

Dossier de presse
Février 2026

Emmanuel •
Grégoire

**Bien vieillir à Paris :
Construire Paris avec
et pour les aîné·es !**



Emmanuel Grégoire

Candidat à la mairie de Paris

« Vieillir à Paris ne doit plus être une source d'inquiétude, mais une promesse de dignité.

Notre ambition est de bâtir une ville qui ne se contente pas d'accompagner ses seniors, mais qui les place au cœur de sa vitalité citoyenne.

Paris fait face à un défi historique : d'ici 2050, près d'un-e Parisien-ne sur trois aura plus de 60 ans. Ce changement démographique n'est pas une contrainte, c'est une chance. C'est l'opportunité de dessiner une ville plus humaine, plus douce et plus solidaire, dont les progrès bénéficieront à toutes les générations.

Pour la prochaine mandature, les seniors seront au cœur de nos priorités.

Pendant trop longtemps, nos aînés ont été enfermés dans une image de «public fragile» ou, pire, invisibilisés. Nous voulons briser ces caricatures en portant une vision résolument moderne et engagée des seniors dans la société et dans Paris.

Nous construirons un Paris qui protège, émancipe et valorise ses seniors : le Paris du lien et de la solidarité intergénérationnelle.

Notre projet est clair : permettre à chacun et chacune de bien vieillir, de rester libre et d'être pleinement citoyen-ne dans la capitale.

Cela implique de préparer Paris dès aujourd'hui aux défis de 2050 et de garantir que chaque Parisien-ne puisse y vieillir dignement, quels que soient ses revenus ou son quartier.

Nous ferons exister les droits du quotidien pour tous les seniors, dans la richesse de leurs parcours et la diversité de leurs envies.

Notre action s'articulera autour de quatre priorités :

- Changer de regard sur les seniors*
- Adapter Paris aux défis du vieillissement à l'horizon 2050*
- Bien vieillir et faire exister les droits au quotidien*
- Construire un Paris intergénérationnel*

Nous faisons le choix d'un Paris qui aime ses aîné-es et qui prépare l'avenir avec et pour elles et eux. »

Mes propositions pour bien vieillir à Paris !

1. Changer de regard sur les seniors

Les retraités sont souvent caricaturés et les seniors souvent enfermés dans des cases quand ils ne sont pas invisibilisés. Mais les seniors ne sont pas un “public fragile”, ils sont une population composite dont il faut accompagner les forces comme les fragilités au gré des parcours de vie. Ce sont des citoyen·nes à part entière, riches d’expériences, d’engagements et de compétences à qui Paris doit donner toute la place.

● Lutter contre l’âgisme

Le premier levier pour changer de regard sur nos aînés réside dans l’exemplarité de la Ville : nous lutterons contre l’âgisme, dans les services publics, l’emploi, la culture, la représentation institutionnelle et les médias municipaux. Pour que les Parisiennes et Parisiens seniors ne soient ni caricaturés, ni stigmatisés mais reconnus dans toute leur diversité.

● Valoriser et accompagner les seniors citoyens actifs

Changer de regard sur nos aînés passe également par la valorisation et l’accompagnement des seniors citoyens actifs qui sont pleinement impliqués dans la vie de la cité et donnent de leur temps aux autres :

- En soutenant le bénévolat senior et l’engagement associatif par des formations gratuites et des dispositifs dédiés ;
- En encourageant l’entrepreneuriat, l’économie sociale et solidaire et les partenariats portés par des seniors.

Parmi les plus de 700 000 Parisiens qui s’engagent comme bénévoles et font vivre nos associations au quotidien, les seniors occupent une place centrale. À l’échelle nationale, ce sont d’ailleurs plus de 50% des responsables associatifs qui sont retraités. Nous aurons ainsi à cœur de faciliter le plus possible et de valoriser l’engagement bénévole et la participation à la vie associative de nos seniors.

● Créer des espaces d’expression et de co-construction

Afin de répondre au mieux aux besoins des seniors dans toute leur diversité de situation et de vie, nous créerons des espaces d’expression et de co-construction, où les aînés pourront participer pleinement aux décisions qui les concernent, y compris pour celles et ceux qui ont une autonomie fonctionnelle limitée en ayant un besoin de soins continu :

- Conseils des seniors « accessibles et adaptés »
- Forums seniors thématiques dans les arrondissements

- **Promouvoir une culture positive de l'âge**

Changer les représentations passe non seulement par la lutte contre les préjugés et les caricatures mais aussi par la promotion d'une culture positive de l'âge partout où cela est possible : dans les écoles, les équipements culturels et les événements municipaux.

Changer de regard sur les seniors, c'est changer la ville et transformer profondément le lien social dans la ville. C'est aussi nouer un lien différent – de confiance, d'hyperproximité et de grande disponibilité – entre les aînés et leurs élus.

- **Faire du sport un droit tout au long de la vie en développant le dispositif gratuit Paris Sport Seniors destiné aux plus de 55 ans.**

2. Adapter Paris aux défis du vieillissement à l'horizon 2050

Paris vieillit. D'ici 2050, près d'un-e Parisien-ne sur trois aura plus de 60 ans. Ce défi démographique est une chance : celle de construire une ville plus humaine, plus solidaire et plus inclusive, bénéfique à toutes les générations.

Il faut anticiper plutôt que subir : Paris doit se préparer dès aujourd'hui au vieillissement de sa population, et le faire avec elle.

- **Un urbanisme du “bien vieillir” avec un espace public réellement praticable**

Paris n'échappe pas au vieillissement de la population observé dans la métropole du Grand Paris et sur l'ensemble du territoire national. La présence des seniors y est même un peu plus forte : 23 % de la population parisienne est âgée de 60 ans ou plus, contre 20 % dans la métropole.

Soucieux de faire de Paris une ville dans laquelle on vieillit bien, nous aménagerons en ce sens des espaces publics piétons protégés et sécurisés pensés d'abord pour les enfants et les seniors, et non pour les voitures.

Nous serons particulièrement attentifs à développer un urbanisme du “bien vieillir” avec un espace public réellement praticable pour les seniors, quel que soit leur niveau d'autonomie. Nous agissons concrètement sur plusieurs leviers :

- Trottoirs plus accessibles et désencombrés,
- Bancs en nombre suffisant à intervalles réguliers,
- Maillage de sanitaires publics,
- Eclairage renforcé,
- Signalétique lisible,
- Espaces piétons protégés et respectés,
- Jardins et espaces végétalisés rafraîchis dans tous les quartiers.

L'urbanisme du "bien vieillir" s'attachera à concevoir un espace public pour protéger mais aussi pour libérer les initiatives seniors « en plein air » (projets solidaires, culturels, sportifs) notamment sur les « rues aux enfants » qui sont aussi des « rues aux aînés ». Les rues piétonnes sont et doivent aussi être des espaces de sociabilité potentiels pour les seniors.

● Un logement adapté à tous les besoins et à toutes les situations

La question du logement adapté intervient plus ou moins tard en fonction des individus mais fait partie des grands choix auxquels une partie importante de nos aînés sont confrontés à un moment ou à un autre de leur vie.

Là encore, les seniors sont une population très diverse : selon que l'on soit propriétaire ou locataire, marié-e ou célibataire, veuf ou veuve, isolé-e ou qu'on ait ses enfants à proximité, la question de bien vieillir chez soi ne se pose pas de la même manière.

La Ville agira là où elle le peut pour faciliter le logement des Parisiens et Parisiennes seniors, quelle que soit leur situation :

- Favoriser des logements sociaux accessibles et évolutifs ;
- Un accompagnement personnalisé à la mobilité résidentielle, avec une priorité donnée au maintien à domicile ;
- Lutter contre la précarité énergétique des seniors ;
- Renforcer l'offre de résidences seniors publiques et solidaires, intégrées dans les quartiers, transformées en véritable chez soi

● Une mobilité pensée pour tous les âges :

Nous travaillerons également à une mobilité qui prend en compte et s'adapte aux différents besoins et situations :

- Nous maintiendrons la prise en charge gratuite de l'abonnement Navigo pour les seniors sous condition de ressources ;
- Nous travaillerons à la fluidification de la circulation des bus et nous engagerons la création de 15 lignes de bus express passant toutes les 5 minutes aux heures de pointe ;
- Nous assurerons un soutien renforcé aux initiatives «vélo sans âge» et vélotaxis pour les petits trajets du quotidien.

● Répondre aux besoins essentiels des seniors les plus fragiles

Pour les seniors les plus fragiles économiquement nous agissons sur plusieurs leviers afin de répondre aux besoins essentiels, visant l'amélioration de l'accès aux soins et à lutter contre la précarité alimentaire :

- Nous créerons de nouveaux centres de santé municipaux avec plus de consultations en gériatrie et des consultations spécifiques pour prévenir et anticiper la perte d'autonomie ;
- Nous mettrons en place une mutuelle municipale accessible pour une meilleure prise en charge des soins ;
- Nous soutiendrons la création d'un réseau municipal d'épiceries, de halles alimentaires et de supermarchés solidaires et durables.

● Une politique de prévention de la perte d'autonomie en hyperproximité

La perte d'autonomie subie n'est pas une fatalité, elle peut être ralentie et accompagnée si elle est correctement prise en charge au plus proche des personnes concernées. C'est pourquoi nous développerons une politique de prévention de la perte d'autonomie en hyperproximité en lien avec les communautés territoriales des professionnels de santé (CPTS) et les acteurs du médico-social de chaque quartier.

● Une stratégie municipale 2050 du vieillissement

Nous adopterons une stratégie municipale 2050 du vieillissement afin d'éviter que les problématiques liées au vieillissement ne constituent un angle mort des politiques publiques municipales. Cette stratégie sera ainsi transversale à toutes les politiques publiques (logement, santé, culture, sport, numérique) avec des activités et des services publics pensés par et pour les seniors grâce à des comités d'usagers dédiés.

Notre action et notre méthode seront guidées par le plus haut niveau d'exigence afin que Paris devienne une référence européenne, en tant que « ville amie des aînés » qui s'engage pour eux et avec eux. Paris s'engagera activement dans des coopérations internationales sur des programmes seniors innovants.

3. Bien vieillir et faire exister les droits au quotidien

Bien vieillir, ce n'est pas seulement vivre plus longtemps, c'est vivre mieux et pleinement, dans la dignité et l'autonomie. Les seniors, qu'ils soient encore actifs, jeunes retraités ou dans le grand âge, doivent pouvoir faire reconnaître et exister tous leurs droits.

La lutte contre l'isolement et l'enjeu majeur de l'aidance sont deux axes prioritaires où Paris apportera des réponses nouvelles et concrètes. Trop d'aidants, en majorité des femmes, ne se reconnaissent pas comme tels et ne peuvent donc être aidés pour l'accompagnement de leurs proches, être conseillés, avoir accès à leurs droits.

- **Garantir l'accès effectif aux droits par une lutte active contre le non-recours :**

Nombre de personnes n'accèdent pas à leurs droits alors qu'elles y sont éligibles. Les raisons sont multiples : manque d'information et de lisibilité des aides, difficultés d'accès au numérique ou aux guichets physiques, autonomie limitée... Le non-recours est le symptôme d'un service public qui ne remplit pas correctement sa mission première : rendre service aux citoyennes et aux citoyens, notamment celles et ceux qui en ont le plus besoin.

Nous agissons ainsi sur plusieurs leviers pour améliorer le service aux usagers et aux usagers seniors :

- Pour une information plus claire, davantage accessible, qui prenne en compte la question de la langue, afin d'adapter les services publics au bénéfice des usagers, et non l'inverse ;
- Il s'agira également de changer de logique pour passer à une politique de "l'aller-vers" sanitaire et social avec des équipes mobiles pluriprofessionnelles dans les quartiers.

- **Création d'un guichet unique "Bien vieillir à Paris" en mairie d'arrondissement :**

L'amélioration des services publics pour les seniors passera également par un grand acte de simplification : nous créerons un guichet unique "Bien vieillir à Paris" qui permettra un accès simplifié aux droits sociaux, aux différentes aides, et facilitera les démarches administratives. Il s'agira de favoriser un accompagnement humain, et pas uniquement numérique, afin de répondre au mieux aux besoins spécifiques de chacune et chacun.

- **Renforcer les services de proximité :**

En plus de la création d'un guichet unique dans chaque arrondissement, nous agissons pour renforcer les différents services de proximité au bénéfice des seniors :

- Aide à domicile,
- Prévention santé mobile,
- Lutte contre la fracture numérique,
- Nouveau "droit à la visite" municipale en lien avec Paris en Compagnie et les services sociaux.

- **Soutenir les proches aidants :**

Prendre soin des aîné.es c'est aussi prendre soin de celles et ceux qui les accompagnent au quotidien et qui ont trop longtemps été les invisibles des politiques du grand âge.

En France, les aidants représentent plus de 11 millions de personnes, soit un Français sur six. Dans 80 % des cas, il s'agit de femmes. À Paris, ce sont des milliers de personnes qui consacrent leur vie à accompagner un proche dépendant, souvent au détriment de leur santé, de leur carrière, de leur temps personnel.

L'instauration d'un véritable statut ainsi que d'un droit au répit pour les aidants leur permettra de véritablement s'appuyer sur le service public pour souffler et pour mieux articuler le temps dédié à leurs proches et leur vie personnelle, avec une meilleure reconnaissance de leur engagement. Le "statut parisien de l'aidant" donnera accès de façon simplifiée et prioritaire à des services municipaux.

● Lutter contre l'isolement :

À l'échelle nationale, près de 500 000 seniors sont en rupture totale de liens. En parallèle, 62% des 18-24 ans se disent régulièrement seuls.

Pour faire face au fléau de l'isolement et parce que personne ne devrait avoir à rester seul à Paris, nous lancerons une « Journée du Lien » dédiée à l'identification et à la rencontre des personnes isolées. La mobilisation des associations, habitants et professionnels permettra d'aider et d'orienter les personnes isolées et de faire grandir autour d'elles une véritable communauté protectrice.

Nous défendrons le droit à choisir son parcours de vie, son lieu de vie, ses soins, jusqu'au grand âge. Les personnes en perte d'autonomie subissent parfois des décisions de mobilité de logement ou de soins sans prise en compte de leurs désirs profonds, par contrainte et faute de choix. Nous devons renverser la logique.

● Accompagner les LGBTQIA+ seniors :

Une politique ambitieuse d'accompagnement des personnes LGBTQIA+ seniors sera mise en œuvre afin de garantir un accès aux services et aux établissements pour personnes âgées sans discrimination et sans besoin de «retourner au placard».

Cette politique reposera sur la généralisation de la formation des professionnel·les du secteur gériatrique aux enjeux spécifiques des parcours LGBTQIA+, ainsi que sur l'extension d'un dispositif de labellisation des établissements volontaires attestant de pratiques inclusives et respectueuses.

En lien avec les associations spécialisées et les gestionnaires d'EHPAD et de résidences autonomie, la Ville soutiendra des projets favorisant l'inclusion sociale, la lutte contre l'isolement et la visibilité des personnes LGBTQIA+ âgées, tout en intégrant des critères d'inclusion dans ses conventions et financements.

Parce que les droits ne doivent jamais s'affaiblir avec l'âge, Paris renforcera sa politique de l'aller-vers auprès des seniors afin de lutter contre le creusement de toutes les inégalités liées à l'avancement en âge.

Notre politique parisienne du vieillissement ira de pair avec une politique de valorisation des métiers du care : rendre attractifs les métiers du lien (aide à domicile, auxiliaire de vie, etc.) permettra de rendre ces professions plus désirables et de créer de véritables opportunités d'emplois et de passerelles professionnelles pour les jeunes Parisiens et Parisiennes.

4. Construire un Paris intergénérationnel

La rencontre entre les générations est une richesse et une réponse puissante à l'isolement. La solidarité entre les générations est une clé de la cohésion parisienne. Paris doit favoriser les rencontres, les projets communs et la mixité des âges dans tous les quartiers.

- **Développer les habitats intergénérationnels et les colocations solidaires.** Créer un cadre municipal de la colocation intergénérationnelle pour accompagner le développement de ce marché vertueux. Il s'agit de répondre simultanément au défi de la solitude des aînés et à la crise du logement des jeunes par un pacte de solidarité concret.
- **Rénover et repenser les résidences autonomie** pour en faire des lieux d'échange intergénérationnel en accueillant de nouvelles activités. Des espaces intergénérationnels et ouverts sur le quartier dans tout nouveau programme de construction.
- **Faire des équipements municipaux de véritables lieux intergénérationnels** (bibliothèques, centres sociaux, maisons de quartier, maisons des associations). Nous adapterons le mobilier, la signalétique et les programmations pour que chaque génération se sente légitime et bienvenue au même moment dans ces espaces. Ces lieux deviendront des carrefours où les seniors pourront partager leur expérience tout en bénéficiant de l'énergie des plus jeunes dans un cadre convivial.
- **Encourager la transmission et soutenir les projets associatifs** qui favorisent les échanges entre jeunes, familles et seniors (mentorat, aide aux devoirs, transmission de savoir-faire). Nous soutiendrons les associations qui en font leur moteur, car la transmission est un levier puissant d'estime de soi pour les aînés et une ouverture de plus pour la jeunesse.
- **Valoriser et mettre en réseau toutes les initiatives intergénérationnelles** portées par les arrondissements et les habitant·es.
- **Développer les initiatives scolaires et périscolaires** intégrant la rencontre avec les aînés. Nous porterons des jumelages intergénérationnels entre écoles, collèges, EHPAD, résidences et clubs seniors (ateliers et sorties périscolaires, séjours extra-scolaires intergénérationnels). Ces rencontres, qu'elles soient culturelles, ludiques ou sportives, permettent de changer le regard sur la vieillesse dès le plus jeune âge et d'offrir aux seniors des moments de vie stimulants.

Pour un Paris du lien

Notre projet pour les aîné-es n'est pas une simple gestion de la dépendance, c'est un contrat social renouvelé entre toutes les générations.

Paris prendra soin de ses seniors avec une considération renforcée pour répondre à leurs besoins, à tous leurs défis du quotidien et à leurs envies : l'envie de vivre bien, d'être en lien, d'être engagés dans la vie de la Cité et de rester pleinement vivants, acteurs et actrices de leur vie.

Nous briserons les caricatures qui enferment trop souvent nos aîné-es dans une image de fragilité ou de passivité. À Paris, nous lutterons sans relâche contre l'âgisme et nous ferons des seniors les acteurs de la co-construction de la ville à travers un nouveau Conseil parisien des seniors.

Nous agirons pour une ville plus accessible et protectrice, avec une transformation de l'espace public à travers un urbanisme du « bien vieillir », une politique active pour un logement adapté à tous les besoins et toutes les situations, comme pour la mobilité.

Pour simplifier la vie de nos aîné-es, nous créerons dans chaque mairie d'arrondissement un guichet unique « Bien vieillir à Paris ». Ce lieu ressource permettra de s'informer et d'accéder à tous ses droits en un seul lieu. Nous irons également au-devant des plus isolé-es grâce à une politique active de proximité.

Parce qu'on ne peut prendre soin des aîné-es sans prendre soin de ceux, et surtout de celles, qui les entourent, nous créerons un « statut parisien de l'aidant » avec de nouveaux droits, pour les milliers de Parisiennes et Parisiens qui soutiennent un proche au quotidien.

Nous ferons de la mixité des âges le moteur de notre cohésion. Nous bâtirons ce Paris du lien où la transmission est une richesse partagée.

Faire de Paris une ville pleinement accueillante, engageante et protectrice pour les seniors, c'est améliorer la qualité de vie de toutes les habitant-es.

Ce projet repose sur une conviction forte : une ville qui se construit avec et pour ses aînés est une ville plus juste, plus humaine et plus solidaire.

Parce que Paris est à vous, à tout âge.

Élections municipales

15 et 22 mars 2026

Contact presse :
presse@emmanuelgregoire.fr

Adèle Nangéroni (06 73 48 50 58)
Mathilde Manso (06 37 85 00 02)

Emmanuel • Grégoire

L'union
de la gauche et des écologistes

