



Kulturaren  
Euskal Behatokia  
Observatorio Vasco  
de la Cultura

---

Résumé  
exécutif

---

# Culture et vieillissement actif

---



EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA  
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA  
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA

# Résumé exécutif

Le vieillissement de la population est un phénomène incontournable dans toute analyse de la situation sociodémographique actuelle, et plus encore en termes prospectifs. Son impact sur des aspects cruciaux de la structure sociale en fait l'un des plus grands défis d'aujourd'hui.

L'augmentation de la longévité nous oblige à repenser les modèles sociaux, politiques et économiques en fonction d'une réalité croissante du monde occidental, afin de permettre aux personnes âgées de vivre et de contribuer à la société, avec un but précis et de la manière la plus digne possible.

Au Pays basque, la tendance à la baisse du taux de natalité ne s'est pas inversée, l'espérance de vie est l'une des plus élevées d'Europe et l'âge moyen des femmes pour avoir des enfants est également supérieur à la moyenne européenne. Dans l'ensemble, le Pays basque est l'un des territoires de l'Union européenne avec le pire bilan démographique. L'Eustat (Institut basque de statistique) souligne que, dans le Pays basque, la population âgée de 65 ans et plus au début de 2023 est estimée à 520 079 personnes (23,7 %), avec une prédominance de femmes (57,1 %), comme c'est le cas dans toute l'UE. Ce groupe de population pourrait augmenter d'environ 163 200 personnes, portant son poids à 29,3 % en 2036, soit plus de 6 points par rapport à 2021. Les augmentations relatives les plus importantes se produiraient parmi la population de 85 ans et plus, qui atteindrait le chiffre de 126 700 personnes en 2036, soit 37 200 de plus qu'en 2021, ce qui représenterait 5,6 % de la population totale.

Le marché du travail et de l'emploi, les systèmes de soins, de santé et d'éducation sont directement affectés par ce processus de vieillissement de la population, qui met en échec le modèle social actuel. Il est donc urgent d'apporter une réponse systémique au défi démographique en promouvant des stratégies pour un vieillissement plein et en bonne santé.

Dans ce cadre, l'étude vise à proposer une réflexion sur cette réalité, en mettant l'accent sur la contribution que la culture peut apporter au vieillissement actif. Bien qu'elle ne soit pas explicitement incluse dans les différentes stratégies promues à l'échelle mondiale, sa capacité intrinsèque à générer des bénéfices cognitifs, émotionnels, expressifs et sociaux peut contribuer à enrichir de manière significative les politiques de vieillissement actif, et ainsi améliorer les conditions de vie des personnes âgées.

L'étude est structurée en trois grandes sections. La première est consacrée à l'analyse du contexte, en abordant le concept de vieillissement. Les données sont présentées et les tendances sont soulignées afin de prendre conscience de l'ampleur de son impact sur la société, et les principales caractéristiques de cette étape vitale sont caractérisées. Ainsi donc, depuis les années 1990, l'OMS a adopté un modèle de tradition européenne qui associe le vieillissement à deux concepts positifs liés au bien-être :

Le **vieillissement en bonne santé**, ou le processus continu d'optimisation des opportunités pour maintenir et améliorer la santé physique et mentale, l'indépendance et la qualité de vie tout au long de la vie.

Le **vieillissement actif**, basé sur le précédent, compris comme le processus dans lequel les opportunités de santé, de participation et de sécurité sont optimisées afin d'améliorer la qualité de vie des personnes lorsqu'elles vieillissent.

L'étude met en évidence la relation entre l'activité, la santé, l'indépendance et la possibilité de bien vieillir, avec une approche et une conception large de la santé, comme condition de bien-être biologique, psychologique et social. Le concept de vieillissement en bonne santé proposé par l'OMS pour le XXI<sup>e</sup> siècle a été remplacé par celui, plus général, de vieillissement actif, qui prend en compte non seulement les indicateurs de santé, mais aussi les aspects psychologiques, sociaux et économiques qui doivent être considérés dans le cadre d'une approche plus large, fondée sur la communauté et prenant en compte les aspects culturels et les différences de genre. Cela constitue le cadre qui offre des possibilités d'action en matière de culture à ce stade de la vie.

L'OMS souligne quatre spécificités de cette étape vitale qui nécessitent des interventions à la hauteur de l'enjeu qu'elles représentent. D'une part, il convient de souligner la diversité des situations de santé typiques de cette étape. L'éventail possible est beaucoup plus large que dans toute autre phase de la vie, de sorte que nous pouvons trouver dans les premières cohortes de cette étape des personnes âgées ayant des capacités physiques et mentales similaires à celles d'un jeune ou, au contraire, des personnes présentant des limitations. Le problème réside dans la tentative de réduire cette diversité à des cas extrêmes, en promouvant des stratégies qui omettent la gradation et la complexité possibles de toute cette gamme de situations.

Un autre problème crucial est qu'une partie importante de ces circonstances est due au fait que les conditions de vie des gens ne sont pas équitables. La famille, le sexe ou le lieu de naissance déterminent de manière significative la santé, et pas seulement cela, mais ces inconvénients potentiels se cumulent tout au long de la vie. Cela implique que les personnes ayant les plus grands besoins de soins à un âge avancé peuvent aussi être celles qui disposent du moins de ressources pour y faire face.

Une partie de la discrimination fondée sur l'âge trouve son origine dans des préjugés et des lieux communs liés à la vieillesse, avec des implications dans les stéréotypes qu'ils suscitent et dans les attitudes qui en découlent à l'égard des personnes âgées. Dans ce cas, on parle d'« âgisme » puisque c'est l'âge qui projette ces préjugés, faisant naître l'idée de vieillesse associée à la dépendance, à la détérioration ou au fardeau.

Enfin, il convient également de noter l'impact du changement sur les structures familiales et les relations entre générations. Ainsi, aujourd'hui plus de générations cohabitent que jamais, les unités familiales sont plus petites et le nombre de personnes vivant seules augmente.

Les projections démographiques présentent un scénario pour le Pays basque dont les particularités exacerbent encore certaines des caractéristiques du vieillissement actuel, avec des implications substantielles sur la structure et le mode de vie actuels. Parmi les plus significatives figurent le vieillissement excessif, une moindre féminisation à ces étapes vitales, un niveau d'éducation et de revenus plus élevés, une tendance à rester actif dans l'emploi au-delà de l'âge actuel de la retraite, ainsi que des changements dans la composition des ménages, l'extension du cohabitat et la professionnalisation des soins.

Le deuxième bloc du rapport résume les principales stratégies concernant le vieillissement. Il existe des stratégies et des plans à tous les niveaux de gouvernement, c'est pourquoi une sélection des références les plus notables a été réalisée pour jeter les bases des politiques publiques dans ce cadre. Le Pays basque a également un agenda intense autour du défi démographique, du vieillissement et des soins, tant au niveau de la communauté autonome qu'au niveau territorial ou local.

Le troisième bloc est consacré à l'apport de la culture au vieillissement actif. Il commence par situer la place stratégique de la culture dans ce processus et l'opportunité qu'elle représente. Le vieillissement, tel qu'il est conçu aujourd'hui, s'inscrit dans un paradigme positif construit sur l'idée que les personnes âgées sont des sujets de plein droit, dotées d'une capacité critique, et qu'elles sont immergées dans un processus vital offrant des possibilités de croissance personnelle. Ainsi, le vieillissement actif relie les concepts de santé, d'indépendance et de participation, en soulignant son impact sur la qualité de vie et le bien-être physique et mental des personnes âgées.

Les stratégies développées visent à promouvoir l'activité comme base du maintien de la capacité fonctionnelle, principal déclencheur du bien-être, et mettent l'accent sur la participation, l'autonomie personnelle, l'engagement dans la communauté, les pratiques intergénérationnelles, etc. Ce sont des aspects soulignés dans la réflexion sur la valeur, les bénéfices et les impacts sociaux de la culture. La participation culturelle peut devenir un canal privilégié pour traverser cette étape avec pleine conscience et sens, en encourageant les gens à vivre intensément et à faire ce qui est important pour eux.

Cette section aborde la réflexion du point de vue de la culture, en se demandant comment elle se positionne et comment elle se reflète dans les indicateurs de suivi du vieillissement actif, quelles opportunités la participation culturelle des personnes âgées offre au secteur culturel, et vice versa, quels avantages la participation culturelle apporte à l'expérience pleine et satisfaisante de la vieillesse

et, enfin, quels éléments doivent être pris en considération pour optimiser les politiques culturelles, en assumant pleinement le défi démographique qui se présente, en considérant deux points de vue : le contenu des programmes culturels et les politiques culturelles comprises comme un tout.

Enfin, le rapport se termine par une réflexion finale sur l'adéquation de la culture aux stratégies de vieillissement actif, soulignant sa contribution positive à l'amélioration du bien-être au cours de ce dernier cycle de la vie.

Conformément aux cinq axes prévus dans la stratégie basque pour les personnes âgées, la participation culturelle est un renforcement nécessaire sur chacun d'eux et ouvre un cadre potentiel de collaboration dans la triade culture, santé et services sociaux.

- 
1. Le premier de ces axes vise à promouvoir une citoyenneté active basée sur les droits, la participation et les communautés amicales. Les pratiques culturelles actives, soit par la participation à des associations culturelles, soit par la réalisation d'activités expressives, renforcent les projets visant à atteindre une vie pleine. L'objectif est de promouvoir des activités qui servent non seulement à participer, mais aussi à favoriser le sentiment de faire partie de quelque chose de pertinent et de significatif dans la vie, conformément à ce que les droits culturels défendent.
  2. Le deuxième axe vise à faciliter les transitions et le développement du projet de vie dans cette étape caractérisée par des changements personnels majeurs. Les politiques culturelles peuvent contribuer à améliorer l'expérience de ces transitions en tant qu'outil de renforcement de l'information, de l'orientation, du soutien et de la formation. Le domaine de l'apprentissage tout au long de la vie se révèle ainsi comme un filon pour le développement de propositions ancrées dans les arts et le patrimoine.
  3. Le troisième axe vise à soutenir l'anticipation, la prévention et la promotion de l'autonomie des personnes âgées. Bien qu'il n'y ait jamais eu de doutes quant aux bénéfices de la pratique culturelle dans ce processus, des preuves scientifiques viennent aujourd'hui les corroborer. De nombreux cas étudiés par la science concernent le groupe des personnes âgées et les impacts positifs de certaines pratiques culturelles dans la prévention et le traitement de la démence. Les stimuli que la pratique de la musique, de la danse, du chant, du théâtre ou des arts visuels procurent aux gens constituent un terrain idéal pour l'expérimentation. Ils constituent également un domaine de travail fructueux pour faire face à la solitude non désirée.

- 
4. La politique de soins et l'approche d'un nouveau modèle font l'objet du quatrième axe. Les personnes, les professionnels et les familles peuvent être soutenus par le réseau de services culturels de proximité en tant qu'élément constitutif du modèle de soins global qui est poursuivi. C'est l'un des domaines les plus invisibles et les plus pertinents si l'on veut entreprendre des politiques sérieuses en matière de vieillissement actif. Les pratiques culturelles, en plus des bénéfices personnels et sociaux qu'elles apportent, offrent un répit nécessaire pour tous ceux qui font partie du domaine des soins.
  
  5. Le cinquième axe concerne la promotion de la recherche et de l'innovation, qui sont essentielles pour mieux comprendre le processus de vieillissement, pour rechercher des solutions et pour concevoir des politiques adaptées aux défis qui se posent, qui ne sont ni rares ni mineurs. Des progrès sont réalisés dans la conception de solutions digitales visant à améliorer la santé de ces personnes. C'est une voie par laquelle le contenu culturel s'intègre naturellement et peut renforcer les solutions innovantes conçues pour l'avenir, tant d'un point de vue technologique que social.

La culture doit faire partie de cette recherche multidisciplinaire, comme on commence à le voir dans des projets à l'échelle mondiale. Sa capacité de transformation personnelle et sociale la positionne comme un cadre essentiel pour soutenir les politiques de vieillissement actif. Elle apparaît actuellement comme un élément tangentiel des stratégies de vieillissement actif. Tout comme l'importance de l'exercice physique et des habitudes de vie saines pour améliorer la vie à ce stade est pleinement reconnue, la pratique culturelle devrait faire partie des routines et des habitudes liées au processus de vieillissement.



Kulturaren  
Euskal Behatokia  
Observatorio Vasco  
de la Cultura

---

## Culture et vieillissement actif

---

Résumé  
exécutif



EUSKO JAURLARITZA  
GOBIERNO VASCO

KULTURA ETA HIZKUNTZA  
POLITIKA SAILA

DEPARTAMENTO DE CULTURA  
Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA