

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2016)  
**Heft:** 83

**Artikel:** Est-ce que je fais vieux?  
**Autor:** Châtel, Véronique  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830677>

#### **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:** 11.01.2026

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

# Est-ce que je fais vieux ?

Tout nous pousse à paraître plus jeunes qu'on est. A tel point qu'on perd ses repères. Et, parfois, le sens du ridicule en s'habillant comme ses enfants. Enquête et témoignages.

**C'**est la hantise de certains seniors. Qu'on s'exclame après les avoir suivis puis dépassés : « De derrière le lycée, de devant le musée. » En clair, qu'ils n'ont plus l'âge de porter ou des jeans ultracollants ou une jupe au-dessus du genou. Qu'ils ressemblent à des vieux déguisés en jeunes. « Pendant des années, mes filles m'ont incitée à m'habiller dans les mêmes magasins de prêt-

à-porter qu'elles, m'enjoignant à renoncer à mes classiques — pantalon taille haute, jupes au-dessous du genou, etc. — pour ne pas « faire mémé » avant l'âge et qu'elles soient fières de moi », se souvient Ina, 67 ans. « Je les ai écoutées, j'ai réalisé qu'elles avaient raison et que ma silhouette me permettait de sortir de mes chemins battus et rebattus. Je me suis donc mise à m'habiller plus court et plus coloré. Jusqu'au jour où, me découvrant dans une tunique émeraude que je portais

avec des collants opaques et des bottes cavalières, elles me disent : « Maman, ça, vraiment, ce n'est plus de ton âge. » Quelle claque ! « J'avais dépassé une date de péremption et je ne m'en étais pas rendu compte. » Depuis Ina ne sait plus comment s'habiller. Ni où acheter ses vêtements.

A quoi ressembler quand on a dépassé la soixantaine ? Que faut-il porter pour ne pas faire injure à son âge, ni se faire exclure par ceux qui n'accordent du crédit qu'à la jeunesse ? C'est compliqué.

« Nous sommes dans une société qui favorise le présentisme. On n'accepte pas le temps qui passe. Or, le senior rappelle qu'il passe >>>



## « J'aime trop la vie pour avoir des complexes »

« Chaque matin, j'ai du plaisir à m'habiller, à me coiffer et à me maquiller. En vieillissant, il me semble avoir plus de facilité pour y arriver. Mon corps réagit mieux, mes cheveux aussi. Je fais attention à ce que je porte. J'aime la mode, mais pas au point d'abandonner mon style. Ma fille cadette est bonne conseillère en vêtements. Son regard sur moi m'aide beaucoup. Le regard d'un homme aussi est important. On a d'autant plus envie de prendre soin de soi qu'on se voit désirable dans le regard d'un autre. Je me sens pleine de désirs divers et cela me donne de l'énergie pour rester en forme. Je me sens jeune. Quand je pense à mon âge, je ne réalise pas. Ou alors si : que

le temps m'est compté et cela m'ennuie. Je ne voudrais pas que cela s'arrête. J'aime trop la vie. C'est peut-être cet état d'esprit qui me maintient. Comme je dis souvent : « Si vieillir, c'est renoncer aux plaisirs de la vie, autant se flinguer tout de suite. » Alors, je ne renonce à rien. J'ai d'ailleurs mis du temps à renoncer à travailler. Après ma retraite, j'ai tenu l'accueil clientèle d'une association, jusqu'à 72 ans. Cela m'a motivée pour rester élégante, soignée, souriante. Je suis convaincue que, en vieillissant, il faut sourire de plus en plus ! Evidemment pas d'un sourire forcé. Quand on sourit, on s'ouvre aux autres. Ne pas faire vieux, c'est d'abord une question de mental. »

**CLAIRES-LISE**  
75 ANS, GENÈVE



## CINQ CONSEILS MODE POUR FAIRE DIX ANS DE MOINS

**1** Mon premier conseil est d'accepter les conseils. Il y a deux genres de seniors, ceux qui, au fil du temps, deviennent de plus en plus prudents et classiques dans leurs choix vestimentaires et ceux qui conservent le même style depuis leur jeunesse. Pour se repérer dans ce que l'on donne à voir de soi et ne pas s'enfermer dans un style qui n'est peut-être pas le plus indiqué, il est important de pouvoir faire confiance à un regard extérieur.



**PIERRE-ALAIN DUMAS**  
responsable du magasin  
Dumas à Lausanne  
[www.dumasmode.ch](http://www.dumasmode.ch)

**2** Il faut avoir conscience que toutes les enseignes ne peuvent pas habiller toutes les silhouettes de tous les âges. Un vêtement de trois sous, mal coupé, dans un tissu tout mou peut avoir de la gueule sur un corps jeune, mais, sur un corps qui a vécu, le rendu peut être déprimant. Porter un jean à 80 ans, cela n'a rien de choquant, mais il faut le choisir de bonne tenue. Porter une jupe en dessus du genou à 70 ans? Pourquoi pas, si la jupe tombe bien et est taillée dans un tissu qui ne colle pas.

**3** Il ne faut pas avoir honte de ce que l'on est devenu. Avec le temps, la morphologie change. Les fesses sont moins rebondies, le ventre plus proéminent, la poitrine s'alourdit. C'est un fait. Et on y passera tous, pour autant

qu'on vive longtemps. Mais pourquoi chercher à cacher ces changements? Quand la silhouette n'est plus ce qu'elle fut, il faut, au contraire, éviter les vêtements trop simples, genre T-shirt pour les hommes ventripotents ou robes amples pour les femmes. Il faut jouer avec les superpositions, les drapés, les volants. Il ne faut pas se punir, mais, au contraire, chercher à valoriser ce que l'on a de bien.

**4** Le principal tourment des femmes est leurs bras. Beaucoup voudraient renoncer à porter des vêtements sans manches en été. A partir du moment où la naissance du bras est couverte, pourquoi ne pas s'autoriser une petite manche? D'autant plus que porter une robe d'été avec un pashmina de couleur flottant sur les épaules est très élégant.

**5** La couleur est le plus bel accessoire anti-âge. Aussi bien pour les femmes que pour les hommes. Trop de personnes renoncent aux couleurs vives, aux imprimés ton sur ton ou fleuris, au prétexte qu'ils auraient passé l'âge. C'est une idée préconçue absurde. La couleur donne du peps, ravive le teint, apporte du panache à une silhouette. Il faut essayer. Essayer, c'est souvent l'adopter!

néanmoins», remarque le sémiologue et professeur de marketing, Benoît Heilbrunn, auteur de *Les représentations du corps vieux*\*. «Avant, on glorifiait des personnes de 70 ans, qui avaient construit un empire, aujourd’hui on valorise les Marc Zuckerberg qui font fortune à 30 ans. Les personnes à cheveux grisonnantes ont plus de mal à faire figure d’autorité.»

Autrement dit, avoir l’air d’une mamie ou d’un papi Nova expose à la mise au rancart.

#### HABILLE-MOI UN SENIOR

Ne pas s’habiller vieux, soit. Mais alors comment? Où trouver son vestiaire, quand la plupart des enseignes de prêt-à-porter ne font les yeux doux qu’aux jeunes générations? Peut-être faut-il prendre le problème par un autre bout et se demander: «A quoi sont censés ressembler les seniors?» Hélas, cette question expose à un abîme. Et pour cause. Regardons autour de nous: la représentation des seniors est protéiforme. Entre ceux

qui, à soixante, septante, quatre-vingts ans paraissent dix ans de moins qu’il y a trente ans (meilleure hygiène de vie, mode intergénérationnelle, médecine esthétique, etc.) et la représentation très stéréotypée des seniors dans la publicité ou les médias, aucun profil de senior ne se dessine réellement. «Les annonceurs se font une idée fausse des seniors. Ils

Master de Paris. «Si j’envoie des photos de personnes qui ont l’âge demandé par les annonceurs, ils les trouvent toujours trop jeunes. Je dois envoyer des sexagénaires pour un casting de cinquantenaires. En revanche, les magazines féminins continuent de préférer représenter des quinquas ou des sexas par des tops quadragénaires à qui des rides sont ajoutées par ordinateur!»

Mais, gare aux seniors qui postulent pour devenir modèles après avoir eu recours à la chirurgie ou à la médecine esthétique. Les responsables de casting les évinceraient au profit de seniors 100 % naturels! «Les annonceurs ne veulent pas communiquer avec des gens refaits et retouchés», déclare Alexandre Leveau, directeur booking à Square Agency à Lausanne. «Ils recherchent des personnes qui assument leur âge et leurs rides.» Voire leurs cheveux blancs. Certains se

*«Je suis déçue par les seniors qui sombrent dans le jeunisme»*

ANNA CORDA,  
DIRECTRICE MUSÉE SUISSE DE LA MODE

les imaginent plus vieux qu’ils ne le sont en réalité», raconte Sylvie Fabregon, directrice du booking à l’Agence



## «Un mec qui fait vieux, c'est un grincheux, un emmerdeur!»

«Je m’habille comme je vis. En fonction de l’humeur. Mais je porte toujours de la couleur: rouge, bleu canard, vert, jaune. Vieillir ne veut pas dire devenir tristounet. Pour garder la ligne, j’ai adopté un truc très simple: ne jamais me regarder de profil! Je fais plus jeune que mon âge, il paraît. Mais j’ai l’âge que j’ai et je ne m’en cache pas. Je veux bien vieillir, mais alors en me fendant la pipe. En étant curieux de tout, de l’art, des voyages, de la bouffe, des jolies femmes, de la lecture, des groupes de rock. J’essaie d’avoir du plaisir dans tout ce que je fais, même quand je rends service. Mais je n’ai pas besoin de me forcer pour avoir toujours plein d’envies dans la tête. J’ai un ami qui passe ses après-midi à taper

le carton, assis à une table. Même en été. Moi, ça me barberait. J’aime mieux enfiler un costume de bain et partir au lac, à moto, pour profiter du soleil, et manger une bonne glace. Rester jeune, c’est une question de caractère, et aussi de bonne santé. La mienne va bien, j’ai de la chance, car je n’ai pas arrêté de fumer! Si ça me prend, j’enfourche mon vélo et je me tape une dizaine de kilomètres à travers la campagne pour aller voir des oiseaux au bord du Rhône, puis boire un verre sur une terrasse. Je fais attention à ne pas me refermer sur moi-même.

JEAN-PAUL  
71 ANS, GENÈVE



sont fait retoquer pour une teinture mal appropriée! Résumons-nous : notre société valorise la jeunesse, mais elle pénalise les seniors qui n'assument pas leur âge, tout en rejetant ceux qui font vieux.

En d'autres termes, on fait comment pour vieillir sans que cela se remarque trop? Et on s'habille comment? «Il ne faut pas montrer qu'on se bat contre le fait de vieillir ni chercher à singler les jeunes, c'est là qu'on est ridicule et même un peu vulgaire», recommande Sylvie Fabregon. Mais où se trouve la solution, alors? «Il faut être soi, dans son style

et ne pas y renoncer au prétexte qu'on prend de l'âge», ajoute-t-elle.

La directrice du Musée suisse de la mode à Yverdon, Anna Corda, partage cet avis. «Autant je suis déçue par les seniors qui sombrent dans le jeunisme et portent des vêtements trop courts ou trop ajustés, autant je suis admirative devant ceux qui ont du style. Ils portent des vêtements qu'ils ont dénichés, ici et là, et assemblés d'une manière qui les met en valeur. Cette élégance apporte la preuve qu'ils ont vécu et se sont trouvés. Cela encourage à avancer en

âge.» Et de citer cette phrase du couturier vaudois Robert Pinguet (1898-1953) : «Connaître mieux ses défauts que ses qualités et savoir masquer ceux-ci en faveur de ceux-là, voilà un grand secret d'élégance!»

VÉRONIQUE CHÂTEL

\* Les représentations du corps vieux, *Presses universitaires de France*

# «On est vieux quand on n'a plus envie de plaire!»

**IRÈNE**  
71 ANS, VALAIS

«J'ai toujours autant de plaisir à m'habiller, à choisir des vêtements colorés ou des tissus pour me confectionner des vêtements. Et à recueillir des compliments sur ma tenue. Pour ne pas faire vieille dame avec des cheveux blancs, j'ai adopté une bonne coupe et je l'entretiens régulièrement. Je n'oublie pas de me maquiller pour ne pas paraître terne.

Je prends le soleil dès que je peux pour avoir un joli teint. Je ne suis plus tout à fait celle que j'ai été. Quand j'étais jeune, je faisais une taille 36-38, aujourd'hui, je fais du 40. J'ai renoncé à me mettre en bikini sur une plage publique, à teindre mes cheveux blancs et à porter des talons hauts durant une journée entière.

Pour le reste, je me sens pareille. Je continue de voir la vie du bon côté, en la prenant comme elle vient, sans attentes particulières ni regrets pour le passé. J'entretiens mon énergie: je donne des cours de tennis à des personnes plus âgées que moi. Je m'occupe régulièrement de mes six petits-enfants, j'entretiens notre verger de 100 pommiers. Je pense que ce lien avec la nature m'aide à rester positive. Je pense que ce qu'on est à l'intérieur finit par se voir à l'extérieur. Voilà pourquoi il vaut mieux essayer de rester positif en vieillissant!»

