

Une génération de

Ils sont et vont être de plus en plus nombreux. Les centenaires fascinent et suscitent l'intérêt. Qui sont-ils, où et comment vivent-ils ? Rencontre avec la génération du siècle passé

Ils étaient 22 540 en 2016 en France, selon les chiffres officiels publiés par l'INSEE (Institut national de la statistique et des études économiques), dont 514 dans le Var. Les centenaires sont parfois en belle forme, parfois en grande dépendance. Leur âge les met en lumière, fait qu'on s'intéresse de plus en plus à eux. Parmi ces « vedettes », le département compte la doyenne des Français et même des Européens : Sœur André va fêter ses 116 ans le 11 février prochain (lire pages suivantes). Elle fait partie des super-centenaires, ceux qui ont 110 ans et plus. Ou plutôt celles car ce sont presque toutes des femmes. Actuellement, il y en a moins de 50 dans le monde dont on est sûr de la date de naissance.

Un défi majeur

Seulement trois hommes ont fêté 115 ans, un seul 116 ans, 10 femmes 117 ans, 2 femmes 119 ans, et la célèbre Jeanne Calment, qui a atteint 122 ans. Ces personnes âgées de 100 ans et plus fascinent. Ont-elles un secret, des points communs ?

Comment vivent-elles, où, avec qui ? Autant de questions que des spécialistes du monde médical, des sociologues, des historiens et tout un tas de chercheurs se posent pour mieux les connaître, tentant d'apporter des réponses pour mieux les accompagner.

Si les choses restent en l'état, le nombre de centenaires va continuer d'augmenter. Car, toujours selon l'Institut national de la statistique, en dix ans, les Français ont gagné deux ans d'espérance de vie, les femmes quatorze mois.

Ce vieillissement de la population s'accompagne d'une baisse de l'autonomie et pose de multiples questions de prise en charge. Un défi majeur pour notre société, à relever sans tarder. Au train où vont les choses, 13 % des femmes et 11 % des hommes nés en 1970 pourraient souffler leur centième bougie en 2070.

Dossier :
VÉRONIQUE GEORGES
vgeorges@nicematin.fr

LE NOMBRE DE CENTENAIRES EN FRANCE

Femmes	Hommes	
506	107 ans et +	1
228	106	54
766	105	152
1 283	104	242
1 836	103	358
3 124	102	526
5 263	101	996
4 882	100	1 176

Infographie Rina Uzan

Source INSEE 2016

L'expert Professeur Philippe Pitaud, directeur de l'Institut de gérontologie sociale de Marseille

« Vieillir est une expérience extraordinaire »

Professeur honoraire de l'université Aix-Marseille, directeur de l'Institut de gérontologie sociale (1), le Pr Philippe Pitaud est un spécialiste du grand âge. Il organise chaque année un colloque scientifique en lien avec le vieillissement. L'édition 2020 aura pour thème : « Vieillir et vivre ensemble dans une société marquée par le numérique ». Il a publié plusieurs ouvrages, dont *Bien vieillir : 100 ans et plus*, aux Éditions Eres.

Comment expliquer le nombre élevé de centenaires aujourd'hui en France, et pourquoi en compte-t-elle plus que d'autres pays européens ?

La France comptait 21 000 centenaires en 2016, c'est vingt fois plus qu'en 1970. Ils seront treize fois plus en 2070 si les tendances se confirment. Cinq sur six sont des femmes. Au-delà de 110 ans, il n'y a que des femmes. Globalement, un centenaire sur deux vit chez lui, les trois-quarts ont moins de 103 ans. C'est lié au mode de vie et si les modes de vie ne changent pas, s'il n'y a pas de hausse de l'obésité ni de la pollution, en 2070, 13 % des femmes et 11 % des hommes nés en 1970 pourront souffler leur centième bougie. La France est effectivement le pays européen qui en compte le plus, devant

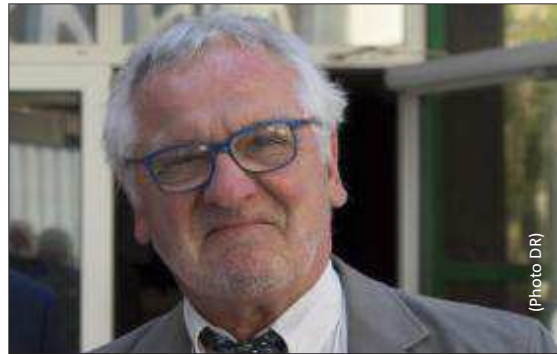
l'Espagne et l'Italie. C'est lié à la démographie d'un pays fécond. Cela vient de l'histoire, du peuplement de la France, qui a toujours eu une population plus nombreuse, un taux de fécondité plus élevé et ça redémarre même si les femmes sont plus âgées à la naissance des enfants.

Être centenaire dépend-il de la génétique ?

Principalement. On estime que l'extrême longévité tient à des facteurs génétiques qu'on n'arrive pas à identifier. Mais l'environnement joue un grand rôle. En maison de retraite, les personnes sont à l'abri du stress, des variations climatiques, des microbes. Cette protection des personnes âgées va augmenter le nombre de centenaires. Ça dépend aussi du niveau de vie socio-économique, des habitudes de vie (tabac, alcool), des activités physiques régulières, de la quantité et de la qualité de l'alimentation. La nourriture est essentielle. C'est le fameux « french paradox » : En France, on mange bien et on boit du bon vin, mais on mange des choses assez réfléchies.

Les super centenaires, à partir de quel âge l'est-on, ont-ils un point commun ?

On est supercentenaire à 110 ans et au-delà. C'est un âge qu'un centenaire sur mille atteint ou



(Photo DR)

dépasse. Seul un sur cinquante atteint 115 ans. Actuellement, il y en a eu 49 confirmés dans le monde. Ils ne sont pas assez nombreux pour qu'on trouve des points communs.

On dit que les centenaires sont des personnes optimistes et résilientes. Le confirmez-vous ?

D'une certaine manière oui pour ceux qui sont heureux de vivre. Bien vieillir, ça consiste à avancer en âge avec un sentiment de bien-être en demeurant actif et dynamique. Les résilients sont les gens les plus heureux de vivre, chaque jour est un jour qui compte, ce sont des gens qui s'engagent dans la vie. La parole des centenaires est une leçon de vie pour les générations à venir. Elles témoignent qu'au-delà des déceptions, des peines,

des trahisons, des difficultés rencontrées dans la vie, vieillir est une expérience extraordinaire. Demain est toujours un autre jour, chaque matin est une étape pour habiter le monde et les autres, avec amour si possible.

Qu'ont-ils à nous apprendre ?

Que bien que vieillir se traduise pour certains par une perte d'autonomie et une vulnérabilité accrue, la plupart possèdent toutes les facultés suffisantes pour mener une vie sociale active. Ils nous montrent que le vieillissement est une façon d'être et de devenir plutôt qu'un processus de détérioration s'achevant par la mort.

Certains métiers ou spécialités ont-ils émergé pour prendre

soin des personnes du grand âge ?

Si les tendances se poursuivent, les Français de plus de 75 ans seront plus de 13,7 millions en 2070. Cela va produire un tsunami démographique, dès 2021 avec les baby-boomers. En 40 ans d'exercice, j'ai vu la géographie des formations se transformer. De presque rien, on est passé à des formations diplômantes. Dans ce secteur, l'essentiel est d'éviter de ne former que des managers d'entreprise car on a affaire à de l'humain avant tout.

La société traite-t-elle bien le grand âge en général et les centenaires en particulier ?

Il y a, comme dans tous les secteurs, des bons et des mauvais. Plus on est vieux, plus on est fragile, la dépendance physique et mentale engendre de sérieux problèmes pour la personne et ses proches. Le vieillissement va exercer une pression considérable sur le système de santé. Cela risque de déboucher sur une prise en charge de la dépendance à deux vitesses en creusant les inégalités, avec une *low cost* par les établissements publics et une *first class* par les établissements privés. On attend une grande loi sur la dépendance, sujet que les gouvernements successifs, depuis Chirac, se refilent...

1. www.igsmarseille.fr

centenaires varois

Suzanne Félix : « Je suis volontaire, je ne m'écoute pas »

Petite, menue, coquette. Suzanne Félix a soufflé ses 100 bougies l'année dernière. Avec ses yeux rieurs, son élégance, sa tenue, elle ne fait pas son âge. La discussion le confirme, la centenaire, Fréjusienne d'adoption, est aussi alerte mentalement.

Originaire de Lyon, où elle a vu le jour le 1^{er} septembre 1919, elle explique avoir travaillé dès l'âge de 13 ans. Certificat d'études en poche, elle a appris la sténodactylo à l'école Pigier, a été contrôleuse de bobines dans une usine textile à Thizy (Rhône). « *J'ai fait toutes les grèves, on occupait l'usine pour réduire le temps de travail. C'était joyeux, je jouais de la mandoline* ». L'instrument lui est cher.

Fière d'être socialiste

Le combat a porté ses fruits « *On faisait 48 heures par semaine, on a obtenu 45 heures* ». Et d'ajouter à propos du mouvement social actuel : « *il y a toujours eu des excès. J'ai toujours voté, toujours été socialiste, je mourrai socialiste* ».

Elle a 20 ans, habite Roanne, lorsque la guerre éclate. Son père y laissera la vie. « *Je ne veux pas en parler, c'est trop triste* ». De ce fait, elle est pupille de la Nation. Elle confie cependant avoir été déportée en camp de travail en Allemagne, dans une usine à Bietigheim avec d'autres Roannais « *Nous*



Suzanne Félix a joué longtemps de la mandoline.

(Photo Sophie Louvet)

avons été libérés par les Anglais. En rentrant à pied vers Strasbourg, j'entends au passage de la 2^e DB appeler "Suzanne". C'était un copain de classe. On est monté sur la jeep. Quel souvenir ». La paix revenue, cette jolie femme s'est mariée, a eu un fils, Guy, puis a divorcé. En secondes noces, elle a épousé M.

Félix, veuf, père de quatre enfants, Danièle, Jean-Claude, Roger et la petite Nanette, âgée de quelques mois, sa maman étant morte en couches. « *Je l'ai connue bébé, elle est intelligente et fait plein de choses. Elle vient me voir régulièrement* ».

Le couple s'installe dans l'Est-Var,

où son mari crée une entreprise de jardinage. Elle travaille à ses côtés. À la retraite, elle s'intéresse à la vie associative, et fait de la peinture sur soie. Veuve depuis 1998, Suzanne Félix vit seule dans son appartement, mais est bien entourée. De son fils Guy, elle a quatre petits-enfants, dont deux habitent

ici, Jean-Claude et Karine. Elle a quatre autres petits-enfants (Maya, Olivier, Tommy et Félix) du côté de ses beaux-enfants.

D'un caractère affirmé, la centenaire lit sans lunettes, n'a ni cholestérol, ni diabète, juste besoin d'une canne pour marcher.

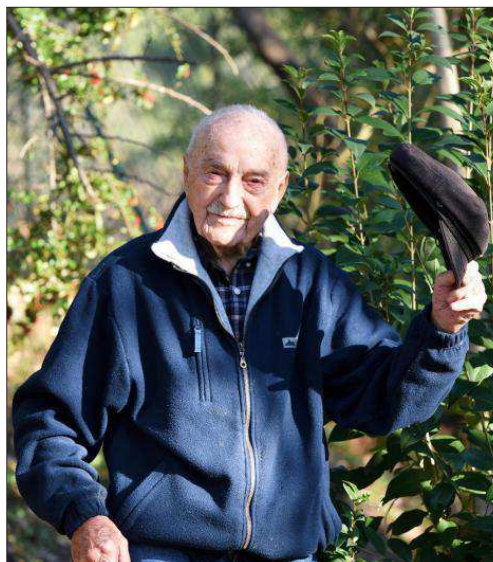
Elle explique sa bonne santé « *parce que j'ai fait beaucoup de gymnastique jusqu'à 25 ans. Je ne fume pas, ne bois pas et j'aime manger de bonnes choses* ».

Outre le kiné, qui vient à domicile masser ses jambes, et la coiffeuse - brushing oblige - elle bénéficie d'une auxiliaire de vie quelques heures par semaine, six jours sur sept, pour l'aider à préparer certains repas, faire son ménage et l'accompagner pour une petite promenade. Mais se débrouille seule pour le reste.

Avoir 100 ans ? « *Ça ne me fait rien*, dit-elle. *Je suis toujours pareille, je suis volontaire, je ne m'écoute pas* ». « *Elle ne veut pas qu'on l'aide* » confirme Manuela, son auxiliaire de vie. « *J'ai eu une belle vie, mais la vie, on se la fait*, commente Suzanne Félix. *Quand j'ai envie de dire quelque chose, je ne me gêne pas, je ne le dis pas par derrière* ». C'est dit !

... Lire la suite de notre dossier en pages suivantes...

Oscar Colle : « Je suis heureux de vivre »



Avec ses yeux rieurs et son humour, Oscar Colle est un charmeur, qui « aime bien blaguer, plaisanter ».

(Photo Sophie Louvet)

« *Je suis né à Vidauban le 21 septembre 1919 et j'y suis toujours* ». Oscar Colle est un centenaire joyeux. Il vit avec son épouse Yvette. « *J'ai eu le coup de foudre quand je l'ai rencontrée, elle était mannequin, très belle. Elle est encore belle à 94 ans. Pour moi, c'est une madone. Alors, je fais attention, je suis très prudent quand je marche. Elle est plus handicapée que moi, qu'est-ce qu'elle deviendrait si je ne suis pas là ?* ». Leur maison est aménagée, les volets sont électriques, il y a des rampes et des rambardes pour profiter du jardin. « *Je les ai installées pour elle* », dit cet éternel amoureux. Lui utilise sa canne pour sortir.

La présence d'une auxiliaire de vie au quotidien est précieuse « *pour le ménage et les courses. Parfois, je pars avec elle en ville à la banque. Il y a Sabrina, Marielle. Elles sont charmantes, serviables. Ce sont des femmes exceptionnelles, dites-le* », insiste Oscar. Jusqu'à l'an dernier, il s'occupait du jardin, taillait les arbres, et conduisait... Mais ses filles, Chantal et Christine, l'ont convaincu de lais-

ser la voiture. Petit, le Vidaubannais rêvait d'être pilote d'avion. Après un brevet de mécanicien, il fait ses classes à Istres, en sort mitrailleur et finit par « être repêché » pour rejoindre la base aérienne de Bourges. « *28463, c'est mon numéro de brevet* », dit-il fièrement.

« Jamais cru à la chance »

Pendant la guerre, alors qu'il n'a pas pu passer en Afrique, il entre en résistance, à Toulon d'abord, puis dans le Puy-de-Dôme, où il cherche des terrains pour les parachutages, et enfin à Lyon. Pour cet engagement dans le réseau Galia, il a été six fois décoré et fait chevalier de la Légion d'honneur en 1954. « *Je n'ai rien demandé* », précise-t-il. Après le conflit, il quitte l'armée, un emploi réservé lui est proposé. Alors qu'il ne sait même pas jouer à la belote, il apprend dans les cercles de Paris le métier de croupier, qu'il exerce durant 23 ans au casino d'Enghien-les-Bains.

Mais le Sud lui manque. Il revient à Vidauban avec son épouse. « *Je lis Var-matin tous les jours. Ce qui m'in-*

téresse, c'est ce qui se passe dans le village. J'y ai vu creuser la première tranchée, s'allumer la première ampoule électrique. Je ne fais pas de politique. Je suis bien avec les blancs, les rouges, les verts, pourvu qu'on ne m'embête pas ». Il n'a pas de secret de longévité : « *J'ai peu fumé, peu bu. Je n'ai jamais cru à la chance mais à la providence. Je me sens protégé pour arriver à mon âge dans mon état. Par qui, par quoi, comment, je ne sais pas* ». Être centenaire ne l'impressionne pas : « *C'est tellement facile, surtout par rapport à ce qu'on a enduré pendant la guerre. Je suis heureux de vivre, j'ai eu une belle vie* ». Il a soufflé 100 bougies avec ses filles, petits-enfants et arrière-petits-enfants, dont il est très fier : « *On est une famille, on s'aime tous* ».

Entre promenades au jardin, jeux cérébraux, il apprécie plus que tout la compagnie d'Yvette. « *Nous mangeons en musique et parfois, nous faisons quelques pas de danse. Maintenant, c'est l'amour qui me guide, c'est ma femme* », souffle-t-il.

Amoureux comme au premier jour.