

**Zeitschrift:** Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung  
**Herausgeber:** Schweizerische Stiftung Für das Alter  
**Band:** 35 (1957)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Les retraités  
**Autor:** A.L.V.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-721824>

### **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>**

## Les retraités

*L'article «Von der Pensionierung» du Dr A. L. Vischer, publié dans le numéro de décembre 1956 de notre Revue, a trouvé un accueil si favorable chez nos lecteurs de langue allemande que nous en reproduisons ici la traduction française.*

Parmi tous les problèmes que pose à nous le vieillissement de la population, il est certains points qui attendent d'être résolus sans délai.

Ce sont d'abord les malades chroniques qui ne peuvent plus être gardés au sein de leur famille et que l'on doit transporter dans des hospices. Chacun sait que ceux-ci sont surpeuplés et possèdent tous une longue liste de patients qui attendent leur tour d'être admis.

Quant aux vieillards encore valides et aptes au travail, comment utilisent-ils leurs loisirs et leur temps libre? Un slogan quelque peu poussé affirmait récemment que la question sociale évoluait lentement, mais sûrement vers une question d'occupation des loisirs. Il est de fait que, si le temps de travail diminue progressivement en même temps que s'augmentent les heures de loisir, ni la collectivité, ni l'individu ne peuvent rester indifférents à la façon dont sont remplis les loisirs. Le délassement et le «far niente» ont leurs limites: tuer le temps n'est pas une solution.

Le temps libre est destiné en premier lieu à permettre à l'homme qui a travaillé de se reposer. On connaît le texte biblique: «Tu travailleras six jours ...» L'alternance du labeur et du repos est un bienfait naturel. Mais qu'arrive-t-il lorsque le repos dépasse une mesure sage et raisonnable? Comment tout le loisir dont jouissent les vieux peut-il être employé? C'est le problème sur lequel nous désirons nous pencher.

Un grand nombre de retraités se trouvent placés tout d'un coup devant une existence nouvelle, sans obligations, jouissant d'une totale liberté d'action. Mais c'est précisément cette liberté qui pose des problèmes fort délicats à résoudre.

Tout d'abord, il convient de ne pas généraliser, ni mettre sur le même pied tous ceux qui atteignent l'âge de la retraite. Il y a tant de manières de vieillir! Une première catégorie, assez nombreuse, est formée de tous ceux que l'âge a marqués corporellement; ils sont épuisés, leur organisme est usé; en un mot, ils sont invalides

et incapables de travailler. La statistique nous apprend que plus de 7 % des sexagénaires sont frappés d'invalidité permanente. A côté d'eux se situent les invalides partiels, souffrant d'infirmités ou de déficiences physiques qui font d'eux des diminués, plus ou moins incapables d'exercer une activité soutenue.

Pour les septuagénaires, on estime que le tiers d'entre eux seulement jouit d'une bonne santé et est capable d'efforts suivis. Les vieillards qui, leur vie durant, ont accompli des travaux durs, pénibles, rebutants ou monotones reçoivent leur mise en pension avec un vrai soulagement. Ceux — et ils sont légion! — auxquels leur activité professionnelle n'apporta jamais aucune joie, soit parce qu'elle ne correspondait pas à leurs goûts ou à leurs capacités, soit parce qu'ils eurent à souffrir de leurs supérieurs ou de leurs camarades, ceux-là sont heureux de toucher à l'âge de la retraite comme au havre de la délivrance.

Il est en revanche beaucoup d'hommes et de femmes pour qui le travail quotidien constituait une raison de vivre et qui trouvaient de la joie dans l'exercice de leur profession. Sans doute, le travail était pour eux un gagne-pain, mais ils avaient le sentiment de créer quelque chose d'utile, leur effort portait des fruits et leur procurait une satisfaction morale. Leur vie s'identifiait à leur métier, ils avaient le sentiment d'appartenir à une communauté de producteurs et ils ressentaient de la fierté à occuper dans celle-ci un rang déterminé, pour l'avoir conquis par des années d'efforts. Qu'importait si le rang était modeste, si la place occupée dans la communauté était obscure et humble! Cette place, obtenue à la sueur de son front, on l'avait reçue par son mérite et l'on savait que personne ne l'occuperait plus dignement. Combien de travailleurs ont ennobli leur travail, ont rempli un rôle utile, comme des rouages précis et sûrs au sein d'une machine bien réglée et ont acquis, avec le sentiment de leur valeur personnelle, l'estime de leurs compagnons!

Or ces êtres qui ont consacré leur vie au travail sont tout à coup forcés de le quitter pour toujours, soit qu'ils se trouvent frappés par la limite d'âge, soit qu'on les estime trop fatigués et qu'on les remplace par des forces plus jeunes. De toute façon, on leur donne à comprendre qu'ils ont fait leur temps et qu'il faut faire place à d'autres. Pour tous, un jour vient où on doit se séparer de son métier. Oh! cela ne se fait pas, le plus souvent, sans

sentiment, nous ne sommes plus à l'ère des renvois abrupts pour raison d'âge. On reçoit parfois un diplôme attestant les services rendus, on est l'objet d'une petite fête, avec cadeaux et bonnes paroles et bouquets de fleurs. Mais l'intéressé, en se réveillant le lendemain sans avoir l'obligation de reprendre le chemin de l'usine, sent bien qu'un événement vient de changer sa vie et qu'il a franchi une étape. Hier membre de l'équipe dans l'usine, demain hors de celle-ci retraité anonyme! C'est à ce moment-là que l'homme sent avec acuité que quelque chose est mort et qu'il se trouve devant le vide, tandis que, là-bas, la vie continue, mais sans lui.

L'élimination de la vie productive a des effets bien différents sur ceux qui sont touchés. Les uns tombent dans une morne apathie, les autres se sentent gagnés par l'amertume et même, parfois, par un désespoir qui peut dégénérer en véritable crise. Ce petit tableau, tracé par le chef du personnel des PTT dépeint un fait constant: «Malgré la sécurité que leur garantit leur retraite, la cessation du travail est un problème difficile, même pour les fonctionnaires de l'Administration. Il faut se représenter ce que signifie le travail quotidien pour un fonctionnaire qui a été, durant quarante années et plus, fidèle à son poste. Sa tâche, sa responsabilité étaient pour lui plus qu'une seconde nature, elles étaient sa vie même. Comme par une coupure subite, le voilà retranché d'un jour à l'autre de cette existence faite de labeur. Savoir comment il en sortira, telle est la question.»

Dans cette situation critique, c'est aux proches parents et amis de notre retraité à jouer leur rôle bienfaisant.

«Comment va le père?» demande à sa mère une fille mariée. «Il ne faisait que répéter, au cours de ces trois dernières années, combien il se réjouissait du jour où il aurait enfin sa retraite. Maintenant qu'il a atteint la limite et qu'il a cessé de travailler, il n'est que déprimé, son humeur est massacrante, malgré une santé florissante.» La mère vide son cœur et répond: «Moi aussi, je me réjouissais qu'il abandonne une fois sa place à l'usine. Aujourd'hui j'en suis à me demander s'il n'eût pas mieux valu pour chacun qu'il reste à son travail. Cela me porte aux nerfs de le voir toute la sainte journée errer sans but dans la maison. Je dois m'armer de beaucoup de patience. La tante Marie a fait la même expérience avec son mari, jusqu'à ce qu'il ait pu s'accommoder de sa nouvelle exis-



tence.» Ce dialogue saisi sur le vif est un exemple entre mille des répercussions d'un fait banal, mais qui est vital pour la santé de l'intéressé et qu'on pourrait appeler : le choc des retraités.

Un choc nerveux n'est en général qu'un état passager, ne l'oublions pas. Comment éviter qu'il ne dégénère en un état psychique permanent, transformant la retraite tant souhaitée en une lamentable faillite ? C'est ce que je voudrais essayer d'ébaucher ici.

Avant tout, il ne faut à aucun prix se laisser surprendre par la retraite. On doit s'y préparer méthodiquement des années à l'avance. Il faut, bien avant le moment fatidique, se représenter exactement ce que sera la retraite et comment on remplira les heures devenues libres. Il faut regarder bien en face les difficultés de tout ordre, financières autant que morales, qui se trouveront fatalement sur notre chemin, en cherchant par avance à leur trouver une solution. Nous connaissons tant d'hommes qui vivent sans jamais se soucier du lendemain et qui, une fois l'âge venu, sont totalement désarmés devant l'adversité et même devant les contrariétés ; ceux-là sont vaincus d'avance !

C'est une grande tâche pour les retraités que de trouver un rythme harmonieux à leur vie nouvelle. C'est peut-être le problème le plus difficile qui se soit posé à eux de toute leur vie ; le résoudre demande beaucoup d'efforts et de sagesse.

Trop souvent l'on taxe les vieillards de passivité ou d'inertie. Quand on parle de la vieillesse, on y associe automatiquement la notion d'assurance vieillesse ou d'aide aux vieux. Cependant, quelque admirables que soient nos œuvres de solidarité envers les personnes âgées de notre pays, elles ne sont pas tout. Nous ne devons pas craindre de les accompagner de conseils aux vieillards eux-mêmes, leur rappeler que leur âge leur impose, en même temps qu'un nouveau mode de vie, de nouveaux devoirs, pas toujours très faciles à remplir. Toute adaptation est un effort, ne l'oublions jamais.

Il est très utile d'agiter ce problème souvent. Le fait d'en parler, de sentir aussi que l'on n'est pas seul à devoir le résoudre est déjà une libération. Nous aimerions ici énoncer quelques conseils sur le comportement que doivent adopter les vieillards à l'égard de leur propre problème, au moment où ils prennent leur retraite. Nous examinerons ensuite quelques questions d'ordre pratique sur l'existence du retraité.