



**EUROMONTANA**

European association of mountain areas

Le vieillissement en montagne  
Contributions d'Euromontana  
pour le Livre Vert sur le Vieillissement

Juin 2020





**EUROMONTANA**

### **Euromontana : l'Association Européenne pour les Zones de Montagne.**

Fondée en 1996, elle rassemble environ 65 organisations (régions, universités, chambres de commerce, d'agriculture, de développement et agences environnementales) de 15 pays européens. Dédiée à l'amélioration de la qualité de vie des populations de montagne, Euromontana travaille sur différents thèmes d'importance cruciale pour les zones de montagne, tels que les produits de montagne, l'agriculture et la sylviculture, la politique de cohésion, le développement rural, le changement climatique, l'innovation, le tourisme, les transports, la jeunesse... Euromontana soutient également officiellement l'intergroupe RUMRA (Rural, Mountainous and Remote Areas) & Smart Villages du Parlement européen. Euromontana occupe des sièges d'experts dans les Groupes de Dialogue Civil sur le Développement Rural, la PAC, la Qualité et la promotion des produits et participe également au Comité de Pilotage du RERD, tel que son groupe thématique sur les Villages Intelligents. L'association représente également la société civile de l'UE à la FAO, le Partenariat de la Montagne des Nations Unies.

### **Notre vision des montagnes vivantes**

Les zones de montagne couvrent près de 29 % des pays de l'UE27 et accueillent 13 % de sa population. Ces zones constituent le château d'eau de l'Europe, elles sont aussi la colonne vertébrale écologique du continent contenant un énorme réservoir de ressources naturelles : 43 % des zones Natura 2000 sont montagneuses et 15 % des espèces de l'UE vivent exclusivement en montagne.

Néanmoins, les zones de montagne sont confrontées à des handicaps permanents et structurels tels que l'hypersensibilité au changement climatique, et l'impact des pentes et de l'altitude. Elles sont aussi très souvent confrontées à des problèmes d'éloignement et d'accessibilité, d'exode (y compris des jeunes), de faible densité de population et de déclin des entreprises.

Les régions de montagne sont également très vulnérables aux crises telles que la crise COVID-19 du printemps 2020. Le secteur du tourisme, par exemple, l'un des principaux piliers de l'économie de la montagne, a été complètement paralysé d'un jour à l'autre. Partout, bien sûr, le système éducatif a dû passer à l'enseignement à domicile et les travailleurs sont restés à la maison pour télétravailler. Mais ces changements n'auraient pas été possibles sans les opportunités offertes par la digitalisation, qui est beaucoup moins avancée et disponible en montagne. Les zones rurales s'appuient sur des infrastructures numériques solides et de bonnes compétences numériques. Le principal objectif de

toute future politique rurale doit être de renforcer la résilience des zones rurales à cet égard et d'encourager davantage les chaînes de valeur régionales.

Néanmoins, malgré ces difficultés, il existe un grand potentiel inexploité. Nous affirmons que les zones de montagne peuvent apporter beaucoup non seulement aux habitants de la montagne mais aussi à tous les citoyens grâce à une bonne qualité de vie, des ressources préservées et renouvelables (forêt, eau, air), la production de biens publics et de services écosystémiques, de bonnes conditions pour une production durable (biodiversité préservée, gestion des paysages, gestion innovante des ressources naturelles, sécurité alimentaire).

C'est pourquoi nous voulons libérer le potentiel (novateur) des zones de montagne et continuer à faire vivre les montagnes peuplées. Plus d'informations : [www.euromontana.org](http://www.euromontana.org)

**Contact :**

**Juanan Gutiérrez, Président**  
[president@euromontana.org](mailto:president@euromontana.org)

**Marie Clotteau, Directrice,**  
[marie.clotteau@euromontana.org](mailto:marie.clotteau@euromontana.org)

Euromontana  
Place du Champ de Mars 2,  
1050 Bruxelles, Belgium  
Tel : +32 2 280 4283  
[www.euromontana.org](http://www.euromontana.org)



18,9 % de la population de l'Union Européenne a plus de 65 ans. La répartition géographique des personnes âgées en Europe varie toutefois considérablement d'une région à l'autre. **Les plus fortes concentrations de personnes âgées de plus de 65 ans s'observent dans les zones rurales, montagneuses et peu peuplées.** D'après les dernières statistiques, sur les 6 régions les plus âgées d'Europe, 4 sont montagneuses. La région d'Evrytania, en Grèce centrale, est la région la plus vieillissante de l'UE, avec un tiers de sa population ayant plus de 65 ans. Viennent ensuite Ourense (Espagne), la Creuse (France) et Alto Tâmega (Portugal), avec respectivement 31,2 %, 30,1 % et 30 % de leur population ayant plus de 65 ans. D'autres régions montagneuses font également partie des territoires les plus vieillissants, comme la Ligurie (Italie) et l'Iperiros (Grèce) avec respectivement une proportion de 28,5 % et 26,6 % de +65 ans dans leur population. Des situations similaires peuvent être observées dans le Piémont (Italie), à Severozapaden (Bulgarie) et dans les Asturies (Espagne) où plus de 25 % de la population a plus de 65 ans. Dans l'ensemble, les données européennes montrent qu'à l'exception de l'Allemagne de l'Est, les provinces les plus âgées sont situées dans des régions montagneuses<sup>1</sup>. Les zones rurales, montagneuses et peu peuplées sont **les territoires les plus touchés par les défis liés au vieillissement de la population** : manque de biens et de services adaptés, besoin de personnel soignant, problèmes liés à la mobilité et au logement et nécessité d'une offre culturelle et touristique adaptée pour répondre aux besoins des personnes âgées actives, fragiles et dépendantes.

La crise du COVID-19 a confirmé à quel point les personnes âgées peuvent être vulnérables. Étant le segment de la population le plus touché, les personnes âgées ont dû, plus que d'autres, rester à la maison. Mais l'isolement implique des réalités différentes pour les personnes âgées : 40 % des femmes européennes âgées de 65 ans ou plus, par exemple, vivent seules et sont plus exposées au risque d'isolement social lorsqu'elles vivent dans des villages isolés. Pourtant, malgré le manque de services, certains villages ruraux et montagneux ont fait preuve d'un réel sens de la solidarité en se soutenant mutuellement, comme l'association locale [La Javie Autrefois](#) dans la vallée de la Durance, en France, qui a abandonné ses activités antérieures pour se concentrer sur la fabrication et la distribution de masques à la population âgée. Les zones de montagne sont de véritables laboratoires pour développer des dispositifs innovants adaptés aux besoins des personnes âgées.

Étant donné les prévisions démographiques, **les effets du changement démographique doivent être davantage pris en compte à l'avenir dans les zones rurales, montagneuses et peu peuplées afin de mettre en œuvre des stratégies de développement territorial qui répondent aux besoins des personnes âgées.**

## GARANTIR DES SERVICES DE SANTÉ ACCESSIBLES ET INNOVANTS

Les personnes âgées sont parmi celles qui ont le plus besoin d'accéder à des services de santé adaptés et de proximité. Le maintien des services de santé et le développement de soins innovants peuvent profiter aux générations plus âgées mais aussi plus globalement à toutes les communautés de montagne, notamment dans les régions reculées. Dans certains pays de l'UE, tels que la Grèce, la Suède et l'Espagne, plus de 50 % de la population des massifs montagneux vit à plus d'une heure de voiture de l'hôpital le plus proche<sup>2</sup>. Dans les Monts Apuseni, en Roumanie, la population a plus facilement

<sup>1</sup> Eurostat, « Ageing Europe », édition 2019

<sup>2</sup> NordRegion, « Mountain Areas in Europe: Analysis of mountain areas in EU member states, acceding and other European countries », janvier 2004

accès aux services hospitaliers ; cependant, la région manque cruellement de pharmacies. Dans la majeure partie de la région, il n'y a qu'une seule pharmacie pour plus de 5 000 personnes, soit quatre fois moins que dans le reste du pays. En raison des contraintes naturelles des zones de montagne, un tel manque d'approvisionnement signifie qu'il faut parcourir de longues distances pour se procurer des médicaments<sup>3</sup>. L'accès aux services de santé de base, tels que les médecins généralistes, varie également beaucoup selon les pays et les régions. Alors qu'en Espagne, il y a un médecin dans la plupart des villages de montagne, d'autres populations de montagne vivent à plus de 40 minutes de route du médecin le plus proche, comme dans le district de Wolfsberg<sup>4</sup>, en Autriche, ou dans la partie sud de la région de Calabre<sup>5</sup>, en Italie.

Les situations sont très variables d'un pays à l'autre, avec des services de santé faisant défaut qui sont différents d'une région à l'autre, ce qui exige d'autant plus une approche territorialisée tenant compte des besoins spécifiques de la zone.

En termes de développement rural, il est donc essentiel de renforcer les incitations pour encourager les médecins généralistes à rester ou à s'installer dans les villages de montagne tout au long de l'année (et pas seulement pendant la saison touristique). L'Université de Saragosse a par exemple créé le [programme Desafio](#) en 2018, qui permet aux étudiants de faire un stage rémunéré dans les communes rurales dépeuplées de la Province. Des étudiants en médecine et futurs infirmiers ont eu la possibilité de mettre en pratique leurs compétences dans des maisons de retraite rurales ou dans des entreprises de soins à domicile. Ce modèle à caractère volontaire devrait être largement reproduit afin d'encourager les futurs praticiens à s'installer dans les zones de montagne.

La télémédecine doit également être développée dans les zones rurales montagneuses pour faciliter l'accès aux soins de santé, avec des investissements adéquats en matière de soins et de connectivité. La Vallée d'Aoste en particulier a été pionnière dans le développement de la télémédecine de montagne, avec la mise en place d'un centre d'appel et d'outils de télésurveillance<sup>6</sup> qui facilitent un suivi régulier des patients âgés et des résultats constants en évitant la variation d'indicateurs comme la pression artérielle due aux changements d'altitude. Plus récemment, dans le cadre du projet [Interreg Alcotra MisMi](#), la Vallée d'Aoste a expérimenté la téléconsultation dans les maisons de retraite pour assurer une meilleure prise en charge médicale des patients géographiquement isolés et a fait des essais de télésurveillance à domicile pour les personnes âgées afin d'augmenter le temps de réponse des services médicaux.

De même, la planification territoriale des régions devrait mieux prendre en compte les tendances démographiques afin de proposer des offres de logement plus adaptées et d'éviter le déracinement des personnes âgées en les obligeant à s'installer dans des maisons de retraite en milieu urbain. Les régions montagneuses peuvent faire la différence en proposant des logements adaptés aux personnes en perte d'autonomie qui reposent également les atouts naturels du territoire. Dans la région suédoise des Dalarna par exemple, la [maison de retraite de Gullogården](#) est une entreprise sociale qui a réussi à tirer avantage de l'environnement naturel pour offrir un lieu de vie agréable avec des soins de haute qualité et des activités de plein air pour le bien-être des résidents. D'autres exemples de logements innovants pour la population rurale vieillissante peuvent être trouvés dans la base de données des SILVER SMEs (voir référence ci-dessous). Plus largement, les zones de montagne sont des lieux idéaux pour le développement de politiques en faveur du Vieillessement Actif et en Bonne Santé.

---

<sup>3</sup> Surd V., Contantin V., Nicula A.-S « The settlements in the Apuseni Mountains ». Edit. Presa Universitară Clujeană, 2017, pp. 29-31

<sup>4</sup> ESPON PROFECY, « [Rapport d'étude de cas. Wolfsberg \(Autriche\)](#) », décembre 2017

<sup>5</sup> ESPON PROFECY, « [Rapport d'étude de cas. Area Grecanica-Calabria \(Italie\)](#) », décembre 2017

<sup>6</sup> Centre de Médecine et Neurologie de Montagne, « [Exemple de Télémédecine dans la région Vallée d'Aoste](#) », 2017

Des services de santé adaptés et accessibles sont essentiels pour les personnes âgées vivant dans les zones de montagne. Cela ne doit cependant pas occulter l'importance des autres services d'intérêt général, comme les services postaux et les transports, pour maintenir la cohésion et l'attractivité territoriales et encourager les populations, y compris les plus âgées, à rester dans ces régions<sup>7</sup>.

► **Points d'action suggérés pour garantir aux personnes âgées des services de soins adéquats dans les zones de montagne :**

- Encourager les États Membres à prendre des **mesures publiques pour lutter contre les déserts médicaux** et s'assurer que la question est prise en compte dans leurs programmes de développement rural et de cohésion. Dans son Agenda Rural, adopté en septembre 2019, le gouvernement français a fixé l'objectif ambitieux que chaque citoyen puisse se rendre en voiture chez un médecin généraliste dans un délai de 20 minutes, aux urgences en 30 minutes et à une maternité en 45 minutes. L'UE devrait encourager les États Membres à adopter des objectifs aussi ambitieux et des mesures appropriées pour les mettre en œuvre, à l'image d'un stage en milieu rural pour les étudiants en médecine.
- **Développer les infrastructures TIC et former des médecins** dans les petits et moyens hôpitaux régionaux pour encourager le déploiement de la télémédecine, en se basant sur la bonne expérience du projet MisMi. L'Internet à haut débit est essentiel pour soutenir le développement de la télémédecine, mais les régions doivent également adopter des stratégies régionales pour accroître les compétences numériques, en particulier chez les personnes âgées, pour pouvoir utiliser la télémédecine.
- Encourager le **déploiement de « Maisons de Santé »**, basées sur le modèle français, qui regroupent au même endroit différents services de santé tout en réduisant les coûts administratifs (avoir un seul responsable administratif pour plusieurs professionnels de santé par exemple).
- Promouvoir le développement de **services de soins mobiles**, qui peuvent surmonter la difficulté de la viabilité en desservant plusieurs villages et en atteignant ainsi une masse critique de bénéficiaires. De telles expériences ont déjà été développées par exemple dans le Limousin, en France, avec le [At-Home Bus](#), un camion desservant plusieurs villages éloignés pour améliorer la prévention et la détection des maladies chez les personnes âgées et pour lutter contre l'isolement
- Soutenir les **échanges interrégionaux et les projets transfrontaliers** qui explorent des solutions pour améliorer l'accès aux soins de santé dans les zones de montagne. L'accès aux soins de santé doit suivre une approche territoriale pour garantir l'accès aux soins les plus proches, qui ne se situent pas nécessairement dans l'État où vivent les populations, en particulier dans les zones transfrontalières de montagne, en s'appuyant sur l'expérience de [l'hôpital de Cerdagne](#) à la frontière franco-espagnole (qui fournit aux populations de montagne des soins de santé de base, alors qu'elles devaient auparavant faire plus d'une heure de route pour atteindre l'hôpital le plus proche, et où le personnel et les patients peuvent travailler et être traités indépendamment de leur nationalité). Grâce à la formation et à l'innovation, les praticiens régionaux peuvent également fournir des services de meilleure qualité et construire une excellence régionale dans le secteur de la santé.

---

<sup>7</sup> Euromontana, « [Vers une vision à long terme des zones rurales](#) », mai 2020

## DÉVELOPPER DES STRATÉGIES TERRITORIALES POUR AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VIE DES PERSONNES ÂGÉES GRÂCE À DES BIENS ET SERVICES ADAPTÉS

Pour mieux soutenir les personnes âgées qui résident dans les zones rurales de montagne et améliorer leur qualité de vie, les territoires doivent pouvoir leur fournir des biens et des services adaptés à leurs besoins, des commerces de proximité aux épiceries, en passant par les distributeurs automatiques de billets et des bureaux administratifs accessibles.

La **Silver Economie** peut jouer un rôle actif dans l'offre de produits adaptés aux personnes âgées en zone de montagne (services à la personne tels que les soins à domicile, les produits connectés ou encore des offres de mobilité). Ce secteur comprend toutes les PME spécialisées mais aussi d'autres entreprises développant une gamme de produit ou un service spécialement destiné aux personnes âgées. L'Espagne et l'Italie ont été pionnières dans le développement de biens et services ruraux issus du secteur de la Silver Economie, en cohérence avec les objectifs de lutte contre le dépeuplement des zones rurales. La France figure également parmi les pays leaders dans le développement de ce secteur, avec des stratégies mises en œuvre au niveau régional ; toutefois, les actions engagées sont souvent principalement destinées aux zones urbaines et négligent le vieillissement de la population dans les zones rurales. La Silver Economie est un marché émergent avec un fort potentiel de développement : les Européens de plus de 65 ans ont un pouvoir d'achat de 3 000 milliards d'euros<sup>8</sup> et les zones de montagne, en raison de leurs contraintes géographiques, sont des laboratoires idéaux pour le développement d'entreprises sociales qui contribuent à améliorer la vie des personnes âgées. Compte tenu des prévisions démographiques des régions de montagne, le développement du secteur de la Silver Economie sera crucial dans nos régions. Non seulement ces entreprises fourniront aux personnes âgées des services adaptés, mais elles créeront également des emplois sur nos territoires dans divers secteurs qui ne comprennent pas seulement les soins mais aussi des activités de loisirs telles que le tourisme rural avec des offres adaptées aux personnes âgées.

Les régions montagneuses vieillissantes peuvent renforcer leur attractivité auprès de la population âgée et augmenter la qualité de vie globale des communautés de montagne en mettant en œuvre des politiques socio-économiques qui favorisent l'émergence de PME de la Silver Economie et soutiennent d'autres entreprises dont les activités profitent aux personnes âgées. La région Occitanie, en France, soutient par exemple financièrement 5 Living Labs ainsi que les « [Occitanie Silver Trophées](#) », qui récompensent les entreprises de la région faisant preuve de créativité et d'engagement dans le domaine de la Silver Economie.

Plus largement, les services doivent être adaptés en matière d'accessibilité. Il est largement admis par les scientifiques que l'initiative lancée par l'Organisation Mondiale de la Santé pour des [environnements adaptés aux personnes âgées](#) est principalement mise en œuvre dans les zones urbaines, avec peu d'application dans les régions rurales. Les villages de montagne et leurs entreprises devraient être encouragés à intégrer la dimension « adaptation aux aînés » dans leurs stratégies territoriales, par exemple avec des rampes d'accès, des bancs publics avec accoudoirs, des parkings dédiés plus larges et plus proches des commerces.

### ► **Points d'action suggérés pour mieux répondre aux besoins des personnes âgées dans les zones de montagne :**

- Encourager les régions à **soutenir le secteur de la Silver Economie**, y compris dans les zones rurales, pour aider à fournir des biens et des services adaptés tout en créant des emplois. Le soutien à ce secteur devrait être abordé à la fois dans les Programmes de Développement

<sup>8</sup> Commission Européenne, « [Growing the Silver Economy in Europe](#) », 2017

Rural de la Politique Agricole Commune et dans les Programmes Opérationnels de la Politique de Cohésion.

- Inciter les régions vieillissantes à élaborer **une stratégie intégrée**, notamment en matière de **services d'intérêt général**, afin de renforcer leur attractivité auprès des personnes âgées. Une telle réflexion au niveau NUTS3 peut aider les territoires vieillissants à mieux répondre aux besoins de leur population tout en profitant des opportunités de développement économique découlant de cette démographie.
- **Développer des appels à projets portant spécifiquement sur la Silver Economie dans les zones rurales et montagneuses** dans le cadre des programmes Interreg, pour encourager les échanges interrégionaux, et dans le cadre d'Horizon Europe pour favoriser l'innovation et soutenir la recherche appliquée et les approches multi-acteurs.
- Promouvoir des **environnements adaptés aux personnes âgées**, grâce aux bonnes pratiques et exemples développés par l'Organisation Mondiale de la Santé, y compris dans les territoires montagneux pour combler le fossé entre les zones urbaines et rurales en matière d'accessibilité.

## DÉVELOPPER L'OFFRE DE TRANSPORT ET LES DISPOSITIFS DE MOBILITÉ INVERSÉE

L'accès aux biens et services soulève la question de la mobilité. Une faible densité de population entraîne souvent une réduction de l'offre de transports publics et une dépendance à l'égard des véhicules privés, en particulier dans les zones de montagne dépeuplées. La mobilité est essentielle pour les personnes âgées qui doivent se rendre au prochain village pour faire leurs courses par exemple, mais aussi pour atteindre la ville la plus proche et accéder à des biens et services complémentaires. En outre, comme de nombreuses zones de montagne sont également des régions frontalières, une attention particulière doit être accordée aux déplacements transfrontaliers, non seulement pour les travailleurs mais aussi pour les personnes dépendantes des transports publics, comme une partie importante des personnes âgées. Les stratégies macrorégionales et les programmes de coopération territoriale sont des outils idéaux pour relever ce défi<sup>9</sup>.

Appliquées aux personnes âgées vulnérables et dépendantes, les questions de mobilité en zone de montagne soulèvent des problématiques liées à la perte d'autonomie et à l'incapacité de conduire. Les zones de montagne sont donc des régions typiques illustrant le besoin de « **mobilité inversée**<sup>10</sup> » : au lieu d'accéder aux biens (alimentation par exemple) ou aux services (soins de santé, administration publique) par eux-mêmes, une partie des personnes âgées a besoin que ces biens et services viennent à elle. Dans le cadre de SILVER SMEs, un projet Interreg Europe visant à renforcer le soutien régional au secteur de la Silver Economie dans les zones rurales et montagneuses, la PME espagnole [La Exclusiva](#) a par exemple été présentée comme un exemple typique de mobilité inversée au service des adultes dépendants, vulnérables ou isolés. Elle a créé avec succès 5 itinéraires de livraison à domicile dans la Province rurale de Burgos, afin de fournir aux personnes âgées des produits alimentaires provenant de magasins locaux, sans frais supplémentaires. De telles entreprises améliorent les conditions de vieillissement dans la région, renforcent la cohésion sociale et créent des emplois. Ces services sont essentiels pour les personnes âgées vulnérables et dépendantes, en particulier celles qui vivent seules. Ces dernières risquent davantage de connaître des problèmes de mobilité mais aussi de se sentir

<sup>9</sup> Pour plus d'informations sur la situation dans la SUERA et sur les possibles solutions, voir : <https://www.alpine-region.eu/projects/arpaf-crossborder>

<sup>10</sup> Cholat, F. (2018). Les 'mobilités inversées' comme clé de lecture de la dépendance dans les territoires de montagne. *Pour*, N° 233(1), 97–101.

esseulées et d'avoir des difficultés financières ; il est donc important de développer des offres de « mobilité inversée » tout en les rendant abordables et en mettant en œuvre une stratégie territoriale globale qui ne résout pas la question de l'isolement géographique en créant par la même une exclusion sociale et économique.

► **Points d'action suggérés pour répondre à la problématique de la mobilité :**

- Encourager le développement du **transport à la demande** dans les municipalités rurales, montagneuses et peu peuplées. L'offre peut compenser le manque de transports publics si elle est adaptée aux besoins des personnes âgées, avec différentes options de réservation qui ne comprennent pas uniquement la réservation en ligne et des véhicules facilement accessibles afin d'être totalement inclusifs et adaptés à la tranche d'âge concernée (voir « Move on Green » ci-dessous).
- Promouvoir le développement de **systèmes de transport multimodaux** dans les régions montagneuses afin d'assurer une meilleure circulation entre les zones rurales et urbaines et l'accès à des services plus complets tels que les services de santé spécialisés.
- Soutenir le **développement d'entreprises du secteur de la Silver Economie** proposant des services à domicile pour répondre aux besoins des personnes en perte d'autonomie et aider les personnes âgées à demeurer dans les villages de montagne. De telles initiatives répondent à la problématique de la vulnérabilité et de la dépendance, mais peuvent toutefois exposer les personnes âgées actives à un risque d'exclusion sociale. Une stratégie plus globale visant à renforcer la cohésion territoriale et sociale reste donc le facteur clé de succès d'une politique intégrée du vieillissement.

## FAVORISER UN CHANGEMENT DE MENTALITÉ ET PROMOUVOIR LE RÔLE DES PERSONNES ÂGÉES DANS LA SOCIÉTÉ

Les personnes âgées en Europe sont menacées d'exclusion socio-économique en raison de leur isolement et de leur solitude, mais aussi en raison d'un manque de compréhension de leurs contributions à la vie de la communauté. Les personnes âgées sont une force pour les zones rurales de montagne, les retraités pouvant être des personnes actives et jouer un rôle important dans les communautés de montagne. Dans certaines zones dépeuplées, les interactions quotidiennes peuvent certes être moins nombreuses que dans les zones urbaines mais sont généralement de meilleure qualité, et les interactions sociales laissent place à des initiatives locales et à des innovations sociales intergénérationnelles. Les personnes âgées sont des atouts pour nos régions et ne doivent pas être considérées uniquement comme des utilisateurs finaux des services de santé ou comme des personnes vulnérables et dépendantes. Elles ont par exemple une connaissance et une expérience des traditions et des cultures des montagnes et peuvent les partager avec les jeunes générations et même donner des cours de langues ou de musique aux étrangers. L'échange intergénérationnel est essentiel pour promouvoir le renforcement collectif des connaissances : les plus jeunes peuvent par exemple former leurs aînés à l'utilisation des technologies numériques. Les générations âgées actuelles des régions de montagne semblent rester actives, grâce à une longue tradition d'implication dans la vie des communautés<sup>11</sup>, et ont donc beaucoup à offrir si on leur laisse de l'espace pour s'impliquer. Encourager l'engagement des personnes âgées dans les initiatives et les activités des communautés rurales peut également contribuer à lutter contre l'exclusion sociale et la solitude. Ceci est encore plus important dans les zones de montagne où certaines régions souffrent de dépeuplement, laissant une partie de la population vieillissante sans famille proche vivant dans la région.

<sup>11</sup> LabexITEM « [Vieillir en montagne, le regard du médecin généraliste](#) », avril 2020

Les personnes âgées ont plus de temps à consacrer au bénévolat et aux activités associatives. Elles peuvent être des acteurs clés de l'innovation sociale dans les zones de montagne, comme le démontre [ZEITBANK 55+](#), une banque du temps créée en Haute-Autriche, une bonne pratique recueillie dans le cadre du projet Horizon2020 SIMRA (Innovation Sociale dans les Zones Rurales Marginalisées – voir ci-dessous). ZEITBANL 55+ vise à faciliter l'échange intergénérationnel de services et a été créée par une association locale de personnes âgées. Les personnes âgées peuvent par exemple aider les familles locales en allant chercher les enfants à l'école et les parents peuvent en échange proposer de les conduire ou de les aider à réparer et à entretenir leur maison.

Les personnes âgées sont également des acteurs clés du marketing territorial. Qui mieux que des habitants de longue date pour promouvoir une région ? Les régions Dalarna (Suède) et Hedmark (Norvège) ont bénéficié du soutien des générations plus âgées pour promouvoir leur territoires grâce aux campagnes respectives « Contact » et « Move Here ». Des bénévoles ont été impliqués en tant qu'ambassadeurs régionaux pour entrer en contact avec la diaspora et encourager les gens à revenir s'installer (voir PADIMA ci-dessous).

### ► **Points d'action suggérés pour aborder la question du rôle des personnes âgées dans la société :**

- Inclure les **contributions des personnes âgées à la société dans les communications de l'UE**, y compris le Livre Vert sur le Vieillissement, et réfléchir non seulement à la manière dont la société peut mieux soutenir les générations âgées mais aussi à la manière dont elles peuvent contribuer à la vie des communautés rurales.
- Adopter une **approche globale et intégrée des politiques** afin que les mesures de développement rural ou de cohésion puissent mieux intégrer les personnes âgées dans nos activités quotidiennes, mettre en œuvre autant que possible un « ageing proofing » tout en évitant l'âgisme.
- Soutenir les municipalités qui développent une **stratégie intégrée pour leurs habitants âgés**, les intègrent activement dans leur vie politique et sociale, recherchent un meilleur dialogue intergénérationnel et mettre en place un **échange d'expériences** entre ces municipalités. Des fondations et des agences (telles que [Pro Senectute Valais-Wallis](#) en Suisse) mènent des activités pour conseiller les municipalités dans le développement de stratégies intégrées au niveau local et peuvent jouer un rôle actif dans la mise en œuvre de politiques efficaces et inclusives en matière de Vieillissement Actif et en Bonne Santé
- Encourager les **initiatives locales intergénérationnelles et les innovations sociales**. Les personnes âgées peuvent par exemple apporter leur expérience et leur connaissance du territoire aux initiatives CLLD et Villages Intelligents en zone de montagne. (Vous trouverez plus d'informations sur la manière d'encourager l'innovation sociale avec SIMRA, voir la référence ci-dessous).

## **POUR ALLER PLUS LOIN : EXEMPLES DE PROJETS EUROPÉENS, BONNES PRATIQUES**

**SILVER SMEs** : Euromontana est actuellement impliqué dans ce projet Interreg Europe (2018-2023) avec 8 autres partenaires en zones rurales et montagneuses. SILVER SMEs vise à améliorer la mise en œuvre des politiques régionales en faveur de la **compétitivité des PME** en tirant mieux parti des opportunités découlant de la Silver Economie. Un objectif intrinsèque est de générer des services et des biens qui contribueront à **améliorer la qualité de vie de la population vieillissante**. [55 bonnes pratiques](#) ont été collectées sur le logement, les TIC, la mobilité.

**PADIMA : Politiques contre le dépeuplement en zone de montagne.** Euromontana a participé à ce projet Interreg IV C pour aborder le dépeuplement non seulement comme un problème mais aussi comme un défi à relever. Les [recommandations politiques](#) analysent les tendances démographiques dans les 8 régions partenaires et les raisons de leur dépopulation. Le projet a encouragé la mise en œuvre de stratégies intégrées ciblant les **personnes âgées** et a proposé des éléments pour « [Améliorer l'attractivité des territoires de montagne pour les retraités](#) ». En outre, les [99 bonnes pratiques](#), collectées au cours du projet, restent disponibles.

**Move on Green** était un projet Interreg IV C (2012-2014) qui a amélioré la conception et l'efficacité des politiques régionales sur le **transport durable dans les zones rurales et de montagne**. [51 bonnes pratiques](#) sur le **transport à la demande**, la gouvernance, le covoiturage, l'intermodalité ont été rassemblées pour répondre aux besoins spécifiques des zones rurales et montagneuses. Les [recommandations politiques](#) aident à accompagner les décideurs politiques dans la mise en œuvre d'une mobilité plus durable.

**SIMRA**, Innovation Sociale dans les Zones Rurales Marginalisées. Euromontana a participé à ce projet H2020 (2016-2020). Il vise à faire progresser la compréhension de **l'innovation sociale et de la gouvernance innovante** dans l'agriculture, la sylviculture et le développement rural. Pour mieux comprendre l'innovation sociale et la façon de la mettre en œuvre dans les zones rurales, une [base de données d'exemples](#), [7 recueils de bonnes pratiques](#) (sur les zones de montagne, la prestation de services en zones rurales...) présentent de manière synthétique des expériences inspirantes. Un [guide en 7 étapes destiné aux praticiens](#) pour les aider à mettre en œuvre des actions, un [guide politique](#) destiné aux décideurs politiques pour adapter les politiques et une [méthode d'évaluation](#) ont également été élaborés.

**ESPON PROFECY** a réalisé une étude approfondie de **l'accessibilité des services d'intérêt général de base** dans les périphéries intérieures européennes. Les études de cas fournissent également des données plus précises sur l'accès aux soins de santé dans diverses zones montagneuses telles que [Wolfsberg](#) (Autriche), [Grecanica-Calabria](#) (Italie), [Montsià](#) (Espagne).

