

Même âge, parcours différents.

L'âge chronologique indique le nombre d'années vécues, mais il ne dit pas à lui seul comment une personne vieillit. L'âge biologique reflète plutôt les effets du temps sur le corps, qui varient d'une personne à l'autre. Santé, conditions de vie, entourage et services disponibles peuvent préserver un équilibre, accentuer une fragilité ou provoquer un point de bascule.

Les facteurs qui influencent les trajectoires :

- 1. Conditions matérielles** (revenu, logement, précarité)
- 2. État de santé et fonctionnement** (santé physique et mentale, maladies chroniques, autonomie)
- 3. Ressources relationnelles** (famille, amis, personnes proches aidantes, réseau social)
- 4. Organisation des services** (accès, continuité, soutien à domicile)
- 5. Réalités territoriales et accès numérique** (milieu de vie, transport, offre de services, littératie numérique)
- 6. Événements de vie** (deuil, hospitalisation, chute, perte d'un proche, arrivée de soutien, adaptation du logement, réadaptation)

Louise 75 ans

Elle vit seule dans un condo. Elle est une ancienne enseignante. Elle est active et apprécie sa liberté.

Vie active et autonome

Difficultés de mobilité liées à l'arthrose

Isolement et difficultés financières

Chute

Soutien à domicile et adaptation du logement

Retrouve un équilibre et reprends ses activités

Karim 75 ans

Il vit avec son épouse. Il souffre de diabète et d'hypertension. Il habite en région à 45 minutes du centre de services.

Vie active et état de santé stable

Suivi du diabète et de l'hypertension

Hospitalisation pour une pneumonie

Retour à domicile avec des besoins accrus : la distance complique l'accès aux services

Services à domicile et soutien de son épouse

Mariam 75 ans

Elle est en bonne santé en général. Elle vit dans un logement abordable. Elle est très engagée dans sa communauté et bien entourée de sa famille.

Vie active et bon réseau social

Engagement dans la communauté

Quelques limitations liées à l'âge

Soutien accru de sa famille

Poursuit ses activités et demeure engagée

Maintient un équilibre de vie stable

Jean 75 ans

Il vit seul, en milieu urbain. Il a des troubles cognitifs (début de la maladie d'Alzheimer). Sa fille habite proche et est très présente.

Premiers troubles cognitifs, vie autonome

Troubles cognitifs plus présents

Soutien accru de sa fille

Déclin progressif de l'autonomie

Épuisement de sa fille et besoins accrus

Transition vers un milieu de vie offrant davantage de soutien

Nouvel équilibre avec un accompagnement adapté

Des configurations qui évoluent

Ces configurations ne sont ni fixes ni linéaires. Une personne peut passer de l'une à l'autre au fil du temps.

Stabilité et maintien autonome

Des conditions de vie favorables et un bon réseau de soutien permettent aux personnes de maintenir leur autonomie et un bon équilibre de vie, malgré certains problèmes de santé.

Fragilités compensées

Malgré certaines limitations, l'autonomie est maintenue grâce au soutien de l'entourage, aux ressources disponibles et à des conditions de vie favorables.

Vulnérabilités cumulatives

L'accumulation de vulnérabilités liées à la santé, aux conditions de vie et à l'isolement fragilise l'autonomie et augmente les besoins de soutien.

Instabilité ou rupture

Une détérioration rapide de la santé, de l'autonomie ou du soutien entraîne une hausse importante des besoins et nécessite une réponse rapide, coordonnée et sécurisante.