

VIS MA VIE DE MAMIE

Un collier cervical pour imiter l'arthrose, un casque pour les problèmes auditifs... Une formation de Géron'd'if simule les ravages de l'âge. L'objectif? Mieux saisir et améliorer le quotidien des seniors.

Par Juliette Bénabent

Photo Léa Crespi pour Télérama

Allongé par terre, Hugo se relève avec précaution. D'abord à quatre pattes, puis accroupi. Il ramasse sa canne, manque de perdre l'équilibre. Amin, lui, hésite devant une carafe d'eau et un verre. Lentement, il verse le liquide... qui coule sur la table. Silhouette voûtée, Alice marche à petits pas, et se baisse à grand-peine pour ramasser un papier, presque incapable de fléchir les jambes.

Pour eux, ces difficultés motrices et cognitives sont très provisoires. Quelques minutes plus tard, ils retrouvent leur souplesse de jeunes gens âgés de 20 à 23 ans, en retirant un à un leurs accessoires : genouillères, coudières, gants et surchaussures, gilet de poids, casque simulant la perte auditive, collier cervical imitant l'arthrose...

Dans la salle, une cinquantaine de camarades les ont regardés prendre, puis perdre, soixante années d'un coup. Tous effectuent un service civique – six à douze mois d'engagement citoyen – au sein de l'Assistance publique-Hôpitaux de Paris (AP-HP). Dans ce cadre, Géron'd'if, le gérontopôle 1 d'Île-de-France, leur propose cette expérience : *« Se glisser dans la peau des personnes âgées, ressentir concrètement leurs difficultés, pour pouvoir mieux adapter notre compréhension et nos comportements envers elles »*, a expliqué Anaïs Cloppet-Fontaine, la gériatre qui présente cette simulation.

La formation existe, comme Géron'd'if, depuis 2016. Destinée en priorité aux professionnels de soin et d'accueil des personnes âgées, à l'hôpital ou en Ehpad, elle est aussi proposée aux élèves de l'École des hautes études en santé publique de Rennes (qui forme les directeurs d'hôpitaux), dans de grandes entreprises (Danone ou Engie), et bientôt à des personnels de municipalités ou des transports publics. Pour aider à l'amélioration de la circulation et de la signalétique, et plus généralement de la vie quotidienne des aînés et des interactions entre les générations. Isabelle Dufour, ex-directrice d'hôpital et déléguée générale de Géron'd'if, résume : *« Avant d'être vieux, personne ne peut se rendre compte des multiples difficultés potentielles ! Il s'agit de permettre une projection dans la vieillesse très concrète, et même un peu ludique, sans faire peur. De donner une meilleure image de la gériatrie et des métiers du grand âge, qui rencontrent des problèmes de recrutement. Et, pourquoi pas, d'allumer des vocations... »*

« Vous préférez une cataracte ou un glaucome ? » demande la gériatre en tendant des lunettes à Anaïs. La jeune fille de 21 ans, curieuse de *« savoir ce qui [l']attend plus tard »*, choisit parmi les différentes paires, figurant diverses pathologies,

qui complètent le costume fabriqué en Allemagne – pour un coût total de 1300 euros. Ainsi rendus presque aveugles, les jeunes tentent de verser de l'eau, comme Amin, de remplir un formulaire, ou de chercher 1 euro et 10 centimes dans un porte-monnaie (le prix d'une baguette). « Oh la galère ! » hurle Landry, 21 ans – avec son casque, il n'entend presque rien.

D'ordinaire, d'autres exercices proposent d'essayer d'ouvrir des barquettes de repas, de couper de la viande, de retrouver sa chambre dans un couloir... La formation, suspendue depuis le printemps, a repris en septembre dans une version raccourcie : seules six personnes peuvent enfiler le costume, désinfecté entre chaque candidat, et la présentation d'une demi-journée a été ramenée à une heure trente. Mais l'essentiel est bien là. Une fois délesté de ses entraves, Amin jure : *« Maintenant c'est sûr, je ne m'impatierai plus devant un vieux. Et même je le porterai sur mon dos. »* ●

1 Pôle régional, souvent associatif, fédérant les acteurs du grand âge pour dynamiser recherche et innovation.

La jeune Alice, en service civique à l'AP-HP, clopine dans son costume de simulation de vieillissement.

