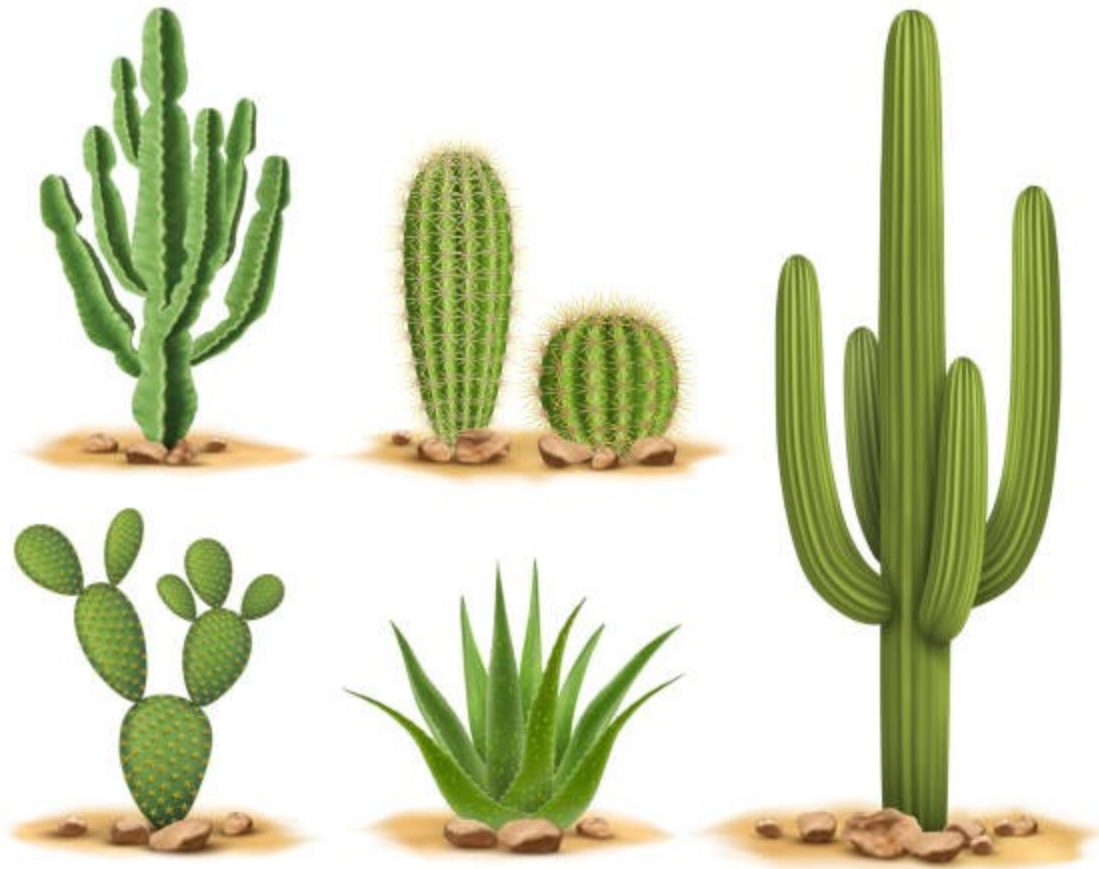


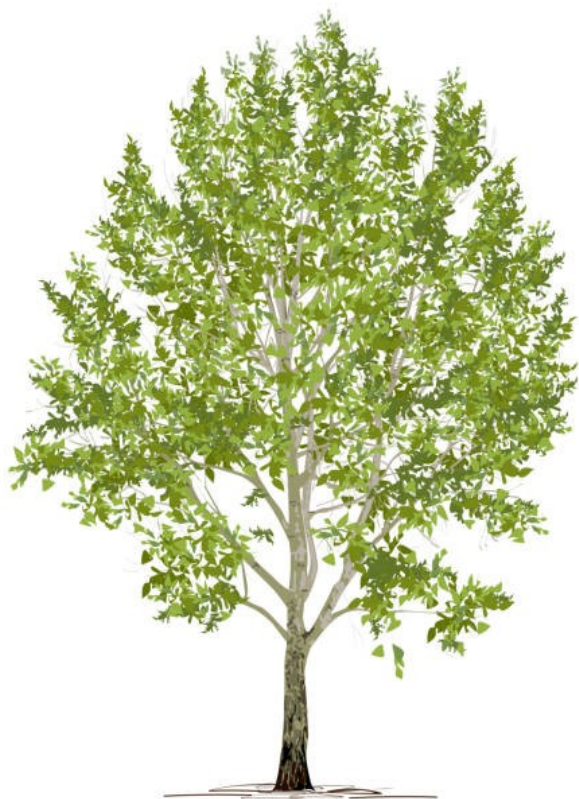
LES CACTUS



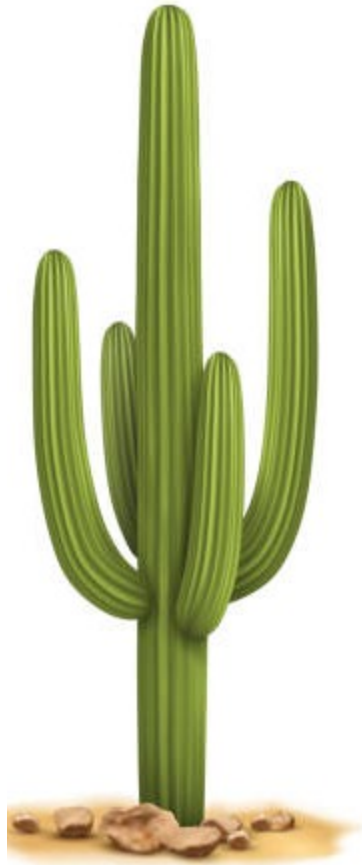
Les cactus sont-ils des plantes sympathiques ?
Ils sont piquants et parfois d'un contact rebutant, austère.
Conçus pour vivre en milieu aride, il leur suffit de peu.

Témoignage d'un peuplier

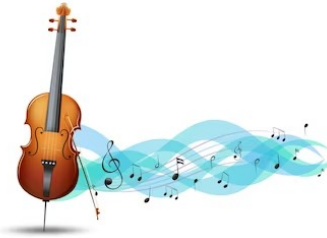
« L'idée de finir un jour en cactus me terrifie »



Voilà ce qui est arrivé à un cactus :



Il fait vraiment sec cette semaine.
Mais je n'ai pas besoin d'eau !
Je suis un cactus.



Petite musique : ceci dit,
... Je m'ennuie ferme.
... Je ne m'aime pas trop en cactus !
... C'est pas marrant tous les jours.



On a jamais vu une sécheresse pareille,
mais je n'ai pas besoin d'eau !
Je suis un cactus.



Petite musique : ceci dit...
... Cette vie est sans intérêt ?
... Je ne m'aime vraiment pas en cactus !
... C'est terrible d'être un cactus,
... J'aimerais mieux être un cailloux, tiens !
... Mais à quoi bon vivre !

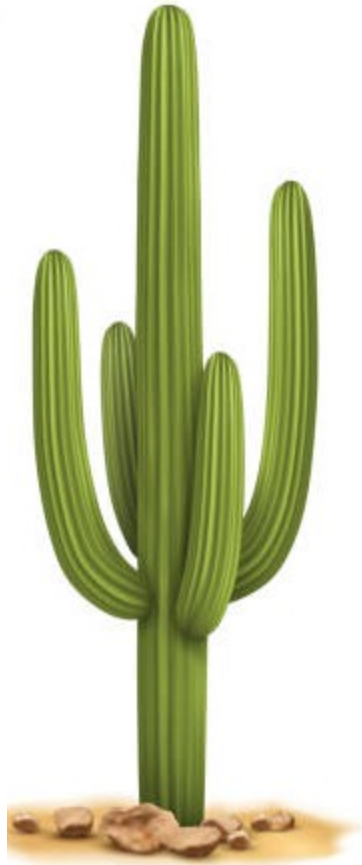


Ça fait une éternité que je n'ai pas bu un grand verre d'eau fraîche mais je n'ai pas besoin d'eau ! Je suis un cactus.



Petite musique :

... C'est vraiment affreux d'être un cactus,
... Ça sert à rien un cactus,
... Ça a tout le temps soif un cactus,
... Tout le monde déteste les cactus,
... Et on a bien raison, c'est moche,
... Je me déteste !



Ça fait une éternité que je n'ai pas bu un grand verre d'eau fraîche. Mais je n'ai pas besoin d'eau ! Je suis un cactus.



Petite musique :

... C'est vraiment affreux d'être un cactus,
... Ça sert à rien un cactus,
... Ça a tout le temps soif un cactus,
... Tout le monde déteste les cactus,
... Et on a bien raison, c'est moche,
... Je me déteste !



Contre toute attente,
finalement, cette
petite quantité d'eau
m'a fait beaucoup de bien.

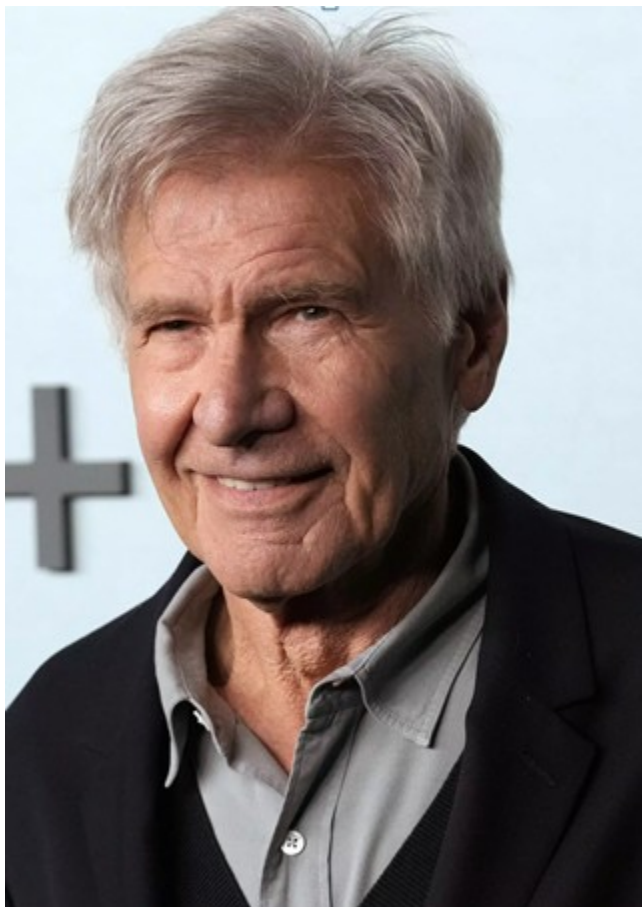
Et puis c'est finalement bien la vie
de cactus. Je redeviens coquette.



Photo de cactus après une petite averse dans le désert



De quoi les cactus pourraient-ils être la métaphore ?



« J'aime être vieux »



De quoi le climat aride pourrait-il être la métaphore ?

Notre perception du monde

Géopolitique

Réchauffement climatique

Menace nucléaire

Menace de guerre

Précarité

Peur du déclassement

Sécheresse

Prix de l'immobilier

Démographie mondiale

Chômage

Famine

Hausse des taux d'intérêts

Manque de personnel soignant

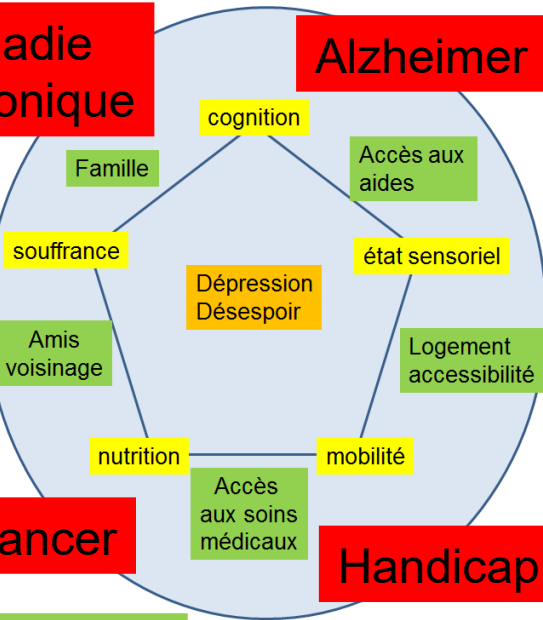
Maladie chronique

Alzheimer

Pénurie d'eau

Méga-bassines

Confinement



Pénurie de médicaments

Crises sanitaires

Violences intrafamiliales

Les fossoyeurs

Pollution record

Surconsommation

Corruption

Il faut beau aujourd'hui

Inflation/pouvoir d'achat

Dégradation de la qualité de vie au travail

Élevage intensif

Endettement

Délinquance

ChatGPT

Condition animale

Immigration

Montée des extrémismes

Avoir des quantités de choses qui donnent envie d'autre chose

Place des personnes âgées

Après 50 ans au travail = vous êtes dépassé

Vive les nouvelles technologies !

Le passé en s'en fout, c'est la fin de l'histoire !

Soyez performant !

Soyez innovants !

Soyez adaptable !

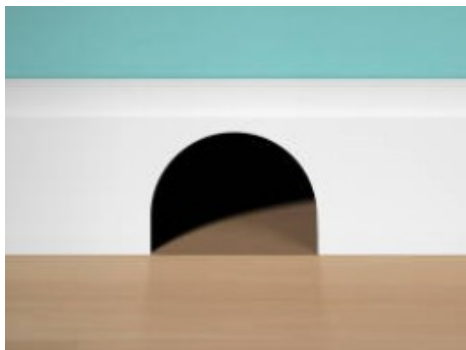
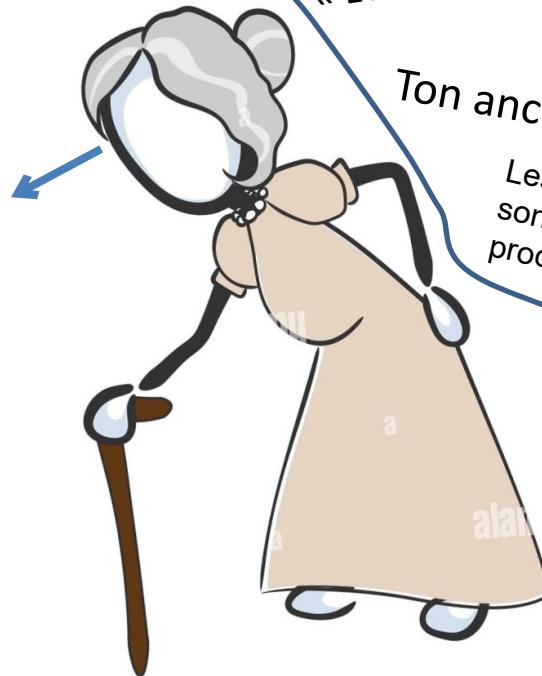
Nos aînés nous laissent une dette immense
et une planète dévastée

« Les fossoyeurs »

Donnez votre code RIF puis tapez votre
n° d'identifiant à 11 chiffres.... »

Ton ancien métier n'existe plus, inutile !

Les personnes âgées malades
sont un fardeau pour leurs
proches !



Trou de souris

Santé mentale des personnes âgées



GPOINTSTUDIO/ISTOCK

Sur la période 1990-2011 : Le nombre de personnes de plus de 65 ans sous antidépresseurs à doublé (1)

En 2021 : 26,6 % des femmes de 75 ans ou plus prennent des psychotropes vs 2,7 % des hommes âgés de 15-25 ans. (2)

- 1) Arthur A, Savva GM, Barnes LE, Borjian-Borojeny A, Denning T, Jagger C, Matthews FE, Robinson L, Brayne C; Cognitive Function and Ageing Studies Collaboration. Changing prevalence and treatment of depression among older people over two decades. *Br J Psychiatry*. 2020 Jan;216(1):49-54.
- 2) enquête EpiCov <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-03/DD102MAJ200323.pdf>

Impact de la pandémie de la Covid-19 sur la prescription de psychotropes

Le suivi de la consommation des médicaments délivrés en ville montre une progression importante des nouveaux consommateurs d'anxiolytiques, d'antidépresseurs et de somnifères et une hausse des doses délivrées sur la période allant de mars 2020 à avril 2021.

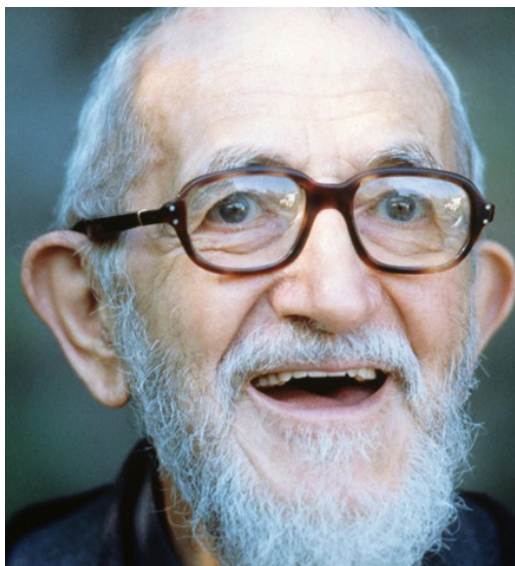
Sur les quatre premiers mois de l'année 2021, en France, on observe une hausse globale des initiations de traitements psychotropes :

- + **23 % pour les antidépresseurs,**
- + 18 % pour les antipsychotiques,
- + 15,2 % pour les anxiolytiques,
- + 26,4 % pour les hypnotiques.

Les enfants et les Adolescents ne sont pas épargnés : Selon un rapport du Haut Conseil de la famille, de l'enfance et de l'âge, la consommation de psychotropes chez l'enfant et l'adolescent a augmenté de 48 % entre 2014 et 2021 pour les antipsychotiques et de **62% pour les antidépresseurs.**



D'après Michel Houellebecq, une société devient nihiliste quand elle a davantage de respect pour celui qui n'a rien accompli que pour celui qui a expérimenté, travaillé, élevé, souffert, donné, accompli une œuvre, protégé les siens.



Le vieillissement, le handicap ne sont pas des vertus, mais on va éprouver le plus souvent admiration, reconnaissance et gratitude pour une personne âgée ou handicapée, dès lors que l'on apprend à la connaître et découvre ses mérites.



De quoi l'arrosoir pourrait-il être la métaphore ?



Le rire complice d'un enfant



Un câlin



Être mis à l'honneur



Une fête en famille



Un traitement efficace contre la douleur



Un peu d'aide pour porter son sac



Du soutien pour traverser une épreuve de la vie



**Lutter contre toute forme de déshumanisation
des personnes âgées, vulnérables, dépendantes**

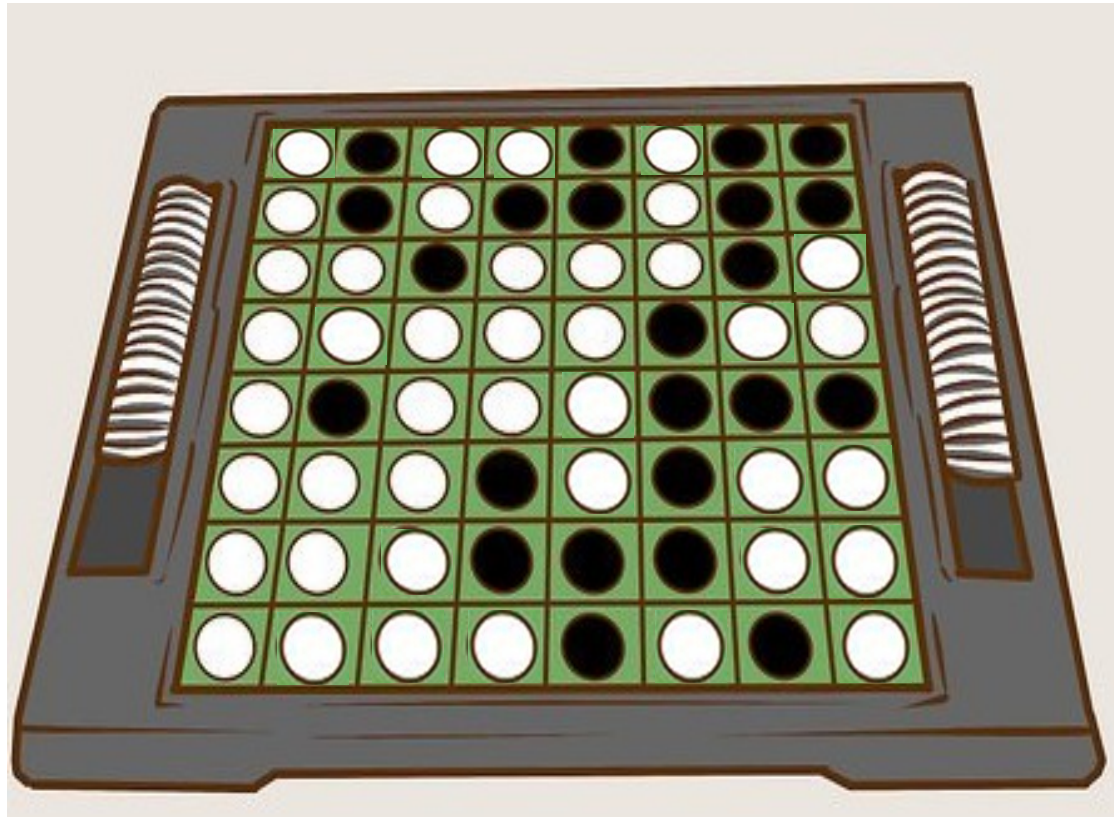
Lutter contre la tendance de la médecine technique à oublier les besoins fondamentaux



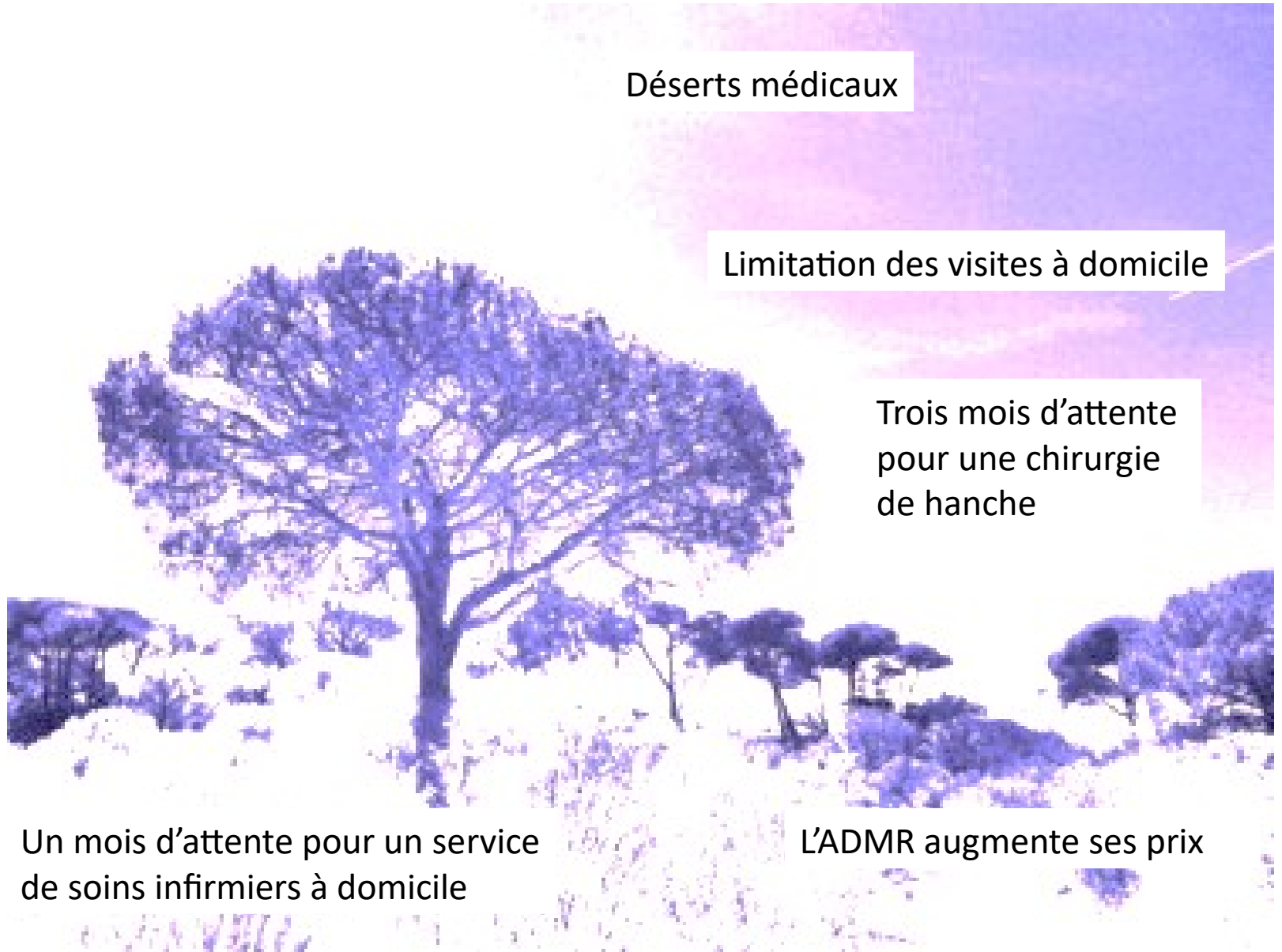
Aborder les personnes âgées, même très malades, même handicapées, même « pas faciles » avec bienveillance, humour, connivence, respect.



Disposer des petits cailloux blancs



Situation en ville pour les cactus : un environnement aride



Déserts médicaux

Limitation des visites à domicile

Trois mois d'attente pour une chirurgie de hanche

Un mois d'attente pour un service de soins infirmiers à domicile

L'ADMR augmente ses prix

Situation à l'hôpital pour les cactus : un climat désertique



Conditions requises pour être admis dans notre service spécialisé :

1- Ne pas avoir de piquants

2- Se déplacer par ses propres moyens

3- Ne pas être vert

PS : Nous n'avons rien contre les cactus, j'ai même un ami cactus.

Situation aux urgences pour les cactus : l'enfer

Il nous envoient vraiment toutes les merdes !

Moi j'ai pas demandé à soigner les cactus

Tu va voir c'est cactus-land tous les jours, ici

Il y a trop de cactus, ça prolifère comme du chiendent

Ils ont rien à faire là!

Personne n'en veut !

Les gériatries disent que c'est de la psychiatrie et les psychiatres disent que c'est de la gériatrie

Ils prennent la place de ceux qui en ont vraiment besoin

Ça pique ce truc

C'est de la « médecine botanique », aucun intérêt

« Ils savent plus où les mettre alors il nous les envoient »

**« C'est l'enfer ici !
« Il n'y a plus qu'à me mettre
à la poubelle ! »**





Une solution ?



**De plus en plus de cactus réclament le droit
d'être mis à la poubelle. Si c'est leur souhait ?
Il est de notre devoir, de pays civilisé d'y répondre !**

Les personnes vieillissantes se désespèrent parfois

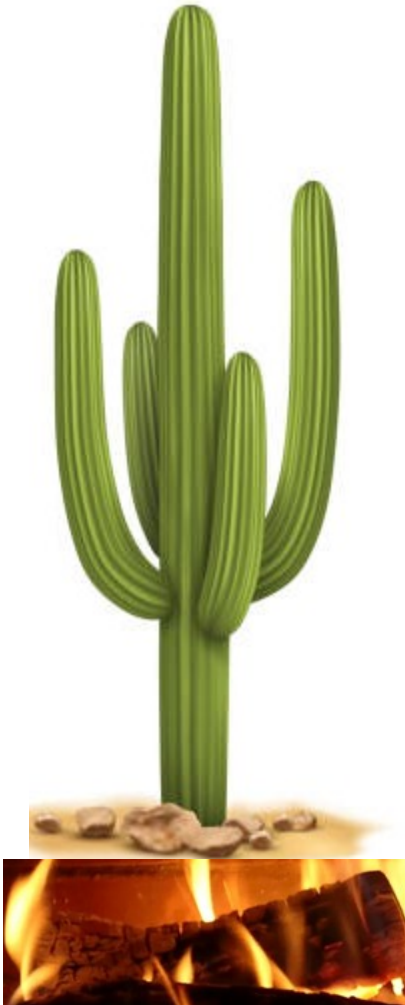
Témoignage d'un cactus qui va mieux

« Aux pires moments, quand j'avais l'impression qu'aucune espérance n'était possible, que le sentiment d'être un fardeau pour les autres ou pour moi-même me submergeait, que la douleur était insupportable, qu'il n'y aurait plus de moment agréable à vivre, j'aurais aimé pouvoir en finir, sans que l'on me juge. »

« Cela me semblait plus facile, cela m'aurait rassuré, si quelqu'un m'avait aidé à le faire sans douleur. Mais en même temps, je ne voulais pas imposer cette culpabilité à autrui, car je suis conscient que cela peut-être traumatisant et destructeur. »

« Le désespoir parvient à nous faire croire que notre souffrance est existentielle et sera éternelle. »

Des « presque-riens » des « je ne sais quoi » m'ont sauvé. Un sourire, une main dans la mienne, un geste prévenant, une discussion à propos « de boutons de nacre » qui m'a fait sourire, qui m'a rendu heureuse. Progressivement l'insurmontable, bien entouré, m'a semblé surmontable, pour un temps.





Qu'advientra t'il des personnes vieillissantes qui se sentent par moment particulièrement vulnérables et précaires, si la priorité, l'urgence se limite à la mesure du « au pire » ?

Où voulons-nous aller ?

Les personnes vieillissantes espèrent BEAUCOUP

L'idéal serait de ne pas vieillir seul, mais auprès de ma famille, de mes amis, de me sentir bien intégré dans ma commune et mon quartier.

L'idéal serait de me sentir respecté pour ce que j'ai accompli, de sentir qu'il existe encore une solidarité intergénérationnelle, une reconnaissance, me sentir en sécurité.

L'idéal serait de me sentir encore utile pour les autres, ma famille bien sûr, mais aussi la société, De pouvoir transmettre mon expérience ou témoigner, de travailler à mon rythme et selon mes capacités, si je le souhaite et non par nécessité.

L'idéal serait de rester créatif, de faire du sport, de m'instruire, d'enseigner.

L'idéal serait que l'on m'aide à rester autonome le plus longtemps possible.

L'idéal serait que l'on puisse prendre en compte que parfois, j'entends mal, que je vois mal, que je retiens mal, que je suis plus lent, que je ne parle pas forcément l'Anglais et ne comprend rien à vos Acronymes.

L'idéal serait d'avoir pour les démarches administratives, les services, un interlocuteur humain, un être capable de connivence et d'une réelle empathie, pas un ordinateur, un algorithme informatique ou un robot.

L'idéal serait que ma retraite me permette de vivre dignement, qu'elle soit protégée contre l'inflation, que mes charges, mon loyer, n'augmentent pas trop.

L'idéal serait que l'on rembourse mieux mes soins dentaires mes lunettes et mes prothèses auditives.

L'idéal serait que l'on m'aide à rester chez moi plus longtemps même si ma mobilité, mes capacités cognitives, sensorielles sont restreintes.

L'idéal serait que le financement de la dépendance et de l'aide sociale soient garanties pour les années à venir.

L'idéal serait de trouver un médecin traitant si possible dans mon quartier.

L'idéal serait que ce médecin traitant puisse de nouveau faire des visites à domicile.

L'idéal serait qu'on ne me dise pas systématiquement que c'est « normal » pour mon âge ou que l'on ne peut « rien y faire », sans avoir essayé.

L'idéal serait de trouver une infirmière pour les soins courants, une auxiliaire de vie, une aide ménagère.

L'idéal serait d'avoir un rendez-vous avec un spécialiste dans un délai raisonnable et que l'on accepte de m'opérer de ma hanche qui me fait tant souffrir, si c'est mon choix.

L'idéal serait d'arrêter d'avoir peur d'aller à l'hôpital, par crainte de mourir sur un brancard aux urgences, faute de lit d'aval.

L'idéal serait un hôpital qui ne m'identifie pas à un « problème social », parce que je ne tiens plus debout quand j'ai une forte fièvre ou une fracture du bassin.

L'idéal serait que le prix des EHPAD et des résidences senior soit juste et conforme au service proposée.

L'idéal serait que les EHPAD disposent de personnel qualifiés et en nombre suffisant, si il n'y a plus d'autre choix, je veux pouvoir aller dans celui que j'ai choisi.

L'idéal serait que l'on traite mes douleurs correctement. Quand ma dernière heure sera vraiment venue, je veux avoir accès aux personnes qui sauront soulager mes souffrances et m'accompagner.

Prenons soins de nos cactus

