



24 CINÉMAS
26 RADIO-TV
27 RETRAITE
27 JEUX
28 MÉTÉO

Le jour où j'ai pris 50 ans dans les dents

VIEILLESSE • Un simulateur permet de se mettre dans la peau d'une personne âgée. Adieu mobilité et confiance en soi. Bonjour mal de dos, cataracte, raideur dans la nuque, surdité, jambes lourdes. Reportage.

PHOTOS ALAIN WICHT

TEXTES AUDE-MAY LEPASTEUR

Des jambes et des bras lourds. Une poitrine qui, il me semble, est écrasée sous le poids des ans. Des doigts gourds. Une nuque calcifiée. Des articulations qui rechignent à se plier. Des oreilles comme remplies de coton. Un voile trouble sur les yeux qui éclaire tout d'une lueur jaune malsaine. Le diagnostic est formel: je suis devenue vieille.

C'est arrivé comme ça, dans une petite ville de la banlieue zurichoise. Je suis sortie d'une pièce vitrée; je m'étais pris cinquante ans dans les dents. Quelques minutes avant, les spécialistes de la fondation Terz (voir ci-dessous) m'avaient aidé à passer un simulateur de vieillesse: des poids aux chevilles, aux poignets et sur le torse pour imiter la perte de vitalité du corps; une collerette, des gants, des genouillères et des coudières pour réduire ma mobilité; des écouteurs et des lunettes pour altérer mon ouïe et ma vue.

Perdue dans les rayons

Premier défi: faire ses courses. Je veux des pommes. Je prends des pommes - «c'est haut ces cageots, j'arrive pas à me redresser». Je les pèse. Je presse sur 1 - «1, c'est toujours les bananes, mais bon, c'est écrit au-dessus du cageot de pommes». Le ticket sort. Je le mets à cinq centimètres de mes yeux. C'était pas 1. 1 c'est les bananes. Retour au cageot de pommes. Au-dessus, je lis toujours 1 - «qu'est-ce qui ressemble à un 1? Un 7?» Retour à la balance. Je presse. C'est les pommes. Petit sentiment de victoire.

Je me sens toute raide. Je me sens toute seule. Je me sens toute triste

Je veux des biscuits. Mais je n'arrive pas à identifier les différents rayons. Je ne peux qu'errer au hasard en saisissant de-ci de-là un objet dans l'espoir que j'arrive à deviner ce que c'est. Il y a des étoiles à la cannelle en bout de gondole - «je n'aime pas les étoiles à la cannelle, je vais chercher encore». En passant, je trouve de l'eau. Une grande bouteille, je ne vois pas les petites. Ça fait lourd dans le panier - «j'ai mal au dos, j'aurais dû prendre un caddie». Je saisis aussi des mangues séchées parce qu'elles sont juste devant moi. Je repasse devant les étoiles à la cannelle. Ça doit faire 15 minutes que je tourne en rond. Je prends les étoiles à la cannelle.

L'odeur du fleuriste

Bilan et conclusion intermédiaires: mon pique-nique comprend des pommes, des étoiles à la cannelle, des mangues séchées et de l'eau. Je voulais acheter: des pommes, des cookies, du saucisson, du pain et de l'eau. Je comprends enfin pourquoi, chez les personnes âgées, il y a toujours les mêmes produits qui ne sont jamais très bons.

Je demande à la caissière de répéter mais ne comprends toujours pas. Je suis sourde comme un pot. Je dis «non». Elle doit sans doute me parler de supercard ou de cumulus.

Mon petit sac plastique rempli de commissions me scie les doigts. Autour de moi, il n'y a que des ombres. C'est sans doute mieux. Comme ça, je ne vois pas la tête des gens qui, sûrement, me dévisagent. Je suis fatiguée, mon corps est lourd, j'aimerais m'asseoir dans un café, mais toutes les enseignes se ressemblent. Je sens un fleuriste plutôt que je le vois. Et je repère une pharmacie, à sa lumière blanche.

Un monde si petit

A côté de la caisse, il y a un fauteuil. Je m'assois. Je me sens toute raide. Je me sens toute seule. Je me sens toute triste. Le monde paraît si petit. Le monde paraît si étroit. Je veux rester pour toujours dans le fauteuil.

Une pharmacienne me conseille un shampoing à la sauge, spécial grand âge - «elle est gentille». Ça me fait du bien. Je paie avec ma monnaie. Les pièces tombent de mes mains, glissent entre mes doigts gauches. Je donne trois fois 2 francs. La pharmacienne me rend une pièce; c'est un jeton pour les caddies. Je prends le ticket - «je me suis peut-être trompée». Je ne prends jamais le ticket. Je n'ai plus confiance en moi.

Je sors dans la rue. Je vois des phares, pas de voitures - «bénédict soient les parlementaires qui ont déclaré les lumières obligatoires de jour» - comme dans un épais brouillard jaunasse. Le petit bonhomme rouge passe au vert. Je m'élanche à tout petits pas. Il repasse au rouge avant que j'atteigne le trottoir d'en face. Je retire avec succès de l'argent au distributeur. Mais si quelqu'un désire me voler mon porte-monnaie, il est à prendre. Je n'arrive pas bien à le tenir et j'ignore si une personne est postée à mes côtés. Le monde se fait menaçant.

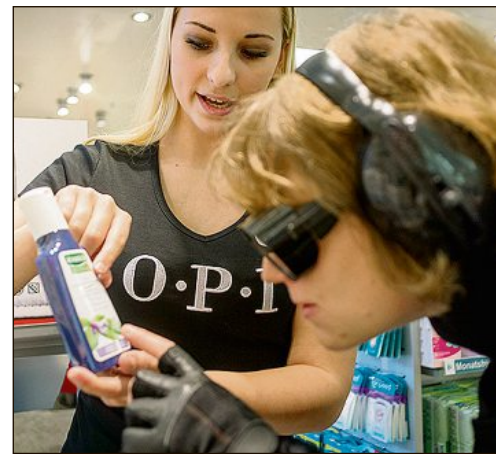
Je ne peux pas rentrer

Je crois avoir trouvé un café. C'est une joaillerie. Deuxième essai. C'est une boulangerie. La troisième tentative est la bonne. Je m'affale sur la banquette. Il y a quatre cartes: les glaces, les jus de fruit, le menu du restaurant et les thés. Les deux premiers comportent des dessins - «c'est pour ça que les grands-mères prennent des jus Michel!» -, les deux suivantes sont illisibles.

Je demande de l'aide au serveur. J'hésite à mettre du sucre dans mon thé aux fruits - «c'est difficile d'attraper la cuillère». J'ai peur de renverser du thé sur mes habits, peur de faire tomber la tasse, peur d'être ridicule.

Dehors, il fait froid. Retour à la gare pour acheter un billet - «heureusement que je connais les distributeurs CFF par cœur». La machine crache son papier - «au ras du sol!» Je récupère le billet. C'est une quittance. Je colle mon nez contre le papier. Tousjours une quittance. Ah! Le billet est derrière. Pas vu, pas senti.

Je prends la rampe pour les quais. Je prends la barrière pour



En rendant chaque geste du quotidien difficile, le simulateur coupe petit à petit la personne du monde qui l'entoure.

ne pas perdre l'équilibre. Autour de moi, des lumières diffuses - «je ne peux pas lire les horaires, je ne peux pas rentrer chez moi».

J'ai enlevé les lunettes et les écouteurs, j'ai enlevé les gants, les genouillères, les poids. J'ai cru que j'allais m'envoler. J'ai pensé que la lumière du monde m'était rendue.

L'accompagnatrice a dit: «Vous avez tenu longtemps. Normalement, les gens arrêtent après 20 minutes. Ça fait 1h30 que vous portez le simulateur.» J'ai pensé à mon grand-père. Lui a tenu plus de quinze ans. I

> Lire aussi en page 27



Galerie photo > www.laliberte.ch

POUR LES SPÉCIALISTES DE LA VIEILLESSE

La fondation suisse Terz, active depuis 2008, a pour objectif d'améliorer les conditions de vie des personnes âgées, au travers par exemple de la recherche et du travail de lobbying. Basée à Berlingen (TG), elle possède le monopole de l'utilisation et de la vente en Suisse du simulateur de vieillesse «Gert». Développé en Allemagne pour les besoins de l'industrie automobile (confort du «copilote»), le simulateur est utilisé en Suisse pour la recherche ou la sensibilisation. Des universités, des hôpitaux, des homes, mais également des entreprises créant des produits destinés au troisième âge (appartements, produits d'hygiène, etc.) l'utilisent pour offrir à leurs employés une «immersion» dans le vécu des personnes âgées.

Le simulateur, qui pèse une trentaine de kilos, tente de reproduire les conditions «biologiques» de la vieillesse, en se basant sur quatre domaines: vue, mobilité, ouïe et perte de force physique. D'après une étude de l'hôpital bâlois Felix Platter, la démarche d'étudiants portant le simulateur et de personnes âgées serait similaire. Se limitant à des critères physiques, le simulateur n'a pas pour objectif de plonger le porteur dans l'univers «psychique» des plus âgés.

La fondation Terz n'organise pas de journées de sensibilisation pour le grand public, mais peut répondre à des demandes individuelles. La location du simulateur pour une demi-journée revient à 980 francs. AML > www.terzstiftung.ch