

SOMMAIRE

Note au lecteur	9
Introduction	11
Chapitre 1 - Senior ? Témoins et dialogues	19
Gérard B. : reprendre la main sur sa vie	21
Patrick C. : sur la brèche.....	25
Bernard H. : primauté du spirituel.....	30
Patrick L. : tout à tous.....	34
Lysiane H. : l'énergie toujours première!	37
Patrick L.T. : maintenir le cap, mais jusqu'à quand?.....	42
Louis C. : accepter le temps qui passe en donnant	44
Frantz B. : toujours faire face.....	48
Jeanne N. : pourquoi pas une nouvelle vie?	52
Augustin S. : toujours avancer.....	56
En conclusion des entretiens	63
La réussite	64
La relation aux autres	64
Le rapport au temps	64
L'envie de réalisation	65
La relation au passé.....	65
La relation à l'avenir.....	65
Chapitre 2 - Senior, faits et tendances	67
1 - Les tendances et les chiffres	69
Tendances : la dystopie et l'utopie.....	69
Les données et les chiffres	73

LA RÉUSSITE DES SENIORS

2 - Vieillir.....	75
Qu'est-ce que la vieillesse ?	75
3 - La forme et la santé	79
Tout se dégingue ?	79
La vie sobre ?	81
4 - L'état d'esprit	82
Rétrécissement.....	82
Force du présent et de l'instant.....	83
Avoir des projets.....	84
Donner un sens à la vie	84
5 - L'envie de connaissances.....	86
6 - Le rapport au temps	88
Vision du temps.....	88
Glaciation du temps et de la mobilité.....	89
7 - Les ressources.....	92
Ne pas oublier les risques, la solitude et la « clameur des pauvres »	93
Ne pas oublier la « clameur des jeunes »	93
8 - L'activité, l'accomplissement.....	94
Âge et création.....	95
Âge et activité	97
Âge et entreprise	100
9 - Les relations avec les personnes aimées, connues, inconnues ..	106
Les relations connues.....	106
Les relations lointaines ou inconnues, nouvelle richesse ?	107
Chapitre 3 - Senior, désirs et volonté	111
Chapitre 4 - Senior, projets et avenir.....	141
Annexes.....	165
Questionnaire.....	165
Bibliographie.....	166
À propos de l'auteur.....	169