

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 26 (1996)  
**Heft:** 2

**Artikel:** Réussir sa retraite : 33 erreurs à éviter  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-828608>

### **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:** 16.02.2026

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



# Réussir sa retraite: 33 erreurs à éviter

*Les Rentes genevoises ont publié une petite brochure amusante et didactique, pour venir en aide aux retraités. Elle signale les erreurs fréquentes commises par les nouveaux retraités. En voici un condensé.*

1

**Dire: «Ce n'est plus de mon âge».** – Il y a bien sûr un âge pour chaque chose, mais n'excluez pas d'emblée les activités que vous n'avez pas encore associées avec les gens de votre génération. Soyez curieux!

2

**Ne pas avoir de projets.** – Une journée sans projets est longue et vide. Faites des programmes, fixez-vous des objectifs, mettez la barre très haut et tentez de la franchir. Votre satisfaction sera grande!

3

**Ne pas avoir de hobbies, des centres d'intérêt.** – Une vie de travail ne vous a peut-être pas laissé le temps de découvrir des intérêts qui sont ancrés dans votre personnalité. C'est le moment de les activer!

4

**Croire que votre conjoint partagera votre nouvel hobby.** – Ne craignez pas de vous engager dans une activité, même si votre conjoint n'y est pas entièrement acquis. Encouragez-le/la à faire la même démarche.



5

**Se laisser surprendre par l'âge de la retraite.** – Arriver non préparé à la retraite. Penser qu'on aura tout le temps de s'en occuper après. Rien de plus faux! Le secret de la réussite réside dans une bonne préparation.

6

**Se comporter en vieux.** – Ne voir que le côté négatif des choses, passer la journée à se plaindre, critiquer les jeunes et les voisins. Les «vieux» d'aujourd'hui n'ont plus rien en commun avec les aînés d'hier!

7

**Prendre sa retraite trop tôt.** – Prenez une retraite anticipée seulement si vous avez attentivement pesé le pour et le contre. Demandez conseil et n'agissez pas sur un coup de tête!

8

**Prendre sa retraite trop tard.** – Ceci est surtout valable pour les indépendants et les cadres de PME à caractère familial. Faites que votre départ à la retraite soit regretté et non pas accueilli avec soulagement!

9

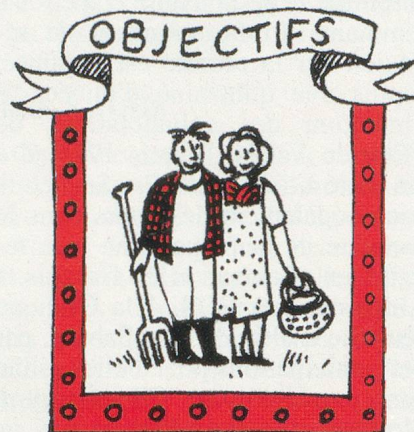
**Hésiter à prendre une hypothèque sur un bien immobilier.** – Tout en disposant d'un actif non négligeable, vous pourriez manquer de ressources. Une hypothèque présente des avantages fiscaux.

10

**Se considérer comme exclu, inutile, bon à rien.** – Positivez, ne soyez pas aigri. Voyez dans les années futures une chance de vous épanouir autrement. Soignez votre présentation, ne vous laissez pas aller!

11

**Penser qu'une mémoire défaillante est inévitable.** – Le cerveau est un muscle, qui doit être entraîné afin de donner un rendement optimal. Vous pouvez développer votre mémoire par des exercices appropriés.



12

**S'engager trop tôt dans le bénévolat.** – Le bénévolat joue un rôle primordial dans la vie des retraités. Votre expérience peut rendre service à beaucoup de monde. Au début, sélectionnez les propositions.

13

**Déménager dans un endroit mal connu.** – On a parfois tendance à idéaliser un endroit connu pendant les vacances. Avant de vous installer, tenez compte des saisons, de la langue et de la culture.

14

**Etre pressé de distribuer ses avoirs.** – Autrefois, le décès pouvait survenir à un moment où il était essentiel de penser aux enfants. Ce n'est plus le cas grâce à la longévité. Planifiez vos finances.

15

**Retourner souvent à votre ancien lieu de travail.** – Spécialement si vous avez passé une bonne partie de votre vie active à cet endroit, vous risquez de devenir rapidement une figure pathétique.

16

**Avoir désappris à conduire la voiture.** – Les femmes, plus souvent que leurs conjoints, ont pris l'habitude de se laisser conduire. Réapprenez à conduire, ce n'est pas trop tard! Vous retrouverez une indépendance.



17

**Envahir l'espace de l'épouse.** – Votre épouse a régné sans partage, pendant la journée, sur votre intérieur commun. Votre présence continue peut représenter pour elle une «intrusion» difficile à accepter.

18

**Faire un grand voyage sans expérience.** – Souvent, les futurs retraités rêvent le grand voyage programmé depuis longtemps. Si vous n'avez pas l'habitude de voyager loin ou longtemps, allez-y progressivement.

19

**Ne pas faire la révision de votre portefeuille d'assurances.** – Dans la mesure de vos moyens, envisagez la possibilité de prendre certains risques à votre charge. Ne soyez ni sur-assuré, ni sous-assuré.

20

**Se laisser embarquer dans des investissements risqués.** – Le monde est plein de vautours qui cherchent à mettre la main sur vos avoirs. Ne soyez ni naïfs, ni crédules! Ne prenez pas de décisions impulsives!

21

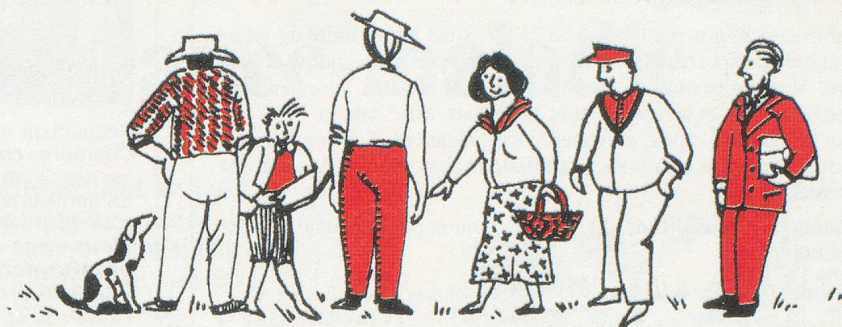
**Vous enfermer dans la solitude.** – Maintenez le contact, restez informé, suivez l'actualité, lisez les journaux, communiquez! Découvrez-vous de nouveaux centres d'intérêts et développez-les!

22

**Ne pas valoriser vos talents.** – Recherchez des activités qui peuvent aussi vous rapporter de l'argent, mais sans vous limiter aux domaines qui étaient jusqu'à présent les vôtres!

23

**Devenir trop dépendant de votre conjoint.** – La solidarité, la complémentarité et la complicité du couple sont des éléments essentiels de la vie. Ne devenez pas trop tributaire de votre conjoint!



24

**Ne pas faire d'exercice physique.** – Même si vous n'avez pas pratiqué de sports, ce n'est pas trop tard pour commencer. Il y a un sport pour chaque âge et chaque condition physique. Trouvez le vôtre!

25

**Ne pas être sociable.** – Faites un effort, ne vous enfermez pas en vous-même. Recherchez le contact avec des gens plus jeunes, dans votre famille ou dans vos loisirs et l'échange entre générations.

26

**Devenir esclave de la télévision.** – La télécommande ne doit pas devenir votre outil préféré. Exploitez les possibilités qui vous sont offertes par la TV pour approfondir les sujets qui vous intéressent.

27

**Négliger vos pieds et vos dents.** – Vos pieds et vos dents vont jouer un rôle essentiel dans votre qualité de vie. Un bon entretien préventif vous permettra de profiter des plaisirs liés à la marche et à la table.

28

**Trop compter sur vos enfants.** – Ils ont leur vie, leur environnement et

leurs contraintes. Gérez vos relations avec eux comme par le passé. Evitez si possible d'emménager auprès de vos enfants mariés.

29

**Attendre avant de faire un contrôle de santé.** – Faites vérifier régulièrement votre vue et votre ouïe. Sachez reconnaître les symptômes des problèmes digestifs et du sommeil, trop fréquents.

30

**Croire que votre AVS est une garantie à vie.** – La force du franc suisse peut laisser croire que l'on vit confortablement à l'étranger. Tenez compte des risques d'inflation et de changement de parité monétaire.

31

**Négliger votre vie sentimentale et sexuelle.** – Toutes les recherches scientifiques et médicales le confirment: il n'y a aucune contre-indication à l'amour liée à l'âge. Bien au contraire!

32

**Ne pas avoir une bonne planification financière.** – Sachez faire la différence entre revenus réguliers et revenus occasionnels ou périodiques, entre les dépenses nécessaires et les dépenses superflues.

33

**Se laisser piéger par l'âge de la retraite.** – Si votre retraite a déjà commencé et si vous avez l'impression que votre préparation laisse à désirer, il y a plein de cours, de séminaires, etc. qui peuvent vous aider.



(Tiré de «Votre retraite, 33 erreurs à éviter pour réussir votre 3<sup>e</sup> vie», édité par les Rentes genevoises.)