

# Après 50 ans **TOUS DES SUPER HEROS !**

Quand on jette un coup d'œil aux photos de Mamie à notre âge, on s'étrangle. C'est quoi cette mise en plis bleue et ces fringues mémères ? La quinquana n'a jamais été aussi jeune, quoi que la société en pense. Avec encore quarante ans d'espérance de vie, l'idée de changer de boulot et de refaire sa vie en séduit plus d'un(e). Facile ? Pas forcément...

Par Julie Gardett



On l'appelle la « génération sandwich ». Prise dans le tourbillon de la vie, tiraillée entre ses obligations familiales et ses envies d'ailleurs et de liberté, le désir d'être enfin soi-même.

Les quinquas : trop jeunes pour être vieux et trop vieux pour être jeunes, ils sont au four et au moulin H24, à surveiller comme le lait sur le feu de grands ados encore à la maison ou à accompagner ceux qui, partis du nid, appellent « Allô Maman bobo », voire à répondre aux sollicitations de leurs petits-enfants. Il n'est pas rare non plus pour eux d'aider des parents chahutés par l'âge : environ 2 millions d'enfants, âgés en moyenne de 54 ans, s'occupent de leurs parents vieillissants, et près des deux tiers sont des femmes (1). My God !

« Mon père, 89 ans, devient sénile, et ma mère, 87 ans, encore autonome, ne le supporte plus, se désespère Catherine, 55 ans, fleuriste. Un jour, il joue au Scrabble sans problème, et le lendemain il n'aligne plus deux mots de façon cohérente. Il oublie tout. Ma mère, très fatiguée, souhaite qu'il parte en maison de retraite, mais pour l'instant il ne veut pas en entendre parler. Ils habitent la maison d'à côté, ils nous sollicitent régulièrement mon mari et moi pour redémarrer leur box TV, prendre rendez-vous chez le cardiologue, s'occuper de leurs papiers... C'est devenu super lourd à porter. J'essaie en ce moment de faire

## UN PARCOURS DU COMBATTANT, MAIS PASSIONNANT : LE CHAMP DES POSSIBLES RESTE OUVERT !

jouer l'assurance dépendance de mon père. Il faut monter un dossier médical. Ça me prend un temps monstrueux. »

Voilà pour la famille. Et au boulot ? Mieux vaut serrer les fesses, vu la conjoncture, tant on est sûre de faire partie de la prochaine charrette de la World Company – parce que trop chère, pas assez productive et, prétendument, moins malléable. Licenciée ? Démissionnée ? On passe à la reconversion.

Tout ça en pleine ménopause, oui madame ! Une étape de vie en mode parcours du combattant... mais passionnant, car le champ des possibles reste ouvert. Puisqu'on vous le dit ! « À 50 ans, on s'interroge : les enfants vont bientôt quitter la maison, leur départ va nous confronter à cet homme avec qui on vit depuis vingt-cinq ans. Est-ce qu'on est toujours en

phase ? Avec Antoine, je m'étais oubliée en tant que femme, raconte Héloïse, 54 ans, comptable, divorcée depuis trois ans et à nouveau en couple. On n'était plus un couple amoureux, ni même sexuel. C'était comme si je cohabitais avec un pote. Je ne vibrais plus. Et j'avais envie de vibrer ! Casser l'unité familiale, c'est difficile, mais nos filles étaient grandes et autonomes... ça m'a aidée à prendre la décision de divorcer pour me retrouver. Bien sûr, c'est une prise de risque, et pas que financière. Tu es seule, sans filet – mais c'est tout l'intérêt. Nicolas a été ma bulle d'oxygène, avec lui, les vibrations sont intenses... Avoir une nouvelle personne qui te regarde, qui te valorise car elle est amoureuse, c'est bon ! »

« En 1945, la retraite était à 65 ans et l'espérance de vie d'à peu près 67 ans et demi, décrypte Serge Guérin, auteur des *Quincados* (éd. Calmann-Lévy). Aujourd'hui, quand vous avez 50 ans, il vous reste à peu près quarante ans à vivre. La perspective n'est pas la même. Vous n'allez pas changer le sens de toute votre vie pour trois ans mais, en revanche, pour quarante, ça oui. »

Le sociologue spécialiste des enjeux



du vieillissement et de la solidarité a étudié une nouvelle génération de quinquas surnommés les « quincados », terme apparu dans une étude réalisée par Ipsos en 2013, mais passé assez inaperçu à l'époque. « Un quincado assume de vieillir mais ne veut pas qu'on lui impose son destin au prétexte qu'il a dépassé la limite d'âge, explique-t-il. C'est une femme ou un homme qui préfère le risque des ennuis au risque de l'ennui. C'est un peu le bobo qui a pris de l'âge, plutôt citadin, même si c'est un peu caricatural. Ce quinquas connaît une seconde adolescence avec l'expérience et parfois la carte bleue qui va avec. Il se donne confiance et le droit de pouvoir inventer sa vie. L'âge, ce n'est pas que les cheveux blancs, les rides ou la bedaine, il y a aussi un côté jouissif. Vous quittez votre boîte et vous tentez votre chance, vous vous séparez, etc. – même si c'est risqué. Vous continuez à vivre car vous êtes en mouvement. »

### Libre d'être enfin soi-même

Illustration de cet appétit de vivre des quinquas, au milieu de leur vie, l'explosion des « greys divorces », selon une étude de l'Institut national d'études démographiques (Ined) parue en février 2021. En 1996, les divorces impliquant une femme de plus de 50 ans représentaient 11 % de l'ensemble des divorces, vingt ans plus tard, ils en représentaient 29 %. Les quinquas, qui n'ont plus rien à voir avec leurs aînés, vivent souvent plusieurs unions dans une même vie. Un quart des hommes et des femmes de 50 ans ont déjà connu au moins deux unions, contre 4 % des hommes et 5 % des femmes du même âge dans les années 1980. « Les quinquas ont changé par rapport à leurs parents, ils sont en meilleure santé, et les normes sociales ont évolué, analyse Anne Solaz, directrice de recherche à l'Ined et auteure de l'étude. Reformuler une union est tout à fait envisageable au regard de la société, beaucoup plus qu'il y a vingt ans. »

« Aujourd'hui, je me sens moi-même, poursuit Héloïse. Je suis fière de ce que j'ai accompli toute seule. J'ai divorcé, acheté un appart, et je l'ai revendu avec une plus-value, ce qui m'a permis d'acheter ma maison. Pour l'instant, c'est chacun chez soi. Nicolas a ses attentes d'indépendance et moi les miennes. L'idée est de ne pas, avec l'expérience du couple que l'on a, refaire la même chose. On ne veut plus se fondre l'un dans l'autre. » Exit le couple traditionnel, surtout pour les ►►

### LES QUINQUAS EN CHIFFRES

- En 2021, près de 27 millions de Français ont 50 ans et plus, soit 40 % de la population.
  - 54 ans, c'est l'âge moyen auquel les femmes deviennent grands-mères (et 56 ans celui auquel les hommes deviennent grands-pères).
  - 7 % des grands-mères s'occupent quotidiennement de leurs petits-enfants.
  - 80 % des moins de 25 ans perçoivent des aides de leurs proches, soit en dons d'argent, soit en soutien matériel.
  - 23 ans, c'est l'âge moyen des filles lorsqu'elles déménagent de chez leurs parents, contre 24 ans et 4 mois pour les garçons.
  - 1969 : le concept d'âgisme (discrimination liée à l'âge) apparaît pour la première fois dans une publication du gérontologue américain Robert Butler.
  - 86 % des PDG des 120 plus grandes entreprises françaises sont des hommes, et la plupart ont plus de 50 ans.
  - En 1740, l'espérance de vie était de 25 ans. En 1900, de 45 ans. Et en 2020, de 85,2 ans pour les femmes et de 79,2 ans pour les hommes.
  - 33,3 % des plus de 50 ans ont des rapports sexuels au moins 3 fois par semaine.
- Sources : Insee, Ined, Enquête Share, Eurostat, Observatoire des inégalités, Terre des Seniors.



## “RENDRE VISIBLES LES FEMMES DE PLUS DE 50 ANS EST UN ENJEU DE SOCIÉTÉ”

**Avec le collectif AAFA-Tunnel de la comédienne de 50 ans, l'actrice Marina Tomé\* se bat pour que cessent à l'écran les discriminations liées à l'âge. Explications.**

**Pourquoi les femmes disparaissent-elles des écrans après 50 ans ?**

**Marina Tomé :** Alors même qu'une femme majeure sur deux en France a plus de 50 ans, seuls 8 % des rôles des films français sont attribués à des comédiennes de cet âge [17 % pour les hommes, nldr]. Au cinéma comme dans la société, la femme doit être un être désirable, « baisable », prêt à enfanter. En dehors, elle n'existe pas. Pourquoi met-on au rebut les femmes ménopausées ? Pourquoi ne reconnaît-on pas aux femmes comme aux hommes l'avantage de la maturité ? L'âgisme reste le dernier tabou.

Les comédiennes qui en parlent en public sont même parfois blacklistées par les producteurs et les chaînes !

**Quelles sont les conséquences pour notre société ?**

**M.T. :** L'invisibilité des comédiennes de plus de 50 ans est une double violence. D'une part, pour les femmes de cet âge qu'on fait disparaître, mais aussi pour les adolescents, filles comme garçons, qui n'ont pour modèles de femmes que ceux stéréotypés par l'œil masculin. Il y a là un véritable enjeu de société.

**Faut-il établir des quotas pour faire bouger les mentalités ?**

**M.T. :** C'est très compliqué, car on ne peut pas imposer à un réalisateur le choix de ses acteurs. Pourtant, une fiction véhicule des normes, des valeurs, des modèles, et donc nous avons tous des responsabilités en tant que scénariste, producteur, etc. Qu'est-ce qu'une société raconte en évinçant les femmes de plus de 50 ans ? Une prise de conscience a été opérée dans la profession. Les choses bougent, mais lentement. La seule chose que nous pouvons faire, c'est de continuer à sensibiliser l'opinion.

\* Qui l'a fondé et dont elle est coreprésentante.

►► femmes quinquagénaires, de plus en plus adeptes du chacun-chez-soi. Elles veulent garder leur autonomie et n'ont peut-être pas envie d'effectuer à nouveau la majorité des

tâches ménagères, et les hommes sont peut-être moins capables de vivre seuls, surtout quand ils ont déjà été en couple. « *On a de plus en plus de chances de reformer un couple si on est un homme, quel que soit son âge, et d'autant plus avec de hauts revenus* », souligne Anne Solaz. Pour les femmes, c'est exactement l'inverse.

Ce sont aussi elles qui « *questionnent le plus souvent la relation au sein de la famille traditionnelle* », ajoute Éric Trappeniers, psychologue et psychothérapeute de la famille et du couple, directeur des Instituts d'études de la famille et auteur de *C'est ma place !* (éd. Dunod). *Quand les enfants s'en vont, le syndrome du nid vide peut survenir. Les femmes, qui s'occupaient de plein de choses, vont interroger leur conjoint sur le sens à donner à leur relation. C'est un peu différent dans les familles recomposées, celles que je reçois le plus souvent, car l'attachement n'est pas identique si vous vivez depuis quelques années ensemble ou si vous avez vécu en couple pendant vingt-cinq ans. Il y a moins d'enjeux au niveau des relations conjugales. L'expérience d'avoir changé de relation une ou deux fois fait que les gens ne vivent pas forcément pour construire des choses dans leur vie, mais davantage dans l'immédiateté, ce ne sont pas tout à fait les mêmes principes de vie.*

*En conséquence de quoi, l'idée de se séparer surgit plus rapidement que l'envie de trouver des solutions pour rester ensemble.* »

## L'âge de la péremption pro ?

Si les quinquas se sont plus ou moins affranchis des diktats de la société en matière de mœurs, et s'ils peuvent, désormais, de plus en plus s'afficher tels qu'ils sont et avoir ou non une vie sexuelle et amoureuse sans se préoccuper du qu'en-dira-t-on, il est un domaine où l'on atteint dès 45 ans la date de péremption : bienvenue dans le monde impitoyable de l'entreprise ! Ici-bas, la parité est une réalité : hommes comme femmes se cognent méchamment contre le plafond de verre de l'âgisme... excepté aux postes de direction, captés par ces messieurs de plus de 50 ans. « *Alors que j'ai débuté avec ordinateur et Internet – OK, qui moulaient grave à l'époque –, il n'est pas rare qu'on m'explique ce qu'est TikTok, comme si j'étais un dinosaure* », s'énerve Marion, une journaliste freelance de 47 ans. *C'est assez fascinant de voir comment, passé 40 ans, je suis devenue bonne à jeter, de façon extrêmement brutale. Je me souviens que, juste après mon inscription au chômage en 2019, alors que je déjeunais avec l'un de mes anciens chefs, bistrot de relancer mes contacts, il m'a dit : "À 45 ans, ne te fais pas d'illusions, tu es vieille pour le boulot." La claque ! C'était pour lui une réalité implacable, qu'il avait lui-même subie quelques années plus tôt. Deux ans après, je n'ai toujours pas trouvé de place fixe. Le secteur de la presse écrite étant en crise, j'envoie régulièrement des candidatures pour des postes de responsable ou de rédactrice sur le Web, mais la moyenne d'âge des équipes digitales est de 30 ans. Je ne me sens pas vieille, vraiment pas. J'ai de l'expérience, de l'envie, je sais où je vais, je sais qui je suis et je sais ce que je veux. Seule solution, me reconverter. Je passe un concours pour devenir enseignante.* » Le cas de Marion est loin d'être isolé, car, si le taux d'emploi des seniors est quasiment équivalent à celui des plus jeunes, mieux vaut éviter la sortie de route, qui peut s'avérer définitive. Ainsi, 58 % des 50 ans et plus sont en chômage de longue durée, contre 38 % des 25-49 ans (2).

« *Les jeunes seniors sont confrontés à une discrimination liée à leur âge*, confirme Anne Brunel, accompagnatrice bénévole de chercheurs d'emploi à Rambouillet pour l'association Solidarités nouvelles face au chômage (SNC). *À l'occasion de changements des ►►*

► structures managériales, ils se retrouvent avec des jeunes N+1 qui les soumettent à des évaluations très strictes : une façon de les pousser vers la sortie. Certains s'obstinent pour se réorienter dans l'entreprise, d'autres jettent l'éponge et se disent que c'est l'occasion de se reconverter. Tous ceux que j'ai accompagnés ont parfaitement identifié ce qu'ils veulent. » Et comme c'est souvent compliqué de réapprendre un métier en se trouvant dans les starting-blocks avec des jeunes tout aussi compétents – qu'un employeur préfère embaucher, même à salaire équivalent –, les quinquas se lancent dans l'entrepreneuriat : 21,4 % des 50 ans et plus sont créateurs d'entreprise (3).

Pourquoi dans le monde de l'entreprise est-on bon pour la casse aussi jeune ? « Après 45 ans, on considère déjà les gens comme des seniors, dépassés, et il faut réfléchir à comment s'en débarrasser, abonde Serge Guérin. J'exagère un peu, mais il y a un procès en vieillissement précoce dans le monde de l'entreprise extrêmement puissant. Il existe plusieurs raisons à cela. On a fonctionné longtemps dans ce pays avec l'idée que les salariés sont un peu une charge. Si on pouvait faire des systèmes où ils seraient moins présents, ce ne serait pas plus mal, donc on a plutôt cherché à mécaniser, à moderniser, et

## LA CRISE DE LA CINQUANTAINE AURAIT-ELLE REMPLACÉ CELLE DE LA QUARANTAINE ?

on a commencé par évincer les plus âgés. Et on en est encore là. » Il y avait aussi jusqu'à présent un consensus sur le départ à la retraite entre les salariés (qui veulent partir tôt), l'État (quand il était à gauche et que la retraite à 60 ans incarnait la conquête sociale et faisait mécaniquement baisser le chômage), et le patronat, qui se disait : « Chouette ! On peut recruter des gens moins chers et [prétendument] plus efficaces. » « Il y avait un intérêt commun, poursuit le sociologue, de les mettre dehors, mais sans du tout intégrer la question de l'augmentation de l'espérance de vie. Ces mauvaises

habitudes prises font que, dans l'entreprise, on voit plutôt quelqu'un d'âge comme une charge plutôt que comme quelqu'un qui apporte de l'expérience, et c'est resté très ancré. »

La crise de la cinquantaine aurait-elle remplacé celle de la quarantaine ? Le concept de crise est très « ancien monde » pour Serge Guérin, qui préfère mettre en avant le « flou générationnel ». Le fait de

vouloir donner « du sens » à son travail, d'être sensibilisé aux « questions écologiques », par exemple, révèle des valeurs communes, intergénérationnelles, qui lient les jeunes aux plus âgés plus qu'ils ne les séparent. « L'âge a rajeuni, résume le sociologue. Les quinquas prennent leur destin en main, pas pour révo-

lutionner le monde, mais pour faire leur propre révolution personnelle, qui, parfois, contribue à améliorer la situation du monde. » Pas besoin de s'engager à Médecins sans Frontières pour faire bouger les lignes. Donner du sens à son existence, c'est ajouter sa pierre à l'édifice : consommer bio, vintage, recycler pour lutter contre l'obsolescence programmée, s'investir dans la politique locale ou une association – et ils sont nombreux après 50 ans –, pour aider des jeunes déscolarisés, des personnes très âgées ou touchées par le handicap. Et si, passé 50 ans, on était tous des superhéros ordinaires ? ■

(1) Les dossiers de la Dress, n° 45, novembre 2019. (2) et (3) Insee, 2019 et 2018.

### LE MOT DE SOPHIE

© BENJAMIN DECOIN



Nous, les quinquas, avons gagné des années sur nos aînées et repoussons inexorablement les assauts de l'âge : nous y travaillons, nous ne nous laissons pas aller, nous veillons à notre alimentation, à notre forme physique, à notre apparence, à notre bien-être psychologique... Oui, on doit gérer, mais nous sommes de sublimes quinquagénaires, voire sexagénaires et même septuagénaires qui ouvrent la voie et démontrent qu'on peut être désirable, performante, et surtout crédible après cette supposée date de péremption. Que pensez-vous de Claire Chazal, Ines de la Fressange, Carole Bouquet, Sophie Marceau, Michèle Laroque, Muriel Robin, Sandrine Bonnaire, Julia Roberts ? Ou des inoxydables et sublimes Catherine Deneuve, Isabelle Huppert, Isabelle Adjani, Nathalie Baye, Meryl Streep et tant d'autres anonymes ! Et comment ne pas saluer la magnifique et brillante épouse de notre président de la République, Brigitte Macron, qui résiste avec courage et dignité aux critiques insidieuses sur son âge et sur son couple, et qui, forte de cette attitude, provoque l'admiration et le respect ? Cette façon d'afficher crânement les années qui la séparent de son mari contribuera sans nul doute à faire évoluer les mentalités ! De mon côté, je suis fière de vous prouver quotidiennement qu'on peut être active, séduisante et productive dans cette période de vie. La cinquantaine... C'est le début d'une nouvelle phase, où l'on recommence à penser à soi et à se faire du bien. Une nouvelle adolescence teintée de maturité, où l'on va au bout de ses envies, sans perdre de temps avec ce qui n'en vaut pas la peine !



© ISTOCK