion d'élaborer de nouveaux projets. La solitude, principale cause d'inadaptation à la retraite, guette. La diminution des revenus, brutale ou relative, ne facilite pas l'aménagement d'une nouvelle vie. On entend souvent dire « Ils ont le temps, ils n'ont rien à faire » ou encore « Ils sont en vacances toute l'année ». Certes la cessation de l'activité de professionnelle réduit les contraintes et libère du temps. Mais, pour donner du sens à sa vie, pour ne pas s'enliser dans le repli sur soi et l'isolement social, le senior voudra se sentir utile à la société. Pour cela, il est impératif de pratiquer des activités variées, ce qui crée de

nouvelles contraintes temporelles. Ce faisant, retraite et vacances se différencient nettement : la retraite n'est pas synonyme de *farniente* mais de disponibilité pour de nouvelles activités. Comment compenser la perte des relations de travail ? Comment mettre à profit la disparition des contraintes temporelles ? Comment gérer la

baisse parfois substantielle des revenus ? Quel projet de vie construire ? La retraite est une nouvelle période de la vie qui se prépare. Plusieurs stratégies sont possibles, certaines peuvent être mises en place dès avant 65 ans. Une retraite épanouie est marquée par des aspirations d'activités et de relationnel : activités de loisirs ou à caractère ludique, activités à caractère social ou de participation à la vie de la cité (Conseils de quartier), activités d'ordre familial (petits-enfants) et, chez certains, retour ou maintien d'une activité professionnelle. Engagement envers des personnes ou des causes sociales (régie de quartier), hobbies (recherches généalogiques), nouveaux apprentissages (Université Tous Âges de Lyon) et activités sportives sont des voies possibles. Si certains sont plutôt manuels (bricolage, jardinage), d'autres sont plus attirés par des occupations artistiques et intellectuelles (peinture, musique, informatique). L'essentiel est d'avoir des centres d'intérêts, anciens ou nouveaux, autour desquels construire un projet de vie et une participation sociale. Certains trouveront par eux-mêmes la voie qui leur convient. D'autres auront des difficultés à y parvenir. D'autant que les activités qui pourraient satisfaire leurs centres d'intérêt ne sont pas toujours à portée de main (faiblesse de l'offre, ticket d'entrée trop élevé).

Viellir mais autrement

Si les seniors constituent un groupe d'âge hétérogène, ils se différencient des jeunes générations et surtout des seniors des générations antérieures. Avec l'âge, la santé se dégrade. Cela s'exprime par des désagréments et des petites difficultés au quotidien avant de devenir incapacitant : la vue baisse, des sons cessent d'être audibles, la fatigabilité s'accroît. Mais tout le monde n'est pas touché au même âge, ni avec la même intensité. « La vieillesse est une maladie héréditaire » disait Georges Bernard Shaw et nous connaissons tous des octogénaires débordants d'énergie. Les mobilités aussi évoluent. Le tropisme des territoires du sud a fait long feu. La propension à migrer est différente de celle d'autrefois car les seniors qui sont aussi des grands-parents veulent rester près de leurs petits-enfants c'est-à-dire en ville. De nombreux seniors ont une double résidence² (six mois en ville et six mois ailleurs, en Tunisie ou au Maroc par exemple). Le tourisme médical est une facette de ce mode de vie. Les seniors du *Grand âge*, bien qu'encore valides, éprouvent des difficultés à prendre le bus, faire des courses et, de manière générale, à investir l'espace public dans la mobilité quotidienne. Ils deviennent essentiellement sédentaires. Leurs besoins sont centrés sur du transport à la demande et des services dits « à la personne ». Mais senior ne veut pas dire sénile ! Les seniors, sous l'étiquette « personnes âgées », souhaitent-ils rester toujours entre eux, comme le prétend un stéréotype familial ? Certes, le dynamisme des jeunes est parfois exubérant et il n'est pas toujours facile de partager l'espace public. Cependant, les communautés d'âge sont peu attractives. Les seniors français ressemblent

“ Après le « jouer sans entrave » de mai 68, vient le temps de l'épanouissement. Chacun limitera ses envies selon ses revenus, sa forme physique limitera son aptitude à réaliser ses envies : l'accomplissement des rêves d'hier avec les atouts d'aujourd'hui. ”



Crédit photo : www.photo-libre.fr

Les seniors se distinguent des autres adultes par une caractéristique bien spécifique — la grand-parentalité — qui concerne 3 personnes sur 4, après 65 ans. En 2000, la France compte 12,6 millions de grands-parents⁵ soit plus d'une personne sur 5. Les grands-parents d'aujourd'hui ont de multiples activités à l'âge où leurs propres parents passaient des heures dans leur fauteuil. On est aujourd'hui grands-parents plus longtemps et plus jeune, et les grands-mères de 2009 ressemblent peu à celles de 1969.

peu à leurs congénères américains : les *sun cities*, villages de retraités clôturés d'où les enfants sont généralement bannis, sont perçus chez nous comme des « ghettos de vieux ». Pour rester ancrés dans le réel et apporter leur contribution à la société, les seniors aspirent à l'intergénérationnel. Ce faisant, ils ne veulent pas être enfermés dans ces résidences clôturées³. Néanmoins, l'absence de conjoint n'offre aujourd'hui qu'une alternative peu satisfaisante : la solitude ou la maison de retraite. Le projet des Babayagas⁴, à Montreuil-sous-Bois, est à ce titre intéressant. Cette forme d'habitat contemporain, autogestionnaire et solidaire, contribue à briser la solitude, à maintenir les colocataires en ville et à rester en prise avec les réalités sociales, à des tarifs plus modestes que ceux des maisons de retraite. En effet, les conditions pour devenir Babayaga reposent entre autres sur une participation active à la vie de la cité (soutien scolaire, alphabétisation, formation des jeunes à la couture...).

L'art d'être grands-parents...

Les seniors se distinguent des autres adultes par une caractéristique bien spécifique — la grand-parentalité — qui concerne 3 personnes sur 4, après 65 ans. En 2000, la France compte 12,6 millions de grands-parents⁵ soit plus d'une personne sur 5. Les grands-parents d'aujourd'hui ont de multiples activités à l'âge où leurs propres parents passaient des heures dans leur fauteuil. On est aujourd'hui grands-parents plus longtemps et plus jeune, et les grands-mères de 2009 ressemblent peu à celles de 1969. Poly-actives, elles cumulent les rôles de mère, grand-mère, épouse et parfois fille tout en menant leur vie de femme. Le dynamisme des *Jeunes seniors* (surtout), des *Retraités confirmés* (un peu) valorise le modèle de la *Super mamie*, dans un contexte social empreint de jeunisme⁶. Cependant, les contours de la grandparentalité actuelle sont encore imprécis, le nouvel art d'être grand-mère est en construction. Le grand-père, encore dans l'ombre de *super mamie*, est pourtant davantage en rupture avec le profil traditionnel. Tout cela impacte les rapports sociaux et notamment les solidarités familiales. La cohabitation intergénérationnelle, dans des familles souvent recomposées, conduit par exemple à sauter une génération dans la transmission patrimoniale. Les rôles de grands-parents, en pleine évolution, changent aussi la donne en matière de consommation et de loisirs, tant pour les seniors eux-mêmes que pour la prise en charge de leurs petits-enfants. Ils ne se mobilisent pas seulement pour les accompagner aux ateliers périscolaires, mais aussi pour des séjours de vacances, pensés en fonction des petits-enfants, même si les grands-parents veulent également avoir des occupations d'adultes.

Fidèle à son style de vie sans être réfractaire à la nouveauté

Si le senior des années 2000, grand parent ou non, ressemble peu à son homologue d'il y a 40 ans, une constante demeure : la fidélité jusqu'à la vieillesse à son style de vie, ses valeurs, ses objets, les musiques aimées durant sa jeunesse. On ne s'arrête pas de consommer, ni de porter un jean, si on en a eu l'habitude par le passé⁷. Cependant, arrivés au *Grand âge*, les seniors se replient sur l'espace domestique. Les périodes de pénurie qu'ils ont vécues les incitent à consommer avec parcimonie. Toutefois, leurs petits-enfants bénéficieront de leur générosité et consommeront « pour eux »⁸. Les habitudes de consommation acquises au fil des ans ne sont pas supplantées par d'autres, la soixantaine venue. Cela reste vrai en matière culturelle par exemple : les *Jeunes seniors* qui appréciaient les châteaux, les musées et les produits du terroir continueront à vouloir accéder à ces plaisirs. Ces attitudes sont renforcées par le sentiment d'urgence, de l'occasion qui ne se représentera plus : « voir Naples, la fonte de la banquise ou la Creuse... ». Il s'agit aussi de profiter du temps qui reste à vivre en bonne santé pour assouvir les désirs portés depuis l'enfance : apprendre le russe, s'initier aux secrets des enluminures, faire aimer les maths à de jeunes collégiens ou découvrir les gestes de l'éco-jardinage. Les choix et les arbitrages seront stimulés par les goûts, les ressources financières et les capacités physiques du senior, mais aussi par l'offre proposée. Considérons trois domaines : la culture, l'activité sportive et la technologie.

Les seniors et la culture

La démocratisation des produits et services culturels qui accompagne le développement de la société de consommation, est récente. Elle concerne l'ensemble des catégories sociales et toutes les tranches d'âge. Néanmoins, les pratiques culturelles des seniors s'inscrivent dans la continuité de comportements plus anciens, modelés par les habitudes acquises dans l'enfance et à l'adolescence, le milieu familial et social. Ainsi, lire Proust dans le texte ou se passionner pour les All Blacks ne sont pas des pratiques dénuées d'antériorité. Les seniors de 2009 sont plus instruits que ceux de 1959. La scolarité obligatoire jusqu'à seize ans (réforme Berthoin de 1959) et l'accroissement du nombre de bacheliers, dans la seconde partie du XX^{ème} siècle, y ont largement contribué. Les sexagénaires d'aujourd'hui sont plus friands de musées et de découvertes culturelles que leurs prédécesseurs, d'autant qu'ils aiment y initier leurs petits-enfants. Le décrochage se produit après 75 ans, il est causé davantage par une réduction de la mobilité que par une baisse d'intérêt. Si les *Jeunes seniors* sont régulièrement partis en vacances⁹ depuis leur enfance, ce n'est pas le cas de leurs parents. À la retraite, ils continueront à avoir un taux de départ élevé.

Les seniors et les loisirs sportifs

Selon un stéréotype largement répandu, le retraité passerait des heures derrière sa canne à pêche à taquiner le goujon, ce serait sa seule activité sportive... Certes, après 60 ans, on court moins vite, on s'essouffle rapidement. Mais cela n'interdit ni la pratique régulière du jogging ni celle du vélo d'appartement. Les seniors continuent à faire du sport mais plus comme avant. Ils n'ont rien à prouver, ils ne cherchent plus à battre des records, le sport devient loisir et détente. Le vélo, la randonnée pédestre, la natation et la gymnastique sont leurs principales activités physiques¹⁰, la plongée sous marine, comme découverte d'un nouveau monde, est plus fréquente qu'on ne le croit. Le sport ralentit le vieillissement du corps et de l'esprit. Les seniors vont bouger pour garder la forme et se faire plaisir. La société actuelle valorise la jeunesse et le souci du corps. Faire du sport, c'est prendre soin de sa santé, construire un bon équilibre de vie, s'offrir du bien-être et « rester jeune » aussi longtemps que possible ; cela crée du lien social et permet d'éviter l'isolement.

Les seniors et la technologie

Être fidèle à son style de vie ne signifie pas être réfractaire à toute nouveauté. La résistance au changement impacte tous les âges. Et la nouveauté est toujours bienvenue si elle répond clairement à un besoin, si elle est utile. Pour les seniors, qui sont des consommateurs avertis, l'innovation se justifie quand elle améliore le confort et le plaisir de l'usage. Le téléphone cellulaire permet d'appeler du secours en cas de besoin, de photographier ses petits enfants, sur le vif, de rapporter des souvenirs d'un séjour « exotique » et de les communiquer à ses proches par Internet¹¹. Car les seniors, tout particulièrement les *Jeunes seniors*, sont plus branchés qu'on ne le croit. En 2007, en France, un internaute sur 4 a plus de 50 ans¹². 93 % des seniors branchés sont équipés de haut-débit pour 85 % en moyenne française. La tranche de plus de 50 ans connaît la progression la plus rapide¹³. Disposer à domicile d'un micro-ordinateur, phénomène récent, touche autant les jeunes que les seniors. Les seniors échangent des emails, s'informent sur le Net avant d'acheter et achètent de plus en plus souvent en ligne, notamment grâce aux sécurisations offertes par les banques et les sites vendeurs¹⁴. Ce qui peut avoir commencé comme un processus laborieux pour les aînés est souvent devenu un mode de relation à distance entre grands-parents et petits-enfants¹⁵. Les seniors du *Grand âge* utilisent peu les nouvelles technologies. Cependant, Internet, l'Absl, la photo numérique, le téléphone portable ne leur sont pas étrangers. Ce qui ouvre des perspectives intéressantes pour la domotique en réalité augmentée et le tourisme numérique (découvertes virtuelles de contrées lointaines ou de musées).

Des attentes fortes où l'accueil tient une grande place

Les seniors, et particulièrement les *Jeunes seniors*, sont des consommateurs réalistes. Ils apprécient les avan-

tages de la distribution moderne, les prix compétitifs et le vaste choix. Mais ils sont sensibles à la convivialité et aux services personnalisés des petits commerces. Ils sont particulièrement exigeants sur la qualité de l'accueil, que ce soit dans une boutique, un centre de loisir, un équipement hôtelier ou une administration. Les seniors souhaitent que le personnel d'accueil soit attentif à ce qu'ils recherchent et en empathie avec eux. Ils prennent le temps de poser des questions, veulent être écoutés et obtenir des réponses concrètes. De même, et en particulier pour les produits de haute technologie, ils attendent un service après vente de qualité. Patience, amabilité, personnalisation, information sont les clés d'une bonne relation avec les seniors¹⁶. Ainsi, les seniors sont des usagers (presque) comme les autres. Juste un peu plus âgés. Un « routard » reste un « routard », seuls ses besoins sur la route évoluent avec l'âge. Ce qui implique des ajustements, de la souplesse et de nombreux services d'accompagnement dans une offre standardisée. Des services qui tiennent compte de l'expérience des seniors, des attentes d'information et d'accueil, des petits handicaps dus à la santé déclinante.

Réinventer la retraite

La problématique « seniors » est au cœur des évolutions sociétales des prochaines années, avec un impact direct sur les équilibres intergénérationnels et économiques, ce que l'action publique locale en matière sociale, de Santé mais aussi de culture ou d'emploi ne peut ignorer. La volonté des seniors de rester en prise avec la société s'inscrit dans l'esprit du jeunisme qui prône le « vieillir jeune », la polyactivité et le tropisme urbain, c'est-à-dire le désir de rester proche de ses petits-enfants. Cette attitude participe aussi des déséquilibres générationnels (ratios retraités/actifs) qui vont faire évoluer le système de pension par répartition. Autant de bonnes raisons pour que les collectivités réinventent la retraite... en concertation avec les *Jeunes seniors*. Le plus important challenge est sûrement l'adaptation des services urbains (culture, santé, transport, etc.), de l'espace urbain et de l'immobilier « à ces cohortes de "vieux jeunes" »¹⁷. Mais se préoccuper des seniors ne consiste certainement pas les traiter « en vieux » car aucun senior n'a envie qu'on « lui jette son âge à la figure ». S'adresser aux seniors, c'est plutôt leur faciliter la pratique d'activités, capitaliser leurs connaissances ou soutenir les transferts de compétence vers les plus jeunes. Quand ils parlent d'avenir, les *Jeunes seniors*, les boomers, disent confiance, espoir, envies, projets. Ils ont le sentiment qu'ils ne seront jamais vieux. Et cela influence leurs choix. Celui du logement par exemple... la « maison de retraite » du boomer, à l'évidence, ne ressemblera pas à celle de ses parents. Mais ils disent aussi : « Ce n'est pas simple de trouver des activités qui cadrent avec ce que nous sommes et avec ce que nous rêvons de faire. » Dans les années 70, l'offre de services à l'attention des personnes vieillissantes a été impulsée par les pouvoirs publics, notamment les municipalités. Une multitude d'initiatives privées a ensuite pris le relais. Aujourd'hui, le programme national « bien

vieillir » ouvre de nouvelles perspectives en élargissant les publics bénéficiaires au-delà des déficiences graves de santé ou des difficultés économiques lourdes. Si gouverner c'est prévoir, il s'agit bien d'anticiper les effets du vieillissement de nos sociétés. Ce qui implique soutien aux jeunes retraités dans la construction et la mise en place leurs projets de vie. Les politiques territoriales, en traitant de manière globale tant les questions de transports que de cadre de vie, agiront comme des leviers sur la vitalité des territoires et l'évolution des modes de vie. Une politique locale ajustée à la problématique « seniors », en mobilisant la créativité et les compétences des seniors, dans les services de proximité par exemple, diminue les coûts sociaux, crée une dynamique et génère de l'activité économique. Tirer parti de la disponibilité des seniors en leur donnant une place dans les projets de la cité... les collectivités locales ne manqueront pas de relever le défi !

S.L.

1. Cet article s'appuie sur le travail d'analyse et de rédaction du « carnet de route du marché du tourisme des seniors » publié en mars 2009 par Odit-France. Ce « carnet de route » a été réalisé en partenariat avec Joseph Tomatis, PDG de Détente Consultants, et grâce au soutien de Corinne Lespinasse-Taraba (Direction Ingénierie et Projets, Atout France). Qu'il me soit permis de les remercier.

2. « L'avancée en âge dans la ville », *Annales de la recherche urbaine*, n°100, 2006, numéro spécial.

3. A.-M. Guillemard, « De la retraite mort sociale à la retraite solidaire », *Gérontologie et Société*, n°102, septembre 2002, p. 53-66.

4. France Culture, 04.03.2009, *Portraits de femmes (3/5) - La maison des Babayagas*. « Elles refusent la résignation imposée à la vieillesse, les maisons de retraite, la sollicitude et la prise en charge, bref le pouvoir des plus jeunes sur les plus âgées. » D'autres projets ont vu le jour : *Périgord : un autre troisième âge est possible, écolo et autogéré*, Rue89, 03.09.2008.

5. Insee Première n°776 - MAI 2001. Voir aussi le n° 1089 - JUILLET 2006, projections démographiques à 2050.

6. Gestin A. « SUPERMAMIE : émergence et ambivalence d'une nouvelle figure de grand-mère », *Dialogue*, n°158, 2002, p.22-31. Rochefort R., *Vive le papaboim !*, Paris, Odile Jacob, 2004.

7. Caradec V., *Sociologie de la vieillesse et du vieillissement*, Paris, Armand Colin, collection 128, 2008, (1ère édition 2001).

8. R. Rochefort, *id.*

9. De 2 semaines en 1936 puis 3 semaines en 1956, les congés payés sont passés à 5 semaines depuis 1982, il est bon de le rappeler. *Consommation touristique à l'âge de la retraite*, Direction du Tourisme, 2004. Voir aussi www.culture.gouv.fr/deps.

10. Pichot L., « Les expériences de loisirs sportifs chez les personnes âgées de plus de 50 ans : Microcosme révélateur des rapports sociaux », *Loisir et société*, vol. 25, n° 2, 2002, p. 329-349.

11. L'appareil photo numérique, l'ordinateur portable... Voir Tréguer J.-P., *Le Senior Marketing : vendre et communiquer aux générations de plus de 50 ans*, 2007, Dunod, Paris. Voir aussi les travaux du Credoc.

12. Données Nielsen citées par J.-P. Tréguer.

13. 22% en un an, là où le marché n'augmente que de 1%, seniorscopie@bayard-presse.com, 2009.

14. Selon une étude Médiamétrie (juin 2008), 82% des cyberacheteurs ont entre 50 et 64 ans.

15. Advertising Age.com, « Older Generation Adapts to Technology That Connects Them With Loved Ones », 06.04.2009.

16. C'est la méthode PAPI – Patience, Amabilité, Personnalisation, Information – conseillée par Jean-Paul Tréguer.

17. J. Tomatis, Détente Consultants, co-auteur du « Carnet de route des seniors » Odit France, mars 2009.