

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 25

**Artikel:** "Pour célébrer notre nouvelle vie..."  
**Autor:** Luque, Jean-A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-831932>

### **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:** 21.02.2026

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



# «Pour célébrer notre nouvelle vie...»

Josette et Gérard Rabaey ont travaillé toute leur vie comme des forçats. Pour faire du restaurant Le Pont de Brent un temple de la gastronomie. Ils viennent de le remettre. Pour marquer le coup, ils sont partis à vélo sur la route de Saint-Jacques-de-Compostelle.

**G**érard Rabaey est un homme détendu, souriant. En un mot: heureux. A ses côtés, son épouse Josette, plus silencieuse, discrète, resplendit de la même flamme. Incroyable de voir comment ce couple, dont la vie s'est confondue avec le travail, a pu du jour au lendemain tout quitter sans regrets. Et profiter pleinement de la retraite: une nouvelle vie active et sereine.

«Cela ne s'est pas fait tout seul, admet Gérard Rabaey. La succession du Pont de Brent et notre retraite ont été préparées de longue date. Il a fallu cinq ans pour que tout se mette en place. Mais, vous savez, j'ai travaillé si longtemps 16 à 18 heures par jour... Je ne voulais en aucun cas continuer jusqu'à 70 ans. Mon épouse, je l'ai amenée dans l'univers de la restauration. Elle avait d'autres dispositions; elle était plus encline à travailler dans les beaux-arts, mais elle m'a suivi. Pour la vie de famille, je n'ai pas vraiment été là. Maintenant, à 63 ans et demi, il est temps d'être présent, de profiter de nous, de nos enfants, de la vie.»

## Ne pas rater le coche

Minutieux comme il l'a toujours été en cuisine, Gérard Rabaey a réellement mitonné sa succession. Contrairement à d'autres grands chefs qui ont été poussés vers la retraite ou dont le restaurant vendu n'est plus qu'un souvenir, l'héritage du Pont de Brent est entre de bonnes mains.

«Mes deux enfants n'ont pas choisi la même voie, souligne, sans tristesse, Gérard Rabaey. Ils n'ont pas la vocation. Mais j'ai

beaucoup de chance d'avoir eu Stéphane Décotterd dans mon équipe. Il a le potentiel et l'étoffe d'un grand. En plus, il vit son aventure en couple, ce qui est une condition indispensable dans ce métier. Je ne voulais pas rater le coche. Je leur ai dit longtemps à l'avance que je voulais arrêter et je leur ai proposé de reprendre la maison. Il a surtout fallu trouver

le financement... Économiquement, j'aurais pu réaliser une bien meilleure affaire en vendant l'établissement à quelqu'un d'autre. Mais ma priorité est que le Pont de Brent perdure avec des gens de qualité, de talent. Un couple de métier. Je ne voulais en aucun cas que le travail de toute une vie soit détruit parce que la succession s'est faite dans l'urgence ou avec

« Je ne veux pas vivre mon existence avec des regrets. Il est temps de vivre heureux »

Gérard Rabaey



Wolfgang Jentsch

pour seul objectif l'appât du gain. Si le restaurant avait été repris par des braccillons, je vivrais sans aucun doute ma retraite autrement. Ce serait un crève-cœur.»

## «La maladie m'a fait réfléchir»

Un événement grave, il y a deux ans, n'a fait que conforter Gérard Rabaey dans son choix.

«Depuis l'âge de 40 ans, je faisais des contrôles de santé deux fois par année. Je n'ai rien vu venir. Tout à coup, le médecin m'annonce que j'ai un cancer de la prostate évalué à 9 sur une échelle de 10 et... il ne sait pas si je vais finir l'année.»

Un silence s'installe, puis, l'homme reprend: «Est-ce dû au stress qui m'a accompagné toute ma vie? Impossible à dire. J'ai été

soigné remarquablement. Mais après, j'ai eu de graves complications et infections. Je l'ai caché à tout le monde, à tout mon personnel pendant un an. Et je n'ai pas cessé de travailler, d'être présent en cuisine. Maintenant, c'est derrière. Je fais des contrôles tous les 2 mois. Je suis sans doute aidé par plusieurs facteurs et ma façon de vivre. Je suis un battant, je fais du sport et j'ai une alimentation saine.»

«Bien sûr, la maladie m'a fait réfléchir. Cela m'a encouragé dans ma décision de vouloir vivre autre chose, autrement. Qu'est-ce que je pouvais espérer de mieux dans mon métier? Trois étoiles au guide Michelin pendant 14 ans. 19/20 au Gault et Millau. Je suis un privilégié. Mais à quel prix? J'ai consacré plus d'heures et de travail que de raison. Je ne voulais pas crever devant un fourneau. Mon temps de chef était fini.»

## Efforts et réflexions

«La vie ne nous appartient pas, poursuit le jeune retraité. Elle est tellement éphémère. Je ne veux pas vivre mon existence avec des regrets. Il est temps de vivre heureux avec ma femme, de consacrer du temps aux gens que j'aime et que j'apprécie. Et puis, si je peux aider des jeunes, c'est avec plaisir. Je vais donner des cours dans des écoles professionnelles, partager mon expérience...»

Depuis le début de l'année et la découverte de sa nouvelle vie, Gérard Rabaey n'a aucun souci: «La transition? Je m'étonne moi-même. Je ne déprime jamais. Je suis tout le temps occupé. Je pars en virée à vélo le matin, je grimpe



des cols. Avec mon physique poids plume, c'est bien. Et puis, je vois des amis. Je ne coupe pas les ponts avec la société. C'est important de garder ses réseaux sociaux.»

De nos jours, de plus en plus souvent, le passage à la retraite est marqué par un rite particulier. Certains partent pour un voyage exotique ou au long cours, d'autres se lancent dans l'apprentissage d'une nouvelle activité. «Avec mon épouse, il n'a jamais été question d'aller bronzer sur une plage exotique, avoue Gérard Rabaey. Nous avons toujours voulu que notre transition soit liée à un effort et à la réflexion. La restauration est un monde particulier, un microcosme atypique un peu artificiel. C'est important de retrouver le plancher des vaches. Le pèlerinage de Saint-Jacques-de-Compostelle s'est rapidement imposé à nous. Nous le faisons en compagnie de mon frère et de sa femme. Mais ce périple n'a rien de religieux pour nous. C'est plutôt un rituel initiatique pour célébrer notre nouvelle vie.»

Josette Rabaey voulait faire ce voyage à pied. Mais cela prend 4 mois. Finalement, le couple a opté pour la bicyclette. «C'est le vélo qui m'a sauvé du cancer, affirme Gérard Rabaey. Ce choix n'est sans doute pas innocent. Nous ne recherchons pas la performance. Cette année, nous irons jusqu'à Saint-Jean-Pied-de-Port, au Pays basque. Un trajet de 1250 kilomètres. Cela nous prendra un mois. L'année suivante, nous terminerons le pèlerinage jusqu'à Saint-Jacques-de-Compostelle et le Cap Finistère.» Et pour ne pas en rester là, cet automne déjà, le couple empruntera à pied la *via Jacobi* qui mène du lac de Constance jusqu'en Suisse romande. Une escapade de plus de 10 à 15 jours.

Méticuleux et précis, Gérard Rabaey l'a été toute sa vie. Ce n'est pas maintenant qu'il va changer. Toujours aussi appliqué, il ne laisse rien au hasard: «Nos vélos pèsent exactement 14,3 kilos à vide. Les

sacoches font 3,5 kilos. Une fois chargées, avec juste quelques habits et de quoi faire tous les soirs la lessive, ça nous fera entre 23 et 24 kilos. Nous serons indépendants et totalement autonomes.»

Au-delà de ce voyage au goût initiatique, Gérard Rabaey goûte chaque instant de sa nouvelle existence: «Dans mon métier, il était difficile d'avoir du temps pour lire ou même regarder la télévision. Maintenant que j'ai des loisirs, quand je regarde un match de football en Coupe d'Europe, je me dis que j'ai raté une époque entière. C'est impressionnant de voir comment ils jouent, à quelle vitesse, avec quelle technique! Avant je finissais vers 1 heure et demie du matin et je regardais rapidement quelques sujets du *Téléjournal* sur internet. C'était tout. Quel bonheur aujourd'hui! Il y a tellement d'autres choses que la gastronomie.»

## Bouffées de bonheur

Quand il jette un regard sur sa carrière, Gérard Rabaey est fier de son parcours accompli. Mais il reste d'une modestie exemplaire: «Je ne crois pas que j'ai eu un talent particulier pour la cuisine. Je me suis fait par le travail, encore et encore. Certains cuisiniers sont plus doués et ont un véritable plaisir à manger. Frédy Girardet ou Philippe Rochat jouissent réellement de tout ça. Moi je suis plus parcimonieux. Je me suis plus construit.»

«Quand j'ai arrêté, poursuit-il, j'ai dit à ma femme que je ne pensais pas refaire de la cuisine avant 6 mois. Eh bien, non. J'ai recommencé après quelques semaines et j'ai du plaisir. Je mange diététique: de la soupe, de la salade, du jus d'orange. Je prépare éventuellement un gratin de pommes de terre, une tarte aux poireaux ou du poisson avec de l'huile d'olive et des légumes. Et je finis avec un morceau de fromage. Que des choses simples qui ne me prennent pas plus de 20 ou 25 minutes. Je ne veux plus passer

des heures à cuisiner. Sans être végétarien, je privilégie les légumes et les poissons, parfois un peu de viande blanche. Et puis, pas trop de crème et de beurre.»

Un des plus grands plaisirs et plus belles satisfactions de Gérard Rabaey, c'est aussi et surtout de pouvoir enfin partager ses passions avec sa famille. «Mon fils, qui adore voyager aux quatre coins de la planète, ne sait pas cuisiner, confie-t-il. Alors maintenant que j'ai de la disponibilité, j'essaie de lui donner quelques petits conseils et recettes. Des plats minute. Je lui apprend à émincer et à sauter le tout. Je le fais en direct devant lui et son amie. Je leur ai appris à faire un soufflé au chocolat ou la création de Girardet, le soufflé au fruit de la passion.» Des plaisirs tout simples, récompensés par des bouffées de bonheur. «Maintenant, quand il a des amis à la maison, mon fils réalise ces petites recettes pour eux. Et parfois, il m'envoie une photo pour me montrer à quel point son soufflé était réussi.»

Jean-A. Luque







## En direct **sur la route de Saint-Jacques**

A l'heure où vous lisez ces lignes, la famille Rabaey est sur le point de rejoindre la Suisse, peut-être même est-elle déjà de retour. Nous avons contacté la tribu, alors qu'elle était à mi-chemin de son périple, à Montcuq, près de Cahors.

«Depuis notre départ de Blonay, nous avons déjà roulé 810 kilomètres par les petites routes départementales, s'enthousiasme Gérard Rabaey. A part deux journées sous la pluie, parfois même le déluge, nous avons eu beau temps et des températures de quasi 30 degrés. L'Auvergne et le massif central sont éprouvants. C'est plus vallonné que nous ne l'imaginions et les pourcentages sont parfois étonnants. Nous avons même franchi un col à 1343 mètres. Mais nous le supportons tous très bien. Avec mon frère, nous nous faisons un peu de souci pour nos épouses. Mais elles sont juste extraordinaires et roulent sans souci. Elles ont vraiment la forme. On regrette même d'avoir été trop prudents et de ne pas avoir voulu faire tout le pèlerinage en une seule fois.»

### **La magie de chaque instant**

«Ce qui est extraordinaire, s'extasie le sherpa Rabaey, c'est l'accueil dans cette France profonde. On est loin des clichés. Les gens sont vraiment très sympathiques. Ils vivent autrement. Nous sommes accueillis partout de manière conviviale. Et puis, certaines régions traversées sont superbes,

notamment l'Aubrac. Les paysages n'y sont pas dénaturés.»

«Sur cette route de Compostelle, nous rencontrons beaucoup de pèlerins de toutes nationalités. France, Allemagne, Japon, Brésil... L'immense majorité est à pied. Cinq pour cent à vélo. Cela permet de beaux échanges. Nous avons fait connaissance notamment d'un monsieur de La Chaux-de-Fonds qui est parti le 11 avril et espère aller jusqu'au bout en 100 jours. Mais le pauvre boitait et avait mal à la hanche. Je ne sais pas s'il y parviendra, sans rentrer se faire soigner d'abord.»

Ce voyage est parsemé de moments simples et magiques, appréciés à chaque instant. «Nous avons participé à la messe de sept heures du matin au Puy-en-Velay, avec tous les pèlerins. On fait nos étapes quotidiennes de 55 à 60 kilomètres. On prépare le parcours le soir même, on fréquente des maisons et des tables d'hôtes. Nous nous arrêtons souvent en route, dans une boulangerie pour grignoter, dans une église pour la visiter, ou au bord du chemin pour profiter du paysage. On fait même des détours. Il a quelques jours, nous sommes allés à Saint-Cirq-Lapopie, un petit village de 200 habitants considéré comme le plus beau de France. Mais le plus exceptionnel, c'est quand on est seul sur son vélo, dans l'effort. Cela permet de réfléchir à beaucoup de choses. C'est le temps de l'introspection. On se libère, se détache...» **J.-A. L.**