



FORUM GÉNÉRATION 1947-1957

La retraite selon
les baby-boomers



Hospice général

*Mieux vivre
ensemble à Genève*



En automne 2019, période d'innocence d'avant la pandémie, un forum réunit des baby-boomers prêts à échanger sur la retraite, à imaginer celle-ci ensemble.

En raison de ma retraite active et de mon âge, j'y participe et c'est une incroyable découverte: des échanges animés, une variété de préoccupations, d'envies, de projets et de difficultés. L'expression aussi d'émotions fortes, une implication au-delà de la réflexion rationnelle.

C'est pourquoi il faut continuer, prendre en compte ces voix et concrétiser à tous niveaux ces pistes, y compris au niveau des communes proches de ces « aîné-es ».

Merci au service CAD-Actions seniors d'avoir pris l'initiative et de prévoir une suite qui, je l'espère, permettra de surfer sur cette vague.

A bientôt donc ...

Anne Héritier Lachat

Présidente du conseil d'administration
de l'Hospice général
Ex-présidente de la FINMA

SOMMAIRE

INTRODUCTIONS	Page 3
POUVOIR D'ACHAT	Page 7
URBANISME	Page 13
RESPONSABILITÉS	Page 21
EXISTER	Page 29
LE SENS DE LA VIE	Page 37
MORTEL	Page 43

Vendredi 11 et samedi 12 octobre 2019 a eu lieu au CAD le premier FORUM Génération 1947/1957

Le Forum est le début d'une démarche dont l'objectif est de permettre aux "baby boomers" de s'engager, par solidarité et avec plaisir auprès de leurs pairs ou d'autres populations. Ce document rapporte la richesse des échanges et des idées des seniors participants. Merci de noter que les propos des seniors recueillis ici n'engagent que leurs auteurs.

Ce document revient sur deux jours passionnants qui ont permis à des seniors de choisir leur sujet de réflexion et, plus intéressant encore, d'en mener les débats et d'en faire les comptes rendus.

L'expérience d'un Forum ouvert fut tout d'abord déstabilisante. Imaginez plus de 100 personnes réunies autour d'un animateur qui vous demande si vous êtes plutôt abeille ou papillon ?

Mais pourquoi abeille, pourquoi papillon ? Dans le Forum ouvert, si vous ne trouvez pas votre intérêt dans un atelier, vous vous envolerez vers un autre, comme un papillon. Et si au contraire, le sujet vous passionne, vous contribuez telle l'abeille qui pollinise ...

Parfois on donne la parole aux personnes concernées sur les sujets qui les intéressent ; dans le Forum ouvert, on va plus loin : ce sont les participant·es qui décident des sujets abordés et qui construisent l'ordre du jour.

Tout au long des pages, vous allez découvrir ce qui fait réfléchir la génération des baby-boomers. À travers les intitulés des ateliers et les témoignages de participant·es récoltés post forum, complétés d'une rédaction synthétique des échanges et une mise en forme par thématique, nous espérons vous faire sentir ce qui motive et anime ces jeunes seniors. Ce document n'est qu'une étape de la démarche qui continuera avec des ateliers, formations et d'autres événements qui permettront à celles et ceux qui le souhaitent de s'engager dans des démarches citoyennes. Le CAD-Actions seniors et l'Hospice général restent bien sûr à leurs côtés pour faciliter le développement des projets et faire le lien avec les bonnes énergies des créateurs et créatrices d'innovations du canton et d'ailleurs.

Nous espérons que vous aurez autant de plaisir à lire le récit de cette aventure que nous en avons eu à la vivre.

Yves Perrot

Chef de service

Activités seniors - Hospice général



1

POUVOIR D'ACHAT

Le thème **POUVOIR D'ACHAT** a été abordé à travers les ateliers suivants : **Argent manquant / Budget** - Samedi 12/10 à 11h30 avec Pierre, Jean-Marie, Myriam, Jacqueline, André et Marie-Jeanne. **Continuer à travailler** - Samedi 13/10 à 10h00 avec Conrado, Marie-Louise, Marisette, Marie-Jeanne, Anna-Maria et Jacqueline. **Entrepreneur avant et pendant la retraite** - Vendredi 13/10 à 11h00 avec Denyse, Jane, Olgatte, Martin et Jean-Samuel. **Les coûts de la santé explosent, comment y remédier ?** - Samedi 13/10 à 14h00 avec Giuseppe, Cécile, Marie-Claire, Claudine, Maude, Isabelle, Anna-Maria, Jean-Bernard et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.



JEAN-MARIE RAFFENEL

Cadre dans le social jusqu'en 2018



Le pouvoir d'achat est une notion réductrice des besoins de l'individu. Considérer le concept d'existence uniquement d'un point de vue de la consommation, est-ce correct ? A-t-on ce réflexe de consommation par besoin réel ou est-il généré par l'économie qui nous prend pour cible et nous pousse à la consommation ?

Arrivé à mon âge, je n'ai plus d'enfants à charge et j'ai acheté tout ce qui était nécessaire durant ma vie active. Très franchement, je n'ai jamais été aussi à l'aise financièrement. Pouvoir le dire est une chance

et certain-es ne sont pas aussi bien loti-es. Mais de mon point de vue et en principe, les retraité-es de la classe moyenne ne sont pas spécialement à plaindre.

Ce qui a été mis en place lors du Forum ouvert était extraordinaire. Pouvoir partager, échanger avec des parcours de vie si différents et dans une perspective d'enrichissement, cela m'a semblé aller dans la bonne direction, celle de l'essentiel, ensemble. On a besoin d'exister. Je ne peux pas m'imaginer me réveiller le matin, sans contraintes venant de l'extérieur, et m'en contenter, me résigner. Comment raccrocher le wagon... et quel wagon ? Cela demande un vrai effort d'organiser et prioriser son emploi du temps. La même énergie que l'on déploie lorsque l'on est chômeur.

Que peut-on mettre comme rêve autour du temps disponible ? Celui des vacances perpétuelles, avec la crise du COVID, ce concept est en train de montrer ses limites, voire de tomber à l'eau. On est en train de sortir de cette course à la consommation. Le pouvoir d'achat renvoie aux valeurs dont on est porteur et qui nous ont construits durant notre vie active. La vraie question que l'on doit se poser à 65 ans, c'est autour de quelles valeurs je dois construire la suite et explorer enfin son univers intime, ses besoins profonds.

La baisse de revenus significative lors du passage à la retraite constitue le premier choc du changement de statut, une baisse contre laquelle la plupart des retraité·es n'a pas d'options à disposition pour réduire son impact. Le système des trois piliers des assurances sociales (dont l'un n'est pas toujours approvisionné) garantit certes un revenu, mais guère une égalité de traitement. La disparité des situations d'avant la retraite se creuse après la survenue de cette dernière.

Le budget de la retraite

Deux groupes coexistent : ceux qui sont en-dessous et ceux qui sont au-dessus du minimum vital.

Pour les premiers, fort heureusement, des dispositifs mis en place interviennent largement pour aider les personnes (Service des prestations complémentaires, Service des assurances maladie, etc.). L'Hospice général, même sans intervenir financièrement, peut fournir un appui social.

Pour les seconds, il a été relevé l'absence de dispositif de conseil ou d'orientation. « *Aucun organisme n'aide à réfléchir sur les moyens complémentaires de revenus, tels la Boîte à boulots qui existe pour les jeunes.* »

D'autres freins existent. « *La quasi-impossibilité d'obtenir un prêt ban-*

caire lorsque l'on a plus de 65 ans. La Banque Alternative pourrait-elle y remédier ? Les logements également, parfois trop grands et inadaptés, mais que l'on garde car les loyers sont bas du fait d'un bail de longue date car un déménagement entraînerait une hausse insupportable sur le budget. »

Continuer à travailler

« *Si on continue à travailler, il y a le risque de changer de barème et de payer davantage d'impôts et voir le revenu mensuel net baisser.* » Beaucoup de retraité·es aujourd'hui espèrent poursuivre une activité en lien avec leurs compétences professionnelles, pour leur épanouissement personnel, en conservant une « utilité sociale » mais pas à n'importe quel prix.

Pour les indépendant·es, la question ne se pose pas en ces termes lorsque leurs cotisations ont été insuffisantes pour une retraite digne.

Des pistes sont envisagées pour pouvoir justifier financièrement la poursuite d'une activité rémunérée : « *L'augmentation des revenus avec la possibilité de rachat d'une partie d'années de cotisations au deuxième pilier (Loi sur la prévoyance professionnelle) et une contribution à améliorer l'Assurance vieillesse et survivants (par les cotisations).* ». Mais où trouver du travail ? Pourquoi ne pas inciter les chefs d'entreprise à accepter des temps partiels seniors en leur offrant des diminutions de charges, par exemple ? ■

**FORUM
GENERATION
1947-1957**





2

URBANISME

Le thème **URBANISME** a été abordé à travers les ateliers suivants: **Logement** - Vendredi 12/10 à 14h00 avec Christine, Marie-Jeanne, Rita, Hasmig, Marie-Hélène, Lyn et Maya. **Quel réseau d'entraide quand on a une mobilité réduite ?** - Samedi 13/10 à 10h00 avec Armando, Marie-Cécile, Rosita, Christian, Marie-Claire, Laurence et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.

CHRISTIAN FREY

Député jusqu'en 2018



dysfonctionnements sans oser et proposer une alternative, si modeste soit-elle.

En tant que directeur de la Fondation Clair-Bois, j'ai participé à l'élaboration du complexe de la Gradelle où se trouvait déjà l'EMS Le Prieuré, géré par le Bureau Central d'Aide Sociale. Ces nouveaux types d'habitat offrent une mixité générationnelle et associent des problématiques différentes qui peuvent déboucher sur de la solidarité et de l'entraide. En concertation, nous avons tenté une expérience innovante mêlant sur le même site des personnes âgées, une crèche, des étudiant-es occupant des logements bon marché en échange de prestations, telles des veilles et enfin des personnes adultes polyhandicapées. De véritables interactions ont eu lieu et notamment dans divers ateliers ou activités culturelles, tels des concerts qui mêlaient tout naturellement diverses populations. Ce type d'expérience commence à se développer car les bénéfices sont reconnus.

Je m'étais exprimé lors de la conclusion de la seconde journée du Forum après avoir entendu quelques voix désabusées soupirer que ça ne changerait rien au cours de la société, qu'il était illusoire de s'engager. Cela m'avait frappé en un tel lieu, pour un tel événement. J'ai fait part de ma vision beaucoup plus optimiste basée sur mon expérience parlementaire, mais aussi de mes divers engagements professionnels et associatifs. Si l'on ne change pas le monde du jour au lendemain, bien entendu, la politique des petits pas s'avère cependant efficace. Toute personne convaincue et perspicace peut arriver à faire bouger les choses. On ne peut pas se contenter de dénoncer les

MARIE-JEANNE BERSIER

Secrétaire administrative à la retraite



Si les seniors pouvaient bénéficier d'un accès plus facile et disposer de formations leur permettant de maîtriser l'outil informatique, ils pourraient toute à leur guise : chercher des informations les concernant (activités, services d'aide à la personne, possibilité de bénévolat, etc.), constituer des groupes d'amis sur les réseaux sociaux avec possibilité de faire des réunions zoom pour se détendre et communiquer, suivre des cours en ligne, faire appel à la télémédecine sans avoir à se déplacer en cas d'inquiétude, adhérer à des sites de rencontres pour briser leur isolement, célibat et autres, faire des achats en ligne et se faire livrer à domicile, écrire sur les traitements de texte et faire leurs démarches administratives via leur identifiant pour gagner du temps et éviter les files d'attente...

Toutes ces opportunités sont souvent méconnues ou jugées hors de portée technique par les seniors. Et pourtant les bénéfices seraient réels et au prix d'un investissement peu contraignant. Les cours doivent se multiplier et montrer les opérations de base.

Pour ma part, j'ai envie de me lancer dans une activité d'influenceuse de mode pour gagner un peu d'argent. L'idée est loin d'être farfelue. Elle m'est venue d'une société de casting parisien qui m'invitait à Paris pour une prise de contact. J'ai approché un webdesigner pour qu'il conçoive mon site et des boutiques sont déjà intéressées que je fasse la promotion de leurs collections. On verra, mais ce projet me tient à cœur et me motive !

Je m'intéresse à l'urbanisme en général qui doit être un cadre de vie, de mouvement et favoriser la mise en place spontanée d'activités sociales. J'aimerais mettre l'accent sur l'urbanisme virtuel, aux architectures modulables qu'est Internet.

Le numérique offre à tout le monde des possibilités exceptionnelles de créativité, de contacts et d'informations. Ce pourrait être un vecteur fait sur mesure pour les seniors tant il fourmille d'informations, de modes d'expression, de moyens d'échanges et de collaboration.

Les disparités sociales et économiques d'avant la retraite perdurent et s'accroissent. Pour certain-es retraité-es, l'accès à un logement digne et adéquat est totalement inenvisageable. Les autres, bénéficiant d'un standing élevé, ne sont pas confronté-es à cette problématique. Ce qui semble nouveau, ce sont toutes les personnes issues des classes moyennes qui se retrouvent aujourd'hui menacées de précarisation du fait du poids des loyers dans leur budget.

Le logement, la première préoccupation

L'espace public proprement dit, offrant par exemple des itinéraires mieux adaptés aux difficultés de déplacement des personnes approchant le grand âge, n'a pas été abordé. L'explication est peut-être à rechercher dans la moyenne d'âge, relativement jeune des participant-es. Leurs préoccupations se sont davantage focalisées sur le logement, le maintien à domicile et l'accompagnement des personnes à mobilité réduite. Le souhait d'un urbanisme intégrant le concept de mixité générationnelle a également été évoqué.

Appartements à prix abordables

Toutes les générations sont concernées par la question du logement à Genève. Pour les retraité-es, tributaires d'un revenu modeste et/

ou d'une mobilité réduite, l'offre est particulièrement limitée, voire quasiment nulle en cas de déménagement urgent. Les participant-es au Forum sont unanimes pour reconnaître la nécessité « d'appartements à prix abordables pour les retraité-es ». Mais les solutions ne sont pas légion dans une ville où la pénurie de logements cautionne une forte pression sur les loyers. Une proposition a été avancée, celle de « la mise en place d'une plateforme d'échanges entre grands et petits appartements et ce, sans augmentation de loyers. » Un projet qui pourrait être encadré par une loi afin de garantir la bonne exécution des échanges. Cette idée a le mérite d'offrir des solutions à toutes celles et tous ceux qui souhaitent bénéficier d'un appartement plus adéquat en fonction de leur mobilité, du nombre d'occupants, etc. Une idée née de la réflexion sur « le déménagement anticipé des retraité-es avant le 4^e âge ».

Les participant-es reconnaissent que les plus défavorisé-es peuvent bénéficier d'un accompagnement pour trouver des solutions, mais « les classes moyennes et/ou les propriétaires ne disposent d'aucune aide », au risque de voir à terme leur situation se dégrader, citant, par exemple : « Les propriétaires qui manquent de moyens pour l'entretien de leur appartement ou de leur maison entraînant une dépréciation de leur bien. »

D'autres propositions encadrées par l'Etat ont été évoquées, telles de « nouvelles constructions avec des quotas d'appartements destinés aux retraité-es » ou « la réalisation de lieux de vie spécifiques offrant des activités sportives et des prestations médicales ».

Cette dernière idée rejoint d'autres en lien avec une réflexion sur un « habitat offrant une mixité sociale et générationnelle », notamment par le biais des « coopératives d'habitation », pendant que d'autres



participant·es se verraient volontiers dans un « lieu de vie réservé aux seul·es retraité·es ».

Quels réseaux d'entraide quand on a une mobilité réduite ?

Une préoccupation notable des participant·es concernant l'espace public est liée à la mobilité. Pas tant sous l'angle d'un espace adapté à

une mobilité réduite, mais plutôt au niveau des prestations de soins assurant leur propre mobilité.

Le premier constat, et non des moindres, concerne « le manque de répertoire unique sur les aides possibles en fonction des difficultés rencontrées : à qui s'adresser dans l'éventail des institutions et associations ? Où trouver les bonnes prestations et ne pas se noyer dans toutes les informations ? ». Perdre du

temps dans les démarches ou risquer d'être mal conseillé·e nourrit une appréhension bien compréhensible.

Cet outil pourrait également être utile dans une optique de « prévention où l'on pourrait anticiper l'accompagnement des personnes atteintes d'une maladie dégénérative pour maintenir leur autonomie ». ■

FORUM
GENERATION
1947-1957





3

RESPONSABILITÉS

Le thème **RESPONSABILITÉS** a été abordé à travers les ateliers suivants : **Génération tampon** - Vendredi 12/10 à 11h30 avec Catherine, Elisabeth, Laurence, John, Georges, Philippe, Janine et Elvira. **Proche aidant, accompagner mes parents âgés : confiscation de ma retraite** Vendredi 13/10 à 12h00 avec Conrado, Marie-Louise, Marisette, Marie-Jeanne, Anna-Maria et Jacqueline. **Intergénérationnel** - Vendredi 13/10 à 13h00 avec Pierre, Jacqueline, Mireille, Hélène, Jane, Ursina, Charlotte et Martine. **Bénévolat et poursuite d'une activité professionnelle** - Vendredi 13/10 à 14h00 avec Christine, Gilbert, Marie-Hélène et Claude. **Comment interagir avec les migrants ?** - Vendredi 13/10 à 14h00 avec Gisèle, Cécile, Nicolas et Elisabeth. **Après nous le déluge ? Aîné-es et le climat : quoi faire ?** - Samedi 12/10 à 10h30 avec Hans Peter, Xavier, Christian, Anne-Marie, Claudine, Jean-Bernard, Armida et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.

HANS PETER GRAF

Militant activiste



les générations. Il faut arrêter de se stigmatiser les un-es les autres.

D'autant plus qu'il y a des signes très positifs, notamment une augmentation nette de la solidarité inter-générationnelle. Nous vivons de plus en plus vieux et héritons de plus en plus tard, alors que nos responsabilités s'étendent sur plusieurs générations. C'est assez paradoxal.

Il est important pour construire une nouvelle dynamique intergénérationnelle de dépasser la vision purement économique des coûts et des bénéfices. Cette vision est erronée car il y a des études qui démontrent que la majorité des +90 ans donnent encore davantage qu'ils ne reçoivent. Par ailleurs le capital humain, social, ne peut être estimé à l'aune de facteurs financiers simplistes, qui culpabilisent et stigmatisent une partie de notre population.

Le discours sur le « bien-vieillir » qui émane partiellement d'une bonne intention est lui aussi culpabilisant. La vie est inégale et le vieillissement l'est encore davantage. Chacun espère bien vivre, puis bien vieillir, mais lorsque cela devient un mot d'ordre pour être accepté-e dans la société, cela devient une injonction blessante.

Chaque génération rencontre ses difficultés. Je ne crois pas que nous ayons vécu plus facilement. On doit saisir les opportunités spécifiques à notre époque. Pour certain-es, les seniors ont eu la vie facile parce qu'il y avait le plein emploi et en même temps, nous avons subi une pression forte sur la performance. À l'inverse, on pourrait dire que les jeunes d'aujourd'hui ont un confort de vie du fait des biens matériels accessibles même avec un faible budget et une mentalité plus tolérante. Mais bien sûr toutes les réalités sont plus complexes et il y a des différences au sein d'une même génération parfois plus importantes qu'entre

MARTINE MOINE

Comptable jusqu'en 2004, concernée par l'injustice



J'apprends aussi à travers médias et reportages. J'avais moins de temps pour cela quand je travaillais.

L'intervention de la police m'a beaucoup interrogée sur les droits d'expression et civiques à Genève, lors d'une promenade pacifique « Tourisme du pire », organisée par « Breakfree ». De toute évidence, les autorités défendent un ancien paradigme : préserver le profit immédiat et soutenir des grands groupes de la finance quels que soient les coûts écologique et humain. Aujourd'hui, ces groupes doivent s'engager pour la planète sans « Greenwashing »... Il y a urgence climatique.

Je ne suis pas contre la finance et les entrepreneurs, mais contre cette course au profit en toute impunité en regard des conséquences écologiques, sociales et humaines qui mènent à la catastrophe.

Écoutons les jeunes qui réfléchissent et s'informent sur le mode inégalitaire de fonctionnement de nos sociétés et rêvent de nouveaux modèles. S'il y a changement, c'est la société civile qui l'initiera.

En attendant, je remercie la vie, ce matin je suis allée aux Bains des Pâquis pour les Aubes musicales et ai nagé. C'était magnifique. J'ai bien commencé la journée!

La retraite est une période bénie, bien sûr si nous n'avons pas de graves problèmes matériels ou de santé. Nous pouvons alors pleinement profiter de notre temps libre, nous divertir et aussi nous enrichir. L'Université du 3^e âge, le Mouvement des Aîné-es, le CAD et d'autres associations offrent de multiples possibilités : cours, sorties, réductions pour concerts et théâtre etc... Nous sommes libéré-es des contraintes et du stress liés au travail et autres situations comme l'éducation des enfants.

Je suis bénévole à « Public Eye » - anciennement Déclaration de Berne. J'apprends beaucoup au contact de jeunes militant-es qui sont très bien informé-es.

Le lien intergénérationnel a longtemps été avant tout motivé par la solidarité et les contraintes économiques. Au cours des dernières décennies, les ressources financières de chaque génération ont été prises en charge par l'Etat ou des sociétés privées. Ce modèle est en train de se déliter, les nouvelles et nouveaux retraité-es constituent bien malgré eux, une génération tampon, avec des responsabilités davantage morales que contraintes vis-à-vis de leurs aîné-es encore en vie et de leurs enfants parfois en situation précaire. Les baby-boomers sont également entré-es dans la retraite avec la ferme intention de rester des acteurs ou actrices de la collectivité et impliqué-es sur le terrain d'un comportement écoresponsable.

S'appropriier sa retraite, un défi à nombreuses inconnues

L'approche habituelle de la retraite se résume à une revendication de faire valoir sa « légitimité d'avoir une retraite tranquille. On doit moins et on peut davantage ». Cette aspiration apparaît donc très rapidement

naïve ou frustrante, tant les modes de fonctionnement entre conjoints sont eux-mêmes remis en question. Et ce premier constat : « Les deux conjoints ne partagent pas forcément les mêmes objectifs pour la

retraite, les mêmes besoins, le même rythme. Il faut apprendre à l'accepter, trouver des espaces individuels que l'on impose à l'autre sans craindre de le blesser et des espaces partagés où l'on maintient le dialogue et les fondamentaux du couple. »

Un participant au forum soulignait qu'il fallait accepter le temps du vide pour mieux découvrir ce que l'on n'attendait pas. Les éléments positifs ou appréhendés par anticipation ne prennent pas la même réalité une fois le contexte s'imposant comme irrémédiable, sans porte de sortie apparente. Les choses banales demandent des trésors d'adaptation où la culpabilité interindividuelle est là encore bien présente. Par exemple : « Le premier des conjoints qui prend sa retraite s'est déjà organisé et a occupé l'espace rendant plus difficile la place de l'autre. » Cette difficulté à pouvoir partager le temps

et l'espace conduit à la « nécessité de réaménager les liens affectifs au sein du couple et de renouer avec les liens des réseaux amicaux. Pour ce faire, il est de première importance de retrouver des projets communs au sein du couple. »

Vie sociale

Mais au-delà du couple, il y a les différents liens sociaux à maintenir et les baby-boomers ont exprimé essentiellement le souhait de trouver leur place dans la société civile, davantage qu'au travers de leur réseau d'amis. Ils espèrent mettre à disposition leur réservoir de temps avec l'objectif très clair de revendiquer d'« être à la retraite mais pas en retrait ! » D'ailleurs, le vocabulaire employé est volontiers encore en lien avec le monde du travail. « La retraite, c'est un job et il faut être efficace, tout en se préparant à accepter que la hiérarchie naturelle soit bouleversée. »

Il y a également la préoccupation de « trouver sa place et de la prendre, une place où on se sentirait utiles mais pas utilisé-es ». La notion de « plaisir » doit également figurer dans la démarche de transmission de leurs expériences.

Activités intergénérationnelles et bénévolat

Les baby-boomers sont préoccupé-es par l'idée de perpétuer le lien intergénérationnel et entreverraient bien « d'insérer davantage les seniors dans les maisons de quartier afin de valoriser l'interaction entre les jeunes et les aîné-es ». Un moyen efficace de lutter contre les discriminations et les préjugés. « Un respect mutuel entre les générations ne peut conduire qu'à une société meilleure, plus solidaire. »

Si le bénévolat, à ce titre, représente une démarche appréciable, il est aussi associé, pour certain-es,



à un engagement insuffisamment valorisé. Ils préféreraient des rapports « d'échanges de compétences pratiques (dépannages, bricolages), d'expériences ou de savoirs professionnels ».

Engagement dans les enjeux d'avenir

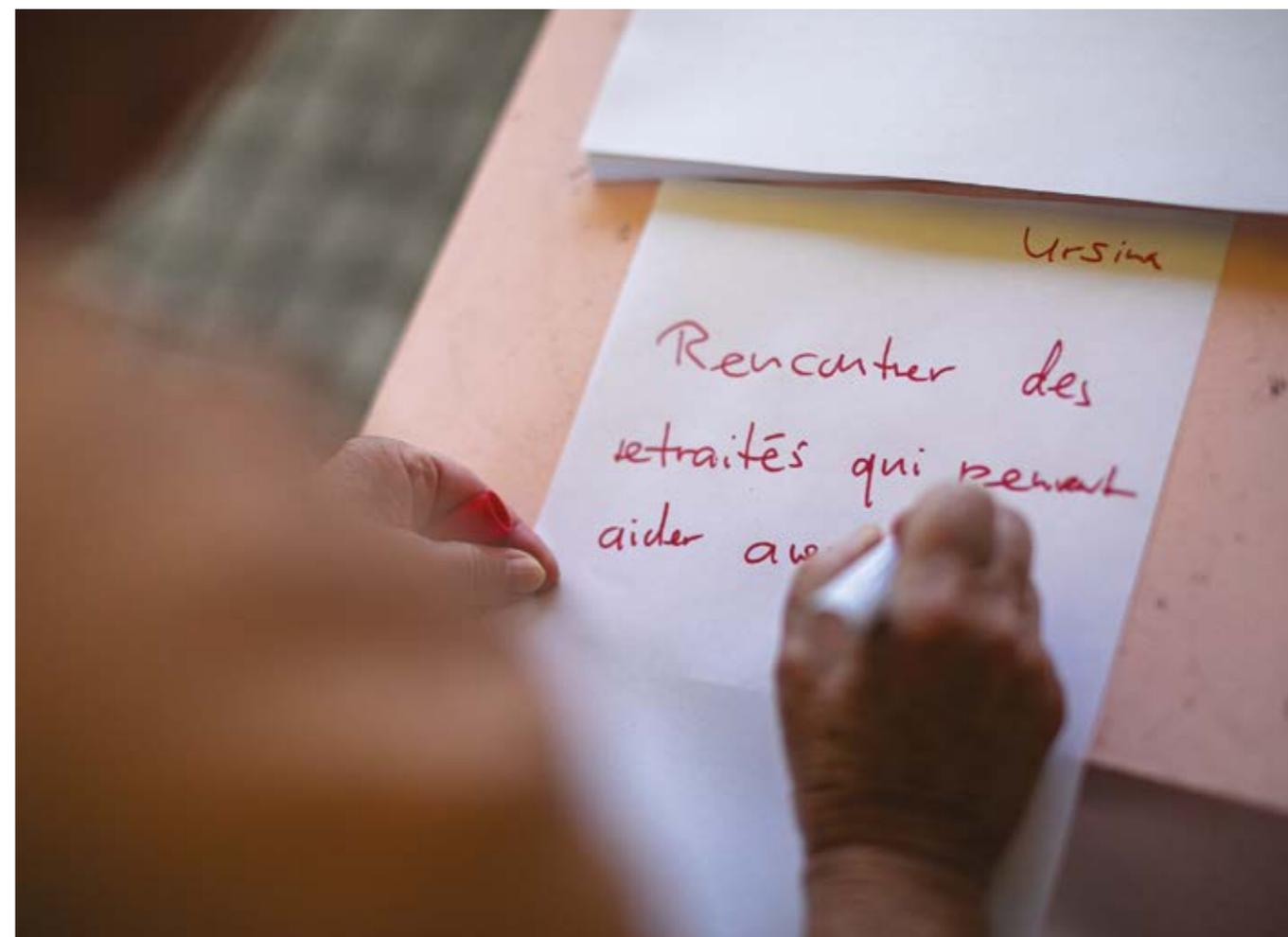
Pour la plupart des seniors présentes, les impacts de notre mode de vie sur l'environnement ont suscité une prise de conscience et pour beaucoup un réel engagement dans des pratiques respec-

tueuses de l'environnement. Les questions se posent de pouvoir « garder le confort comme avant ou renoncer ». Mais devant la « difficulté à concilier des logiques opposées entre satisfactions à court terme et impacts à long terme, il faut trouver un juste équilibre et ne pas renoncer aux plaisirs, simplement découvrir de nouveaux horizons ».

Convaincus que « les petits ruisseaux font les grandes rivières », les jeunes et futurs retraité·es se sentent investi·es du devoir d'exemplarité et se veulent altruistes pour

concilier leur engagement et leur désir de partage. « Il faut réinventer notre manière de vivre, agir maintenant, recycler, trier, poser des panneaux solaires, voyager à proximité, manger local et bio, voire végétarien. ». Le terrain politique est lui aussi fréquemment évoqué dans les pistes à suivre. « Bien voter, c'est élire les bonnes personnes, participer aux manifs et défendre les perspectives qui assureront un bien-être aux futures générations. Nous devons agir localement, là où nous avons une prise sur les décisions. » ■

FORUM
GENERATION
1947-1957





4

EXISTER

Le thème **EXISTER** a été abordé à travers les ateliers suivants : **Retraite, qu'est-ce qui change, comment s'adapter?** - Vendredi 12/10 à 14h00 avec Hélène, Hans Peter, Charlotte, Jean, Lauriane, Christine, Jean-Michel, Philippe et Joseph. **Où trouver toutes les informations pour les retraité-es?** - Vendredi 12/10 à 15h00 avec Maya, Pierre, Yves et Denyse. **Les difficultés du couple rencontrées lors de la retraite** - Vendredi 12/10 à 13h00 avec Antonio, Tania, Yvonne, Anne-Marie et Yves. **Place des aîné-es dans la société: être retraité-e ne signifie pas être vieux ou vieille** - Vendredi 12/10 à 15h30 avec Ursina, Jean-Michel, Italo, Mireille, Jacqueline, Philippe, Lyn et Maya. **Et l'amour? Comment se rencontrer et créer une nouvelle vie de couple?** - Vendredi 12/10 à 15h00 avec Armando, Jean-Marie, Bernard, Martine, Annalisa, Denyse et Martine. **Gérer son temps à la retraite. Loisirs, hobbies et vivre ensemble** - Samedi 13/10 à 11h30 avec Joséphine, Zakari, Michel, Kadiratou, Antonio, Roland, Myriam, Nicole et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.

MICHEL MISREZ

Indépendant à la retraite



repères, mais on tombe vite dans la servitude et l'on perd notre faculté à prendre une distance et à pouvoir tisser des liens avec autrui dans l'empathie. Et éventuellement à pouvoir l'aider.

L'ainé-e doit pouvoir continuer d'exister pour être en mesure de transmettre et de rester un acteur ou une actrice. Apprendre aux autres à se remettre en question. Croire implique des biais réducteurs. Comme disait Spinoza : « Croire qu'une chose est vraie, c'est nécessairement croire que son contraire est faux. ». La vérité doit se démontrer mais non pas s'imposer, surtout pas par la force et la morale.

On sait aujourd'hui que les médias principaux appartiennent à des milliardaires. Il faut qu'on apprenne à l'école aux enfants à croiser les informations afin d'avoir un esprit critique. C'est mon vœu le plus cher.

Si la personne est consciente d'elle-même, elle augmente sa présence au monde et fait ressentir à son entourage la quiétude et la paix.

Il y a un historique de la personne. Elle doit avoir conscience d'exister et de ne pas pouvoir vivre seule. L'autre est très important. Il faut comprendre son propre déterminisme et celui de son entourage. Le droit d'exister est un impératif mais aussi le devoir d'exister pour ses proches. Il y a une éthique de conviction et de responsabilité.

L'éducation intellectuelle est également indispensable pour transmettre, pour revendiquer sa liberté. En cela, il faut également savoir faire fi de ses passions futiles. Grâce à cela, on sculpte sa propre statue et on crée nos propres opportunités. À la retraite, on peut être envahi-e de passions et de plaisirs qui deviennent nos

CATHERINE BERNASCONI-FRANCHET

Trésorière de la PLATEFORME des Associations d'ainé-es de Genève



Les faits aujourd'hui me donnent raison et c'est une grande satisfaction. Il y a les habitué-es, bien sûr, avec celles et ceux qui gravitent régulièrement autour. On peut compter également sur beaucoup de participant-es fidèles du district de Nyon pour certains des événements, par exemple les « Savoureux Dimanches » qui sont organisés quatre fois par année en collaboration avec Pro Senectute, la commune et les restaurateurs du coin.

Notre association est devenue le cœur d'un réseau de seniors et j'ai pu développer à travers elle des liens privilégiés avec les autorités communales, le cabinet médical, la paroisse, la pharmacie et autres commerçant-es du village. Ce réseau intervient auprès des seniors pour prendre des nouvelles des un-es et des autres, se soutenir mutuellement et lancer l'alerte au besoin. J'ai beaucoup de plaisir à rechercher de nouvelles personnes ressources qui peuvent nous ouvrir sur des activités originales et plus adaptées aux jeunes seniors. L'autre jour, j'ai assisté en passant à un cours de zumba et j'ai approché le jeune professeur pour lui demander s'il était possible d'en faire une version moins tonique pour des personnes plus âgées. Il a souri et s'est enthousiasmé pour le projet en acceptant tout de suite et en préparant une « chorégraphie » pour les seniors lors d'un prochain repas-dansant.

Et Catherine de conclure : « Vieillir est une chance, non une certitude... Alors profitons-en ! »

Comme je vieillis bien, je peux m'occuper des autres. Et j'aime ça. Quand je me suis installée à Genolier, il existait un « Senior Club » qui datait de 30 ans et qui arrivait un peu à bout de souffle. Les trois membres du comité, d'honorables octogénaires, ont annoncé dans le journal de la commune la cessation de leur activité. Un élu local m'a contactée pour envisager ce qui pouvait être fait. La commune qui compte 1'800 habitant-es ne dénombre en effet pas moins de 400 ainé-es.

Nous avons lancé un appel aux seniors pour une réunion et 70 personnes se sont présentées. J'ai compris qu'il y avait une véritable demande et j'ai accepté de reprendre le club mais selon mes sensibilités, en variant et en actualisant les activités.

L'image de soi est en grande partie tributaire du rôle que la société vous attribue et l'attachement à cette société est bien souvent conditionné par les attentes placées en vous. Or, sitôt la retraite arrivée, la société vous libère des devoirs productivistes et vous invite à couler des jours discrets. Le ou la retraité-e, qui se voit affublé-e d'un qualificatif réducteur et péjoratif (littéralement « celui ou celle qui s'est retiré-e ») est placé-e malgré lui ou elle dans une catégorie de population des plus diverses socialement, économiquement, culturellement. Retraité-e, il vous est demandé de vous fondre dans cette foule hétéroclite, au mépris de votre identité, votre parcours, vos rêves et vos potentiels.

« La retraite, un *no man's land* d'idées reçues » ou « le poids des mots contre le poids des années »

En regard de la société, l'âge est un puissant marqueur de notre identité personnelle et le passage à la retraite atteste de la baisse de productivité. En réalité, c'est une convention économique sans lien avec la vitalité de l'individu. L'âge subjectif semble beaucoup plus fondamental. « Être rentier-ère ou retraité-e, ce n'est pas la vieillesse. Nous continuons à nous sentir jeunes, mais le regard porté sur nous nous taxe de vieux ou de vieille. Nous ne sommes ni vieux, ni jeunes et n'appartenons à aucune catégorie; d'ailleurs la société ne reconnaît aucun projet pour nous. Seules les pharmas et les entreprises de cosmétiques s'intéressent à nous ».

« Sommes-nous au 3^e âge, une période de grande liberté où notre contribution à la société dépasse largement les coûts occasionnés, ou au 4^e âge, soit à l'âge des vrais vieux, ce que les anglais appellent les *oldest old* ? »

Notre société valorise et ne reconnaît que les individus surfant sur la réussite et progressant économiquement et professionnellement. Un-e retraité-e se trouve automatiquement disqualifié-e de cette échelle de valeurs et quoi qu'il ou elle entreprenne, une passion intellectuelle, du bénévolat, sera toujours considéré avec condescendance et au mieux comme quelqu'un qui tente de s'occuper intelligemment. Si un rôle était dévolu plus clairement aux seniors qui s'enrichissent de connaissances, de réflexions et de liens sociaux, ils ou elles seraient vus bien différemment par leur apport en temps et en approches philosophiques de la vie.

Inégalité de traitement et sentiment d'injustice

Le passage à la retraite constitue une étape à laquelle « tout le monde n'est pas préparé » et ne dispose pas des mêmes moyens. L'inégalité entre individus durant la vie active s'accroît à l'heure de la retraite. Pour pallier cette inégalité, il n'existe que très peu « de formations *ad hoc* » et il y a un manque patent « d'informations disponibles » dans certaines communes du canton.

Beaucoup de retraité-es se retrouvent avec un revenu très bas, du jour au lendemain, et ne bénéficient pas d'aide ou de services spécifiques. Toute autre catégorie d'âge dispose de ce type d'aide, y compris les personnes très âgées, mais les jeunes retraité-es ont le sentiment d'être « abandonné-es » et cela renforce le « sentiment d'isolement ».

Le 3^e âge est une « génération sandwich où l'on se retrouve parent de nos parents, de nos enfants et de nos petits-enfants. Nous avons beaucoup de devoirs et peu de droits sans être pour autant l'objet de reconnaissance ». « À qui la responsabilité d'une personne vieillissante : l'Etat ? La famille aidante ? Ne devrait-il pas

exister une forme de défraiement, de défiscalisation ? »

Nouveau réseau et convivialité

Beaucoup de baby-boomers expriment leur volonté de poursuivre une activité professionnelle au-delà

de l'âge de la retraite. « Une enquête menée aux Etats-Unis il y a 40 ans déjà sur l'occupation des retraité-es a révélé qu'une grande partie continue à exercer une profession » et à produire des richesses. Ce modèle est très attractif pour les nouvelles et nouveaux retraité-es.



Le bénévolat est également largement plébiscité en tant que moyen de « proposer nos compétences et de s'investir à réduire les discriminations multiples contribuant à une société meilleure ». Un terme revient souvent aux lèvres des participant-es : « activités intergénérationnelles », c'est-à-dire toutes activités permettant une transmission des savoirs auxquels sont sensibles tous les individus soucieux de partager leurs expériences et leurs techniques.

L'absence de rôle défini pour les jeunes retraité-es par notre société

nécessite une volonté supplémentaire pour la mise en place de structures offrant ce type de partage. « Nous sommes dans les limbes, perdus entre les générations. Pourrions-nous être des médiateurs entre les générations ? Or il n'existe pas de projet politique formulant une mission aux jeunes seniors. »

L'exemplarité

Une préoccupation toujours présente parmi les participant-es au Forum : « aider la jeune génération à être et devenir dans cette société en pleine mutation », une action

ayant pour corollaire une obligation d'exemplarité.

« Que peut-on amener comme idées aux jeunes sur ce qui est bon et mal dans les nouvelles évolutions technologiques ? Ou est-ce à nous de trouver les solutions pour faire passer les valeurs fondamentales à la nouvelle génération dans le respect de la vie » sont des questions qui ont été évoquées. L'aspiration sous-jacente étant d'apporter un recul bénéfique par rapport aux besoins futiles et essentiels. ■

FORUM
GENERATION
1947-1957





5

LE SENS DE LA VIE

Le thème **LE SENS DE LA VIE** a été abordé à travers les ateliers suivants : **N'est-il pas venu le temps du dépouillement ?** - Vendredi 12/10 à 13h00 avec Ursina, Martine, Patrick, Pierre, Claudine, Denyse, Jean-Marie et Bruno. **Apprendre à ne rien faire ; faut-il s'agiter pour exister ?** - Vendredi 12/10 à 16h00 avec Martine, Anne, Gisèle, François, Gilbert, Eric, Marie-Josiane, Yves, Bernard, Pierre et Martine. **Nouveau réseau et convivialité** - Vendredi 12/10 à 14h00 avec Denyse, Pierre-Alain, François, Gilbert, Janine, Catherine, Ven-Hieu, Nicole, Lauriane, Yvonne, Annalise et Josiane. **Rigoler plus** - Vendredi 12/10 à 15h00 avec Annelise, Nicole, Hasmig et Denyse. **Comment donner du sens à ces nouvelles étapes de la vie ?** - Vendredi 12/10 à 16h00 avec Pierre-Alain, Claudine, Jane, Rita, Olgatte, Martin, José et Pierre. **Comment optimiser ce temps hors du Faire pour augmenter la qualité d'Être ?** - Vendredi 12/10 à 16h00 avec Kate, Michel, Manou, Jacqueline, Armando et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.

JANE SCHURTZ-TAYLOR

Juriste spécialisée dans la propriété intellectuelle



il a fallu passer par une dérogation au vu de mon âge. C'est étrange de sentir les portes se refermer du jour au lendemain...

La retraite, très anticipée par beaucoup de monde, était pour moi et pour d'autres personnes avec qui j'ai eu l'occasion d'en parler, non seulement une perte de repères mais aussi une perte sèche en termes financiers. N'oublions pas que la LPP n'existe que depuis 1986 et que bien des baby-boomers n'ont pas pu cotiser pleinement. Et je ne parlerai pas des femmes divorcées...

J'ai expliqué, lors du Forum ouvert, le principe du portage salarial. C'est une forme de relation de travail relativement récente proposée par des entreprises, souvent orientées sur le conseil, l'audit, la communication, la formation, qui vous emploient le temps d'un ou plusieurs mandats en tant que salarié-e et qui gèrent également vos factures et charges sociales. Ce type de cadre de travail pourrait être davantage développé, même s'il existe déjà quelques entreprises de portage salarial à Genève.

Les retraité-es d'aujourd'hui ont davantage de mobilité et de vitalité que les générations précédentes. Ils vivent également plus longtemps. Ils ou elles n'ont pas envie de se voir privé-es, en tant qu'adultes, de leur capacité à agir, à s'investir dans des projets. Malgré cela, dès que l'on ne peut plus assumer son indépendance, l'EMS est à peu près la seule vision d'avenir laissée aux retraité-es. Cette vision, quelque peu dépassée, me laisse avec un sentiment d'appréhension.

Cette journée passée au Forum ouvert m'a appris beaucoup de choses. J'ai pu y confronter ma vision avec celle des autres. Il se dégageait assez vite deux catégories de personnes : celles qui sont heureuses d'être à la retraite et qui ont pris le parti d'en profiter et celles qui regrettent d'être éloignées du marché du travail, dont moi-même. C'est pourquoi je me suis davantage impliquée dans la thématique du travail pour les retraité-es, qui rejoint celle plus générale d'exister pour soi et pour les autres.

Le jour où j'ai pris ma retraite, j'ai travaillé jusqu'à 19h00 car j'avais promis de terminer un dossier. Le lendemain, quand je me suis réveillée, je me suis retrouvée sans identité. C'était extrêmement dur. Par chance, on m'a proposé de remplacer un professeur à 50% à l'Université pour une période de 4 mois. Mais là,

BRUNO MIQUEL

Pasteur à la retraite



Le sens de la vie, en général, est plutôt d'ordre biologique et impose sa logique inéluctable de mort. Mais il y a également le sens de ma vie, celle dont je suis responsable. La vie, on la reçoit et ma première réaction est de dire merci. Après, elle prend des tournures que vous infléchissez ou non. Elle est comme une boîte de chocolats à plusieurs étages qu'on découvre petit à petit.

Dans le texte de la Création, tout est préparé pour accueillir l'humain. De cette métaphore, il y a une interprétation possible : on propose à l'humain le jardin d'Eden, le bonheur et on lui confie le jardin, on l'en rend responsable. Dans ce texte écrit par un contemplatif, il résume les valeurs fondamentales : aimer, être aimé-e et responsable. Il invite à prendre le temps de voir qu'il y a des étoiles, la vie, le temps et les autres.

La pandémie a obligé les gens à regarder autour d'eux et à remarquer ce qu'il y avait de beau et aussi de dire à l'autre « prends soin de toi ». Cette pause a été salutaire sur bien des plans et démontre la nécessité permanente de savoir s'arrêter un moment pour écouter et s'écouter.

Le sens de la vie, c'est la vie. Là où tu vois que la vie s'en va, il faut en remettre. La vie ne peut pas être emprisonnée car elle est libératrice. Il faut apprendre à la libérer en soi et aider les autres à la libérer à leur tour.

Le sens de la vie est une question qui se pose déjà à l'adolescence. Pour avoir accompagné beaucoup de jeunes, l'interrogation : « pourquoi être sur Terre ? » est souvent présente dans les discussions. Cette quête existentielle est fondamentale et on a souvent bien tort d'attendre la retraite pour la sonder. Elle devrait nous accompagner et nous guider tout au long de notre vie.

Lors de mes visites dans les EMS, parfois les gens pleuraient, ne comprenant pas pourquoi ils connaissaient une telle déchéance et anxieux devant ce qui les attendait. J'étais triste devant la pauvreté de la vie que certain-es avaient vécue. Et cela suscite presque une colère devant l'absence d'investissement dans sa propre vie qui touche beaucoup d'entre nous.

Le passage à la retraite, vécu comme une délivrance ou une punition selon l'intérêt porté à son emploi, est l'opportunité de se poser des questions fondamentales, libérées des carcans professionnels, sociétaux et éducatifs. « Réussir à se dédouaner de la personnalité qu'on s'est construite et tendre vers ce que l'on est vraiment dans notre qualité d'être profond. »

La retraite, comment s'adapter ?

Comme dans un rêve étrange, vous vous réveillez un matin et regardez les rues, les gens, votre appartement. Tout est normal et pourtant...

vous êtes à la retraite. Comment conserver ce lien avec votre environnement ou en créer de nouveaux pour vous l'approprier vraiment ?

Dans cet atelier, tout l'éventail des changements et des pistes à développer à titre individuel a été abordé

pêle-mêle, mettant en avant la perception générale que le passage à la retraite constitue un bouleversement majeur et que la tâche de s'approprier de nouveaux repères n'est pas une chose aisée.



N'est-il pas venu le temps du dépouillement ?

Conscient-es d'avoir été toute leur vie dans la servitude de contraintes et de déterminismes, les participant-es admettent la nécessité de remettre en question les balises qui les ont suivi-es durant leur vie professionnelle pour commencer « *un autre cheminement* ». Pour cela, ils ressentent le besoin de « *se décharger, se désencombrer* » en hiérarchisant les vraies valeurs auxquelles ils tiennent telles : « *Les proches et les liens avec ceux-ci, la santé, garder, voire renforcer son identité et enfin donner et partager avec les autres.* » La conclusion s'est imposée d'elle-même : « *Donner un sens à sa vie, à la vie et être dans la transmission.* ».

Apprendre à ne rien faire

Contrairement à l'intitulé, l'objectif n'est pas de cultiver l'oisiveté mais

plutôt de se libérer des modèles suractifs, propres à entretenir l'illusion d'être toujours dans le circuit. Non, la retraite doit être le moment du tri entre le nécessaire et le futile, par le biais de la contemplation, la réflexion et les bons moments tout simples. « *On redevient humain en quittant le professionnel, mais on ne nous apprend pas à « être » humain.* »

Le passage à la retraite suscite « *la peur du vide* ». Ce vide doit être apprivoisé, bénéfique, car source de réflexions et de créativité. « *La créativité ne vient pas de l'agitation.* »

Apprendre à ne rien faire, c'est prendre le contre-pied de notre longue éducation qui « *ne nous a appris qu'à faire* ». Dorénavant, il faut « *apprendre à regarder, à comprendre, à écouter et à être* ».

Paix et sagesse

C'est le statut social du « sage » envié de nombreux aîné-es dans la plupart des sociétés non occiden-

talisées. Ce statut doit être reconquis ici pour soi et pour les autres. « *Pourquoi attend-on si longtemps pour travailler cette sagesse en nous et ne la transmettrions-nous pas à nos petits-enfants, au lieu de leur inculquer les principes éducatifs normatifs ?* » Le temps et la disponibilité soigneusement choisis pour les autres est « *le plus beau cadeau* ». À cela découle cette évidence : « *Ne pas se sentir coupable de s'occuper de soi-même. Tout ce que je fais pour moi, les autres en profitent aussi.* » ■



6

MORTEL

Le thème **MORTEL** a été abordé à travers les ateliers suivants : **Et ma mort, alors ?** - Vendredi 12/10 à 14h00 avec Lauriane, Bruno, Pham Ven-Hieu, Kate, Manou, Elvira, Martine, Pierre, Fernand, Nicolas et Pierre. **Prise de conscience de la fin de vie** - Samedi 13/10 à 11h00 avec Xavier, Pierre, Mabel, Graziella, Pierre, Marie-Noëlle, Hans Peter et les autres contributeurs et contributrices qui ont papillonné d'atelier en atelier.



je ressens toujours le besoin d'aller les voir. Je me demande où est la personne quand je suis devant le corps.

Quand mon père est décédé, on l'a gardé à la maison sur un matelas réfrigéré et on l'a nettoyé et changé avec mon frère. Les gens du village venaient. On buvait des coups.

Lors d'une exposition intitulée. « La mort à vivre » et réalisée par le sociologue Bernard Crettaz au Musée d'Ethnographie, beaucoup de visiteurs et visiteuses ont été bouleversé-es de ne pas connaître les rituels de la mort. Le sociologue a reçu de nombreux appels de gens qui lui demandaient comment faire. Cette expérience lui a donné l'idée de créer les « cafés mortels » où il était possible de discuter de la mort au bistrot. C'était au début des années 2000. Aujourd'hui, plus encore, on occulte la mort.

A partir de l'âge de 50 ans, j'avais bien compris et senti que je passais de l'autre côté. Issu d'une culture fribourgeoise qui n'occultait pas la mort, on allait voir les défunt-es, les embrasser. Encore aujourd'hui



Derrière la peur des aîné-es de mourir, il y a la projection de nos propres craintes que nous voulons occulter. S'il est une raison évidente de la mise à l'écart de la population du 3^e âge dans notre société, c'est bien la volonté de cacher aux yeux de tous et toutes cette antichambre du vieillissement, de la maladie puis de la mort, des valeurs contreproductives pour notre économie basée sur l'insouciance et le culte de la jeunesse et du mouvement. Les baby-boomers ne sont pas vieux ou vieille et loin encore objectivement de cette situation. Pourtant, ils ou elles ont bien intégré ces déterminismes et s'en préoccupent déjà comme une étape administrative dont il faut désormais s'acquitter. À cela s'ajoute souvent le début de la grand-parentalité qui ravive la préoccupation de rester en vie et en bonne santé pour être présent-e pour les petits-enfants.

Prise de conscience de la fin de vie

Les participant-es n'étaient pas toutes et tous d'accord sur la pertinence de se poser déjà cette question. « Faut-il dès maintenant s'y préparer ou vivre pleinement sa vie jour après jour ? »

Les partisan-es d'une préparation à la mort évoquent : « Le souci de mourir dans la dignité au-delà des prestations proposées par EXIT, c'est à dire par un accompagnement, une acceptation, une préparation par des directives anticipées et dire adieu, avoir le temps de dire adieu. »

Les partisan-es de la vie pleine jusqu'à la fin n'évacuent pas la question mais souhaitent l'intégrer au fur et à mesure du déclin ou du décès de proches tout en s'imposant d'exister avec détermination dans son cadre de vie.

Et ma mort, alors ?

La peur de l'inconnu et de la souffrance « doit être atténuée par la connaissance de lieux ou de moyens pour agir sur la douleur. La souffrance peut être analysée et comprise pour pouvoir se mettre en paix avec soi-même et les autres ».

Les autres, justement, comment les préparer lorsqu'il existe « dans certaines familles une omerta ? ». Les directives anticipées peuvent « mettre en mots les enjeux et préparer ceux qui vont rester. ». La peur de laisser, d'abandonner celles et ceux qui vont nous survivre est très forte. « Il faut aménager les relais pour nos proches, les mettre en lien pour enlever la peur de les abandonner. » ■

FORUM
GENERATION
1947-1957





LES ATELIERS PROPOSÉS PAR LES PARTICIPANT·ES : 1. Retraite, qu'est-ce qui change, comment s'adapter ? - 2. Comment voyager pas cher ? - 3. Logement - 4. Génération tampon - 5. N'est-il pas venu le temps du dépouillement ? - 6. Apprendre à ne rien faire ; faut-il s'agiter pour exister ? - 7. Comment optimiser ce gain de temps hors du faire pour augmenter la qualité d'être ? 8. - Proches aidants : confiscation de ma retraite ? Accompagner mes parents âgés, où est ma retraite ? - 9. Transition, Entrepreneur avant et pendant la retraite... - 10. Voyager - 11. Intergénérationnel - 12. Comment gérer le départ des enfants ? - 13. Où trouver toutes les informations pour les retraité·es ? - 14. Nouveau réseau et convivialité - 15. Paix et sagesse - 16. Comment aider la jeune génération à être et devenir dans cette société en pleine mutation - 17. Rigoler plus - 18. Et ma mort, alors ? - 19. Bénévolat et poursuivre une activité professionnelle - 20. Les difficultés de couple rencontrées lors de la retraite - 21. Comment interagir avec les migrant·es ? - 22. Place des aîné·es dans la société : être retraité·e ne signifie pas être vieux ou vieille - 23. Comment donner du sens à ces nouvelles étapes de vie ? - 24. Garder le sourire, éviter le tamalou... - 25. ET L'AMOUR ! Comment se rencontrer et créer une nouvelle vie de couple ? - 26. Quels réseaux d'entraide quand on a une mobilité réduite. - 27. Après nous le déluge ? Aîné·es et le climat : quoi faire ? - 28. Argent manquant / Budget - 29. Voyages en camping-car et autres - 30. Lien entre les gens - 31. Continuer de travailler - 32. Prise de conscience de la fin de vie - 33. Le couple à la retraite - 34. Les coûts de la maladie explosent, comment y remédier ? - 35. Gérer son temps à la retraite. Loisirs, hobbies et vivre ensemble.

114 PARTICIPANT·ES Un grand merci aux participant·es : ABDOU Olgatte - AGUS Armando - ALBERTONI Rita - ALLEN Denyse - ALVAREZ Maria-Luisa - ANDREI Gabriela - ARIÉ Denyse - BALAHOCZKY Mireille - BARBARO Antonio - BENCKER Jeanne - BENCKER Horst - BERBERAT Janine - BERETTA Armida - BERNASCONI FRANCHET Catherine - BERNHARD Lyn - BERSIER Marie-Jeanne - BERTOMEU Conrado - BOSSART Marisa - BOUQUET Fernand - BOVY Martine - BRUGI Nair - BRUNSCHWEILER Mabel - BUISSON Bernard - CABRERA Maria de los Angeles - CARDENOSO Marie-Cécile - CARDENOSO Xavier - CARLUCCI Christine - CARRIER Nicole - CATALANO Cécile - CHABLE Pierre-Alain - CHAMOREL François - CLERC MARTIN Lauriane - CONTERIO Yves - CORMIN-BOEUF Claudine - CORMINBOEUF Jean-Bernard - COSTE Jean-Samuel - CRAMER Jacqueline - CUTLER John - DAJGH Chaokouh - DEBONNEVILLE Nicole - DE COULON Laurence - DELL'ACQUILA Pietro - DERMANE Zakari - DERMANE Kadiratou - DESPONDS Michel - DUVERNAY Marie-Noëlle - ECUYER Gisèle - EGUSQUIZA Myriam - EPINEY Pierre - EXCOFFIER Hélène - FORTIS Roland - FRANCHET Philippe - FREY Christian - GACHET Nicolas - GALEAZZI Gilbert - GILLIERON André - GRAF Hans Peter - HANSEN Yvonne - HARMER Kate - HASLER Marie-Louise - HERITIER LACHAT Anne - HERMENJAT Monique - HERMENJAT Eric - HERZIG Annalise - HIGELIN Vilma - HURNI Eliane - KAUFMANN Anne-Marie - LACROIX Patrick - LAMBERCY Yves - LAMBERCY Marie-Josiane - LETIZIA Giuseppe - LEUENBERGER Marie-Hélène - LOETSCHER Joseph - LONGET Claudine - MATUTE Nelson - MAURY Rosita - MERCIER ESTAVELIS Christine - MIQUEL Bruno - MISREZ Joséphine - MISREZ Michel - MOINE Martine - MUSILLO Italo - NICOLA Ursina - NICOLET Yvan - ORELLI Pierre - PASQUIER Charlotte - PATELLA Anna-Maria - PEREZ Jean - PERNECKER Claudine - PERROTHON Jean-Michel - PERROTHON Christine - PHAM Cong-Hoa - PHAM Ven-Hieu - PROGIN Jean - RAFFENEL Jean-Marie - REGUEIRO Marie - RIBEIRO Antonio - RINZA Elisabeth - RODRIGUEZ Josepha - RÖLLI Elvira - ROSSONI Graziella - RUCHAT Martine - SCHAEFFER Hasmig - SCHURTZ-TAYLOR Jane - SOUTO Carlos Joao - STAHELI Marianne - STALDER Maya - STEIGER Pierre - TARDY Jacqueline - THORIMBERT Jean-Michel - TRIPPEL Martin - VERDANNET Philippe - VILLEDIEU Claude - WAEBER Manou - WIDMER François - ZURCHER Claude, ainsi qu'à toute l'équipe du CAD.

© Hg/CAD-Actions seniors

Reproduction autorisée en citant la source

PDF à disposition sur www.hospicegeneral.ch

Vidéos : CAD Actions seniors Genève - Youtube

Rédaction : Chamorel François

Photographies : Antoine Tardy

Novembre 2021 – 1'000 exemplaires © Hospice général

Retrouvez-nous sur www.facebook.com/CAD.seniors

Impression : ATAR Genève



Mieux vivre ensemble à Genève

hospicegeneral.ch



Avec le soutien de la République et canton de Genève