

# Démantelons l'âgisme!

"Tant que nous n'y mettrons pas fin, l'âgisme nous opprimerà tous.."

Ashton Applewhite



- Pensez aux cinq personnes avec qui vous choisissez de passer le plus de temps. Quel est votre plus grand écart d'âge ?
- Quelle est la dernière chose à laquelle vous avez pensé et pour laquelle vous vous considérez trop vieux ?
- Quelle est la dernière chose à laquelle vous avez pensé et pour laquelle vous vous considérez trop jeune ?
- Quelle est une idée fausse que les gens se font de vous sur la base de votre âge ?

## Demandez :

- "Quelle est l'intention de cette affirmation?"
- "Qu'est-ce qui est âgiste dans cette déclaration?"
- "Comment peut-on la reformuler pour qu'elle ne soit pas une déclaration âgiste?"

## Trois façons de répondre aux "compliments" âgistes :

- Répondez naturellement - répétez le compliment à votre interlocuteur.
- Gaiment - montrez votre fierté à propos de ce qu'ils essaient de complimenter.
- Répondez par un regard de perplexité sincère : "Que voulez-vous dire?"

## Exemples de compliments (n'hésitez pas à ajouter les vôtres)

- Passez une bonne journée, jeune femme/homme!
- Vous avez 35 ans ? Vous êtes un bébé.
- Vous ne pouvez pas avoir 70 ans - vous avez une peau si lisse!
- Vous êtes superbe pour votre âge!
- 80 ? Oh, ce n'est pas vieux!
- Oh wow, vous travaillez encore!
- Tu as vraiment 85 ans ? Mais vous êtes si vif!
- 60 ans, c'est le nouveau 40.

"Tant que nous  
n'y mettrons  
pas fin, l'âgisme  
nous opprimerà  
tous."

Ashton  
Applewhite

OldSchool.info

# Démantelons l'âgisme!



**Deux choses que je vais continuer à faire:**

---

---

---

**Deux choses que je vais commencer à faire:**

---

---

---

**Deux choses que je vais arrêter de faire :**

---

---

---

Nom :

Date :

---