

Rapport
d'activité

ÂGO - 2024



Sommaire

Présentation générale	1
ÂGO	2
Année 2024	3
Équipe et organisation	4
Visibilité et rayonnement	5
Éducation permanente	5
Missions et éducation permanente	6
Santé & autonomie	8
Lieux de vie	11
Corps Accord	12
Lien social & Culture	14
Citoyenneté & Engagement	16
Vieillesse et numérisation	20
Axe 3 – Analyses, études et outils	22
Une visibilité renforcée	22
Analyses et études	23

ÂGO

est une association d'éducation permanente qui a pour objet l'éducation permanente des adultes et particulièrement des adultes plus âgés afin de leur permettre une plus grande participation et une meilleure prise de conscience de la société.

Anciennement Ligue Libérale des Pensionnés (LLP), notre association accompagne et soutient les seniors depuis plus de 50 ans. Créée en 1973 pour lutter contre l'isolement des aînés à travers des espaces de rencontre et des activités accessibles, elle a progressivement élargi son action pour mieux répondre aux défis du vieillissement. Aujourd'hui, ÂGO inscrit pleinement son engagement dans une approche qui favorise l'autonomie, le bien-être et la participation citoyenne des seniors, en cohérence avec les valeurs portées par les Mutualités Libérales.

L'éducation permanente est au cœur de notre projet. Elle permet de conjuguer participation, réflexion et action pour renforcer l'engagement citoyen, lutter contre les discriminations âgistes et défendre les droits des seniors. Nos activités couvrent des thématiques essentielles telles que la santé, l'alimentation, le numérique ou les lieux de vie. En croisant ces enjeux avec les préoccupations des aînés, nous favorisons une prise de conscience et une émancipation face aux représentations parfois réductrices du vieillissement.

Cette approche défend une vision où la santé et l'autonomie sont indissociables de leur reconnaissance comme acteurs à part entière de la vie démocratique. Parce que l'âge ne doit jamais être un frein à la curiosité ni à la participation citoyenne!



2024

marque à la fois une continuité dans nos engagements et l'ouverture d'une nouvelle page pour ÂGO. Avec un ancrage renforcé dans nos missions d'éducation permanente et une dynamique renouvelée, notre association poursuit son développement pour répondre aux enjeux du vieillissement et aux attentes de son public, en constante évolution.

Cette année de transition a permis de consolider nos fondations tout en posant les bases d'un développement ambitieux pour 2025. Portée par une équipe mobilisée et la volonté d'inscrire notre action dans une démarche durable, ÂGO entend poursuivre son travail de terrain et de plaidoyer pour défendre les droits des seniors et faire en sorte que les enjeux liés au vieillissement soient pleinement reconnus et intégrés dans les débats de société.

3

Ce rapport d'activité revient ainsi sur les actions menées en 2024, les défis rencontrés, les évolutions internes marquantes et les perspectives qui se dessinent pour l'avenir de notre association, dans un souci constant de soutien, de liberté, de qualité de vie et de reconnaissance pour les aînés. Il témoigne de notre engagement à faire de l'éducation permanente un levier essentiel d'inclusion, de participation et de transformation sociale, au service des personnes âgées.



ÉQUIPE ET ORGANISATION

L'année 2024 a été marquée par plusieurs évolutions importantes dans l'organisation interne de l'association. Ainsi, un nouveau chapitre s'est ouvert avec un changement à la direction et à la coordination, assurant à la fois la continuité de notre projet et une nouvelle impulsion stratégique. Nous remercions chaleureusement Sylvain Etchegaray (directeur) et Cayetana Carrión (coordinatrice) pour leur engagement et leur accompagnement durant ces dernières années. Ce souffle nouveau a permis de dynamiser nos pratiques, de mieux accompagner les équipes et de développer des projets plus ancrés dans les réalités des seniors.

L'équipe de terrain a également évolué: après le départ de Pierre, nous avons accueilli Chloé, nouvelle animatrice pour le Hainaut-Ouest. Dans le cadre de l'axe 3, le recrutement d'une seconde chargée d'étude en fin d'année vient confirmer notre volonté de renforcer le pôle recherche et d'affirmer notre rôle d'acteur de référence en éducation permanente sur les questions liées au vieillissement.

Enfin, le déménagement du siège dans de nouveaux bureaux fin 2024 marque une autre étape importante. Ce nouvel environnement favorise la collaboration entre équipes, renforce nos liens avec les Mutualités Libérales et vient apporter un cadre stable à notre développement.

Siège de Bruxelles

Marin BUYSE,
DIRECTEUR

Aurore SIMONS,
COORDINATRICE ÉDUCATION PERMANENTE

Zoé MARLAIR,
CHARGÉE DE COMMUNICATION

Inès BAISIPONT,
CHARGÉE D'ÉTUDE

Bertrand GEVART,
CHARGÉ D'ÉTUDE

Christine HUCLIN,
SECRÉTAIRE

Équipe de terrain

Aurélie HOOREMAN,
ANIMATRICE – BRUXELLES

Emmanuelle KUBORN,
ANIMATRICE – BRABANT WALLON

Valérie RENARD,
ANIMATRICE – HAINAUT-NAMUR

Marie-Blanche ZIANE,
ANIMATRICE – LIÈGE

Sophie PICARD,
ANIMATRICE – LUXEMBOURG

Chloé LEGRAIN,
ANIMATRICE – HAINAUT-OUEST



VISIBILITÉ ET RAYONNEMENT

La mise en place d'un pôle communication a constitué une étape importante pour renforcer la visibilité de notre association et valoriser le travail mené tant sur le terrain qu'en matière de recherche. Ce pôle s'est structuré avec l'embauche, début 2025, d'une chargée de communication chargée de coordonner notre présence publique, de soutenir la diffusion de nos productions et de renforcer notre lien avec nos partenaires.

En parallèle, nous avons engagé plusieurs démarches pour faire reconnaître notre expertise auprès des médias, des acteurs associatifs et des instances politiques. Ces actions visent à inscrire davantage notre parole dans les espaces de débat public sur les enjeux liés au vieillissement.

Constellations joue un rôle central dans le rayonnement que connaît notre association. Cette revue d'éducation permanente constitue un support de diffusion, tout en participant à positionner ÂGO comme un acteur de référence.

PROJECTIONS 2025

Dans le but d'atteindre de nouveaux publics et d'élargir la reconnaissance de l'asbl, une stratégie de communication fera l'objet d'un développement accru.

En 2025, ÂGO amplifiera sa présence en ligne à travers sa page Facebook et la création d'une page Instagram à destination du milieu associatif.



ÉDUCATION PERMANENTE

L'éducation permanente reste au cœur de notre projet associatif, avec des actions solidement ancrées dans la vie sociale, culturelle et citoyenne des seniors. En 2024, nous avons engagé une évaluation de nos pratiques et renforcé la formation interne, afin de proposer des interventions plus ciblées, répondant aux besoins exprimés par les participants et contribuant activement à la lutte contre l'isolement.

Notre public s'est également élargi. L'introduction de projets d'éducation permanente en maison de repos, centrés autour de questions relatives à la citoyenneté et au bien-vieillir, constitue une avancée en faveur du maintien de l'autonomie et de la reconnaissance des résidents comme citoyens à part entière.

Enfin, l'année a été marquée par un renforcement des synergies entre l'axe 1 (activités et animations) et l'axe 3 (production et recherche), avec une augmentation notable du nombre d'études produites et une diffusion élargie à travers notre revue *Constellations* ainsi qu'une publication dans la revue de sociologie française *Gérontologie et Société*.

5

Missions d'ÂGO



SANTÉ & AUTONOMIE

Accompagner les seniors pour un
vieillessement en bonne santé.

6 Avec l'âge, la diminution des capacités physiques et cognitives peut soulever des inquiétudes : perte d'autonomie, isolement, adaptation aux changements... Nos actions visent à informer, préparer et soutenir les seniors à travers des ateliers sur la prévention, la santé mentale, l'activité physique et les solutions pour mieux vivre ces évolutions au quotidien.



LIEN SOCIAL & CULTURE

Proposer des animations
socio-culturelles pour maintenir
une vie sociale active.

Le vieillissement peut accentuer le risque d'isolement. Or, la convivialité ne relève pas du simple loisir : elle est un levier essentiel de bien-être et d'inclusion. Nos activités permettent aux seniors de tisser des liens, de partager des expériences et de rester engagés dans la vie culturelle et sociale.



CITOYENNETÉ & ENGAGEMENT

Soutenir la prise de parole
et la participation des seniors
aux débats publics.

Les seniors peuvent avoir le sentiment que leur voix est moins entendue dans la société. Nos projets d'éducation permanente renforcent leur rôle d'acteurs sociaux en valorisant leur parole, en les sensibilisant aux mutations du monde et en luttant contre les discriminations comme l'âgisme. Nous favorisons ainsi une citoyenneté active, où leurs préoccupations et contributions sont pleinement prises en compte.

Éducation permanente

Un levier pour une citoyenneté active.

L'éducation permanente est une démarche visant à analyser de manière critique la société, à encourager des initiatives démocratiques et collectives, et à promouvoir la citoyenneté active. Elle permet à chacun d'exercer ses droits sociaux, culturels et économiques, contribuant ainsi à l'émancipation individuelle et collective des publics.

Les seniors sont pleinement concernés par les transformations de la société, mais leur parole est parfois invisibilisée. Chez ÂGO, l'éducation permanente permet aux seniors de retrouver une place active dans le débat démocratique, tout en abordant les enjeux spécifiques du vieillissement. Cette démarche repose sur deux axes:

7

AXE I

Participation et formation citoyenne

Nos six animatrices proposent des activités thématiques qui favorisent la discussion, la transmission d'expériences et l'enrichissement mutuel. Ces projets prennent le plus souvent la forme de rencontres régulières avec un groupe de participants afin de construire collectivement le processus de réflexion. Ce travail vise à encourager la participation à la vie démocratique et associative face aux enjeux sociaux et politiques.

AXE III

Production d'analyses, d'études et d'outils pédagogiques

Nos deux chargés d'étude forment le pôle recherche de l'association. Ils proposent aux seniors et au monde associatif des outils pour comprendre et agir face aux défis contemporains. Ce travail vise à valoriser la parole et l'expérience des citoyens pour renforcer leur pouvoir d'agir.



Santé & autonomie

Accompagner les seniors pour un vieillissement en bonne santé.

Avec l'âge, la diminution des capacités physiques et cognitives peut soulever des inquiétudes: perte d'autonomie, isolement, adaptation aux changements...

Nos actions visent à informer, préparer et soutenir les seniors à travers des ateliers sur la prévention, la santé mentale, l'activité physique et les solutions pour mieux vivre ces évolutions au quotidien.

8

Qualité de vie des seniors

En 2024, ÂGO a organisé plusieurs ateliers sur le stress et le bien-être relationnel, offrant aux participants un espace d'échange autour des difficultés liées aux transformations du corps, aux changements de vie ou aux préoccupations qui accompagnent parfois le vieillissement.

Ces moments de partage ont mis en lumière l'importance des relations sociales comme facteur de prévention de la perte d'autonomie, tout en proposant d'explorer quelles sont les stratégies d'adaptation individuelles et collectives pour préserver l'équilibre émotionnel et la qualité de vie à un âge avancé.

1 conférence

Bien-être à travers la musique
20 participants

3 conférences

Le pied, ses maux et ses remèdes
66 participants

1 atelier

Invitation au dessin méditatif
16 participants

1 atelier

Bien-être, soins de la peau et du visage
8 participants

1 animation

La gestion des troubles digestifs
30 participants

4 conférences

Bien-être relationnel
56 participants

11 conférences

Les sources du stress chez les seniors
175 participants

3 animations complémentaires

La gestion du stress
25 participants

Bien-être des seniors

Bien vieillir chez soi passe par l'adaptation du logement, le maintien de l'autonomie et le renforcement des liens sociaux. Nos actions permettent d'explorer ces enjeux et d'apporter des repères pour aider chacun à envisager sereinement son quotidien à domicile.

1 conférence

Droits de succession
40 participants

1 conférence

Déclarations anticipées
14 participants

1 conférence

Le consentement *Ma vie, Mes choix*
17 participants

1 conférence

Autour de la maladie d'Alzheimer
61 participants

1 ciné-débat

Autour de la maladie d'Alzheimer
12 participants

4 cinés-débats

Autour de la maltraitance
80 participants

1 spectacle-débat

Autour de la maltraitance
140 participants

1 conférence

Désencombrement de la maison
12 participants

2 conférences

Vieillir dans un nouveau chez soi
21 participants

2 conférences

Prévention et maintien à domicile
35 participants

1 ciné-débat

Les questions relatives à l'après-pension
14 participants

1 ciné-débat

Les questions relatives à
l'isolement
7 participants

15 ateliers

Sensibiliser aux troubles cognitifs
210 participants

Se préparer à l'« après »

Il est essentiel d'anticiper sereinement les défis de l'avancée en âge. Nos actions visent à informer et sensibiliser les seniors sur leurs droits et les démarches administratives, afin de les accompagner dans leurs choix et leur préparation pour cette dernière étape de la vie.

Activités sportives et physiques

Les activités physiques jouent un rôle clé dans le bien-vieillir en favorisant la mobilité, l'équilibre et le lien social. À ce titre, notre association propose des activités variées, adaptées à chacun, pour favoriser le maintien de l'autonomie et de la qualité de vie des seniors.

2 ateliers

Bien-être et gymnastique
douce
16 participants

183 balades pédestres/ marches sportives

3261 participants

7 balades à vélo

95 participants

1 balade et quizz

À la recherche du trésor de Sylvie
40 participants

Constellations « Vieillir par corps »

Le deuxième numéro de la revue Constellations poursuit le travail de terrain engagé par les animatrices à travers le projet d'éducation permanente *Corps Accord*. Ce numéro interroge la place du corps dans l'expérience du grand âge : comment les personnes âgées vivent-elles leur propre vieillissement corporel ? Comment le regard de la société influe-t-il sur cette expérience ? À travers des témoignages, des analyses et des partages d'expériences, « Vieillir par corps » explore les dimensions physiques, sociales et psychologiques du corps vieillissant.



Lieux de vie

Bien vieillir dans un nouveau chez soi.

L'entrée en maison de repos représente un tournant majeur dans l'avancée en âge, souvent accompagné de pertes de repères et d'une impression de dépossession. L'objectif des animations était de permettre aux participants de mieux anticiper l'avenir, d'exprimer leurs attentes et leurs préoccupations afin d'identifier les leviers favorisant un véritable sentiment d'appropriation de leur nouveau lieu de vie. Il est important de faire entendre sa voix à son entourage et aux professionnels de santé ainsi que de se préparer plus tôt à plus tard. En cela, notre association a un rôle à jouer pour encourager la parole sur un sujet délicat, sensible, mais dont il faut oser parler !

Le projet *Bien vieillir dans un nouveau chez soi*, mené dans six maisons de repos du Hainaut occidental, a permis de donner la parole aux résidents pour interroger leur rapport à leur nouveau lieu de vie. Alors que l'entrée en maison de repos est souvent perçue comme une décision imposée, générant parfois un sentiment d'abandon, les participants ont exprimé leur souhait d'être davantage acteurs de ces décisions. Grâce à des ateliers, des discussions et des échanges avec la direction, les résidents ont pu formuler leur vision d'un cadre de vie idéal et proposer des améliorations concrètes. Ce projet a non seulement permis de déconstruire les stéréotypes associés aux maisons de repos, mais a aussi intégré activement les résidents dans la démarche d'éducation permanente, un public habituellement exclu de ces réflexions. Cette initiative a ainsi permis des résultats concrets, comme la création d'un comité des résidents dans l'un des établissements et l'extension du projet à d'autres maisons de repos de la province.

HAINAUT-NAMUR

8 rencontres
59 participants

HAINAUT-OUEST

30 rencontres
176 participants

11

PROJECTIONS 2025

En 2025, ÂGO continue de mener des projets d'éducation permanente avec les résidents de ces maisons de repos.

Publié en 2025, le quatrième numéro de la revue *Constellations* poursuit le travail de terrain engagé par les animatrices.

Corps Accord

Interroger les représentations du vieillissement et renforcer l'estime de soi

Nous associons parfois le vieillissement à une forme de déclin, relayant des stéréotypes qui influencent la perception de soi et l'image sociale des aînés. Le projet d'éducation permanente *Corps Accord* propose un espace de réflexion et d'échange pour questionner ces représentations, mettre en lumière la diversité des parcours de vieillissement et favoriser une réappropriation positive du corps âgé.

Tout au long de l'année 2024, des conférences, ateliers et des tables participatives ont été organisées dans plusieurs provinces. Le projet a abouti à la création de « collages » qui ont été exposés à divers endroits, permettant ainsi de mettre en lumière le travail d'ÂGO auprès d'un large public.

12

**« AU POINT DE VUE SANTÉ,
MON CŒUR VA BIEN.
MA TÊTE, ÇA VA ENCORE.
MALGRÉ QUE J'AI FAIT
DEUX THROMBOSES, DEUX
EMBOLIES PULMONAIRES.
VOILÀ... JE SUIS QUAND MÊME
CONTENTE COMME JE SUIS,
MALGRÉ CE REGARD...
CE REGARD DU CORPS
DANS UN MIROIR. »**

Participante du groupe de Rochefort

LIÈGE

3 rencontres
15 participants

ARLON ET TELLIN

12 rencontres
91 participants

1 présentation

Deuxième numéro de Constellations,
« Vieillir par corps »
40 participants

BEAURAING ET ROCHEFORT

7 rencontres
51 participants
2 expositions
55 participants

Projections 2025

Le projet *Corps Accord* se poursuit en 2025 à Herseaux.

Objectifs et enseignements

**UN CORPS ÂGÉ EST
UN CORPS COMME UN AUTRE,
À LA FOIS UNIQUE ET DIFFÉRENT.
À L'INSTAR DES CICATRICES,
DE LA COULEUR DE PEAU
ET AUTRES PARTICULARITÉS
PHYSIQUES ACCIDENTELLES OU
GÉNÉTIQUES, LES RIDES
ET LES CHEVEUX BLANCS FONT
PARTIE DE L'INDIVIDU
ET DE SON HISTOIRE.**

Observation de Valérie,
animatrice de Hainaut-Namur

1

Déconstruire les stéréotypes liés à l'âge et au genre :

Interroger les normes sociales qui conditionnent différemment l'expérience du vieillissement pour les hommes et les femmes, et leur impact sur l'image de soi et la place des aînés dans la société.

2

Réinterroger les injonctions au bien-vieillir :

Mettre en lumière le paradoxe entre les attentes sociales autour du vieillissement « réussi » et la diversité des trajectoires de vie, en intégrant les dimensions économiques, culturelles et de santé.

3

Renforcer l'autonomie et le bien-être :

Offrir aux seniors un cadre d'échange pour se réapproprier leur corps et leur parcours, et favoriser leur participation active dans l'espace public et collectif.

13



Lien social & Culture

Proposer des animations socio-culturelles pour maintenir une vie sociale active.

14

Le vieillissement peut accentuer le risque d'isolement. Or, la convivialité ne relève pas du simple loisir: elle est un levier essentiel de bien-être et d'inclusion. Nos activités permettent aux seniors de tisser des liens, de partager des expériences et de rester engagés dans la vie culturelle et sociale.

5 conférences

informatives et culturelles
177 participants

1 journée de ciné-débat

Deux films *Mémoires d'itinérance*
12 participants

35 visites

Exposition, musée, église, jardin, distillerie, ferme, usine, etc.
666 participants

12 excursions d'une journée

564 participants

11 Spectacles

242 participants

45 ateliers hebdomadaires

Dessin & peinture
360 participants

2 salons et 1 tenue de stand

Activités culturelles

Un réseau de proximité au service des aînés

Notre association repose sur une organisation décentralisée, composée de fédérations régionales et de sections locales (amicales) réparties sur le territoire de Bruxelles et de la Wallonie. Cette structure pyramidale permet de rester au plus près des seniors, d'être à leur écoute et de leur proposer des activités adaptées à leurs besoins.

Les amicales, gérées par des bénévoles et accompagnées par une animatrice de terrain, sont des lieux de rencontre conviviaux où les aînés peuvent participer à des activités variées : visites culturelles, ateliers, conférences, marches, excursions... Elles sont souvent liées à un village, une commune ou une section mutualiste, et s'inscrivent pleinement dans une dynamique collective portée par les fédérations.

Activités conviviales

Réunions d'amicale

1 activité

Revue de l'année 2023

53 participants

5 animations intergénérationnelles

204 participants

1 activité

Thèmes et actions demandées par les participants

21 participants

92 rencontres conviviales, récréatives et ludiques

3591 participants

16 séjours et voyages à l'étranger

494 participants

181 repas d'amicale, goûters, banquets et petits-déjeuners intergénérationnels

4851 participants

5 Séances de bowling

191 participants

8 réunions

évaluation et bilan

130 participants

18 réunions

brainstorming et préparation de projet

135 participants

38 réunions

de bureau, de fédération, de comité
d'amicale et d'assemblée générale

267 participants

15

Citoyenneté & Engagement

Soutenir la prise de parole et la participation des seniors aux débats publics.



Les seniors peuvent avoir le sentiment que leur voix est moins entendue dans la société. Nos projets d'éducation permanente renforcent leur rôle d'acteurs sociaux en valorisant leur parole, en les sensibilisant aux mutations du monde et en luttant contre les discriminations comme l'âgisme. Nous favorisons ainsi une citoyenneté active, où leurs préoccupations et contributions sont pleinement prises en compte.

16

3 conférences

Vers quelle Belgique allons nous ?

40 participants

2 ciné-débats

Les enjeux de l'immigration

28 participants

1 visite

Les différents lieux mémoriels de la guerre à Bastogne

36 participants

1 Mondaneum

« Fake images » : une exposition d'images antisémites

39 participants

1 visite

Le parlement fédéral

35 participants

1 visite guidée

L'exposition *Les enjeux humains*

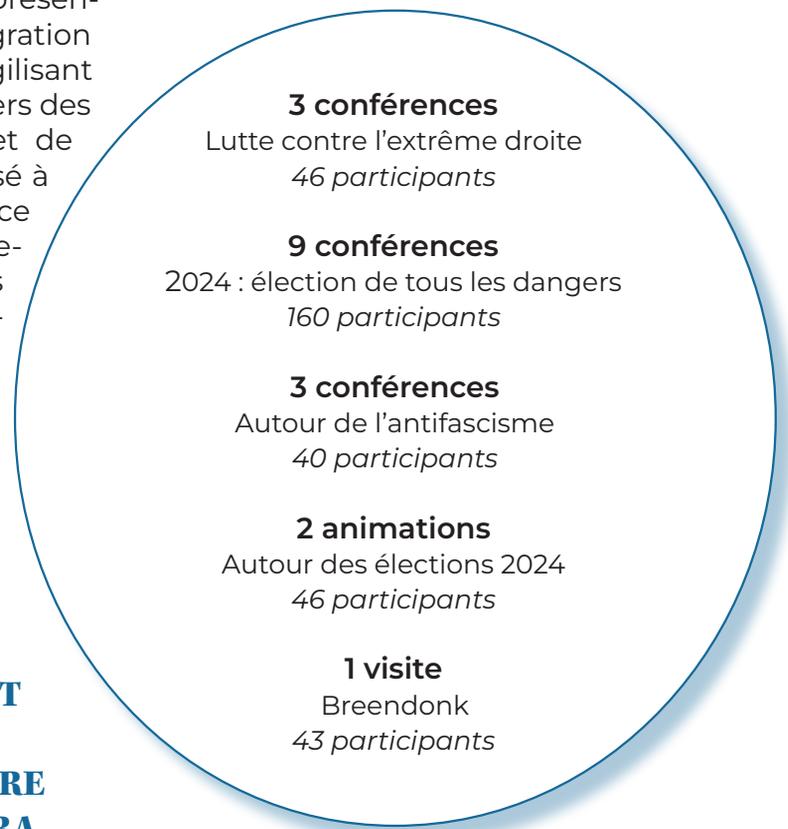
10 participants

Élections 2024

En 2024, dans un contexte électoral marqué par d'importants enjeux sociopolitiques tels que la montée de l'extrême droite, ÂGO a mené des activités de réflexion pour permettre aux seniors de mieux comprendre les contours de la lutte antifasciste, d'explorer les représentations et les discours sur l'immigration et d'identifier les mécanismes fragilisant nos sociétés démocratiques. À travers des échanges, la visite d'expositions et de lieux mémoriels, ces actions ont visé à encourager une prise de conscience collective et à renforcer la citoyenneté des seniors, dans le respect des valeurs de responsabilité, de solidarité et de liberté.

**« TOUT LE MONDE VIEILLIT
AVEC SES PROBLÈMES,
MAIS CE N'EST PAS LE GENRE
DE SUJET QU'ON ABORDERA
SPONTANÉMENT ENTRE NOUS...
ON SE SENT MOINS SEUL
QUAND ON PEUT EN PARLER. »**

Participante du groupe de Rochefort



17



Alimentation durable

Initiées en 2023 et poursuivies en 2024, ÂGO a organisé des tables de réflexion participatives sur l'alimentation durable et le vieillissement. Ces rencontres ont permis aux seniors de réfléchir sur l'impact de notre assiette sur la santé et la qualité de vie. Les discussions ont soulevé les difficultés économiques liées à l'accès à des produits locaux, bio et de qualité, et ont mis en lumière certaines problématiques liées à l'agro-industrie.

À l'issue de ces riches échanges, plusieurs propositions concrètes ont été formulées, telles que le soutien aux producteurs locaux, l'amélioration de l'accès à des denrées alimentaires durables et l'éducation alimentaire intergénérationnelle.

Ces suggestions ont été partagées avec les Conseils Consultatifs des Aînés de la province du Luxembourg, soulignant la nécessité de garantir à tous un droit à une alimentation saine et durable, essentiel pour un vieillissement en bonne santé.

3 conférences

Me raconte pas de salades
78 participants

1 conférence

L'apiculture dans tous ses états
54 participants

4 conférences

Consommation alimentaire saine et durable
80 participants

8 animations

Les enjeux de l'alimentation durable
71 participants

1 ciné-débat

La Ferme de Bertrand
5 participants

1 visite guidée

une pisciculture
11 participants

1 visite guidée

une ferme bio
29 participants

1 balade de plantes comestibles

10 participants

Environnement

D'autres animations ont complété le projet *Alimentation durable* en abordant les grands enjeux environnementaux, tels que la réduction des déchets, la préservation de l'eau et la lutte contre le gaspillage, afin de sensibiliser les participants à l'impact écologique et à promouvoir des pratiques plus durables.

3 animations

Sensibilisation à l'énergie verte
44 participants

1 conférence

La Gestion de l'eau
15 participants

1 conférence

La face cachée des textiles et la garde-robe écologique
9 participants

5 conférences

Green washing: enquête sur les objets que l'on croit écologique
81 participants

1 atelier

Arpentage du livre *Antidote au culte de la performance : la robustesse du vivant*
11 participants

1 ciné-débat

Les alkyls perfluorés et polyfluorés (PFAS) et ses dangers
9 participants

1 ciné-débat

Moins & Mieux: vers une société post-croissance
63 participants

1 visite

Parc éolien de Dour/Quiévrain
15 participants



Vieillissement et numérisation

En 2023, ÂGO a initié un travail approfondi sur l'impact de la numérisation dans la vie quotidienne des seniors, en mettant en lumière les difficultés liées à la digitalisation des services essentiels. Tout au long de l'année 2024, cette réflexion a notamment donné lieu à une série de projets consacrés à ces enjeux.

En 2024, nous avons poursuivi cette démarche en abordant une autre dimension de la numérisation : son rôle dans les représentations du grand âge. Aujourd'hui, bien vieillir semble de plus en plus synonyme de rester actif, autonome et connecté. Cette injonction est pourtant loin de correspondre à toutes les réalités. Dès lors, si certains seniors s'approprient ces outils avec aisance, d'autres rencontrent des obstacles liés à leur parcours de vie, leur état de santé ou leur situation économique.

20

6 conférences

Outils connectés et intelligence artificielle
98 participants

12 animations

Les enjeux du numérique et de l'intelligence artificielle
136 participants

Réalisation et diffusion d'un podcast
partenariat avec Media Animation

Rencontre

avec le cabinet du Secrétaire d'État à la Digitalisation,
Mathieu Michel
14 participants

Colloque Numérique

Participation des chargés d'étude de Âgo
en tant que conférenciers
80 participants

Événement

de présentation du premier numéro
de la revue *Constellations*
« Vieillir dans notre société numérisée »
30 participants

PROJECTIONS 2025

Publication d'une étude sur les liens entre le numérique et le bien-vieillir

Cycle de conférences sur les opportunités et les dangers de l'Intelligence Artificielle



BIEN-VIEILLIR CONNECTÉ

Le projet Bien-Vieillir Connecté, mené d'octobre à décembre 2024 dans le Brabant wallon, le Hainaut et à Bruxelles, a questionné les liens entre vieillissement et numérique. Au moyen de débats, de tables de parole et d'ateliers créatifs (écriture, collage, fanzines), les participants ont pu exprimer leurs perceptions, leurs vécu et leurs souhaits. Ils ont souligné la pression autour du vieillissement réussi et la difficulté de s'y conformer en raison de ressources/contraintes physiques, financières ou sociales.

**« SI ON S'EXCLUT
DU NUMÉRIQUE,
ON EST TOUT
SIMPLEMENT EXCLU
DE LA SOCIÉTÉ! »**

Participant du groupe de Jette

À travers ce projet, ÂGO a poursuivi sa mission d'éducation permanente en offrant aux seniors un espace pour interroger de manière critique les représentations liées à leur rapport aux technologies – comme la figure du *senior 2.0* – et pour réaffirmer leur place dans une société de plus en plus numérisée.

OBJECTIFS ET ENSEIGNEMENTS

Créer un cadre d'expression collectif

Les participants ont pu partager leurs réflexions et produire ensemble une publication illustrant la manière dont s'articule les expériences individuelles et la mobilisation collective.

Mieux comprendre la diversité des rapports au numérique

Tous les seniors ne sont pas exclus du digital, mais ils font face à des vulnérabilités spécifiques qui doivent être prises en compte. Cet espace a permis de recueillir leur parole et de mettre en avant leurs réalités

Déconstruire le modèle du *senior idéal*

Les participants ont interrogé les représentations dominantes du vieillissement actif et connecté. En quoi cet idéal est-il inégalitaire ? Quels en sont les effets sur ceux qui ne peuvent ou ne veulent pas s'y conformer ?

HAINAUT-OUEST

7 rencontres
107 participants

BRUXELLES

5 rencontres
75 participants

BRABANT WALLON

4 rencontres
20 participants



Analyses, études et outils

Nos deux chargés d'étude constituent le pôle recherche de ÂGO. Leur mission consiste à développer, en lien avec le terrain, des outils d'analyse et de compréhension des grands enjeux contemporains, à destination des seniors et du monde associatif.

22

En croisant connaissances scientifiques et savoirs issus de l'expérience, ce travail de recherche a pour objectif de renforcer la capacité d'action des citoyens âgés face aux transformations de la société.

Notre démarche de production s'appuie sur une présence constante auprès des publics que nous accompagnons. Cette proximité nous permet de recueillir la parole des premiers concernés, de mieux comprendre leurs réalités et de faire émerger des pistes d'action concrètes. En parallèle, nous collaborons de manière croissante avec des contributeurs extérieurs – chercheurs, professionnels, artistes ou acteurs de terrain – qui apportent un regard complémentaire et enrichissent nos productions.

UNE VISIBILITÉ RENFORCÉE

En 2024, notre travail a gagné en rayonnement, tant par nos publications que par la participation à divers événements :

Publication de *Constellations* (deux numéros) et organisation d'événements de lancement réunissant seniors et acteurs du monde associatif.

Participation à un colloque de l'association ENEO en tant que conférenciers pour présenter nos recherches sur le vieillissement et la numérisation.

Sollicitations médiatiques, avec interviews et présentations de nos recherches.

Publication d'un article dans la revue de sociologie *Gérontologie et Société*: «*J'ai mangé pour la semaine!*» *Se nourrir au grand âge par l'éducation permanente* (Marin Buyse et Cayetana Carrión).

Ce travail de recherche s'inscrit également dans une démarche stratégique pour obtenir une reconnaissance par la Fédération Wallonie-Bruxelles dans l'Axe 3 de l'éducation permanente. Cette reconnaissance permettrait d'assurer un financement pérenne pour soutenir et développer les activités des deux chargés d'étude. La réponse est attendue d'ici la fin de l'année 2025.

ANALYSES ET ÉTUDES

Les publications réalisées et diffusées en 2024 – à savoir trois études et seize analyses – s'organisent autour de cinq grandes thématiques. Ces axes de réflexion majeurs sont directement liés aux projets d'éducation permanente menés sur le terrain, avec et pour les seniors. Cette structuration thématique reflète notre volonté de croiser étroitement les réalités vécues par les participants avec des outils d'analyse critique, et de nourrir ainsi une dynamique continue entre expériences de terrain, recherche collective et production de savoirs.

ÂGISME ET INÉGALITÉS

Les défis sociaux du vieillissement

Les stéréotypes liés à l'âge influencent l'image de soi, les interactions sociales et l'accès aux droits. Ces différentes analyses interrogent les discriminations et les inégalités qui façonnent l'expérience du vieillissement, avec un regard critique sur les normes dominantes.

Âges, corps et mobilisations –

Conversation avec la sociologue Juliette Rennes

Vieillir sans la vieillesse –

Les inégalités sociales à l'épreuve du bien-vieillir

Vieillissement et sans-abrisme –

La rencontre de deux monstres

« Eux-mêmes se voient comme ça » –

Âgisme et éducation permanente

CORPS ET VIEILLISSEMENT

Entre représentations et expériences vécues

Le vieillissement corporel est une expérience à la fois intime et sociale, marquée par des transformations physiques et des normes culturelles qui influencent le regard porté sur soi et par autrui. Ces analyses explorent la manière dont les seniors vivent et racontent leur corps vieillissant.

« À l'âge que j'ai » –

L'épreuve du vieillissement au masculin

L'art de vieillir –

Le corps âgé à l'épreuve de la photographie

Corps Accord –

Retour sur un projet d'éducation permanente

Corps vieillissant et genre –

Un engagement collectif et critique

Quand le vieillir parle au corps –

Engagement et corporéité au féminin

SOINS ET VULNÉRABILITÉ

Repenser l'accompagnement des aînés

Le vieillissement peut s'accompagner de situations de dépendance et de fragilité, nécessitant un accompagnement adapté. Ces analyses explorent les pratiques de soin, l'importance du respect et de la dignité, ainsi que des approches alternatives favorisant le bien-être des aînés.

Au cœur et au corps –

Réflexions autour de la vulnérabilité

Soins au corps vieillissant –

Vers un accompagnement de l'aidant

Des notes contre l'oubli:

la musique au chevet des aînés –

Musicothérapie et éducation permanente

BIEN-VIEILLIR ET AUTONOMIE

Santé, mobilité et qualité de vie

Préserver son autonomie est un enjeu clé du vieillissement en bonne santé. Ces analyses abordent les facteurs qui favorisent le bien-vieillir, de l'alimentation à la mobilité, en passant par l'adaptation des pratiques aux réalités du grand âge.

Bien manger au grand âge –

Recommandations alimentaires et changements physiologiques liés au vieillissement

Alimentation durable –

Retour sur un projet d'éducation permanente

« Ni canne ni déambulateur » –

Un partage d'expérience professionnelle

ENGAGEMENT ET EMPOWERMENT

Vers une citoyenneté active des seniors

Loin des clichés sur le repli ou le désengagement, de nombreux aînés poursuivent une implication sociale, citoyenne et militante. Ces analyses explorent les différentes formes d'engagement et la manière dont l'éducation permanente peut renforcer leur pouvoir d'agir.

Aînés et société en mouvement –

La marche comme pratique d'empowerment

« Quel que soit mon âge » –

L'engagement des aînées au prisme du genre

Engagement et empowerment –

Un concept au service de l'éducation permanente

Vieillir et agir –

Les pratiques d'engagement des aînés

REMERCIEMENTS

Au terme de cette année riche en projets, en défis et en réussites, nous souhaitons adresser nos plus sincères remerciements à toutes celles et ceux qui rendent possible l'action d'ÂGO asbl.

Un immense merci à nos bénévoles, dont l'engagement généreux et constant incarne au quotidien les valeurs de solidarité et d'entraide que nous portons.

Merci à l'Union, aux Mutualités Libérales et à tous nos partenaires pour leur confiance et leur soutien, essentiels à la concrétisation de nos missions.

Nous saluons également le travail précieux des membres de l'Organe d'Administration et de l'Assemblée Générale, qui, par leur implication et leur vision, orientent et renforcent nos actions.

Enfin, un merci tout particulier à notre équipe. C'est ensemble que nous avançons, portés par une dynamique collective qui donne tout son sens à notre engagement.



Âgo asbl

rue de Livourne 25,
1050 Bruxelles

02 538 10 48

info@ago-asbl.be

www.ago-asbl.be

Rapport d'activité 2024

Rédigé par Marin Buyse

Mis en page par Zoé Marlair

ÂGO est une association d'éducation permanente pour adultes reconnue par la Communauté française et gérée par des seniors bénévoles. Nous travaillons en étroite collaboration avec les Mutualités Libérales.

Avec le soutien de

