

Note de synthèse

« Alors évidemment on vieillit, mais on est bien vivant ! » :

L'expérience de personnes âgées en Eco-Lieux et Habitats Participatifs

Le 4 juin 2025

Porteurs et auteurs de l'étude :

Hervé Michel, Directeur de MADoPA, docteur en science politique

Raphaël Koster, Responsable projets, docteur en socio-anthropologie

Zoé Grange, Cheffe de projets, docteure en socio-anthropologie

Le comité de pilotage :

Nicole Bigas, Présidente de la Fondation MUTAC

Caroline Brangé, Directrice du pôle IRP de la Fondation de l'Avenir et référente de la Fondation MUTAC

Anthony Fouet, Référent Recherche en Sciences Humaines et Sociales de la Fondation de l'Avenir

Xavier Dupont, Président de la Fondation Autonomia

Ingrid Antier-Perrot, Déléguée Générale de la Fondation Autonomia

Laetitia Coupeau, Responsable de service Action Sociale des Activités Fédérales Nord et Sud de Klésia

Présentation des auteurs et des partenaires

Cette note de synthèse est le résultat d'un travail de terrain et d'analyse de 2 ans faits par MADoPA qui analyse les situations de perte d'autonomie et la place des personnes âgées dans les éco-lieux et habitats participatifs.

Voici en quelques mots la présentation de MADoPA, auteur de l'étude :



MADoPA est un centre expert et un living lab pour la santé et l'autonomie des personnes âgées et personnes atteintes de maladies chroniques. Depuis 2010, MADoPA a réalisé plus d'une centaine de projets ou missions de co-création, d'expérimentation et d'évaluation de technologies et services en France et en Europe. A l'exemple de ce projet sur les éco-lieux, MADoPA est aussi à l'origine d'initiatives destinées à mettre en évidence les dynamiques de vie des personnes âgées et à éclairer la santé sous l'angle de la salutogenèse.

Cette étude a pu se réaliser grâce au soutien financier, l'expertise et l'accompagnement des partenaires suivants :



Placée sous l'égide de la [Fondation de l'Avenir](#), la [Fondation MUTAC](#) a pour objet d'intérêt général la lutte contre l'isolement des personnes âgées au travers du lien intergénérationnel.

Issue de la mutuelle de prévoyance obsèques MUTAC, La Fondation MUTAC œuvre pour rompre le phénomène d'isolement social de nos aînés, car il constitue la première cause reconnue comme principal facteur de dégradation de leur état de santé.

Pour ce faire, la Fondation MUTAC déploie ses actions en 4 missions principales : le développement d'étude et l'évaluation de dispositifs existants pour l'accompagnement des personnes âgées ; la valorisation des dispositifs de promotion de la santé, de prévention et d'accompagnement des personnes âgées de nos aînés (pour ne pas être redondant) ; la diffusion de l'information auprès de tous publics sensibles à la santé des personnes âgées ; le développement de le renforcement de la collaboration entre la société civile, scientifique et les acteurs de l'économie sociale et solidaire



La Fondation AUTONOMIA reconnue d'utilité publique et abritante a pour mission d'encourager et de préserver l'autonomie des personnes en situation de handicap, de dépendance ou concernées par toute forme d'addiction.

L'action de la fondation est structurée en programmes qui concrétise son action en faveur de la prévention, des accompagnements et de l'inclusion sociale et professionnelle.

Ces actions visent à agir simultanément pour repérer des besoins non couverts, identifier des solutions innovantes, essayer des bonnes pratiques, financer des expérimentations, impulser des évolutions sur les politiques publiques



KLESIA, assureur d'Intérêt général, s'engage pour la société en apportant des solutions de prévention d'assurance de personnes et de services simples, innovantes, solidaires et durables adaptées aux besoins de ses clients et à ceux de leurs proches, tout au long de la vie. Nous gérons également la retraite complémentaire pour l'Agirc-Arrco en collectant les cotisations, en calculant les points de retraite, en procédant à l'analyse des dossiers de demande de retraite et en payant les pensions de 2 millions de retraités. Au-delà de nos métiers initiaux, nous agissons pour les plus fragiles, œuvrons pour le mieux vieillir et contribuons à rendre la santé accessible à tous. KLESIA s'engage à assurer un avenir serein et contribuer à la qualité de vie pour tous.

L'habitat est un sujet important pour les institutions de retraite complémentaires Agirc-Arrco du groupe KLESIA, tant pour accompagner les personnes vieillissantes que pour favoriser le lien intergénérationnel. L'Action Sociale KLESIA est attentive à soutenir des projets qui proposent des solutions adaptées, efficaces et accessibles à tous.

Remerciements

Ce travail n'aurait pu voir le jour sans la participation des habitants des éco-lieux et des habitats participatifs, qui ont accepté de se prêter aux entretiens, d'ouvrir les portes de leur lieu de vie et partager leur quotidien. L'équipe de MADoPA et les partenaires financiers remercient les participants à cette enquête.

Outre le soutien financier, l'équipe de MADoPA remercie les membres du comité de pilotage pour leur implication, lecture et regard apporté sur l'étude.

Table des matières

Contexte	5
Principaux résultats	6
Enseignements et perspectives	8
1. Pour les politiques d’habitat sénior.....	8
1.1 Des formes d’habitat durable ou transitoire pour personnes âgées globalement autonomes	8
1.2 Une mosaïque d’initiatives : des projets multiples et variés correspondant aux aspirations de leurs habitants	8
1.3 Des projets d’habitat avec leur propre modèle économique et dynamique de développement	9
1.4 Un élargissement possible du parcours résidentiel et des horizons de la retraite	9
2. Pour les politiques de prévention de la perte d’autonomie et du Bien Vieillir	9
2.1 Des relais indirects de la prévention de la perte d’autonomie	9
2.2 Des lieux d’entraide : de la mutualisation des moyens, en passant par les petits services du quotidien et les réseaux informels d’entraide, à la solidarité financière.....	10
2.3 Des lieux favorables à la santé	10
2.4 Un autre paradigme du vieillissement : vieillir c’est d’abord vivre et donner du sens à son existence.....	10
2.5 Des perspectives pour les politiques publiques	11
3. Pour l’accompagnement en institution : une contribution possible aux dynamiques de vie en établissements	11

Contexte

Eco-lieu, éco-hameau, éco-village, habitat participatif, oasis de vie... Les termes sont multiples pour désigner ces collectifs, porteurs d'autres manières de vivre, d'habiter et de travailler ensemble. Actuellement, il existe plus de 1 200 éco-lieux et habitats participatifs en France. Ces collectifs reposent sur l'initiative de petits groupes d'individus qui décident de s'organiser par eux-mêmes pour expérimenter d'autres façons d'habiter ou de faire société, à partir de valeurs de solidarité, de gouvernance partagée et d'écologie.

Soutenue par la Fondation AUTONOMIA, la Fondation MUTAC et Klésia, cette recherche action initiée par MADoPA interroge la place et le rôle des personnes âgées dans les éco-lieux et habitats participatifs, les possibilités d'y vieillir et l'apport de ces expériences aux multiples politiques du Bien Vieillir.

Plus précisément, qu'est-ce que la vie dans les éco-lieux et habitats participatifs peut nous apprendre dès lors qu'on s'intéresse aux motivations des personnes âgées de 50 ans et plus, à leur vie quotidienne et aux modes d'organisation définis par ces collectifs ? Quels enseignements peut-on tirer de l'étude des dynamiques de vie individuelle et collective telles qu'elles s'expriment spontanément, sans obligation, ni contrainte, ni incitation de la part des institutions, mais à l'initiative des individus qui ont créé et rejoint ces collectifs ?

Méthodologie¹ - De 2023 à 2024, suivant une démarche socio-anthropologique couplée à une réflexion sur la salutogenèse². Ce concept se traduit par une approche positive de la santé, en se focalisant sur les facteurs qui permettent aux individus de se maintenir en santé et qui favorisent le bien être (physique, mental et social). Cette approche se concentre sur l'origine de la santé et les forces motrices de vie.

MADoPA a suivi et rencontré 82 personnes³, dont 76 personnes âgées de 50 ans à 90 ans, dans 18 éco-lieux et habitats participatifs⁴ existants ou en projet, situés aussi bien ville (8) qu'à la campagne (10), dans une diversité de régions.

6 principaux critères ont été retenus pour sélectionner les éco-lieux et habitats participatifs : l'habitat (a minima habiter ensemble, voire également travailler ensemble), l'ancienneté des projets, la présence de personnes âgées de 50 ans et plus⁵, la diversité des structures juridiques, l'ampleur de la mutualisation et de la vie collective, le rapport au territoire.

Les éco-lieux et habitats participatifs de notre panel rassemblent une population relativement ciblée et socialement située. Ils regroupent des personnes issues de catégories socio-professionnelles supérieures et intermédiaires, animées par un minimum d'élan pour vivre ensemble, plus ou moins bien dotées financièrement selon les collectifs et l'étendue des mécanismes de solidarité financière mis en place par les habitants. Du point de vue du vieillissement, ils s'adressent globalement à des personnes âgées autonomes, du moins à l'entrée dans ces collectifs. Bien que les personnes

¹ La méthodologie fait l'objet d'une présentation détaillée dans le rapport de synthèse de l'étude remis en janvier 2025.

² Pour une introduction à cette approche conceptualisée par Aaron Antonovsky, il est possible de se référer à Lindström B et Eriksson M (2012), La salutogenèse. Petit guide pour la promotion de la santé, Presses de l'Université de Laval.

³ Avec les caractéristiques suivantes d'âge, sexe et situation familiale. Répartition en classe d'âge : 6 de moins de 50 ans, 6 entre 50 et 59 ans, 24 entre 60 et 69 ans, 30 entre 70 et 79 ans, 16 de 80 ans et plus. Sexe : 51 femmes (62%) et 31 hommes (38%). Situation familiale : 35 personnes vivant en couple (43%) et 47 seules (57 %).

⁴ Réunissant entre 15 et 106 habitants pour les collectifs existants, entre 1 et 17 membres pour les projets.

⁵ Ce critère d'âge a été retenu avec les partenaires co-financeurs de façon à produire des résultats significatifs au regard de leurs mission et champ d'intervention respectifs. Ce critère ne saurait à lui seul caractériser le vieillissement que nous appréhendons ici dans une perspective globale et multidimensionnelle. Dans cette étude, nous définissons les personnes âgées comme une catégorie déterminée par les normes sociales et sanitaires qui se réfère, d'une part, à un état d'incapacité fonctionnelle défini par l'individu, la société ou encore la médecine et, d'autre part, aux dynamiques de vie qu'ils parviennent ou non à mettre en œuvre alimentant leur vitalité, leur santé et leur intégration dans la société.

rencontrées soient relativement bien dotées d'un point de vue culturel et économique, l'observation des collectifs montre une forte hétérogénéité sociale, essentielle à leur fonctionnement.

Principaux résultats

En retraçant le parcours des 76 personnes âgées de 50 à 90 ans, qui ont créé ou rejoint une diversité d'éco-lieux et habitats participatifs, nous constatons tout d'abord qu'elles sont porteuses d'**un élan pour vivre ensemble reposant sur différentes motivations**. Au départ, il y a une volonté de vivre autrement, de vivre ensemble, de vivre selon ses aspirations, d'inventer sa vieillesse, de ne pas être un fardeau pour ses enfants, de ne pas finir en EHPAD, de ne pas vivre seul ... Pour certaines personnes, il s'agit d'un engagement politique en faveur de l'habitat participatif, des coopératives d'habitants, de l'écologie, d'un revenu inconditionnel, etc. ; pour d'autres personnes, il s'agit simplement de vivre ensemble, d'être avec les autres, entre amis, sur un territoire qui leur convient ou auquel elles sont attachées. Pour d'autres encore, soucieuses de « *ne pas être un fardeau pour leurs enfants* »⁶, il s'agit de se prendre en main pour imaginer et construire des lieux de vie différents de ce qui existe, différent du modèle de l'EHPAD, des résidences autonomie ou service, du domicile individuel. Pour d'autres enfin, cherchant à rompre l'isolement de leur vie à domicile, c'est par hasard qu'elles découvrent et rejoignent ces formes d'habitat collectif.

Nous constatons ensuite que les personnes âgées rencontrées peuvent vivre et vivre pleinement dans ces collectifs. Leur quotidien s'organise autour d'**une vie en mouvement** faites de « *pleins de petits métiers* », de relations quotidiennes, de « *vrais métiers* », « *d'un travail qui a du sens* », tout cela en lien avec le quartier, la commune, le territoire.

« Quand je suis arrivée, je me suis sentie revivre, enfin, j'ai senti la vitalité qui recommençait à circuler en moi. Parce qu'on est inclus dans un mouvement ... ça redonne une vigueur ; il y a des personnes qui sont rentrées ici, un peu tristes, abattues par les épreuves qu'elles avaient subies dans leur vie personnelle et qui ont retrouvé ici un dynamisme impressionnant ... ». Habitante Chamarel, 69 ans.

Le vieillissement y apparaît indissociable de la vie. « *Alors évidemment on vieillit, mais on est vivant, on est bien vivant !* » rappelle un membre de la coopérative des habitants les Boboyakas. Les personnes rencontrées décrivent un sentiment de vitalité et de dynamisme, associé à leur intégration et à leur vie quotidienne en éco-lieux et habitats participatifs. Toutefois, cette vie en mouvement peut également entraîner les habitants dans des spirales d'activités susceptibles de les épuiser, tant les besoins du collectif peuvent être importants et sollicités les individus. Il est cependant possible et parfois indispensable de réduire son activité, son engagement tout en continuant à vivre dans le collectif.

Nous constatons ainsi qu'il est possible de vivre en éco-lieux et habitats participatifs **avec la perte d'autonomie et la maladie grâce à l'entraide et l'intelligence collective**. Dans certains éco-lieux et habitats participatifs, il est aussi possible d'**aborder, sans jugement, des questions existentielles**, jusque dans le rapport à la mort.

Vieillir dans ces éco-lieux et habitats participatifs consiste moins « à bien vieillir », à anticiper et gérer les risques associés au vieillissement, à se préserver de la vie qu'à vivre, à vivre pleinement, à vivre enfin pour certains, en fonction de ses aspirations. Comme le résume un habitant de l'Eco-Hameau du Plessis : « *Mieux vaut mourir usé que rouillé !* ». L'expérience des éco-lieux et habitats participatifs met l'accent sur la vie, sur la capacité à être acteur de son vieillissement, à créer du lien et donner du sens à son existence.

⁶ Dans les développements qui suivent, les expressions entre guillemets sont celles des personnes interviewées.

S'il est possible de vivre et de vieillir dans ces habitats collectifs, la capacité à y rester dépend plus largement des conditions de pérennité des éco-lieux et habitats participatifs. Pour cela, les éco-lieux et habitats participatifs doivent **conserver leur capacité de décision et d'action collective** (VI), aussi bien dans les relations entre habitants qu'avec les institutions.

Pour la cohésion et la dynamique du groupe, il convient de **gérer ce qui unit les habitants, de s'appuyer sur ce qui fait la force de ces collectifs** (l'entraide, la solidarité, les activités qui « *soudent le groupe* » et « *donnent de l'énergie* » ...) et **ce qui peut les diviser, les fragiliser** (l'interprétation des valeurs, la conciliation des besoins et des rythmes individuels et collectifs, l'argent). Riche en expérience et interaction, la vie en éco-lieux et habitats participatifs est une vie où l'on se retrouve confronté à soi et aux autres. Selon les projets, les habitants seront plus ou moins conduits à s'interroger sur eux-mêmes et à apprendre à coopérer.

« La confrontation, c'est la relation... si on évite la confrontation, tôt au tard c'est la guerre. Donc on s'habitue à oser la confrontation, car j'ai le droit d'être tel que je suis... Par contre je n'ai pas le droit de l'imposer à l'autre ; donc je dois en discuter et peut-être bouger des trucs, on va voir ensemble... »
Habitant Ecoravie, 67 ans

Ainsi, nous comprenons mieux l'importance de l'organisation de la vie collective destinée à gérer les points d'union et de tension. La vie en éco-lieux et habitats participatifs n'est pas une vie anarchique. Ce sont des espaces régulés par nombre de règles sociales et de vie en collectivité définies par les habitants eux-mêmes.

Les éco-lieux et habitats participatifs ont leur propre modèle, celui de l'auto-organisation et de la coopération entre habitants. Ce modèle repose sur 4 conditions organisationnelles nécessaires à la pérennité des éco-lieux / habitats participatifs :

- **un mode de gouvernance horizontal et partagé**, pour décider ensemble et éviter les prises de pouvoir par un ou quelques individus
- **des outils d'entretien de la qualité des liens, de prévention et gestion des conflits** pour que les habitants apprennent à mieux se connaître, à prendre du recul, à suspendre leur jugement, « *à comprendre que l'on n'est pas le seul à avoir raison* », à être en mesure de coopérer, voire à « *grandir ensemble* »
- dans le cas des éco-lieux les plus ambitieux, **des organisations et activités pour générer des excédents d'exploitation et créer des revenus d'autonomie pour leurs habitants**. Le développement de ce type d'activité, qui n'est pas simple à réaliser, suppose de gérer avec encore plus de finesse les besoins et les rythmes individuels et collectifs et, dans certains cas, de mobiliser des « *capitaux patients à intérêt modéré* » compte tenu de l'utilité sociale du projet
- **la capacité des collectifs à rester maître de leur projet** dans les relations avec les institutions. Ceci se traduit notamment par la nécessité de **conserver la main sur les conditions d'entrée des nouveaux habitants et l'attributions des logements** pour garantir autant que possible le partage réciproque des valeurs et des objectifs poursuivis. A défaut, ils semblent perdre le fil de leur origine citoyenne, de l'auto-organisation et des dynamiques qui y sont associées.

Ces conditions organisationnelles apparaissent comme les garants non seulement du bon fonctionnement des éco-lieux et habitats participatifs, mais aussi des dynamiques de vie des habitants.

Toutefois, les qualités de ce modèle contiennent leurs propres limites. Fondamentalement basés sur l'initiative citoyenne et la volonté d'expérimenter une autre façon d'habiter ou de faire société, ces projets peuvent ne jamais voir le jour ou s'interrompent si les habitants ne parviennent pas à s'entendre ou ne s'entendent plus. **Le « facteur humain » est essentiel dans ces formes d'habitat collectif. S'il représente un risque, il est aussi ce qui fait la force de ces collectifs.** Autre limite, ces formes d'habitat collectif ne sont pas faites pour tous pour diverses raisons : il convient d'avoir un

minimum d'élan pour vivre ensemble et se confronter à l'autre ; la création de ces habitats collectifs prend du temps et n'est pas garantie ; et il n'est pas toujours très simple pour des habitants de créer ou trouver un lieu qui convient à leurs aspirations, ni pour les collectifs de trouver les habitants qui vont correspondre à leur projet.

Il n'en demeure pas moins que, **du point de vue du vieillissement et au regard de l'expérience des personnes âgées rencontrées**, les éco-lieux et habitats participatifs étudiés constituent **une source de réflexion et d'inspiration pour les politiques d'accompagnement des personnes âgées**. Pour les personnes âgées rencontrées, ces formes d'habitat collectif leur permettent de donner du sens à leur vie, de vivre pleinement, et de vivre enfin pour certaines. Du point de vue du vieillissement, les éco-lieux et habitats participatifs apparaissent comme des formes d'habitat favorables à une vie en mouvement, à un vieillissement indissociable de la vie et ce faisant propice à la santé des personnes âgées au sens de la salutogenèse.

Enseignements et perspectives

Cette étude permet de souligner les points saillants et les apports potentiels des éco-lieux et habitats participatifs pour les politiques destinées aux personnes âgées, notamment celles dédiées à l'habitat, à la prévention de la perte d'autonomie et à l'accompagnement en institution.

1. Pour les politiques d'habitat sénior

1.1 Des formes d'habitat durable ou transitoire pour personnes âgées globalement autonomes
L'expérience des collectifs et des personnes rencontrées montre qu'il est possible de vivre et de vieillir en éco-lieux et en habitats participatifs. Si les éco-lieux et habitats participatifs s'adressent globalement à des personnes âgées autonomes issues de catégories socio-professionnelles supérieures et intermédiaires, plus ou moins bien dotées financièrement, ils contribuent activement à la prise en charge de la perte d'autonomie et des problèmes de santé de leurs habitants. Selon les collectifs et l'intention de leurs habitants, les éco-lieux et habitats participatifs constituent ainsi une forme durable ou transitoire d'habitat, avec des possibilités variables d'y vieillir grâce à l'entraide et l'intelligence collective intrinsèques à leur fonctionnement. La limite à l'aide se situe au développement de problèmes cognitifs majeurs et incapacitants ; autrement dit, pour reprendre les termes des enquêtés, lorsque la personne « *perd la tête* » au point qu'elle devient « *un danger pour elle-même et pour le groupe* ». L'appréciation reste subjective et couvre des réalités différentes selon les habitants ou les collectifs.

1.2 Une mosaïque d'initiatives : des projets multiples et variés correspondant aux aspirations de leurs habitants

Chaque éco-lieu et habitat participatif possède des spécificités et des modalités d'engagement et de création qui définissent sa raison d'être. S'ils partagent tous un socle de valeurs communes (la mutualisation, la solidarité, la gouvernance partagée, l'écologie, l'ouverture au territoire), ils se différencient par la diversité de leurs projets et champs d'application spécifiques. Par exemple, il peut s'agir de collectifs dédiés aux personnes âgées avec un accent mis sur l'accès aux personnes à faible revenu ou sur la méditation, ; il peut s'agir de collectifs intergénérationnels avec un accent mis sur les soins palliatifs ou sur les solidarités familiales, etc. Le collectif peut aussi s'organiser autour de la construction de maison individuelle écologique et l'accueil de famille, d'un projet agricole écologique, d'un projet d'école, de la qualité des relations humaines, de la coopération et de la non-spéculation, de la création d'un revenu d'autonomie pour ses habitants, etc. Cette grande variété montre l'étendue de ce que peut faire et développer un habitant et le caractère inclusif de ces collectifs. Nous noterons

ici que les relations intergénérationnelles ou l'accompagnement des personnes en perte d'autonomie sont au cœur de multiples projets.

1.3 Des projets d'habitat avec leur propre modèle économique et dynamique de développement

Fondés sur la volonté de se prendre en charge, de s'autoorganiser, les éco-lieux et habitats participatifs reposent sur des modèles économiques d'habitat ou d'activité qui assurent leur équilibre et leur autonomie sur le plan financier. S'ils peuvent développer des partenariats et faire du plaidoyer, leur démarche ne consiste pas à demander de l'aide aux collectivités, ni à vivre de subventions publiques mais à faire évoluer certains cadres juridiques ou représentations pour faciliter leur implantation sur les territoires, les modalités de financement, de remboursement de prêts ou de mobilisation de capitaux. Ces collectifs ne sont pas passifs dans la construction de leur devenir : ils ont pour ambition de créer les conditions qui rendent possibles le développement de leurs projets. Pour cela, ils s'organisent localement à l'échelle de leur collectif, de leur territoire, et également pour nombre d'entre eux en réseau sur le plan national (via les mouvements qu'ils ont constitués ou rejoints, notamment Habitat Participatif France, Habicoop, la Coopérative Oasis, les Pas Sages, etc.).

1.4 Un élargissement possible du parcours résidentiel et des horizons de la retraite

Les éco-lieux et habitats participatifs peuvent trouver ou ont déjà trouvé leur place dans les réflexions et stratégies de parcours résidentiel développées par les institutions⁷. Avec les spécificités correspondant aux aspirations de leurs habitants, une multiplicité d'éco-lieux et d'habitats participatifs se développe, contribuant à ouvrir les perspectives du parcours résidentiel pour les personnes âgées⁸. Du point de vue du vieillissement, l'expérience des éco-lieux et habitats participatifs montre qu'après la vie active, la vie continue. La retraite n'est pas ici synonyme de retrait, de passivité mais au contraire d'engagement, d'activités, de valorisation de l'expérience, de nouveaux apprentissages, susceptibles de se concrétiser dans une diversité de projets.

2. Pour les politiques de prévention de la perte d'autonomie et du Bien Vieillir

2.1 Des relais indirects de la prévention de la perte d'autonomie

Globalement, la principale préoccupation des personnes rencontrées n'est pas de prévenir, ni de gérer les risques associés au vieillissement, mais de vivre leur vie en fonction d'aspiration à être, vivre, décider, faire, « *grandir* » ensemble, coopérer, militer, contribuer à la transformation de la société. Dans ces conditions, il est difficile, voire impossible, de rester inactif et de se retrouver isolé dans ces collectifs, « *parce qu'on est inclus dans un mouvement, parce qu'on porte ce mouvement avec d'autres (...)* parce que c'est un vrai lieu de vie ». Tous les habitants contribuent à minima au processus de décision collectif et, chacun à leur mesure, à l'entretien, la gestion et l'animation des lieux. Ils ont tous un minimum de relation les uns avec les autres. Ils sont tous également exposés à ou impliqués dans la dynamique de vie du quartier ou du territoire, accueillie sur site ou impulsée à l'extérieur par leur collectif. Par leur mode de fonctionnement, les éco-lieux et habitats participatifs activent plusieurs piliers de la prévention de la perte d'autonomie et de la fragilité des personnes âgées⁹: l'activité physique, l'activité cognitive, le développement des liens sociaux, des activités intergénérationnelles et corrélativement la lutte contre l'isolement.

⁷ Chez les bailleurs sociaux, les habitats participatifs sont déjà identifiés comme une des formules d'habitat alternatives pour les personnes âgées ; Union Sociale pour l'Habitat, Cahier repères, Panorama des solutions alternatives d'habitat à destination des séniors, mars 2023.

⁸ Cf. [Les oasis du réseau - La carte des oasis et des habitats participatifs - Coopérative Oasis](#)

⁹ Aquino JP « *Prévention en gérontologie et plan national Bien Vieillir* », in Bourdillon F (2009), Traité de prévention, éditions Flammarion, p 302

2.2 Des lieux d'entraide : de la mutualisation des moyens, en passant par les petits services du quotidien et les réseaux informels d'entraide, à la solidarité financière

Les éco-lieux et habitants participatifs sont par essence des lieux de solidarité et de coopération. Cela se traduit tout d'abord par la mutualisation des moyens matériels (allant de salle commune, chambre d'amis, buanderie, cuisine, repas partagés jusqu'aux achats groupés, garage, véhicule, jardin, vaste terrain agricole ou espace naturel en commun). Cela passe également par les attentions et petits services entre habitants qui se renforcent en cas de besoin, de maladie, de perte d'autonomie. Des dispositifs et réseaux d'entraide peuvent ainsi émerger, à l'exemple d'initiatives développées dans des coopératives d'habitants : un dispositif de « *co-veillance* » constitué de différents cercles de soutien autour de la personne âgée en fin de vie¹⁰ ou un projet de soins palliatifs sur site¹¹.

La solidarité peut aussi s'exercer à l'entrée pour permettre aux habitants les moins fortunés d'entrer dans le collectif sans apport ; elle peut aussi s'exercer pour diminuer le poids des charges mensuelles de familles avec enfants ; elle peut enfin s'appliquer dans le cadre d'exercice d'éco-responsabilité, consistant à réviser les contributions mensuelles de chaque habitant en fonction de leurs moyens et au regard de la situation de chacun des autres habitants.

Plus généralement, ce sont des lieux où l'expérience de la responsabilité individuelle et collective, celles de la conscience de soi et des interdépendances font leur chemin.

2.3 Des lieux favorables à la santé

Dans une perspective de salutogenèse, la signification constitue « *la force motrice de vie* »¹² et pour un fort sentiment de cohérence quatre ressources sont décisives : « *des activités significatives, des repères existentiels, le contact avec ses sentiments et des relations sociales* »¹³. Autant de ressources de santé susceptibles d'être activées en éco-lieux et habitats participatifs. Ces collectifs constituent en effet une réponse à la volonté de leurs habitants d'être acteur de leur vie, de leur vieillissement, de créer du lien et de donner du sens à leur existence. Il en résulte une vie en mouvement faite d'activités significatives et de multiples interactions : de plein « *de petits métiers* », de multiples relations au quotidien ou encore dans les éco-lieux les plus ambitieux « *d'un travail qui a du sens* ». Il en résulte également des modes d'organisation qui invitent, plus ou moins selon les collectifs, les habitants à réfléchir sur eux-mêmes et leur mode de relation aux autres. La diversité des sujets de la vie, jusque dans le rapport à la mort, est aussi susceptible d'être discutée par les habitants qui le souhaitent.

2.4 Un autre paradigme du vieillissement : vieillir c'est d'abord vivre et donner du sens à son existence

Vieillir en éco-lieux et habitats participatifs, c'est d'abord vivre, vivre en cohérence avec ses aspirations et être mobilisé au quotidien pour la concrétisation de projets d'habitats et/ou de transformation de la société. Ce qui prime en éco-lieux et habitats participatifs, c'est la vie. Il n'y a pas de séparation entre la vieillesse et la vie. C'est une vie en mouvement que l'on peut ralentir. Certaines personnes rencontrées parlent de « *solidarité de la vie* » où l'on s'occupe de la même façon de ses enfants, de ses jeunes, de ses adultes et de ses anciens, sans segmenter les prises en charge. C'est aussi un mode de gestion pragmatique du vieillissement où « *l'on règle les problèmes au fur et à mesure* ». En éco-lieux et habitats participatifs, la vieillesse apparaît ainsi comme une période où il est possible de continuer pour les personnes rencontrées à faire partie d'un groupe qu'elles ont choisi, à contribuer par leur expérience, à s'engager si elles le souhaitent et, en tous cas, à donner du sens à leur existence.

¹⁰ Réseau de soutien mis en place à Abricoop, à Toulouse.

¹¹ Projet porté par une habitante de 75 ans à Ecoravie, à Dieulefit dans la Drôme.

¹² Lindström B et Eriksson M (2012), La salutogenèse. Petit guide pour la promotion de la santé, Presses de l'Université de Laval, p.16

¹³ idem

2.5 Des perspectives pour les politiques publiques

L'intergénérationnel et la lutte contre l'isolement comme résultats et non comme objectifs

Dans les éco-lieux et habitats participatifs, c'est moins la recherche de l'intergénérationnel qui réunit les habitants et les différentes classes d'âge que le partage d'un ensemble de valeurs et de principes (solidarité, gouvernance partagée, écologie, ouverture au territoire) appliqué à une diversité de projets (par exemple construire sa maison écologique, développer un projet agricole, agir à l'échelle du quartier, promouvoir les coopératives d'habitants, consommer moins et vivre plus sobrement, créer un revenu d'autonomie...). Les relations intergénérationnelles apparaissent moins comme la finalité que comme le résultat de la nature des projets et de l'intensité de la vie collective. C'est le sens donné aux projets ainsi que les activités en commun qui font les relations intergénérationnelles et constituent le ciment des relations entre les jeunes et les vieux. Avec des valeurs communes, les différentes classes d'âge se regroupent pour faire ensemble, s'entraider, coopérer dans le cadre de projets plus ou moins ambitieux.

La prévention de la perte d'autonomie par le soutien des dynamiques de vie individuelle et collective

La prévention de la perte d'autonomie se déploie habituellement par l'intermédiaire d'une diversité de modules et d'ateliers dédiés aux activités physique, cognitive, sociale, etc. Il est également possible de l'envisager par l'intermédiaire de l'accompagnement des dynamiques de vie individuelle et collective, en soutenant les formes de vitalité¹⁴ propres à chaque personne âgée, le développement de projets qui ont du sens et l'expérimentation des conditions organisationnelles favorables à l'expression des dynamiques de vie individuelle et collective.

L'autonomie, « prendre ses responsabilités, tout en apprenant à dépendre »

Au-delà d'une conception déficitaire/compensatrice (fondée sur les incapacités des personnes âgées) ou individualiste/libérale (reposant sur la stricte responsabilité individuelle), une conception coopérative de l'autonomie se dessine en éco-lieux et habitats participatifs : tout en prenant ses responsabilités individuelles, il s'agit « d'apprendre à dépendre, car nous sommes tous interdépendants »¹⁵.

Dans cette perspective, l'autonomie peut être envisagée comme la capacité à décider et à faire pour soi dans la conscience de relations d'interdépendance. L'autonomie peut aussi être envisagée comme un cadre organisationnel, bienveillant favorable à l'expression des capacités de décision et d'action individuelle et/ou collective.

A l'échelle de petits collectifs d'habitants qui partagent les mêmes valeurs et se reconnaissent dans un projet, le modèle de l'auto-organisation et de la coopération associé à une diversité d'outils de connaissance de soi, d'entretien de la qualité des relations, de prévention-gestion des conflits semble créer les conditions favorables à l'expérimentation d'une autonomie conciliant la conscience de soi et de l'interdépendance.

3. Pour l'accompagnement en institution : une contribution possible aux dynamiques de vie en établissements

En complément des initiatives existantes (approche Montessori, Humanitude, psycho-éducative, tiers lieux, etc), les éco-lieux et habitats participatifs constituent une autre source d'inspiration pour les établissements accueillant des personnes âgées.

¹⁴ MADoPA a développé cette approche originale au cours des 12 dernières années. Avec le soutien d'AG2R La Mondiale, après un premier déploiement dans 3 résidences autonomie en 2024, cette approche est en cours de déploiement dans 100 établissements (EHPAH et résidence autonomie).

¹⁵ Extrait d'un compte-rendu de réunion sur le vieillissement, de l'éco-hameau de l'oasis du Coq à l'Ame, janvier 2024

L'objectif n'est pas de se substituer aux personnes âgées, ni aux professionnels, mais, suivant une démarche de co-construction, d'explorer la valeur de l'expérience des éco-lieux et habitats participatifs avec des établissements qui pourraient être interpellés par ces résultats. Des perspectives d'action se dessinent :

- Dans quelle mesure les ingrédients de la vie en mouvement (faite de « *plein de petits métiers* », de rencontre au quotidien, de « *vrais métiers* », « *d'un travail qui a du sens* », enraciné sur le territoire), ainsi que la conception d'un vieillissement indissociable de la vie dans les éco-lieux et habitats participatifs peuvent-ils inspirer le vivre ensemble dans les établissements ?
- Dans quelle mesure les pratiques et modalités de la gouvernance partagée, les outils d'entretien de la qualité des liens, de prévention-gestion des conflits, ainsi que les outils d'animation et de créativité peuvent-ils se décliner en résidence autonomie ou service, en EHPAD pour contribuer au développement de nouvelles capacités relationnelles, de nouveaux modes d'organisation/animation favorables aux dynamiques de vie et à une participation plus active des résidents qui le souhaitent ?