

E-Book

Jean-Pierre Fragnière

LA RETRAITE

QUELS PROJETS DE VIE ?

SOCIALINFO●

La retraite. Quels projets de vie ?

Du même auteur (ouvrages récents)

- Bienvenue dans la société de longue vie (2017)
- Oser la mort (2018), *avec Bernard Crettaz*
- Oser la solidarité (2018)
- Habiter dans la société de longue vie (2018)
avec Claude Dupanloup
- Générations solidaires (2018)
avec Philippe Gnaegi
- Propos de démographe. Avec Hermann-Michel Hagmann (2019)

Adresse : info@jpfragniere.ch et www.jpfragniere.ch

Jean-Pierre Fragnière

La retraite
Quels projets de vie ?

Socialinfo

Couverture : Delphine Bovey

© Éditions Socialinfo — 2019

ISBN 978-2-940615-17-9

www.socialinfo.ch — livres@socialinfo.ch

Haute-Brise 23, 1012 Lausanne — CH

Tous droits réservés

Sommaire

• La retraite approche	9
• « Les » vieux, ça n'existe pas	19
• Une nouvelle carrière à inventer	27
• Des compétences à découvrir	35
• De nouveaux rapports à la société	43
• Les dimensions de la vie sociale	53
• Vers plusieurs horizons	69
• Activités et équilibre de la société	79
• Conquérir sa place	89
• Accueillir, conseiller et partager	97
• L'ouverture contre les ghettos	109
• Le temps des grands-parents	119
• Quatre générations solidaires	129
• Et il faudra bien mourir...	137
• Apprendre, discuter et partager	145

**On raconte tant de choses
sur la retraite.**

Seuil

La retraite approche La retraite est là

« Le bonheur ne vous tombe
qu'exceptionnellement
tout préparé dans les bras.
Il faut aller à sa rencontre,
il faut être motivé à le découvrir,
à tel point qu'il perd de son acuité
s'il vous est donné sans être désiré. »

Henri Laborit

Histoire de succès

On raconte tant de choses sur la retraite. Le mot vous fouette. Il signe votre état actuel ; vous y êtes ou c'est votre proche horizon. Vous êtes sceptique et sans doute un peu méfiant. C'est votre affaire et, surtout, votre droit. Les débats sur cette question nous cernent ; ils ne brillent pas tous par la clarté et l'élégance. La tentation est grande de se retirer dans son jardin et de vaquer à

ses petites affaires. D'autant plus, qu'au fond, « ça ne regarde personne » et qu'il y a la mort au bout, la vôtre, la mienne, et pas seulement celle des autres. Tout bien réfléchi, vous devinez vite que vous n'êtes pas tout seul ; faire un bout de chemin avec d'autres, avec les autres, n'est peut-être pas une mauvaise idée.

Débats de toutes parts

Vous rêvez de voir émerger une issue à ces débats répétitifs et souvent grinçants. Un visage apparaît qui cristallise ce débat. Cet homme a tenu un gouvernail toute sa vie. On dit de lui qu'il avait le sens de l'État. Combien de dossiers ont défilé devant ses yeux ? Combien de moments d'humour dans les échanges avec les journalistes ou sous la verve des imitateurs ? Cet alerte retraité a quitté le Palais fédéral, il a été entraîné dans la trieuse du temps. Pour le plus grand nombre, avant qu'il ne s'estompe, il est célébré comme « Monsieur retraite à 67 ans ». Un autre président d'un grand pays voisin, fier de l'être, fort remuant et plus petit de taille, a joué son image sur des questions analogues : « la réforme des retraites ». En Grèce, au Portugal et ailleurs, les crises économique-financières ont semé la panique et aussi la disette chez les retraités.

Une histoire de succès

Avons-nous conscience d'être engagés dans un débat qui se fonde sur une histoire de succès ? Offrons-nous un regard positif sur les acquis de ces dernières décennies. Nos sociétés ont conquis des avantages majeurs.

1. L'espérance de vie a fait un bond de 15 ans en quelques décennies. Pour les trois quarts de nos contemporains, la vieillesse est de moins en moins

synonyme de pauvreté (malgré les intolérables lacunes qu'il est urgent de combler).

2. Le progrès est encore plus marqué chez les personnes handicapées ; certaines catégories d'entre elles ont même vu leur espérance de vie doubler, et beaucoup ont eu accès à une formation.
3. Divers groupes de populations ont accédé à une plus grande autonomie. C'est en particulier le cas des femmes dont les droits propres se sont renforcés et qui disposent d'une sécurité sociale à titre personnel.
4. L'accès à la formation est devenu nettement plus aisé. La proportion de jeunes diplômés a connu une progression coûteuse, mais déterminante pour l'avenir du pays.
5. La protection contre les conséquences de l'accident et de la maladie s'est nettement améliorée.
6. Les souffrances et les cassures engendrées par un chômage lourd et durable ont été atténuées (trop peu, il est vrai) grâce à des prestations d'assurances.

Et cette liste d'apports précieux et irremplaçables de la sécurité sociale est loin d'être exhaustive. Ces avantages et ces prestations ont un coût, souvent ils permettent des économies substantielles en termes de dépenses, de souffrances, mais aussi d'étiollement des femmes et des hommes. Les quelques dérapages qui ont pu se produire sont peu de chose en comparaison de ses contributions à l'amélioration du bien-être social.

Il est des factures qu'il faut savoir payer avec reconnaissance, confiance et optimisme. Tant de souffrances ont ainsi pu être évitées ou réduites ! Tant de femmes et d'hommes ont pu connaître une vie digne, jusqu'au bout ! Dans cette perspective, on lit avec grand intérêt

ces propos de l'ancien directeur suppléant de l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) : « En contribuant à la cohésion sociale et en améliorant le sort de millions d'individus, la sécurité sociale représente une conquête majeure du XXe siècle. Ceux que l'on a nommés les néo-libéraux sont en train de l'attaquer dans ses fondements mêmes, au risque d'ébranler la cohésion sociale et par conséquent la croissance économique. Montrer ces dangers est devenu légitime, sinon nécessaire. Il s'agit de rappeler le rôle indispensable de la sécurité sociale dans la situation actuelle, de la dépouiller des oppositions où elle se trouve souvent confinée, bref de réaffirmer des mécanismes et des interactions qui doivent être connus de tous puisque, dans notre démocratie, c'est la société civile qui décide en dernier lieu du sens à donner au développement économique et social. »

Des parcours de vie bousculés

Vous baignez dans un climat étrange. Il y a belle lurette que vous l'avez perçu, au moins vaguement : l'allongement de l'espérance de vie et la perspective de vivre beaucoup plus longtemps ne sont pas qu'une affaire de retraités.

C'est toute la distribution des activités dans les parcours de vie qui se trouve bousculée, beaucoup s'en souviennent : une longue jeunesse studieuse, précaire, souvent chahutée de projets en essais, d'échecs en rebondissements. Suivent quelques décennies de pression épuisante : double journée de travail et tyrannie de la performance à l'ombre de l'agent-qualité. Et, bientôt, cette longue approche de la carrière finissante, entre la crainte diffuse de l'incompétence et le désir d'anticiper la délivrance.

Quand l'heure de la retraite sonne, un espace béant et long, malgré des propos tricotés pour embellir les projets et les rêves. Vous avez senti naître une impression qui s'est muée en certitude : il faudra redistribuer les diverses activités sur le parcours de vie, réduire les périodes d'insupportable concentration du travail professionnel, libérer des temps pour les bilans intermédiaires et la mise à jour des connaissances, prévenir la brimade des couperets de ces fins de carrière qui s'apparentent à un vide effrayant. Alors que monte la plainte de ceux qui, fatigués ou usés, peinent à tenir la distance réglementaire.

Cela se passe à l'aube du XXI^e siècle, au cœur de l'Europe industrielle et opulente. Situation nouvelle ; du jamais vu, ni expérimenté ! Dans un tel contexte, il n'est pas facile de s'appuyer sur des références, de remonter les labyrinthes de l'oubli. Pour beaucoup, les figures parentales, toutes respectables qu'elles soient, peinent à servir de modèle.

Présence du passé proche

Nos propres vies sont constituées de plusieurs mondes. « On ne voit pas le temps passer ! » Mon père naît en 1905, dans un village accroché à 1230 m d'altitude, quelques jours avant Jean-Paul Sartre. Il sera instituteur, député du « bon » parti, président de paroisse et de la caisse Raiffeisen locale. Il n'aura jamais de voiture. Pas de téléphone à la maison. Cette année-là, la ville de Lausanne compte 51 000 habitants. Le percement du tunnel du Simplon s'achève ; la Gazette de Lausanne exprime sa reconnaissance à : « ces humbles mineurs d'Italie dont la race sobre et laborieuse semble prédestinée à ces durs travaux » Il a « tout de même » fallu dé-

plorer 58 morts. Ramuz publie son roman « Aline », deux mois avant l'ouverture du premier Salon de l'auto (on compte 387 voitures en Suisse). Les marins du cuirassé Potemkine se révoltent. Une pétition nationale est lancée pour soutenir la prohibition de l'absinthe. Des milieux se mobilisent contre l'interdiction de circuler en voiture sur les routes de montagne.

Einstein publie ses hypothèses sur la relativité, pendant que la mobilisation s'organise à Fribourg pour sauver le tilleul de Morat et que les premiers choux chinois s'imposent sur les marchés de Suisse. Les Tziganes sont refoulés aux frontières. La Gazette de Lausanne, encore elle, évoque l'événement en parlant de « la plaie des romanichels » ; elle souligne toute la gravité du problème : « c'est une véritable invasion renouvelée des Huns ! » En fin d'année, le premier dimanche sans voiture est organisé. Pendant ce temps, la bonne société ne jure que par les vedettes de l'époque, entendez Sarah Bernard et Mata-Hari.

Les bâtisseurs de l'AVS

À la sortie de la guerre, nos grands-pères et nos pères ont voté massivement pour l'AVS (Assurance-vieillesse et survivants), les dames n'avaient pas le droit de vote. L'espérance de vie se situait à 65 ans, précisément l'âge retenu pour accéder à la rente. C'était donc une assurance pour ceux qui « dépassaient la moyenne ». En ces temps, pourtant proches, ce n'est pas prioritairement le problème de la retraite qui se posait. On s'inquiétait plutôt de la pauvreté trop lourde et trop visible chez une partie importante des « vieillards ». Aujourd'hui, si peu de temps après, un demi-siècle, c'est une tout autre réalité qui nous défie. Vingt à trente ans de vie, dont la

plus grande partie en relativement bonne santé. On n'a jamais vu ça ! Impossible d'aborder ce monde avec les instruments qui ont été déposés dans notre grille de lecture.

Votre mère va prendre sa retraite. Ou bien c'est vous. Ce petit livre invite à une marche décidée sur les sentiers de la découverte d'un nouveau temps de la vie. Il se nourrit de nombreux travaux et recherches qui ont corrigé nos illusions et ouvert des pistes pour rétablir les faits et l'ordre des priorités.

Avec le poète

Dans la mémoire de celles et ceux qui prennent de l'âge, quelques strophes et des mélodies d'un poète sont souvent très présentes. Elles se nourrissent des phrases, des gestes et des cris de Jacques Brel. Au seuil d'une réflexion où il va être fortement question de vieillesse et de mort, un moment musical peut aiguïser notre curiosité et faire reculer nos réticences et nos peurs.

D'abord une invitation à ne pas idéaliser le passé :

« Quelle vie ont eue nos grands-parents
Entre l'absinthe et les grands-messes
Ils étaient vieux avant que d'être
Quinze heures par jour le corps en laisse
Laisse au visage un teint de cendre. »

Vieillir à petits pas :

« Mourir cela n'est rien
Mourir la belle affaire,
Mais vieillir... ô vieillir ! »

« Les vieux ne bougent plus
leurs gestes ont trop de rides
leur monde est trop petit
Du lit à la fenêtre,
puis du lit au fauteuil
et puis du lit au lit. »

***Et voici la lente installation de la solitude, quand,
autour de soi, les arbres s'abattent les uns après les
autres :***

« De chrysanthèmes en chrysanthèmes
Nos amitiés sont en partance »

« C'est pour suivre au soleil
l'enterrement d'un plus vieux,
l'enterrement d'une plus laide »

Il est dur de partir, mais peut-on refuser la déchirure ?

« J'arrive, j'arrive,
Mais qu'est-ce que j'aurais bien aimé
Encore une fois traîner mes os
Jusqu'au soleil jusqu'à l'été
Jusqu'à demain jusqu'au printemps. »

« Après mon dernier repas
Je veux que l'on s'en aille
Qu'on finisse ripaille
Ailleurs que sous mon toit
Après mon dernier repas
Je veux que l'on m'installe
Assis seul comme un roi
Accueillant ses vestales

Dans ma pipe je brûlerai
Mes souvenirs d'enfance
Mes rêves inachevés
Mes restes d'espérance. »

Aux instants de la mort, faut-il fermer les yeux ?

« Mourir insignifiant
Au fond d'une tisane
Entre un médicament
Et un fruit qui se fane. »

« Le temps d'une fleur
Et l'on s'endort
Le temps d'un rêve
Et l'on est mort. »
« Et dans l'odeur des fleurs
Qui bientôt s'éteindra
Je sais que j'aurai peur
Une dernière fois. »

***Ils ne disparaissent pas ; le complet désespoir est
brisé par la force des amours.***

« Six pieds sous terre
Jojo tu n'es pas mort
Six pieds sous terre
Jojo je t'aime encore. »

Devise d'un vieux cadran solaire :
« Il est plus tard que vous ne croyez. »

Léon Bloy

**Les retraités constituent
un monde en mouvement,
riche de sa diversité,
mais drapé dans une
inquiétude non dite.**

Chapitre 1

« Les » vieux, ça n'existe pas

« Je ne m'inquiète jamais de l'avenir.

Il arrive bien assez tôt. »

Albert Einstein

Entrer dans un lieu, c'est souvent se séparer de quelques objets. Ici, vous posez votre chapeau et votre parapluie ; là, vos chaussures ; au musée, votre sac et votre manteau ; et ne parlons pas de l'embarquement dans un avion de ligne.

Une démarche analogue, mais nettement plus complexe s'impose à celui qui entame une réflexion sur la retraite. Quelques décennies de vie aux multiples dimensions, les diverses fréquentations, les propos recueillis ou subis ont laissé leurs sédiments : un bagage de connaissances solides et fécondes et quelques brassées de préjugés. Trop pour qu'une réflexion sereine

puisse s'engager. Un délestage, au moins partiel, s'impose. Dans certains cas, il vaudrait mieux parler d'une cure de désintoxication. Pas simple d'intégrer le fait que « les » vieux, ça n'existe pas. Beaucoup de nos contemporains estiment que, passé un certain âge, on entrerait dans une catégorie nouvelle, accueillante et depuis peu prospère, celle des « vieux ». Il faut l'affirmer haut et fort, cette catégorie n'existe pas. Sous des apparences trompeuses, c'est un monde éclaté, fortement diversifié qui marche vers le crépuscule de la vie sur des chemins fort différents et dans des conditions qui s'étalent entre un solide confort et des vies quotidiennes très précaires. Désintoxication ? Effectivement, il ne s'agit pas seulement de corriger nos informations, de mettre à jour nos connaissances, il faut s'attaquer à nos réflexes et à notre vocabulaire. L'opération ne va pas de soi.

Disparités et différences

Abandonnons cette manie, paresseuse et infondée, de les placer tous dans le même panier. Les retraités constituent un monde en mouvement, riche de sa diversité. Ils sont engagés dans des parcours où se mêlent l'appétit de découverte et la volonté d'affirmer leur singularité. Ceci dit, ces projets, ces défis impliquent un dépassement résolu de toutes les banalités et les fausses images qui marginalisent et enferment.

Vous dites : « Je n'en ai pas pour longtemps »

D'abord, votre horizon n'est pas identique à celui de votre voisin. Vous n'avez pas atteint l'âge fatidique dans le même état physique et mental. Le manœuvre du bâtiment ne peut espérer que sept ou huit ans de vie en moins que le professeur d'allemand de son fils. C'est

bien de le reconnaître, ce n'est pas une raison pour se résigner. Le nombre de centenaires et de nonagénaires a fait un bond en avant au cours des dernières décennies. De quelques dizaines à des milliers !

Vous dites : « Il faut apprendre à compter »

On observe que l'écart entre les revenus disponibles des retraités est considérable. Même si l'on fait abstraction des extrêmes, le fossé impressionne, il va croissant ; le phénomène est encore plus lourd si l'on prend en considération la fortune. Beaucoup trop nombreux sont ceux qui connaissent des fins de mois très difficiles et qui se privent parfois de l'essentiel. Ils vivent souvent seuls et à demi cachés, bien loin des attraits de la retraite. Isolés, ils devinent l'accroissement du nombre de celles et ceux qui coulent une vieillesse opulente.

Vous dites : « On se sent un peu seul »

Observez également les importantes différences dans la qualité de l'insertion sociale et culturelle. Concrètement, beaucoup vieillissent dans un milieu qui ne leur est pas familier, entourés d'un minuscule réseau de relations hétéroclites et fluctuantes. Ils n'assouissent pas leur profond désir de « vieillir chez soi ». Ils vivent en marge d'un réseau familial éclaté et dispersé, comme l'a été leur parcours de vie. Les affiches et les magazines proposent plutôt l'image de couples de grands-parents bien entourés ; ils sont nombreux, on peut s'en réjouir avec eux. Mais ils côtoient les autres.

Vous dites : « On ne connaît plus personne »

Nombreux sont les retraités qui ne disposent pas des instruments culturels et du savoir-faire qui leur permettraient de reconstituer un réseau de relations pour

donner un contenu au temps libéré par l'entrée en retraite. Imperceptiblement, ils glissent vers des formes de marginalité proches de l'isolement. Ils n'ont pas eu accès aux filières qui se partagent l'influence et le pouvoir. Leur carnet d'adresses est bien maigre. Ceux qui sont confortablement insérés dans leur quartier ou leur village sont encore nombreux. Ils pensent, tout bas : « Pourvu que ça dure... ».

Vous dites : « J'ai une petite santé »

L'âge révèle et accentue les disparités de ressources personnelles, de santé et ces petites fragilités acquises et cumulées tout au long d'une vie dont on dit « qu'elle n'a pas été facile ». Pour certains, la retraite coïncide avec la montée du sentiment de devenir fragile et d'être confronté à la maladie. De multiples facteurs participent à la constitution de plusieurs catégories de retraités. On voit ainsi émerger un monde profondément différencié et contrasté. La majorité vit longtemps, en relative bonne forme, à belle distance des institutions hospitalières. Quelques-uns affrontent régulièrement la course Sierre-Zinal, ou ne manquent aucun Bol d'or.

Le piège des mots

L'une des conséquences les plus évidentes est qu'une grande prudence s'impose dans le choix des mots. Chaque fois que nous disons « *les* » vieux, chaque fois que nous prononçons les termes « *la* » retraite ou encore « *les* » retraités, nous tombons dans le piège qui nous fait énoncer au moins une contrevérité, souvent une absurdité scandaleuse.

Ces propos revêtent un statut d'avertissement ; ils doivent guider la lecture des chapitres qui suivent. Ils

permettent aussi d'éviter beaucoup de biais susceptibles de trahir la vérité. Mais que cela ne nous empêche pas de poursuivre une réflexion sur les retraites, les événements qui nous attendent, que nous vivons déjà et qui appellent une transformation personnelle et, bien sûr, collective. Dans un avenir très proche, ces propos vont concerner plus du quart de la population de notre pays.

La chasse aux stéréotypes

Il n'est jamais trop tôt pour s'engager dans la détection des stéréotypes et des préjugés. Avec les hallebardes de l'esprit et le nez d'un dénicheur de poncifs, une chasse aux idées reçues est nécessaire ; elle s'impose. Ce n'est pas le gibier qui manque. Il n'est jamais trop tard pour évacuer les diverses formes de condescendance et la fausse pitié, pour freiner la prolifération des services disqualificateurs. Les offres de coups de main peuvent dissimuler une manière de souligner un manque, très souvent chimérique. Pas facile d'échapper à l'enfermement dans le couple « être fatigué »/« être dynamique ». Le droit au repos est fréquemment accordé au prix d'un retrait de l'exercice des responsabilités et de la manifestation d'une attitude teintée de soumission. En même temps, la célébration de la vitalité bat son plein et se nourrit des liturgies du culte de la performance.

Les officines du « bien vieillir »

Dans ce terreau prospèrent les chapelles qui appellent au « bien vieillir ». Elles s'entourent de multiples galeries marchandes. Sur les étals, beaucoup de potions magiques ; sous des enseignes décorées avec goût, un peu en retrait, mais dans un design étudié, deux cli-

niques. La plus lumineuse propose les chemins de la remise en forme. L'autre, plus raffinée, suggère que vos yeux peuvent être rafraîchis, votre poitrine raffermie, votre cou lissé, et que... À deux pas, sous une discrète immortelle des neiges et une publicité pour le Matterhorn, les équipements de randonnée font une belle place aux chaussures élégantes et fermes. Un peu plus loin s'étalent la panoplie du cycliste et les costumes pour adeptes du ski de fond. Un couple élégant, souriant et grisonnant vous rassure si vous lorgnez vers une croisière sur un paquebot avec piscine. En cas de pépin, les équipements d'aide aux activités de la vie quotidienne se présentent dans un décor rassurant et bien garni, du chausse-pied au monte-personne.

Rien sur la mort, ou pas encore. Un panneau discret présente l'assurance obsèques avec le regard persuasif et bienveillant d'une ancienne gloire du cyclisme. Longévité, détente, loisirs, autonomie, bien-être, évasion, câlins aux petits-enfants, barbecue et nains de jardin, le secteur représente un marché de plus en plus florissant, et j'ai oublié le chat, le chien, la plante verte, les bonbons « Wårter » et les pèlerinages. C'est aussi ça la vieillesse ; pour beaucoup, la retraite intègre nombre de ces dimensions.

Miroir aux alouettes

Pour trop de nos contemporains, tout cela relève du rêve, du miroir aux alouettes ou de la potion tranquillisante. L'entrée en retraite et l'organisation de ce long temps de vie appellent une question et un dépassement de ce tourbillon de stéréotypes. Ils sont, en effet, envahissants, souvent intrusifs, jouant tour à tour des cordes de la séduction et des lacets de la culpabilité. En-

« Les » vieux, ça n'existe pas

trer en retraite, c'est aussi s'efforcer de regarder la réalité en face. Vivre longtemps, certes, le plus souvent en bonne santé. Mais aussi accepter de vieillir avant que de s'effacer. Vivre des temps divers, souvent imprévisibles. S'accepter vulnérable, assumer les fragilités, sans négliger la prévention de leurs effets indésirables. Partager longtemps, en s'exerçant aussi à la patience du détachement.

Cela dit, on ne nourrit pas plusieurs décennies de vie avec des considérations générales. Il faut entrer dans les diverses pièces de ce vaste logis et se risquer dans les étages. En poursuivant la lecture de cet ouvrage, n'oubliez à aucun moment que « la » vieillesse n'existe pas. C'est en reconnaissant les différences que l'ouverture à l'accueil de l'autre et des événements inattendus est la plus solide et la plus crédible.

« Les femmes regardaient Booz
plus qu'un jeune homme,
car le jeune homme est beau,
mais le vieillard est grand. »

Victor Hugo

**Il n'y a plus de retraite,
mais une nouvelle « carrière »
à inventer.**