

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 20 (1990)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Perspectives : les pièges du temps libre

#### **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:** 13.01.2026

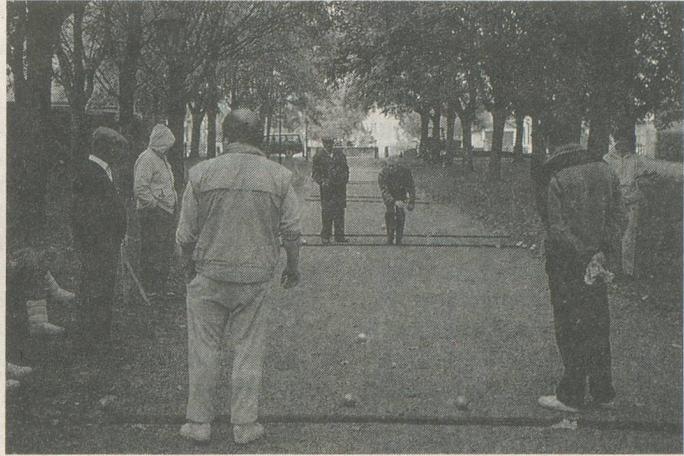
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Toujours plus de temps libre, de loisirs, de vacances et de jours fériés: le rêve s'est largement réalisé en Suisse et ailleurs, mais il n'est pas rare aussi, devant ce nouveau phénomène, de ressentir une certaine angoisse. C'est qu'il s'agit maintenant de trouver de quoi remplir tout ce temps-là. Et de bien le remplir. Car la société, impitoyable, édicte des lois: il faut tirer un maximum de nos loisirs. Nous n'avons *pas le droit* de rater nos temps libres. Dans certaine mesure, les aînés se retrouvent souvent, à l'âge de la retraite, confrontés à la même question.

**LILIANE PERRIN  
PERSPECTIVES**

Les cours de préparation à la retraite, qui ne datent pas d'aujourd'hui, confrontent avec intelligence et efficacité ceux qui se trouvent encore pour quelque temps dans le monde actif (du travail rémunéré) avec la perspective de se trouver avec un capital-temps à remplir coûte que coûte. Le fait de prendre conscience de ce passage difficile et de s'y préparer est déjà un grand pas en avant. Car nous retrouvons là l'impitoyable société moderne: il est de plus en plus difficile de poursuivre des activités normales une fois atteinte celle qu'on appelle, dans l'administration, «la limite d'âge». Il n'est pas toujours bien vu qu'une personne ayant atteint 65 ou 62 ans continue à travailler. (Dans les grandes entreprises, l'éventualité n'existe même pas. On est mis sur la touche dès le

## Les pièges du temps libre



mois qui suit notre anniversaire, et peut importe que l'on était justement en train d'atteindre une expérience précieuse pour tous!). Ceux qui sont à leur compte ont davantage de chances de poursuivre leurs activités.

Reste que la majorité se trouve dans l'obligation de s'en aller. Il faut être juste, parfois avec soulagement. Mais l'univers dans lequel on entre alors est **un autre monde**. Dans lequel il faudra jouer des coudes... si l'on veut rester dans le coup. Là entrent en jeu les différentes associations et clubs d'aînés, qui permettront aux désorientés de ne pas se résigner, ni se retirer dans leur coquille!

### Vive la joie!

Ceci dit, il existe aussi une importante catégorie d'aînés qui s'accommodent fort bien de leur retraite. On les retrouve au bout de quelques années bien im-

plantés dans leur temps libre, avec plein de choses à faire qui ont nom: sorties, agapes, verrées, excursions, stamms divers et bien heureusement aussi, forces réunions et repas de famille, avec enfants et petits-enfants. Et, comme on s'habitue assez rapidement à ne plus se stresser, à ne plus avoir d'obligations astreignantes et surtout **d'horaires** à respecter, on oublie que les autres travaillent!

Et ces chers aînés-là sont parfois bien incompréhensifs envers la catégorie restée dans la vie active! J'ai un ou deux vieux amis qui ne comprennent jamais pourquoi, en fin de journée, je suis trop fatiguée pour les accompagner à telle bâtarde. Pourquoi, si je déjeune avec eux à midi, il me faut partir plus vite que souhaité. Pourquoi, telle après midi, je ne peux pas me libérer pour aller visiter tel truc. L'un d'eux, âgé aujourd'hui de 81 ans et encore en pleine forme, me reproche souvent «d'être toujours pressée».

Après avoir passé la journée tranquillement chez lui à lire ses journaux et à faire ses mots-croisés, il éprouve le besoin de sortir un moment à l'heure où les travailleurs quittent leurs bureaux, leur usine ou leur chantier, il a bien de la peine à accepter ma fatigue. D'autres que lui suivent à peu près la même voie, et il est devenu difficile d'avoir des rapports d'égalité avec ceux qui sont à la retraite. Nous n'avons plus la même notion du temps, et nous nous heurtons à l'incompréhension mutuelle. Rentrer tôt le soir parce qu'il faut se lever tôt le lendemain matin n'a parfois plus de résonnance chez ceux qui se sont installés depuis un certain temps dans une vraie retraite.

Dans ce contexte, il faut reconnaître que cette aimable incompréhension vient surtout des messieurs! C'est vrai que les aînées, qu'elles aient eu ou non une activité professionnelle, trouvent toujours à s'organiser de telle manière qu'elles continuent à se lever tôt et à avoir mille obligations, comme par le passé. Ce qui évite certaines «frictions» avec les générations dites actives! Car frictions il y a, et pour une fois dans un sens ou ce sont les aînés qui se montrent intolérants avec les plus jeunes... pour cause de surcroît de travail.

Le temps libre a donc ses pièges, ses hauts et ses bas, ses bons et moins bons moments: une constatation qui n'empêche nullement de faire en sorte qu'il reste toujours, plutôt qu'un sujet de préoccupation ou d'agacement, une ouverture vers une meilleure communication.

L.P.