

RENCONTRE-DEBAT

La Retraite : un projet de Vie



ACTES de la journée du 16 décembre 2009

*Auditorium de la Bibliothèque Louis Nucéra
2, Place Yves Klein -06300 Nice*

Organisée par le
Centre Communal d'Action Sociale de Nice

*4, Place Pierre Gautier
06359 NICE Cedex 4*

TABLE DES MATIERES

I - L'INTRODUCTION	5
II - LES CONFERENCES.....	11
PREMIERE CONFERENCE.....	13
DEBATS.....	20
SECONDE CONFERENCE	25
DEBATS.....	31
III - CONCLUSION DE LA JOURNEE	37

I - L'introduction

Monsieur Jean-Michel GALY

La journée est introduite par Monsieur Jean-Michel Galy, Conseiller Municipal, Subdélégué à la Citoyenneté des Seniors, Vice-Président du C.C.A.S. de Nice.

« Chers amis, il s'agit de nos deuxièmes rencontres à propos des seniors. Je constate d'emblée qu'il y a davantage de monde que lors de nos premières rencontres. Il n'est jamais désagréable d'avoir la quantité, c'est la preuve que nous avons touché juste, mais quand je vois le public présent, je peux affirmer que nous avons aussi la qualité, qualité non seulement des intervenants, mais aussi des responsables présents, des seniors qui nous accompagnent tout au long de ces rencontres et nombre de personnalités. Je veux notamment saluer Monsieur Bernard, notre Directeur Général, le Docteur Kazarian, Directeur Adjoint de la Gérontologie, Madame Antoine pour le CLIC, Patricia Paganello, Madame Préau, j'en passe nécessairement, et des meilleurs.

Le premier intervenant est toujours celui qui brosse le cadre. Je vous rappelle quelques chiffres : en 1950, dans le monde, il y avait 8% de personnes de plus de 60 ans. En 2007, il y en avait 11%. En 2050, il y en aura 22%. Les politiques mondiales, le réchauffement climatique, les incertitudes qui pèsent sur l'avenir peuvent modifier profondément ces chiffres. Mais si l'on s'en tient aux données actuelles, on peut dire qu'en l'espace d'un siècle la population des seniors, c'est-à-dire des personnes de plus de soixante ans, a triplé. En France, en 1950, il y avait 17% de plus de 60 ans. En 2007, il y en avait 21.3% et en 2050, il y en aura 33%. Un Français sur trois sera donc senior. Dans les Alpes-Maritimes, en 2007, il y en avait 26.8%, c'est-à-dire 5 à 6% de plus que sur l'ensemble du territoire national. A Nice, 30% de la population a plus de soixante ans, c'est-à-dire qu'un Niçois sur trois est un senior.

Ces seniors, que je salue, sont doués d'une vitalité à toute épreuve. En 1950, l'espérance de vie à la naissance était en France pour les hommes de 63.4 ans et pour les femmes de 69.2 ans. En 2007, les hommes ont pris facilement 14 ans de plus à 77.2 ans et les femmes sont passées de 69 ans à 84.2 ans. En 2050, si l'on en croit les sources INSEE, les hommes atteindront 84.3 ans et les femmes 91 ans toujours en moyenne. Ce qui est fondamental et surtout inédit, c'est que toute une classe d'âge grandit en espérance de vie. Dans l'antiquité, à 35 ans en moyenne on avait quitté la vie. Certes, de temps en temps, il y en avait un qui faisait preuve d'une insolente longévité. Par exemple, le vieux Nestor de l'Iliade, dont on nous dit qu'il a vécu trois générations. Cela semble relever du récit mythique, mais en fait il avait dû atteindre les 100 ans et, de ce fait, avait bien connu trois générations humaines, ce qui est banal à notre époque. Mais il était bien le seul de sa génération, alors qu'aujourd'hui nous sommes tous des Nestors. Et, parvenus à la retraite, nous avons tous une espérance de vie dont on peut espérer en moyenne qu'elle soit aussi longue que la durée de vie que nous avons passée pendant la vie active. C'est là une bonne nouvelle, désormais les seniors ont une nouvelle vie. Tout un groupe humain se prépare désormais, passé les 60 ans, à avoir un long avenir devant lui, sans passer nécessairement, grâce aux avancées des sciences et de la médecine, par la case maison de retraite. Il n'y a qu'environ 3% de personnes qui terminent leur vie dans les EHPAD. Car il faut distinguer la vieillesse et la maladie.

La vieillesse n'est pas une maladie. Quel que soit notre âge, c'est toujours une maladie qui nous emporte. L'on n'a jamais vu quelqu'un mourir de vieillesse.

La nouvelle classe des seniors qui arrive peut espérer rester en parfaite santé jusqu'à 85 ans-90 ans. A l'Université de Nice Inter-Age, nous avons mis sur pied des groupes de marcheurs, certains qui ont plus de 90 ans sont en pleine forme. Le plus âgé, qui devait célébrer son centième anniversaire, a dû arrêter de marcher une semaine. Il est mort en quelques jours, emporté par une maladie !

Je ne peux du reste m'empêcher de penser au film de Claude Berri : « *Manon des sources* ». Dans ce film, il y a le "papet" admirablement joué par Yves Montand. Ce personnage n'est pas très recommandable, parce que c'est lui qui a tari la source. Cela se sait, il est meurtri et en souffre. Que fait-il ? La veille, le "papet" met son beau costume et sa belle cravate, puis se couche. Le lendemain, il est mort. C'est ce vers quoi nous pouvons tendre. Il n'est pas fixé de toute éternité que nous devions aller de mal en pis et de pis en pire et de pire en très mal et que la vie des seniors soit un long parcours de souffrance. La bonne nouvelle que l'on peut annoncer aujourd'hui est que nos seniors ont 25 à 30 années de vie en forme, qu'ils peuvent être atteints par certaines maladies, mais comme tous les autres. Dans notre Centre Communal d'Action Sociale, nous avons une maison consacrée à Alzheimer, et dans cette structure il n'y a pas que des gens qui ont 80 ans. Certains usagers hélas ont 40 ans. Quant à des maladies terribles comme le cancer, ce n'est pas une maladie qui est liée à l'âge. On ne meurt pas tous du cancer, certains en sont frappés très tôt. En conclusion, il s'agit bien d'une bonne nouvelle : désormais, et c'est la première fois de l'histoire de l'humanité (cette phrase se retrouve d'ailleurs dans le programme Bien Vieillir), nous possédons une nouvelle vie bâtie pour durer et dont il s'agit de faire quelque chose ; mais quoi ?

Certains pourraient penser que la situation n'est pas aussi rose que celle qui vient d'être décrite. Cela a été le thème de nos premières rencontres-débats. Mais le regard que la société porte sur les seniors est un regard tout à fait péjoratif. Jérôme Pellissier ajoutera sa pierre cet après-midi. Ce regard nous donne l'impression que l'on est une classe difficile, pénible à la société.

Je disais par exemple, lors de cette première journée, que si les seniors avaient un peu d'argent, la société affirmait d'eux qu'ils se gobergaient, qu'ils voyageaient tout le temps alors que les jeunes triment durement, n'ont pas d'emploi ou subissent des baisses de salaires. Mais si d'aventure les seniors n'avaient que peu de ressources et que la société leur venait en aide, alors le discours ambiant dit que les seniors vident les caisses de l'Etat. Quelle que soit leur situation, les seniors ne sont jamais très bien vus.

L'on avait d'ailleurs analysé, lors de cette journée, un à un tous les vocables qui parlent des seniors : "personnes âgées", "ainés", surtout ce mot terrible de "retraité". "Retraité" est un mot terrible, car, au sens premier, il signifie que vous êtes retirés de la société. Même des termes qui nous paraissent laudatifs comme "Bel-âge" ou comme "Âge d'or" sont des termes très péjoratifs. Parce que Bel âge renvoie à la Belle Epoque et l'Âge d'or renvoie à l'origine du monde. L'âge d'or s'inscrit dans la succession des âges telle qu'Hésiode, un poète grec, l'a évoquée, que l'on a repris en cascade au fur et à mesure du développement des civilisations. Nos poètes ont repris ce terme là. L'Âge d'or n'est pas un terme de demain, mais représente l'âge d'hier, celui de Mathusalem ! Autrement dit, on nous renvoie toujours dans le passé. C'est assurément une bonne nouvelle que d'avoir une nouvelle vie devant soi, mais ce n'est pas l'idée que la société se forge de nous et ce n'est pas l'idée que nous nous faisons de nous-mêmes. Une pensée s'exprime avec des mots, et quand dans une langue vous n'avez que des mots péjoratifs pour parler d'une classe d'âge, vous endossez l'habit du retraité tel que le voit la société. La société vous met sur le nez des lunettes déformantes. Les seniors creusent eux-mêmes leurs propres tombes. En résumé, c'est une bonne nouvelle mais qui est fort mal perçue. Comment peut-on changer le regard de la société ? Que peuvent faire les seniors pour sortir de cette morosité ambiante qui pèse sur eux ?

Lorsque l'on incorpore un regard, soit ce regard vous rajeunit, soit ce regard vous fait vieillir. Si l'on se regarde soi-même avec les yeux de la vieillesse débilitante telle que la société nous en renvoie le regard, on peut dire qu'il se creuse alors des rides de l'âme qui deviennent les rides du corps. Actuellement, les seniors se font vieillir instinctivement par la pesanteur de la société. On se moule sur le modèle que nous renvoie la société. Les seniors dépriment de vieillesse subie dans le regard des autres et, par jeu de miroirs, dans leur propre regard. Une émission de télévision récente interrogeait une personne âgée pour connaître son activité sexuelle afin de montrer qu'il existait, comme un animal rare, quelqu'un de 82 ans qui avait encore des rapports sexuels. La personne interrogée était en fait présentée comme quelqu'un d'extraordinaire. En fait, le regard que la société nous renvoie se modifie lentement, mais sous la forme d'images de retraités exceptionnels, dont on se plaît à laisser croire qu'ils sont uniques. Or, si l'activité sexuelle se modifie avec l'âge, elle ne cesse pourtant pas et ne cesserait pas, si la société n'y voyait comme une anomalie à laquelle seuls des êtres hors normes peuvent s'adonner.

Si nous avons devant nous trente ans de vie pleine et entière, qu'est-ce qui dit que nous sommes vieux ? Qu'est ce qui fixe à soixante ans l'axe à partir duquel nous sommes seniors et donc vieux ? Même si l'âge de la retraite n'est pas fixé partout sur le même curseur du temps, cela reste dans le subconscient collectif des Français 60 ans. Autrement dit, c'est le modèle de la société productiviste qui décrète qu'à partir d'un certain âge, on n'est plus productif ou pas assez. Cela renvoie au passé tout cela. Rien dans notre constitution ne permet de dire que nous sommes vieux. Nous sommes toujours le vieux de quelqu'un ou le jeune de quelqu'un. Il n'y a pas d'âge qui puisse fixer la vieillesse, il n'y a pas non plus d'âge d'entrée patenté dans la vieillesse.

Un congrès de gérontologie a adopté la formule : « Vieillir c'est grandir et grandir c'est vieillir ». Dès l'âge de 2 jours, nous avons déjà pris un jour. A cet argument, la société répond qu'à l'âge correspond le handicap. Quel handicap ? Il y a des nourrissons qui arrivent à sucer l'orteil de leur pied. 15 jours après, ils n'y arrivent plus. Ils ont déjà un handicap. Chez d'autres enfants, on décèle précocement une faiblesse de vision. Ceux là ont un handicap tout de suite. Autrement dit, tout au long de la vie, la silhouette se transforme, le handicap se présente. Nous nous ajustons aux mille handicaps de la vie tout au long de notre parcours de vie. Lorsque quelques épreuves nous frappent comme un deuil ou une séparation, un déménagement, les difficultés s'accumulent, et finalement on s'ajuste. En référence à Boris Cyrulnik, les psychologues appellent cela la résilience. Tout se passe comme si, parce que l'on franchissant le cap des 60 ans, nous devenions inaptes au changement et incapables de « rebondir », de se reprendre après s'être dépris, comme le disent les gérontologues. Pour le dire d'une autre manière, on reste toujours jeune finalement parce que l'on a toujours du temps devant soi.

Puisque, sur la ligne du temps chronologique, nous nous adaptions en permanence, comment se présente cette nouvelle vie qui s'offre à nous ? Quand la vie était plus courte, nous disions que nous n'avions pas assez de temps, pas assez des trois ou quatre années restantes, pour faire autre chose que d'attendre la fin. Nous ne pouvons plus aujourd'hui nous contenter d'attendre la fin pendant 25 ans ou 30 ans. Je ne connais pas d'autre recette que de se donner un projet de vie. Puisque nous avons une vie aussi longue que celle que nous avions du temps de notre activité, il faut se donner un projet de vie, choisir une activité et non se contenter de se chercher des occupations, parce que celles-ci deviennent rapidement lassantes. Récemment nous avons lancé un concours de chant : la Starseniors. Cela n'aurait pu être pour certains qu'une occupation, mais pour d'autres il s'agit d'une activité qui les engage et les épanouit pleinement. Deux cents personnes s'étaient inscrites, vingt finalistes se sont présentés dans une salle d'Acropolis comble. Nous avions auditionné des personnes pour lesquelles il s'agit d'un véritable projet de vie.

Ces seniors ont réalisé que l’Histoire leur donne la formidable chance de choisir librement un projet de vie et de mener librement une activité dans le cadre d’une action qui les réalise pleinement.

Quels sont les seniors qui ne se reconnaissent pas seniors ? On peut le dire, ce sont d’abord les politiques. Prenons l’exemple des Sénateurs qui ne sont pas tous de première jeunesse, tant s’en faut ! Les mêmes politiques qui, du temps de leur jeunesse folle, étaient pour la limitation de la durée de pratique de la politique, en sont, l’âge venu, les meilleurs opposants. Autrement dit, ceux-là mêmes qui imaginaient que l’on n’était plus bon à accomplir quoi que ce soit passé soixante ans, y compris à faire de la politique, sitôt qu’ils sont dans cet âge là et parce que c’est pour eux un projet de vie qui les brûle de l’intérieur et qui les réalise pleinement, ne tiennent plus le même propos. Ils ont entre les mains un vrai projet de vie. Lorsqu’on leur demande s’ils sont seniors, ils ne se reconnaissent pas seniors. Ils légifèrent sur les seniors, mais n’ont pas l’impression d’être dans cette catégorie. Ceux sont aussi les artistes. On posait la question à Henri Salvador qui n’était pas loin des quatre-vingt-dix ans lors de ses derniers shows de savoir s’il se sentait senior. Celui-ci répondait : « moi, senior, jamais ». Ce qui signifie quelque part que si l’on se dote d’un projet de vie pour cette nouvelle vie, d’une activité et non d’une occupation, « l’âge n’a pas prise sur nous », comme le dit le langage courant. Mais quelle activité ?

Nous avons mis sur pied le Trophée Senior Citoyen. Ce trophée s’efforce de mettre en valeur des seniors qui ont un projet de vie qui les réalise et fait d’eux des êtres humains dans leur plénitude jusqu’au dernier moment. L’année dernière, nous avons reçu cinquante dossiers dont trois ont été récompensés. Un projet de vie est une activité qui vous réalise pleinement et qui fait que justement nous ne voyons pas le temps passer ou, plutôt, comme si le temps s’était arrêté hors du temps de l’âge. C’est un projet de vie qui vous donne la possibilité d’avoir une activité librement choisie.

Quand vous étiez à l’école, à l’université ou en apprentissage, où était la liberté ? Quand vous êtes sur les chaînes de montage, aux caisses des grandes surfaces, dans des petits métiers comme dans des grands métiers, à supposer même que vous fussiez grands maîtres de l’université ou grands patrons de la médecine, pour peu que vous vouliez accomplir pleinement votre tâche, où est la liberté ? Quelle est la liberté de celle qui est à la caisse du supermarché ? Quelle est la liberté du Professeur de Médecine qui court les colloques, non pas pour courir les colloques, mais parce qu’il veut toujours être à la pointe de la profession qu’il exerce. La recherche mobilise tant d’énergie, accapare tant de neurones cérébraux, qu’elle est une forme de dépendance, indispensable à la société, mais handicapante pour l’individu. Alors, au moment où justement l’on peut librement choisir, faudrait-il s’asservir aux fantasmes de la vieillesse ? Ce qui est proposé simplement, c’est de retrouver le goût de la liberté de l’être humain, libre de choisir et libre de se choisir un projet de vie. La retraite sera ainsi ce qu’elle devrait être : la période la plus heureuse du parcours humain.

Quelques exemples parmi tant d’autres ? D’anciens ingénieurs d’IBM ramassent les vieux ordinateurs, les réparent et les revendent à un euro pour les familles nécessiteuses. Cela leur permet en même temps d’embaucher des jeunes qui n’arrivaient pas à trouver un emploi. D’autres créent *seniors dépannage* et par la même occasion des emplois. Sur un simple appel téléphonique, ils viennent garder des enfants, promènent des personnes en situation de handicap… Ou encore une personne a ouvert un local permettant aux jeunes artistes d’exposer leurs tableaux. Autrement dit, ces seniors sont au contact de l’art présent, des créations de demain. La personne qui a remporté le prix du Trophée Senior Citoyen l’année dernière en est un autre exemple. Cette femme, passionnée de vidéos, a parcouru les rues de Nice en prenant en vidéo des circuits d’histoire et d’art avec beaucoup d’intelligence. Elle propose ainsi gratuitement ses vidéos à des gens qui ne peuvent pas sortir, dans les maisons de retraite, dans les hôpitaux, et qui donc ont Nice dans le regard par le Cd-rom, par la vidéo.

Le deuxième prix du trophée concernait la création d'un groupe musical par un ancien salarié de la SNCF. Il a pu réaliser cette espérance de toute une vie avec trois amis. Avec quelques amis, nous avons mis sur pied une Université inter âge grâce à laquelle nous avons pu embaucher deux personnes, et nous permettons à plus de deux mille seniors d'actualiser leurs connaissances dans de multiples domaines de la recherche et du savoir. D'autres encore se regroupent en cabinet de conseil afin d'aider de jeunes entreprises dans la comptabilité ou dans le droit. Il est impossible de tous les citer, ces seniors dynamiques, actifs, industriels, imaginatifs qui ont su faire de leur retraite un atout. Toutes ces personnes qui accomplissent ces activités sont tellement « accrochées » par ce travail-là qu'alors que certains d'entre eux nous disent chaque année qu'ils arrêteront l'année suivante, on sent bien qu'ils iront jusqu'au bout. Mais nombre de ces personnes deviennent également entrepreneurs, objet du Trophée Senior Citoyen cette année. La nouvelle possibilité qu'ouvre la loi de l'auto entreprise permet, dans ce domaine, de pratiquer une activité personnelle. Tant qu'à choisir, il vaut mieux choisir une activité qui vous réalise pleinement.

Mais que propose donc la société ? J'ai lu avec beaucoup d'attention le plan « Bien vieillir », qui demeure la Bible en ce domaine. Que met-on derrière ce programme ? Après 60 ans, il faut faire un bilan de santé. Attendons-nous soixante ans pour faire un bilan de santé ? Il faut aussi se nourrir de manière équilibrée. Cette recommandation ne s'applique-t-elle pas à tous les âges ? Il faut faire de l'exercice. Mais ne faut-il pas en faire tout au long de sa vie ? Le plan du « Bien vieillir » ajoute l'intergénérationnel et le bénévolat. Le bénévolat est un piège abrupt, qui ne remplacera jamais le choix librement effectué d'un parcours de vie. Pourquoi faudrait-il être systématiquement bénévole parce que nous sommes seniors et non avant ? Il se dessine une carte simple : dès que vous avez franchi le cap des soixante années, tout se passe comme si nous était assigné comme unique activité d'être les porte-coton des autres classes d'âge. Je vous invite tous à être bénévole, mais ce n'est pas l'unique finalité de la vie ! Le bénévolat n'est pas lié à l'âge. Il doit être de tous les âges, comme un geste de solidarité citoyenne. Il ne peut se substituer au besoin farouche qui devrait animer chacun et chacune d'entre nous d'aller jusqu'au bout de nous-mêmes, de « faire bien l'homme et dûment », comme le voulait Montaigne. Quant à l'intergénérationnel, il alimente seulement photos et émissions des médias. On amène des personnes des maisons de retraite puis on amène de jeunes enfants que l'on met ensemble pour la photo. Or, l'intergénérationnel, c'est vivre tous ensemble, toutes les classes d'âge, dans la différence, mais dans le présent. Il faut que le senior vive dans le présent en actualisant ses connaissances, son savoir, sa présence à la société dans laquelle il vit.

Au travers des millénaires, l'homme a porté le savoir, la culture humaine, à bout de bras. Chaque génération a servi de passeur. On passe le savoir, la culture, la dignité d'être vivant et humain. Nous sommes tous des passeurs. La vie ne peut pas être gaspillée. Occuper seulement sa vie, c'est la perdre et la dénaturer. Ce n'est pas correspondre pleinement à sa nature d'hommes et de femmes. La vie est à vivre jusqu'au bout intensément dans le présent et pleinement tournée vers l'avenir. C'est sans doute ce qui adviendra quand les sociétés modernes auront pris conscience que les seniors, même en nombre, loin d'être un handicap, constituent un atout. Si l'homme ne va pas jusqu'au bout de sa condition d'homme, alors quelque part il a raté sa vie. Il convient de se doter d'un projet de vie, car dans le terme projet il y a projection. Que le senior regarde vers l'avenir, je lui annonce la bonne nouvelle : alors, il aura tout l'avenir devant lui ».

II - Les conférences

La journée du 16 décembre a également été marquée par les interventions de Jérôme Pellissier et Daniel Reguer, qui se sont succédé sur l'estrade de l'auditorium pour partager leur perception de ce nouveau temps que constitue la retraite devant un public de près de 100 personnes.

Chaque conférence a donné lieu à un débat que le 5^{ème} intervenant, le public, a enrichi de ses commentaires et de son expérience.

Le Sociologue **Daniel Reguer** a parlé de « ***La retraite : une vie sociale*** » : après avoir nuancé les approches quantitatives du vieillissement de la population, il soumet aux participants quelques pistes à emprunter pour faire de sa retraite une vie sociale.

Le Psychogérontologue **Jérôme Pellissier** a dénoncé et démonté un certain nombre de clichés en traitant du thème de : « ***Retraite et âgisme : mieux vivre sa retraite en se libérant des idées reçues*** ».

Première conférence

Monsieur Daniel REGUER
« *La retraite : une vie sociale* »

Daniel Reguer est Sociologue, Maître de Conférences à l'IUT du Havre et Professeur à l'Université du Havre (Habilitation à Diriger des Recherches, HDR).

Il est membre du Laboratoire universitaire CIRTAI (Centre Interdisciplinaire de Recherche sur les Mobilités) rattaché au CNRS.

Daniel Reguer a écrit de nombreux articles, dirigé des ouvrages sur le thème du vieillissement et co-écrit notamment :

- « Vieillissement et parcours de fins de carrière : contraintes et stratégies » (Auteur) en 2007
- « La retraite : une révolution silencieuse » (co-Auteur) en 2001

« J'interviendrai dans un premier temps sur quelques données de démographie de base non pas uniquement pour les rappeler mais pour en proposer une autre interprétation. Comment se construit un groupe social dans la société ?

Puis je reviendrais sur les effets de la constitution de ce groupe social et les stratégies que les retraités peuvent se donner, pour ensuite dégager des perspectives d'actions au niveau local.

D'un point de vue démographique, on sait que l'espérance de vie a très grandement augmenté. L'écart d'espérance de vie entre les hommes et les femmes s'accroît. Ceux sont les hommes qui avaient une espérance de vie à la naissance supérieure à celle des femmes. Ce qui engendre une réflexion sur l'évolution de l'espérance de vie. Des courbes sont publiées un peu partout. Ces données sont parfois très dramatisées, dramatisantes, non sans enjeux, avec des commentaires sur l'augmentation du nombre de centenaires, ce qui est loin d'être une catastrophe, bien au contraire. Bien des pays d'Afrique voudraient ne pas voir mourir leurs enfants en bas âge.

En ce qui concerne la situation de la France, celle-ci se situe dans la moyenne de l'ensemble des pays dans le monde. Pour contredire quelques idées reçues, les Etats-Unis ne sont pas les mieux placées y compris à l'horizon 2050. Pays pourtant vanté sur le plan économique, envié pour la richesse des biens de consommation etc. Il y a un bien de consommation qui n'existe pas aux Etats-Unis, du moins faiblement développé : la santé. La sécurité sociale reste un bel outil en France. Ce vieillissement est porté par des représentations. Comme le disait Monsieur Galy précédemment, au vieillissement est associé des idées négatives, dans une sorte de dénigrement. Comme si l'hospice était toujours quelque chose d'actualité.

L'espérance de vie à la naissance au début du siècle dernier était plus importante pour les hommes que pour les femmes. Ce qui a changé est la fin de la mortalité infantile. Les gains d'espérance de vie sont essentiellement dus au fait qu'on ne mourrait pas d'une part pendant la première année de vie et d'autre part des progrès dont ont bénéficié les femmes biologiquement. La mortalité en couche était relativement fréquente et ne l'est plus du tout aujourd'hui. Des chiffres trop généraux sont trompeurs.

A l'horizon 2050, le nombre de 85 ans et plus sera multiplié par sept. Si on ne veut pas tenir un discours dramatisant, il est possible de limiter l'observation de l'augmentation de la population aux personnes de 60 ans ou de 75 ans.

Idem pour l'espérance de vie à la naissance qui ne veut pas dire grand-chose. Si l'on travaille sur la fin de vie, il faut parler d'espérance de vie dans la deuxième partie de la vie. J'attire votre attention sur le fait qu'en 1900, une femme de 70 ans avait encore une espérance de vie de 8,3 années. Le fait d'être très âgé n'est pas nouveau non plus. C'est autre chose qui est nouveau.

Un Sociologue important, Pierre Bourdieu, disait : « la jeunesse n'est qu'un mot », on peut le dire de la vieillesse. Qu'est ce que la vieillesse ?

Cela peut se définir par un critère d'âge, ce sont souvent des critères administratifs. Cela peut se définir par un statut matrimonial, le veuvage peut être un statut. La vieillesse peut se retrouver aussi dans une situation professionnelle comme le disait Monsieur Galy, ce mot de retraite qui met en retraite un certain nombre de personnes qui jusqu'alors se sentaient bien dans leur travail. L'idée de culpabilité ressort très fortement dès l'instant de la retraite où certains pensent que c'est parce qu'ils n'ont pas bien accompli leur mission. On se sent démis de son activité professionnelle qui est avant toute chose une activité sociale. La vieillesse peut aussi être définie comme un état de santé. Passé cinquante ans, je courre moins vite et ce n'est pas pour autant un handicap. Cela peut être aussi une génération, rassemblant des personnes ayant une histoire commune.

La vieillesse ne peut donc être définie que par l'ensemble de ces facteurs ou par aucun d'eux pris séparément. Dans les pays sans état civil, l'âge n'existe pas. Pourtant la vieillesse existe. De ce point de vue là, le sociologue prend une autre définition, celle d'Anne-Marie Guillemard : « la vieillesse est la dernière grande étape du cycle de vie ». A la question de savoir ce que cette phrase apporte aux débats, je répondrais que nous avons encore aujourd'hui beaucoup de mal à définir la vieillesse et c'est tant mieux. Cela nous évite de stigmatiser. Cela oblige à redéfinir constamment notre objet d'études. Si la vieillesse est la dernière étape du cycle de vie, cela signifie que l'on parle d'espérance de vie lorsque l'on a atteint la dernière grande étape du cycle de vie.

Nous avons tous deux âges. Nous avons tous un âge en référence à notre année de naissance et un deuxième âge en référence à l'année de décès. Pour les représenter, nommons les "âge naissance" et "âge décès". Individuellement nous ne connaissons pas l'âge de notre mort. Collectivement, nous connaissons cet âge. C'est l'espérance de vie connue dans le détail par âge, sexe, CSP... Les cadres ont des espérances de vie supérieures aux ouvriers. Ils sont vieux plus tard. Cela reste encore vrai aujourd'hui contrairement au discours ambiant.

Lorsque l'on travaille sur cette espérance de vie, on s'aperçoit que nous connaissons une évolution du nombre de personnes âgées différente.

Prenons par exemple le cas des hommes de 69 ans pour faciliter les calculs. Les hommes qui avaient 69 ans en 1954, font partie des 1 400 000 hommes ayant 69 ans. Un demi-siècle plus tard on arrive presque à 3 millions de personnes ayant 69 ans et plus. En dramatisant, on pourrait dire qu'il y a une augmentation de 114%. Mais les hommes qui ont 69 ans en 1954 ont aussi 10 ans d'espérance de vie en 1954. Si l'on veut donc comparer ce qui est comparable il ne faut pas comparer les 69 ans à un demi-siècle d'intervalle mais les personnes ayant 10 années d'espérances de vie (par rapport à l'année de mort) à un demi-siècle d'intervalle.

Si l'on prend ces personnes en 1954, on a toujours 1 400 000 personnes, en revanche, les personnes qui ont 10 ans d'espérance de vie en 2003 n'ont pas 69 ans mais 76 ans. Ce qui est donc comparable ce ne sont pas les 69 ans d'une année sur l'autre mais ce sont les 69 ans en 1954 avec les 76 ans en 2003.

Ainsi, on s'aperçoit que nous n'avons plus une augmentation de 114% mais seulement une petite augmentation de 5.69%.

On peut s'intéresser aux personnes qui ont 3 ans d'espérance de vie, les écarts sont encore plus significatifs. En 1968, je change de date et je prends les femmes d'aujourd'hui, les personnes qui avaient trois ans d'espérance de vie, ce sont les personnes de 92 ans. Si on compare l'importance des femmes de 92 ans en 1968 et en 2003, nous obtenons un coefficient multiplicateur de 5 (+507%). Cette comparaison n'a aucune utilité. Ce qui est comparable c'est le nombre de femmes dont le nombre d'années qui les séparent de la mort est constant.

Par exemple, les femmes qui ont ainsi -3 ans ("âge décès") en 1968 ont 92 ans après leur naissance. Alors que ces mêmes femmes de -3 ans ("âge décès") en 2003 ont 96 ans après leur naissance. La croissance du nombre de personnes de -3 ans n'est que de 63%, ce qui compte mais demeure très faible par rapport au 500% noté précédemment en comparant les personnes de 92 ans d'"âge naissance".

Cela ne veut rien dire de comparer l'âge à partir de la naissance. Les comparaisons des espérances de vie à deux époques différentes sont plus porteuses.

On peut en conclure que d'un point de vue strictement démographique, le grand changement dans notre société n'est pas tellement l'évolution du nombre de personnes âgées mais l'intercalage d'un groupe social nouveau entre le travail et la grande vieillesse. Depuis trente ans quand on dénombre les personnes grandement dépendantes, le chiffre n'a pas considérablement évolué. Les travaux successifs d'Alain Colvez et de Jean-Claude Henrard le montrent bien. L'évaluation reste difficile. Dans le rapport Laroque de 1962, était soulevé qu'à l'horizon 2000, les projections seraient difficiles dans la mesure où le cancer serait vaincu d'ici là. Non seulement, le cancer n'est pas vaincu mais le sida est arrivé. Malgré ces catastrophes, l'espérance de vie a progressé. Nous sommes dotés d'outils supplémentaires (grille AGGIR, APA...) qui nous permettent d'évaluer le chiffre de la dépendance à 387 000 personnes. La croissance vient du fait qu'à partir du moment où nous apportons un service à la personne, ces personnes souhaitent se faire connaître pour en bénéficier. Ce qui n'était pas le cas auparavant.

Il n'y a pas d'émergence du "quatrième âge" mais l'intercallage entre la retraite et la grande vieillesse d'un immense "troisième âge". Comme le disait Monsieur Galy, c'est cela le grand changement de notre société et cela vaut le coup que l'on s'en occupe. Il y aurait 13 millions de personnes ni en emploi ni très âgées. La situation française est très particulière : la France est le pays dans lequel l'âge médian de cessation d'activité professionnelle est le plus bas, cinquante huit ans. Quand est soulevée la question de la retraite à soixante ans, commençons par accepter que les gens travaillent jusqu'à soixante ans. Le déterminisme démographique joue très peu. Des décisions sociales collectives de politique publique et d'entreprise et des décisions individuelles de parcours de vie jouent d'avantage.

Dans les années 70-80, nous avons assisté à la légalisation de l'âge de la retraite à 60 ans. Dès lors qu'il y a un âge, cela veut dire que l'on peut avoir quelque chose qui ressemble à la discrimination. Les plans sociaux ont explosé sur l'ensemble du territoire. Des gens se sont vus partir avec tristesse à 56 ans de leur entreprise sans n'avoir rien demandé. On peut formuler quelques hypothèses à cette réaction :

- absence de préparation à la retraite
- attachement au lieu de travail

Le problème vient du fait qu'on ne pose en fait la question de la retraite qu'en termes financiers et non en termes de place de personnes âgées de plus de soixante ans dans la société.

En instituant la retraite à soixante cinq ans ou à soixante ans, les politiques publiques engendrent des trajectoires de vie et créent ce groupe social des retraités de la même manière que la reconnaissance de la période de l'enfance suite à l'apparition de l'Ecole obligatoire. Les politiques publiques créent des groupes sociaux. A un moment donné, on ne sait plus s'il s'agit d'un droit ou d'un devoir. L'Ecole par exemple est devenue ces dernières années un droit et non plus une obligation, avec la revendication de faire des études, de la recherche. Avant nous parlions de droit à la retraite, mais ce droit n'est-il pas devenu un devoir ?

Celui de se retirer de la société. Si l'on centre toute notre vie sur le travail, le jour où ne travaillons plus, on prend le risque de se retrouver en retrait de la société. Ce phénomène n'est pas complètement nouveau. La crise nous en parlons depuis 1967. Pierre Naville, Sociologue, indiquait en 1963 que les employeurs commençaient à licencier dès cinquante ans parfois. Or, le travail est une occasion de rencontres sociales importante.

La France est caractérisée par le fait que nous avons traité des problèmes de chômage par l'exclusion. Le travail de Monsieur Galy, les expériences diverses de réimplication sociale des seniors à Nice est exemplaire alors que le départ à la retraite n'est plus glorifié d'esprit de fête. Quels sont les effets de ces changements ?

Il s'agit d'abord d'une très forte intériorisation des difficultés collectives comme étant d'abord une difficulté individuelle. Il y a une grosse tendance à culpabiliser les gens alors qu'il s'agit d'un phénomène social collectif.

Autre effet, une dissociation entre les salariés que l'on va définir comme étant évolutifs, à qui l'on va donner de la formation et les salariés relégués souvent chez les sous-traitants, dans les filiales. La première préoccupation des personnes ayant cessé définitivement leur activité professionnelle est la fin des relations de travail. Le processus de désaffiliation que décrit le sociologue Robert Castel aboutit à une perte des références sociales.

Des stratégies d'acteurs viennent parfois se greffer pour pallier à ce manque potentiel. Cela peut-être le départ prématûr pour trouver un autre travail orientant la période de retraite. Des gens se sont aussi constitués en clubs de chercheurs d'emploi. Ce sont plus souvent les cadres qui sont en mesure de s'organiser en créant de petites entreprises et en récréant du réseau social.

Au niveau global, je voudrais souligner quelques recommandations. Je prendrais d'abord comme exemple celui de ces journées de réflexion à Nice et de cette initiative du CCAS de construire des journées permettant de discuter de ces thématiques.

Entamer sa retraite par une phase de rupture dans le monde du travail passe d'abord par le fait de rompre avec une culture de l'âge. Considérer l'âge comme une perte ou la retraite comme un devoir reste une discrimination.

Autre recommandation, celle de favoriser le changement d'emploi en accompagnant la personne dans un poste adapté. Le changement d'emploi se fait aujourd'hui par expulsion et non par accompagnement choisi. Il faut repenser notre société pour aller chercher les richesses de tous ainsi que la complémentarité des générations dans l'entreprise. Les relations inter-générations doivent s'inscrire en termes complémentaires. La formation à tous les âges participe de cette refonte du système même quand cela ne concerne pas le travail. Au-delà c'est toute une gestion prévisionnelle des âges à agencer, qui est autant utile dans l'entreprise que dans la vie sociale. Mais les mesures d'âge de CDD junior et CDD senior ne constituent pas un bon moyen de raccrocher des salariés à l'entreprise mais un moyen utilitariste de les exclure d'autant plus facilement.

Cela passe aussi par des initiatives telles qu'une place à accorder aux personnes dont l'expérience de travail et la connaissance de l'entreprise au sein des conseils d'administration. Cette pratique a court dans certaines mutuelles et dans les associations.

La grande recommandation serait de soutenir les personnes pour les aider à une recomposition de la vie sociale. Dans un de mes articles, paru dans l'ouvrage de Monique Legrand : « *la retraite, une révolution silencieuse* », je réfléchis aux questions de maintien à domicile, en questionnant la notion de maintien. Il faut aider au contraire à recomposer.

La vie est aussi faite de bonheur, avec les enfants, les petits-enfants. Il faut aider les seniors à s'impliquer dans une nouvelle vie sociale. Comment soutenir une recomposition de la vie sociale quand nous avons passé notre vie à recomposer? Nous avons une vraie responsabilité pour envisager au niveau local ce que peut-être une recomposition de la vie sociale.

Qu'en pensent les retraités ? Nous avons, avec mes étudiants, réalisé une enquête importante sur le département de Seine-Maritime. Nous avons notamment étudié la question des préoccupations depuis la cessation des activités professionnelles. Chez les préretraités elle porte sur la fin des relations de travail et chez les retraités, la réponse concerne les problèmes de santé. Ce n'est pas tant sur le statut que la question des préoccupations se pose mais plutôt sur la question de l'ancienneté de cessation d'activité professionnelle. Jusqu'à trois années d'ancienneté professionnelle, on voit croître la préoccupation de la fin des relations de travail. Tout fonctionne comme si l'éloignement au travail joue sur les préoccupations. L'enquête montre également qu'avec des problèmes de santé, on peut aussi avoir une vie sociale riche. Le fait d'avoir une activité permet de mieux vivre sa retraite et de moins regretter la fin des relations de travail.

De la même manière, on peut avancer l'idée que les hommes vivraient différemment leur retraite. L'implication diffère en ce qui concerne la vie politique et le volet sportif. Certaines femmes qui ont eu une expérience de responsabilité s'investissent dans la direction d'associations.

Nous devons prendre conscience que dans les associations, il faut penser que la forme associative n'est pas complètement ouverte aux personnes n'ayant pas les moyens culturels de faire une démarche volontaire d'adhésion. La proximité sociale diffère selon les groupes sociaux. L'absence d'adhésion associative est beaucoup plus forte au fur et à mesure que l'on baisse dans l'échelle sociale et le type diffère. Les associations culturelles et sportives sont plus le fait de catégories dites plus élevées. La pratique des activités réunit différentes motivations. Je suis en train de publier un article portant sur les nouveaux sportifs, les « papyboboboomers ». Leur motivation serait la forme et la santé mais passant par le bon moment fonction de la relation sociale.

Au niveau de l'intervention sociale, il y a un caractère indissociable d'intervenir à tout les niveaux en même temps. Autant au niveau national qu'aux niveaux local, institutionnel. Dans l'entreprise doit être repensée la place des retraités dans la société. Nous sommes comme le disait Edgar Morin dans une « société complexe ». Il faut s'attaquer à cette complexité en agissant à tous les niveaux. Oui nous sommes contraints mais nous pouvons être capables de stratégies pour dépasser ces contraintes ».

Extraits clés de l'intervention de Daniel REGUER :

- « *Idem pour l'espérance de vie à la naissance qui ne veut pas dire grand-chose. Si l'on travaille sur la fin de vie, il faut parler d'espérance de vie dans la deuxième partie de la vie. J'attire votre attention sur le fait qu'en 1900, une femme de 70 ans avait encore une espérance de vie de 8,3 années. Le fait d'être très âgé n'est pas nouveau non plus. C'est autre chose qui est nouveau* ».
- « *Un Sociologue important, Pierre Bourdieu, disait : « la jeunesse n'est qu'un mot », on peut le dire de la vieillesse* ».
- « *Anne-Marie Guillemand déclarait: « la vieillesse est la dernière grande étape du cycle de vie ». A la question de savoir ce que cette phrase apporte aux débats, je répondrais que nous avons encore aujourd'hui beaucoup de mal à définir la vieillesse et c'est tant mieux. Cela nous évite de stigmatiser. Cela oblige à redéfinir constamment notre objet d'études* ».
- « *On peut en conclure que d'un point de vue strictement démographique, le grand changement dans notre société n'est pas tellement l'évolution du nombre de personnes âgées mais l'intercalage d'un groupe social nouveau entre le travail et la grande vieillesse* ».
- « *La situation française est très particulière : la France est le pays dans lequel l'âge médian de cessation d'activité professionnelle est le plus bas, cinquante huit ans* ».
- « *En instituant la retraite à soixante cinq ans ou à soixante ans, les politiques publiques engendrent des trajectoires de vie et créent ce groupe social des retraités de la même manière que la reconnaissance de la période de l'enfance suite à l'apparition de l'Ecole obligatoire. Les politiques publiques créent des groupes sociaux. A un moment donné, on ne sait plus s'il s'agit d'un droit ou d'un devoir* ».
- « *Le travail de Monsieur Galy, les expériences diverses de réimplication sociale des seniors à Nice est exemplaire alors que le départ à la retraite n'est plus glorifié d'esprit de fête* ».
- « *Entamer sa retraite par une phase de rupture dans le monde du travail passe d'abord par le fait de rompre avec une culture de l'âge* ».

- Un participant :

« Je me réfère aux dernières phrases concernant les activités sportives. Je ne suis pas du tout d'accord avec vous. Je crois que les activités sportives pour les retraités sont vraiment pratiquées pour faire du sport et se maintenir en forme. C'est sous cette angle-là qu'il faut voir ces associations ».

- Daniel Reguer :

« J'ai beaucoup travaillé avec la Fédération Française de la Retraite Sportive. La première motivation est la forme et la santé. Mais on s'aperçoit aussi dans les enquêtes que leur première préoccupation n'est pas la santé, mais la fin des relations de travail. Ayant observé des groupes de retraités, la relation était tellement importante pour certains d'entre eux, qui ne pouvaient ponctuellement venir à l'activité sportive organisée, que ces derniers se débrouillaient pour se présenter en fin de séance afin de revoir les copains. Il y a sans doute des deux ».

- Un participant :

« Je voulais revenir sur un sujet qu'a abordé Monsieur Galy, celui de la liberté. Traditionnellement le travail se caractérise par trois volets. D'abord le besoin de travailler, le besoin de s'inscrire dans la société, c'est-à-dire la situation et enfin l'épanouissement. Lorsque l'on est à la retraite, le premier volet ne compte plus. La partie intellectuelle peut être assurée également par des activités telles que la lecture, le bridge. La partie de sociabilité qui est centrale est perdue. Se pose alors la question de savoir si l'on en souffre ou l'on gagne en liberté? Au début lorsque l'on prend sa retraite, ce qui a été primordial, c'est le gain en liberté. Le travail, c'est quand même une absence de liberté. Quelque temps après, ce sentiment de perte de liberté s'atténue, et on a de nouveau envie de renouer avec le social. Le temps peut donc faire changer les choses dans la vie d'un retraité ».

- Jean-Michel Galy :

« Monsieur Reguer a fort bien mis l'accent sur les notions de vie sociale et de liberté. Il faut convenir que durant toute une carrière, le métier est surtout fait de contraintes. Le temps passant, il arrive même que le geste répétitif accroisse la contrainte. Or, avec la retraite, on débouche sur une période de vie où nous sommes libres. En dehors des contraintes liées à l'espèce, je suis libre de faire ce que je veux. C'est un temps nouveau qui nous est donné, un temps de pleine liberté. Etre comptable de sa vie, ce n'est pas rien, car nous n'en avons qu'une. La vie est un bien précieux qu'il ne s'agit pas de gaspiller dans les contraintes. Tout est ajustable, le tout est d'avoir une activité qui vous exprime pleinement de façon à pouvoir dire : *j'ai rempli pleinement et dignement mon existence* ».

- Un participant :

« Je pense que la période d'activité professionnelle pour ma part est une période de liberté. J'ai toujours considéré qu'elle était une période d'émancipation. A une époque non lointaine, les femmes ne travaillaient pas. Si la retraite amène une période comportant moins de contrainte et moins d'occasion de stress, la période de travail était une période d'enrichissement ».

- Jean-Michel Galy :

« J'ai exercé le plus beau métier du monde, celui d'enseignant et en plus à l'Université. J'ai été en quelque sorte bénie des dieux sociaux, mais j'avais une spécialité. J'avais l'impression d'être limité dans l'étroitesse du champ d'étude. Pour être au niveau, il fallait que je creuse davantage cette spécialité. J'ai manqué de culture, de champ d'activité, car je ne pouvais pas tout faire et j'ai manqué d'épanouissement personnel. Je me suis rendu moi-même esclave du bonheur que j'avais, au point de décréter pour me justifier que c'est le plus beau métier du monde. Alors que le but de la société est de vous ouvrir un panel de possibilités pour toutes les saisir. J'ai été heureux dans mon métier, mais je suis heureux de pouvoir faire autre chose que ce que j'ai fait durant toute une vie, car le développement humain est à ce prix ».

- Un participant :

« Je viens d'une école différente, celle de Californie. J'aurai 80 ans dans deux ans. J'ai pratiqué cette liberté dont vous parlez après ma retraite. J'ai rejoint des groupes de personnes de mon âge. J'ai nagé, marché, fait de l'escalade. Le troisième âge est une période prolifique si on veut la rendre prolifique. J'ai écrit deux romans et un livre de poésie. Le troisième âge est un bon passage au cours duquel il faut chercher les opportunités pour s'épanouir ».

- Un participant :

« On parle des gens souvent en termes isolés. La vie en couple permet tout de même de mener une retraite plus agréable ».

- Jean-Michel Galy :

« La société est faite de disparités de revenus. Mais je connais des personnes à forts revenus qui s'ennuient beaucoup. A Nice, tous les musées sont gratuits. Nous avons les trois journées du Conseil Général qui font venir les plus grands orchestres et bien d'autres manifestations et animations à coût plus que réduit. Les problèmes de disparité existent certes, mais nous faisons le nécessaire pour permettre aux gens d'y accéder ».

- Daniel Reguer :

« La vie n'est pas faite d'étape statique. Les temps changent à l'intérieur des étapes, telles que la jeunesse, le travail et la retraite. Pour ce qui concerne la retraite, j'insiste pour considérer la variable de l'ancienneté à la retraite. On passe nos premiers mois à bricoler en faisant ce que nous n'avons pas pu faire pendant des années, puis un changement survient quand les petits enfants arrivent, et il en est ainsi à chaque étape. Nous n'avons jamais dans la vie un unique statut, nous sommes le résultat de plusieurs statuts. Cela explique le fait que cette période n'est pas homogène.

Sur la question des ressources, j'en référence à un travail d'Anne-Marie Guillemard datant de 1971, sur des types de comportement à la retraite : comportement de consommation, comportement de retraite-retrait, de participation, de revendication. Schématiquement, ces comportements s'expliquent par deux types de ressources, des ressources financières et des ressources culturelles. Lorsqu'une personne dispose de ces deux ressources, la personne adopte un comportement de participation. En revanche lorsqu'une personne a des ressources financières très supérieures aux ressources culturelles, elle a un comportement de consommation. Lorsqu'enfin une personne ne dispose que de très peu de ressources financières et culturelles, le retraité adopte un comportement de retraite-retrait. Le fait d'avoir des ressources financières agit sur le type de comportement, le fait d'avoir des ressources culturelles agit sur le type de comportement mais en même temps, tout n'est pas complètement déterminé. Nous disposons de marges de liberté pour agir dans chaque

situation. Elles restent différentes certes, mais nous pouvons être autre chose que ce que le système nous demande d'être ».

- Un participant :

« Dans quelques jours j'aurai 89 ans. J'ai eu une activité professionnelle chargée et en vous écoutant je me suis projeté dans ce que j'ai fait dans ma vie à partir du moment où j'ai pris ma retraite. La première des choses que j'ai faite a été de créer une association et à cette époque c'était plutôt rare. Je pensais à l'époque qu'avoir une action associative était d'abord un contact avec son Maire et la collectivité tout comme disposer autour de soi d'un certain nombre de personnes pour faire valoir certaines questions ou réalisations. Nous avons pu développer un canal d'irrigation, qui était obsolète, une équipe de gymnastique, de la marche à pied. Je vous félicite pour ce que vous avez dit, et je vous remercie d'avancer toutes ces idées en direction des seniors. C'est exactement ce qu'il faut faire à la retraite ».

- Jean-Michel Galy :

« A partir de 2010, nous allons organiser tous les ans une manifestation festive pour ceux qui quittent la vie active. Pourquoi une manifestation festive ?

J'ai assisté à ce que l'on appelle traditionnellement des journées de la retraite. Les thèmes développés sont instructifs certes, mais mortifères : on y parle de pensions de réversion en cas de décès de l'époux ou l'épouse ou de l'assurance-obsèques, et autres joyeusetés de ce genre. À soixante ans, cela vous scie le moral. La retraite, ce n'est pas une antichambre du trépas. Il ne faut plus décliner le *heureusement en hélas* ».

- Un participant :

« Pendant la vie professionnelle, nous avons été des acteurs. À la retraite, nous sommes enfin nous-mêmes. J'ai été médecin dans la pédiatrie et il existait déjà ce que l'on appelle l'image de marque. Il fallait jouer de cette image que nous avions. Je me sens maintenant un peu libéré. Deux facteurs comptaient pour vivre cette retraite, un peu de santé et un peu d'argent mais je me rends compte qu'il faut aussi de la liberté et de la dignité ».

- Un participant :

« Je suis Délégué social au *Groupe Malakoff Médéric*. La manifestation avec des choses ludiques, nous sommes d'accord. On a organisé une pièce de théâtre qui associait la maladie d'Alzheimer, des acteurs et des gérontologues. Les journées d'adaptation à la retraite permettent aux personnes qui sont depuis trois années à la retraite de faire le bilan de ce qu'elles ont vécu. On a interrogé des gens qui ne voulaient pas venir en nous expliquant que le mot *retraite* était redoutable et mal supporté.

Il ne faut pas négliger des personnes n'ayant pas de ressources ou connaissant une accumulation de difficultés sociales, de santé. Il faut composer avec les deux ».

- Jean-Michel Galy :

« Je suis Vice-Président du CCAS de Nice. Je vois bien les difficultés de certains dossiers. Ces situations difficiles existent pour tous les âges. Ce type de désarroi n'est pas lié à la retraite. On trouve des salariés pauvres en grande difficulté également. Chacun peut trouver une voie avec les ressources dont il dispose. Je suis le premier à déplorer l'absence de ressources. Mais faut-il pour autant naufrager sa vie pour la perdre dans une déploration permanente ? ».

- Un participant :

« Je me fais un peu le porte-parole des personnes handicapés vieillissantes. Nous sommes un peu les précurseurs de ce qui va arriver à certains d'entre vous. Si nous n'avons pas la santé, nous ne pouvons rien faire. C'est un sujet important ».

- Jean-Michel Galy :

« Je voudrais saluer mon ami, Président d'une Association et qui s'engage pleinement malgré son handicap. Que l'on ne fasse pas suffisamment pour les handicapés, c'est évident. Pourtant beaucoup de projets sont réalisés ou en cours. Mais dans ce cadre-là, ce n'est jamais assez. Les politiques sociales sont telles, les encadrements par l'Etat sont tels que la situation est difficile. Le travail que réalise notre ami est si irremplaçable qu'il est en soi un modèle ».

- Un participant :

« Si on n'a pas la tête à la retraite, le corps n'y est pas. Tout se passe dans la tête ».

- Un participant :

« Je suis la Présidente de l'Association *Les Toits de France* et pour information nous offrons des solutions en matière d'habitat à des personnes âgées et handicapées et nous nous occupons également des dossiers de surendettement. Cela peut concerner l'aide au réaménagement du patrimoine ».

Seconde conférence

Monsieur Jérôme PELLISSIER
« Retraite et âgisme : mieux vivre sa retraite en se libérant des idées reçues »

Jérôme Pellissier est écrivain. Il est l'auteur (et co-auteur) d'ouvrages de référence :

- « *La guerre des âges* » en 2007
- « *Humanitude* » en 2005 (co-écrit avec Yves Gineste)
- « *La nuit, tous les vieux sont gris* » en 2003

**Chercheur en psychogérontologie, Jérôme Pellissier est chargé de projets à l'EREMA (Espace national de Réflexion Éthique sur la Maladie d'Alzheimer).
Sa contribution s'étend également à l'Observatoire de l'âgisme, dont il est le Secrétaire.**

« Je voudrais revenir dans un premier temps sur la question des images, des clichés, des modèles par rapport à la retraite. On ne vit pas sa retraite de la même manière selon la société dans laquelle on vit. Le modèle idéal du retraité qu'une société donne influe sur nos représentations. Il est intéressant de commencer par parcourir ces représentations.

En psychologie, on parle d'activation des stéréotypes. Par exemple, dans le domaine gérontologique, une étude sur la mémoire serait lancée à laquelle participeraient 100 personnes âgées. Le même test serait passé par ces 100 personnes divisées en 2 groupes. L'un des groupes doit lire un texte contenant une suite de stéréotypes avec des phrases telles que : « la mémoire se dégrade en vieillissant » - « toutes les personnes âgées perdent la mémoire ». Les personnes qui ont lu ce texte avant de faire le test obtiendront de moins bonnes performances que le groupe n'ayant pas lu ce texte. On peut en conclure qu'il existe une très forte influence de ces clichés.

Ces représentations s'étendent à tous les âges. L'adolescence est un âge où on subit très fortement les stéréotypes. Les jeunes femmes souffrant d'anorexie témoignent de l'influence que peut avoir à un moment donné un modèle de « femme parfaite » ressemblant à un squelette. Pour essayer de se conformer à ce modèle dominant un certain nombre de personnes agissent aux dépends de leur santé ou de leur liberté.

Une autre notion est intéressante, celle des injonctions contradictoires. On demande d'une personne, sous forme d'une injonction plusieurs choses qui sont totalement en contradictions. L'exemple le plus banal est l'injonction que lance le parent à son enfant : « sois autonome ». Si on est autonome... en faisant donc ce que nous dit de faire l'adulte, est-on vraiment autonome ? Dans les domaines du travail, du vieillissement, de la retraite, les injonctions contradictoires sont nombreuses. On évoquait tout à l'heure l'emploi des personnes âgées de plus de cinquante ans, la société nous dit en effet que c'est la première fois que nous vivons aussi jeune pendant aussi longtemps et en même temps on vit dans une société où l'on arrête de travailler le plus tôt. Le même discours encourage la formation tout au long de la vie et l'arrêt du travail à 50 ans. Le moment du passage à la retraite est aussi intéressant. Sur quelques mois, vous entendez un discours contradictoire entre la période précédant la retraite qui soutient la nécessité d'arrêter par manque de capacité, et période suivant la mise à la retraite prônant l'investissement, l'engagement associatif. Ce discours est très ancré aussi par rapport aux seniors : « ne prenez pas le travail des jeunes mais soyez actifs ». A un moment donné, tout se passe comme si tout travail ne méritait plus salaire. Ce discours déborde très rapidement sur l'oisiveté prétendue de seniors qui passeraient leur temps à voyager.

(Le conférencier fait référence à un dessin de Plantu paru dans le journal Le Monde du 30 novembre-1^{er} décembre 2008).

Au nom de l'humour, ce type de représentations est également très révélateur. Par rapport à l'âge, une des injonctions contradictoires les plus fortes consiste à demander aux gens d'accepter de vieillir tout en restant jeune. Comment faire ?

On retrouve ce même discours à propos de l'argent. François de Witt, chroniqueur économique, a écrit un livre : « Appauvrissez-vous ! » qui s'adresse aux seniors. « Tous les seniors, qui possèdent beaucoup d'argent, doivent s'appauvrir pour être de bons seniors » dit-il en substance. Autrement dit, ces seniors suspectés d'être tous aisés doivent donc s'appauvrir mais si un jour, ceux-ci se retrouvent pauvres à avoir besoin d'être aidés pour se soigner ou pour loger, la société leur reproche de toujours demander de l'aide. Nous allons retrouver ce discours subtilement contradictoire dans l'injonction faite aux seniors ou aux retraités d'être solidaires et en même temps quand ce sont les vieilles personnes qui ont besoin que les autres soient solidaires avec elles, cela dérange. Tout semble se passer comme si franchi un certain âge, la maladie ou le handicap ne concernait plus l'ensemble de la société.

On retrouve aussi un discours tenu aux seniors du type : « il ya des gens qui dépendent de vous, occupez vous d'eux ». Autrement dit le senior qui a le malheur de prendre des vacances à un moment qui n'arrange pas les enfants ou les petits-enfants subit souvent un discours très critique.

En France, est fortement ancrée l'image du grand parent idéal toujours disponible 365 jours par an pour aider ses enfants.

A un niveau plus politique, plus culturel, il existe un discours basé sur la sagesse des seniors, lesquels ont beaucoup à nous apprendre et toute une culture qui considère en même temps que tout ce qui avance en âge est suranné, réactionnaire.

Il existe tellement d'images contradictoires de ce que serait le bon retraité qu'il est devenu très difficile d'arriver à se positionner. Parmi ces stéréotypes, il y en a certains qui restent dangereux en termes de pathologies, de destruction de sa santé. Le discours qui porte sur le domaine de la cosmétique autour des produits anti-âge. L'âge est l'ennemi. Si nous passons notre vie à vieillir en passant notre temps à lutter contre le vieillissement... cela risque de provoquer des problèmes. On ne peut pas aller contre ce phénomène du vieillir-grandir. Tant que l'on peut paraître jeune, cela peut faire illusion, mais une fois que l'on ne peut plus faire semblant, des personnes finissent alors par se haïr elles-mêmes de vieillir.

Beaucoup de choses ont été dites sur la liberté ce matin. « Vieillir libre », cela veut dire quoi? Le modèle de la retraite-retrait est vécu pour certaines personnes très fortement. Le risque inverse existe aussi. Des seniors se lancent dans la conquête de quelque chose d'exceptionnel, centré sur des questions de performances, d'apparence dans une sorte d'activisme singeant le quadra-performant-dynamique. Pour vivre librement sa retraite, une distance doit être prise par rapport à l'ensemble de ces clichés. Les seniors doivent rester autonomes par rapport à ces stéréotypes. L'autonomie ne se gagne pas d'un jour à l'autre. Cela commence très tôt quand nous apprenons à dire « non ». Quelqu'un ayant connu un type d'activité professionnelle ne laissant aucune place à son autonomie, n'aura pas tout d'un coup toute son autonomie. L'autonomie cela s'exerce. La totalité des images liée à l'âge n'est pas fondée. Le terme d'âgisme a été créé sur le modèle du terme « racisme » : toutes les formes de clichés liés à l'âge, quel que soit l'âge.

Autre exemple, le cliché du retraité oisif s'adonnant à des sports luxueux tels que le golf, ne pensant qu'à son seul bien-être, ne concerne qu'une minorité de seniors.

Cela masque notamment tout le rôle que tiennent aujourd’hui les personnes à la retraite au sein de leur famille d’une part. Certains sont d’ailleurs le véritable pivot de la famille. Et d’autre part, dans le monde associatif, si vous enlevez les personnes retraitées des associations, la majorité d’entre elles s’écroulent. Or le tissu social du pays est en grande partie tenu par les associations.

Non seulement il existe ce cliché du senior oisif mais aussi une accusation portant sur l’entraide générationnelle. Le magazine *Le Point* titrait un jour « Le casse du siècle », censé illustrer comment une génération aurait volé la suivante et comment la dette de l’Etat aurait servi à financer les folies des « papy-boomers ». Cela sous-entendait que les seniors sont tous des « papy-boomers » aisés (alors que la grande majorité d’entre eux sont moins aisés que les actifs).

Dans la série des illustrations, le journal *Le Monde* de mai 2008 présentait un dessin de Vial sur la question du financement des retraites.

Les dessins sont parfois encore plus violents que les textes. Ces discours sont très inquiétants car ils tendent à séparer les intérêts des différentes générations. La retraite moyenne en France tourne autour de 1200 euros. Ces chiffres sont bien différents de ce que prétend le discours ambiant. Cela signifie que beaucoup d’hommes et de femmes sont bien en deçà.

Les inégalités entre les hommes et les femmes restent d’ailleurs très fortes. Il est important de rappeler également la question du patrimoine, que l’on va entendre de plus en plus. Certains responsables politiques essaient d’ailleurs de faire financer un maximum par les personnes âgées les questions de maladie ou de handicap qui touchent certaines d’entre elles. Un des arguments est celui du patrimoine mais l’on peut s’interroger sur sa pertinence, celui-ci ne reposant que sur des moyennes. Le patrimoine en France est en outre inégalement réparti. La majorité des personnes bénéficiant d’une retraite qui ne leur permet pas de payer un établissement de type « maison de retraite » est celle qui ne dispose pas d’un patrimoine. Il faut donc faire attention aux moyennes et à l’ensemble des discours sur les générations. Les écarts principaux ne sont pas liés à l’âge. On se réjouit par exemple de la diminution progressive sur les trente dernières années de la pauvreté des personnes âgées. Mais ce que l’on sait aussi avec certitude est l’augmentation à l’horizon 2050 de cette pauvreté car les jeunes pauvres d’aujourd’hui sont les vieux misérables de demain.

Autre aspect, celui des flux financiers entre les générations. On regarde la façon dont l’argent se ballade entre générations et notamment l’importance des flux financiers qui vont des générations les plus âgées vers les plus jeunes. Parmi ces fameux retraités qui ont beaucoup d’argent, beaucoup d’entre eux l’utilisent pour leurs enfants ou leurs petits enfants. Cet exemple fait partie des éléments que l’on n’avance pas dans les discours centrés sur les « seniors égoïstes ».

Pour lutter contre ces clichés, il faut accepter de regarder autrement la vieillesse. Alors, cela est bien de rappeler que la vieillesse n’est pas la maladie, ni la dépendance. Mais il existe un risque aussi qui serait de nier tous les éléments qui touchent aussi à la fragilité, au handicap, aux épreuves. Un être humain sans société n’est pas un être humain. Pourquoi avoir réservé ce terme de « dépendance » aux seules personnes âgées ? Bernard Ennuyer l’a bien pointé. L’idéal serait-il donc d’être indépendant ? Mais cela signifie quoi être indépendant ? Je plains l’être humain qui ne dépend de personne et dont personne ne dépend. Quel que soit l’âge on reste dépendant, à des niveaux différents selon les moments de la vie. Le problème n’est pas tant que lorsque l’on est vieux, on est fragile, mais plutôt que nous oublions que nous sommes fragiles quand nous ne sommes pas vieux... Notre société tend à nous le faire oublier.

Certains de ces clichés sont très fortement intégrés au point de dire « rester jeune dans sa tête ». Autrement dit, « être jeune dans sa tête » serait une qualité et être « vieux dans sa tête » serait une tare. On attribue *a priori* certaines qualités liées à la jeunesse. Le « être jeune » dans sa tête serait associé à toutes ces valeurs de vitesse, de performance, de dynamisme. Être vieux dans sa tête voudrait ainsi dire le contraire avec toutes les connotations auxquelles cela renvoie : méchanceté, réactionnaire, bêtise. Rien ne fonde ces clichés. L'intelligence, la bêtise, la méchanceté sont assez bien répandues quel que soit l'âge que l'on a. Molière l'a écrit, Brassens l'a chanté : « le temps ne fait rien à l'affaire » ! Cette évidence que le temps ne fait rien à l'affaire est une évidence assez évidente... Et pourtant on finit par croire qu'être jeune est associé au fait de mieux penser, d'être plus curieux, plus dynamique !

Monsieur Galy évoquait Henri Salvador. Quand celui-ci passait dans les médias, ce qui était intéressant était d'écouter les journalistes en parler. Le discours tenu était le suivant : « comment faites-vous à 90 ans pour être aussi jeune ; comment faites-vous pour ne pas être vieux ? » et non un discours attestant qu'on peut être vieux et en forme, vieux et pas malheureux de l'être ! Pour vivre librement son avancée en âge ou sa vieillesse, une partie de cette liberté passe par une forme de lutte contre ces injonctions, ces clichés dont on nous bombarde.

A propos des valeurs, le but est de défendre l'idée que les valeurs "positives" ne sont pas les seules et que d'autres existent et sont aussi importantes que celles érigées en modèle de comportement : la performance, la rentabilité, etc. Les valeurs associées à la jeunesse sont précisément le type de valeurs ayant conduit aux suicides chez Orange. Est-ce que l'objectif est de montrer que les seniors sont aussi capables d'être comme cela ? Ou est-ce que l'objectif n'est pas de montrer que dans cet âge de la vie l'on peut avoir d'autres valeurs que celles-là ?

On oublie également tout un aspect positif du mot "retraite" qui est celui associé parfois aux « retraites » spirituelles. Le retrait n'est ici plus négatif, mais apparaît comme un temps pour sortir du quotidien, de la « course », de tout un environnement. Le fait de se retirer pour réfléchir, se poser, peut aider. Les notions de rapidité, de performance, sont alors remises en question, et la lenteur, par exemple, redevient positive. Je vous invite à lire les éloges sur la lenteur. La lenteur est une manière différente de vivre les choses.

Le discours social autour de la rapidité, la nouveauté est complètement lié à ce que l'on souhaite favoriser dans les modes de vie, de consommation. Un jeune compulsif est idéal pour la consommation ! Ces modèles ont aussi tendance à séparer les générations. Pour que des gens consomment davantage, l'idéal est qu'à chaque âge de leur vie, ils consomment différemment. Un jeune de 18 ans qui aimerait la musique classique jusqu'à l'âge de 80 ans serait une « catastrophe économique » ! Avec le recul, cet espèce de principe moderne qui voudrait que « tout ce qui est nouveau est un progrès » peut être perçu avec distance, une distance critique, par une personne vieillissante.

Si l'on se penche sur le programme *Bien Vieillir*, pour rebondir sur le propos de Monsieur Galy, on peut avancer l'idée que si les vétérinaires voulaient lancer une plaquette sur le « bien vieillir des animaux », on pourrait presque prendre le même programme ! Une grande partie des activités *humaines* sont passées à la trappe. Cela témoigne que beaucoup de ces programmes sont centrés sur le corps et non sur ce qui touche à l'esprit. Cela est particulièrement dangereux parce que les facultés physiques diminuent en vieillissant (on court moins bien à 90 ans qu'à 20 ans), mais pas nos autres facultés – on ne pense pas moins bien à 90 ans qu'à 20 ans. Si on centre l'essentiel sur la force musculaire, sur l'apparence, sur la capacité de performance, on vit son avancée en âge comme une catastrophe. Arrêtons de ne voir que ce qui s'affaiblit avec l'avancée en âge. Toutes les valeurs relationnelles, les valeurs liées à la créativité, liées au plaisir d'apprendre (on peut apprendre durant toute de sa vie). Il y

a des personnes très âgées qui ne cessent d'apprendre. Et, évoquons-le, mourir même est encore une manière d'apprendre.

Pour finir, une des valeurs les plus fortes quand on regarde ce que font les personnes à la retraite ou les personnes âgées tourne autour de cette notion de prendre soin. Le point commun à un certain nombre d'activités est le prendre soin. L'aide aux petits enfants, le soutien aux personnes handicapées, la protection de l'environnement, les associations ont ce point commun. On prend soin des autres, des petits et grands fragiles, de l'avenir, on prend soin de la planète dans laquelle nous vivons et pourtant ces valeurs ne sont pas dominantes. Si celles-ci étaient dominantes, les aides-soignantes seraient mieux payées que les *traders* qui font des trous dans les budgets des banques tous les six mois...

Pourtant ces valeurs du prendre-soin sont les plus précieuses. L'attention aux autres, le soutien font partie des choses qui doivent être défendues, par opposition aux valeurs de concurrence et de lutte de tous contre tous. »

Extraits clés de l'intervention de Jérôme PELLISSIER :

- « *Par rapport à l'âge, une des injonctions contradictoires les plus fortes consiste à demander aux gens d'accepter de vieillir tout en restant jeune. Comment faire ?* ».
- « *On évoquait tout à l'heure l'emploi des personnes âgées de plus de cinquante ans, la société nous dit en effet que c'est la première fois que nous vivons aussi jeune pendant aussi longtemps et en même temps on vit dans une société où l'on arrête de travailler le plus tôt* ».
- « *Il existe tellement d'images contradictoires de ce que serait le bon retraité qu'il est devenu très difficile d'arriver à se positionner* ».
- « *Pour vivre librement sa retraite, une distance doit être prise par rapport à l'ensemble de ces clichés. Les seniors doivent rester autonomes par rapport à ces stéréotypes* ».
- « *le cliché du retraité oisif s'adonnant à des sports luxueux tels que le golf, ne pensant qu'à son seul bien-être, ne concerne qu'une minorité de seniors. Cela masque notamment tout le rôle que tiennent aujourd'hui les personnes à la retraite au sein de leur famille d'une part. Certains sont d'ailleurs le véritable pivot de la famille. Et d'autre part, dans le monde associatif, si vous enlevez les personnes retraitées des associations, la majorité d'entre elles s'écroulent. Or le tissu social du pays est en grande partie tenu par les associations* ».
- « *Si l'on se penche sur le programme Bien Vieillir, pour rebondir sur le propos de Monsieur Galy, on peut avancer l'idée que si les vétérinaires voulaient lancer une plaquette sur le « bien vieillir des animaux », on pourrait presque prendre le même programme ! Une grande partie des activités humaines sont passées à la trappe. Cela témoigne que beaucoup de ces programmes sont centrés sur le corps et non sur ce qui touche à l'esprit* ».
- « *Arrêtons de ne voir que ce qui s'affaiblit avec l'avancée en âge. Toutes les valeurs relationnelles, les valeurs liées à la créativité, liées au plaisir d'apprendre (on peut apprendre durant toute de sa vie). Il y a des personnes très âgées qui ne cessent d'apprendre* ».

- Un participant :

« Pourquoi entend-on beaucoup moins aujourd’hui d’actifs clamer : "vivement la retraite" ? ».

- Jérôme Pellissier :

« Je ne sais pas si c'est le discours dominant. On a les deux. Des gens sont impatients d'être à la retraite parce qu'ils ont exercé un travail qui ne leur a pas permis d'utiliser des capacités qu'ils ont et qu'ils veulent utiliser une fois la retraite franchie. Une peur peut également s'installer pour des raisons tenant à l'impression d'impossibilité croissante de réaliser des choses qu'ils étaient capables de faire dans le cadre de leur travail. Anne-Marie Guillemand avait bien souligné ce paradoxe. Les personnes qui sont souvent le plus impatientes d'être à la retraite sont les personnes qui ont eu peu l'usage de leur liberté et de leur autonomie. Mais n'ayant pu exercer leur autonomie, ils ont du mal à gérer cette liberté. A contrario, la peur peut amener à aborder, dans certaines situations, plus facilement sa retraite ».

- Un participant :

« Quand on regarde l'Assemblée Nationale, les élus ont souvent plus de 60 ans, ces gens-là ne veulent pas laisser la place aux jeunes, ce qui peut provoquer un conflit des générations ».

- Jean-Michel Galy :

« En ce qui concerne les politiques, vous pointez du doigt un problème qui ne se réduit à ne pas vouloir laisser la place aux jeunes, parce qu'en disant cela, vous faites de l'âgisme. Le politique qui se présente à des élections et qui est réélu, cela n'a rien de choquant. Le problème réside dans la limitation de la durée du mandat ».

- Jérôme Pellissier :

« Ce n'est jamais facile de distinguer des questions de durée et des questions d'âge. Le problème se pose bien dans la durée ».

- Daniel Reguer :

« Pour compléter, l'attachement à certaines fonctions n'est pas forcément une question d'âge. Sur la question des catégories d'âges, dans certaines mutuelles, les statuts interdisent de siéger aux conseils d'administrations, une fois que l'on a passé l'âge d'être cotisant. Nous sommes passés d'une société où les rôles sociaux étaient bien établis à une société dans laquelle il existe une multiplicité de rôles sociaux. Nous sommes dans l'incertitude, ce qui fait naître les conflits ».

- Un participant :

« Je voudrai revenir sur l'expression *rester jeune dans sa tête*. Il me semble que c'est une question de terminologie. On voudrait en fait dire *rester adaptable dans sa tête*. Nous ne sommes pas tous adaptables de la même manière dans la complexité de toute cette question des seniors et de la retraite ».

- Jérôme Pellissier :

« On associe notamment cette capacité d'adaptation au fait d'être jeune. Etre jeune dans sa tête serait être capable de s'adapter. Il faut être prudent. On a longtemps associé la vieillesse à la difficulté de s'adapter à de nouvelles choses, la vieillesse est une des périodes de la vie où notre capacité d'adaptation est la plus sollicitée. Il y a tellement de choses auxquelles il faut s'adapter que cela dépasse nos capacités d'adaptation. Mais l'association vieillesse et perte d'adaptation n'est pas plausible ».

- Jean-Michel Galy :

« Je voudrai revenir sur l'ambigüité des termes. Jérôme Pellissier a souligné l'ambigüité du mot *retraite*. Dans la langue française, cette ambigüité est bien marquée. *Faire une retraite* peut signifier que l'on se retire dans un monastère. *Prendre sa retraite* signifie que l'on prend sa retraite de la vie active. Dans le cadre du vocabulaire, même s'il garde une partie de son aspect positif, l'aspect négatif est toujours plus important. *Senior* pourrait être un terme terriblement positif. Il vient d'une racine latine qui a donné, une fois dans notre langue, le terme *seigneur* et, une deuxième fois, le terme *sire*. Autrement dit, nos seniors sont des seigneurs, ils sont des sires. On n'en a gardé que l'autre aspect. Le vocabulaire a été utilisé sur son volet péjoratif. C'est aussi valable pour le mot *gérante* qui renvoyait dans sa signification première à "celui qui a une part d'honneur". La société évoluant a réadapté ce vocabulaire qui est devenu négatif en spécifiant la catégorie des plus de soixante ans. Le regard de la société est modelé au travers des mots, qui en retour modèlent la pensée. C'est une vieille histoire des civilisations. Alors que les seniors étaient au pinacle de la société, désormais on parle de nous en termes péjoratifs. Ce type de réunions a pour objet de montrer ces choses ».

- Un participant :

« Vous dites que notre société est façonnée par le vocabulaire que nous utilisons. Vous avez fait référence à une période où le senior était vénéré. Ca n'est plus la mode apparemment. Mais les sociétés sont aussi façonnées par un marché, une économie. Or certains territoires continuent de respecter la personne âgée. Pourtant sur ces territoires, il n'existe aucune maison de retraite, la retraite n'existe pas non plus. Cependant les familles sont très présentes. L'échange important est de prendre soin de l'autre. Ne serait-il pas temps de redonner à la famille toute sa place? La famille est le premier endroit de l'échange intergénérationnel ».

- Jérôme Pellissier :

« Par rapport aux autres sociétés, c'est de moins en moins vrai. Les questions de vieillissement en Chine seront d'ici quelques années une catastrophe suite à la politique de l'enfant unique par exemple. Beaucoup de personnes vont se retrouver en situation de handicap sans enfant pour prendre soin d'elles. Le rôle traditionnel de la famille au Japon se fissure. En Afrique, des villages se vident parce que les jeunes n'y trouvent plus de travail. Je ne crois pas trop que l'on puisse rétablir des choses qui sont désétablies. On peut essayer de trouver d'autres manières par contre. L'exemple de la personne de confiance que l'on peut désigner pour les décisions à prendre. Si je devais en déterminer une pour moi, je ne prendrais certainement pas mon père ou ma mère. J'ai des liens qui me permettent d'avoir plus confiance en certains amis, par rapport au respect de mon autonomie et au respect des mes valeurs. La famille est le creuset de beaucoup de belles choses. Mais elle est aussi le creuset de toutes les maltraitances. Ce que l'on voit se développer au travers des relations amicales, de voisinage, ces nouvelles formes de lien ne sont pas forcément meilleures ou pires que les formes traditionnelles dont nous sommes sortis. Nous sommes dans un moment de transition par rapport à cela. On le voit bien.

La fille qui avait traditionnellement le rôle de s'occuper de ses parents si un jour cela était nécessaire, ce rôle est de moins en moins bien accepté par ces filles. Aucun élément ne permet de dire que cela est naturel pour un enfant de prendre soin d'un de ses parents en situation de grave maladie ou de grave handicap. Je suis très content qu'il y ait des professionnels pour s'occuper de ce genre de choses. C'est un point de vue parmi d'autres. Il faut se méfier des modèles censés être valables pour tout le monde ».

- Daniel Reguer :

« Je ne suis pas sûr que l'on soit dans une société en transition entre une stabilité passé et future. Je me demande si nous ne sommes pas dans une transition entre une stabilité passé et une transition permanente qui rend d'un côté un peu plus difficile les adaptations et d'un autre côté plus facile pour ceux qui en sont les moteurs.

En ce qui concerne la famille, si on lit Georges Balandier, Claude Lévi-Strauss, on s'aperçoit que les sociétés sans famille ne sont pas forcément exemptées de solidarité dans lesquelles aucune place n'est faite à la personne âgée. La famille n'est pas une institution en perte de vitesse, même dans le cas des recompositions. Les manières de vivre cette famille sont juste différentes. Elle est une institution solide. ».

- Un participant :

« Je voudrais que l'on revienne un instant sur le tableau présenté ce matin par Monsieur Reguer avec les deux premières craintes de celui ou celle qui va cesser son activité. C'était la peur de l'ennui et de l'oisiveté. Mais il est un autre point qui concerne l'entente du couple. J'entends souvent près de moi des personnes reconnaître avoir peur de l'absence de dialogues. Je prends pour exemple un voisin que je vois lire quotidiennement dans sa voiture la journée dans l'attente que sa femme termine le ménage ».

- Jean-Michel Galy :

« Vous évoquez un point sensible. La retraite est un révélateur. Dans le couple que vous évoquez, les choses devaient être distendues depuis un certain moment. La contrainte du travail faisait que l'un partait tôt le matin et vice-versa sans se rendre compte qu'ils ne dialoguaient plus. J'en connais d'autres qui se redécouvrent à la retraite parce que la vie professionnelle vous met un écran. Je lisais récemment que les divorces étaient importants dans les premières années de la retraite ».

- Jérôme Pellissier :

« Si un homme n'a jamais mis les pieds dans la cuisine et que le jour de ses soixante ans, il passe son temps à commenter tout ce que fait son épouse, lui qui n'a jamais fait la cuisine. Je comprends que certaines femmes se fatiguent ».

- Un participant :

« Je voulais rebondir sur le propos de Monsieur Pellissier sur la famille. Et l'amour dans tout cela ? Le professionnel de santé n'est ni payé ni formé pour donner amour et affection aux personnes âgées. Souvent les professionnels de santé vont chercher les familles, car ils ne se sentent pas légitimes au regard de la personne âgée ».

- Jérôme Pellissier :

« Je ne vous ai pas dit que c'était l'un ou l'autre, c'est l'un et l'autre. Un professionnel de santé est formé pour un certain nombre de choses et pour tout un tas de situations, il est préférable que ce soit lui. Au niveau du prendre soin, dans l'idéal il faut tout le monde. Je pourrais vous parler de situations à domicile de personnes n'ayant pas la connaissance de l'intervention qui se retrouvent à soigner leur parent dans les pires conditions. L'amour ne peut pas remplacer la technique quand il faut la technique. Dans d'autres situations, il n'y a pas une obligation que tout le monde prenne soin de tout le monde dans chaque famille ».

- Daniel Reguer :

« Sur la relation entre professionnels et familles, la pensée se traduit par les mots mais les mots peuvent construire la pensée. On a une fâcheuse tendance à employer le même mot pour des choses différentes. Des travaux récents dans le domaine gérontologique portent sur les rôles respectifs des aidants professionnels et des aidants naturels. Un sociologue québécois les a d'ailleurs appelés les *aidants surnaturels*. Ce sociologue a notamment constaté que les familles avaient tendance à retarder le recours à des professionnels. Les familles n'y avaient recours qu'au terme d'une certaine fatigue alors que la complémentarité était judicieuse dès le départ. Il ne faut pas confondre les rôles ».

- Un participant :

« On est parfois confronté à ce problème alors que l'on ne s'y attendait pas. On ne choisit pas ce type de problème ».

- Daniel Benchimol :

« On a pris la mesure de l'ampleur du problème dans notre département comme dans notre ville. Au niveau du département, le schéma gérontologique comprend le souhait d'ouvrir des lits de maison de retraite avec un nombre minimal de lits agréés à l'aide sociale pour que le problème du coût soit résorbé. Le second problème que vous évoquez est celui de la qualité des soins dans ces structures. Au niveau de la Ville de Nice, c'est une priorité du Maire que d'avoir des lits agréés à l'aide sociale, car au placement brutal d'un parent s'ajoute le fait de devoir expatrier son parent hors de Nice. Le but aujourd'hui est d'avoir un nombre conséquent de lits dans des maisons de retraite de qualité en centre ville avec des coûts modérés. Tous les projets proposés aujourd'hui doivent répondre à ce cahier des charges pour essayer d'accéder à cette juste demande que vous exprimez de façon remarquable ».

- Un participant :

« La vie se compose de la naissance, d'une période d'activité et de la mort. Je voudrais évoquer le problème de la fin de vie. J'appartiens à l'ADMD et je suis un bon vivant, hyperactif. La vie m'intéresse dans la mesure où elle est intéressante. Nous devrions rejoindre la Suisse, la Hollande, la Belgique dans une politique qui dit que le jour où nous sommes incapables d'aimer la vie pour des raisons d'ordre physique, l'on puisse interrompre notre vie et réfléchir à la possibilité de le faire valoir avant par écrit ».

- Jean-Michel Galy :

« C'est une question importante, et qui ne peut être « liquidée », si tant est qu'elle le puisse, dans les quelques minutes qui nous restent. Nous consacrerons probablement une rencontre sur ce thème. Mais aujourd'hui nous l'avons centré sur un autre thème et nous ne tenons pas à donner l'impression de sauter d'un thème à l'autre sans unité de discussion.

Nous avons traité aujourd’hui avec Daniel Reguer, Jérôme Pellissier et Daniel Benchimol de ces seniors qui arrivent à la retraite en se posant un certain nombre de questions. Je doute que nous y ayons pleinement répondu. Mais si quelque part, nous avions pu donner à nos seniors de nouvelles raisons d’espérer et de voir l’avenir, notre quête n’aurait pas été inutile ! ».

III - Conclusion de la journée

Monsieur Daniel BENCHIMOL

Monsieur Daniel Benchimol, Conseiller Général, Doyen de la Faculté de Médecine de Nice et Adjoint au Maire de Nice nous a rejoint pour conclure cette belle journée placée sous le signe du partage des expériences et du débat.

« **L**es seniors sont plus de 100 000 à Nice. Tout d'abord permettez-moi de rendre hommage au travail considérable effectué par Jean-Michel Galy en faveur des seniors dans tous les aspects : éducatifs, de formation, sociaux, culturels, conviviaux, sociétaux. On va même jusqu'à faire danser, chanter les seniors.

Je suis ici en tant qu'Adjoint au Maire de Nice, aussi pour représenter Monsieur Eric Ciotti, Député et Président du Conseil Général, et aussi en tant que Médecin, Doyen de la Faculté de Médecine. Je suis très à l'aise pour représenter les deux collectivités tellement les deux personnes qui les dirigent que sont Christian Estrosi, Ministre chargé de l'Industrie et Maire de Nice, et Eric Ciotti, Président du Conseil Général, ont une vision commune.

Ce que Christian Estrosi avait imaginé en matière de santé et dans le domaine social, il l'a fait avec son Directeur de Cabinet, Eric Ciotti, chargé de mettre en musique les options politiques prises, auquel il adhérait totalement. A cette époque j'étais Chargé de mission en charge de la santé. On a pu faire de ce département un département tout à fait exemplaire en matière de politique de santé. Ces mêmes actions ne sont pas de la compétence de la collectivité puisque c'est une compétence de l'Etat mais le Maire de Nice a souhaité avoir une délégation santé forte qui aille bien au-delà de ses compétences. Dès le premier jour, la problématique des personnes seniors et âgées, qui ne constitue pas un problème mais plutôt une chance et un atout, n'a pas échappé aux décideurs. L'espérance de vie augmente d'un trimestre chaque année grâce aux progrès de la médecine au point qu'à 60 ans on a un troisième set à jouer sur une partie en cinq sets. A 60 ans, on est en pleine possession de ses moyens, et le rôle des médecins est de conserver une santé la meilleure possible et le plus longtemps possible et offrir une bonne qualité de vie à ces personnes de plus 60 ans.

La retraite dans la fonction publique et à l'université est à 65 ans ainsi qu'à l'hôpital. Le problème est qu'à partir de 65 ans, contrairement à nos collègues nord américains, fixant des limites d'âges différentes, on se séparait parfois des meilleurs d'entre nous. Ceux-ci étant encore en pleine possession de leurs facultés physiques et intellectuelles et pouvaient apporter encore beaucoup aux jeunes générations, ainsi qu'à la collectivité par leur connaissance, leur dynamisme, par leur recherche. L'âge de la retraite volontaire a ainsi été décalé à 68 ans. Ce qui pose maintenant un certain nombre de problèmes et notamment un décalage du recrutement de jeunes devant attendre trois années supplémentaires pour être recrutés. L'âge avançant est porteur d'un certain nombre de problèmes de santé, et il faut donc s'attacher à ces problèmes et faire en sorte que ces problèmes n'entachent pas la qualité de vie des seniors et d'autre part, pour les seniors qui sont encore en pleine possession de leur moyen, ceux-ci doivent recevoir une qualité de vie adaptée.

La retraite doit être pleinement vécue. La retraite se prépare mais deux idées doivent être gardées à l'esprit. A soixante ans, il faut faire ce qui nous intéresse et parce que l'on a peut-être un peu plus de temps que lorsque l'on était actif, il faut se rendre utile pour la société. Je suis très admiratif du tissu associatif dont nous bénéficiions dans le département, qui est soutenu et dirigé par des seniors.

Le temps de retraite doit être utilisé pour parvenir à s'investir.

Cela peut-être des problèmes d'urbanisme dans le quartier, dans la ville, des problèmes d'aide sociale, un bénévolat dans le sport etc. Le champ est immense. Il faut aussi vivre pour soi et il faut donc avoir un projet de vie. Un projet de vie revient à entretenir sa santé. Cela passe par la nutrition, la lutte contre les addictions.

L'effort de nos collectivités s'est porté notamment sur trois aspects. Les défibrillateurs dans la rue et sur les terrains sportifs font de la ville de Nice et du Département, les collectivités les mieux dotées de France en équipement. Autre action en faveur des seniors, pour régler le problème des déplacements et lutter contre les difficultés de venir à domicile des médecins, la Ville a décidé de doter les véhicules de macarons de stationnement. Nous avons aussi le dépistage des maladies graves : le cancer du sein, du colon et du rectum qui sont de véritables fléaux. Les dépistages ont été généralisés et s'adressent aux personnes de plus de 60 ans. Je vous parle de ces deux exemples car les principales maladies qui atteignent les seniors sont de trois ordres : les maladies cardio-vasculaires, les cancers et les maladies neuro-dégénératives. Ce sont les relais des plans nationaux. L'actualité porte sur le Plan Cancer numéro 2. Le pic d'apparition des cancers autour de soixante cinq ans est donc destiné prioritairement aux seniors. De la même façon pour la maladie d'Alzheimer, nous avons été précurseurs par rapport au plan national, aux niveaux départemental et municipal. Il existe un certain nombre de mesures qui s'adressent à la recherche sur la maladie pour mieux la comprendre, qui s'adressent aux soins et nous allons accueillir au centre ville de Nice un des plus grands Centre, l'Institut Claude Pompidou où l'on disposera sur place de l'ensemble des données de soins, de diagnostic mais également des formations et de recherche clinique en un même lieu avec des hospitalisation et un EHPAD etc. Cet institut sera la vitrine de la lutte contre la maladie d'Alzheimer. Ce plan s'intéresse non seulement aux patients mais beaucoup aux aidants, aux familles, aux soignants pour leur apprendre les méthodes non pharmacologiques du traitement de cette maladie.

Cela ne s'arrête pas là. Le Maire nous le répète souvent, à la fin de son mandat il y aura 20% de plus de sujets de 80 ans à Nice. On sait qu'en vivant de plus en plus en longtemps il y aura de plus en plus de maladie d'Alzheimer. Il faut donc anticiper. Nous avons relancé les ateliers-mémoire, autrefois essentiellement proposés par des compagnies d'assurance et des mutuelles. Nous avons décidé de la gratuité de ces ateliers pour l'ensemble des Niçois. Ces ateliers regroupent une quinzaine de personnes prises en charge par un Psychologue qui entraîne la mémoire et essaye de maintenir l'activité neurologique à un très bon niveau. On sait que cela permet de différer l'apparition des symptômes pour pouvoir prendre en charge le plus tôt possible la maladie d'Alzheimer. Ces ateliers sont de grande qualité puisque pilotés par le Centre Mémoire du CHU de Nice. A travers cette expérience, ces séances ont débouché sur un véritable phénomène social. Les personnes un peu plus isolées ont pu rencontrer d'autres personnes et en amont de ces ateliers déjeunent désormais ensemble. Cela crée une raison de sortir et de ces réunions naissent des clubs de bridge, des sorties au théâtre, des sollicitations pour intégrer une association de bénévoles. Ce sont ces deux aspects qui méritent d'être pris en compte lorsque l'on pense à sa retraite.

Un autre aspect, nous venons d'obtenir un budget par la région pour mettre en place un projet innovant que nous allons tester dans un quartier de Nice. Nous l'avons appelé le projet 4S : Sport Santé Sécurité Seniors. Des parcours vont être identifiés, des quartiers modélisés et adaptés à certains handicaps.

Certains trottoirs étant très hauts, des rues ne disposent parfois pas du tout de bancs. Certains endroits seront consacrés à l'exercice physique et d'autres seront rendus plus facilement accessibles.

La problématique que nous avons réside dans le souci de faire vivre le senior le plus longtemps possible en l'intégrant le mieux possible. La richesse et l'expérience des seniors doivent profiter à tous. C'est la vision que nous avons. Les progrès de la médecine font qu'à partir de 60 ans une vie commence. A 20 ans, se dessine un projet de carrière, à 60 ans nous avons un vrai projet de vie.

Nous sommes là pour vous aider à ce que ce projet de vie soit le plus épanoui possible et le plus en adéquation avec vos aspirations ».



De gauche à droite: Messieurs Jérôme PELLISSIER, Daniel REGUER, Daniel BENCHIMOL et Jean-Michel GALY