

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 4 (1974)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Vieillir rend-il vieux? : volonté de vivre...  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830105>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.12.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Vieillir rend-il vieux ?

*Volonté de vivre...*

« Il faudrait que se développe chez les personnes âgées elles-mêmes la **volonté de vivre** un Troisième Age heureux et fécond, en employant à cette fin tout le potentiel qu'elles ont acquis. Nous savons qu'il y a des individus pour lesquels le passage du Deuxième au Troisième Age se fait très harmonieusement, qu'il existe une sorte de jointure entre un système de vie donné et celui qui va suivre. Mais très souvent, le moment de la retraite venu, un certain repos et un certain « dolce farniente » paraissent très séduisants. On ne se rend pas compte que la conséquence en est très rapidement l'installation dans l'ennui, dans un sentiment d'inutilité, dans l'isolement, et que ces facteurs conduisent fatallement à l'usure, au déprérissement physique et moral, à une désespérance passive d'où l'on se dégage extrêmement difficilement. C'est contre cet écueil qu'il faut lutter.

» Dans cette optique, la préparation au changement brusque ou latent qu'entraîne la retraite acquiert toute son importance et devrait être présente à l'esprit dès la jeunesse. Penser longtemps à l'avance à un violon d'Ingres, à des « hobbies », aux rêves et aux possibilités que la cessation du travail professionnel peut permettre de concrétiser devrait se faire, et de façon continue. Ainsi, c'est à 20 ans qu'il faut songer à la quarantaine, c'est à 40 ans qu'il faut prévoir la soixantaine, puis se préparer à l'étape suivante — celle des quatre fois vingt — pour enfin poser sa candidature à son propre centenaire !

» Aussi, pour rester en forme à quelque âge que ce soit, et quelles que soient les mutations, tant personnelles que sociales, il est indispensable de conserver une occupation. En s'adaptant au fur et à mesure aux nouvelles situations en dépit des soucis, en dépit des infirmités, on atteint à une excellente santé morale et physique. Bien souvent la préparation à la retraite est difficile en raison de l'attitude générale concernant le concept du vieillissement. La plupart des gens préfèrent se conduire comme des autruches, mettre la tête dans le sable en disant qu'il



Le sourire de la chanteuse Joan Baez ou la rencontre de deux âges.

sera bien temps plus tard. Et puis, du jour au lendemain ils y sont sans avoir rien préparé. »

## Philosophie du Troisième Age

« Quoi qu'il en soit, la vieillesse est devenue un problème social dans notre société et c'est là je crois la raison pour laquelle la gérontologie et la gériatrie — même si elles ne l'ont pas su ou compris elles-mêmes d'abord — sont nées comme des disciplines neuves, parce que le problème auquel il fallait s'attaquer était neuf, et non pas simplement pour avoir des moyens nouveaux. Si on regarde de près les travaux des gérontologues, on constate que la gérontologie, dans le moment même où elle croit s'affranchir des opinions communes, reste encore très souvent inconsciemment tributaire de préjugés qui sont ceux de notre époque. La plupart des gérontologues sont encore trop souvent portés à voir uniquement dans le vieillissement les aspects de déclin ou de détérioration, et s'attachent davantage à mesurer ces détériorations (qui sont réelles d'ailleurs) qu'à chercher à discerner et à valoriser les éléments de compensation et d'épanouissement qui peuvent exister dans l'avance en âge. Ils sont aussi trop portés à voir comme objet de leur étude les problèmes de la vieillesse et des vieillards, alors qu'à mon avis la perspective juste consiste à voir l'avance en âge par rapport à l'ensemble de la vie. Aucun problème d'un âge quelconque ne peut se bien comprendre si on ne le rapporte aux étapes qui précèdent et à celles qui suivent. Les âges de la vie doivent être étudiés comme un tout et la gérontologie doit devenir la science du vieillissement à travers toute la vie et non pas la science de ce qui serait une catégorie dans la société : les vieillards. C'est d'ailleurs vrai non seulement pour des raisons intellectuelles, mais pour des raisons pratiques. »

(Extraits de « Vieillir rend-il vieux ? », cahiers CREDIS, route de la Chapelle 22, 1212 Grand-Lancy/GE  
Prix de l'ouvrage: Fr. 10.—).