



PREVENTION de l'ISOLEMENT
Accompagnement du changement de lieu de vie
Déménager en Foyer Logement
Etude/Action 2012 réalisée en Seine et Marne (N-O du Département)

Juin 2012

Déménager en foyer logement

Synthèse des entretiens

Georges ARBUZ et Pierre CARCA

Introduction.

Le domicile a été et est toujours considéré comme le lieu où il est normal de passer les dernières années de sa vie. Plus récemment, signe d'une évolution des mentalités, le déménagement dans un lieu mieux adapté à la condition de la personne, a cessé d'être perçu comme une solution de dernier recours. De nombreux arguments justifient ce choix : recherche d'un environnement plus convivial, volonté de se faciliter la vie quotidienne en optant pour un logement d'accès plus facile et moins grand, donc d'entretien plus aisé, présence d'un professionnel sur le site 24 heures sur 24, qu'il est possible d'appeler si besoin. Mais la décision n'est pas facile à prendre, celle-ci sollicite les capacités d'initiative et d'adaptation de celui ou de celle qui envisage de déménager.

1 - Les motifs à l'origine de la décision de déménager.

A partir d'un certain âge on s'affaiblit, on aspire à avoir moins de charges, plus de sécurité, des relations plus faciles avec sa famille et ses amis. Des entretiens avec des résidents de foyers logements, on trouve à l'origine de leur décision la conjonction de plusieurs facteurs : la fatigue, un état de santé peu satisfaisant, la solitude, la charge trop lourde que représente une maison et un jardin, le souhait de quitter le domicile conjugal après le décès du conjoint, le projet de se rapprocher d'un enfant ou d'un ami, mais sans être une charge pour eux, le désir de tourner la page, de commencer une nouvelle étape de son existence, ainsi que des considérations financières. Telles sont les raisons les plus souvent évoquées.

Plus grande fatigabilité.

Avec l'âge, les personnes découvrent qu'elles ont besoin de plus en plus de temps pour faire leurs courses, cultiver leur jardin, entretenir leur maison. Des tâches qu'elles accomplissaient auparavant avec facilité et plaisir deviennent des épreuves, certaines occasionnent des douleurs, demandent des récupérations de plus en plus longues, ou représentent un risque, comme monter sur un escabeau ou porter des charges trop lourdes.

Un état de santé fragile.

Un état de santé fragile est un facteur important dans la décision de déménager. Parmi les personnes rencontrées, certaines ont eu leur vie marquée très tôt par la maladie, il en est ainsi de Madame L. ou de Madame R., toutes deux résidentes d'un foyer logement. Ces personnes ont connu plusieurs alertes, redoutent la survenue de crises plus importantes. D'autres ont eu un cancer aux alentours de la soixantaine. Ces situations expliquent leur recherche d'un environnement sécurisant, la présence sur le site de professionnels susceptibles de les aider si besoin.

La solitude.

Aux problèmes de santé peut se joindre le sentiment d'être isolé des autres.

« On s'ennuie dans les grands immeubles. Je m'ennuyais, on se voyait avec les voisins juste devant les boîtes aux lettres » nous dira une résidente de 78 ans, célibataire, nouvellement arrivée dans un foyer logement.

Madame D. 82 ans, décrit les raisons du départ de son domicile :

« Me sentant vieillir, je suis tout de même restée toute seule, mais la nuit avec mes problèmes de santé c'était difficile. J'avais peur que quelque chose ne m'arrive. Je n'allais tout de même pas appeler ma fille chaque fois que j'avais peur. J'ai préféré venir en institution. Surtout qu'entre l'appartement de ma fille et le mien, il y avait des bosquets, on pouvait faire de mauvaises rencontres. »

La crainte de n'avoir personne à appeler en cas de besoin.

C'est la raison invoquée par Madame L. 84 ans pour expliquer son déménagement en foyer logement :

« Je vivais dans un immeuble de trois étages et me suis retrouvée toute seule au moment de la canicule au mois d'août. Il faisait trop chaud pour sortir et je n'arrivais pas à marcher jusqu'au Prisunic faire mes courses. Ça m'a angoissée, mes enfants étaient partis en vacances. J'ai été très contente de me retrouver ici, on ne se rend pas compte de ce que ça veut dire d'être toute seule dans un immeuble et de n'avoir personne à appeler en cas de besoin. »

Le refus de rester chez soi après le décès de son conjoint.

Une situation fréquente est celle des veufs, mais surtout des veuves, ces personnes satisfaites de vivre à domicile tant que leur conjoint était en vie et qui après son décès, n'arrivent pas à faire le deuil de sa présence, ne se sentent plus capables d'assumer les charges de l'habitation et du jardin, auparavant partagées, vivent difficilement l'absence de toute compagnie. Voici les propos d'une dame de 74 ans, dont le conjoint était décédé un an auparavant :

« Ce lieu ainsi que les objets, livres et ustensiles, de toutes sortes qui s'y trouvaient, me rappelaient d'une façon trop insistante, les moments passés, la présence du disparu. A chaque instant, je m'attendais à le voir dans la chambre. Le silence, surtout le soir après le dîner, était trop propice à la résurgence de souvenirs. J'avais l'impression d'être devenue la gardienne d'un musée dont je ne sortirai jamais. »

La leçon tirée de l'accompagnement d'un parent.

La décision de quitter le domicile pour un autre hébergement peut résulter des leçons tirées de l'accompagnement d'un proche. « Si on ne venait pas tout de suite lorsqu'elle appelait, elle nous en voulait », nous dira l'aidant principal d'une parente qu'elle a hébergée chez elle jusqu'à son décès. Ni elle ni son mari n'avaient imaginé les implications d'un tel engagement. Ils ne se voyaient pas infliger à leurs enfants une charge aussi lourde.

Le refus d'être une charge pour les enfants.

Le projet d'aller vivre au domicile d'un de leurs enfants est de moins en moins envisagé avec comme motif le souhait de garder son indépendance et de ne pas empiéter sur leur vie privée.

Après le décès de son mari Madame S. n'a pas souhaité aller vivre chez l'un de ses enfants :

« Si je m'installe chez eux, les enfants sont esclaves ». Elle est restée seule deux ans dans sa maison, mais se sentant à la merci d'une chute, elle a décidé de déménager en foyer logement. Son petit fils lui a dit, « Grand-mère tu vas aller dans un mouiroir ». Mais dans son esprit c'était la bonne solution. Une fois la décision prise, elle n'a pas hésité et a tout de suite apprécié sa nouvelle demeure.

« Aller habiter chez ma fille ? Mais dans ce cas il aurait fallu qu'elle prenne aussi l'autre maman » nous dira une octogénaire, résidente d'un foyer logement, qui ajoute cette parole destinée à sa fille et à son gendre présents à ce moment de l'entretien : « Vous ne pouvez pas vous encombrer d'une maman, sans prendre l'autre! ».

Au souhait d'éviter d'être une charge pour eux, s'ajoute celui de maintenir avec ses enfants des relations qui ne soient pas à sens unique.

« Il ne faut pas que mes enfants vivent la visite à leur mère comme une obligation » dira une résidente d'un foyer logement.

Une autre insistera sur l'importance de conserver avec ses enfants des relations de réciprocité. On est invité mais on invite aussi :

« Il n'y a pas besoin d'être ensemble tout le temps. Vous viendrez me voir quand vous voudrez. Si on m'invite, je viens, ou je téléphone quand c'est moi qui les invite. Les enfants sont ravis, ils sont tous venus ici pour voir si c'était bien. »

Non seulement elle ne souhaite pas que ses visites soient ressenties par eux comme une corvée, mais elle les aide, en s'occupant de ses arrières petits enfants. Une de ses petites filles est veuve. Elle a deux filles de 3 et 4 ans. Elle l'appelle et lui rend visite régulièrement.

Le souhait d'une vie plus libre, débarrassée des contraintes.

Lorsqu'on a exercé des responsabilités, qu'on a eu des situations difficiles à gérer, on aspire à retrouver de la disponibilité d'esprit, à profiter de son expérience et des savoirs accumulés tout au long des années.

Voici le bilan que, Madame et Monsieur F, ont fait de leur déménagement, six mois après s'être installés dans leur nouvelle résidence :

« A un certain âge on aspire à une vie plus simple, moins chargée de difficultés à surmonter. Ici on est plus sécurisé, on se sent en famille, on se réunit avec d'autres résidents pour mieux se connaître. Les amis ont été conservés, mais les charges ont été allégées. On ne s'invite plus aux repas, sauf au restaurant ou dans la résidence, ou pour prendre le thé l'après-midi. On est ainsi plus présents les uns aux autres. Les activités auxquelles on tient sont poursuivies. »

Monsieur et Madame F. étaient membres de deux chorales. Beaucoup de temps était pris par les répétitions et les concerts. Ils ont quitté l'une pour se consacrer davantage à l'autre.

2 - Ce qui est recherché.

Arrivées à ce stade de leur vie, les personnes recherchent une habitation qui demande moins de charges d'entretien que celle occupée précédemment, située près du centre ville, près des commerces et des lieux de distraction. Elles veulent rompre leur isolement, pouvoir rencontrer d'autres personnes, disposer d'un environnement sécurisant, avoir la certitude qu'en cas de fatigue ou de problème de santé, quelqu'un viendra frapper à leur porte.

« Ici il y a la sécurité. On sait que si on ne descend pas à midi, quelqu'un viendra sonner, même entrer avec un passe pour voir ce qu'il en est, nous apporter au besoin un repas », nous confiera une résidente d'un foyer logement, par ailleurs très attachée à son indépendance. « Ici on est obligé de manger seulement le midi dans la salle à manger, avec les autres résidents » nous dira-t-elle, satisfaite de pouvoir rester dans son studio ou de sortir le reste du temps.

Ces personnes souhaitent organiser leur vie à leur guise : regarder l'émission de télévision qui leur plaît, préparer elles-mêmes leur repas, ne pas être soumises à des horaires fixes. Elles privilégient également la proximité de leur nouveau lieu de vie avec les commerces, les professions de santé, les cinémas etc. mais aussi avec le domicile d'un membre de la famille, d'un ami, ou avec un environnement familier (près du domicile précédent ou d'un lieu apprécié). Une « jeune » résidente de 67 ans nous dira :

« Depuis le décès de mon mari, j'ai pris sa place de secrétaire de l'Association dont je n'étais qu'un des administrateurs. Je suis venue ici pour avoir plus d'indépendance en restant près du siège de l'association et des amis. Cette association gère des bénévoles se rendant auprès de personnes isolées et malades ce qui prend beaucoup de temps. J'ai peu de contacts avec les résidents car je suis souvent à l'extérieur. »

3 - Le déménagement.

Déménager est difficile à accepter par les personnes qui, très attachées à leur domicile et à l'existence qu'elles y menaient, sont contraintes de le quitter pour des raisons de santé et d'isolement.

Madame M. 77 ans, habitait jusqu'alors un village proche d'une grande ville de l'Ouest. De santé fragile, après le décès de son mari, la présence de voisins qui l'aidaient à faire ses courses et passaient la voir tous les matins, lui a permis de rester à son domicile. Lorsque ces derniers ont quitté le village, ses enfants l'ont convaincue de déménager en foyer logement, ce qu'elle a fait tout en regrettant son ancien mode de vie :

« A la maison on trouve à s'occuper. Il y a toujours quelque chose à faire. Vous rangez une armoire. Quand vous êtes seule, vous faites les cuivres ça vous passe l'après-midi. Je sortais ma vaisselle, je sortais un chiffon, j'étais contente. Mais rester ici sans rien faire ! Moi j'ai besoin de mouvement. Ici on a trop de libertés, les anciens il faut que ça bouge, ici on ne bouge pas. Le plus dur c'est quand on sort du réfectoire à 19 h avant les émissions de télé. On se sent perdu, on est là sur sa chaise, on n'a rien à faire. »

En plus de l'accueil bienveillant initial dans le nouveau lieu de vie, le déménagement est plus aisé lorsque les personnes l'ont décidé elles-mêmes, retrouvent sur place une connaissance, apprécient les activités proposées.

« Ici j'ai eu de la chance, dit Madame G., il y avait une personne que je connaissais, c'était la fille du patron que j'ai remplacé et qui était là. Je ne me sentais pas complètement étrangère. J'avais un petit Yorkshire qu'on avait eu du temps de mon mari et qui m'a tenu au début compagnie. Il est mort pendant les vacances. J'apprécie la marche, je vais à « la mémoire », il faut trouver des mots qui commencent par AR, des mots qui finissent par AL ou IL ; on nous donne des feuilles avec des formes d'objets, il faut être capable de dire ensuite ce qu'on a vu, ce dont on se rappelle. C'est sympa. Ma fille passe au bout de la rue pour rentrer chez elle et fait un petit détour pour venir me voir. Elle fait mes courses, vient manger avec moi certains soirs. »

Les tâches à assumer quand on déménage.

Le déménagement est une épreuve psychologique et physique et l'aménagement dans sa nouvelle résidence l'est également. Une fois la décision prise, il faut vendre la maison, se défaire des choses qu'on ne peut pas emporter avec soi. Dans le cas de Madame J. 72 ans, tout cela est allé très vite :

« Dans mon cas les choses n'ont pas traîné. La décision a été prise un 5 novembre, le 1er décembre j'étais installée. Peinture, tapisserie, moquette. Tourner la page. Le passé est « out ». J'ai dit aux enfants, vous prenez tout ce que vous voulez, le reste est allé à « l'Eveil ». Les murs ça m'était égal ».

« Transmettre, donner, vendre les affaires qu'on ne peut pas emmener avec soi, il faut le faire sans regret. Il y a les meubles et les affaires qu'on donne aux enfants. Une partie des meubles, dont des meubles de famille, ont été distribués. Le reste a été vendu à des cousins ou à des voisins. Ces objets ainsi disposés dans les lieux de vie des enfants et petits enfants sont source de bonheur pour eux. Le bonheur de donner, aide à quitter les choses. »

Mais il n'en est pas toujours ainsi. De plus une fois arrivé au foyer logement, il faut vider les cartons, réaménager son nouveau logis.

On le voit avec ces exemples, changer de résidence même si c'est justifié sur le plan pratique, est une décision difficile à prendre. Madame S. nouvelle résidente d'un foyer logement, et qui a gardé des contacts avec les habitants de son hameau, a observé que beaucoup de femmes restées seules, étaient très (trop) attachées à leurs affaires et à leur domicile pour envisager d'aller vivre ailleurs.

4 - Enseignement retiré des entretiens.

Dans la majorité des cas, avant de déménager, les résidents ont connu préalablement des événements et des ruptures qui les ont amenés peu à peu à changer leur perception d'eux-mêmes et de leurs priorités et à se centrer sur des choses à leurs yeux, essentielles.

Sur un plan pratique, la décision du changement de lieu de vie devrait être réfléchi à l'avance, envisagée positivement et non prise dans la précipitation face à une situation de crise. Il est important que ce soit la personne elle-même qui décide de déménager, et non son entourage, et qu'elle le fasse à un moment où elle dispose suffisamment d'énergie et de motivations pour s'habituer à l'idée de quitter son logement, prendre le temps de découvrir le

lieu qu'elle va rejoindre, et assumer cette transition. Enfin les enfants et petits enfants devraient être associés suffisamment à l'avance pour envisager cette éventualité, faire le deuil du passé, réaménager leurs relations avec les parents, participer à leur déménagement et à leur installation.

Une fois arrivés, ceux qui ont des difficultés à aller vers les autres, se sentent isolés, attendent les visites de leurs proches, vivent leur séjour comme monotone. A l'inverse ceux qui savent créer des liens, ont des activités et des intérêts, disent apprécier le fait de se retrouver dans un lieu où se croisent des personnes aux expériences et aux connaissances diverses et qui ont eu des trajectoires de vie très différentes les unes des autres,

Conclusion : La vie ne s'arrête pas au seuil du foyer logement.

Des entretiens réalisés ressort l'idée que déménager peut être **la découverte d'une nouvelle liberté**, d'une vie débarrassée des charges et des contraintes, favorisant une disponibilité accrue, propice à des relations réorganisées avec les proches notamment et à la participation à des activités proposées par l'établissement, comme à certaines offertes à l'extérieur.

Cet état d'esprit, aboutissement de l'expérience accumulée tout au long des années, a été fort bien exprimé par une résidente d'un foyer logement du Nord de la Seine et Marne :

« A 92 ans, si vous saviez comme je suis bien. Faut-il arriver à un âge comme celui-ci pour atteindre la paix intérieure ? Maintenant je suis détachée de beaucoup de choses, je me sens enfin libre. »

Une réflexion que l'on peut rapprocher d'un texte de Robert MISRAHI :

« Un temps vient toujours, pour chacun, où le temps de la vie paraît pour une bonne part comme cela qui a déjà été déployé. Un temps calme vient qui est comme le haut plateau de la vie, la grande étendue solaire et tranquille *en deçà* de laquelle s'étagent, dépassés, les combats, les échecs, les tristesses... On s'aperçoit, bien plus tard qu'un *passage* s'est produit...Un être de passions destructrices ou de neutralité vide s'est un jour reconstruit à partir de lui-même et pour ainsi dire transmuté...» MISRAHI R. 1987, *Traité du bonheur, Les actes de la joie*, Paris PUF, p.31, 32.

Ou du message de COLETTE, diffusé en 1954, pendant l'entracte de la projection du film tiré de son roman : *Le Blé en herbe* :

« A mesure que l'on avance en âge, le mystère s'épaissit. Tout ce qui m'a étonné dans mon âge tendre m'étonne aujourd'hui bien davantage. L'heure de la fin des découvertes, ne sonne jamais. Le monde m'est nouveau à mon réveil chaque matin et je ne cesserai jamais d'éclorre que pour cesser de vivre. »