

## Conditions de vie des pensionnés

# Comment « retraiter » les seniors ?

**Les pensionnés bruxellois vivent de plus en plus mal leur retraite. Selon une enquête Solidaris publiée lundi, 62% estiment que leur employeur ne les a pas suffisamment informé.e et accompagné.e pour le passage de la vie active à la retraite. Un choc auquel il serait possible de se préparer.**

Cette grande enquête Solidaris - Sudpresse avait déjà été réalisée en 2015, et les nouvelles ne sont pas bonnes. L'institut s'inquiète de la détérioration des conditions de vie des néo-retraités.

Pour Ermeline Malcotte, chargée d'études à l'ASBL Espace seniors, ces résultats sont « le fruit d'un gouvernement de droite » et pointe du doigt la réforme des retraites de 2017. Ce nouveau système de pension aurait provoqué une hausse des dépenses individuelles des retraités et donc une dégradation « de la manière dont les retraités vivent et décrivent leur vie », précise la chargée d'étude.

Une majorité des répondants, soit 57,4%, craignent de devenir une charge pour leurs proches en plus de se sentir « démunis et inutiles ». Depuis 2015, ces deux sentiments se sont développés.

L'étude Solidaris constate également une dégradation des conditions de fin de carrière. Ainsi, 49,7% citent le stress comme raison de pré-retraite, contre 35,3% en 2015. Pour Ermeline Malcotte, la solution serait d'assurer la formation des plus âgés jusqu'à la fin de leur carrière, avec la même accessibilité que celle dont bénéficient les jeunes employés. « Reconnaître leur expérience est essentiel, de même que l'adaptation des conditions de travail à leur âge » complète-t-elle. Le maître

mot pour apprécier sa retraite ? « L'anticipation ».

### Anticiper le changement de vie

« Préparez-vous ! » est la formule magique que Christian Debast répète lors de ses ateliers. Ancien directeur d'hôpital, il a lui aussi survécu au passage radical de la vie active à celle de retraité. Aujourd'hui bénévole chez Sequoia Ways, il propose des ateliers et des conférences sur la préparation à la retraite. Il se dit « coach en développement personnel ». Son objectif est d'aider les futurs retraités à envisager la conversion de leur temps consacré au travail en temps libre.

Lui aussi, le gap entre vie professionnelle et vie de retraité l'a bouleversé. Entre réunions et conférences, il explique qu'en tant que cadre dirigeant, il avait une vie très active et génératrice de liens sociaux. Ainsi, comme 24,6% des répondants, il s'est senti inutile au moment même où il a quitté son emploi.

À la tête d'une grande équipe, il se pensait conscient du choc que représenterait le passage à la retraite, mais « on prépare les autres toujours mieux que soi-même ».

En fait, cela faisait longtemps qu'il pensait à ce projet de coach de préparation à la retraite, mais il s'était inconsciemment exclu de la liste des concernés. Erreur, puisque selon lui, la préparation est primordiale. Lors de ses entretiens, il amène les personnes à se préparer à un temps libre beaucoup plus conséquent et de réfléchir à leurs valeurs de vie. Pour lui, « on se sent bien quand on fait vivre nos valeurs ». Ainsi, il met en pratique celle du partage dans le cadre de son activité de coach bénévole chez Sequoia. Pour lui, l'anticipation permet de réduire ce

sentiment d'inutilité.

### Des retraités en or

L'âge de la pension est le fruit d'un parcours et d'un savoir-faire trop inexploité. C'est l'avis de Delfina Garcia Vallejo, fondatrice du site Nabaka. Comme Christian Debast, elle voudrait changer la vision des retraités sur leur vie, mais aussi celle de la société.

« Nabaka, on peut le voir comme un gros album de famille », les retraités créent leur profil, postent leurs photos et proposent leurs talents. Sur le site, quelqu'un qui vient d'emménager peut facilement trouver un retraité spécialisé dans le bois pour construire sa nouvelle table à manger, par exemple. Les internautes deviennent demandeurs de retraités et « se rendent compte de leur utilité ».

Selon la fondatrice, les retraités ont du mal à reconnaître leurs talents acquis et vivent le fait de quitter leur emploi comme la fin du sentiment d'accomplissement personnel. Comme Solidaris ou Séquoia, elle s'indigne du constat sur leur sentiment d'inutilité. Ce dernier serait le résultat d'une société qui impose un regard biaisé sur le statut de retraité. Ainsi, l'erreur est « d'envisager la vie en deux temps, celui de l'apprentissage et du monde du travail ». Il existerait un troisième temps, celui de la transmission. Une fois pensionnés, les gens continuent à travailler plus ponctuellement et évoluent d'un statut d'employés à celui de quelqu'un qui transmet. Dans son dictionnaire, Delfina Garcia Vallejo préfère parler de « transmetteurs » plutôt que de « retraités ».

**Anaëlle LUCINA**