

QUELS BESOINS MINIMUMS POUR LES SENIORS AU LUXEMBOURG ?

Cette publication présente le budget de référence des personnes âgées de 65 ans ou plus, retraitées, autonomes, en bonne santé et vivant à domicile. Elle s'insère dans la continuité des travaux du STATEC sur les budgets de référence et complète le cycle des âges traités par cette approche.

Le budget de référence représente le budget dont un ménage a besoin au minimum, pour pouvoir participer adéquatement à la société au Luxembourg. Il inclut les besoins essentiels de tous les aspects de la vie : alimentation, hygiène, vêtements, santé, logement, mobilité, multimédia, vie sociale et « lifelong learning » (apprentissage tout au long de la vie), et équipement du logement. Il vise un niveau de vie minimum mais adéquat et décent.

La spécificité des personnes âgées est qu'il s'agit d'une population extrêmement hétérogène d'un point de vue des conditions physiologiques et sociales des individus. Ainsi, deux personnes qui ont le même âge chronologique peuvent connaître des états de santé très différents. De même, une personne de 65 ans peut déjà être extrêmement limitée dans son autonomie physique et mentale, alors qu'une autre personne de 80 ans peut encore être pleinement indépendante. Le critère de l'âge ne résiste donc pas aux multiples réalités du vieillissement et ne sert dès lors pas comme point de départ pour la construction d'un budget de référence. Ceci distingue les budgets des personnes âgées de celui des personnes-types, adultes et enfants, précédemment établis.

Le budget minimum des seniors

INTRODUCTION



Six critères de sélection ont été retenus pour définir la population cible du budget de référence des seniors : le statut d'activité, le degré d'autonomie, l'état de santé, les compétences, l'implication dans la vie en société et le statut de locataire.

Premièrement, les personnes ont atteint l'âge légal de la retraite au Luxembourg, qui est de 65 ans et elles **ne sont plus actives sur le marché de travail**. Deuxièmement, les personnes disposent de **l'autonomie dans tous les aspects de leur vie** et n'ont pas besoin d'aide extérieure pour accomplir les tâches de leur vie quotidienne. Troisièmement, les personnes disposent **des compétences nécessaires pour faire des choix raisonnés et pour gérer leur budget de manière économique**. Quatrièmement, les personnes sont **en bonne santé**, c'est-à-dire qu'elles n'ont pas besoin de soins médicaux particuliers. Cinquièmement, les personnes concernées par le budget de référence ont **envie d'être actives** (au sens non professionnel) **et de participer à la vie en société**. Cet aspect est crucial pour le budget de référence qui doit permettre une participation adéquate à la vie en société. Le sixième et dernier critère de définition est celui du statut d'habitation, à savoir que les personnes concernées par le budget de référence **vivent à domicile** et sont **locataires** de leur logement.

Comme pour tous les budgets de référence précédents, les chiffres présentés correspondent à des prix réels, qui ont été sélectionnés soit dans les bases de données du STATEC, soit sur les sites Internet de magasins. Tous les prix correspondent au niveau de novembre 2022.

Les fiches suivantes exposent les différents paniers en présentant le résultat chiffré, le contenu et quelques réflexions méthodologiques. Les lecteurs intéressés peuvent également consulter le rapport intégral et détaillé : gd.lu/pm26p.

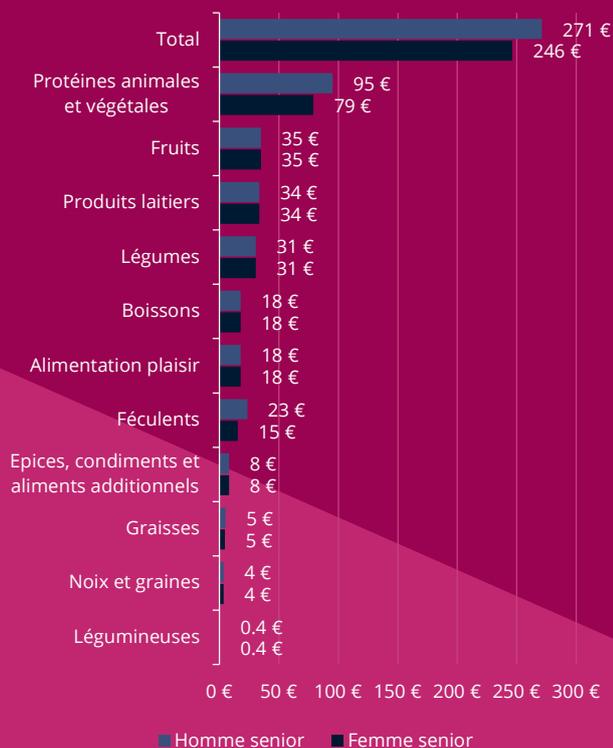
Le budget minimum des seniors

PANIER ALIMENTATION

EN CHIFFRES

Le budget mensuel pour l'alimentation s'élève à 271 EUR pour un homme senior et à 246 EUR pour une femme senior (cf. Graphique 2). Les protéines animales et végétales forment le plus gros poste du panier, avec 95 EUR par mois pour un homme senior et 79 EUR par mois pour une femme senior.

GRAPHIQUE 2 : IL FAUT RESPECTIVEMENT 271 EUR ET 246 EUR À UN HOMME ET UNE FEMME SENIOR POUR SE NOURRIR



Source : STATEC

Au total, le couple de seniors doit déboursier 500 EUR par mois pour se nourrir, contre 250 EUR pour une personne âgée seule.

Pour tenir compte du fait que les seniors consomment un repas au restaurant de temps à autre (cf. panier vie sociale pour le détail), un budget de 10 EUR, respectivement 9 EUR est retiré pour l'homme et la femme senior de ce budget alimentation saine.



CONTENU

Le panier alimentation vise une alimentation saine et équilibrée, adaptée aux besoins des personnes âgées de 65 ans et plus. Le panier a été construit pour des personnes avec une activité physique modérée à moyenne. Les fruits et légumes frais, les féculents (par exemple, les pommes de terre et le pain semi-complet) et les protéines forment la base de l'alimentation saine des seniors. Le panier inclut également des légumineuses, des noix et autres oléagineux ainsi que des produits laitiers. Les grammages sont conçus de façon à ce que les personnes respectent une journée végétarienne par semaine. Enfin, même si les desserts et plats sucrés ne sont pas recommandés dans le cadre d'une alimentation saine au sens strict, une petite quantité de desserts sous forme de morceaux de tarte ou de desserts lactés est tout de même prévue par semaine, pour tenir compte du fait que ceci est une pratique très courante dans notre société.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Le panier de l'alimentation a été développé en concertation avec deux diététiciennes spécialisées dans l'alimentation des personnes âgées. Le profil des personnes était défini au préalable : il s'agit de personnes âgées de 65 ans et plus, en bonne santé, sans besoins de santé ni alimentaires spécifiques, avec un niveau d'activité physique modéré à moyen. En prenant comme appui trois méthodes de calcul, les deux expertes ont défini un apport journalier de kilocalories moyen selon le sexe (1 900 – 2 500 kcal pour les hommes et 1 700 – 2 000 kcal pour les femmes). À l'aide de cet apport énergétique par personne-type, les quantités nécessaires ont été déterminées par les diététiciennes pour les différentes catégories d'aliments. Elles ont également élaboré des menus-types par semaine pour vérifier que l'apport en minéraux (fer, calcium) soit également assuré. La différence en apport énergétique entre les hommes et les femmes se joue essentiellement sur les féculents (des tranches de pain en plus) et sur la graisse consommée sur le pain. Comme pour les budgets de référence précédents, l'hypothèse sous-jacente du panier alimentation repose sur le fait que les personnes préparent et consomment la majorité de leurs repas à domicile. La majorité des aliments inclus dans le panier ont été sélectionnés dans la base de données de l'indice des prix à la consommation du STATEC.

POUR ALLER PLUS LOIN

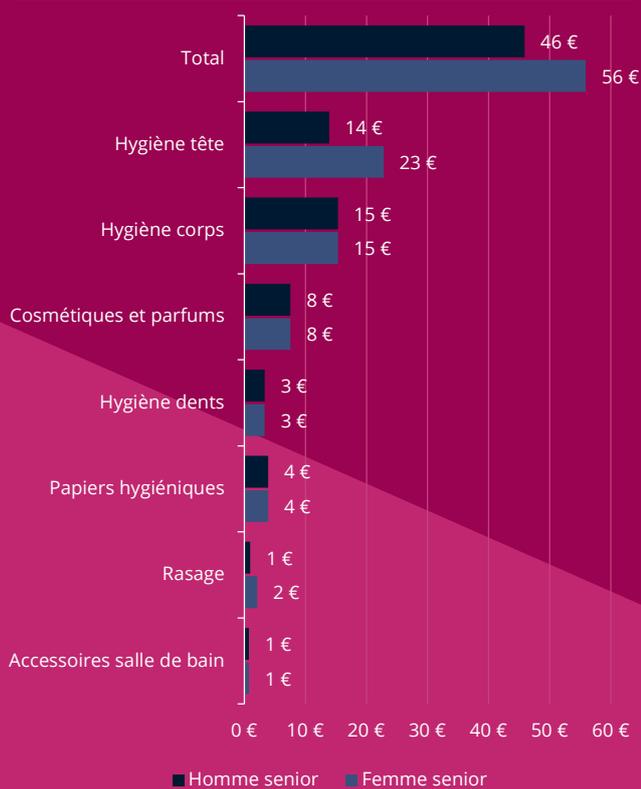
- Ministère de la Santé, & Ministère de la Famille et de l'Intégration. (2014). *Bien manger et bouger en vieillissant*.

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

EN CHIFFRES

Le budget du panier hygiène personnelle s'élève à 46 EUR par mois pour un homme senior et à 56 EUR pour une femme senior. L'hygiène de la tête représente le poste le plus élevé dans le cas de la femme, suivi de l'hygiène du corps (cf. Graphique 3). La différence entre l'homme et la femme résulte des prix nettement plus élevés des coupes de cheveux femme chez le coiffeur, comparées à celles des hommes.

GRAPHIQUE 3 : LES SOINS DU CORPS ET DE LA TÊTE NÉCESSITENT UN BUDGET MENSUEL DE 56 EUR POUR UNE FEMME SENIOR



Source : STATEC

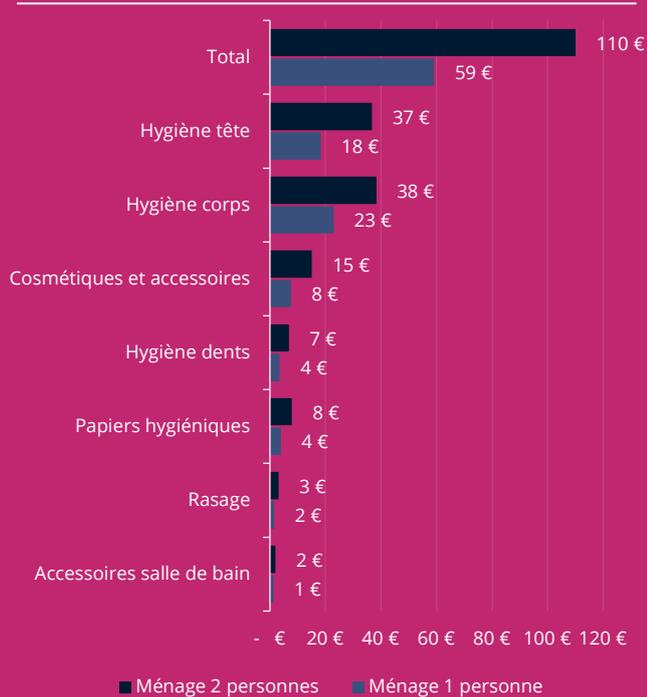
Au total, le budget hygiène s'élève à 59 EUR par mois pour un ménage d'une personne et à 110 EUR pour un ménage de deux personnes (cf. Graphique 4).

Le budget minimum des seniors

PANIER HYGIÈNE



GRAPHIQUE 4 : LE COUPLE DE SENIORS A UN BUDGET MINIMUM DE 110 EUR PAR MOIS POUR ASSURER LEUR HYGIÈNE PERSONNELLE



Source : STATEC

CONTENU

L'hygiène du corps, des mains et des pieds des personnes âgées a quelques spécificités par rapport à celle des adultes de 45 ans. Une première spécificité est celle que la peau change avec l'âge et peut par conséquent être plus exposée à des maladies. En effet, les cellules de la peau se régénèrent moins vite, la peau est moins élastique, plus fine et moins grasse. C'est pourquoi la peau vieillissante nécessite un soin renforcé avec des crèmes grasses pour le corps, les mains et les pieds. Une deuxième spécificité est l'inclusion de deux consultations de pédicure médicale par an dans le panier pour prévenir les soucis tels que les ongles incarnés. En effet, les ongles de doigts et de pieds ont tendance à devenir plus durs et avec la souplesse qui se réduit avec l'âge, il peut devenir plus difficile pour les personnes âgées de couper adéquatement les ongles des doigts et des pieds. Enfin, alors qu'au moment de la rédaction de la présente publication, la crise sanitaire due au COVID 19 est en train de s'estomper, le panier hygiène des seniors inclut tout de même encore les masques et le gel hydro-alcoolique. Les personnes âgées comptent parmi les personnes vulnérables ; le budget minimum doit permettre à ce groupe de personnes de se protéger de manière.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Le panier de l'hygiène personnelle des personnes âgées repose sur les principes émis dans la base commune de la méthode européenne des budgets de référence pour les adultes en âge actif (Goedemé et al., 2015) (Franziskus, 2016). Il existe peu de recommandations européennes ou nationales concernant l'hygiène personnelle des personnes âgées en bonne santé ; la majorité des publications détectées concernent les instructions de soins des personnes dépendantes à domicile ou en structure d'hébergement. Le portail allemand Deutsche Seniorenliga offre quelques conseils pour le soin de la peau des personnes âgées. D'autre part, plusieurs publications relatives aux maladies de la peau des personnes âgées ont été consultées.

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Deutsche Seniorenliga](#)
- Sinikumpu, S.-P., Jokelainen, J., Haarala, A. K., Keränen, M.-H., Sirkka, K.-K., & Huilaja, L. (2020). The High Prevalence of Skin Diseases in Adults Aged 70 and Older. *Journal of the American Geriatrics Society*, 68(11), 2565–2571
- Franziskus, A. (2016). *Quels besoins pour une vie décente? Vers un budget de référence pour le Luxembourg: STATEC.*
- Goedemé, T., Storms, B., Penne, T., & Van den Bosch, K. (2015). *Pilot project for the development of a common methodology on reference budgets in Europe. Final report of the pilot project. Bruxelles: Commission européenne.*

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

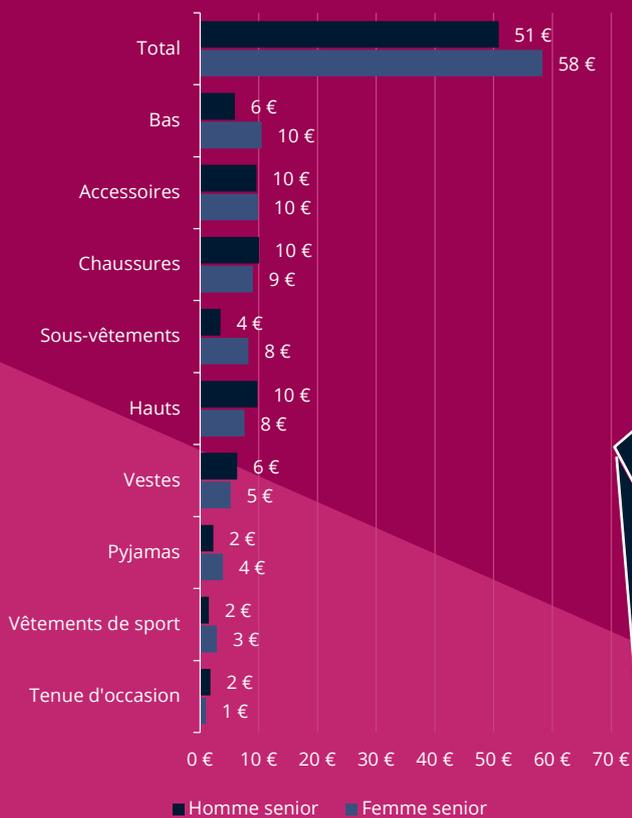
Le budget minimum des seniors

PANIER VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

EN CHIFFRES

Le budget mensuel pour le panier vêtements des personnes âgées s'élève à 58 EUR pour la femme senior et à 51 EUR pour l'homme senior (cf. Graphique 5). La partie la plus importante du budget revient à la catégorie « bas » pour les femmes (10 EUR par mois) et aux chaussures pour les hommes (10 EUR par mois).

GRAPHIQUE 5 : LE BUDGET MENSUEL POUR LES VÊTEMENTS DES FEMMES SENIORS EST DE 7 EUR SUPÉRIEUR À CELUI DES HOMMES



Source : STATEC



CONTENU

Le panier vêtements inclut tous les produits dont les personnes âgées autonomes et en bonne santé ont besoin pour se vêtir et se protéger de manière adéquate contre les conditions météorologiques du Luxembourg. En même temps, le panier a été conçu de façon à permettre aux personnes concernées de choisir les vêtements selon leurs goûts personnels et de suivre la mode du temps. Par rapport au panier des adultes de 45 ans, il ne présente que peu de spécificités, puisque les besoins ne changent pas entre les deux groupes d'âge. Le panier inclut les vestes, les hauts, les bas, les sous-vêtements, les vêtements de sports, les accessoires, des tenues plus « chics » pour les occasions spéciales et les chaussures.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Le panier des vêtements des personnes âgées autonomes et en bonne santé s'appuie sur le panier des adultes actifs sur le marché du travail. Ce dernier avait été construit sur base des recommandations établies dans le cadre du projet européen sur les budgets de référence (Goedemé et al., 2015). Pour vérifier l'hypothèse que les besoins des personnes âgées en matière de vêtements ne changent pas par rapport à ceux des adultes de 45 ans, deux démarches ont été entreprises : consultation avec les partenaires belges et consultation des focus groups au Luxembourg. Cependant, pour tenir compte du fait que les seniors choisissent probablement une autre mode que les adultes plus jeunes, d'autres magasins de vêtements ont été retenus pour sélectionner les produits. Plus précisément, deux magasins aux prix abordables avec une distribution acceptable à travers le pays ont été sélectionnés. Le niveau de prix fixé permet toujours le choix entre plusieurs articles d'une catégorie (le prix du t-shirt permet de choisir entre au moins trois modèles différents par exemple).

POUR ALLER PLUS LOIN

- Franziskus, A. (2016). *Quels besoins pour une vie décente? Vers un budget de référence pour le Luxembourg* :STATEC.
- Goedemé, T., Storms, B., Penne, T., & Van den Bosch, K. (2015). *Pilot project for the development of a common methodology on reference budgets in Europe. Final report of the pilot project*. Bruxelles: Commission européenne

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

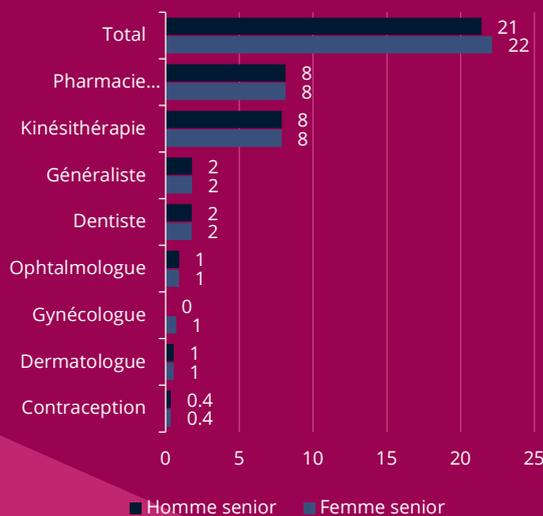
Le budget minimum des seniors

PANIER SANTÉ

EN CHIFFRES

Le budget santé des personnes âgées autonomes et en bonne santé revient à 21 EUR par mois pour un homme, et 22 EUR par mois pour une femme, sans différence prononcée entre l'homme et la femme (cf. Graphique 6). La consultation d'un kinésithérapeute représente le coût le plus élevé avec 8 EUR par mois.

GRAPHIQUE 6 : LE BUDGET SANTÉ AU SENS STRICT NE CHANGE QUE PEU ENTRE L'HOMME ET LA FEMME



Source : STATEC

A ce budget personnel viennent se rajouter une série de frais liés à des produits communs du ménage, tels que ceux nécessaires pour soigner les petites blessures. Au total, le budget santé mensuel d'un ménage d'une personne senior seule est de 26 EUR par mois. Le budget du couple représente un montant mensuel de 47 EUR.



CONTENU

Le budget de référence des seniors vise des personnes qui sont en bonne santé et qui n'ont donc pas de besoins médicaux liés à une restriction physique ou une maladie chronique. Le panier santé reprend les frais nécessaires pour couvrir les produits et services pour des maladies ponctuelles, telle qu'un rhume ou une grippe, et les problèmes mineurs de santé qui sont directement liés au vieillissement du corps. En ce sens, ce panier présente une série de spécificités par rapport au budget des adultes de 45 ans. Ces particularités s'articulent autour de cinq aspects qui ont tendance à apparaître avec l'âge : les problèmes articulaires, les problèmes de vue, les problèmes de dents, la tension artérielle élevée, et les pathologies osseuses. Les problèmes articulaires engendrent des besoins renforcés en soins de kinésithérapie et le traitement occasionnel avec une crème anti-inflammatoire. La vision diminue avec l'âge et beaucoup de personnes âgées ont besoin de lunettes pour traiter la myopie et/ou la presbytie. Par conséquence, des lunettes bifocales ont été incluses dans le panier pour tenir compte de ce double phénomène de réduction de la vision. Alors que la majorité des frais pour les verres à optique bifocale sont pris en charge par la Caisse nationale de santé (CNS), un budget supplémentaire a été ajouté pour permettre le traitement antireflet et anti-rayures des verres. Un surplus de budget par rapport au forfait de la CNS est également compté pour la monture afin de garantir un choix adapté aux personnes seniors. Pour tenir compte des problèmes de dents accrus des seniors, le panier inclut un traitement de caries et un détartrage tous les ans ainsi qu'un traitement de la parodontose tous les deux ans. Un médicament contre la tension artérielle élevée est également introduit dans le panier mais puisque celui-ci est entièrement pris en charge par la CNS, il ne génère pas de frais. Enfin, un traitement avec de la vitamine D est également intégré pour prévenir les pathologies osseuses, comme l'ostéoporose.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

La mise au point du panier santé des personnes âgées en bonne santé a nécessité un travail conséquent et la consultation de multiples sources. Le défi principal consistait à faire la part entre les problèmes de santé qui sont effectivement liés au vieillissement de ceux qui peuvent être mis en lien direct avec des modes de vie malsains, comme par exemple le diabète de type II. En ce sens, le panier santé est minimaliste, car il peut diverger de l'état de santé vécu par certaines personnes âgées.

Des statistiques nationales et européennes ont été mobilisées pour connaître l'état de santé des personnes âgées au Luxembourg et pour obtenir des informations par rapport aux types de problèmes de santé les plus fréquents et leurs fréquences au sein de la population luxembourgeoise. Des spécialistes de santé de divers domaines ont été consultés pour confirmer ces recherches et pour identifier les produits et services nécessaires pour traiter les problèmes de santé liés au vieillissement. La nomenclature des actes et services de la CNS a servi pour déterminer la part personnelle à charge des patients à inclure dans le panier. Un opticien a livré les prix pour les traitements antireflets et anti-rayures des verres. Le portail santé et différentes publications nationales ont enfin été analysés pour identifier les programmes de prévention nationaux et les campagnes de santé adressées aux personnes âgées.

POUR ALLER PLUS LOIN

- Le portail santé du ministère de la Santé : sante.public.lu

LES STATISTIQUES

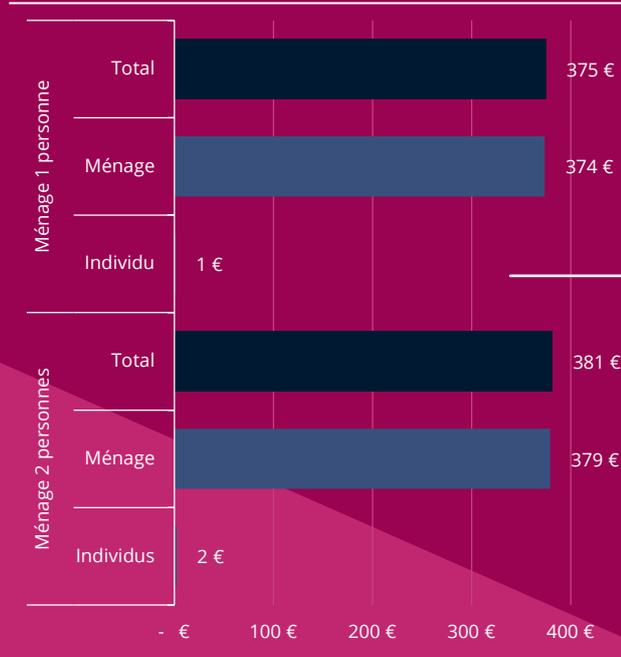
- [La nomenclature CNS](#)
- [La nomenclature verres bifocaux](#)

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

EN CHIFFRES

Au total, le budget mobilité s'élève à 375 EUR pour un ménage d'une personne et à 381 EUR pour un ménage de deux personnes (cf. Graphique 7). La très grande économie d'échelle s'explique à travers le fait que quasiment tout le budget revient à l'achat et à l'entretien d'une voiture et qu'il n'y a donc presque pas de postes qui sont rattachés à l'individu.

GRAPHIQUE 7 : LE BUDGET MENSUEL POUR LA MOBILITÉ EST TRÈS PROCHE ENTRE L'ADULTE SENIOR SEUL ET LE COUPLE SENIOR



Source : STATEC

Le budget minimum des seniors

PANIER MOBILITÉ



CONTENU

Le panier mobilité inclut tous les produits et services qui sont indispensables à une mobilité adéquate des personnes âgées. Concrètement, le budget de ce panier est nécessaire pour l'achat et l'entretien d'une voiture d'occasion par ménage. Un poste supplémentaire et spécifique au budget des personnes âgées autonomes et en bonne santé est lié au fait qu'ils doivent renouveler régulièrement leur permis de conduire après 70 ans. Afin de pouvoir renouveler le permis de conduire, les personnes âgées de plus de 60 ans doivent se soumettre à un examen médical qui doit les déclarer aptes à la conduite d'un véhicule. Cette consultation du généraliste est entièrement aux frais de l'individu.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Quelques sources d'informations ont pu être analysées pour définir le contenu du panier mobilité. Au Luxembourg, il existe peu d'informations sur la mobilité des personnes âgées. Une étude effectuée par le LISER, l'étude MMUST, montre que la voiture privée reste le moyen de transport privilégié des personnes âgées de 65 ans et plus, même s'il y a une tendance décroissante par rapport aux adultes en âge actif (Godefroi et al., 2021). Les focus groups étaient la source la plus utile pour obtenir des informations sur l'importance du sujet de la mobilité des personnes âgées. Alors que les résidents des régions plutôt urbaines peuvent facilement faire une (grande) partie des trajets en transports en commun, les résidents âgés des communes rurales sont très dépendantes de la voiture individuelle pour leur permettre d'effectuer les courses, consulter le médecin et participer adéquatement à la société. Une revue de littérature a également été faite pour comprendre si les personnes âgées autonomes et en bonne santé ont des besoins renforcés pour assurer une conduite en sécurité, comme par exemple une boîte automatique, des rétroviseurs supplémentaires ou encore des assistances de conduite. Puisque les personnes-cibles du présent budget de référence n'ont pas de problèmes de santé ou des entraves physiques majeures, le comité de pilotage a jugé que cet équipement n'est pas nécessaire. Finalement, la législation nationale a été consultée pour connaître les conditions de renouvellement du permis de conduire des personnes âgées.

POUR ALLER PLUS LOIN

- L'étude MMUST :
[Le renouvellement du permis de conduire](#)

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

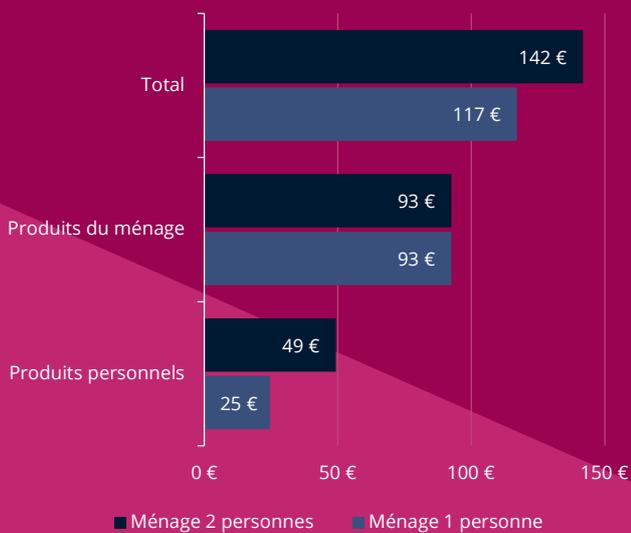
Le budget minimum des seniors

PANIER MULTIMÉDIA

EN CHIFFRES

Au total, le panier multimédia des seniors est de 117 EUR par mois pour un ménage d'une personne et de 142 EUR par mois pour un ménage de deux personnes (cf. Graphique 8). Ce budget inclut le téléphone portable et l'abonnement personnel d'un côté et les abonnements et produits partagés par le ménage de l'autre. Les économies d'échelles sont importantes pour les ménages de deux personnes, puisque les abonnements pour la télévision, Internet et le téléphone fixe sont partagés.

GRAPHIQUE 8 : LE BUDGET MULTIMÉDIA DES SENIORS EST RELATIVEMENT PLUS ÉLEVÉ POUR UN MÉNAGE D'UNE PERSONNE PAR RAPPORT AU MÉNAGE DE DEUX PERSONNES



Source : STATEC



CONTENU

Le panier multimédia contient les produits et abonnements qui permettent aux personnes âgées autonomes et en bonne santé d'utiliser les nouveaux médias et de naviguer sur Internet. Chaque individu est doté d'un téléphone portable et d'un abonnement forfaitaire qui lui permet de téléphoner, surfer sur Internet, utiliser les réseaux sociaux et utiliser des services de messageries instantanées (produits personnels). Ensuite, les ménages sont également équipés d'un ordinateur portable et d'un téléphone fixe, d'une imprimante et d'un abonnement Internet et d'un abonnement classique pour la télévision (produits du ménage).

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Les quelques différences par rapport aux adultes de 45 ans actifs sont issues des discussions des focus groups et au sein du comité de pilotage. En effet, après consultation, les abonnements aux services de streaming en ligne pour les vidéos et la musique, tels qu'ils avaient été ajoutés pour les ménages avec des adolescents (cf. Franziskus & Pirenne 2022) n'ont pas été retenus pour les ménages seniors. Un abonnement de télévision « classique » (combiné à l'abonnement Internet et téléphone fixe) tel qu'il était calculé dans les premiers budgets de référence publiés en 2016 a été repris (Franziskus 2016).

POUR ALLER PLUS LOIN

- Franziskus, A. (2016). *Quels besoins pour une vie décente? Vers un budget de référence pour le Luxembourg*. Luxembourg : STATEC.
- Franziskus, A & Pirenne, E. (2022) *Des budgets de référence pour les jeunes âgés de 15 à 18 ans : les adolescents face à leurs besoins minimums*. Luxembourg : STATEC.

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

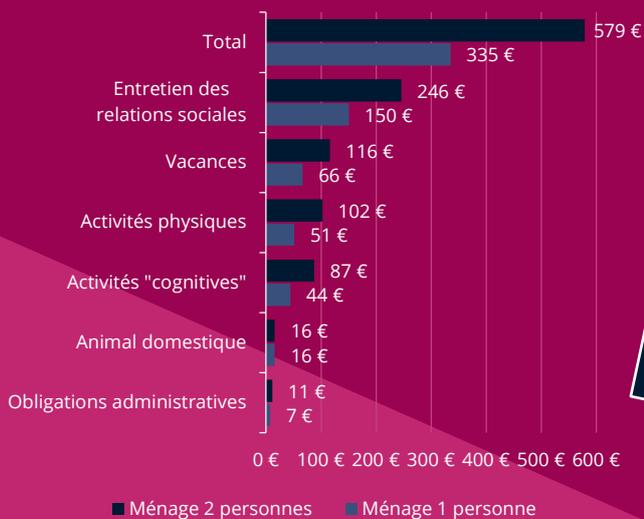
Le budget minimum des seniors

PANIER VIE SOCIALE

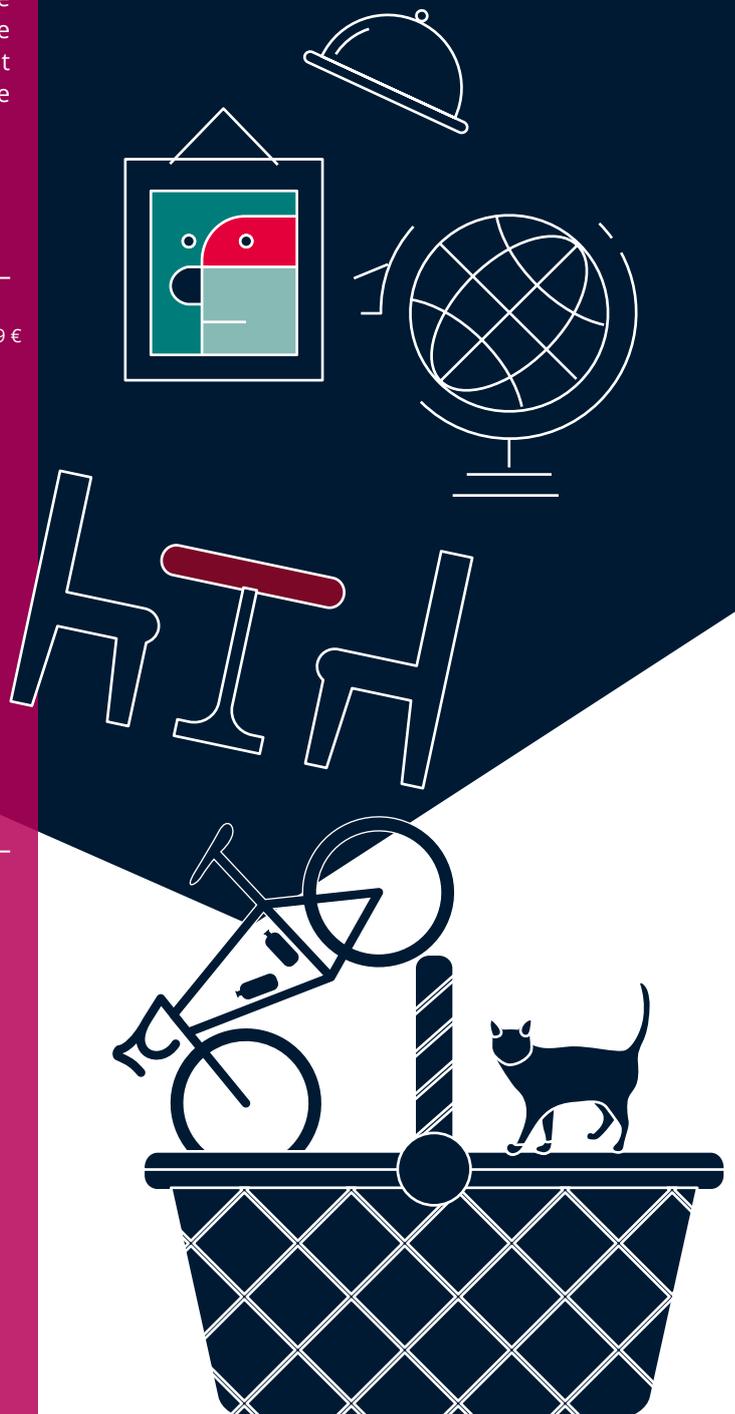
EN CHIFFRES

Le budget du panier vie sociale est un budget conséquent avec 579 EUR par mois pour un couple de deux personnes seniors et 335 EUR par mois pour une personne âgée seule. Le poste « entretien des relations sociales », à savoir les sorties au restaurant, les visites familiales ou encore le budget casse-croûte en représente près de la moitié. La semaine de vacances annuelle représente également un budget notable avec 66 EUR par mois pour une personne senior seule (cf. Graphique 9).

GRAPHIQUE 9 : L'ENTRETIEN DES RELATIONS SOCIALES CONSOMME LA PLUS GRANDE PARTIE DU PANIER VIE SOCIALE



Source : STATEC 2022



CONTENU

Le panier vie sociale des personnes âgées autonomes et en bonne santé est divisé en plusieurs sous-paniers thématiques : l'entretien des relations sociales, les activités physiques, les activités cognitives, les vacances, l'animal domestique et les obligations administratives. La vie sociale des seniors se distingue de celle des adultes actifs sur le marché du travail dans la mesure où ils ne travaillent plus et ont donc beaucoup plus de temps libre à leur disposition. Par contre, elles courent également un risque plus élevé d'être socialement isolées, puisque les contacts réguliers induits par le travail ne sont plus donnés. De plus, il est primordial pour les personnes âgées de rester actif, tant au niveau physique que cognitif, pour rester en bonne santé plus longtemps. En accord avec ces principes du vieillissement actif, un budget plus élevé est accordé aux seniors comparé aux adultes qui travaillent. Le Tableau 1 donne un aperçu de l'ensemble des activités et sorties incluses dans le panier.

TABLEAU 1 : RÉSUMÉ DES ACTIVITÉS ET DES FRÉQUENCES DU PANIER VIE SOCIALE

Activité	Fréquence
Activités sportives	3 fois par semaine pendant 48 semaines
Activités lifelong learning	1 fois par semaine pendant 26 semaines par an
Restaurant	Toutes les deux semaines pendant 25 semaines OU 1 fois par semaine <i>Mëttesdës</i> pendant 51 semaines
Visite café	1 fois par semaine pendant 52 semaines par an
Visite famille	Toutes les deux semaines, 26 semaines par an
Vacances	1 semaine par an
Excursion journalière	1 fois par an
Visite culturelle	10 fois par an

Selon les recommandations de l'Organisation mondiale de la santé, les personnes âgées doivent faire une activité physique modérée à intense au moins trois fois par semaine pour rester en bonne santé. Pour tenir compte de cette nécessité, le panier vie sociale inclut un cours de gymnastique adapté et une entrée à la piscine par semaine, avec l'hypothèse que la troisième activité est gratuite et peut être accomplie en plein air comme la marche par exemple.

Les activités cognitives se réfèrent à toutes les activités qui stimulent l'activité neuronale des seniors et qui permettent d'apprendre quelque chose de nouveau au sens large : les activités culturelles, les cours et formations du type lifelong learning (dans le domaine informatique, des arts, de la santé, etc.) et les activités de loisirs (comme une excursion journalière).

Le volet entretien des relations sociales englobe plusieurs budgets qui permettent aux personnes âgées de soigner leurs contacts personnels autour de la table. Il prévoit notamment deux sorties mensuelles au restaurant, un budget casse-croûte permettant d'accompagner les activités physiques ou les sorties culturelles et un budget dédié aux fêtes et cadeaux.

Pour permettre aux seniors de pouvoir sortir une fois par an de leur routine quotidienne, le budget pour une semaine de vacances dans un hôtel avec demi-pension et des sorties au restaurant a été introduit dans le panier.

De manière analogue aux autres types de ménage, le panier vie sociale comprend enfin la possibilité de prendre soin d'un animal domestique et de pouvoir assurer les obligations administratives (compte bancaire, renouvellement carte d'identité, etc.).

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Le panier vie sociale prend appui sur trois sources principales. La littérature scientifique a été consultée pour mettre en évidence les aspects indispensables du vieillissement actif et donc du bien-être des seniors. Les focus groups ont contribué à identifier le type d'activités indispensables et à fixer leurs fréquences. Pour trouver un juste équilibre entre l'inclusion d'un nombre suffisant d'activités (payantes) pour satisfaire les besoins de participation sociale des seniors, le risque de surcharger le quotidien des personnes cibles et l'aspect minimal qui est visé par le budget de référence, un « agenda type » de la personne âgée a été élaboré et discuté avec les participants des focus groups et le comité de pilotage.

POUR ALLER PLUS LOIN

- [Les recommandations pour l'activité physique de l'Organisation mondiale de santé](#)

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

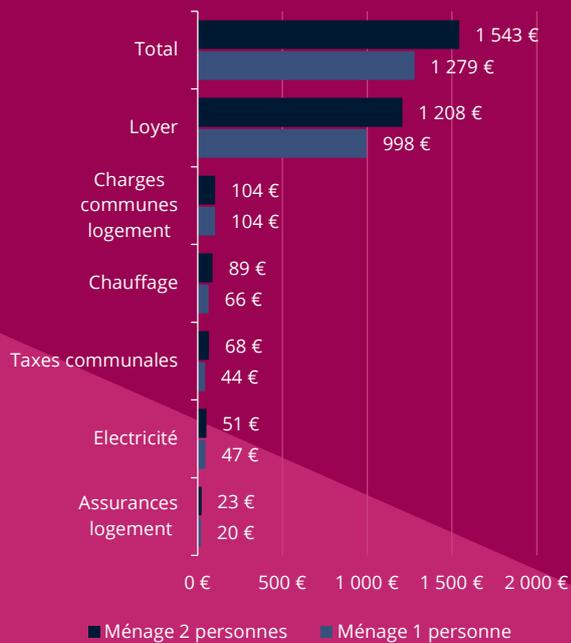
Le budget minimum des seniors

PANIER LOGEMENT

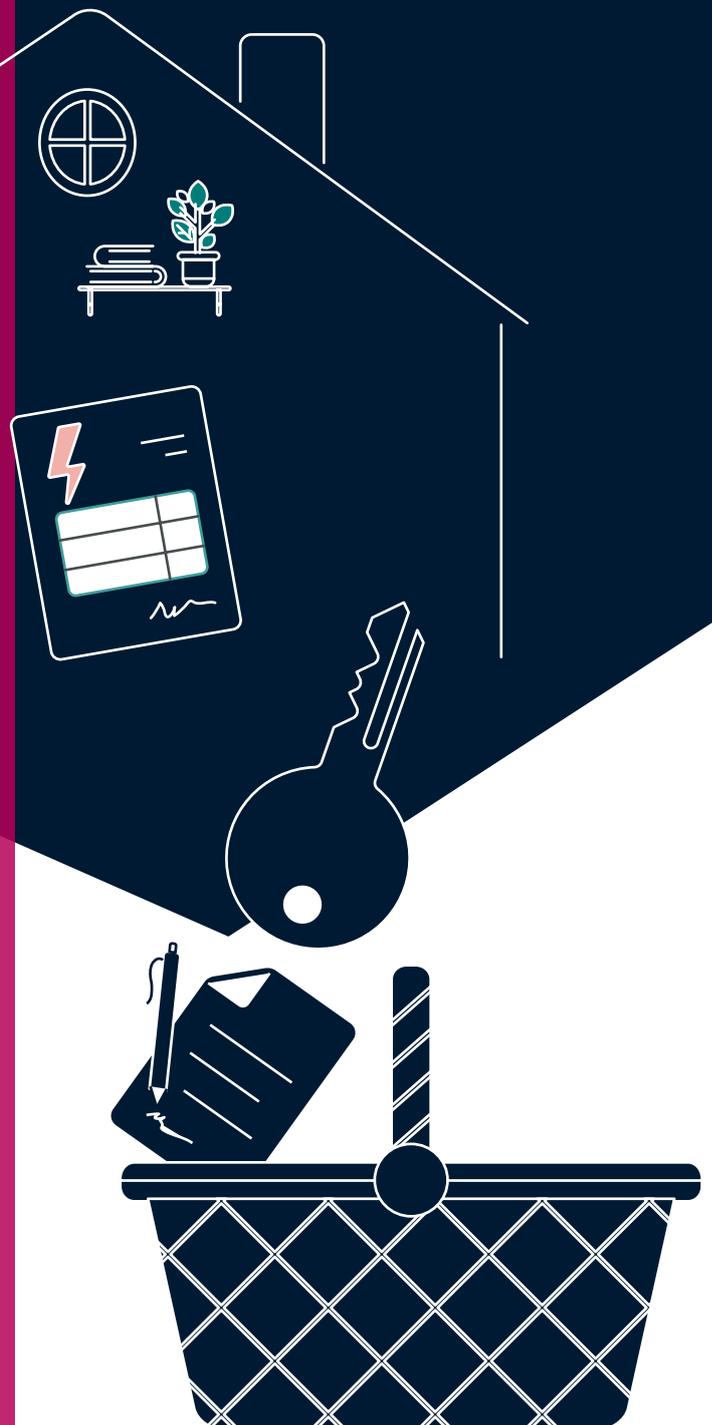
EN CHIFFRES

Au total, le budget mensuel du panier logement s'élève à 1 543 EUR pour le couple senior et à 1 279 EUR pour le senior seul (cf. Graphique 10). Le loyer englobe la plus grande partie avec 1 208 EUR pour le couple et 998 EUR pour la personne seule. Les charges communes pour le logement arrivent en deuxième lieu avec 104 EUR et le chauffage forme le troisième poste avec 89 EUR par mois pour le couple et 66 EUR par mois pour l'adulte seul.

GRAPHIQUE 10 : LE LOYER PLOMBE LE BUDGET LOGEMENT POUR LES SENIORS SEULS ET LES COUPLES



Source : STATEC



CONTENU

Le panier logement des ménages seniors inclut le loyer (en cours), le chauffage (au mazout), l'électricité, l'assurance, les taxes communales et les charges communes. Le principe du calcul du loyer reste celui retenu dans les travaux antérieurs sur le budget de référence, mais il présente deux spécificités par rapport à celui des ménages d'adultes de 45 ans. Premièrement, pour les couples de seniors, la surface du logement a été revue à la hausse pour tenir compte du fait que des couples ayant eu des enfants ne déménagent souvent pas, après le départ de ces derniers. Deuxièmement, les heures et la température de chauffage du logement ont été augmentés, étant donné que les personnes âgées passent plus de temps à domicile et qu'elles sont plus sensibles au froid que les adultes plus jeunes.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Pour déterminer le budget du panier logement, nos recherches se sont essentiellement concentrées sur les questions du loyer et du chauffage. Pour rappel : il s'agit de loyers en cours et non pas de loyers proposés à des personnes actuellement à la recherche d'un logement. Le recensement de la population (2011, celui de 2021 est en cours d'encodage et d'analyse) a servi pour déterminer les surfaces des logements. Le comité de pilotage a requis l'augmentation de la température de chauffage, en analogie aux pratiques dans les centres intégrés pour personnes âgées. L'enquête budget des ménages (EBM) a été utilisée pour déterminer le coût des charges locatives. Le loyer a été indexé moyennant l'indice des prix à la consommation.

POUR ALLER PLUS LOIN

- [L'enquête budget des ménages](#)

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

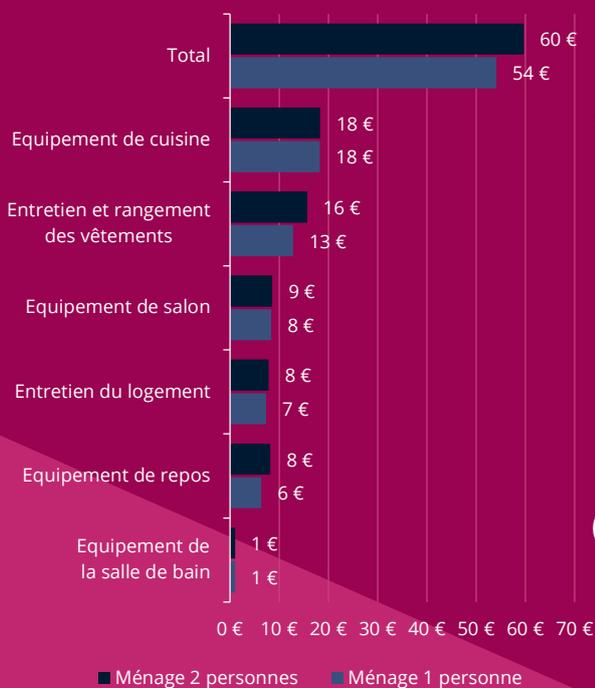
Le budget minimum des seniors

PANIER EQUIPEMENT ET ENTRETIEN DU LOGEMENT

EN CHIFFRES

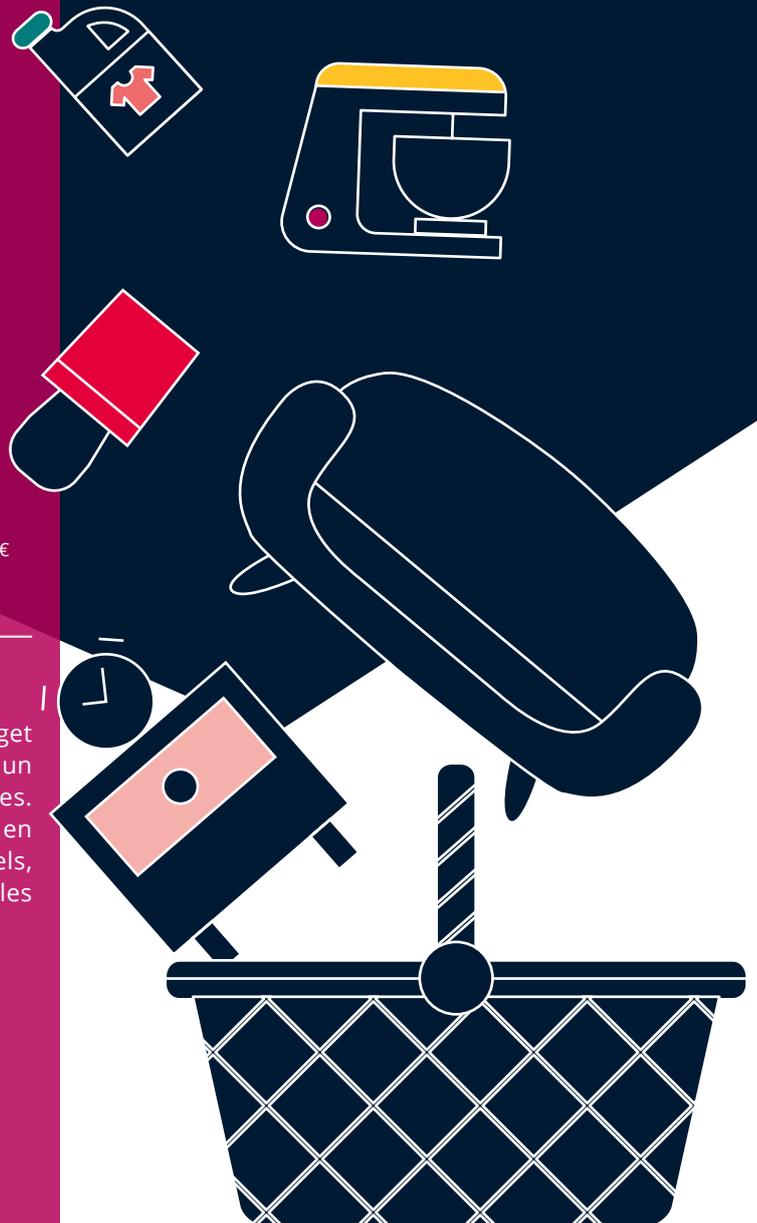
Au total, le panier équipement et entretien du logement représente un budget mensuel de 60 EUR pour un couple de seniors et de 54 EUR pour un ménage d'un senior seul (cf. Graphique 11).

GRAPHIQUE 11 : AVEC ENVIRON 18 EUR, L'ÉQUIPEMENT DE CUISINE FORME LA PLUS GRANDE PARTIE DU PANIER ÉQUIPEMENT ET ENTRETIEN DU LOGEMENT



Source : STATEC

L'équipement de cuisine représente le budget le plus important avec 18 EUR par mois pour un ménage d'une personne ou de deux personnes. L'entretien et le rangement des vêtements arrive en deuxième position avec 13 EUR et 16 EUR mensuels, respectivement pour les seniors seuls et les couples de seniors.



CONTENU

Le panier équipement et entretien du logement est un nouveau panier qui regroupe tout l'équipement et le matériel d'entretien du logement, qui auparavant était dispersé dans les autres paniers. Concrètement, il comprend l'équipement et les meubles de la cuisine, l'équipement de la salle de bains, les meubles liés aux vêtements, l'équipement du salon ainsi que les produits relatifs à l'entretien et à la réparation du logement. Ce panier ne comprend aucune spécificité relative aux personnes âgées autonomes et en bonne santé.

SOURCES ET NOTES MÉTHODOLOGIQUES

Le contenu du panier équipement et entretien du logement est très largement tributaire de la base commune du projet européen des budgets de référence. Tous les aspects sont décrits de manière détaillée dans Franziskus (2016).

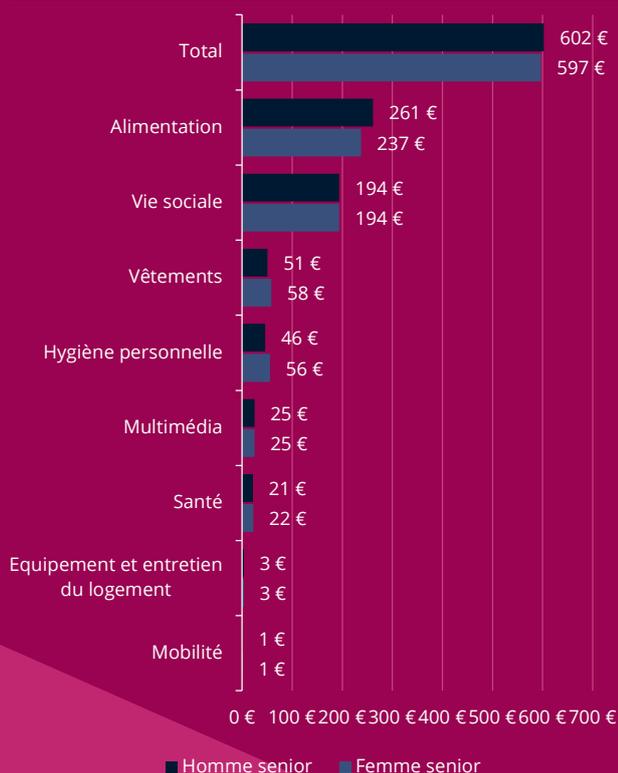
POUR ALLER PLUS LOIN

- Franziskus, A. (2016). *Quels besoins pour une vie décente? Vers un budget de référence pour le Luxembourg*. Luxembourg : STATEC.

[Lire le rapport intégral sur le budget minimum des seniors](#)

Le budget « direct », c'est-à-dire l'ensemble des coûts qui sont directement attribués aux personnes seniors (comme p. ex. l'alimentation ou les vêtements) s'élève à 602 EUR pour l'homme et à 597 EUR pour la femme (cf. Graphique 12).

GRAPHIQUE 12 LA DIFFÉRENCE DE BUDGET ENTRE LA FEMME ET L'HOMME SENIOR EST MINIMALE



Source : STATEC 2022

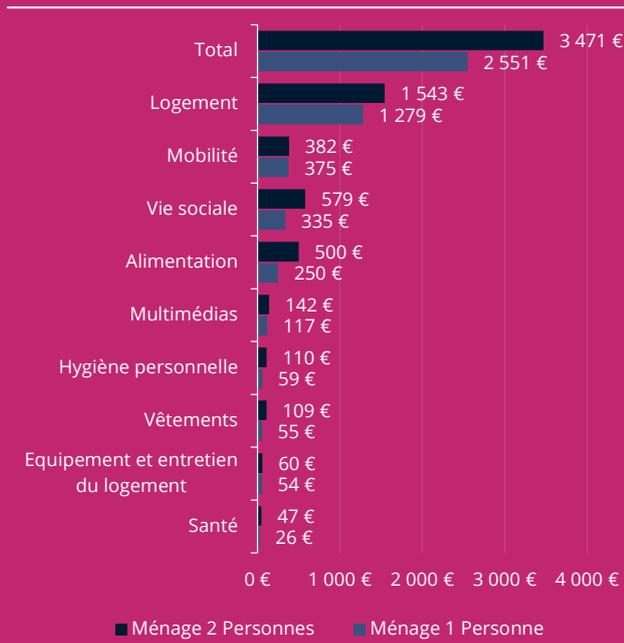
Si l'on intègre au budget direct l'ensemble des coûts induits au niveau du ménage, les budgets finaux des ménages seniors autonomes et en bonne santé montent à 2 551 EUR pour une personne senior seule et à 3 471 EUR pour un couple de seniors (cf. Graphique 13).

Conclusion

LE BUDGET FINAL DES PERSONNES ÂGÉES AUTONOMES ET EN BONNE SANTÉ



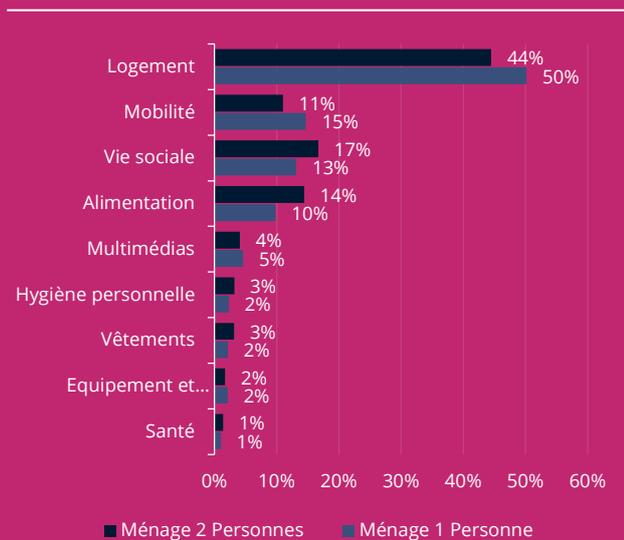
GRAPHIQUE 13 LE BUDGET DE RÉFÉRENCE FINAL POUR UNE PERSONNE SENIOR SEULE ET UN COUPLE DE SENIORS



Source : STATEC 2022

Sans surprise, le logement pèse le plus lourd dans le budget de référence des seniors. En effet, sous condition que le ménage loue son logement, celui-ci représente entre 44% (pour un couple seniors) et 50% (pour un adulte senior seul) du budget de référence total (cf. Graphique 14).

GRAPHIQUE 14 LE LOGEMENT REPRÉSENTE PRÈS DE LA MOITIÉ DU BUDGET DE RÉFÉRENCE



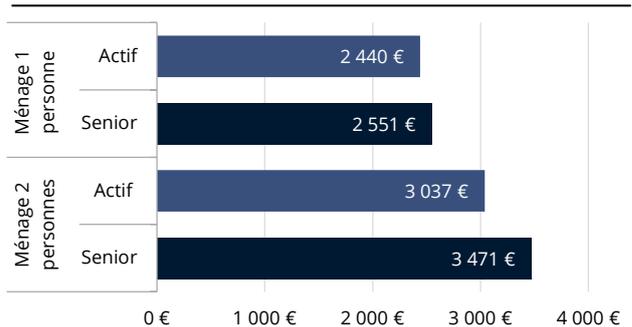
Source : STATEC 2022

Les paniers vie sociale, alimentation et mobilité suivent derrière celui du logement avec respectivement 17%, 14% et 11% du budget de référence d'un ménage de deux personnes. Le poids des autres paniers dans le budget de référence est de moindre importance (en-dessous de 5%).

COMPARAISONS

Le budget de référence des personnes âgées est plus élevé que celui des adultes actifs pour les deux types de ménage considérés : le ménage d'une seule personne et d'un couple. Il est supérieur de 111 EUR dans le cas des adultes seuls et de 434 EUR dans le cas des couples (cf. Graphique 15). Cet écart plus important observé chez les couples de seniors est avant tout dû au logement plus grand dont est doté le couple de seniors par rapport au couple d'actifs dans le contexte du budget de référence.

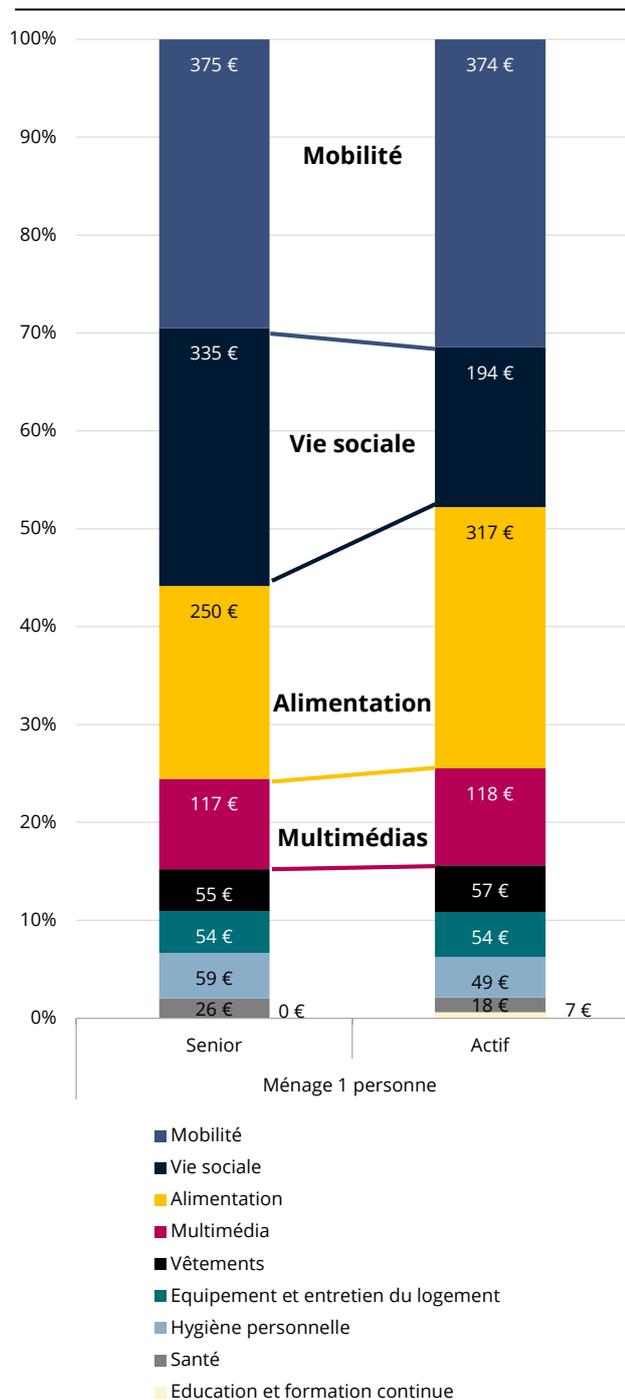
GRAPHIQUE 15 LE BUDGET DE RÉFÉRENCE DES SENIORS EST SUPÉRIEUR À CELUI DES ACTIFS



Source : STATEC 2022

Mis à part le loyer, le surplus de budget des seniors est essentiellement lié à leurs besoins plus importants dans le domaine de la vie sociale. En effet, selon nos calculs, un adulte actif nécessite 194 EUR par mois pour satisfaire ses besoins de base en matière de vie sociale, contre 335 EUR par mois pour un adulte senior (cf. Graphique 16). A l'inverse, le coût du panier alimentation pour un adulte senior descend de 317 EUR à 250 EUR par mois en raison des besoins énergétiques qui diminuent avec l'âge.

GRAPHIQUE 16 LE PANIER VIE SOCIALE DES SENIORS EST PLUS ÉLEVÉ QUE CELUI DES ADULTES ACTIFS



Le panier mobilité est relativement similaire entre les adultes actifs et les seniors, de même que le panier multimédia et le panier vêtements. Le panier santé des seniors enregistre un léger surplus et passe de 18 EUR à 26 EUR par mois, puisque les personnes âgées ont également des besoins accrus dans ce domaine.

Source : STATEC 2022