



# L'ÂGE À LA CARTE



# L'ÂGE À LA CARTE

a pour objectif de sensibiliser à  
l'âgisme (discrimination basée sur l'âge)  
qui touche les personnes âgées.

Un dossier d'accompagnement pour nourrir la réflexion des personnes participantes, pendant ou après la partie, est disponible sur notre site [www.liages.be](http://www.liages.be).

## Qui sommes-nous ?

L'ASBL Liages est une association du réseau Solidaris reconnue en éducation permanente. Nous représentons et défendons les droits des personnes âgées depuis 1977 pour veiller à leur autodétermination et à leur émancipation. Nos actions se concentrent sur l'âgisme, la citoyenneté et la santé.

---

**Conception :** Liages ASBL

**Design :** Knock Knock Prod et Steppers Studio

Une initiative de



Avec le soutien de





# L'ÂGE À LA CARTE



## Matériel fourni :

123 cartes au total dont :

- 5 cartes introductives
- 21 cartes **CULTUR'ÂGE**
- 21 cartes **DÉMONT'ÂGE**
- 24 cartes **ENR'ÂGE**
- 48 cartes **DÉG'ÂGE**
- 3 cartes « comment jouer ? »
- 1 carte définition « L'âgisme, c'est quoi ? »
- 1 dé à 6 faces colorées
- 1 dossier d'accompagnement disponible sur [www.liages.be](http://www.liages.be)

## Matériel supplémentaire non fourni :

1 chronomètre (téléphone,  
montre, sablier...)



# L'ÂGE À LA CARTE



## Le jeu en bref :

**Abattez vos cartes pour dire « Non à l'âgisme ! »**



De 30 minutes jusqu'à...ce que vous ayez eu votre dose de bavard'âge !



Jeu conçu pour un public adulte, de 3 à 8 personnes. Vous pouvez aussi découvrir le jeu en solo pour réfléchir à vos perceptions, attitudes et comportements âgistes et avoir un tour d'avance sur vos adversaires !



La personne qui gagne la partie est celle qui a remporté le plus de cartes dans le temps imparti.



# L'ÂGE À LA CARTE





## Mise en place du jeu :

- 1 Mélangez séparément chaque tas de cartes **CULTUR'ÂGE**, **DÉMONT'ÂGE**, **ENR'ÂGE**. Placez les 3 tas, faces cachées.
- 2 Disposez les cartes « comment jouer ? » devant chaque tas correspondant, faces visibles.
- 3 Distribuez 3 cartes **DÉG'ÂGE** à chaque personne participante. Placez les cartes restantes, faces cachées.
- 4 Disposez la carte définition « L'âgisme, c'est quoi ? », face visible.



# L'ÂGE À LA CARTE



## Déroulement du jeu :

- 1 Une personne volontaire lit, à voix haute, la carte définition « L'âgisme, c'est quoi ? ». L'ensemble du groupe s'assure de sa bonne compréhension.
- 2 Qui commence ? Malheur à celui ou celle qui prononcerait la phrase (âgiste) « *que la personne la plus jeune ou âgée commence !* ». Tirez plutôt au sort !
- 3 La première personne lance le dé. Elle joue la catégorie **CULTUR'ÂGE**, **DÉMONT'ÂGE**, **ENR'ÂGE** associée à la couleur, en se référant à la carte « comment jouer ? » correspondante.
- 4 Le jeu continue dans le sens des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'une personne remporte la partie !



# L'ÂGE À LA CARTE





## L'âgisme, c'est quoi ?

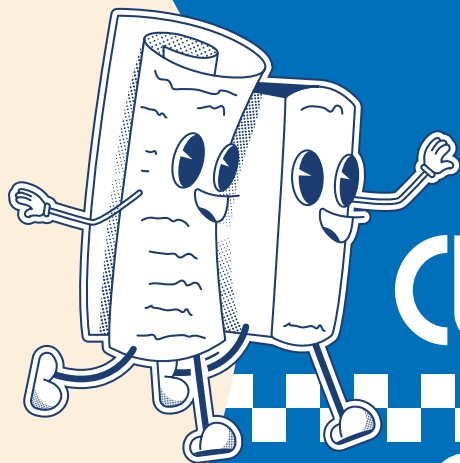
(Rapport mondial sur l'âgisme, OMS, 2021)

L'âgisme, c'est l'ensemble des stéréotypes (pensées), préjugés (sentiments) et discriminations (comportements) à l'égard de personnes en raison de leur âge. C'est traiter une personne avec mépris parce qu'on la juge (trop) jeune ou (trop) âgée.

Le fait d'être plus âgé/âgée accroît le risque d'être une cible de l'âgisme. À l'échelle mondiale, une personne sur deux fait preuve d'âgisme envers les personnes âgées.

L'âgisme est partout : dans nos institutions, dans nos relations et en nous-mêmes.

Cette discrimination a des conséquences graves et profondes sur la santé, le bien-être et les droits humains des individus.



# CULTUR'ÂGE

**Comment jouer ?**

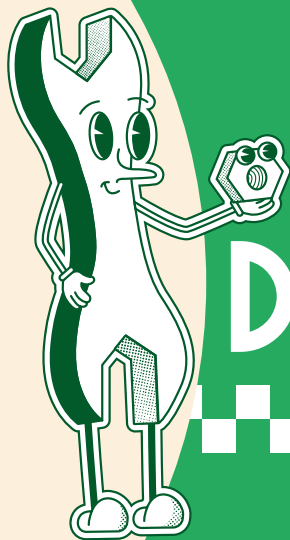


Tirez la première carte du paquet, sans la regarder.

Donnez-la à une personne de votre choix qui vous lit la question.

Si vous répondez correctement, vous remportez la carte.

Si vous ne donnez pas la bonne réponse, la carte est remplacée sous le paquet.



# DÉMONT'ÂGE

**Comment jouer ?**



Tirez la première carte du paquet. Lisez l'énoncé à voix haute.

La personne à votre droite doit compléter la première phrase et celle à votre gauche doit compléter la seconde, même si ça ne reflète pas leur opinion personnelle.

30 secondes de réflexion sont accordées à chacune d'elles. Puis, chaque personne défend sa position (imposée) en 1 minute.

A l'issue des tours de paroles, vous choisissez l'argumentaire le plus pertinent, et ce, indépendamment de votre conviction personnelle. La personne ainsi désignée remporte la carte.

Vous n'arrivez pas à choisir ? Les personnes inversent les rôles et défendent leur nouvelle position. Vous faites alors appel aux autres personnes participantes (si le nombre est suffisant) pour déterminer qui a eu la meilleure répartition lors de ce nouvel échange. La personne ainsi désignée remporte la carte.



# ENR'ÂGE

**Comment jouer ?**



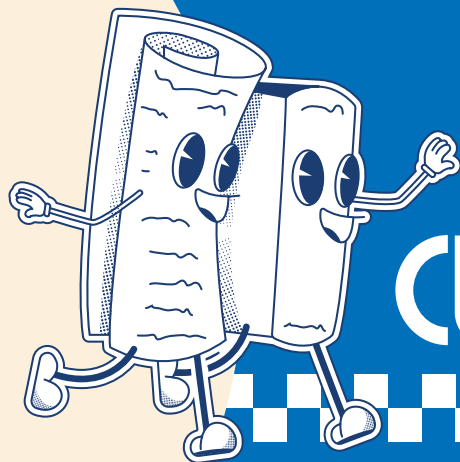
Tirez la première carte du paquet **ENR'ÂGE** et adressez la phrase choc au groupe.

Chaque personne participante choisit l'une de ses 3 cartes **DÉG'ÂGE** en réponse, à vous remettre face cachée.

Mélangez les cartes reçues et choisissez celle que vous préférez. La personne à qui elle appartenait remporte la carte **ENR'ÂGE**.

Les cartes **DÉG'ÂGE** qui ont été jouées sont écartées du jeu. Elles pourront être réutilisées s'il n'y en a plus assez après plusieurs tours de jeu.

Les personnes tirent une nouvelle carte **DÉG'ÂGE**, afin d'en avoir toujours 3 en main.



CULTUR'ÂGE

# CULTUR'ÂGE

**En Belgique, la pension publique des femmes est, en moyenne, plus basse que celle des hommes. En 2023, cet écart est de :**

- a) 16 %**
- b) 21 %**
- c) 32 %**

Réponse : b) La Belgique se situe en dessous de la moyenne européenne (26 %) concernant l'écart de pension publique entre les femmes et les hommes. Cet écart s'explique notamment par les interruptions de carrière et la différence de salaire perçu par les femmes pendant la période d'activité.

# CULTUR'ÂGE

**En quelle année l'euthanasie, sous conditions, a-t-elle été dépénalisée en Belgique ?**

- a) 2002
- b) 2009
- c) 2016

Réponse : a) La loi dépénalisant l'euthanasie sous conditions est entrée en vigueur le 23 septembre 2002. La même année, la loi « relative aux droits du patient » et celle « relative aux soins palliatifs » ont été adoptées par la législature belge.

# CULTUR'ÂGE

**Qu'est-ce que la « fracture numérique » ?**

- a)** Le fait que les objets numériques se cassent rapidement
- b)** L'ensemble des inégalités d'accès et d'utilisation des nouvelles technologies du numérique
- c)** Un diagnostic médical révélant de multiples fractures des os

Réponse : b) En 2023, 40 % des personnes belges âgées de 16 à 74 ans étaient en situation de vulnérabilité numérique.

# CULTUR'ÂGE

**En France, quelle tranche d'âge est la plus touchée par les cyberattaques (e-mails ou sms d'arnaques, piratage en ligne, fraude bancaire...) ?**

- a) Les 18-34 ans**
- b) Les 34-55 ans**
- c) Les plus de 55 ans**

Réponse : a) Les hommes entre 18 et 34 ans sont particulièrement victimes de cyberattaques. Les e-mails et les sms frauduleux sont les attaques les plus fréquentes auprès des personnes françaises.

# CULTUR'ÂGE

**Le 1<sup>er</sup> octobre est la journée internationale :**

- a) De l'orgasme**
- b) De sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées**
- c) Des personnes âgées**

Réponse : c) Cette journée a été proclamée pour la première fois le 14 décembre 1990 par l'Assemblée générale des Nations Unies.  
a) a lieu le 21 décembre et b) le 15 juin.

# CULTUR'ÂGE

**Dans quel pays les entreprises doivent-elles accorder des congés pour que les travailleurs et travailleuses puissent rendre visite aux personnes âgées de leur entourage ?**

- a) La Belgique**
- b) Le Brésil**
- c) La Chine**

Réponse : c) Outre les congés d'entreprise, rendre visite aux personnes âgées de sa famille est une obligation légale en Chine.

# CULTUR'ÂGE

**Selon la loi anti-discrimination de 2007, que risque-t-on si l'on discrimine une personne sur la base de son âge sans autre justification ?**

- a) 1 heure de punition dans le coin**
- b) Entre 50 et 1000 euros d'amende et d'1 mois à 1 an de prison**
- c) Entre 1000 et 2000 euros d'amende et de 6 mois à 2 ans de prison**

Réponse : b) Cette loi condamne plusieurs discriminations dont celle fondée sur l'âge. Elle interdit la discrimination directe et indirecte, le harcèlement et l'injonction à discriminer sur la base de l'âge d'une personne.

# CULTUR'ÂGE

**Le terme « âgisme » a été utilisé pour la première fois par le gérontologue américain Robert Butler pour désigner le mépris social qui pèse sur les personnes âgées. C'était en :**

- a) 1892**
- b) 1969**
- c) 2001**

Réponse : b) Si ce terme a d'abord été utilisé pour parler spécifiquement du rejet des personnes vieillissantes, il s'étend aujourd'hui à toute personne (jeune ou vieille) susceptible d'être discriminée sur la base de son âge.

# CULTUR'ÂGE

## Qu'est-ce que la ménopause ?

- a) Une maladie qui touche les ovaires, les empêchant de produire des ovules
- b) Une évolution naturelle du corps, qui consiste en la cessation de production hormonale des ovaires, menant à la fin de la production d'ovules
- c) Une forme d'hystérie qui touche les femmes âgées de plus de 45 ans

Réponse : b) Ce terme a été inventé par le médecin français Charles de Gardanne en 1816. À l'époque, loin d'être envisagée comme un phénomène biologique normal, la ménopause est assimilée à une maladie physique et psychique. Cette vision influence encore la façon dont elle est perçue aujourd'hui.

# CULTUR'ÂGE

**Lorsque Marcel Masegosa s'est inscrit à l'examen français du baccalauréat, en 2015, il était âgé de :**

- a) 9 ans**
- b) 93 ans**
- c) 101 ans**

Réponse : b) M. Masegosa est, à ce jour, le plus vieux candidat dans l'histoire du baccalauréat. Tenté, à deux reprises, il ne décrochera finalement pas le fameux papier.

# CULTUR'ÂGE

**Quelles sont les conséquences de l'âgisme sur les personnes âgées, à court et à long terme ?**

- a)** Un effet d'assimilation des stéréotypes âgistes auxquels les personnes vont finir par se conformer
- b)** Des effets délétères sur leur santé mentale et physique
- c)** Les deux réponses ci-dessus

Réponse : c) L'âgisme a des conséquences graves et profondes sur la santé et le bien-être des gens. Chez les personnes âgées, il est associé à une moins bonne santé physique et mentale, à un plus grand isolement social et à une solitude accrue, à plus d'insécurité financière, à une baisse de la qualité de vie et à un décès prématuré.

# CULTUR'ÂGE

**À quel domaine a-t-on emprunté l'appellation « senior » ?**

- a)** Au domaine sportif
- b)** Au domaine religieux
- c)** Au domaine culinaire

Réponse : a) Les dénominations pour évoquer la vieillesse ne manquent pas : le 3e et 4e âge, les personnes âgées, retraitées... Vous avez la vôtre ?

# CULTUR'ÂGE

**De quel pays est originaire « El Día de los Muertos »  
(« Le Jour des Morts ») ?**

- a) L'Espagne**
- b) L'Équateur**
- c) Le Mexique**

Réponse : c) Cette tradition funéraire est l'une des plus grandes fêtes du Mexique et dure quelques jours de fin octobre à début novembre. En 2008, elle a été inscrite au Patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO.

# CULTUR'ÂGE

**En espagnol, le mot « jubilado » désigne :**

- a)** Un personne pensionnée
- b)** Une personne sexuellement active
- c)** Une personne toujours positive

Réponse : a) « En espagnol on ne dit pas les retraités, on dit les jubilados, les jubilants, ceux qui sont entrés dans une jubilation de la vie. » (Laure Adler, La voyageuse de nuit, 2021).

# CULTUR'ÂGE

**Qu'est-ce qu'un habitat kangourou ?**

- a)** L'abri du kangourou en Australie
- b)** Une forme d'habitat solidaire entre deux ménages ou personnes
- c)** Un lieu de bien-être pour les animaux et les personnes âgées

Réponse : b) Les parties engagées vont développer un projet de vie et des échanges de services en fonction de leurs besoins mutuels. L'habitat kangourou est un modèle de lieu de vie, innovant et alternatif, pour les personnes âgées.

# CULTUR'ÂGE

**Quelle est la profession de la nonagénaire japonaise Takishima Mika ?**

- a) Informaticienne**
- b) Cheffe étoilée**
- c) Coach sportive**

Réponse : c) Takishima Mika s'est lancée comme coach sportive à l'âge de 87 ans. Dans un milieu encore très masculin et prônant le culte de la jeunesse, elle invite à penser la diversité des corps et leur inclusion dans les pratiques sportives.

# CULTUR'ÂGE

**À quel âge Harriette Thompson a-t-elle couru le marathon de San Diego en moins de 7h30 ?**

- a) 53 ans**
- b) 78 ans**
- c) 92 ans**

Réponse : c) Cette pianiste classique américaine est ainsi devenue la femme la plus âgée à avoir bouclé un marathon, en 2015.

# CULTUR'ÂGE

**« Le Réseau mondial des villes et communautés amies des aînés » est :**

- a)** Un axe de circulation internationale réservé aux personnes âgées
- b)** Des territoires engagés à créer un environnement favorable aux aînés
- c)** Des villes et communautés réservées aux plus de 60 ans

Réponse : b) Un environnement favorable aux personnes âgées est exempt d'obstacles physiques et sociaux. Il doit permettre de vieillir en bonne santé et en restant énergique, selon l'Organisation Mondiale de la Santé qui l'a créé en 2010.

# CULTUR'ÂGE

**« La guerre des générations aura-t-elle lieu ? » est :**

- a)** Un film de René Allio (La Vieille Dame indigne, Les Camisards, etc)
- b)** Un essai sur les liens intergénérationnels
- c)** La suite du film « La Guerre des boutons »

Réponse : b) Ce livre invite à changer de regard sur les liens entre les générations et à encourager les initiatives en ce sens. Il a été écrit par le sociologue et consultant Serge Guérin et le philosophe Pierre-Henri Tavoillot en 2017.

# CULTUR'ÂGE

**En France, quel est le pourcentage des personnes de plus de 60 ans qui déclare avoir un rapport sexuel au moins une fois par semaine ?**

- a) 72 %**
- b) 44 %**
- c) 32 %**

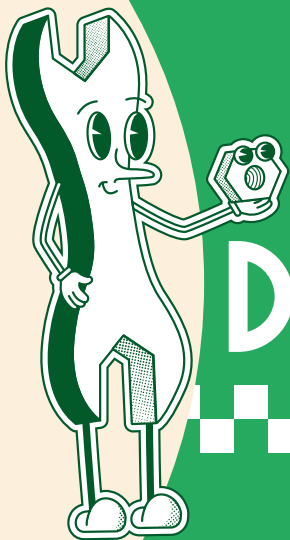
Réponse : b)  
La réponse a) correspond aux personnes âgées de plus de 60 ans qui déclarent avoir une vie sexuelle épanouie.

# CULTUR'ÂGE

**Dans les films français de 2023, la part des rôles attribués aux femmes de plus de 50 ans (sur l'ensemble des rôles) est de :**

- a) 9 %**
- b) 19 %**
- c) 31 %**

Réponse : a) 19 % des rôles sont attribués aux hommes de plus de 50 ans et deux fois moins si on est une femme. Au cinéma, les femmes ne vieillissent pas, elles disparaissent des écrans !



# DÉMONT'ÂGE





# DÉMONT'ÂGE

Vieilles et vieux au volant, danger au tournant !

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées ne comprennent pas  
les jeunes générations.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées ne sont pas au point avec les nouvelles technologies.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées n'ont plus de désir sexuel.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées sont déprimées.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées sont inutiles.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées sont en mauvaise santé physique.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées coûtent cher à la société.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

L'âge d'une (vieille) dame ne se demande pas.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Les personnes âgées devraient faire leurs courses pendant les heures creuses.

C'est vrai parce que...

C'est faux parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Une personne âgée vient de monter dans le bus.

**Je lui cède ma place parce  
que...**

**Je ne lui cède pas ma place  
parce que...**



# DÉMONT'ÂGE

Vous recrutez pour le compte d'une entreprise spécialisée dans les nouvelles technologies de l'information et de la communication.

J'écarte les profils de plus de 45 ans parce que...

Je sélectionne tous les profils quel que soit l'âge parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Vous vivez avec votre parent âgé/parente âgée et, depuis quelques mois, la prise de ses médicaments est source de conflit.

Je continue de veiller à sa prise de médicaments parce que...

Je le ou la laisse gérer sa prise de médicaments parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Vous êtes l'agent/agente de sécurité d'une boîte de nuit. Un groupe de seniors se présente à l'entrée.

**Vous les laissez entrer parce que...**

**Vous leur refusez l'accès parce que...**

# DÉMONT'ÂGE

Vous êtes le conseiller/la conseillère bancaire d'une personne âgée. Depuis quelques mois, vous remarquez des changements dans ses transactions (régularité, montants, etc.).

Je lui propose un rendez-vous pour évoquer la situation parce que...

Je ne lui propose pas de rendez-vous parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Votre ami/amie commence à avoir des cheveux blancs et vous demande conseil.

Je lui conseille de les teindre  
parce que...

Je lui conseille de les laisser au  
naturel parce que...

# DÉMONT'ÂGE

Vous êtes le/la responsable d'une équipe et recevez deux demandes de participation à une formation très en vue. L'une provient de la personne junior de l'équipe ; l'autre de la personne senior. Une seule place est encore disponible.

**Je l'accorde à la personne junior parce que...**

**Je l'accorde à la personne senior parce que...**



# DÉMONT'ÂGE

La « silver économie » fait référence à l'ensemble des activités économiques et industrielles qui bénéficient aux seniors : logements adaptés, offres de loisirs, objets de santé connectés, etc.

**J'adhère à cette économie  
ciblée parce que...**

**Je rejette cette forme  
d'économie parce que...**

# DÉMONT'ÂGE

Vous êtes le/la propriétaire d'un appartement à louer. Après les visites, deux profils aux dossiers convaincants retiennent votre attention : celui d'une personne nouvellement diplômée et en recherche d'emploi et celui d'une personne fraîchement pensionnée.

Je décide de louer mon appartement à la personne qui entre dans la vie active parce que...

Je décide de louer mon appartement à la personne pensionnée parce que...



# DÉMONT'ÂGE

Une maison de repos destinée aux seniors  
de la communauté LGBT (Lesbiennes, Gays,  
Bisexuels et Transgenres) va ouvrir ses portes.

Je trouve que c'est un projet  
utile parce que...

Je trouve que c'est un projet  
qui n'a pas de sens parce que...



# DÉMONT'ÂGE

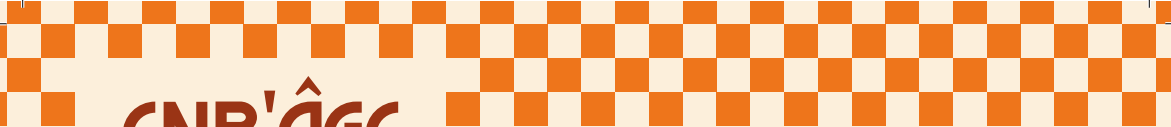
Vous accompagnez votre parent âgé/parente âgée à un rendez-vous médical et vous remarquez que le/la médecin s'adresse uniquement à vous.

Je m'engage dans la discussion parce que...

Je lui demande de s'adresser à la personne que j'accompagne parce que...

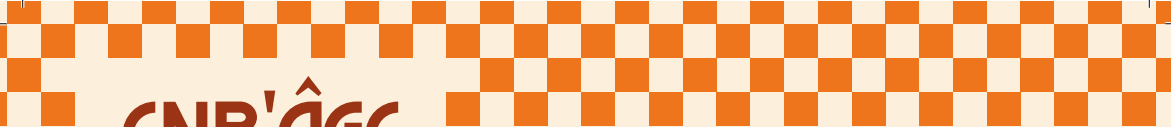


ENR'ÂGE



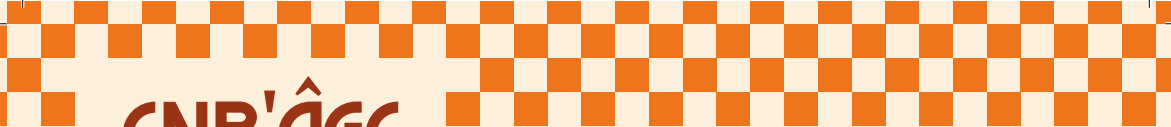
# ENR'ÂGE

**Ok boomer !**



# ENR'ÂGE

**Teins tes cheveux blancs,  
ça fera moins négligée !**

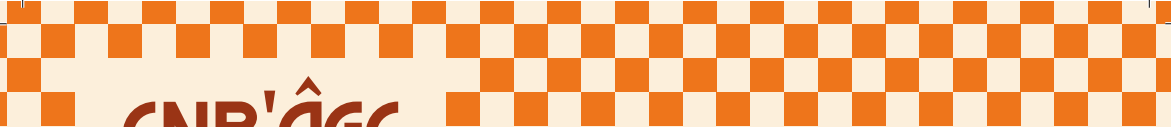


# ENR'ÂGE

**Tu ne fais pas ton âge !**

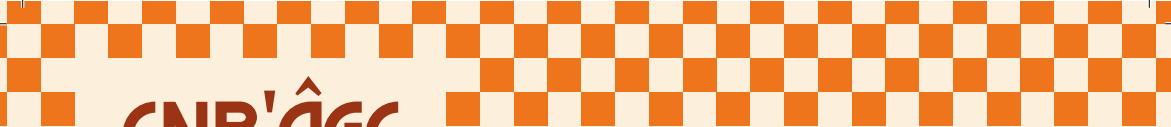
# ENR'ÂGE

**Le sexe, c'est plus de ton âge !**



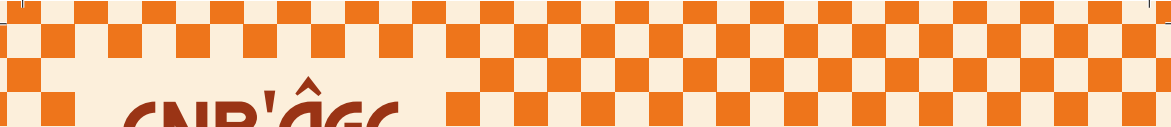
# ENR'ÂGE

**Vieille folle !**



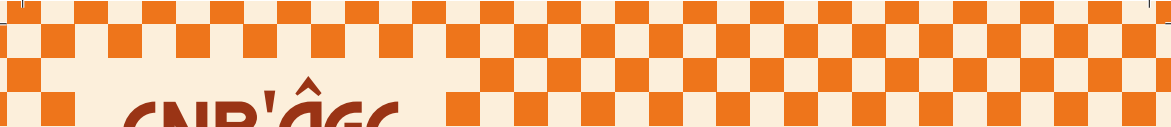
# ENR'ÂGE

**Allez, on va se mettre au lit papy ?!**



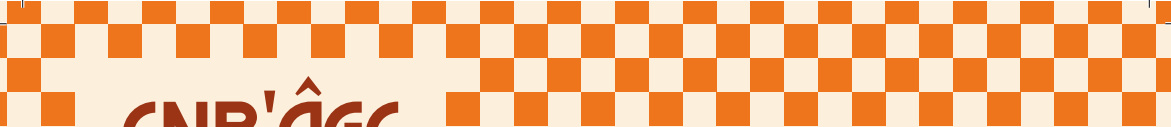
**ENR'ÂGE**

**Vieux schnock !**



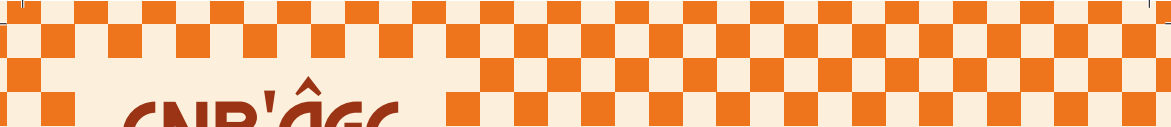
# ENR'ÂGE

**Vieille peau !**



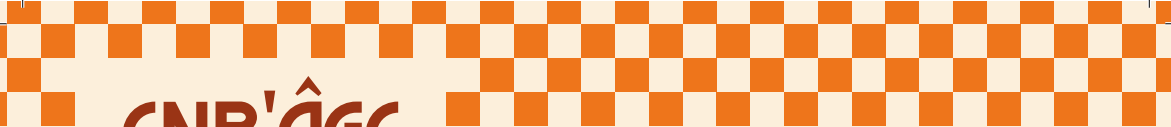
# ENR'ÂGE

**Ils nous embêtent ces vioques  
qui prennent le bus aux heures  
de pointe !**



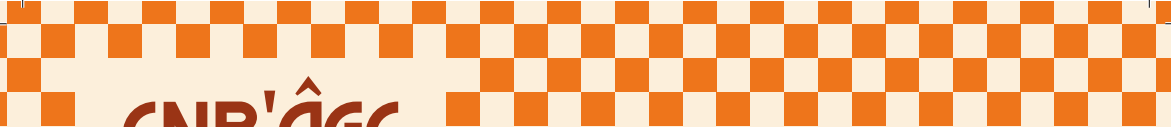
# ENR'ÂGE

**C'est plus de ton âge ça...**



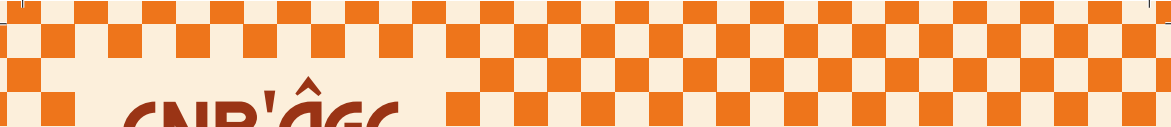
# ENR'ÂGE

**Pardon ma p'tite dame, cette soirée  
est réservée aux jeunes !**



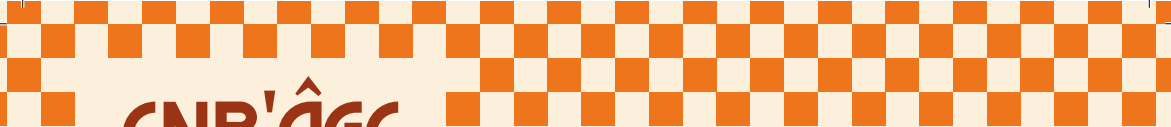
# ENR'ÂGE

**Tu as pris un sacré coup de vieux !**



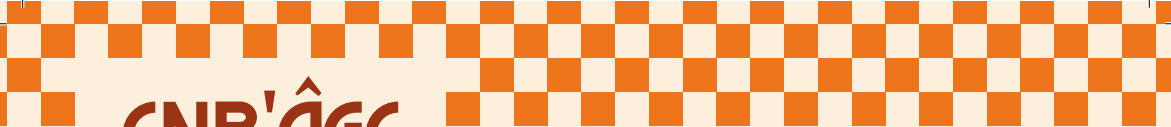
# ENR'ÂGE

**Toi, tu ne prends pas une ride !**



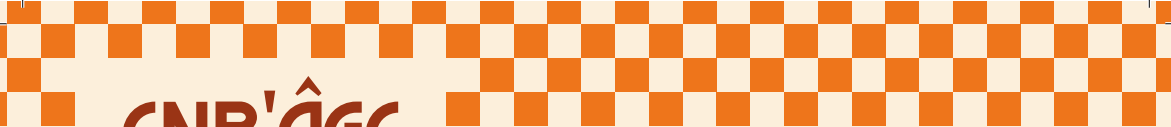
# ENR'ÂGE

**Les meilleurs moments de ma vie  
sont derrière moi...**



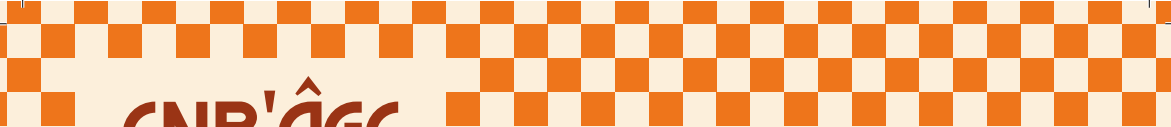
# ENR'ÂGE

**C'est normal d'avoir des douleurs  
à ton âge !**



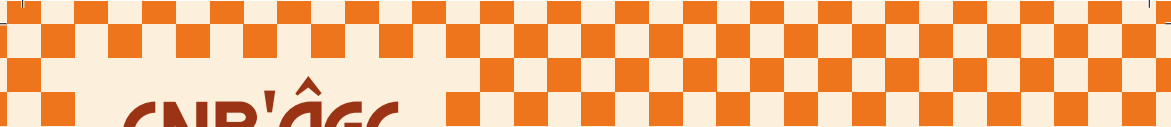
# ENR'ÂGE

**En cadeau, voici quelques  
échantillons de notre nouvelle  
crème anti-âge !**



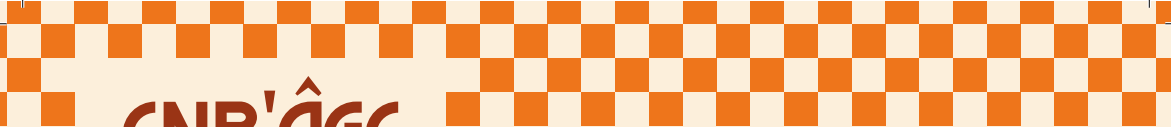
# ENR'ÂGE

**Ça sent le vieux ici !**



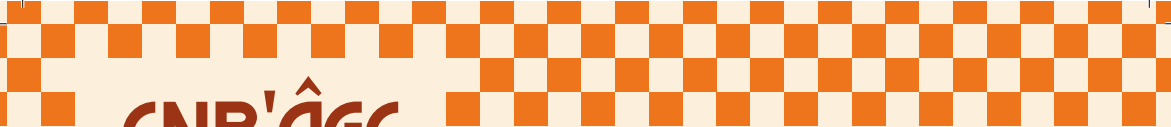
# ENR'ÂGE

**Attendez, je vais le faire à votre place,  
ça sera plus rapide !**



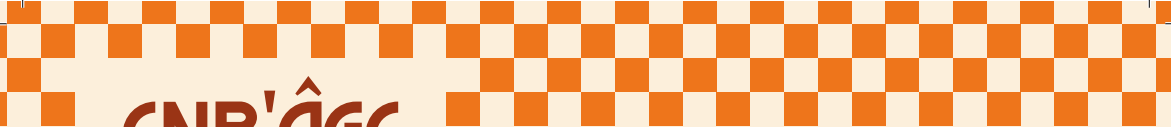
# ENR'ÂGE

**Il est temps de faire place  
aux jeunes !**



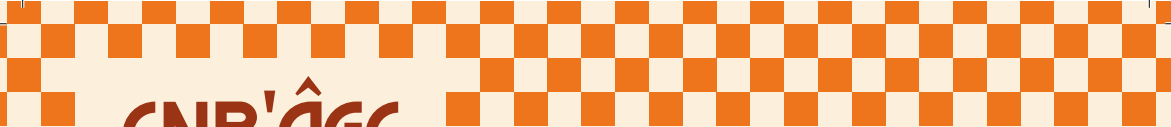
# ENR'ÂGE

**Plus tard, tu seras une vraie  
mamie gâteau toi !**



# ENR'ÂGE

**Tu es bien conservée pour ton âge !**

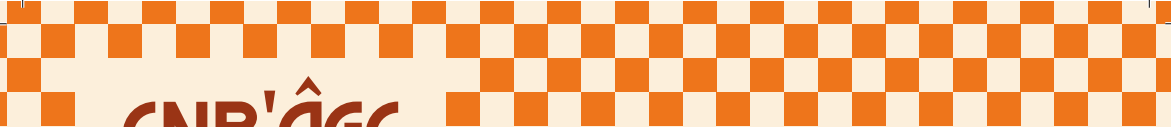


# ENR'ÂGE

**Ils sont touchants, ces p'tits vieux !**

# ENR'ÂGE

**L'âge, c'est dans la tête !**



# ENR'ÂGE

**C'est pour ton bien...**



# DÉG'ÂGE

# DÉG'ÂGE

**On est toujours le vieux/la vieille  
de l'autre.**

# DÉG'ÂGE

**« Chaque génération se croit plus intelligente que la précédente et plus sage que la suivante. »**

George Orwell

# DÉG'ÂGE

**« Pourquoi faudrait-il donner l'illusion  
que le temps ne passe pas ? »**

Mona Chollet

# DÉG'ÂGE

**« Je ne cherche pas la jeunesse,  
je cherche la beauté. »**

Sophie Fontanel

# DÉG'ÂGE

**« Il n'y a qu'un seul âge, vivante. »**

Agnès Varda

# DÉG'ÂGE

**Je fais bel et bien mon âge  
et j'en suis fier/fière !**

# DÉG'ÂGE

**« Ne regrettez pas de vieillir,  
c'est un privilège refusé à beaucoup. »**

Mark Twain

# DÉG'ÂGE

**« Il n'y a pas d'âge pour jouir ! »**

Catherine Grangeard

# DÉG'ÂGE

**« La peur de vieillir abîme plus que l'âge. »**

Jeanne Moreau

# DÉG'ÂGE

**« Ce ne sont pas les vieux qui vont mal,  
c'est le regard que nous portons sur  
la vieillesse. »**

Jean-Jacques Amyot

# DÉG'ÂGE

**Mes rides sont les marques de mes pleurs  
et de mes rires.**

# DÉG'ÂGE

**Mon corps, mon âge, mon choix !**

# DÉG'ÂGE

**« Les hommes ne vieillissent pas mieux  
que les femmes, ils ont seulement  
l'autorisation de vieillir. »**

Carrie Fischer

# DÉG'ÂGE

**« Il faut vieillir ou mourir jeune. »**

Proverbe français

# DÉG'ÂGE

**« Vieillir est encore le seul moyen qu'on ait trouvé de vivre longtemps. »**

Charles-Augustin Sainte-Beuve

# DÉG'ÂGE

**Personne ne mérite d'être aussi mal  
résumé/résumée !**

# DÉG'ÂGE

**Je vieillis et je reste adulte :  
je suis un/une adulte qui vieillit !**

# DÉG'ÂGE

**Je ne suis pas une vieille personne  
indigne :  
je suis indignée !**

# DÉG'ÂGE

**« Ne laissez jamais personne vous dire  
que ce que vous faites est insignifiant. »**

Desmond Tutu

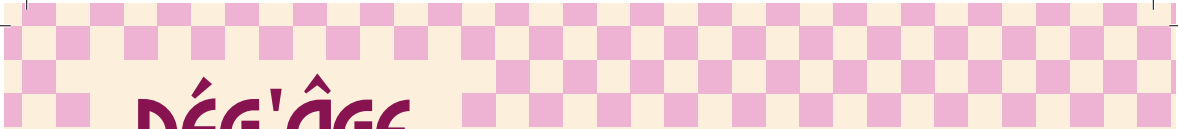
# DÉG'ÂGE

**Je vieillis, donc je suis !**

# DÉG'ÂGE

**« Exister, c'est combattre ce qui me nie. »**

Dominique Venner



# DÉG'ÂGE

**« Vieillir, c'est vivre. Et vivre,  
c'est vieillir. »**

Marie Charrel

# DÉG'ÂGE

**Tiens, je ne savais pas qu'il y avait  
des lieux et des horaires interdits aux  
personnes âgées !**

# DÉG'ÂGE

**Il faut être bien présomptueux/  
présomptueuse pour penser pouvoir  
lutter contre le temps...**

# DÉG'ÂGE

**Les droits humains s'appliquent  
à tous les âges.**

# DÉG'ÂGE

**Pour vous, la valeur d'une personne  
diminue avec son âge ?**

# DÉG'ÂGE

**Je n'ai pas peur de vieillir, et vous ?**

# DÉG'ÂGE

**« La vieillesse est un bel âge pour la révolte : on ne ressent pas la même pression à cocher des cases. »**

Juliette Rennes

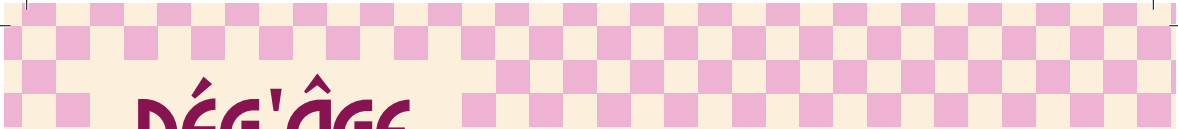
# DÉG'ÂGE

**Je n'ai pas envie  
de vieillir « discrètement ».**

# DÉG'ÂGE

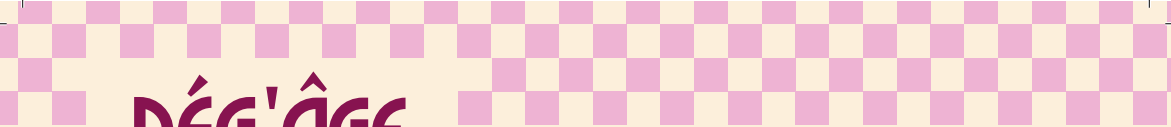
**« Quel sens aurait le temps s'il ne nous  
faisait pas évoluer ? »**

Serge Guérin



# DÉG'ÂGE

**Non !**



# DÉG'ÂGE

**Et alors ?**

# DÉG'ÂGE

**« Ne touchez pas à mes rides, j'ai mis tant d'années à les obtenir. »**

Anna Magnani

# DÉG'ÂGE

**« Il y a plusieurs vies dans une vie, et c'est bien cela qui nous la rend attrayante. »**

Maryse Wolinski

# DÉG'ÂGE

**Il n'y a pas d'âge pour se réinventer.**

# DÉG'ÂGE

**Vieillir n'est pas une maladie !**

# DÉG'ÂGE

**« C'est que l'âge se révolte à tout âge  
contre l'âge ! »**

Daniel Pennac

# DÉG'ÂGE

**Les mots « vieille » et « vieux » ne sont pas des insultes !**

# DÉG'ÂGE

**Que veux-tu dire par là ? Je ne comprends pas bien.**

# DÉG'ÂGE

**Et la bêtise, ça se soigne ?**

# DÉG'ÂGE

**« L'un des privilèges de la vieillesse, c'est d'avoir, outre son âge, tous les âges. »**

Victor Hugo

# DÉG'ÂGE

**Je n'ai qu'une ride  
et je suis assis/assise dessus !**

# DÉG'ÂGE

**Souris, tu vieillis !**

# DÉG'ÂGE

**Je vais vous répondre...par le silence.**

# DÉG'ÂGE

**Je vais vous laisser un moment pour réfléchir à l'énormité que vous venez de dire.**

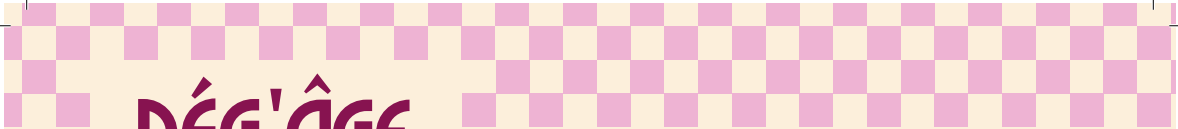
# DÉG'ÂGE

**Non, mais ça ne va pas ou quoi ?!**

# DÉG'ÂGE

**« Vieillir, c'est pas pour les chochottes. »**

Bette Davis



# DÉG'ÂGE

**Non !**

