Retraite, cette cruelle liberté

■ Monotonie des journées, isolement, culpabilité… ■ La retraite n'est pas toujours vécue comme une heureuse fin de vie ■ Le temps libre apparaît alors comme une contrainte, difficile à combler.

Henry GIRARD
h.girard@charentelibre.fr

Table ronde et partages sur les retraites à l'espace de vie sociale Ailan de Châteauneuf. Photo Quentin Petit

C'est le genre de date qui marque les esprits. *« Je suis partie un 12 mars 2020. » « Moi, c'était un 28 décembre. »* Parfois, c'est même une horloge biologique. *« J'ai cru que j'étais à la retraite seulement depuis 4 ou 5 ans,* se remémore Marie-Claire, *mais en fait, cela fait déjà 10 ans. »* La retraite, ce temps long, qui agit comme un couperet pour certains, une libération pour d'autres, est parfois loin d'apaiser les esprits. Au sein de l'espace de vie sociale Ailan de Châteauneuf-sur-Charente, la thématique fait même en ce moment l'objet d'ateliers inédits animés par l'association CIF-SP, Solidaires entre les âges.

> Dès que l'on arrive dans cet âge, on se rend compte que l'on devient une niche publicitaire.

« La retraite est souvent perçue comme une grande violence, estime son directeur, Cyrille Gallion. *Un sentiment d'isolement l'emporte et, avec lui, des formes de dépression, de remises en cause personnelles et de questionnements sur son utilité dans la société. »* Dans un monde d'après crise et du tout connecté, où « faire encore jeune» résonne comme l'injonction première, la perspective de vieillir apparaît comme un paysage bien sombre. Pourtant, c'est bien le troisième âge qui sera demain au centre des politiques sociales en France et en Charente, l'un des plus vieux départements du territoire : 32 % de la population a plus de 60 ans et 13 % plus de 75 ans.

« Le néant, le grand silence… » Christine Niolet, malgré ses mots forts pour décrire le départ en retraite, est approuvée par toute la table. *« J'avais une vie très active,* raconte cette ancienne experte financière. *La tête occupée intellectuellement par des travaux difficiles et soudain ce grand vide vous met face à vous-même. »* Dans cette confession, elle est très vite suivie par sa voisine, Nicole Geay : *« On se rend compte alors que, dans notre société, le travail, c'est de la valeur,* explique cette agent de la fonction publique il y a encore quelques mois. *Dans le boulot, on est écouté, respecté. Je me suis arrêtée en janvier, mais en septembre, j'aurais pu me pointer sans problème au bureau. Encore hantée par mon activité professionnelle, j'avais encore tout en tête. Mais voilà, du jour au lendemain, on doit dire au revoir et c'est fini. Il faut s'occuper. »*

Culpabilité

La retraite est un temps double. Un actif français arrive en moyenne à remplir 50 heures de travail hebdomadaire dont les minutes peuvent sembler interminables une fois la retraite sonnée. *« On nous fait comprendre que l'on a produit de la richesse toute une vie,* poursuit Sylvette Durr-Bateau, résidente de Châteauneuf. *Dès que l'on arrive dans cet âge, on se rend compte que l'on devient une niche publicitaire, un pouvoir d'achat. Non seulement on ne produit plus, nous dit-on, mais il faut alors consommer. Un rôle social auquel on nous assigne, mais contre lequel il faut lutter. »*

Il faut se rendre à l'évidence, beaucoup assimilent la vieillesse à l'obsolescence. Et c'est comme une blessure qui s'instaure chez les aînés. *« Les enfants ne se rendent pas compte, mais ce sont parfois les premiers à réduire les grands-parents à des nourrices chez qui l'on peut laisser les enfants à sa guise, comme s'ils n'avaient plus que ça à faire »,* observe Cyrille Gallion. *« Avoir du temps, c'est aussi culpabiliser de ne pas réussir à le combler,* pointe alors Martine Fonteneau, une autre retraitée de la commune. *J'en viens même à me dire qu'il va falloir mettre à nouveau un réveil pour faire comme tout le monde. »*

Faire comme tout le monde. Pas évident quand le boom technologique de ces dernières années a eu tendance à modifier en profondeur le rapport au monde. *« La retraite, personne ne le dit, mais c'est l'obligation de se plonger dans les écrans. Certains nous rétorquent qu'il faut vivre avec son temps, mais ce n'est pas ça. La retraite, c'est se rendre compte que les enfants gaspillent un temps précieux devant les images. Nous, qui désormais en avons conscience, aimerions leur dire qu'une autre vie a été possible. Le téléphone portable, ça n'aurait jamais dû exister. »*

«L'âgisme, le racisme de demain»

La lutte des âges remplace la lutte des classes. L'isolement des retraités est le fruit du désintérêt sociétal envers eux.

Au terme de deux années de crise sanitaire et de confinements à répétition, l'espace de vie sociale Ailan de Châteauneuf-sur-Charente a tenu à cibler les personnes âgées pour mettre en place un nouveau cycle d'ateliers. *« Ces années ont mis en relief beaucoup de maux dont souffre la société,* explique la directrice Marie Pageaud. *Les plus jeunes ont été privés de leurs plus belles années. Mais en parallèle, l'isolement des aînés est la grande thématique oubliée. »*

C'est tout l'objectif de l'association CIF-SP, Solidaires entre les âges qui se propose d'accompagner les retraités, soit par une compagnie, des menus services et surtout une écoute. *« Les chiffres nationaux parlent d'eux-mêmes,* constate le directeur Cyrille Gallion. *1,5 million de personnes se disent isolées et 400.000 ne comptabilisent pas plus de deux relations téléphoniques par semaine. »*

15 ans d'espérance de vie en plus

La retraite, ça se prépare. *« Tout simplement parce que l'espérance de vie a gagné 15 années en l'espace d'une génération,* poursuit Cyrille Gallion. *Les hommes sont passés de 65 à 79 ans et les femmes de 71 à 89 ans depuis 1914. On ne se rend pas compte, mais c'est le phénomène le plus important que la société ait connu ces derniers temps. C'est du jamais vu. »* Et ce, alors même que l'Organisation mondiale de la santé fixe l'entrée dans le troisième âge à 60 ans.

Pour le directeur de l'association, c'est une préoccupation politique majeure : *« L'école ne vous forme pas à ça, les entreprises ne vous forment pas à ça. Or, la vie continue et avec elle des nouveaux stéréotypes qui tendent à stigmatiser cette tranche d'âge. Prenez l'expression de 'boomer'* [expression qui désigne les individus nés entre la fin de la Seconde Guerre mondiale et le début des années 1960, NDLR]. *Cette désignation tend à montrer du doigt une partie de la population comme responsable des problèmes économiques du pays sur le mode* 'Ils ont bien trop profité, ils coûtent cher.' *Quand certains hommes politiques auront fini de pointer les immigrés dans leurs obsessions, ils se tourneront alors vers les personnes âgées. La lutte des âges remplace désormais la lutte des classes. »*

Cyrille Gallion (CIF-SP) et Marie Pageaud, directrice de l'espace Ailan. Photo Quentin Petit