SENSIBILISATION Pour la Journée internationale des personnes âgées, des Genevois ont pu tester des simulateurs de vieillissement, le temps d'un trajet







Le 27 septembre 2026, des usagers des TPG ont testé des simulateurs de vieillissement.

Le tram dans la peau d'un sénior

TEXTE: CHRISTIAN LECOMTE
PHOTOS: KARINE BAUZIN POUR LE TEMPS

REPORTAGE

Rond-point de Plainpalais, dimanche 27 septembre. Six personnes en chasuble jaune patientent sur le quai. Elles sont accompagnées de deux employés des TPG (Transports publics genevois) reconnaissables à leur t-shirt aux couleurs de la régie. Une vaste opération de contrôle des titres de transport? Non. Lorsque le tram 18 direction Grand-Lancy-Palettes ouvre ses portes, le groupe rassure vite les éventuels contrevenants: il s'agit d'une opération de sensibilisation au vécu du public sénior dans les transports en commun.

Ceci dans le cadre de la Journée internationale des personnes âgées, qui se déroule chaque 1er octobre. La ville de Genève a prévu, jusqu'au 4 octobre, une série de manifestations – 57 activités réparties sur 37 lieux. Répondant à un appel à projets, la Haute Ecole de travail social de Genève (HETS), en collaboration avec les TPG, a initié une démarche appelée «Le temps d'un trajet», qui invite les usagers à expérimenter de manière concrète certaines limitations liées à l'avancée en âge, grâce à des simulateurs de vieillissement.

Passer les lunettes de l'âge

Des thérapeutes de la filière psychomotricité de la HETS ainsi que des étudiantes de cette même filière ont proposé aux usagers de tester «des orthèses sensorielles et motrices». Illustration avec Stéphanie, une étudiante, qui tend une boîte à lunettes contenant au total six paires simulant des pathologies visuelles récurrentes chez les personnes âgées (glaucome, cataracte, DMLA – dégénérescence maculaire liée à l'âge). «J'ai l'impression d'être une opticienne», sourit Stéphanie en ouvrant le coffret. Premier volontaire: Romain, un trentenaire se rendant à la fête japonaise à Carouge. Il enfile d'abord les lunettes «Glaucome». «La vision sur les côtés est mauvaise, il y a des zones d'ombre et très floues» décrit-il. Il enchaîne avec les lunettes simulant une DMLA: «Si je regarde bien en face, il y a un point noir. Il faut que je penche la tête sur les côtés pour voir, comme si je voulais contourner ce point noir. » Et poursuit: «Je comprends pourquoi les anciens dans le tram nous regardent parfois bizarrement, comme s'il y a quelque chose qui cloche chez nous.»

Gemma Gebrael Matta, la responsable de la filière psychomotricité, explique: «On sensibilise ici aux difficultés parfois invisibles qui peuvent accompagner l'avancée en âge. La personne peut par exemple pencher la tête ou l'approcher trop face à un vis-à-vis, elle risque de heurter des passagers en se déplaçant. Cela peut provoquer des réactions presque hostiles et contribuer à l'isolement social de nos séniors. Ces simulations ont une portée bien entendu physique mais aussi psychologique et sensorielle. On se met à la place de l'autre et on comprend ce qu'il peut ressentir.»

Anticiper chaque arrêt

Giulietta, étudiante, a testé les orthèses réglables simulant les effets du vieillissement locomoteur. L'équipement se présente comme un baudrier d'escalade avec des attelles pourvues d'une partie métallique amovible qui limite la mobilité du genou. Il lui faut aussi enfiler des surchaussures lestées et de lourds brassards au niveau des coudes pour éprouver une raideur articulaire. Une sangle est posée à hauteur des cervicales. Une bande élastique peut être fixée sur la main et le poignet pour simuler les conséquences de l'arthrose. «J'ai l'impression d'être un robot, mais un vieux robot», constate Giulietta. La marche est lourde, penchée, hachée, contrainte. Une fois assise, elle éprouve maintes difficultés à se relever. «La personne âgée qui a des problèmes locomoteurs doit vraiment anticiper si elle ne veut pas rater son arrêt», note-t-elle. «Il faut sans cesse rappeler que la rame de devant offre une meilleure accessibilité, l'espace est plus large et plat», relève Gemma Gebrael Matta. Pour compléter le tout, un casque réducteur de bruit est aussi proposé aux usagers. «J'entends comme si j'étais dans l'espace, avec des sons très sourds et lents comme au ralenti», confie Hugo, assistant en soins éducatifs dans une crèche.

Ce kit de simulation du vieillissement a été conçu par l'entreprise solidaire d'utilité sociale ReSanté-Vous, basée à Poitiers. Elle intervient auprès des Ehpad (maisons de retraite), des services à la personne et des collectivités locales. La filière psychomotricité de la HETS a acquis ce matériel, qui est aussi un outil pédagogique pour les futurs professionnels. «En France, la présence de psychomotriciennes a été rendue obligatoire dans les EMS, pas encore chez nous mais on a espoir d'y parvenir», indique la responsable. Pour rappel, la Suisse compte depuis 2025 davantage d'habitants de 65 ans ou plus que de personnes de moins de 20 ans (1 811 000 contre 1 802 000).

La peur des obstacles

C'est la première fois que de telles simulations sont proposées dans les Transports publics genevois. Pascal Tanner, expert réseau aux TPG, précise: «Nous faisons toute l'année de l'accompagnement des personnes à mobilité réduite mais cette expérience aide à comprendre là où des améliorations paraissent nécessaires.» Les TPG ont par ailleurs sollicité les psychomotriciennes afin que leurs personnels soient sensibilisés à la question des déplacements dans les rames.

Rencontre avec un couple d'octogénaires qui ce dimanche-là a participé à une marche pour les séniors. Deux heures de randonnée dans la campagne genevoise. Ils rentrent chez eux, aux Avanchets, commune de Vernier. «Nous sommes plutôt bien portants mais nous évitons tant que possible les bus et les trams. Il faudrait du marquage au sol, une main courante, une augmentation du volume sonore des messages et surtout une réduction des risques de faux pas. Il y a des marches et puis des bagages et même des trottinettes qui encombrent les allées», regrette l'époux. Sa compagne ajoute: «Le plus déplaisant, ce sont tous ces gens qui ne nous voient plus, ils ne regardent que leur téléphone alors nous n'osons pas leur demander par exemple une place assise près de la sortie.»

Les grands-pères, révélateurs d'une masculinité qui a changé de visage

FAMILLE Plus disponibles et en meilleure santé que leurs prédécesseurs, les grands-pères d'aujourd'hui s'occupent davantage de leurs petits-enfants

CÉLINE ZÜND

Ils se font appeler «papy». Plus rarement, «grand-papa». Mais beaucoup de grands-pères ont horreur des classiques et demandent qu'on se contente de s'adresser à eux par leur prénom. Entre les deux, il existe une kyrielle d'inventions: nonno, papou, pipa, happy, lompa, etc. Ces surnoms adoucissent un peu le passage dans l'inéluctable dernier âge de la vie que rappelle la naissance d'un petit-enfant, en mettant à distance le «pépé», que tous détestent, sans exception.

La psychiatre française Vivianne Kovess-Masfety a écrit un livre sur les grands-mères, paru en 2023, dans lequel témoignent 45 femmes. A force de se voir réclamer une suite sur les grands-pères, elle a fini par se laisser convaincre. Elle ne l'a pas regretté: alors qu'elle craignait que les hommes se livrent peu, elle a été surprise par leur envie de parler. Elle a également constaté combien la manière de s'occuper des enfants a changé, en une génération.

Pour son livre *Etre grand-père aujourd'hui,* paru le 16 septembre chez Odile Jacob, elle s'est entretenue avec 32 grands-pères français âgés de 67 à 86 ans. La façon dont ils se font appeler par leurs petits-enfants peut paraître anecdotique, mais elle donne déjà un aperçu de la manière dont ils envisagent leur rôle.

L'un d'eux a choisi de se faire appeler «Dadou» par son petit-fils de 3 ans: «Je souhaite pouvoir être un endroit de recueil, de petit chagrin et de confidences», explique-t-il, tout en se demandant s'il atteindra, un jour, «ce summum».

Cette aspiration est emblématique de l'un des traits de ces nouveaux grands-pères, décrit par l'auteure: ils sont plus portés sur la dimension affective de leurs relations avec leurs petits-enfants. «Les grands-pères sont un indicateur de la façon dont la masculinité a changé de visage», estime la psychiatre. Ils ne se limitent plus à un rôle d'autorité ou de transmission culturelle, mais s'investissent dans le jeu et dans les soins, y compris aux bébés. «C'est l'avènement, écrit-elle, du «grand-paternage.»

Vivianne Kovess-Masfety précise que son «échantillon» n'est pas représentatif: ces hommes appartiennent à un milieu de classe moyenne supérieure. Leurs récits dessinent néanmoins un portrait tout en nuances de ces «nouveaux grands-pères».

Le contexte démographique contribue à faire bouger les lignes. Jamais autant d'hommes n'ont vécu aussi longtemps et en si bonne santé. Même s'ils deviennent grands-parents plus tard que les femmes et meurent en moyenne plus tôt, les hommes disposent aujourd'hui de plus de temps pour connaître leurs petits-enfants.

Des fils différents

Le contraste avec leurs propres grands-pères est saisissant. Ceux qui en gardent un souvenir décrivent un patriarche distant, à qui on n'osait pas trop adresser la parole, rarement un modèle.

Mais c'est peut-être le regard que ces sexagénaires, septuagénaires ou octogénaires portent sur leurs fils qui exprime le plus les décalages. Une partie d'entre eux sont devenus adultes pendant les Trente Glorieuses, quand les rôles de genre «traditionnels» semblaient aller de soi. «On attendait d'eux qu'ils réussissent leur carrière et fassent bouillir la marmite», souligne Vivianne Kovess-Masfety.

Aujourd'hui, ils voient leur fils changer des couches, consoler, veiller à être là le soir et le week-end. Devant ce tableau, ils oscillent entre ravissement et scepticisme. Certains interprètent cet investissement familial comme le signe d'une ambition professionnelle moindre et s'inquiètent pour la carrière de leur fils. Mais beaucoup admirent leur engagement dans la paternité.

La comparaison les ramène inévitablement aux pères qu'ils ont eux-mêmes été. La plupart reconnaissent avoir été peu présents. Pour certains, devenir grand-père ouvre alors la possibilité d'un nouveau départ.

L'un d'eux garde souvent ses quatre petits-enfants, qui habitent la même ville. «Je les lange, j'apprends», dit-il. Et lorsqu'il songe au père peu disponible qu'il a été, il se demande: «Est-ce que je n'ai pas été meilleur grand-père que père?» Chaque nouveau petit-enfant, raconte-t-il, «ça a été de plus en plus émouvant, de plus en plus chaleureux». Il ne se souvient pas avoir connu cette émotion avec ses propres enfants.

Ces grands-pères sont aussi davantage sollicités dans des familles où les mères travaillent plus qu'autrefois. Contrairement à ce qui se fait en Suisse, ils représentent rarement un mode de garde régulier. Mais ils vont chercher les enfants à l'école ou les accueillent pendant les vacances. Ils découvrent les enfants à un moment de leur vie où ils sont plus disponibles, sans le poids de la responsabilité de parent. Quand ça se passe bien, «ces grands-pères aident les enfants à grandir et les petits-enfants les aident à bien vieillir», dit Vivianne Kovess-Masfety.