

Santé, bien-être, moral, projets : comment vont les aînés ?

L'association Debout les aîné.e.s a mené deux enquêtes dans la métropole lilloise : la première auprès de 800 seniors sur leur qualité de vie, la seconde, auprès de 471 personnes, sur l'habitat. Avec des résultats très intéressants...



La présentation des résultats des deux enquêtes a eu lieu jeudi soir au centre culturel Dany-Boon à Lesquin. Beaucoup d'élus et de professionnels s'étaient déplacés. 35 communes étaient représentées.

Par [Delphine Deslée](#)

cheffe de rédaction à l'agence de Villeneuve-d'Ascq Seclin

« *Parler de nous ? Pas sans nous !* ». C'est le slogan de l'association [Debout les aîné.e.s](#), créée il y a quatre ans, présidée par le gériatre phalempinois Patrick Fournier, qui compte 300 adhérents. Leur état d'esprit : « *Nous serons tous vieux un jour. La vieillesse est dévalorisée. Les aînés ont des compétences et un savoir souvent gaspillés. Nous sommes trop peu consultés* ». Ils veulent être force de proposition. D'où ces deux enquêtes menées cette année. Les résultats de celle sur la qualité de vie, menée auprès de 800 personnes de plus de 60 ans ont été traités et analysés par [Anthropo-Lab](#), équipe de recherche de l'Université Catholique de Lille. Julien Salingue et Cyrice Colombaud ont déployé la pédagogie nécessaire pour retirer les enseignements de ces résultats.

S Comme santé

C'est le premier mot qui revient quand on interroge les aînés sur leur qualité de vie et leur moral. Quand la santé va, tout va. Viennent ensuite dans ce qui les impacte : leur vie familiale et amicale, l'aisance financière et l'accès aux loisirs et aux espaces verts. Quand les difficultés se cumulent dans plusieurs de ces domaines (veuvage, fatigue des hyperaidants, faibles retraites...) le moral est assez logiquement plus bas.



L'étude a été restituée par Cyrice Colombaud et Julien Salingue.

E Comme engagé

[Le collectif Debout les aîné.e.s](#) ne s'en cache pas, il veut peser dans le débat et dans les décisions publiques. « *Plus on sera nombreux, mieux ce sera* », insiste le Dr Patrick Fournier. Ce n'est pas anodin si cette enquête arrive quelques mois avant les élections municipales des 15 et 22 mars 2026. Les aînés ont des demandes précises : des lieux pour se retrouver, des services comme des navettes ou de la livraison à domicile, des commerces de proximité. Ils sont attachés à leur commune, et même à leur quartier. « *Le problème c'est que les projets sont souvent élaborés dans les communes sans demander aux aînés ce qu'ils souhaitent. Et quand c'est construit, ça ne les intéresse pas* », a souligné le Dr Fournier.

N comme négation

Il faut regarder les choses en face, les aînés d'aujourd'hui ne se sentent pas vieux. « *Il y a une forme de déni du vieillissement* », a-t-on entendu. D'où un défaut d'anticipation de leurs problématiques d'habitat par exemple. « *Ils disent parfois que oui, ils déménageront mais dans dix ou vingt ans, mais c'est dès 60 ans qu'il faut prévoir une chambre et une salle de bains au rez-de-chaussée, comme ça, quand les problèmes surviennent, c'est prévu !* », note le gériatre. Problème, les maisons ont des portes étroites, des cuisines et salles de bains peu adaptées, et surtout des chambres à l'étage.

Les propriétaires qui avancent en âge n'ont plus envie de faire des travaux. Autant ils acceptent, parfois avec quelques réserves, le ménage ou l'aide à la toilette pour rester à domicile, mais l'aménagement de la maison reste difficile à envisager. « *Alors que des aides sont possibles* », a rappelé Frédérique Seels, vice-présidente du département en charge de l'autonomie des seniors.

I comme indépendance

Les aînés interrogés souhaitent massivement vieillir chez eux. Ils veulent un logement lumineux avec si possible un extérieur, et deux chambres pour pouvoir encore recevoir.



Les aînés aiment se retrouver pour des activités, essentiellement pour garder des liens sociaux.

Ils veulent que les conseils et sollicitations se fassent avec un ton respectueux. « *On nous prend parfois pour des débiles* », a-t-il même été exprimé. Mais aussi : « *Les vieux ne veulent pas se retrouver... avec des vieux* ».

O comme optimisme

C'est la bonne nouvelle de cette étude : les aînés sont à 88 % plutôt ou totalement satisfaits de leur qualité de vie. Ils aiment se sentir utiles. Si la plupart vont bien, il ne

faut pas nier les difficultés exprimées avec pudeur et réserve, pour ne pas se plaindre ou déranger. « *Il faut une vigilance accrue envers les publics qui expriment avoir une qualité de vie très basse* », ont à cœur de défendre les militants de Debout les aîné.e.s. Pour certains retraités, débarrassés du stress lié au travail et aux obligations familiales, la vie est belle. Pour d'autres, elle est à la fois dure et solitaire.

R Comme Réseau

Les aînés vont mieux quand ils ont encore un conjoint (si l'entente perdure bien sûr), mais aussi et surtout quand ils entretiennent une vie familiale et amicale agréable. D'ailleurs, s'ils aiment participer à des activités, ce n'est généralement pas tant pour le loisir lui-même que pour rencontrer d'autres personnes. Le lien, toujours, apparaît comme le point d'équilibre, c'est même l'un des meilleurs moyens de bien vieillir.

[Consultez l'actualité en vidéo](#)

Contact : deboutlesaines.fr