



## Résumé

### 1. Le vieillissement de la population : une évolution démographique inédite qui transforme la société française

**Le vieillissement de la population résulte en grande partie d'une tendance de fond à l'allonge-**

**ment de la durée de vie après 65 ans**, révélatrice d'une amélioration continue de la santé des Français au cours du siècle dernier, grâce notamment aux progrès scientifiques et médicaux.

Cette évolution, qui est véritablement perceptible depuis une trentaine d'années, connaît **une accélération forte depuis le milieu des années 2010**, avec l'arrivée des *baby boomers* à l'âge de la retraite. D'après l'Insee, au 1<sup>er</sup> janvier 2020, la France compte près de 13,5 millions de seniors âgés de 65 ans ou plus, soit **20% de la population française**. Cette augmentation va s'accroître dans les dix prochaines années : en 2030, les plus de 65 ans représenteront plus de **23% de la population et seront plus nombreux que les moins de 20 ans**.

Toutefois, cet allongement de l'espérance de vie ne se traduit pas forcément par **une amélioration de la durée de vie en bonne santé**. En effet, en 2018, l'espérance de vie sans incapacité à la naissance est de 64,5 ans pour les femmes et de 63,4 ans pour les hommes. Selon la Drees, **au cours des dix dernières années, l'espérance de vie sans incapacité à la naissance a plafonné**.

L'évolution démographique que constitue le vieillissement doit **inciter les décideurs publics à repenser la place et le rôle des seniors dans notre société et à bâtir une société plus inclusive, adaptée à ces mutations** : organisation des parcours de soins, prévention de la perte d'autonomie, participation à la vie économique, valorisation du rôle des seniors, etc.

### 2. Les seniors : une population hétéroclite et une ressource indispensable pour notre société

Face aux évolutions démographiques mais aussi sociales et économiques que notre société connaît, **la catégorie des seniors ne correspond pas à une réalité unique sur le plan politique ou sociologique**. Elle se trouve ainsi confrontée à une difficulté de définition ;

- par **l'âge** : pour l'OMS, les individus de plus de 60 ans sont considérés comme des personnes âgées, pour le corps médical il s'agit d'une appréciation physique selon le vieillissement physiologique,

alors que l'administration utilise fréquemment le critère de 60 ans ou 65 ans ;

- par **le style de vie** : les modes de vie des seniors varient largement, en fonction de leur lieu de résidence, de leurs origines sociales, de leur emploi, entre autres ;
- par **l'activité** : l'arrivée à l'âge de la retraite, si elle marque la sortie du marché de l'emploi, s'accompagne souvent d'une participation importante à des activités d'intérêt général.

Les seniors se définissent ainsi de plusieurs manières et ce qualificatif recouvre des situations bien différentes. **Quoiqu'il en soit, ils constituent des personnes ressources pour notre modèle économique et des acteurs incontournables de la solidarité entre les générations**. Ils sont un pilier de l'aide aux proches : tout d'abord en tant qu'aïdants pour leurs propres parents dépendants, mais également pour s'occuper de leurs petits-enfants. Par ailleurs, les seniors sont **une richesse pour les associations** : plus de 50 % des responsables associatifs sont des retraités.

**Les seniors apportent aussi une contribution importante au dynamisme économique de la France**. Cela passe d'abord par la consommation : les plus de 50 ans représentaient ainsi en 2015 environ 52 % des dépenses de consommation en France. Cela se traduit ensuite par **l'opportunité que constitue le vieillissement de la population pour la croissance française**. D'une part, promouvoir la santé des personnes âgées est un enjeu économique puisque selon les économistes, **l'amélioration de l'espérance de vie sans incapacité augmenterait le potentiel de croissance à long terme d'un pays**. D'autre part, le développement d'entreprises autour de la Silver économie donnera un avantage comparatif notable à la France.

### 3. La crise Covid-19 : un révélateur de la nécessité de rendre notre société plus inclusive et d'adapter notre système de soins

Comme de nombreuses infections virales et en particulier les infections respiratoires, le virus du Covid-19 est beaucoup plus dangereux pour les personnes âgées, du fait de la sénescence immunitaire. Mais la crise a également eu des **conséquences indirectes sur la santé des seniors avec le report ou le renoncement aux soins**. Selon l'Assurance maladie, lors des trois premières semaines du confinement de mars 2020, une baisse d'activité de 40 % a été observée chez les médecins généralistes et de 50 % chez les médecins spécialistes.

La crise a aussi mis en évidence **la nécessité d'adapter plus globalement notre système de santé** autour de deux principaux axes : **la mise en place d'une véritable politique de la prévention et l'adaptation des parcours de soins au vieillissement**.

En effet, notre système de santé doit passer d'une logique de prise en charge curative et hospitalo-centrée, fondée sur les établissements d'accueil de personnes âgées, à **une approche multidimensionnelle reposant sur la prévention et le soutien dans de bonnes conditions à domicile.**

**Aux conséquences sanitaires de la crise s'ajoutent d'importantes conséquences sociales pour les seniors**, qui se retrouvent de plus en plus isolés. Cet isolement se situe géographiquement dans les **métropoles**, en particulier dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville où la solitude des aînés est de 5 points plus élevés que dans les autres territoires, mais aussi dans les **zones rurales peu denses.**

Dans ce cadre, **le numérique apparaît comme un outil incontournable de lien entre les générations mais aussi d'amélioration de l'accès aux soins.** Contrairement aux préjugés largement répandus, les outils numériques jouent un rôle prépondérant et croissant dans la vie des seniors : les deux tiers **d'entre eux utilisent internet quotidiennement.** En matière de lutte contre l'isolement comme d'accès aux soins ou aux services du quotidien, les outils numériques constituent une solution à part entière – **sous réserve que leur usage soit facilité** pour les populations âgées, et que celles-ci soient réellement accompagnées et formées.

## 4. Pour une stratégie ambitieuse du bien-vieillir en France

Afin de bâtir une stratégie ambitieuse d'accélération du bien-vieillir en France, **il est indispensable de se doter d'indicateurs précis et partagés à atteindre à l'horizon 2030**, reposant sur :

- la valorisation de la contribution et de l'image des seniors dans notre société ;
- l'adaptation du logement et de l'environnement pour permettre de mieux vivre chez soi et plus longtemps ;
- l'ajustement des parcours de soins aux maladies chroniques afin de vivre en meilleure santé et de prévenir la perte d'autonomie ;
- l'intégration du vieillissement dans le développement de nouveaux produits et services.

Pour atteindre ces objectifs, nous avançons 12 recommandations qui visent à poser les bases d'une **société résolument plus inclusive au sens où elle s'adapte aux besoins des seniors, les identifie, les anticipe, sans les opposer aux attentes des autres citoyens.**

### Axe 1 - Valoriser la contribution des seniors à notre société

**PROPOSITION 1** Faire de la **formation tout au long de la vie** une réalité pour les seniors.

**PROPOSITION N° 2** Être à la hauteur des aidants en doublant le « **droit au répit** ». Actuellement cette aide demeure limitée à 500 euros annuels par personne dépendante, bien en-deçà d'un répit tangible.

**PROPOSITION N° 3** Supprimer les **barrières d'âge dans la transition entre la vie active et la retraite.** Une évolution du système des retraites doit permettre de faciliter le recours au cumul emploi-retraite.

**PROPOSITION N° 4** Reconnaître l'**utilité sociale et valoriser l'engagement des seniors dans le monde associatif.** Cette valorisation pourrait s'inscrire dans le cadre d'un pacte civique pour les seniors.

### Axe 2 - Vivre mieux chez soi et plus longtemps

**PROPOSITION N° 5** Désigner une **communauté de référents « nouvelle vie »** au sein de chaque service public dans les territoires.

**PROPOSITION N° 6** Généraliser le « **diagnostic logement autonomie** » en offrant un dispositif de guichet unique d'aide à l'adaptation du logement.

**PROPOSITION N° 7** Transformer la **ville au service de nos aînés.** Au-delà du domicile, c'est l'ensemble de la politique de la ville qui doit s'adapter au vieillissement démographique.

### Axe 3 - Vivre en meilleure santé et prévenir la perte d'autonomie

**PROPOSITION N° 8** Instaurer **une règle d'or** attribuant 1 euro de dépenses en faveur de la prévention de la perte d'autonomie pour 10 euros de dépenses curatives.

**PROPOSITION N° 9** Dépister et prévenir les **fragilités liées à l'état santé** : créer une visite de prévention dédiée au bien-vieillir à intervalle régulier ; proposer un parcours de prévention spécifique pour les nouveaux retraités les plus modestes ; inciter financièrement à la prévention les professionnels conventionnés et encourager le développement de projets innovants.

**PROPOSITION N° 10** **Former et accompagner** les professionnels médicaux et paramédicaux, les professionnels du domicile et les aidants au dépistage de l'existence de fragilités.

### Axe 4 - Adapter notre économie pour mieux répondre aux enjeux du vieillissement

**PROPOSITION N° 11** Soutenir la **Silver économie** en investissant dans les innovations et la R&D pour le bien-vieillir.

**PROPOSITION N° 12** S'appuyer sur des **outils digitaux** performants pour améliorer le recueil de **données de santé** dans le champ du vieillissement et personnaliser les parcours de soins.