

Université Paris Descartes
Faculté des Sciences Humaines et Sociales
Sorbonne
Département de Sciences Sociales

Master 1
Master CESSA Conso Com
2016/2017

TOME 2

Annexes



GRELAUD Marie-Eugénie
MUNDLER Agathe
PACE Matthieu

Sous la direction de
Valérie Sacriste
Stéphanie Toutain

Table des annexes

1. Tableaux.....	3
2. Outils méthodologiques	9
2.1 Guide d'entretien	9
Questions de départ	9
Problématisation.....	9
Hypothèses.....	9
Introduction	10
Consigne.....	11
Thèmes.....	11
Conclusion.....	15
2.2 Tableau signalétique.....	16
3. Retranscriptions	18
4. Chartes d'engagement non plagiat	687

1. Tableaux

Tableau 1 : Evolution des politiques de santé publique

Action	Date	Description
Création de maisons d'hospitalité	4e et 5e siècle	Accueillir les malades et les personnes âgées
L'hôpital devient une institution	6e siècle	L'hôpital est soumis à l'autorité du Clergé
Création de léproseries	12e siècle	Faire sortir les maladies contagieuses de la ville
Création du premier hôpital de Paris	1260	Louis IX créé le Quinze-Vingt
Création des Hôtel-Dieu partout en France	1662	A la suite du développement des villes, l'hôpital créé de nouvelles formes d'assistance
Loi du 16 vendémiaire de l'an V	1796	Les institutions administratives municipales sont responsables des hôpitaux
Loi du 21 décembre 1941	1941	L'hôpital devient accessible à tous
Décret du 17 avril 1943	1943	L'hôpital a désormais une vocation sanitaire
?	1945	Instauration d'un tarif journalier pour les hospitalisations
Réforme Debré	1958	Création des Centre Hospitaliers Universitaires et modernisation des hôpitaux
Loi Neuwirth	1967	Autorisation de la contraception
Loi Veil	1975	Légalisation de l'Interuption Volontaire de Grossesse
Loi du 31 décembre 1970	1970	Création de la carte sanitaire et du Service Public Hospitalier
Loi CMU	1999	Création d'une Couverture Maladie Universelle de base et d'une CMU complémentaire
Loi Kouchner	2002	Droits des malades et qualité du système de santé
Loi de santé publique	2004	Définition d'objectifs prioritaires de santé et de plans stratégiques pour 5 ans Elaboration d'un plan régional de santé publique
Loi Douste-Blazy	2004	Instauration du parcours de soin : du médecin traitant et dossier médical personnel Création des Hautes Autorité de Santé

Annexes

Loi Hôpital, Patients, Santé et Territoires	2009	Modernisation des établissements de santé, de l'accès aux soins et de la prévention Nouvelle organisation territoriale de santé : création d'Agences Régionales de Santé et de Communautés Hospitalières de Territoire
Loi de modernisation du système de santé	2015	Prévention et la promotion de la santé Renforcer l'efficacité des politiques publiques Faciliter le parcours de santé
Loi LMSS	2016	Introduction du paquet de cigarettes neutre Généralisation du Tiers Payant

Source : Production personnelle

Tableau 2 : Listing des campagnes de prévention et d'information sur les maladies en 2016-2017

NOM	DATE
Le diner de la mode (SIDA)	fin janvier
Journée scientifique de la sidaction	début février
Semaine nationale contre le cancer	mi février
Au cœur du colon (exposition)	debut mars
Mars bleu (cancer colorectal)	mars
Journée mondiale contre l'endométriose	13-mars
Journée du sommeil	17-mars
Journée de l'allergie	21-mars
Sidaction	début avril
Candle light day (SIDA)	3ème dimanche de mai
Ma vie en rose, il faut que ça continue (cancer sein)	29-sept
Hug me (cancer sein)	29-sept
S'aimer - l'expo photo (sein)	sept-oct
Les chefs solidaires (SIDA)	06-oct
Octobre Rose (cancer du sein)	octobre
Movember (cancer de la prostate)	novembre
Arreter de fumer	novembre
Journée mondiale contre le diabète	14-nov
Journée mondiale de la lutte contre le SIDA	01-déc

Source : Production personnelle

Tableau 3 : Sentiment d'être vieux en fonction de l'âge (en pourcentages)

	Non	Oui	Total général
Moins de 25 ans	100	0	100
25-34 ans	99,84	0,16	100
35-44 ans	100	0	100
45-54 ans	99,24	0,76	100
55-64 ans	97,51	2,49	100
65 ans et plus	78,59	21,41	100
Total général	95,32	4,68	100

Sources : INSEE, Enquête Histoire de Vie, 2003

Champ : France métropolitaine

**Tableau 4 : Nomenclature des Professions et Catégories Socioprofessionnelles - PCS
2003, niveau 3**

Catégories socioprofessionnelles	
(42 postes dont 31 pour les actifs)	
11	Agriculteurs sur petite exploitation
12	Agriculteurs sur moyenne exploitation
13	Agriculteurs sur grande exploitation
21	Artisan
22	Commerçant et assimilés
23	Chefs d'entreprise de 10 salariés ou plus
31	Professions libérales
33	Cadres de la fonction publique
34	Professeurs, professions scientifiques
35	Professions de l'information, des arts et des spectacles
37	Cadres administratifs et commerciaux d'entreprise
38	Ingénieurs et cadres techniques d'entreprise
42	Professeurs des écoles, instituteurs et assimilés
43	Professions intermédiaires de la santé et du travail social
44	Clergé, religieux
45	Professions intermédiaires administratives de la fonction publique
46	Professions intermédiaires administratives et commerciales des entreprises
47	Techniciens
48	Contremaîtres, agents de maîtrise
52	Employés civils et agents de service de la fonction publique
53	Policiers et militaires
54	Employés administratifs d'entreprise
55	Employés de commerce
56	Personnels des services directs aux particuliers
62	Ouvriers qualifiés de type industriel
63	Ouvriers qualifiés de type artisanal
64	Chauffeurs
65	Ouvriers qualifiés de la manutention, du magasinage et du transport
67	Ouvriers non qualifiés de type industriel
68	Ouvriers non qualifiés de type artisanal
69	Ouvriers agricoles
71	Anciens agriculteurs exploitants
72	Anciens artisans, commerçants et chefs d'entreprise
74	Anciens cadres
75	Anciennes professions intermédiaires
77	Anciens employés
78	Anciens ouvriers
81	Chômeurs n'ayant jamais travaillé
83	Militaires du contingent
84	Élèves, étudiants
85	Personnes diverses sans activité professionnelle de moins de 60 ans (sauf retraités)
86	Personnes diverses sans activité professionnelle de 60 ans et plus (sauf retraités)

Source : <https://www.insee.fr/fr/information/2400059>

Tableau 5 : Les différentes médecines dans la modernité occidentale

Médecine occidentale « classique » ou « conventionnelle » ⇒ Modèle dominant		Médecines « alternatives » ou « complémentaires » ou « douces » ou « naturelles » ⇒ Challenger	
Modèle de connaissance	Hypothético-déductif <ul style="list-style-type: none"> • <i>Repose sur un savoir théorique</i> • <i>Savoir et savoir-faire constitué grâce à l'expérimentation</i> 	Modèle de connaissance	Empirique et inductif <ul style="list-style-type: none"> • <i>Pas de traité théorique : on parle d'énergies et de fluides.</i> • <i>Savoir-faire construit empiriquement et porté par la tradition</i>
Caractéristiques / Paradigme thérapeutique	<ul style="list-style-type: none"> • Logique rationnelle et désenchantée • Approche cartésienne de l'homme, fondée sur le strict dualisme entre le corps et l'esprit. • Conception mécanique du corps et de l'esprit, qui sont des entités entièrement objectivables. La psychiatrie est l'objectivation de l'esprit : un ensemble de molécules qui entre en interaction au niveau du cerveau. C'est une réalité substantielle /chimique que l'on peut traiter par des médicaments. • Conception fragmentée du corps. Une machine constituée d'une juxtaposition d'organes. La médecine est organisée autour de cette conception : il existe un spécialiste pour chaque fonction corporelle 	Caractéristiques / Paradigme thérapeutique	<ul style="list-style-type: none"> • Logique symbolique • La partie n'a de sens que dans le tout / dans l'ensemble • L'esprit est indissociable du corps • Les énergies et les fluides cristallisent cette indissociabilité.
Relation patient thérapeute	Verticale / Unilatérale Autorité Position du patient = passive	Relation patient thérapeute	Horizontale Confiance Position du patient = active
Typologie	Modèle unique	Typologie	Médecines traditionnelles héritées

Annexes

			<p><i>Ex : médecines de campagne : coupeurs de feu, magnétiseur, guérisseur</i></p>
			<p>Médecines traditionnelles importées</p> <p><i>Ex : acuponcture (médecine chinoise)</i></p>
			<p>Médecines de l'individu</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Adaptées aux enjeux / problématiques de la modernité⇒ Jonction corps-esprit- (+) individu⇒ Frontières poreuses avec la médecine conventionnelle : gélules etc. <p><i>Ex : naturopathie, phytothérapie, homéopathie</i></p>

Source : Production personnelle

2. Outils méthodologiques

2.1 Guide d'entretien

Questions de départ

- Comment les cinquantenaires appréhendent-ils leur santé et ses éventuels changements ?

Notre but est de saisir la vision de la vie à cet âge au travers de leur appréhension de la santé.

Problématisation

Notre étude porte sur la santé par le prisme de la sociologie de l'existence et donc non pas seulement au travers de la maladie mais aussi du corps, (de l'énergie physique et son apparence) et du mental (énergie psychique : agir, rebondir, résister ou pas).

- En quoi la santé peut constituer un outil d'analyse privilégié pour comprendre les enjeux existentiels qui se posent à l'entrée du vieillissement ?

Hypothèses

La santé est un domaine dans lequel l'individu fait une certaine expérience du vieillissement, du temps qui passe, comme il fait l'expérience du vieillissement professionnel dans le champ du travail ou du vieillissement esthétique etc. L'expérience du vieillissement en santé dépasse le simple cadre du champ sanitaire, c'est-à-dire de la maladie, du handicap et des institutions médicales. La question de la santé est également présente dans d'autres champs sociaux : dans le travail notamment, où elle apparaît sous couvert de la problématique de la performance. Aussi, l'expérience de la santé n'est-elle pas seulement l'un des multiples reflets de l'expérience du vieillissement, mais l'expérience même du vieillissement. Il est palpable dans le corps (physiquement et psychiquement). Elle synthétise dans des sensations ou dans un état sensible, à la fois le vieillissement concret, inscrit dans le corps et sa dégradation et à la fois le rapport au vieillissement, c'est-à-dire le rapport au temps qui passe, à soi, aux autres et au monde. En conséquence, la santé déclarée devient

un indicateur intéressant car cela peut servir de référence, pour évaluer le rapport au vieillissement - qui est aussi le jugement que les individus portent sur leur rapport à eux, à leur vie (passée, présente, future), mais aussi aux autres (les jeunes et les très vieux) et à la société. Par ailleurs on pense que l'expérience de santé est structurée par un effet d'âge. Les épreuves liées au vieillissement ne seraient pas caractéristiques de la génération X mais plutôt d'une tranche d'âge démographiquement parlant. Le fait de sortir de la jeunesse et de se rendre compte qu'on n'est plus éternel serait donc commun à tous les cinquantenaires. En revanche, l'expérience de santé est marquée par des histoires de vie et des trajectoires sociales. C'est-à-dire que le rapport à la santé des individus est conditionné par leur genre, leur culture sociale et familiale et leur parcours conjugal, professionnel et sanitaire.

Pour résumer, on pense que les individus de 45 à 60 ans vivent des épreuves communes. Cependant ils ne sont pas tous pareils puisqu'ils suivent certainement des parcours individuels biographiquement et socialement. C'est dans cette optique que la santé devrait être étudiée. Elle semble ne pas être uniquement une présence ou une absence de maladie, elle fait aussi partie du processus de vieillissement : commun à tous mais spécifique à chacun.

Nos futurs entretiens seront donc menés avec le guide d'entretien suivant. Il est centré sur les différentes composantes de la notion de santé, vue par 3 angles différents : soi, les autres et la société.

Introduction

Bonjour, je vous remercie d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi.

Je suis en master de socio et je travaille sur les 50 ans parce que l'on parle peu d'eux dans notre société.

Laisser parler et relancer => Reprendre phrase d'intro lorsque l'enquêté a fini

Je vous rappelle que cet entretien est enregistré et anonyme. Il sera retranscrit et utilisé dans le cadre d'un exercice universitaire. Je pourrais vous envoyer la retranscription si vous le souhaitez.

Consigne

Est-ce que le passage à la cinquantaine a changé quelque chose dans votre vie ?

Relance : Et au niveau de la santé ?

Thèmes

1. Mental

- **Soi**
 - La famille
 - Vous sentez-vous traité différemment par votre famille ? Cela a-t-il un effet sur vous (angoisse, colère, incompréhension) ?
 - Vous sentez-vous en décalage avec vos enfants ?
 - Ressentez-vous le besoin de vous retrouver au calme/seul(e) ? Souvent ?
 - Le travail
 - Que vous apporte votre travail ?
 - Votre activité vous convient-elle ?
 - Avez-vous redéfini vos priorités ? Si oui, pourquoi ?
 - Avez-vous déjà songé à changer de métier ? Pourquoi ?
 - Vous sentez-vous en décalage par rapport à d'autres employés ?
- **Les autres**
 - La famille
 - Pensez-vous avoir un statut particulier dans votre famille depuis vos 50 ans ?
 - Votre famille vous a-t-elle fait des réflexions sur votre vieillissement ?
 - Les collègues
 - Avez-vous l'impression d'être traité différemment à cause de votre âge ?
 - Vos collègues vous font-ils vous sentir vieux ?
 - Quel rapport entretenez-vous avec vos collègues plus jeunes ? Plus âgés ? Du même âge ?
 - Vous sentez-vous mis en danger par vos collègues plus jeunes ? si oui pourquoi ?
 - Ressentez-vous de la reconnaissance de la part des autres ? Pensez-vous que ça devrait être le cas ?
- **La société**
 - Les institutions sanitaires
 - Vous sentez-vous visé par les campagnes de prévention sanitaire ? Si oui lesquelles et pourquoi ?
 - Pensez-vous qu'elles soient adaptées à l'ensemble des cinquantenaires ?
 - Vous sentez-vous concerné quand on parle de population dite "à risque" ?

- L'entreprise
 - Vous considérez-vous comme un "sénior" ?
 - Pensez-vous que l'on prend assez en considération les "sénior" ?
 - Êtes-vous considéré comme ayant de l'expérience ?
 - Etes-vous utile à l'entreprise ?

2. Corps

- **Soi**
 - Esthétique
 - Que pensez-vous de votre corps ?
 - Avez-vous remarqué des changements depuis que vous avez 50 ans ? Si oui, lesquels ?
 - Cela vous impacte-t-il au quotidien ? Si oui, de quelle façon ?
 - Pensez-vous qu'il est important de prendre soin de son apparence/corps ? Si oui pourquoi ? D'autant plus à 50 ans ? Si oui pourquoi ?
 - Avez-vous constaté une baisse de la vue ? De l'ouïe ?
 - Sport
 - Faites-vous du sport ? Si oui lequel et à quelle fréquence ?
 - Pour quelle raison en faites-vous ?
 - Alimentation
 - Avez-vous changé vos habitudes alimentaires ? Pourquoi ?
 - Qu'avez-vous supprimé ? Rajouté ?
 - Travail
 - Vous sentez-vous au maximum de vos capacités ?
 - Avez-vous plus de difficultés à effectuer certaines tâches ?
 - Vous êtes-vous déjà senti(e) obligé(e) de déléguer ?
 - Bénéficiez-vous d'avantages dus à votre âge ?
- **Les autres**
 - Esthétique
 - Certaines personnes vous-ont-elles fait des remarques sur votre physique ?
 - Cela a-t-il eu un impact sur vous ?
 - Vos pairs vous renvoient-ils une image spécifique ? si oui laquelle ?
 - Pensez-vous faire plus ou moins vieux que vos amis ?
 - Sport
 - Faites-vous du sport seul(e) ou avec des amis/de la famille ?
 - Vos proches vous ont-ils poussé à faire plus de sport ?
 - Alimentation
 - Votre médecin vous a-t-il fait des remarques qui vous auraient fait changer vos habitudes alimentaires ?
 - Votre entourage vous a-t-il poussé à changer vos habitudes alimentaires ?
- **La société**
 - Esthétique
 - Pensez-vous « faire » votre âge corporellement ?

- Selon vous quand est-on « vieux » ?
- Sport
 - Les campagnes de sensibilisation contre le surpoids vous ont-elles incité à faire/reprendre le sport ?
- Alimentation
 - Avez-vous connaissance des recommandations sanitaires ? Les suivez-vous ? Pourquoi ?
 - Les études scientifiques vous ont-elles fait changer vos habitudes ?

3. La santé-maladie

- **Soi**
 - Représentations de la santé et de la maladie
 - Pour vous qu'est-ce qu'être en bonne santé ?
 - Quand on vous dit "maladie", à quoi pensez-vous ? Vous sentez-vous concerné ? Si oui, de quelle façon ?
 - Certaines maladies vous font-elles peur ? si oui lesquelles et pourquoi ?
 - Le système de soins
 - Comment faites-vous pour vous soigner ?
 - Avez-vous recours à des médecines alternatives ? Si oui lesquelles ?
 - L'état de santé
 - Êtes-vous souvent malade ? Cela a-t-il changé par rapport à avant ?
 - Avez-vous des antécédents familiaux dans certaines maladies ?
- **Les autres**
 - Représentations de la santé et de la maladie
 - Pour vos amis, vieillir est-il dégradant ?
 - Le système de soins
 - Certains de vos amis ont-ils recours à des médecines alternatives ? Cela vous a-t-il poussé à essayer ? Pourquoi ?
 - L'état de santé
 - L'état de santé de vos amis vous a-t-il impacté de quelque manière que ce soit ?
 - Êtes-vous inquiet par rapport à leur santé à cause de leur âge ?
- **La société**
 - Représentations de la santé et de la maladie
 - Que pensez-vous du dépistage ? Le faites-vous ?
 - Que pensez-vous de la vaccination ? Les faites-vous ?

4. Etapes/cycle de vie

- **Soi**
 - Bilan sur le passé
 - Quels changements avez-vous ressentis depuis que vous avez 50 ans ?
 - Diriez-vous que vous êtes heureux ? Plus ou moins qu'avant ?

- Votre vie actuelle vous satisfait-elle ? Pour quelle(s) raison(s) ?
- Le quotidien
 - Comment vous sentez-vous au quotidien (mentalement et physiquement) ?
 - Vous sentez-vous souvent au maximum de vos capacités (mentales et physiques) ?
 - Avez-vous peur du temps qui passe ?
 - Vous sentez vous vieux ?
 - Quelle image de vous-même vous renvoient les autres ? Cela est-il différent en fonction des pairs et des plus jeunes ? Cela vous dérange / inquiète-t-il ?
 - A quoi pensez-vous quand on parle de vieillesse/du vieillissement ?
 - Avez-vous besoin de temps pour vous ?
 - Avez-vous besoin de vous ressourcer ?
- L'avenir
 - Comment voyez-vous votre avenir ?
 - Avez-vous peur de tomber malade ? Si oui, de quelle maladie en particulier et pourquoi ?
 - Avez-vous peur de vieillir ?
 - Avez-vous peur de mourir ?

5. Les questions de portrait (socio-démo)

- Sexe
- Age
- Profession
- CSP
- Parcours professionnel
- Niveau de diplôme
- Lieu d'habitation (et parcours géographique)
- Situation familiale et matrimoniale (nombre d'enfants et leurs parcours scolaires)
- Profession et situation des parents
- Confession religieuse (peut éventuellement conditionner un certain rapport à la vie)

Conclusion

Merci d'avoir fait cet entretien avec moi. Avez-vous quelque chose à ajouter ?

Pour conclure :

- En quelques mots, qu'est-ce que la santé à 50 ans selon vous ?
- Comment était votre santé il y a 10 ans et comment la voyez-vous dans 10 ans ?

Quel âge leur donnez-vous ? (*montrer deux photos : deux d'un corps de femme et deux d'un corps d'homme qui ont les mêmes âges mais des corps différents*)

Pourriez-vous me donner 3 mots pour définir votre état de santé actuel / pour définir le système de santé / votre vision de la santé

Annexes

2.2 Tableau signalétique

Enquêteur	Pseudo	Sexe	Age	Métier PCS	Niveau scolaire	Situation familiale	Lieu d'habitation	Variables significatives	N° d'entretien Type Durée
Agathe	Patrice	♂	49	Responsable paie groupe 47. Professions intermédiaires administratives et commerciales des entreprises	Bac +5	Célibataire Sans enfant	Livry-Gargan (93190)	Catholique Travail ++	1/10 Exploratoire 87 min
Agathe	Geneviève	♀	52	Conseillère Pôle emploi 43. Professions intermédiaires de la santé et du travail social	Bac+3	Divorcée 3 enfants	Paris (75012)	Apparence ++ Famille ++ Multiples emplois successifs Catholique	2/10 Semi-directif 125 min
Agathe	Véronique	♀	48	Relations publiques et communication externe 33. Cadre de la fonction publique	Bac+2	Mariée 3 enfants	Paris (75012)	Catholique Arrêt maladie qui l'empêche de travailler	3/10 Semi-directif 144 min
Agathe	Philippe	♂	60	Responsable promotion et événementiel 37. Cadre administratif ou commercial d'entreprise	Bac +2	En couple sans enfants	Paris (75000)	Catholique Travail ++ Prévention ++ Autocontrôle	4/10 Semi-directif 136 min
Agathe	Annie	♀	49	Responsable marketing direct 37. Cadre administratif ou commercial d'entreprise	Bac+2	En couple 2 enfants	Chatou (78400)	Communication ++ Origine parisienne Famille ++ Conjoint qui a aussi connu une grave maladie	5/10 Semi-directif 115 min
Agathe	Laurine	♀	56	Professeur des écoles 42. professeur des écoles, instituteurs et assimilés	Bac+2	Divorcée 2 enfants	Annet sur Marne (77410)	Sport +++ Travail +	6/10 Semi-directif 80 min
Agathe	Marie-Rose	♀	55	Professeur des écoles 42. professeur des écoles, instituteurs et assimilés	Bac+2	Mariée 2 enfants	Villeparisis (77270)	Travail + Famille ++	7/10 Semi-directif 121 min
Agathe	Elisabeth	♀	51	Professeur des écoles 42. professeur des écoles, instituteurs et assimilés	Bac+5	Célibataire Sans enfant	Tremblay (93290)	Sport ++ Travail ++ Activité bénévole +++	8/10 Semi-directif 79 min
Agathe	Martine	♀	46	Auxiliaire de vie sociale 43. professions intermédiaires de la santé et du travail social	CAP	En couple 1 enfant et 3 enfants par alliance	Longwy (54400)	Maladie ++	9/10 Semi-directif 88 min
Agathe	Christelle	♀	45	Responsable dans l'immobilier 37. cadres administratifs et commerciaux d'entreprise	Bac+3	Divorcée 2 enfants	Lyon (69001)	Médecines alternatives +++	10/10 Semi-directif 99 min
Marie-Eugénie	Natacha	♀	51	Couturière libérale 31. Professions libérales	Bac +2	Mariée 3 enfants	Chatou (78400)	Famille ++ Science +	1/10 Exploratoire 63 min
Marie-Eugénie	Jojo	♂	56	Gestionnaire national flotte automobile 37. Cadre administratif ou commercial d'entreprise	Bac +2	Marié 4 enfants	Saint-Maur-des-Fossés (94100)	Science ++ Travail ++ Corse	2/10 Exploratoire 84 min
Marie-Eugénie	Fabien	♂	45	Agriculteur éleveur 13. Agriculteur sur grande exploitation	Bac	Divorcé En couple 3 enfants	Lieudit Les Forges, Saint Germain Beaupré (23160)	Divorce difficile Amour fort pour ses enfants	3/10 Semi-directif 99 min
Marie-Eugénie	Luc	♂	58	Ostéopathe 31. Professions libérales	Bac +5	Divorcé En couple 2 enfants	Joinville-le-Pont (94340) et Lieudit Proges, Saint Germain Beaupré (23160)	Curiosité scientifique Domaine médical Amour fort pour ses enfants	4/10 Semi-directif 146 min
Marie-Eugénie	Carole	♀	50	Professeure de mathématiques au collège et lycée 34. Professeurs, professions scientifiques	Bac +5	Mariée 3 enfants	Chatou (78400)	Catholique Science ++	5/10 Semi-directif 110 min

Annexes

Enquêteur	Pseudo	Sexe	Age	Métier PCS	Niveau scolaire	Situation familiale	Lieu d'habitation	Variables significatives	N° d'entretien Type Durée
Marie-Eugénie	Anne-Sophie	♀	47	Responsable promotion et événementiel 37. Cadre administratif ou commercial d'entreprise	Bac+5	Mariée 3 enfants	Le Chesnay (78150)	Catholique Beaucoup d'épreuves de santé autour d'elle	6/10 Semi-directif 88 min
Marie-Eugénie	Frédéric	♂	57	Analyste en statistiques d'écoute client 33. Cadre de la fonction publique	Bac+3	Marié 3 enfants	Sartrouville (78500)	Sport ++ Science ++	7/10 Semi-directif 135 min
Marie-Eugénie	Thomas	♂	46	Conseiller bancaire 37. Cadre administratif ou commercial d'entreprise	Bac+5	Célibataire Sans enfants	Ochtezeele (58670)	Curieux Besoin de contact humain Marche à pieds	8/10 Semi-directif 135 min
Marie-Eugénie	Catherine	♀	55	Assistante comité d'entreprise 46. Professions intermédiaires administratives et commerciales des entreprises	Bac+3	Divorcée puis remariée 2 enfants	L'Etang la ville (78620)	Catholique (en conflit) Famille ++	9/10 Semi-directif 82 min
Marie-Eugénie	Gilles	♂	48	Responsable de la maintenance de pipeline 38. Ingénieur et cadre technique d'entreprise	Bac	Marié 1 enfant	Sartrouville (78500)	Sport +++	10/10 Semi-directif 86 min
Matthieu	Manu	♀	50	Conseillère pédagogique dans l'enseignement Supérieur 34. Professeur, professions scientifiques	Bac + 5	Séparée 4 enfants	Saint-Nazaire-les-Eymes (38330)	Divorce Enfants qui sont partis Recentrage sur les amies	1/10 Exploratoire 120 min
Matthieu	Isa	♀	54	Femme au foyer mais expérience pro de 10 ans (au petites annonces du Figaro puis à la Fédération nationale de la chaussure)	Bac + 5	Mariée 3 enfants	L'Etang la ville (78620)	Enfants	2/10 Semi-directif 92 min
Matthieu	Stéphanie	♀	55	Cadre dans le secteur associatif (médico social)	Bac+ 5	Veuve 4 enfants	L'Etang la ville (78620)	Travail (burn out) Parents/Education Veuvage	3/10 Semi-directif 105 min
Matthieu	Ariane	♀	54	Autoentrepreneur dans le secteur événementiel 22. Commerçants et assimilés	Bac + 5	Mariée 2 enfants	Paris (75017)	Ménopause Maladie chronique (côlon) / opération ++ Père médecin + Couple	4/10 Semi-directif 82 min
Matthieu	Carla	♀	50	Femme au foyer 85. Sans activité professionnelle, non-retraité (< 60 ans)	Bac + 3	Mariée 3 enfants	Chatou (78400)	Education des parents Longévité des ascendants	5/10 Semi-directif 81 min
Matthieu	Marcel	♂	58	Responsable-manager dans le secteur bancaire 37. Cadres administratifs et commerciaux d'entreprise	Bac + 5	Marié 3 enfants	L'Etang la ville (78620)	Travail / retraite +++ Pathologie au dos / opération + Enfants +	6/10 Semi-directif 92 min
Matthieu	Grégoire	♂	51	Podologue, Pédicure, Réflexologue 31. Professions libérales	Bac + 3	Marié 2 enfants	L'Etang la ville (78620)	Cancer +++ Profession (médecines conv et compl.) +++	7/10 Semi-directif 149 min
Matthieu	Marine	♀	56	Assistante de direction dans un laboratoire pharmaceutique 54. Employés administratifs d'entreprise	Bac + 2	Mariée 1 enfant	Jambville (78440)	Travail (burn out) +++ Conjoint (retraité) +++	8/10 Semi-directif 130 min
Matthieu	Terri	♀	52	Inactive en situation d'invalidité 85. Sans activité professionnelle, non-retraité (< 60 ans)	Sans diplôme	Mariée 2 enfants	Bailly (78870)	Invalidité (cancer et complications) +++ Famille (conjoint et petits-enfants) ++ Religion ++ Niveau de vie (modeste) +	9/10 Semi-directif 78 min
Matthieu	Jean-Marc	♂	52	Gardien de résidence 56. Personnel des services directs aux particuliers	BEP	Marié 2 enfants	Bailly (78870)	Epouse / maladie et invalidité +++ Religion ++ Douleurs chroniques (dos) ++	10/10 Semi-directif 78 min

3. Retranscriptions

Agathe Mündler

- Entretien 1 : Patrice..... p.19
- Entretien 2 : Geneviève..... p.40
- Entretien 3 : Véronique p.64
- Entretien 4 : Philippe..... p.92
- Entretien 5 : Annie..... p.122
- Entretien 6 : Laurine p.153
- Entretien 7 : Marie-Rose p.173
- Entretien 8 : Elisabeth p.187
- Entretien 9 : Martine p.206
- Entretien 10 : Christelle..... p.216

Marie-Eugénie Grelaud

- Entretien 1 : Natacha..... p.228
- Entretien 2 : Jojo..... p.240
- Entretien 3 : Fabien p.266
- Entretien 4 : Luc..... p.293
- Entretien 5 : Carole..... p.313
- Entretien 6 : Anne-Sophie p.339
- Entretien 7 : Frédéric..... p.359
- Entretien 8 : Thomas p.368
- Entretien 9 : Catherine p.377
- Entretien 10 : Gilles p.393

Matthieu Pace

- Entretien 1 : Manu p.409
- Entretien 2 : Isa p.446
- Entretien 3 : Stéphanie..... p.472
- Entretien 4 : Ariane p.508
- Entretien 5 : Clara..... p.532
- Entretien 6 : Marcel..... p.557
- Entretien 7 : Grégoire..... p.582
- Entretien 8 : Marine p.619
- Entretien 9 : Terri et Jean-Marc p.656

Entretien n°1/10 - Patrice « <i>Quand on prend de l'âge on y pense plus souvent</i> »	
Description signalétique de l'enquêté	Homme de 49 ans, exerçant le métier de responsable paie groupe. Niveau de diplôme : bac+5. Vit actuellement à Livry-Gargan (93190), est célibataire et sans enfant. De confession catholique. Aucune opinion politique. Un père à la retraite qui était technicien (diplôme : bac +2) et une mère à la retraite qui était laborantine (diplôme : bac).
Date de l'entretien	27 octobre 2016
Lieu de l'entretien	Son lieu de travail
Ville	Levallois-Perret.
Mode de recrutement	Par interconnaissance.
Type de passation :	En face à face, in situ.
Durée de l'entretien :	87 minutes.
Conditions de l'entretien	L'entretien s'est déroulé dans le bureau personnel du patron hiérarchique de l'enquêté.
Nature de l'entretien :	Entretien directif et de nature exploratoire.
Résumé de l'entretien :	L'entretien a débuté avec une critique affirmée des médecins et de la médecine occidentale plus généralement, par la suite, jugée « <i>trop froide</i> » et qui « <i>manque de suivi</i> ». Cette critique, l'enquêté y reviendra plusieurs fois tout au long de l'entretien. Comme pour y pallier, il axe la conversation sur les médecines parallèles et les « <i>remèdes de grand-mère</i> » qui aident tout aussi bien à se soigner que les médicaments du commerce, qu'il juge aussi de façon négative. Il affirme savoir de quoi il parle puisque depuis son enfance, il souffre de migraines et ce n'est pas faute d'avoir fait des examens et d'avoir testé plusieurs médicaments. Avec ses migraines toujours présentes, l'enquêté avoue qu'elles l'aident à mieux apprécier sa bonne santé quand il ne les sent pas. Il aborde ensuite le sujet du sport et prétend ne pas en faire assez bien qu'il n'en ait pas particulièrement besoin si l'on ne prend en considération que la variable poids
Enquêteur	Agathe Mündler

L'entretien exploratoire s'est déroulé au bureau de l'enquêté, par souci de praticité, il a préféré organiser cette rencontre au moment de sa pause déjeuner. Nous nous sommes installés dans le bureau d'un de ses chefs. Nous nous sommes assis l'un en face de l'autre et l'entretien a pu commencer. Je l'ai salué et remercié d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi. Je lui ai expliqué de nouveau le sujet de cette discussion et lui ai demandé s'il avait des questions avant de commencer. Comme il n'en avait pas, l'entretien a démarré.

1 **ER** : « Donc voilà, c'est vous qui allez parler, donc qu'est-ce que vous pouvez me dire de ce
2 thème de la santé, de votre rapport à la santé ? »

3 **PATRICE** : « Oui alors juste dire déjà je suis Patrick et j'ai 49 ans. Déjà j'entre dans la cible
4 (*rire*). Euh qu'est-ce que je peux dire de la santé... euh... pfff (*souffle*) c'est compliqué de
5 parler comme ça sans question précise au début euh en fait c'est une préoccupation que je
6 commence à avoir, parce que quand on est jeune on s'en préoccupe pas vraiment ; quand
7 on a un petit truc, on guérit vite et euh voilà donc c'est effectivement des choses auxquelles
8 on pense un peu plus quand on prend de l'âge. »

9 **ER** : « D'accord »

10 **PATRICE** : « Par chance j'ai jamais eu de gros soucis de santé euh jusqu'à présent donc ça
11 aussi c'est euh... c'est... je sais pas si c'est rare ou pas mais bon. Jamais j'ai été hospitalisé par
12 exemple donc euh... moi le monde hospitalier tout ça, ça m'est complètement étranger.
13 Euh... qu'est-ce que je peux dire sur la santé de manière générale ? (*réfléchit*) Je sais pas très
14 bien, est-ce que vous avez des questions ? »

15 **ER** : « Euh bah vous dites que c'est une nouvelle préoccupation donc euh du coup, qu'est-ce
16 que vous faites pour vous en préoccuper ? »

17 **PATRICE** : « Bah euh on est peut-être un petit peu plus euh, dès qu'on a quelque chose on
18 est plus alerté donc on va peut-être voir plus souvent le médecin que quand on est jeune
19 donc euh on est plus sensibilisé ou gêné par des 'fin ces problèmes-là. »

Silence de 10 secondes

20 **ER** : « Et donc récemment vous avez eu ce genre d'expérience ? »

21 **PATRICE** : « Oui donc effectivement y avait euh il y a de ça plusieurs années donc euh...
22 notamment des problèmes de digestion. Donc euh bon, quand on a des soucis comme ça
23 jeune, on laisse un peu glisser et puis à un moment donné, on se dit « bon bah ça commence
24 à durer » et donc euh voilà... je suis effectivement allé consulter euh... euh un spécialiste
25 pour essayer de trouver l'origine du problème. »

26 **ER** : « Et vous avez toujours ce problème alors ? »

27 **PATRICE** : « Oui alors ça c'est aussi une chose à laquelle j'ai pensé je... j'ai un petit souci avec
28 les médecins moi. »

29 **ER** : « C'est-à-dire ? »

30 **PATRICE** : « Je trouve que les médecins, ils cherchent à soigner les maladies, à guérir les
31 maladies, mais ils ne soignent pas les individus. Ils s'occupent que des maladies et pas des
32 personnes. Je pense que euh... 'fin j'sais pas s'il faut que je développe un petit peu mais ils se
33 concentrent vraiment sur les symptômes, sur les contrecarrer donc la partie un petit peu on
34 va dire organique de la maladie et ils oublient qu'il y a une personne qui a la maladie. Et il y a

35 peut-être un ensemble justement sur les problèmes de digestion par exemple, c'est pas
36 anodin, on a pas juste un problème dans les boyaux. Il y a peut-être un problème général. Et
37 voilà, le spécialiste ne voit que son petit... que sa petite chose par sa petite porte, sa petite
38 fenêtre, et voilà... voilà je trouve que ça manque ça... ça manque de peut-être qu'on pourrait
39 dire d'humanité. »

40 **ER** : « D'accord mais alors qu'est-ce qu'ils pourraient faire en plus pour euh davantage
41 prendre en compte l'individu ? »

42 **PATRICE** : « Alors je euh... depuis maintenant j'sais pas... ça fait peut-être 10 ou 15 ans non
43 même plus, ça fait une vingtaine d'années qu'on a le médecin traitant qui est censé
44 coordonner les soins et moi je regrette en tout cas le mien qui ne joue pas vraiment ce rôle.
45 Il joue pas le rôle de coordonnateur, justement il n'essaie pas de rassembler les différentes
46 informations provenant des différents spécialistes pour en faire une synthèse. Et ce n'est pas
47 que mon cas personnel, dans mon entourage, je connais aussi des personnes qui ont cette
48 difficulté avec leur médecin traitant. Donc c'est un petit peu... soi-même il faut un petit peu
49 se débrouiller et puis y a pas vraiment de suivi des spécialistes parce que bon après on
50 donne un traitement et puis... d'ailleurs j'ai pas de nouveau rendez-vous pour me dire si ça
51 va mieux ou pas donc... bon ça va mieux mais sinon après on revient et on recommence tout
52 de zéro. Ah bon bah on refait des analyses de sang, de truc de machin et puis on
53 recommence tout le processus et puis on dit « ah bah voilà bah oui c'est peut-être ça ».
54 Donc on donne un nouveau médicament et puis ça va ou ça va pas, si ça va pas on
55 recommence tout. Y a pas de vision globale sur la durée, sur euh on regarde juste la maladie
56 du patient le jour où il vient vous voir. Enfin j'ai ce sentiment-là en tout cas. »

57 **ER** : « Et donc la solution ça serait de prendre des rendez-vous plus dans le long terme ? »

58 **PATRICE** : « Bah ça serait d'avoir un vrai suivi euh... oui... (*Réfléchi*) justement pas comme
59 euh... je pense que pas comme quand on amène la voiture chez le garagiste. On l'amène
60 chez le garagiste pour tel problème et hop, on ressort, elle est réparée ou non mais on
61 reprend la voiture et puis le coup suivant on retourne chez le garagiste éventuellement.
62 Mais là c'est... ça permet vraiment d'avoir euh... ouais peut-être à partir d'un certain âge
63 justement de... ouais à partir de 45 an d'avoir une « visite médicale » entre guillemets avec
64 son médecin pour faire un petit point et... alors je suis peut-être... c'est vrai que je vois peu
65 mon médecin, peut-être qu'il y a des gens qui le voient automatiquement régulièrement,
66 moi par chance je le vois peu. Donc euh mais peut-être que si on m'imposait... ou ça serait à
67 moi de m'imposer à moi-même hein mais si on m'imposait une visite, peut-être que on
68 pourrait rentrer plus dans un vrai suivi. Alors c'est peut-être de mon fait hein, en parlant je
69 me rends compte c'est peut-être à moi de euh... mais bon je veux pas non plus abuser de
70 visites euh voilà... c'est comme il y a des remboursements de la sécurité sociale qui coûtent
71 chers mais bon, est-ce que c'est pas de l'investissement pour euh la sécurité sociale pour
72 justement gagner ensuite en frais de soin justement parce qu'on aura anticipé un certain
73 nombre de choses ? »

74 **ER** : « Et donc vous dites que vous n'allez pas très souvent chez le médecin mais c'est parce
75 que vous n'en ressentez pas le besoin ou euh... ? »

76 **PATRICE** : « Oula bah je suis encore un petit peu euh là ça va mieux mais j'ai encore un petit
77 peu des... depuis maintenant presque 3 semaines je traîne un rhume 'fin comme euh tout le
78 monde a un peu en ce moment. Mais c'est vrai que moi je suis pas allé voir le médecin. Donc
79 pour que je me soigne euh je fais un peu de l'auto-médicamentation, j'essaie de trouver des

80 produits à droite, à gauche euh un petit doliprane, un truc pour déboucher le nez, enfin bon,
81 on se débrouille un peu par soi-même. Parce que c'est plus simple, parce que ça va plus vite,
82 parce que prendre rendez-vous euh... je me dis... voilà et puis bon c'est pas grand-chose et
83 puis euh... je suis en petit peu anti-médicaments donc euh... ça aussi. »

84 **ER** : « Ah, alors pourquoi ? »

85 **PATRICE** : « Pour moi les médicaments c'est plutôt de la chimie. C'est un peu trop chimique
86 pour moi euh je... bon c'est sûr voilà encore une fois, on va guérir une maladie euh on va
87 tuer une bactérie mais on va peut-être pas soigner tout le corps dans son ensemble. Moi je
88 pense que ça serait bien si on avait une médecine un peu plus orientée sur des choses un
89 peu plus euh... sur des choses un peu plus naturelles comme les plantes mais y a pas que ça
90 hein, ne serait-ce que des exercices de respiration, de savoir bouger son corps pour savoir
91 mieux respirer pour savoir euh voilà mais après euh les médecins l'ignorent complètement,
92 nos médecins l'ignorent complètement. Voilà. Et je pense que c'est un tort. »

93 **ER** : « D'accord et alors vous personnellement vous avez déjà testé ce genre de méthodes
94 médicales ? »

95 **PATRICE** : « Alors je le fais un peu par moi-même, un peu je dirais un peu intuitivement. Par
96 exemple je souffre aussi pas mal de maux de tête, de migraines et quand ça va vraiment pas
97 bien, je fais des exercices de respiration et je sens euh... un euh j'ai l'impression euh que ça
98 va mieux. Mais c'est intuitif en fait ce genre de méthodes euh... je vais pas voir des
99 spécialistes pour ce genre de cas. J'utilise les plantes, si par exemple j'ai du mal à digérer, je
100 vais prendre une tisane. De la réglisse, de l'anis, des choses comme ça qui aident à la
101 digestion. »

102 **ER** : « Des remèdes de grand-mère ! »

103 **PATRICE** : « Oui voilà des remèdes de grand-mère qui n'était pas si mal finalement (*sourit*).
104 Qui n'étaient pas si mal mais derrière, scientifiquement on peut expliquer pourquoi ces
105 produits font du bien. Alors là aussi c'est un peu intuitif hein quand on... on est barbouillé,
106 une bonne tisane ou euh une verveine-menthe euh ça fait du bien. Voilà euh c'est presque
107 euh inné. 'fin c'est plus de l'intuition mais voilà. Et puis parce que tout... mais je parle bien
108 sûr de maux pas graves hein parce que si j'avais un cancer je pense que je réagis pas
109 comme ça. La effectivement je parle de maladies bénignes, les petits bobos du quotidien.
110 C'est sûr parfois il faut euh quand on a des choses un peu graves ou vraiment une vraie
111 infection il faut euh... alors on a inventé la pénicilline, c'est pas si vieux que ça d'ailleurs... ça
112 fait même pas 100 ans qu'on a inventé la pénicilline et sans ça on aurait un taux de mortalité
113 bien plus important. Donc euh il faut des remèdes importants, puissants et efficaces. Mais y
114 a cet aspect, cette vision de l'ensemble de l'individu dans euh... voilà même euh dans son
115 environnement, son environnement de vie a changé qui manque un petit peu. Un peu froide
116 la médecine occidentale, un peu froide, un peu trop cartésienne peut-être. »

117 **ER** : « Mais par contre vous seriez moins réticent à aller vers la médecine traditionnelle si
118 jamais vous aviez une maladie grave comme un cancer... »

119 **PATRICE** : « Bah de toute façon euh j'irai voir euh mon médecin traitant qui dirait « bah voilà
120 on va faire des examens et puis derrière on va voir des spécialistes » qui disent qu'il faut
121 faire des choses bon bah voilà, je resterais dans le système classique hein c'est sûr que je
122 vais pas m'échapper euh... (*Hésite*) de trouver des méthodes aléatoires, d'ailleurs on vient de
123 me donner récemment un exemple euh un copain qui avait une amie qui est végétarienne

124 donc ça, ça pose pas de souci particulier mais euh aussi qui évitait de se soigner par des
125 produits chimiques mais que par des plantes etc et qui a eu un cancer du sein. Un cancer du
126 sein de nos jours c'est quand même... y a quand même un grand taux de guérison et cette
127 pauvre femme malheureusement est décédée parce que euh elle a pas vraiment pris le
128 taureau par les cornes. Eventuellement hein, je connais pas tous les détails mais bon voilà,
129 on va peut-être plus trop utiliser des méthodes naturelles sur ce genre de maladie, il faut
130 peut-être attaquer fort pour être sûr de d'avoir un bon résultat. Donc c'est pas une réticence
131 par rapport au... par rapport à la médecine classique mais je trouve qu'il y a un manque. Il
132 manque quelque chose. »

Silence de 10 secondes

133 **ER** : « Mais du coup tout à l'heure vous disiez que pour certaines maladies comme le cancer,
134 il était plus efficace de prendre des médicaments plus euh et pourtant avant vous disiez
135 qu'ils étaient trop chimiques... »

136 **PATRICE** : « Voilà alors c'est vrai je suis dans une certaine contradiction. Oui c'est vrai, c'est
137 vrai. »

138 **ER** : « Donc d'un côté vous dites qu'ils sont trop chimiques mais d'un autre côté, ils sont
139 efficaces quand même »

140 **PATRICE** : « Et bien avec l'expérience oui. Dans la plupart des cas. 'fin dans la plupart des cas
141 et pour la plupart des cancers aussi. Et les radiations c'est pas tellement naturelles non plus
142 mais bon ça a prouvé son efficacité sur un certain nombre de cancer, ça permet de les
143 guérir, voire même, ça peut les soigner totalement. Voilà. Donc c'est pas un rejet total hein,
144 j'y suis pas opposé hein. Mais y a euh une formule « les antibiotiques c'est pas
145 automatiques ». Et je trouve que de nos jours c'est pas appliqué, il me semble. »

146 **ER** : « C'est-à-dire ? »

147 **PATRICE** : « Les médecins maintenant euh les médecins traitants prescrivent très vite des
148 antibiotiques. Euh même pour euh pour des virus, l'antibiotique va pas faire grand-chose
149 mais pour éviter des infections, parce que le patient euh un peu affaibli donc on met
150 l'antibiotique comme ça euh... là le week-end dernier je lisais la notice d'antibiotiques euh
151 c'est quand même euh voilà. C'est quand même pas euh anodin comme médicament hein !
152 Je trouve que c'est un petit peu trop euh on le fait peut-être un petit peu trop vite... c'est un
153 petit peu euh... on est dans une société euh de risque zéro quoi. On veut peut-être aller vite
154 aussi, un rhume ça dure 8 jours quoi. Bon avec les médicaments ça dure qu'une semaine
155 vous me direz. Bon ça revient à peu près au même mais on a en réalité éradiqué l'infection.
156 Encore une fois euh, juste se soigner comme ça en se mettant au chaud et en buvant une
157 tisane bon bah ça va durer 8 jours et puis bon bah y a un risque que ça se transforme en
158 bronchite et puis en euh en autre chose. Mais de nos jours on veut plus prendre le risque.
159 On va mettre les grands moyens tout de suite. Voilà c'est plus dans cet esprit-là. »

160 **ER** : « D'accord mais du coup ça me fait penser au début vous disiez aussi que euh que ça
161 faisait 3 semaines que vous trainiez un rhume et que vous n'êtes pas allé chez le médecin
162 alors que euh 'fin voilà comment vous expliquez ça ? »

163 **PATRICE** : « Bah oui oui bah je me suis dis au début « bon bah j'ai juste un peu mal à la gorge
164 donc on suce une petite pastille, on se dit « oh bah miel citron, c'est marqué miel donc ça va
165 marcher » (*rire*) bon bah voilà et puis ça va pas mieux après 3 jours, puis on se met à tousser
166 et après ça passe... et après on a un peu de fièvre un jour ou deux et ça fait sa petite

167 évolution. De mon point de vue ça ne nécessite pas d'aller voir le médecin. Alors faut dire
168 que je suis un homme aussi. Il paraît que les femmes vont plus souvent voir le médecin que
169 les hommes. »

170 **ER** : « Ah oui ? »

171 **PATRICE** : « Oui. Alors il faudrait voir des statistiques de la sécurité sociale mais euh... »

172 **ER** : « Euh oui effectivement j'ai déjà fait quelques recherches et effectivement c'est ce que
173 dise les chiffres. »

174 **PATRICE** : « Voilà mais euh c'est peut-être pas forcément une mauvaise chose puisque du
175 coup c'est ce que je disais tout à l'heure il faudrait qu'il y ait un suivi puisque si on va
176 régulièrement chez le médecin peut-être que du coup on est mieux pris en charge, pas
177 besoin d'un remède de cheval à chaque fois quoi. Parce que là si je vais voir mon médecin,
178 ça m'est déjà arrivé hein j'attends j'attends, je laisse trainer et puis au bout du compte,
179 quand ça va vraiment pas, je vais voir le médecin mais c'est déjà presque un peu tard alors là
180 il est obligé de m'assommer de médicaments. Bon voilà, c'est peut-être aussi de... c'est ma
181 faute de d'avoir tarder à prendre le rendez-vous plus tôt. »

182 **ER** : « Et du coup est-ce que ça ne vous sert pas d'expérience pour la fois prochaine ? »

183 **PATRICE** : « Alors non euh du coup non je j'ai l'impression que moins je vais voir le médecin
184 mieux je me porte (*rire*). Je suis un peu dans cet état d'esprit ; ce sont les gens malades qui
185 vont voir le médecin et moi je ne me sens pas malade. C'est un peu « une fierté mal
186 placée », entre guillemets. Mais bon. Ouais y a peut-être de ça, maintenant que je le dis euh
187 y a peut-être de ça. Alors encore une fois j'ai pas de... j'ai rien de grave, j'ai jamais eu de
188 maladies graves donc c'est facile de parler comme euh comme je parle parce que je pense
189 que si j'avais eu à subir euh quelque chose de grave, j'aurais eu un discours différent. Ça
190 c'est quand même à noter. »

191 *Silence de 10 secondes*

192 **ER** : « Et donc outre vos problèmes d'estomac, vous avez d'autres problèmes de santé
193 comme ça ? »

194 **PATRICE** : « Euh bah juste mes migraines. Voilà qui, il faut le dire, parfois j'ai l'impression
195 sont liées. Ouais ouais, parfois j'ai mal à la tête et puis ça descend dans le ventre et j'ai déjà
196 lu des petites choses et il semblerait qu'il n'y ait pas forcément de déconnection totale entre
197 les deux. »

198 **ER** : « D'accord et vous êtes allé voir le médecin déjà pour vos migraines ? »

199 **PATRICE** : « Oh là oui, j'ai déjà dû y aller oui. »

200 **ER** : « Parce que ça fait longtemps que vous les avez ? »

201 **PATRICE** : « Oh oui ça fait plus de 40 ans, 45 ans. Je suis sujet aux migraines depuis tout
202 petit. Voilà. Notamment le week-end. Quand j'étais à l'école c'était systématiquement,
203 quand on avait cours le samedi et après la classe, hop. Et maintenant ça m'arrive le week-
204 end aussi. Je supporte pas les coupures. Je pense que c'est de manière générale, les
205 changements de rythme ne me conviennent plus. Dès qu'il y a un changement de rythme, le
206 début des vacances pour moi c'est euh c'est assez difficile. Et la reprise du boulot aussi, sauf
207 si j'entre euh je dois mettre le nez dans le guidon tout de suite, j'ai pas le temps de cogiter et

208 je pense qu'il y a aussi une part complètement inconsciente, y a l'esprit qui tourne et
209 voilà... »

210 **ER** : « Et on ne vous a jamais donné une raison médicale ? »

211 **PATRICE** : « Non, et puis quand j'étais tout petit, les seuls examens qu'on pouvait faire à
212 l'époque c'était les radios hein les scanners et tout ça, ça n'existait pas, on faisait une radio
213 de la tête pour voir ce qui n'allait pas et puis y avait rien. Je portais déjà des lunettes, donc
214 on pouvait pas me dire que c'était des problèmes de vue euh... qu'est-ce qu'on explorait
215 d'autre ? Euh bon et puis il faut dire que pendant l'adolescence ça s'est un peu calmé, et
216 puis à l'âge adulte... Au départ j'avais jamais consulté parce que j'avais trouvé les moyens de
217 me guérir. En prenant de l'aspirine, l'aspirine, le repos, euh voilà. Et puis euh... et puis après
218 on se euh on vit avec, on vit avec. C'est vrai que même si ça euh ça peut avoir une influence
219 sur la vie sociale. Ça c'est vrai. Un exemple très concret, dimanche dernier j'étais invité à une
220 fête et en fait euh non, j'avais mal à la tête donc je suis resté allongé tout le dimanche au
221 lieu de participer à la fête. Et même certains soirs je me sens trop fatigué et bon je renonce à
222 des sorties et bon voilà, donc euh... Et c'est pas rare, j'ai des amis aussi qui ont déjà euh bien
223 voulu euh au milieu du repas : « oh je me sens pas bien », hop je vais m'allonger ; j'ai déjà
224 testé les lits des amis pour parce que j'ai des maux de tête assez incroyables. Donc euh bon.
225 Je pense qu'il y a aussi euh un euh une explication psychologique dans l'apparition et dans...
226 dans l'intensité. Comme c'est pas plus euh... comme ça n'a pas plus de conséquences sur la
227 santé elle-même euh, comme je le disais on vit avec et... De toute façon les maux de tête
228 c'est très compliqué, on dit il y a mille raisons pour donner mal à la tête. Pour réussir à
229 trouver la cause, si toute fois il y avait une seule cause... »

230 **ER** : « D'accord et euh vous avez dit que ça s'était calmé un peu dans l'adolescence, et que
231 ça avait repris à l'âge adulte, comment vous pouvez l'expliquer ? »

(Réfléchis).

232 **PATRICE** : « Je repense aux périodes scolaires et (*réfléchis*) euh... alors l'école primaire je
233 m'en souviens très bien, oulala, j'ai eu des moments difficiles, le collège allait mieux, de
234 manière générale, au lycée... c'est loin hein, c'est loin tout ça, euh au lycée au lycée au lycée,
235 est-ce que ça allait mieux ? Globalement je dirais oui et après le bac euh... (*souffle et*
236 *réfléchis*) ouais non je dirais euh... je dirais que c'est plus tard, quand j'ai commencé
237 vraiment à travailler donc vers 20 euh, ouais ouais vers 20 ans passé. En fait j'ai eu une
238 période euh en gros entre euh 12 et allé, entre 12 et 22 ans donc une dizaine d'années où
239 j'étais plus tranquille. Peut-être parce que j'étais en pleine croissance euh... j'avais d'autres
240 préoccupations euh je ne sais pas. J'ai jamais fait l'analyse euh j'ai jamais fait d'analyse. »

241 **ER** : « Donc ça aurait repris quand vous êtes rentré dans la vie active ? »

242 **PATRICE** : « Globalement oui, ouais. »

243 **ER** : « C'est peut-être le changement de rythme comme vous disiez »

244 **PATRICE** : « Peut-être euh... c'est vrai que je me tracasse aussi... En apparence j'ai l'air calme
245 mais je suis en fait un grand nerveux. Je garde tout en moi. C'est peut-être ça aussi qui fait
246 que euh... donc euh je peux facilement avoir des boules à l'estomac euh moi quand je me
247 prends la tête euh c'est à l'intérieur, je l'exteriorise pas. Donc c'est sûr que devenant adulte
248 euh (*se racle la gorge*) euh on a aussi un petit peu plus de préoccupations, de soucis et de
249 responsabilités du moins. »

250 **ER** : « D'accord mais d'un côté vous dites que vous êtes nerveux et que vous gardez tout
 251 pour vous de l'autre, ça me refait penser que vous n'allez pas très souvent chez le médecin
 252 alors que euh avec votre comportement nerveux, on pourrait s'attendre à ce que vous alliez
 253 plus souvent chez le médecin au moindre problème non ? »

254 **PATRICE** : « Bah euh non euh... oui... non mais oui je garde tout pour moi et j'essaie de gérer
 255 le truc. J'essaie de gérer le truc. Voilà. Après ça, ça va ça vient hein, les jours passent et puis
 256 y a des jours avec, des jours sans et puis voilà. Et puis le temps file et puis en fin de compte
 257 euh... (*Réfléchit*) parfois je me dis bien que j'ai mal à la tête, que j'ai de grosses migraines,
 258 quand je vais mieux, je me dis : « qu'est-ce que c'est chouette d'être en bonne santé ».
 259 Parfois je me suis déjà fait la réflexion (*sourit*)... c'est vrai on connaît pas son... quand on est
 260 jeune on se rend pas compte du bien que c'est la bonne santé. Et justement quand on a des
 261 petits trucs, voire même des gros, j'ai euh des amis qu'ont même eu des gros pépins, bah
 262 quand ça va mieux on se dit qu'on est euh c'est un bien très précieux la santé. Et moi je me
 263 dis : « bof, c'est que mes petits soucis et c'est rien du tout quoi ». J'arrive à le gérer, bon on
 264 rate une fête le dimanche, c'est pas bien grave, y en aura d'autres et puis voilà. »

265 **ER** : « Et donc c'est comme vous le disiez quand tout va bien euh... »

266 **PATRICE** : « Oui voilà c'est ça, c'est comme ce que je disais au tout début hein euh quand on
 267 commence à prendre de l'âge, on commence à s'inquiéter de sa santé. Voilà c'est parce que
 268 du coup euh parfois on a des euh puis on se fatigue beaucoup plus vite, bon c'est vrai c'est
 269 peut-être pas directement lié à la santé mais avant en une journée, je pouvais abattre
 270 beaucoup de travail. Et maintenant je me rends compte que euh ça fait 8 ans que je suis ici,
 271 j'en fais beaucoup moins que quand je suis arrivé. Euh j'ai mes coups de barre, déjà après
 272 mangé c'est dur, vers 16h euh pfff (*souffle*) y a un coup de mou aussi euh on est euh
 273 ouais... »

274 **ER** : « Et ça vous l'avez remarqué depuis quand ? »

275 **PATRICE** : « Bah je vais dire à peu près 3-4 ans. Ma charnière justement c'était mes 45 ans. A
 276 peu près, 45-46. Mais c'était en gros ma charnière. Pour ce qui me concerne oui. Et
 277 curieusement c'est aussi lié à un changement ici puisque euh j'ai une collègue qui était ici
 278 depuis de euh 'fin de longue date et puis donc elle partait à la retraite et y avait un nouveau
 279 collègue qui est venu et bon, d'avoir un petit peu à le chapoter au début euh donc la
 280 responsabilité, la responsabilité ça m'a donné euh les métiers du service euh c'est un petit
 281 poids à porter donc et voilà donc c'était concomitant avec euh bah avec les années qui
 282 passent aussi pour moi hein. Euh voilà tout ça hein... là euh comme on est dans le récit euh
 283 dans le fil du travail, c'est aussi une question que parfois je me pose ; euh un jeune de 20 ans
 284 au travail, effectivement il est pas euh, il a pas le même rendement disons que quelqu'un qui
 285 est à l'aube de partir à la retraite. Or à la limite, on lui demande les mêmes tâches. Sur un
 286 même poste, c'est les mêmes tâches qui sont euh... Je trouve que les choses dans notre
 287 manière d'aborder le travail, on adapte pas forcément bien les tâches euh, on tient pas
 288 forcément compte de l'âge. Tout le monde doit être performant, jusqu'à la veille de la
 289 retraite. On voit que les performances et on cherche pas à adapter les choses. Ça pourrait
 290 être des aménagements d'horaires, des réductions de temps de travail euh compensé par je
 291 sais pas quel dispositif bon y a les pré-retraites progressives et ce genre de choses, mais voilà
 292 c'est euh l'âge euh donc on est actif et puis après on l'est plus. Y a pas de progressivité dans
 293 la manière d'aborder euh ou d'être euh on est dans le monde du travail et voilà. Il faut être à
 294 60 ans comme on l'était à 20, hop, on bascule, y a pas de transition. »

295 **ER** : « D'accord. Et est-ce que vous avez remarqué d'autres changements à partir de vos 45
296 ans, à part la fatigue ? »

297 **PATRICE** : « Non euh c'est le principal, fort heureusement. A part ça tout va bien. »

298 **ER** : « Et dans votre entourage ? »

299 **PATRICE** : « Alors dans mon entourage c'est un peu plus compliqué. Effectivement euh j'ai
300 une sœur qui a une maladie un petit peu sérieuse. Qui est stabilisée et qui ne se développe
301 pas, qui est une sclérose en plaque. Donc ça c'est vrai, c'est des sujets aussi qui me
302 préoccupent parce que je me dis bon : « comment ça peut évoluer pour elle ? » donc elle a
303 50 ans cette année euh... donc elle a par chance, elle peut adapter son temps de travail
304 parce qu'elle est dans une toute petite entreprise donc ça lui permet de travailler à domicile
305 quand elle se sent fatiguée 'fin bon elle peut aménager un petit peu son... son emploi du
306 temps et ses déplacements et autres et puis son conjoint lui aussi est gravement malade
307 donc euh elle fait un petit peu infirmière à domicile aussi pour son conjoint donc c'est voilà
308 c'est un petit peu compliqué, c'est... Donc là pour eux, pour eux deux la santé c'est euh... une
309 préoccupation au quotidien. Ce qui n'est pas mon cas par exemple. Là chez eux c'est euh
310 une infirmière qui passe pour les prises de sang, c'est euh on va voir le médecin, c'est euh
311 donc surtout pour lui euh là c'est quelque chose que j'ai pas dit mais pour moi qui suis en
312 forme mais c'est ça, la santé c'est un sujet qui n'est à l'ordre du jour que quand j'ai un souci
313 parce que sinon euh voilà. »

314 **ER** : « Du coup vous pouvez juste me rappeler la sclérose en plaque, c'est quoi comme
315 maladie ? »

316 **PATRICE** : « Alors précisément je ne sais pas très bien mais c'est une dégénérescence du
317 système nerveux euh... en gros. Voilà. Alors ça réduit la mobilité, c'est-à-dire que par
318 exemple, au niveau de la colonne vertébrale y a des liaisons nerveuses qui ne se font plus
319 bien et effectivement on perd de la mobilité, voire même, ça peut atteindre l'activation des
320 organes vitaux quoi. Donc euh... et je crois qu'il n'y a pas de traitement euh pas vraiment de
321 traitement avec cette maladie, y a des choses en essai, je crois que les américains font
322 beaucoup de choses sur ce sujet-là mais y a rien sur le marché quoi. On est encore euh
323 encore un peu... Je ne sais pas si c'est une maladie génétique mais j'en ai déjà parlé
324 effectivement euh... au moment de me faire vacciner contre l'hépatite B, parce que bon euh
325 il peut y avoir des soucis de euh quand on fait le vaccin contre l'hépatite B c'est euh surtout
326 en France on avait peur que ça déclenche des scléroses en plaques justement et donc j'avais
327 mentionné le fait que j'avais une sœur qui en souffrait et on m'a dit : « ah bah on va peut-
328 être quand même faire attention » donc on avait vérifié si j'avais pas l'anticorps euh pour
329 éviter le vaccin. Donc y a quand même eu une petite préoccupation, c'est pas impossible que
330 ce soit génétique. Mais je j'avoue je ne connais pas grand-chose sur cette maladie. Je ne m'y
331 suis pas vraiment intéressé dans le détail. »

332 **ER** : « D'accord et du coup pour continuer sur vos vaccins, est-ce que vous faites les mises à
333 jour ? »

334 **PATRICE** : « Oui alors euh j'ai eu une bonne occasion de le faire très récemment puisque je
335 suis allé à l'étranger, en Asie du Sud-Est, donc euh à cette occasion-là j'ai vu mon médecin
336 traitant quand même et donc on a fait un petit point sur les vaccins qui étaient quand même
337 euh un minimum obligatoires pour aller dans ce genre de pays euh je suis allé au Viet Nam.
338 Du coup on fait un peu le point sur la vaccination, j'ai encore mon carnet de vaccination

339 donc j'avoue effectivement sur ce genre de sujet je suis euh... bon. Voilà j'suis tranquille
340 pour une dizaine d'années donc euh ça va. Donc plus récemment effectivement je suis euh
341 parti et j'avais un peu visité euh et j'ai fait le vaccin contre l'hépatite B. »

342 **ER** : « D'accord. Et vous voyagez souvent aussi loin ? »

343 **PATRICE** : « Non c'était mon premier grand voyage. Je suis partir avec des amis et au départ
344 on était trois et puis sur place on a retrouvé d'autres gens donc euh on a fait tout un circuit
345 du nord au sud. Voilà. »

346 **ER** : « Et les examens étaient nombreux ? »

347 **PATRICE** : « Non pas du tout, non non euh donc j'ai mis à jour les examens classiques hein
348 comme le DTpolio, je l'appelle détépolio mais y a un enfin un... je crois que c'est celui-là,
349 tétanie surtout, et euh l'hépatite B il m'avait demandé et j'ai fait B et C d'ailleurs ou A et B,
350 je sais jamais, l'examen c'est contre la C ou la A ? Enfin bon, j'avais fait euh j'ai fait quelques
351 mois auparavant, j'avais fait euh l'hépatite B et l'autre hépatite, je sais plus laquelle c'est,
352 faudra que je vérifie donc ça il me l'avait demandé et : « bon ça si c'est fait, c'est fait », et je
353 crois c'est tout ; c'est tout parce que diphtérie et autre c'est presque euh pas forcément
354 nécessaire, j'allais pas dans les pays euh je suis pas allé dans la jungle hein. Je suis resté dans
355 les zones euh urbanisées et quasi-urbanisées donc euh... je je pensais au départ qu'il faudrait
356 faire toute euh tout plein de choses mais en fait pas du tout. Peut-être qu'en Afrique noire
357 faudra prendre plus de précautions. »

358 **ER** : « Oui d'accord. Et alors ça ne vous a pas donné l'idée de faire d'autres dépistages par la
359 suite pour être plus tranquille, parce qu'on en parle beaucoup dans les médias par
360 exemple ? »

361 **PATRICE** : « Alors le dépistage euh pour les maladies sexuellement transmissibles comme le
362 SIDA par exemple euh ça euh je fais le dépistage par ailleurs. Là je ne passe pas par mon
363 médecin traitant je passe par le dépistage anonyme. Et voilà et pour d'autres maladies euh...
364 comme le cancer euh... alors là non. J'en ai fait aucun à présent, donc euh parce que j'ai
365 aucune obligation légale euh par rapport à mon âge, je pense... bon il se trouve que je fume
366 pas donc euh déjà ça élimine euh... ça élimine quelques soucis, euh pour euh... (*réfléchit*) euh
367 non je sais pas, je réfléchis mais je crois que c'est à partir de 50 ans qu'on va me proposer
368 des dépistages comme celui du cancer colorectal par exemple. Il me semble que c'est 50 ans
369 que la sécurité sociale il me semble euh... Il me semble que mon père recevait un euh une
370 lettre de la sécurité sociale pour le dépistage du cancer colorectal et je sais que ma mère
371 reçoit aussi quelque chose pour le cancer du sein, par euh la sécurité sociale. Contenu de
372 son âge, elle n'en reçoit plus mais euh voilà, je sais pas s'il y a d'autres dépistages
373 systématiques... sur les aspects cancer. »

374 **ER** : « D'accord et alors est-ce que vous prévoyez de faire ces dépistages une fois que vous
375 aurez reçu les lettres de la sécurité sociale ? »

376 **PATRICE** : « Alors oui. Oui, ça c'est vrai que euh en plus c'est pas une grosse contrainte. Alors
377 autant je vais peut-être être un peu négligeant pour aller voir le médecin sur euh un petit
378 quelque chose, autant c'est vrai que sur l'aspect prévention, je fais assez attention. D'ailleurs
379 euh j'essaie aussi d'éviter un certain nombre de maladies hein comme quelque chose qui
380 arrive là, à grands pas, de manière prématurée un peu j'ai entendu ce matin à la radio,
381 d'habitude c'est plutôt en janvier, c'est les gastro. Donc euh voilà, un moyen tout simple
382 pour éviter le plus possible la gastro c'est pas un truc à 100% mais on se lave les mains. On

383 se lave les mains au moins, déjà un minimum avant d'aller manger et puis de toute façon
 384 euh, en sortant des toilettes c'est systématique de toute façon euh moi j'ai cette culture. Par
 385 exemple. Je devrais même le faire euh je le fais pas en ce moment c'est vrai, en arrivant le
 386 matin, après avoir pris les transports en commun, c'est peut-être pas une mauvaise chose.
 387 Donc voilà, les gastros arrivent, j'ai entendu ça ce matin à la radio et de manière beaucoup
 388 plus anticipée que la normale. Donc je pense que si euh se préoccuper de sa santé c'est mais
 389 c'est beaucoup de bon sens finalement. C'est être un petit peu attentif à euh 'fin faut pas
 390 être non plus euh dans l'excès à se dire toujours : « qu'est-ce qui m'arrive ? Qu'est-ce qui se
 391 passe avec mon corps etc » mais bon je crois qu'avec du bon sens on peut déjà éviter un
 392 certain nombre de choses hein. Et puis en menant une vie saine. Voilà, j'avoue que euh déjà
 393 par mon éducation, par mon caractère euh voilà, je fais peu voire pas d'excès. Voilà donc
 394 déjà ça, ça facilite pour avoir une bonne santé. »

395 **ER** : « D'accord et à part ne pas faire d'excès, qu'est-ce que vous faites pour avoir une vie
 396 saine et zen ? Alimentation et sport peut-être ? »

397 **PATRICE** : « Alors la vie je suis pas sûr qu'elle soit zen, saine peut-être bien que je ne fasse
 398 pas de sport, au grand damne de mon médecin mais euh les sportifs sont toujours malades
 399 alors je fais pas de sport. Ça c'est bien sûr de la provocation hein (*rires*) non je devrais euh
 400 faire un petit peu plus de sport. »

401 **ER** : « Vous en avez déjà fait ? »

402 **PATRICE** : « Non. Non non, j'ai jamais pratiqué euh alors par contre, j'évite de prendre la
 403 voiture pour euh la moindre petite courses, je marche relativement beaucoup. Quand je
 404 marche, je marche d'un bon pas aussi euh voilà, je prends plutôt les escaliers que les
 405 escalators, ou sur les escalators, je les grimpe enfin je fais un peu d'exercice bon, ça se voit
 406 que j'ai pas de surpoids donc euh... voilà. Ce qui me manque, c'est pas de surpoids ou de
 407 trop de graisse ou autre, c'est euh ce qui me manquerait c'est un peu de muscles, justement
 408 pour aider ce euh peut-être pour aider mon corps à mieux se tenir. Ça serait plus dans ce
 409 domaine-là. Alors mon objectif mais euh je prends pas le temps, je veux toujours faire
 410 quelque chose euh quelques exercices de yoga parce que bon j'ai des amis vietnamiens qui
 411 pourraient me euh m'aider parce qu'ils connaissent bien tous ces sujets-là, mais euh je
 412 prends jamais le temps. Effectivement euh là il y a une négligence. »

413 **ER** : « Et c'est parce que vous n'y pensez pas ou vous préférez faire autres chose ? »

414 **PATRICE** : « Parce que oui enfin, je préfère mais c'est que je ne prends pas le temps le matin
 415 aussi euh aussi tôt levé, je pars pour arriver le plus tôt possible au travail, même si c'est
 416 avant l'heure et puis le soir euh de toute façon je reste le plus tard possible et puis après euh
 417 je rentre vite et euh le soirée passe et de toute façon je suis tellement fatigué que souvent
 418 après mangé, je vais me coucher quoi. Et déjà dans la semaine c'est entre guillemets
 419 « mort » puis le week-end entre les courses, le ménage, et tout ce qu'on fait c'est mieux que
 420 euh je prends pas le temps. Je prends pas le temps de faire mon programme d'activités,
 421 peut-être que c'est ça qui me manque. Ça devrait être un passage obligé. Des tas de petites
 422 choses qu'on fait si on a le temps. C'est là-dessus qu'il faudrait que je travaille. C'est
 423 obligatoire. »

424 **ER** : « D'accord mais alors pourquoi vous arrivez le plus tôt possible au travail et vous en
 425 repartez le plus tard possible ? »

426 **PATRICE** : « Ah, parce qu'il y a toujours plein de choses à faire. Ça c'est mon côté euh... j'ai
 427 toujours été comme ça et euh déjà à l'école je quittais la classe euh le dernier parce que le
 428 temps que je finisse de noter ce qu'il y avait au tableau, que je note les devoirs à faire ou
 429 que je range mes crayons, j'étais toujours le dernier à sortir de la classe. Et puis si j'arrivais
 430 en retard en classe euh ça doit se compter que les doigts de la euh peut-être même d'une
 431 main. Je suis un je supporte pas le retard. Et voilà mais bon. Mais malheureusement, ça
 432 m'arrive aussi de venir le week-end au travail (*sourit*) ça m'arrive donc euh de moins en
 433 moins parce que je me fais gronder par mes chefs parce qu'ils me le demandent pas bien sûr
 434 mais parfois pour être sûr de pouvoir avancer, ou par rapport à un emploi du temps un peu
 435 difficile euh un planning un peu difficile parce qu'on a des dates butoirs à respecter et je
 436 préfère venir m'avancer dans mon travail bon euh comme je le dis encore c'est rare euh la
 437 dernière fois c'était au mois de euh (*réfléchit en regardant un emploi du temps situé derrière*
 438 *moi*) août, peut-être début août parce que je crois que le calendrier il était pas très
 439 favorable, non même pas, ça devait être en juillet oui le 2 juillet je crois, le samedi 2 juillet je
 440 euh donc voilà, c'est même pas une fois par mois hein donc tout va bien. Ça n'est plus, parce
 441 que ça l'a été à un moment donné. A un moment donné, mon travail était très près de mon
 442 domicile, j'étais à euh allé, 10 minutes en voiture donc euh voilà... c'était facile euh je me
 443 disais : « bah tient, j'ai plein de travail, plutôt que de trainer à la maison, je vais au boulot
 444 quoi ». Et donc j'y allais parfois le samedi, parfois même le dimanche. Voilà. Bon. Ce qui n'est
 445 pas bon pour tous les symptômes que j'ai décrit un peu plus haut hein la fatigue même si à
 446 l'époque j'étais encore en forme mais bon, tous ces problèmes de nervosité de... de pas
 447 prendre le temps de retrouver son calme et ce genre de... voilà. »

448 **ER** : « D'accord. Et euh je voulais revenir sur le fait que vous ne faisiez pas de sport, que vous
 449 n'aviez pas le temps et que vous n'en aviez pas nécessairement besoin par rapport à votre
 450 poids... »

451 **PATRICE** : « Oui parce qu'en général on fait du sport pour essayer de perdre du poids. »

452 **ER** : « Oui c'est vrai que c'est souvent associé et du coup est-ce que vous avez déjà eu des
 453 problèmes de poids ? Vous faites attentions aussi à votre alimentation ? »

454 **PATRICE** : « Oui alors j'ai des problèmes mais comme une minorité de gens quoi, je suis un
 455 petit peu bas hein, j'ai tendance à perdre du poids donc euh oui de ce point de vue-là mais
 456 bon, comme c'est pas dans l'air du temps euh finalement c'est euh... voilà c'est pas euh... j'ai
 457 tendance effectivement à euh, lié à mes problèmes de digestion voilà donc y a des moments
 458 où euh... et puis comme je pratique pas de sport euh j'ai pas de masse musculaire très
 459 importante donc autour y a pas de graisse qui se fixe hein forcément, y a la peau sur les os
 460 comme on dit et donc euh voilà donc... alors c'est une préoccupation sans l'être, des fois je
 461 me dis : « mince il faudrait quand même que je fasse quelque chose » et puis bon, on laisse
 462 glisser et parfois je vois euh des fois je vois des gens vraiment obèses et je me dis : « mais je
 463 comprends pas, ils ne se regardent pas dans une glace ? Ils ne se rendent pas compte qu'ils
 464 sont comme ça ? » et puis après je me dis : « mais toi t'es pareil au fond, t'es tut maigre et
 465 quand tu te regardes dans une glace, tu fais rien contre ça donc finalement on est pareil »
 466 voilà et maintenant je me dis, je comprends que les entre guillemets « les gros » sans être
 467 euh sans jugement, je comprends qu'ils fassent rien parce que moi-même finalement je ne
 468 fais rien euh au final on se... 'fin c'est pas qu'on se complait mais on se voilà on se contente,
 469 c'est comme ça et puis on vit avec encore une fois et voilà. Maintenant je me mets hein dans
 470 la peau de ces gens-là et alors ça choque plus hein quelqu'un de très gros ça se voit,
 471 quelqu'un d'un peu maigre, hop on masque ça avec des vêtements et puis on reprochera

472 jamais à quelqu'un euh en tout cas dans nos civilisations, on ne reprochera jamais à
473 quelqu'un d'être trop maigre. Malheureusement. Parce qu'il y a des gens qui en souffrent.
474 Donc c'est vrai que euh... c'est un peu comme les bonnes résolutions de début d'année,
475 chaque année on se dit : « aller hop je vais faire ça » et puis en fin de compte ce sont des
476 résolutions qui durent juste le temps de le dire. Mais encore une fois, en prenant de l'âge on
477 y pense plus souvent et on se dit : « bon bah il va vraiment falloir euh peut-être faire
478 quelque chose, ça peut pas durer quoi ». Parce que justement, on se sent plus vite fatigué et
479 on se dit : « bah tiens je me sens un peu fatigué et j'ai mal plus vite à certains endroits », ça
480 m'ait déjà arrivé de me dire : « ah bah tiens j'ai mal au genou et j'espère que c'est pas de
481 l'arthrose qui s'installe » et ce genre de chose hein on se dit : « ohlala si c'est ça euh
482 mince ! » donc toutes ces petites choses qui sont euh auxquelles on pense même pas et on
483 se dit : « tiens, il faut faire attention, va falloir encore que j'y travaille ». »

484 **ER** : « Du coup, ça vous est déjà arrivé de changer vos habitudes à cause du fait que ayez ce
485 genre de préoccupations ? »

486 **PATRICE** : « Et bien au niveau alimentaire par exemple, j'ai euh... alors sur les conseils du
487 médecin du travail, je sais pas si c'était une bonne idée, c'est vrai que j'ai euh largement
488 diminué les laitages parce qu'il me disait justement que c'était difficile à digérer, que c'était
489 pas euh forcément plein de bonnes choses, bon. J'avoue que j'ai pas constaté de grandes
490 différences... euh... ».

491 **ER** : « D'accord et alors pourquoi est-ce qu'il vous avait dit de réduire les laitages ? »

492 **PATRICE** : « Bah pour améliorer la facilité à la digestion. Oui parce que j'avais dû lui euh lui
493 évoqué mes petites problèmes et il m'a demandé : « est-ce que vous prenez des laitages ? »
494 et j'ai dit oui je bois mon bol de lait tous les matins et euh : « ah surtout pas hein, c'est
495 mauvais » donc j'ai tenté l'expérience mais bon, ça n'a pas été très très concluant. Euh mais
496 bon à part ce genre de petites choses, euh de plus en plus je m'intéresse à la nourriture
497 justement végétarienne alors moi euh j'ai toujours mes habitudes et j'ai une amie
498 végétarienne et du coup euh voilà. »

499 **ER** : « Et pourquoi est-ce que ça vous intéresse de plus en plus ? »

500 **PATRICE** : « Bah parce que me dis effectivement euh la viande on en mange trop, on nous dit
501 qu'on en mange trop et donc il faudrait voir pour la substituer avec des choses euh par
502 d'autres choses, voilà donc j'essaye de basculer et de manger des choses bien mais j'en fais
503 pas une religion hein je ne bannis pas la viande mais si je peux manger autre chose que de la
504 viande c'est pas plus mal... pour ma santé, d'une part, mais bon aussi parce que aussi en
505 production massive de viande euh ça se fait pas forcément dans de bonnes conditions pour
506 l'animal donc ça c'est euh un deuxième sujet, y a les deux aspects. »

507 **ER** : « D'accord donc vous allez privilégier plus de légumes plus de... »

508 **PATRICE** : « Oui voilà plus de fibres, passer au soja euh sous toutes ses formes euh les
509 légumineuses, ne pas négliger les lentilles euh le quinoa... et ce genre de choses quoi. Mais
510 du coup euh bah y a tous ces euh comment dire, tout ce qui est naturel dans l'esprit de des
511 gens et donc euh moi aussi hein c'est un peu naturel et bio, nature donc bon pour la santé
512 quoi. Donc y a un peu euh une vision comme ça mais c'est pas totalement vrai parce qu'on
513 mélange souvent bio et euh fruits et légumes et bio alors que c'est pas forcément la même
514 chose parce que c'est pas parce que je mange plus de viande que je suis bio donc euh mais
515 dans l'esprit y a un peu de mélange donc tout ça c'est dans une idée aussi voilà de colorer

516 très vert, tout est vert et rouge euh rouge c'est la viande donc là ça va être du vert... donc
517 voilà euh ça donne encore une fois beaucoup plus l'impression que c'est sain. Bon, y a du
518 vrai mais à mon avis, c'est pas sûr à 100% ... »

519 **ER** : « Oui parce que du coup si vous dites que c'est une impression, c'est peut-être parce
520 que vous n'êtes pas totalement convaincu... ? »

521 **PATRICE** : « Oui parce que euh c'est pas parce que euh d'abord de manger que végétarien
522 même végétalien hein même je me sens pas forcément, j'ai pas forcément une digestion qui
523 est meilleure pour autant euh alors ça fait quelques jours de repas alors je sens pas
524 forcément, je sens pas non plus euh... transformé euh par ce genre de repas. Faudrait peut-
525 être le faire sur une plus grande échéance. »

526 **ER** : « Mais alors pourquoi vous pensez que manger moins de viande ça va avoir un impact
527 positif sur votre santé ? »

528 **PATRICE** : « Bah parce qu'on nous dit qu'il faut pas en manger trop. Voilà, tout simplement.
529 On nous dit qu'il faut pas manger trop de viande, je crois que c'est 100 grammes de viande
530 qui suffisent largement et ce genre de choses. Donc je me dis bon bah oui oui... »

Silence de 20 secondes

531 **ER** : « Et donc ça euh ces préoccupations alimentaires vous les avez depuis longtemps ? »

532 **PATRICE** : « Pfff (*souffle et réfléchit*) alors le fait de euh... euh oui euh ne plus boire de lait,
533 manger moins de viande parce que c'est peut-être trop alors à une époque j'aimais
534 beaucoup la viande, je mangeais beaucoup de viande euh maintenant je me dis que c'est pas
535 trop raisonnable. Voilà, donc ça c'est relativement récent je vais dire euh depuis quelques
536 années. En même temps euh ce genre de euh je me suis jamais vraiment posé ce genre de
537 question avant. Voilà c'est euh c'est pas vraiment une vraie préoccupation maintenant non
538 plus euh c'est voilà je... C'est juste faire encore un peu plus attention mais de toute façon j'ai
539 toujours fait attention, j'ai jamais grignoté entre les repas, euh les sucreries de toute façon
540 c'est pas mon truc euh... voilà, là encore une fois je parlais de mon éducation, je pense que
541 ça vient aussi de mon éducation euh... euh... tout ce qui est euh chips euh et autre
542 grignoterie euh ça euh y en avait même pas à disposition à la maison donc euh chez mes
543 parents donc euh on était même pas tenté puisque ça n'existait pas du coup on prend une
544 certaine habitude. C'est vrai je ne grignote euh pas euh quand ça m'arrive euh... bon je suis
545 pas du genre à euh devant la télé et puis les repas ça se prend à table, ça se prend pas euh ça
546 se prend à table euh je vais dire en famille, c'est pas chacun dans son coin sur les genoux.
547 C'est aussi la manière d'aborder le euh repas en fait c'est parce que je pense aussi la
548 manière et les conditions dans lesquelles on mange euh font qu'on... euh j'allais dire même
549 on absorbe la nourriture de manière différente. Quand je mange dans un restaurant euh
550 entre guillemets « chic » euh on va passer trois heures à table, je vais pas manger de la
551 même manière que si j'étais au Mcdo où je mange avec les doigts en deux minutes. Donc
552 euh le corps euh même si en calories j'absorbe la même quantité, le résultat ne va pas être
553 le même, j'en suis convaincu. C'est pas qu'une histoire de broyer des aliments. Je pense que
554 le corps il... il réagit par rapport à un certain environnement, le Mcdo c'est bruyant et voilà...
555 et puis si je mange euh si je mange un sandwich en marchant euh voilà c'est ça va pas être
556 pareil que si je me pose sur un banc public euh tranquillement. Je suis euh j'en suis
557 convaincu de ce genre de choses. »

558 **ER** : « Ah oui c'est pas impossible. Et donc vous avez beaucoup parlé de votre éducation qui
 559 vous a permis d'acquérir certaines qualités et euh est-ce que ça pourrait influencer sur vos
 560 habitudes ? »

561 **PATRICE** : « Oui euh mais alors du coup quand je repense quand on était euh quand on était
 562 gamin mes parents n'hésitaient pas à appeler le médecin pour euh qui à l'époque se
 563 déplaçait encore à domicile à toutes heures, c'est plus comme de nos jours, on avait pas
 564 besoin de courir aux urgences, et euh ça je m'en rappelle, combien de fois le médecin est
 565 venu donc ça c'était pas un souci, d'un autre côté euh... mes parents étaient jamais malades
 566 ou rarement, je crois que mon père a été arrêté une semaine dans sa carrière. Je me
 567 rappelle qu'une fois il était malade, il était alité et c'est la seule fois et ma mère qui était
 568 mère au foyer, je ne l'ai jamais vu malade hein 'fin à part des petits rhumes et des petits
 569 bobos mais euh donc euh soit qu'ils se plaignaient pas soit que on a de la chance. Donc euh...
 570 euh la maladie c'est vraiment quelque chose d'exceptionnel, j'ai pas vécu dans un milieu où
 571 on avait à gérer une personne malade... euh... ce qui fait qu'effectivement, c'est pas une
 572 préoccupation du quotidien... une maladie bah c'est juste le petit hic euh c'est euh limité et
 573 on en guérit et bon voilà, on passe à la suite. Bon c'est vrai j'ai euh je suis gâté. Mais
 574 maintenant qu'ils ont pris de l'âge euh ouais, ils ont leurs petits maux de vieux quoi ; autour
 575 des 80 ans voilà donc là effectivement... ils vont voir très régulièrement leur médecin, pour
 576 tous leurs petits... soucis euh j'sais pas... Y a le problème du cholestérol, je voyais l'autre jour
 577 un documentaire et c'est vraiment une arnaque tout cette affaire de cholestérol mais enfin
 578 bon. »

579 **ER** : « C'est-à-dire ? Quelle affaire ? »

580 **PATRICE** : « Bah à partir d'un certain âge on fait des prises de sang et puis le médecin bien
 581 sûr va dire : « oh bah vous avez trop de cholestérol » donc on vous donne des médicaments
 582 pour réduire ce taux de cholestérol qui est mauvais dans vos artères. C'est pas si clair que ça,
 583 on est pas sûr euh j'ai vu un reportage alors y a un gros lobi de l'industrie pharmaceutique,
 584 notamment américaine, derrière tout ça. Donc euh certes euh c'est peut-être pas bon pour
 585 les artères mais c'est peut-être pas au point qu'on a bien voulu nous le dire. Pendant ce
 586 temps, ils ont vendu leurs médicaments. Et ils ont enrichi leurs actionnaires. C'est en ça aussi
 587 tout à l'heure que je disais que le médicament c'est de la chimie ; y a un peu, ça me gêne un
 588 petit peu cet aspect commercial du médicament. Parce que l'aspect chimique, vous savez,
 589 j'avais insisté un peu sur l'aspect chimique et c'est aussi sur l'aspect commercial. Ça me gêne
 590 un petit peu finalement que la santé soit commerciale, ait un aspect commercial. Le monde
 591 de la santé. Je comprends pas qu'on dise : « ah l'hôpital n'est pas rentable ». Et alors ?
 592 L'hôpital est là pour soigner. Il est pas là pour être rentable. Mais la préoccupation
 593 aujourd'hui c'est : il faut que l'hôpital soit rentable, sinon on le ferme. Je ne comprends pas.
 594 Les gens quand ils sont malades, on les soigne. Ou alors on dit : « bah non y a pas de système
 595 de santé en France » et chacun se débrouille. Cet aspect commercial moi ça me, moi ça
 596 m'embête. D'ailleurs quand je vais voir le médecin je le paye. Pour qu'il me soigne. S'il me
 597 guérit vite, je vais plus le voir. Donc il a pas intérêt à me guérir tout de suite donc déjà il va
 598 m'envoyer faire quelques examens chez ses confrères comme ça les confrères, ils ont aussi
 599 leur petite consultation, je vais revoir mon médecin qui se rempoche une consultation puis
 600 qui va me demander de revenir le voir. J'ai l'impression voilà, c'est euh alors bien sûr je
 601 grossis le trait et euh... mais un système, à l'inverse, où le médecin serait payé si je suis pas
 602 malade, par contre quand je viens le voir, je paye pas plus quoi, il aimera pas me voir
 603 souvent, donc là il va faire tout pour que je guérisse vite. Alors ça existe hein, ce genre de

604 système. En Allemagne, je crois, faudra vérifier mais je crois que les médecins ont un quota
 605 de patients, pour lesquels ils sont rémunérés par la sécurité sociale. Par une caisse de
 606 sécurité sociale. Voilà donc on lui attribue je sais pas euh mettons 100 patients, je sais pas
 607 quels peuvent être leurs quotas, et donc ils touchent euh ils touchent une rémunération par
 608 la caisse d'assurance euh maladie de ces patients-là. Et puis voilà donc c'est son volant de
 609 patientèle. S'il les voit 100 fois ou s'il les voit plusieurs fois chacun bah c'est une perte de
 610 temps pour lui, s'il les voit qu'une fois c'est tant mieux donc lui son objectif c'est de les voir
 611 le moins souvent possible. Et souvent ces médecins ont par ailleurs, des clients en ce qu'on
 612 appelle en privé, en médecine privée qui peuvent venir euh à volonté. Donc ils ont une
 613 médecine disons euh comment on appelle ça, un système d'Etat, 'fin de médecine euh
 614 publique quoi. Et ils ont aussi des clients privés. Mais la partie publique, elle est pas là, c'est
 615 euh ils ont intérêt à être efficaces. »

616 **ER** : « Oui. Et euh pour revenir sur les médicaments, quand vous dites que c'est leur aspect
 617 commercial qui vous gêne c'est parce qu'ils pensent aussi à faire du profit ? »

618 **PATRICE** : « Oui voilà. Je euh ça m'avait marqué ça, le film euh mince euh le Fugitif. Avec
 619 Harison Ford. C'est tiré d'une série donc euh en fait sa femme est tuée et on le soupçonne
 620 d'avoir tué sa femme, en fait on se rend compte que c'est euh quelqu'un d'autre et c'est
 621 toute une euh donc pendant qu'il fait lui-même son enquête, donc euh il est poursuivi par la
 622 police donc c'est pour ça qu'il est fugitif et donc tout le film raconte que l'enquête qu'il fait
 623 pour prouver son innocence et il va découvrir que y a un laboratoire ou euh... 'fin où il y a des
 624 euh... des amis médecins qui étaient entre guillemets « ses amis » et euh qui ont trafiqué des
 625 résultats pour montrer que leur médicament était euh... était efficace contre une certaine
 626 maladie et alors que ce n'était pas le cas, ils avaient trafiqué les résultats. Et là je me suis
 627 dit : « ah oui tiens, c'est vrai euh finalement on fait ce qu'on veut quoi ». Donc euh pour de
 628 vrai affff, les films américains parfois ils ont de gros scénarios mais on se demande hein. Et le
 629 dernier documentaire que j'ai vu sur Arte je crois, ou sur la 5 je sais plus, ça euh on se dit
 630 quand même euh que sur le fameux cholestérol et toute l'industrie donc euh on se dit que
 631 c'est pas entièrement 'fin c'est pas basé entièrement sur du faux mais on nous dit pas toute
 632 la vérité et on se bien que... et puis c'est comme euh bon y a même des médecins qui le
 633 disent hein bon une pastille on va à la pharmacie, on prend une pastille contre la toux ou un
 634 mal de gorge plutôt. En fait euh y a rien du tout dans la pastille. On la paye euh on la paye
 635 une fortune, derrière y a un labo, et puis en fin de compte c'est euh on euh on prendrait un
 636 bonbon presque du commerce et ça ferait à peu près le même effet parce que ça fait saliver
 637 et puis ça fait euh voilà. Donc ça va calmer euh ça va calmer presque aussi bien la douleur,
 638 prendre un bonbon au miel, ça va revenir au même que la pastille au miel que je vais acheter
 639 chez le pharmacien. Mais euh c'est présenté euh y a l'étiquette, le truc le et puis c'est le
 640 pharmacien qui avec sa blouse blanche le vend donc euh ça va justifier un prix plus élevé,
 641 mais bon. Donc euh et puis bon, l'industrie pharmaceutique ça s'est un petit peu calmé mais
 642 euh c'est quand même euh ils font beaucoup d'argent quoi. Les cadeaux aux médecins, des
 643 voyages gratuits, ça a existé tout ça hein. Je sais pas si ça existe encore mais bon... y avait les
 644 visiteurs donc euh les labos envoyaient des commerciaux chez les médecins pour proposer
 645 leur gamme de médicaments hein. Voilà, tout cet aspect-là ça me... »

646 **ER** : « Ah oui je vois. Et alors est-ce que vous avez peut-être peur que les médicaments
 647 soient moins efficaces parce que les labos axent plus leur stratégie sur leur aspect
 648 commercial ? »

649 **PATRICE** : « Alors pas forcément mais euh... euh... éventuellement mais je... je mets pas en
650 cause l'efficacité, c'est la manière de le vendre ; est-ce que c'est forcément utile d'en passer
651 par là ? Encore une fois, est-ce que c'est forcément utile d'avoir l'antibiotique si euh juste un
652 remède simple peut suffire ? Est-ce que c'est utile d'acheter euh... ou de faire acheter
653 quelque chose parce qu'en plus, quand on va à la pharmacie sur ordonnance, on part avec sa
654 petite pochette ou sa grosse pochette, et on a pas donné un centime au pharmacien parce
655 qu'il se fait remboursé directement par l'assurance maladie et les mutuelles et on se rend
656 pas compte du prix que ça coute. Et que ça coute finalement, à la société. Donc à nous
657 puisque c'est nous qui cotisons. Et du coup on se rend pas compte du prix de la santé. Alors
658 c'est bien parce que comme on a le, en tant que patient on a pas le à avancer de frais, mais
659 on se rend pas compte de ce que ça peut couter. Et donc euh peut-être qu'on a euh qu'il y a
660 certains abus. »

661 **ER** : « Oui oui d'accord. Et alors est-ce que vous pensez au fait que quand vous serez plus
662 avancé en âge, vous aurez davantage besoin d'acheter des médicaments et ce genre de
663 chose ? »

664 **PATRICE** : « Bah c'est comme je le disais, si vraiment on a de gros problèmes, au début on se
665 pose pas trop de questions, on fait un peu ce qu'on nous demande de faire et là où on nous
666 conduit quoi donc euh je vais un peu tomber dans le système. J'en suis conscient. Mais... je
667 le regrette un peu en même temps aussi. Je sais que je tomberai dans le système.
668 Nécessairement (*sourit*). Et puis on a pas forcément le recul et puis la connaissance pour se
669 dire : « bon bah non, je peux me passer de ça et ou l'alternative peut être celle-là... »

670 *Silence de 10 secondes*

671 **ER** : « D'accord. Je voudrais juste revenir sur vos parents qui ont donc 80 ans, euh est-ce
672 qu'en les voyants vous vous projetez vous-même ? »

673 **PATRICE** : « Non pas encore. Là encore je me sens pas « vieux » entre guillemets. J'ai pas
674 encore eu cette bascule où je me dis : « oh je suis dans la euh... dans la deuxième moitié de
675 ma vie » quoi ; j'ai pas encore euh j'ai pas encore passé ce cap-là. Je sais pas si on le passe
676 vraiment d'ailleurs. Ça dépend peut-être aussi des caractères de chacun. »

677 **ER** : « Donc pour vous il y aurait une autre charnière ? Parce que vous disiez qu'à 45 ans vous
678 aviez eu... »

679 **PATRICE** : « Bah peut-être. Oui peut-être. »

680 **ER** : « D'accord mais alors du coup c'est quoi pour vous se sentir vieux ? »

681 **PATRICE** : « Alors moi j'ai l'impression que euh le passage à la retraite, j'ai l'impression que
682 pour beaucoup ça a... ça change des choses dans leur vie. Alors c'est peut-être parce que
683 c'est pas forcément bien préparé euh ou euh mais j'ai déjà vu autour de moi des gens qui le
684 vivent un peu mal. Alors puis vous avez aussi le sentiment de ne plus se sentir utile, de euh...
685 bon après ça dépend de l'environnement de chacun. Y a des gens qui sont très occupés par
686 les euh en famille par les enfants et les petits-enfants donc euh voilà, ils vont peut-être vois
687 les choses autrement mais je me demande si c'est euh si c'est pas euh ou le fait
688 effectivement d'avoir une maladie grave qui fait aussi qu'on se dit aussi : « bon à un moment
689 donné... »

690 **ER** : « D'accord. Du coup est-ce que vous n'avez pas peur de ressentir ce sentiment puisque
691 vous disiez que vous arriviez tôt au travail et que vous en repartiez tard ? Est-ce que vous
692 appréhendez un peu la retraite ? »

693 **PATRICE** : « Encore une fois j'y pense pas. J'y pense pas. C'est encore loin donc euh on y
694 pense pas. Non mais je me calme aussi sur euh les heures de travail. Quand même. Encore
695 une fois parce que de toute façon le soir quand je finis à 17h je suis fatigué donc euh... je suis
696 forcé de me calmer. »

Silence de 10 secondes

697 **ER** : « D'accord et est-ce que vous avez autour de vous des personnes de votre âge qui sont
698 déjà à la retraite ? »

699 **PATRICE** : « Non. De mon âge non euh... des connaissances qui auraient euh 15 ans de plus
700 et qui seraient à la retraite euh... si là j'ai une amie qui récemment vient de prendre sa
701 retraite effectivement. Ça s'est pas fait forcément dans de bonnes conditions parce qu'elle
702 était malade alors elle était euh arrêtée depuis plusieurs années à cause de sa maladie, donc
703 elle était en arrêt de travail et puis à un moment donné elle pris sa retraite. Mais sans avoir
704 jamais repris le travail donc euh en fait euh... mais ça lui a fait bizarre de se couper de son
705 employeur alors qu'elle était déjà dans une situation de euh en dehors de l'emploi depuis
706 plusieurs années. Mais bon la aussi effectivement, elle a un problème de santé euh un
707 problème au dos euh, pas forcément lié à l'âge hein mais peut-être lié un peu quand même
708 hein ce déplacement de vertèbres... voilà donc euh avec une opération qui s'est pas
709 forcément bien déroulée donc du coup y a eu des conséquences donc voilà donc euh ne plus
710 pouvoir facilement se tenir debout ou se mouvoir donc euh l'incapacité d'occuper un emploi
711 ou en tout cas, l'emploi qu'elle avait euh... voilà. Mais bon, sinon pour des gens qui sont à la
712 retraite euh autour de moi je euh j'ai peu d'exemples. En fait là c'est une ancienne collègue
713 qui est devenue une amie. Donc euh voilà, c'est pour ça que je connais ce cas, en particulier
714 mais sinon... »

715 **ER** : « D'accord. Alors je voulais aussi revenir sur euh quand vous disiez que vous n'aviez pas
716 forcément le temps de faire du sport, et du coup euh vous faites quoi pour vous
717 détendre ? »

718 **PATRICE** : « Oui oui alors pfff (*souffle et réfléchit*)... alors en fait non, pas tant que ça...Alors
719 le temps de vacances... Alors j'avoue, j'avoue les euh donc euh mon séjour au Viet Nam
720 j'avais pris 4 semaines de congés ce qui ne m'étais pas arrivé depuis pfoou depuis que j'étais
721 étudiant ; j'ai jamais pris autant d'un bloc. Euh je prenais plutôt maximum 3 semaines. L'été,
722 et là j'ai pris 4 semaines et j'étais dans une forme mais dans une grande forme euh au bout
723 des 4 semaines, malgré la fatigue du voyage, j'étais vraiment bien. Donc euh des vacances
724 prolongées ça fait du bien. Ça m'a fait un grand grand bien.

Silence de 10 secondes puis il reprend

725 **PATRICE** : « Mais voilà après euh... on peut pas partir tout le temps donc il y a euh... j'allais
726 dire on peut rien faire le week-end mais euh sinon on va voir une tante, on se fait une sortie
727 et on va au cinéma, moi par exemple le week-end dernier j'étais à St Malo euh pas le
728 dernier, j'étais à St Malo voilà donc euh... c'est pas du vrai repos, d'ailleurs ça m'a bien
729 fatigué ce voyage mais ça m'a vidé un peu la tête quoi. C'est euh... on se préoccupe pas du
730 quotidien. Voilà. »

731 **ER** : « D'accord et alors à votre avis, qu'est-ce qui vous a fait vous sentir bien durant ce
732 voyage au Viet Nam ? »

733 **PATRICE** : « Oh je pense déjà la coupure avec euh complète euh en plus j'avais bien organisé
734 mon départ donc je savais euh qu'ici, tout allait bien se passer donc ça euh... ça me... je
735 pouvais me vider l'esprit, euh... et puis bah 4 semaines de voilà de... comment dire... oui de
736 repos même si comme je dis ça a été un peu fatiguant parce qu'on a fait des voyages quand
737 même la nuit en autobus enfin bon, j'ai pas forcément bien dormi mais bon, euh possibilité
738 de faire la sieste euh ah oui tiens, ça, ça manque la sieste au travail. Ça manquerait de
739 pouvoir faire la sieste (*sourit*), ça serait une revendication à faire auprès du patron ça. Je
740 pense qu'on serait plus d'un à, que je serai plus d'un à bien vouloir le faire. C'est très mal vu
741 en France hein. De faire la sieste et même de faire des activités euh comme ça euh 'fin... un
742 peu de repos, de... de faire autre chose que du travail dans une pause euh... »

743 **ER** : « Ah bon, pourquoi ? »

744 **PATRICE** : « Je suis pas sûr que ce soit bien vu en France. Je ne sais pas euh je pense que
745 c'est culturel ; je pense qu'aux Etats-Unis ça doit très bien passer ce genre de chose euh on
746 va installer des fauteuils euh on va mettre des tables de ping-pong à disposition des salariés,
747 en France, je suis pas sûr. Peut-être dans certains grands groupes et euh... bon, je me
748 trompe peut-être ; ça serait intéressant de creuser avec d'autres personnes. »

749 **ER** : « D'accord, ah oui effectivement, ça serait intéressant. Mais alors on parlait du Viet Nam
750 et vous m'expliquiez que vous ne dormiez pas beaucoup et euh... »

751 **PATRICE** : « Oui alors voilà, y avait les nuits où on dormait pas forcément beaucoup donc
752 c'était pas très reposant mais je pouvais faire des siestes à tout moment, bon en vacances
753 forcément on a du temps ; le climat bon là-bas il fait très bon, ça tourne autour de, j'sais pas
754 moi de... (*Réfléchit*) des températures entre 20 et 25 degrés, voire même plus hein, on a eu
755 même plus quand on est descendu dans le sud, donc euh un climat agréable euh, une
756 nourriture saine alors là j'ai mangé que végétarien hein. Parce que j'étais qu'avec des amis
757 végétaliens donc euh et là-bas c'est très facile d'accès hein, c'est aussi lié à la religion
758 bouddhiste. Notamment dans le sud du pays donc euh autant dans le nord ils vont manger
759 du chien hein, ça les gêne pas dans le nord mais dans le sud ils sont plus influencés par euh
760 par le respect des animaux donc euh 'fin de la vie en général donc euh les animaux en
761 particuliers donc euh on trouve beaucoup de restaurants végétariens. Enfin des restaurants,
762 c'est plus des échoppes là-bas. »

763 **ER** : « Et vous faisiez quelles sortes d'activités ? »

764 **PATRICE** : « Des visites surtout et puis donc de la marche, pas mal finalement et aussi un peu
765 de moto donc euh la pollution quand même euh (*rit*) non parce que ça, c'est quand même
766 contradictoire parce que j'ai pas forcément eu un environnement toujours bien sain mais
767 j'ai euh on était bien quoi parce qu'il y avait de vrais moments de repos euh et l'après-midi
768 on peut s'installer, on boit son lait de euh son lait de coco d'une noix fraîchement coupée
769 dans un hamac alors voilà on est bien hein. Donc là c'est une vraie détente aussi du point de
770 vue de aussi bien psychologique que euh parce que comme j'ai dit euh j'ai complètement
771 oublié la France, et puis détente euh corporelle totale quoi ; j'ai même nagé dans la mer moi
772 qui n'aime pas l'eau. J'ai nagé dans la mer moi qui ai toujours froid et qui n'aime pas l'eau
773 donc euh c'était exceptionnel. Non non puis euh dans une très bonne ambiance, le groupe
774 sympa, on a bien rigolé y a tout ça hein qui fait que non j'étais vraiment bien au retour. Alors

775 ça c'est du temps d'aménagé sur euh bon, déjà sur un week-end de repos c'est pas vraiment
776 euh, c'est compliqué de créer cette ambiance de détente dans euh on se détend pas en
777 claquant des doigts (*accompagne sa parole du geste approprié*), il faut le temps et euh pas
778 beaucoup plus sur une semaine de vacances quoi. J'ai le tort de souvent poser une semaine
779 de vacances à cause des contraintes euh de travail hein, quand on travaille à la paye,
780 forcément la paye ça vient tous les mois et donc dans un mois il euh c'est difficile de caser
781 euh de caser beaucoup de congés. »

782 **ER** : « Donc du coup vous prenez pas énormément de vacances, c'est ça ? »

783 **PATRICE** : « Alors jusqu'à présent il me restait énormément de congés donc j'en ai mangé un
784 peu là au mois de mars et euh je pense bien que euh au mois de mars prochain je vais
785 retourner me faire une petite cure au Viet Nam. J'ai bien envie. »

786 **ER** : « D'accord mais je voulais savoir, peut-être que comme vous prenez de l'âge, vous aurez
787 besoin de plus de congés non ? »

788 **PATRICE** : « Je les prendrai mieux. Parce qu'en plus de toute façon, j'ai droit à mes 5
789 semaines mais c'est difficile de s'absenter plus de 5 semaines par an hein mais de les
790 justement, de ne pas trop les fractionner, de faire une vraie période de repos euh
791 réparateur, voilà c'est peut-être sur ce genre de chose que... qu'il faudra... ce genre de chose
792 auquel il faudrait être attentif en fait.

Silence de 10 secondes puis il reprend

793 **PATRICE** : « Mais euh oui je repense aussi à ce que je disais vraiment euh, j'avais des
794 problèmes plus importants, moi ça ne me dérangerait pas de euh alors peut-être que j'ose
795 pas ici aussi mais euh peut-être ailleurs, j'oserai demander un aménagement de mon temps
796 de travail ; euh sur une journée euh peut-être commencer plus tôt pour terminer plus tôt ou
797 voire même, travailler sur tous les jours de la semaine ou faire 4 grosses journées et d'avoir
798 un week-end plus long ou faire une coupure en milieu de semaine, enfin euh dans la mesure
799 où ça pourrait être possible euh moi je pense que ça c'est une des choses peut-être qu'on
800 peut qu'on met pas assez en place d'ailleurs je pense qu'on peut justement se faire
801 accompagner par le médecin du travail si vraiment on a des gros problèmes euh voilà, après
802 il faut que l'employeur joue le jeu, il peut se contenter de moindres horaires ou de nouveaux
803 contrats éventuellement. Mais je vous ai coupé. »

804 **ER** : « Euh oui non mais c'est bon euh... euh oui non du coup je sais pas euh... »

805 **PATRICE** : « Oui parce que du coup sur le sujet santé on a parlé beaucoup de bien-être et
806 autre m'enfin bon... si si on a... »

807 **ER** : « Est-ce que vous voyez des choses à rajouter ? »

808 **PATRICE** : « Là comme ça, non euh... (*réfléchit*) non euh j'ai l'impression d'avoir fait un peu le
809 tour su sujet mais... alors peut-être que quand vous ferez d'autres interviews vous aurez
810 d'autres pistes parce que c'est vaste comme sujet je trouve. »

811 **ER** : « Oui et alors on commence par faire des entretiens et ensuite on fait des lectures
812 approfondies sur des sujets plus précis mais toujours dans le thème de la santé, pour voir
813 vers où les entretiens vont nous mener en fait. »

814 **PATRICE** : « D'accord. »

Annexes

815 **ER** : « Voilà donc euh si vous avez des choses à rajouter... ? Sinon c'est bien, on peut s'arrêter
816 là. »

817 **PATRICE** : « Oui on peut s'arrêter là, c'est pas forcément évident hein mais j'espère que ça
818 sera fructueux. »

819 **ER** : « Oui moi aussi, en tout cas, merci encore d'avoir fait cet entretien avec. »

820 **PATRICE** : « De rien. »

Entretien n°2/10 – Geneviève <i>« Je dois accuser mes 50 ans »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 52 ans, divorcée avec trois enfants. Titulaire d'un bac+3, actuellement conseillère à Pôle Emploi. Vit dans le 12 ^{ème} arrondissement de Paris.
Date de l'entretien	15 mars 2017
Lieu de l'entretien	<i>La Vielleuse</i> , café de Belleville
Ville	Paris
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	125 minutes
Conditions de l'entretien	Dans un café, à une table pour deux
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Geneviève commence par faire une sorte de liste de tout ce qui a changé dans sa vie depuis qu'elle a passé la cinquantaine. Elle aborde aussi bien le relationnel au travers de son divorce et de ses amis perdus, que le corps et le vieillissement par le biais de la ménopause et de tous ses symptômes. Elle enchaîne sur son travail et ses conditions, qui n'ont pas toujours été agréables ce qui lui a valu de ne pas se sentir à sa place pendant un certain temps. Ensuite, elle parle de son corps et particulièrement de ses changements physiques (prise de poids, pieds et dos qui font mal...). En parallèle elle avoue une coquetterie qu'elle a toujours eue mais qui est dorénavant contrainte à la fois par son travail, et par le vieillissement qui lui a fait changer de regard sur elle-même. Elle a toujours eu confiance dans le système et le corps médical et dit ne pas être très tournée vers les médecines douces. Elle revient sur le sujet des maux physiques liés à son âge, qu'elle semble vivre assez mal, en témoigne son désir potentiel de se faire un lifting dans quelques années. Elle fait d'ailleurs au passage une comparaison avec les jeunes. Par la suite, elle aborde le sujet des relations amicales : la peur de l'isolement et de la solitude se fait grandement sentir. Elle avoue une volonté de se remettre en couple afin de pouvoir compter sur quelqu'un en vieillissant. Quand elle parle de son avenir, c'est également à travers ses proches et ses relations. Elle se voit toujours active à la retraite et considère la bonne santé justement au travers de cette activité constante. Elle finit en disant que la cinquantaine a fait apparaître des limites physiques mais qu'elle se sent mieux mentalement qu'étant jeune.
Enquêteur	Agathe Mündler

L'enquêtée m'a donné rendez-vous près de son lieu de travail qu'elle quittait justement avant de me rencontrer. Nous nous sommes retrouvées au métro de Belleville et nous sommes dirigées vers un café juste en face. Nous sommes entrées et avons choisi une table pas trop près des autres personnes déjà attablées. Elle a choisi le siège face à l'ensemble de la pièce tandis que moi, je l'avais dans le dos. Elle m'a demandé ce que je comptais commander et le serveur est arrivé nous prendre notre commande. Elle a pris une menthe à l'eau pas trop sucrée a-t-elle précisé et moi, un chocolat chaud.

Après avoir rappelé les consignes, j'ai lancé l'enregistrement et le serveur est arrivé avec nos boissons. Nous avons ensuite pu réellement démarrer l'entretien.

1 **Er** : Donc euh et bien déjà je vous remercie de d'avoir accepté de faire cet entretien avec
2 moi, je sais que c'est pas toujours évident de...

3 **Geneviève** : Non mais je sais que Alice a dû faire des enquêtes aussi, elle était très contente
4 de trouver des gens. Voilà.

5 **Er** : Oui c'est vrai (*sourires*). Donc euh comme je vous le disais je suis dans un master de
6 sociologie et donc on travaille sur euh sur les personnes qui ont 50 ans parce qu'on trouve
7 que en fait, d'après nos recherches, on a trouvé que finalement on parlait très peu d'eux
8 dans la société. Donc je ne sais pas ce que vous en pensez... mais en tous cas c'est ce qu'on a
9 trouvé et donc j'aimerais savoir ce que le passage à la cinquantaine a changé pour vous, de
10 façon générale d'abord.

11 **Geneviève** : De façon générale euh... d'une façon générale je dirais euh voyons voyons...
12 (*réfléchi*) je réfléchis mais c'est vrai qu'on se sent un peu euh un p'tit peu laissé pour
13 compte sur le plan professionnel et ça c'est pas de façon générale je dirais, c'est de façon
14 détaillée...

Interruption du serveur venu nous apporter nos boissons.

Reprise de l'enquêtée.

15 **Geneviève** : Physiquement euh on commence un peu à se dégrader (*rires*) euh... euh les
16 enfants sont... les enfants sont presque indépendants donc c'est vrai que bon c'est pas qu'on
17 se sent inutile mais euh presque !

18 **Er** : D'accord.

19 **Geneviève** : Euh... ça a été aussi pour moi euh le le... disons que j'avais divorcé depuis
20 quelques années mais bon ça a été un moment euh ça a été un moment de... pas de désert
21 amical mais presque euh parce que quand vous divorcez, vous perdez énormément de vos
22 amis, donc ça a été une période plutôt difficile.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

23 **Er** : D'accord et sinon, des points positifs peut-être ?

24 **G** : Et bien la maturité euh quand on vieillit vous savez plutôt rapidement ce que vous voulez
25 et ce que vous ne voulez plus* donc euh je dirais que voilà, ça c'est un point positif (*fait*
26 *tourner sa menthe à l'eau*). Mais je crois que pour l'instant je n'en vois pas d'autre. Pour
27 l'instant. Ça viendra peut-être.

28 **Er** : D'accord et alors du coup maintenant si on cible sur la santé, qu'est-ce que vous pouvez
29 me dire à ce sujet, qu'est-ce que la cinquantaine a changé ?

30 **G** : Bah écoutez pas mal de choses. Euh bon bah il y a la ménopause hein voilà, la
31 ménopause arrive alors vous avez euh tous les symptômes que vous devez déjà connaître
32 hein donc euh vous dormez très peu parce que vous avez des bouffées de chaleur voilà,
33 l'humeur est en dents de scie, le moral aussi, euh... j'dirais que sur le moral bah moralement
34 on est moins fort parce que justement on dort moins euh... donc après s'y ajoutant euh c'est
35 une période quand même assez difficile. Ensuite euh bon moi j'ai eu un affaissement de la
36 voûte plantaire donc j'ai eu euh mal aux pieds pendant très très longtemps, c'est pour ça
37 que je travaille en baskets maintenant alors qu'avant je n'étais qu'en petits escarpins. Euh...
38 bah c'est tout quoi euh vous grossissez un peu euh... (*réfléchit*) euh il y a les rides qui
39 viennent, ça c'est pas une question de santé mais bon la peau devient un peu plus flasque
40 alors bon euh y a euh vous prenez de la cellulite, la circulation se fait moins bien euh il y a
41 des varices qui apparaissent, des varicosités ... L'appétit aussi change. Euh enfin moi ça a été
42 euh... j'avais des grandes périodes où j'avais pas faim et des grandes périodes où je dévorais
43 donc l'appétit change et ça si je vous en parle c'est parce que euh chez mes amies euh ... on
44 a remarqué un peu les mêmes choses. Oui l'appétit change voilà. Euh ... voilà mais je pense
45 que tout ça, ça vient aussi avec le dérèglement hormonal euh je pense que c'est en rapport.
46 Qu'est-ce qui, qu'est-ce qui sur le plan de la santé y a d'autre ? Le sommeil ... qu'est-ce qu'il
47 y a d'autre ?... Je crois que la cinquantaine je crois que la ménopause change énormément
48 de choses donc moi je suis dans une période de de ménopause là et je peux pas vous dire si
49 c'est l'âge ou si c'est la ménopause. Mais comme je suis une femme, je pense que tout est
50 en rapport. Euh... quoi d'autre euh... oui par contre moi qui étais très allergique, je le suis
51 moins. Oui, euh j'étais très allergique à la poussière de maison, de poils de chat, j'ai toujours
52 eu un traitement de fond etc et en fait je m'aperçois que je suis moins allergique à ce genre
53 d'allergènes. Voilà. Par contre, tout ce qui est produits de beauté ça je suis ça j'en supporte
54 moins. Je pense que à force de euh ... de changer euh et puis je me suis maquillée très tôt
55 moi hein euh vers 14-16 ans et puis voilà. Je pense qu'après on supporte moins, on a été
56 trop sensibilisée. Euh voilà, y a ça qui est apparu mais par contre tout ce qui est allergies
57 respiratoires j'y suis moins sensible. Euh quoi d'autre...euh... je crois que c'est tout sur le
58 plan de la santé, y a peut-être des choses qui me reviendront.

59 **Er** : D'accord. Alors on peut déjà partir sur ce que vous avez dit au début. Parce que vous
60 avez dit pas mal de choses, par exemple vous avez commencé, vous avez parlé du travail et
61 vous disiez que vous étiez laissée pour compte donc euh...

62 **G** : Oui c'est-à-dire que à partir de 40-50 ans euh alors déjà moi je travaillais dans un grand
63 groupe a euh qui euh avait un fonctionnement à l'américaine donc euh il faut tout le temps
64 être réactif tout le temps, il faut être proactif euh il faut être euh il faut faire des heures pas
65 possibles sinon on est pas pris au sérieux* etc etc et donc à partir de 45 ans euh déjà ce
66 fonctionnement à l'américaine donc à l'époque et on vous le disait assez ouvertement, vous
67 étiez considéré comme plus adaptatif. Voilà.

68 **Er** : Donc qu'est-ce que ça veut dire concrètement ?

69 **G** : Bah ça veut dire que pas de promotion euh ça veut dire que au premier plan de
70 licenciement on vous propose de vous licencier euh vous faites partie de charrette* euh si
71 vous vous battez pas un peu et alors c'est à peu près pareil pour les hommes que pour les
72 femmes sauf que pour les femmes c'est un peu plus tôt. Voilà oui. Euh... donc voilà...

73 **Er** : C'est-à-dire que les femmes c'est plus 45 ans et les hommes plus après ?

74 **G** : Voilà. C'est ça, surtout si vous avez des enfants euh donc euh...voilà. Quoi d'autre euh il
 75 faut dire aussi que quand j'ai été licenciée, la première fois c'était en 2006 euh c'était, ils
 76 étaient en pleine période euh de restructuration euh ils étaient financés par des fonds de
 77 pensions américains de plus en plus exigeants euh c'était pas encore la crise mais euh les
 78 financiers donc serraient beaucoup les boulons. Et euh donc à mon âge bon il fallait euh
 79 restructuration euh il fallait euh utiliser des expressions comme « dégraisser le mammoth »
 80 donc il fallait licencier euh voilà. Donc c'est une société qui a fait quand même cinq plans de
 81 licenciement, donc c'est énorme, et moi je me suis bien accroché euh j'ai demandé une
 82 mutation euh avec mon ancienneté on me l'a refusé et j'ai fait partie du dernier plan de
 83 licenciement euh de cette période-là parce qu'il y en a eu d'autres après. Donc il faut
 84 s'accrocher, il faut se battre. A 50 ans il faut vraiment se battre euh pour euh garder son
 85 poste. Et euh maintenant que je travaille à Pôle Emploi (*tousse*) euh je vois je rencontre des
 86 demandeurs d'emploi qui euh ont été licenciés et on à peu près dans mes âges hein entre 45
 87 et 55 et qui tiennent à peu près les mêmes discours que moi il y a 10 ans. Voilà. Donc la
 88 cinquantaine sur le plan professionnel ça change beaucoup de choses. Euh quoi d'autre ?...
 89 Bon vraiment pour moi ça a été une période euh de remise en question : j'ai repris des
 90 études, voilà donc j'ai repris des études et en fait j'ai eu une petite période de chômage où
 91 je suis rentrée en léthargie parce que euh à 50 ans quand vous dit que vous n'êtes pas
 92 adaptatif et que vous avez fait près de 16 ans de... ouais de bons et loyaux services et que
 93 surtout on vous a jamais dit que vous étiez inefficace, au contraire etc machin bon y a une
 94 période euh c'était difficile à supporter. Surtout qu'on est très inquiet pour l'avenir et donc
 95 là le stress, le moral baisse, c'est la déprime voire la dépression euh voilà. Donc euh ça a été
 96 un petit peu difficile, et puis euh bah j'ai repris mes études.

97 **Er** : En quoi ?

98 **G** : Informatique. J'étais déjà dans l'informatique, j'étais passée dans le marketing-
 99 consommateur pendant plusieurs années et j'ai repris mes études en informatique parce
 100 que c'était là que j'étais sûre de retrouver le plus facilement de travail parce que comme
 101 c'est un domaine que je connaissais, je me suis dit « bon je vais reprendre l'informatique ».
 102 Et euh bah même quand euh alors à l'époque j'avais 44 ans. J'avais 44 ans, j'avais pas encore
 103 50 ans, j'avais 44 ans et euh bon, et bien quand on a 44 ans et que vous reprenez des études,
 104 euh ça vous donne un coup de jeune mais extraordinaire : d'abord vous mincissez, vous euh
 105 le moral euh est au top, vous faites des choses intéressantes euh... voilà euh vous rajeunissez
 106 mais plus moralement que physiquement.

107 **Er** : D'accord. Mais alors vous n'avez pas ressenti de fatigue ?

108 **G** : Non. J'ai divorcé en même temps, euh j'ai eu un divorce un petit peu difficile euh donc je
 109 ne pouvais pas laisser mes enfants à la maison avec euh leur père donc euh je dormais euh
 110 sur le site de formation 2-3 fois par semaine et je laissais mes enfants à mes parents. Et euh
 111 alors le reste du temps je retournais chez moi. Et non, je n'ai pas ressenti de fatigue du tout,
 112 bien au contraire.

113 **Er** : D'accord. Et vous avez repris vos études pendant combien de temps du coup ?

114 **G** : Ça a duré 16 mois... ouais ça a duré 16 mois.

115 **Er** : Et vous avez eu votre diplôme alors ?

116 **G** : Oui oui j'ai eu mon diplôme oui, j'ai un diplôme de niveau euh de niveau 3 voilà, donc
117 euh de développeur informatique, d'analyste-programmeur hein et puis euh j'ai travaillé euh
118 d'abord j'ai pas trouvé tout de suite tout de suite, j'ai travaillé quelques mois dans un centre
119 d'appel pour vendre des téléphones euh mais euh y avait quand même quelques mamans
120 comme moi euh : célibataire euh qui avait trouvé ça pour joindre les deux bouts. Moi j'avais
121 trouvé un poste euh deux mois après donc là à Boulogne Billancourt, dans une start-up qui
122 cherchait justement une femme d'âge mûr. Voilà. Parce que euh ils avaient euh
123 essentiellement des jeunes hommes et donc euh des développeurs, des chefs de projet, et
124 ils cherchaient une femme, alors ils m'ont dit que c'était pour féminiser leur leur euh (*rires*)
125 euh donc voilà, à mon avis c'était pour remplir les quotas. Mais bon voilà, ils cherchaient
126 une personne d'âge mûr parce qu'ils voulaient faire le lien, c'est un poste qui euh le lien
127 entre chef de projet et les développeurs donc il fallait quelqu'un peut-être d'un peu
128 maternel, un peu enveloppant et qui sache présenter les choses euh voilà... voilà. Et puis
129 cette société où j'ai travaillé là-bas pendant 5 ans et puis cette société a été liquidée, a été
130 rachetée par un groupe et euh a été liquidée et là euh je n'ai pas retrouvé de travail.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

131 **Er** : Et euhm pour revenir sur le passage à la cinquantaine, vous avez dit que vous aviez
132 remarqué des changements d'attitudes vis-à-vis de vos collègues, de quel genre par
133 exemple ?

134 **G** : Alors euh...(réfléchit)

135 **Er** : Parce que vous disiez que vous étiez laissée pour compte mais est-ce que ça se
136 remarquait en fonction des gens, des attitudes... ?

137 **G** : Alors euh ça s'était beaucoup plus tôt ; là dans la start-up par exemple, euh les jeunes
138 étaient assez respectueux mais euh c'était euh...on sentait bien que c'était euh je faisais pas
139 partie, même si c'était un petit groupe, donc on était assez soudés, on sentait bien je crois
140 que j'étais la plus âgée à part les directeurs, on sentait bien que euh bon « elle a pas le
141 même âge, elle peut pas comprendre » euh voilà, ils déjeunaient pas avec moi euh parce
142 qu'ils se racontaient leurs petites histoires de jeunes euh voilà, voilà. Le changement
143 d'attitude c'est ça : on aurait dit bon qu'il y avait un fossé de générations alors que bon moi
144 c'était pas euh... c'était pas du tout euh mon but euh moi je j'aurais bien voulu justement
145 qu'on soit plus uni euh bon, participer un petit peu plus à leur vie prof... 'fin, personnelle et
146 professionnelle donc euh c'était eux-mêmes qui mettaient une barrière. Mais à la base y en
147 avait pas. Euh voilà.

148 **Er** : Et actuellement ?

149 **G** : Oh bah là c'est pas pareil parce qu'actuellement je travaille dans une entreprise qui
150 s'appelle Pôle Emploi, voilà, où euh... tous les âges sont plutôt bien représentés. Euh il y a
151 plus de femmes que d'hommes... et oui il y a plus de femmes que d'hommes à Pôle Emploi
152 et euh bon bah ça va de euh (réfléchit) quel âge elle a ? euh je crois qu'elle a 22 ans, je crois
153 que c'est la plus jeune et le plus vieux je crois qu'il part à la retraite bientôt donc euh il doit
154 avoir les 62 je crois.

155 **Er** : D'accord. Donc il y a moins de barrières ?

156 **G** : Ah oui il y a moins de barrières. On travaille tous ensemble et puis il faut dire que c'est un
157 métier quand même très très dur, on se serre beaucoup les coudes.

158 **Er** : Et vous concrètement vous faites quoi ?

159 **G** : Conseillère. Je suis conseillère à Pôle Emploi et puis là je vais postuler sur un poste un
160 peu différent ; là par exemple je m'occupe d'à peu près 300 demandeurs d'emploi. Que je
161 vois à peu près chacun tous les 3 mois. Sauf ceux qui sont en suivi extérieur, soit par la
162 mission locale, soit parce qu'ils sont en mission d'insertion voilà et là je je vais j'ai postulé sur
163 un autre poste : je vais accompagner des demandeurs d'emploi avec de grands freins à la
164 recherche d'emploi, des freins sociaux. Et j'espère que je l'aurai ce poste parce que c'est très
165 intéressant, et en plus on travaille sur un, je travaille avec des sous des directives
166 européennes donc euh... ça veut dire que c'est le fond de solidarité européen qui finance ce
167 dispositif et que donc euh c'est un travail carré, avec énormément de reporting,
168 énormément de suivi, voilà.

169 **Er** : D'accord et alors justement, qu'est-ce qu'il vous apporte votre travail ? Vous disiez qu'il
170 était important

171 **G** : Alors euh pour moi hein, euh je me suis ouverte, c'est-à-dire que quand je suis arrivée en
172 janvier 2016 à Pôle Emploi, je sortais d'un travail euh plutôt fonctionnel qui était un travail
173 plutôt intellectuel voilà, avec des informaticiens qui sont pas forcément euh de bels
174 communicant (*sourit*) et euh bon. Et je suis arrivée à Pôle Emploi et j'ai été mise à la fosse
175 aux lions tout de suite, pendant 6 mois j'ai été à l'accueil. Donc euh bon, au début ça se
176 passait très mal, j'étais un peu renfermée sur moi-même, je sortais de 2 ans là, de 2 ans de
177 chômage hein donc j'étais assez renfermée sur moi-même et ça s'est très très mal passé au
178 début parce que y a eu 'fin y a eu des échanges euh assez agressifs avec des demandeurs
179 d'emploi qui ne trouvait pas de travail et puis voilà. Et donc j'ai appris bah j'ai appris euh j'ai
180 mis de l'eau dans mon vin, je me suis ouverte, j'ai appris à les considérer comme des gens
181 qui finalement étaient comme moi, qui étaient même euh... comme euh... aussi dans le
182 questionnement sur eux-mêmes, sur leur vie euh parfois extrêmement malheureux et que
183 l'agressivité qu'ils montraient comme ça au départ, c'était juste l'expression de d'une grande
184 angoisse, d'une grande anxiété donc euh bon, vous apprenez un peu à être euh à plus juger
185 comme ça au premier abord quelqu'un ; on travaille sur de l'humain, on est plus sur des
186 programmes donc là j'ai beaucoup appris. Vraiment j'ai beaucoup appris en un an je me suis
187 adaptée finalement en 6 mois, en 6 mois à l'accueil donc ils m'ont donné un portefeuille de
188 demandeur d'emploi, après ils m'ont fidélisé et j'ai atterris ici dans une autre agence.

189 **Er** : D'accord. Alors maintenant vous pensez que vous êtes stable dans votre travail ? Que
190 vous avez développé des liens avec des collègues euh...

191 **G** : Alors j'ai développé des liens avec des collègues et encore une fois je le répète :
192 d'apprendre un nouveau métier, d'apprendre de nouvelles procédures de vous fermer sur
193 un nouveau métier, ça dynamise. Donc même à 50 ans vous arrivez à mieux travailler,
194 surtout avec votre expérience, à mieux travailler que des jeunes qui ont pas forcément
195 l'expérience de l'entreprise et euh je suis beaucoup plus décontractée que euh beaucoup
196 moins stressée que certains de mes collègues.

197 **Er** : Et c'est déjà arrivé qu'ils se tournent vers vous justement pour des conseils ou... ?

198 **G** : Oui mais c'est des conseils de méthode. De méthode.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtée.

- 199 **G** : 'fin de méthode, oui certains me demandent ce que je ferais dans ce cas-là euh...
- 200 **Er** : D'accord et ils ne vous font pas de réflexions sur votre âge par exemple ?
- 201 **G** : Non.
- 202 **Er** : D'accord. Alors maintenant du coup, vous aviez abordé en deuxième point le le corps qui
203 se dégradait, est-ce que vous pourriez m'en dire un peu plus ?
- 204 **G** : Y a la ménopause, on a mal au dos, euh moi j'ai eu trois péridurales donc bon, aux
205 accouchements donc euh voilà, j'ai mal au dos, je tiens moins bien à l'accueil pendant 4
206 heures que mes jeunes collègues. Voilà, j'ai mal au dos, j'ai les jambes qui gonflent (*rires*)
207 voilà, donc euh j'avais maux aux pieds euh au début j'avais mal dans tous les os des pieds.
208 C'était euh... voilà c'est pour ça que maintenant je travaille avec des chaussures très
209 confortables. Euh ouais donc mal de dos... évidemment je fatigue plus vite que les jeunes
210 mais euh voilà, ça c'est physique. Moralement je pense qu'on tient peut-être un petit peu
211 plus le coup.
- 212 **Er** : C'est-à-dire ?
- 213 **G** : Bah on en a vu d'autres. Je pense que c'est l'expérience. Et puis euh bon, par contre ce
214 que vous rencontrez, ce qui peut aussi être fatiguant euh physiquement et moralement :
215 c'est quand vos parents vieillissent. A 50 ans nos parents vieillissent. Ils sont souvent très
216 malades donc euh bon... c'est un petit peu dur quand même. C'est le cas de mes parents,
217 c'est un petit peu dur à supporter. A supporter voilà, de les voir vieillir, de les voir très
218 malades, ça c'est dur.
- 219 **Er** : Ils ont quel âge ?
- 220 **G** : Alors mon père a 86 euh 80 pardon, 80 et ma mère à 74 ans. Donc bon mon père est très
221 malade donc c'est difficile.
- 222 **Er** : Oui j'imagine. Et est-ce que vous, vous vous voyez à travers ce que vivent vos parents ?
223 Vous faite ce rapport ?
- 224 **G** : Bah je me dis oui ça m'est arrivé euh des fois je me dis euh... j'me dis « comment je vais
225 être à leur âge ? qui va s'occuper de moi ? » euh voilà, on se demande comment on sera
226 physiquement à leur âge et si on sera avec nos enfants, si on sera en maison de retraite, en
227 hospice (*rires*). Mais on sait que par exemple, on sait que dans la famille y a tel ou tel
228 problème, qu'il y a plusieurs euh grandes tantes, grands oncles et vos parents ont eu ça c'est
229 problèmes-là et on se dit « bon bah voilà, va falloir que je commence à surveiller ceci, à
230 surveiller cela quoi », voilà.
- 231 **Er** : Surveiller, c'est-à-dire ? Vous faites attention à votre corps ?
- 232 **G** : Euh non non j'attends un peu mais par exemple dans la famille de mon père euh y a un
233 anévrisme abdominal qui s'est développé chez pas mal d'individus. Donc je me dis que dans
234 10 ans peut-être, il faudra que je fasse surveiller ça. Si j'en ai hérité, je ne sais pas, tout le
235 monde n'en a pas hérité heureusement mais ... voilà.
- 236 **Er** : D'accord et comment vous comptez le travailler alors ?
- 237 **G** : oh bah euh je demanderai à mon médecin de me faire faire un examen, régulièrement
238 'fin ou en tout cas un premier examen. Ma grand-mère avait du diabète et euh bon ba c'est

239 du diabète de vieillesse justement qui a commencé euh après la cinquantaine je crois donc
240 ça aussi c'est à surveiller, on sait jamais, ma mère ne l'a pas mais bon ça peut sauter une
241 génération.

242 **Er** : Et donc vous vous n'avez pas de diabète ?

243 **G** : Pas pour l'instant non.

244 **Er** : D'accord et vous avez déjà fait sinon des examens ? Des dépistages ?

245 **G** : Oui : mammographie, coloscopie là les dépistages parce que vous savez la sécurité
246 sociale vous envoie à 50 ans, ils vous envoient des papiers pour faire des examens, y a le
247 dépistage pour le cancer colorectal mais je l'ai pas encore fait euh voilà moi j'ai fait la
248 mammographie euh mais oui je fais attention.

249 **Er** : Et est-ce que vous pensez que toutes ces euh... que toutes ces campagnes de prévention
250 parlent à tout le monde entre guillemets ?

251 **G** : Non. Moi par exemple, la mammographie il m'a fallu 6 mois pour la faire. Pour y aller... je
252 sais pas, une petite angoisse (*rires*) voilà.

253 **Er** : Et qu'est-ce qui vous a décidé finalement ?

254 **G** : Bah en fait ce qui m'a décidé c'est que bon, ça fait 2 ans que je sais que je ne suis plus
255 féconde, que la ménopause s'est mise en place et euh je commençais j'veus dis à avoir euh
256 au bout de 2 ans des euh bon j'ai très chaud la nuit, ça me réveille plusieurs fois par nuit
257 voilà donc j'ai décidé de prendre un traitement. Pour ça fallait la faire la mammographie.
258 Mais j'aurais fini par la faire aussi hein (*sourit*) voilà.

259 **Er** : D'accord. Et nous le prenez toujours ce traitement ?

260 **G** : Ah bah je viens de commencer, voilà. Et je le prends euh comme c'est d'un fait hormonal,
261 je crois qu'on ne le prend pas plus de 10 ans.

262 **Er** : Et ça vous soulage des symptômes de la ménopause ?

263 **G** : Alors pour l'instant ça fait une semaine et j'ai l'impression que ça m'a soulagé mais euh...
264 y a moins de chauffage à la maison aussi donc je sais pas, pour l'instant je peux pas vous dire
265 au bout d'une semaine ce que ça donne.

266 **Er** : D'accord. Alors qu'est-ce que ça vous a fait quand vous avez découvert que vous aviez la
267 ménopause ?

268 **G** : Et bein euh plutôt plaisir. Plutôt plaisir parce que plus libre, plus euh voilà. Bon j'ai un
269 petit-ami régulier avec qui euh bon... il n'y a plus on ne prend plus de précaution particulière
270 donc euh voilà, plus de pilule, pas euh moi après j'avais pris un 'fin ah ça y est j'ai oublié le
271 nom ! Bon enfin bref, un autre moyen de contraception mais j'ai oublié le nom.

272 **Er** : Donc c'est finalement plus de liberté en fait.

273 **G** : Voilà.

274 **Er** : Et comment vous l'avez su, que vous étiez ménopausée ?

275 **G** : Comment je l'ai su et bien d'abord je n'étais plus réglée, j'ai fait un examen parce que
276 j'avais mal au ventre et puis c'est l'échographe qui m'a dit « bon bah vous devriez aller voir
277 le gynéco parce que vos ovaires sont un petit peu ratatinés » (*rires*) oui ils sont pas tous très
278 diplomates mais bon donc voilà je suis allée voir mon gynéco qui m'a dit que j'étais

279 certainement plus féconde mais que ça ne voulait pas dire que j'étais ménopausée, qu'il
280 fallait attendre de ne plus du tout être réglée pendant 2 ans pour le savoir. Voilà,
281 ménopausée c'est ne plus être réglée pendant euh 2 ans. Là vous êtes sûre que vous êtes en
282 ménopause. Maintenant il y a certainement des dosages hormonaux mais moi ça faisait déjà
283 2 ans donc j'ai fait des dosages après.

284 **Er** : D'accord. Et pour surveiller, vous avez d'autres moyens que les examens comme par
285 exemple le sport ou l'alimentation ? Vous disiez que vous aviez changé vos habitudes
286 alimentaires aussi

287 **G** : Oui alors je mange beaucoup moins bien équilibré qu'avant. Alors euh... j'ai moins faim,
288 je mange moins le soir euh donc en général je mange les restes de mon fils voilà. Le matin
289 euh bah le matin je prends pas de petit-déjeuner. Je prends un café au lait en arrivant alors
290 qu'avant quand même je m'astreignais quand je faisais le petit-déjeuner aux enfants euh je
291 prenais un petit-déjeuner en même temps parce que j'ai encore un fils à la maison là mais
292 bon, on se lève plus trop aux mêmes heures euh voilà. Je fais un véritable repas à midi. Par
293 contre ce qui ne veut pas dire que vous mincissez. Au contraire c'est-à-dire que ne pas
294 manger équilibré euh vous mincissez pas hein vous avez même tendance à alors je sais pas si
295 c'est la ménopause, si c'est la cinquantaine ou pas mais moi j'ai grossi les premiers temps
296 que je suis arrivée à Pôle Emploi, avec ce rythme d'alimentation j'ai grossi. Voilà.

297 **Er** : D'accord. Mais pourquoi vous ne prenez plus de petit-déjeuner ?

298 **G** : Bah parce que euh... euh il faut que je sois euh d'abord parce que je dormais mal la nuit.
299 Donc le matin j'avais énormément de mal à me lever, j'espère que ça va changer là
300 euh...j'avais énormément de mal à me lever donc je me levais le plus tard possible euh il faut
301 être à l'agence pour neuf heures moins le quart pour être à la grande réunion, pour savoir ce
302 qui est nouveau voilà, avant que les demandeurs d'emploi n'entrent dans l'agence à 9h donc
303 euh j'ai pas le temps de prendre de petit-déjeuner. Et si j'en prends un c'est que j'avale un
304 verre de lait et c'est tout.

305 **Er** : Et ça fait longtemps alors ?

306 **G** : Ça fait un an. Quand je dormirai mieux je pense que je me lèverai plus tôt (*rires*).

307 **Er** : D'accord. Et donc ça aussi, le fait de mal dormir c'est dû à la ménopause...

308 **G** : Ce sont les bouffées de chaleur surtout ! Les bouffées de chaleur euh c'est la ménopause.
309 Mais y a certaines nuits c'est peut-être dû aussi aux tracas à cause de mes parents ou alors
310 euh... la plupart du temps c'est euh des bouffées de chaleur. Vous vous réveillez trempée, les
311 draps trempés c'est euh et ça plusieurs fois par nuit donc...

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

312 **Er** : Et sinon est-ce vous faites du sport ?

313 **G** : Non. Et j'en ai jamais fait. Ah si l'été.

314 **Er** : D'accord et vous n'auriez pas envie d'en faire ?

315 **G** : Euh si j'en ai souvent envie mais je manque de courage. Et puis je marche beaucoup pour
316 aller à l'agence euh on se lève, on marche c'est vrai qu'on piétine beaucoup, je monte les
317 escaliers euh voilà. C'est une agence qui est tout en hauteur donc je monte je descends.

- 318 **Er** : D'accord. Et il n'y aurait pas quelque chose qui vous donnerait du courage ?
- 319 **G** : Bah si j'avais une copine qui venait avec moi, voilà parce que ça me dit rien de faire du
320 sport pour faire du sport, il faudrait que ce soit ludique. Alors j'en ferai peut-être parce que
321 euh... des collègues qui ont le même âge que moi me disent que avec ce métier au bout d'un
322 moment il faut il faut se dépenser physiquement pour évacuer le stress de la journée donc
323 je l'ai entendu de nombreuses fois et peut-être qu'à certaines reprises je m'y mettrai... mais
324 pour l'instant ça va.
- 325 **Er** : Et ces personnes-là elles font du sport justement ?
- 326 **G** : Oui euh piscine, aquagym gym suédoise euh y en a qui court le soir en rentrant, ceux qui
327 habitent en banlieue et qui ont un bois à côté de chez eux, qui font le tour d'un lac euh voilà.
- 328 **Er** : Et ça ne vous donne pas envie d'en faire avec elles ? Avec eux ?
- 329 **G** : Bah non vous savez moi j'habite le 12^{ème} euh j'habite rue Diderot donc bon courir
330 boulevard Diderot ça me donne pas trop envie. Par contre, j'y pense aussi parce que j'ai pris
331 un peu de cellulite comme j'ai un peu grossi, bah les muscles sont aussi évidemment moins
332 toniques hein après 50 ans donc bon ça serait peut-être pour retrouver une ligne euh une
333 jolie ligne. Voilà. Faire des abdos par exemple (*rires*) ça serait le nécessaire.
- 334 **Er** : D'accord. Donc c'est quelque chose qui vous préoccupe votre apparence ?
- 335 **G** : Oui. Oui.
- 336 **Er** : Ça vous a toujours préoccupé ou...
- 337 **G** : Oui, j'ai toujours été coquette, ça se voit pas trop là parce que depuis que je travaille à
338 Pôle Emploi faut pas s'habiller trop coquet non plus, faut s'habiller convenablement pour
339 qu'on se fasse respecter donc euh voilà mais euh... bon le tailleur escarpins faut oublier voilà
340 mais j'ai toujours été très coquette, j'ai toujours été euh j'ai toujours aimé la mode donc bon
341 financièrement bon bah c'est plus difficile mais euh bon. Voilà euh...
342 Alors je ne prends pas de petit-déjeuner mais je me maquille. Tous les jours. Même le week-
343 end.
- 344 **Er** : D'accord. Alors j'aimerais bien revenir sur ce vous avez dit au début, sur les points
345 positifs du passage à la cinquantaine, vous avez parlé de la maturité, on sait ce qu'on veut
346 c'est-à-dire qu'on sûr de ses choix ?
- 347 **G** : On hésite plus. Souvent dans ma vie euh j'ai jamais osé euh... j'avais des opportunités que
348 je n'ai pas attrapé euh voilà j'ai pas su attrapé parce que les enfants étaient petits, parce que
349 j'ai eu peur de ne pas faire l'affaire voilà là maintenant bah j'ose.
- 350 **Er** : Vous pourriez me donner un exemple ? Qu'est-ce que vous osez faire ?
- 351 **G** : Et bien euh j'ose euh d'abord j'ose donner mon avis à mon supérieur, j'ose euh bah voilà
352 j'ose postuler sur un poste qui est réputé difficile mais dont je sais qu'il sera très intéressant.
353 Voilà, ça sera certainement mon dernier poste d'ailleurs parce que j'ai 52 ans.
- 354 **Er** : D'accord. Et concernant la notion d'expérience ? Vous l'avez pas cité comme point positif
355 mais est-ce que ça pourrait en être un ?
- 356 **G** : Alors c'est point positif euh c'est un point très positif bien sûr. Je vois ma voisine euh qui
357 a 30 ans et bien elle vient me voir quand elle a besoin de conseils. Quand ça va pas avec son
358 mari pourtant je suis divorcée, je devrais pas être un exemple mais elle sait que je suis de

359 bons conseils voilà que je tempore euh que je voilà... elle me dit que je suis toujours de très
 360 bon conseil... ça c'est l'expérience euh mon expérience professionnelle aussi c'est important,
 361 l'expérience de l'entreprise voilà ; vous êtes plus carré dans les procédures vous avez appris
 362 à les suivre, on vous fait confiance quand même quand vous avez un parcours professionnel
 363 riche. Mais euh ça dépend du domaine euh... un domaine où on va dans les domaines qui
 364 sont très concurrentiels comme le commerce, bah c'est là qu'on vous dit qu'on vous
 365 considère comme plus adaptatif.

366 **Er** : D'accord. Et dans le domaine de la santé est-ce que c'est déjà arrivé aussi qu'on vous
 367 demande conseil ?

368 **G** : (*réfléchit*) non je crois pas. Non euh à part ma collègue qui a reçu justement son papier
 369 pour le test du cancer colorectal et qui m'a dit « tu l'as fait ? » euh (*rires*). Elle a le même âge
 370 que moi alors non je l'ai pas encore fait mais j'ai fait un truc un peu similaire il y a quelques
 371 années euh voilà. Donc euh sur le plan santé euh... si il y a mes enfants « j'ai mal à la tête,
 372 qu'est-ce que je pourrais prendre ? Quand je touche là j'ai mal là – et bien te touche pas là »
 373 (*rires*) non j'rigole je leur dis pas ça (*rires*) mais euh... bah voilà, c'est tout.

374 **Er** : D'accord. Et cette collègue qui a le même âge que vous, est-ce que vous avez
 375 l'impression qu'elle a vécu le passage à la cinquantaine de la même façon que vous ?

376 **G** : Alors on est pas intime à ce point-là. Et puis je viens d'arriver dans cette agence donc...

377 **Er** : Ah oui d'accord. D'accord. Alors pour revenir sur le thème de la prévention, est-ce que
 378 vous avez déjà entendu le terme de « senior » par exemple ou de « population dite à
 379 risques » ?

380 **G** : Alors de « population dite à risques » non. Mais « senior » oui.

381 **Er** : Et qu'en pensez-vous ? Vous sentez-vous concerné ?

382 **G** : (*réfléchit*) euh... bah...pfff... avant de l'entendre dans l'environnement professionnel et
 383 avant de savoir que j'en étais une, pour moi le senior c'était au-delà de 60 ans quoi, c'était la
 384 retraite, le retraite euh pour moi c'était ça le senior. Donc ça fait un drôle de coup, quand on
 385 vous dit que vous en êtes un. Quand on vous dit que vous en êtes et puis on se dit « bah non
 386 quand même je suis encore jeune, j'aime rire, j'aime faire la fête, je tiens le coup ». voilà
 387 mais je je c'est une question de vocabulaire hein, c'est pas...ça me dérange pas d'avoir 50 ans. Je
 388 trouve que le mot est un peu fort, voilà.

389 **Er** : D'accord. Et si vous deviez en proposer un autre ?

390 **G** : Euh... voyons... (*réfléchit*)... non pas vraiment... « mûr » mais c'est un adjectif (*rires*) mais
 391 je pense que ça résume bien ce que nous sommes à 50 ans, à 50 ans nous sommes mûrs sur
 392 tous les plans... oui une « personne d'âge mûr », oui une « personne d'âge mûr » ! (*utilise un*
 393 *ton plus déterminé*) je trouve que c'est euh... voilà... enfin ça reste très subjectif encore ça,
 394 qu'est-ce que c'est qu'une personne d'âge mûr ?

395 **Er** : D'accord. Pour revenir sur la prévention, que pensez-vous du système médical ? Puisque
 396 vous disiez que vous suiviez les recommandations...

397 **G** : Alors moi j'ai toujours eu et dans ma famille c'est pareil, énormément confiance dans le
 398 corps médical. On a eu, on a eu de la chance on a eu de chouettes médecins, dès le départ et
 399 euh bon... on est pas euh dans la famille on a pas peur de parler de ses problèmes médicaux

400 de son état de santé voilà. On en parle, entre nous, on en parle au médecin voilà. On y va
401 pas tous les 4 matins hein il faut pas croire, on y va quand on en a besoin mais euh...

402 **Er** : Donc c'est votre médecin généraliste que vous allez voir ?

403 **G** : Oui.

404 **Er** : Vous avez déjà pensé aux médecines alternatives ou complémentaires ?

405 **G** : Non. Alors qu'est-ce que vous pensez alors les médecines alors franchement qu'est-ce
406 que vous entendez par médecines alternatives ? Je suis déjà allée voir euh un ostéopathe
407 mais pour moi ce n'est pas une médecine alternative.

408 **Er** : Euh alors c'est par exemple l'hypnose ou l'acupuncture

409 **G** : Non ah l'acupuncture oui une fois oui mais quand j'étais jeune ça euh (*fait la moue*) et
410 puis j'y suis allée aussi il y a quelques années pour euh non c'était il y a deux ans, oui oui je
411 suis allée voir un acupuncteur parce que j'avais un copain qui m'avait dit « tu devrais y aller
412 pour des problèmes de... pour tes problèmes de sommeil etc » mais a m'a rien fait du tout,
413 j'ai fait deux séances et ça m'a rien fait du tout, ça m'a rien amélioré. Mais j'y suis allée sur
414 les conseils de quelqu'un, pas parce qu'il a beaucoup insisté en disant « moi ça m'a fait du
415 bien » euh et d'ailleurs l'acupuncteur m'a dit que ça me ferait de l'effet que si vraiment j'y
416 croyais. J'y suis pas allée avec des préjugés hein mais ça n'a pas marché.

417 **Er** : D'accord. Et concernant les médecines douces ? Le fait d'utiliser les huiles essentielles ?

418 **G** : Alors oui, oui j'ai un diffuseur à la maison d'huiles essentielles. Des choses assez fraîches,
419 des herbes euh romarin, essence de pin, des choses qui sentent bon et qui se 'fin on a
420 l'impression que voilà, ça vous dynamise.

421 **Er** : D'accord. C'est sur les conseils de votre médecin ou c'est par vous-mêmes ?

422 **G** : C'est par moi-même, je suis allée chez Nature & Découverte et j'ai acheté mon diffuseur
423 (*rires*).

424 **Er** : D'accord. Et quand vous avez des problèmes de santé, vous avez plus tendances à
425 chercher une solution par vous-mêmes via des plantes ou vous allez suivre l'ordonnance de
426 votre médecin et aller acheter des médicaments ?

427 **G** : Non je le fais chez un médecin allopathe. Alors si, si c'est un rhume euh je vais acheter du
428 stérimar ou ce genre de choses et puis voilà, j'ai mal à la gorge je vais acheter de la lisopaine
429 et si ça passe pas, je vais voir le médecin.

430 **Er** : Donc vous essayez d'abord un peu par vous-mêmes et ensuite... d'accord.

431 **G** : Mais comme je suis euh comme j'ai longtemps été allergique, je suis asthmatique en fait
432 donc chez moi ça me tombe très rapidement sur les bronches (*rires*) donc voilà.

433 **Er** : Et pourquoi alors vous n'allez pas voir le médecin directement à cause de vos allergies ?

434 **G** : Bah parce que j'essaye d'abord, j'ai remarqué que parfois ça m'a bien servi, le rinçage au
435 stérimar est efficace voilà, je prends un antihistaminique en plus l'hiver parce que je sais que
436 je suis allergique à certains pollens en novembre notamment mais voilà... mais j'ai remarqué
437 que le stérimar c'était plutôt efficace, ça marche bien donc euh voilà. Enfin sur mi en tout
438 cas, à conditions de le faire sérieusement et plusieurs fois par jour.

439 **Er** : D'accord. Alors pour rester sur les allergies, est-ce que vous savez pourquoi vous avez
440 moins d'allergies qu'avant ?

441 **G** : Bah c'est connu ; je le sens d'abord, je le sens et c'est connu, par exemple il y a pas
442 longtemps j'étais allergique aux poils de chat, maintenant je peux en côtoyer un sans
443 éternuer tout de suite. Voilà et sans faire un crise d'asthme tout de suite. Faut que je reste
444 plusieurs heures à côté de lui pour que ça me déclenche quelque chose. Euh avant j'étais
445 allergique à des pollens euh du printemps, maintenant je ne le suis plus. Voilà. Par contre, je
446 suis un petit peu plus allergique au maquillage (*rires*).

447 **Er** : Et au niveau de l'alimentation ?

448 **G** : Non. Non si euh il paraît que je suis allergique à certaines moisissures de fromage mais
449 euh comme par hasard, quand je mange du fromage qui vient de la ferme où il n'y a pas de...
450 de... comment ça s'appelle, de conservateurs, j'en ai pas.

451 **Er** : D'accord. Et alors est-ce que vous avez déjà eu des maladies euh... des maladies euh un
452 peu plus graves que des rhumes par exemple ?

453 **G** : A part les grosses bronchites, il y a l'asthme que j'ai développé à l'âge de 6-7 ans... bah en
454 fait à part quand j'ai eu bébé, j'ai un une grosse infection pulmonaire qui m'a déclenché
455 cette fragilité pulmonaire. Euh mais il y avait quand même un terrain allergique dans la
456 famille. Il y a un terrain allergique voilà donc euh il y a déjà mon oncle qui est asthmatique
457 mon euh un de mes fils est asthmatique voilà mais lui il a développé ça beaucoup plus tard, il
458 y a une fragilité pulmonaire ça c'est certain.

459 **Er** : Et ça vous a déjà handicapé pour faire certaines activités ?

460 **G** : Bah quand vous en êtes en hiver euh quand j'étais au lycée pour courir euh... voilà, pour
461 des activités euh... des activités sportives j'en fais pas euh... d'autres activités que le sport,
462 non.

463 **Er** : D'accord alors est-ce que vous vous considérez comme en bonne santé ?

464 **G** : Plutôt, à part cette maladie chronique qui est quand même importante euh oui plutôt. Je
465 n'ai pas de maladie particulière à part l'asthme, je n'ai que des choses qui arrivent
466 naturellement quand on vieillit : des petites varicosités, des petites varices ce genre de
467 choses.

468 **Er** : Et pour ce genre de choses vous faites quelque chose pour essayer d'atténuer ou...

469 **G** : Oui alors là j'en a pas fait depuis 4 ans mais y a 4 ans j'ai fait on m'a fait une sclérose
470 d'une varice, une sclérose de varice et une varicosité. Il s'agit en fait on vous injecte un
471 produit qui va qui assèche la varice, la veine donc le flux sanguin qui se trouvait mal qui était
472 euh vous voyez comment c'est une varice hein le flux sanguin se fait mal, ça gonfle et après
473 les vaisseaux sanguins développent un vaisseau à côté donc là, cette partie-là est morte (*fait
474 un schéma en même temps, imaginant une veine morte et une veine annexe pour désigner la
475 nouvelle créée*) et donc le flux sanguin se fait à côté. La sclérose c'est ça en fait, on vous fait
476 une piqûre à deux extrémités de la varice et ça l'assèche. Et les varicosités vous savez ce que
477 c'est ? Vous avez peut-être remarqué sur la peau des jambes de certaines personnes, des
478 petits traits violets, rouges foncés euh nombreux, voilà ce sont des varicosités. Ça se sclérose
479 pareil.

480 **Er** : D'accord et alors c'est une opération ?

- 481 **G** : Non non, ça se fait en cabinet des petites piqûres.
- 482 **Er** : Et sinon vous avez déjà eu à subir une opération ?
- 483 **G** : Alors euh... oui mais il y a très longtemps. Pas de lien avec euh c'était une opération
484 esthétique donc rien de médical.
- 485 **Er** : D'accord. Et aujourd'hui vous en referiez une ?
- 486 **G** : Euh pfff... si j'avais des sous je ferais bien un lifting mais pas tout de suite, plus tard. Alors
487 il paraît qu'il faut pas le faire maintenant mais on m'a dit à l'inverse « non mais c'est
488 maintenant qu'il faut le faire bon voilà... mais moi j'ai du mal à m'y résoudre j'me dis « est-ce
489 qu'on va me prendre au sérieux si je vais dans une clinique et que je veux un lifting mais
490 après tout, on fait bien des tas de choses à des filles de 16 ans et donc je pense qu'on me
491 jugerait pas, bien au contraire.
- 492 **Er** : Et pourquoi selon eux c'est maintenant qu'il faut le faire, qu'est-ce que ça change ?
- 493 **G** : Parce que ça dure euh... j'y suis pas allée hein, ce sont des gens qui me l'ont dit 'fin des
494 femmes hein qui me l'ont dit... moi je trouve que c'est un peu prématuré quand même.
- 495 **Er** : Donc concrètement vous attendriez que...
- 496 **G** : Que ça s'affaisse un peu plus (rires).
Silence de 10 secondes.
Reprise de l'enquêtrice.
- 497 **Er** : Et justement de ce côté-là, comment vous vous sentez ?
- 498 **G** : Ça va. Je plais, j'ai eu des témoignages donc ça va. Mais je plais moins qu'avant donc
499 (*sourit*) donc ça euh on peut pas s'empêcher de le remarquer.
- 500 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que vous ressentez ?
- 501 **G** : Euh bah quand on est habituée à avoir des compliments, euh et qu'on en a plus, c'est un
502 peu frustrant. Ouais c'est un peu frustrant.
Silence de 10 secondes.
Reprise de l'enquêtrice.
- 503 **Er** : D'accord. Sinon on vous fait toujours des réflexions sur votre physique ?
- 504 **G** : Ah bah euh oui je vois bon... oui dans la rue euh dans la rue certaines personnes des
505 collègues qui me disent « oh tu as encore une jolie ligne, comment tu fais ? » ou « oh t'as les
506 cuisses minces », elles ont pas vu quand même que j'ai pas mal de cellulite mais je le dis pas
507 d'ailleurs (*rires*) euh voilà.
- 508 **Er** : Donc c'est plutôt des remarques positives. Ça vous est déjà arrivé d'en avoir des
509 négatives ?
- 510 **G** : De la part de jeunes non, un jour on m'a dit « pousse toi la vieille » bon... (*sourit*) ça m'a
511 vexé quand même (*rires*).
- 512 **Er** : Et par exemple ça arrive que dans le bus on vous laisse la place ?
- 513 **G** : Oui oui. Ça m'est arrivé mais c'est rare. Mais je suis contente parce que j'ai mal au dos
514 donc je le remercie. Alors le soir je dois être plus fatiguée, je dois accuser mes 50 ans.

515 **Er** : D'accord et alors cette fatigue, elle se traduit comment ?

516 **G** : Bah euh c'est le métier surtout, les jeunes comme ceux de mon âge disent tous la même
517 chose... c'est pourtant euh quand on arrive chez soi bah souvent on s'endort sur notre
518 canapé et on se réveille à 20h. Voilà mais les jeunes aussi hein c'est le métier qui veut ça.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

519 **Er** : Et sinon au quotidien, la fatigue elle se ressent comment ?

520 **G** : Au quotidien la fatigue se ressent comment euh bah je suis moins euh ça peut être le
521 lendemain après une nuit sans beaucoup de sommeil, être moins réactive, être moins
522 dynamisante pour le demandeur d'emploi qui est en face de soi euh ça peut être avoir du
523 mal à faire les choses vite, c'est se lever par exemple le matin et se dire euh c'est déjà
524 l'heure et l'impression en fait qu'il s'est passé une heure alors vous vous en êtes pas rendu
525 compte et c'est ça quoi et puis physiquement c'est des grosses cernes euh voilà, des grosses
526 cernes.

527 **Er** : D'accord et ça vous arrive de faire le parallèle avec vos collègues plus jeunes par
528 exemple ?

529 **G** : Euh de faire la comparaison sur le plan de la santé, physiquement euh bah oui déjà je le
530 vois quand je suis à l'accueil, je piétine un peu, je commence à avoir mal au dos assez vite
531 avoir mal aux pieds euh voilà c'est-à-dire que j'arrive à la dans la salle du réfectoire, je
532 m'assois, je suis contente de m'asseoir alors que eux bon bah ils sont encore frais et dispo
533 alors ils sont fatigués aussi parce que l'accueil c'est fatiguant, mais physiquement on sent
534 qu'ils sont encore bien fermes sur leurs deux jambes.

535 **Er** : Et votre dos vous le soignez ?

536 **G** : Alors je vais chez le kiné. Mais c'est vraiment quand j'ai mal et que je me réveille avec
537 très très mal au dos et coincée. Y a les cervicales aussi j'ai... contrairement à beaucoup de
538 gens de mon âge, j'ai pas d'arthrose cervicale, y a beaucoup de gens après 50 ans qui
539 développent de l'arthrose donc moi j'en ai pas mais si vous voulez quand euh quand vous
540 êtes fatiguée, quand euh... bah quand vous êtes un peu tirée, un peu stressée vous vous
541 raidissez et forcément après ça y a une fragilité moi j'ai une cervicale qui se déplace de
542 temps en temps. Je commence à avoir quelques rhumatismes par contre mais euh c'est
543 quand il fait froid, humide, classique.

544 **Er** : D'accord mais sinon euh... est-ce que vous avez peur de la maladie ?

545 **G** : Bah j'ai peur euh oui j'ai peur de certaines maladies, j'ai peur du cancer...

Interruption : l'enquêtée a reçu un message de sa fille et y répond.

Reprise de l'enquêtée.

546 **G** : Donc j'ai peur du cancer bah j'ai peur aussi de euh bah l'arthrose ça me fait un peur j'ai
547 peur de quand je vois mes parents 'fin mon père surtout euh il y a des jours où il peut pas se
548 lever, il y a des jours où il peut pas se lever, il a mal et c'est-à-dire qu'il a des douleurs donc il
549 arrive pas à se lever et il a des douleurs qui le lance constamment donc euh... après il a mal à
550 l'estomac donc euh j'ai peur de ça, j'ai peur du cancer.

551 **Er** : Et est-ce que les gens autour de vous qui ont à peu près votre âge ont peur aussi de ce
552 genre de maladies ?

553 **G** : Non mais il y en a déjà pas mal qui ont de l'arthrose. Donc évidemment eux c'est très
554 douloureux l'arthrose. Le cancer tout le monde en parle hein, personne ne souhaiterait en
555 avoir un.

556 **Er** : Cet c'est un certain type de cancer qui vous fait peur ou le cancer de façon générale ?

557 **G** : De façon générale.

558 **Er** : D'accord. Je vous pose la question parce que j'avais lu récemment que les jeunes avaient
559 plus peur du cancer que les plus âgés ?

560 **G** : Ah oui ? Et bein je sais pas... des fois j'entends des jeunes dire dans mon entourage « bah
561 autant fumer euh de toute façon je mourrai d'un cancer alors »

562 **Er** : Ah oui ? Et vous fumez vous ?

563 **G** : A peine je fume quand même pare que j'aime bien de temps en temps une petite
564 cigarette, j'ai un paquet là c'est plus pour faire du lien social, quand je vais fumer une
565 cigarette avec des collègues ; on discute.

566 **Er** : D'accord. Et vous fumez depuis longtemps ?

567 **G** : Bah quand j'étais adolescente et puis j'ai vite arrêté et j'ai repris en travaillant pour cette
568 boîte américaine, j'avais (*réfléchi*) je sais pas, à peu près 24-25. Euh ensuite j'ai arrêté pour
569 mes grossesses mais complètement, je savais que je voulais des enfants donc j'ai arrêté puis
570 j'ai repris un petit peu mais je crois que le maximum que j'ai fumé dans ma vie sur une
571 certaine période ça doit être 10 cigarettes par jour. Ça paraît beaucoup pour une
572 asthmatique mais euh effectivement j'arrêtais parce que par exemple c'était en soirée je
573 commençais à être un petit peu oppressée donc j'arrêtais par moi-même.

574 **Er** : Oui oui c'est vrai qu'avec l'asthme c'est pas très compatible. Et cela ne vous a jamais
575 causé de sérieux problèmes du coup ?

576 **G** : Non parce que je ne suis pas une fumeuse, on peut pas dire ça j'vous dis le pire que j'ai
577 fumé c'est 10 cigarettes au cours d'une soirée et puis j'ai arrêté parce que j'étais un peu
578 oppressée du coup.

579 **Er** : D'accord. Alors je repense à quand vous avez dit que la cigarette vous servait à faire du
580 lien social et ça me refait penser également à quand vous disiez que ça avait été le « désert
581 amical » après votre divorce, est-ce que la cigarette vous a aidé alors ?

582 **G** : Non (*affirmation nette*). Non non, pour me refaire des amis je me suis inscrite à une
583 association, nous avons créé un jardin partagé et on se retrouvait tous les week-end au
584 jardin partagé à faire les permanences, à l'ouvrir en pique-nique, à semer nos graines, à
585 s'échanger voilà des conseils « tien pourquoi tes fraises ont poussé et pas les miennes ? »
586 voilà. Mais j'ai quand même gardé quelques amis fidèles, d'avant. J'en ai beaucoup perdu
587 aussi parce qu'une femme qui divorce devient un danger, une femme qui divorce et qui est
588 au chômage bah perd une crédibilité sociale, vous n'êtes plus intéressante, on vous appelle
589 plus surtout on vous parle pas de vos problèmes parce que franchement c'est hyper
590 désagréable d'entendre les problèmes et euh ça je suis pas la seule à le dire, de la part
591 d'hommes divorcés qui disent « bah on perd énormément d'amis en divorçant, non pas

592 parce qu'ils étaient amis avec votre femme mais parce que vous perdez un certain statut »
593 donc voilà ; le couple donne un certain statut comme une normalité.

594 **Er** : Mais alors vous pensez que ça n'a pas été pareil pour votre ex-mari, qu'il n'a pas perdu
595 son statut ?

596 **G** : Alors lui s'est remis tout de suite avec quelqu'un donc euh... voilà. Et puis lui il avait gardé
597 l'aisance financière que moi je n'avais plus donc plus les moyens d'inviter autant les gens.

598 **Er** : D'accord. Et vous vous vouliez dire quoi quand vous avez dit qu'une « femme qui divorce
599 est un danger » ?

600 **G** : Bah ça veut dire que euh... ça veut dire que les femmes vous regardent avec méfiance
601 parce que si vous allez discuter avec leur mari en soirée, alors qu'avant elles trouvaient ça
602 tout à fait normal parce que vous étiez en couple etc, tout de suite elles viennent elles se
603 pressent, elles restent là et puis on invite plus euh voilà.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtée.

604 **G** : Par contre les maris vous appellent, quand leurs femmes sont couchées. Oui oui « tu vas
605 bien ? Tu vas bien Geneviève ? Je suis à Paris la semaine prochaine, tu voudrais qu'on dine
606 ensemble ? » ah oui oui oui, c'est euh c'est assez effrayant. Et donc du coup on se dit que
607 leurs femmes ont bien raison de se méfier, mais elles ne se méfient pas de la bonne
608 personne (*rires*).

609 **Er** : Ah oui d'accord. Donc ça vous ait déjà arrivé à vous de vous faire appeler ?

610 **G** : Oui.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

611 **Er** : D'accord. Alors pour parler de façon générale, est-ce que vous diriez que vous êtes
612 heureuse ?

613 **G** : Oui je dirais euh... alors, mes enfants ne sont pas tous sur des rails, je serai parfaitement
614 heureuse quand mes enfants seront tous sur des rails, qu'ils auront fait leur situation euh
615 voilà. Pour l'instant c'est une période charnière où la mienne se stabilise et la leur n'est pas
616 encore stabilisée. Donc euh moi j'en parle parce que je suis assez mère voilà donc je pense à
617 mes enfants avant de penser à moi. Maintenant je ne suis pas non plus en couple, j'ai un ami
618 mais je ne suis pas en couple, moi mon rêve se serait de me réinstaller en couple, je pense
619 que je serai heureuse quand j'aurai à nouveau un soutien 'fin à nouveau, si tenté que j'en ai
620 jamais eu donc bon, euh donc quand j'aurai un soutien auprès de moi, quelqu'un auprès de
621 qui vivre donc... je pense que c'est ça, la stabilité affective je serai heureuse quand j'aurai
622 une stabilité affective.

623 **Er** : D'accord et alors vous disiez que vous aviez encore un enfant chez vous...

624 **G** : Pour l'instant oui oui parce que j'ai un fils qui est en internat euh bah Alice elle est
625 presque indépendante maintenant donc euh voilà, peut-être pas encore financièrement
626 mais pas tout à fait mais elle travaille de temps en temps, celui qui est en internat il fait un
627 CAP donc il est pas sorti d'affaire non plus et puis le petit dernier qui est à la maison et qui
628 lui par contre a un passage à vide donc là il ne fait rien. Ça ça me soucie, je n'arrive pas à

629 trouver une solution pour lui parce qu'il a été à Pôle Emploi mais il n'y est jamais retourné
630 donc il est radié (*rires*). Et puis euh bon... il sait pas trop ce qu'il veut faire, c'est surtout ça.

631 **Er** : D'accord. Votre premier enfant a quel âge ?

632 **G** : Alice ? Bah elle a 23 ans je crois oui elle a 23 ans.

633 **Er** : Et elle est partie à quel âge de la maison ?

634 **G** : Bah dès sa première année de fac donc c'était il y a 4 ans. J'ai été malheureuse mais
635 comme elle habitait Boulogne et que moi je travaillais à Boulogne et bien je pouvais (*rires*)
636 voilà. Non mais j'étais malheureuse hein ohlala. J'étais contente de la voir rappliquer avec sa
637 petite valise le week-end.

638 **Er** : D'accord et ça vous a fait la même chose quand le deuxième est parti ?

639 **G** : Bah oui parce que c'est pas pareil non plus parce que l'internat c'est quand même
640 quelque chose encadré. Le petit dernier est parti en internat il y a un petit peu moins d'un an
641 aussi, à 18 ans, ça m'a fait quelque chose voilà. Mais euh bon là je sais qu'il est bien, c'est un
642 tout petit internat ça va, ça va et puis bon, on s'habitue. Je le vois tous les 15 jours, il me dit
643 qu'il va bien on s'appelle toutes les semaines... disons qu'Alice euh bah... Alice elle fait une
644 brèche mais c'est pareil hein la première fois que j'ai déposé Alice à la crèche je pleurais le
645 premier jour de retour à mon travail, j'ai pleuré même pendant une semaine en la laissant.
646 Le deuxième j'avais le cœur gros, j'étais pas bien et puis le troisième je savais que tout se
647 passera bien.

648 **Er** : Et est-ce que vous appréhendez un peu le moment où tous vos enfants seront partis ?

649 **G** : Ah oui. Ah oui... (*son regard devient triste et ému*).

Silence de quelques secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

650 **Er** : Et que pensez-vous que ça va changer pour vous, dans votre quotidien par exemple ?

651 **G** : Bah je vais être seule déjà, je vais être toute seule... voilà...je pense que je vais les appeler
652 tous les jours hein mais Alice ça risque d'être difficile parce que quand je fais ça elle me
653 dispute (*rires*) donc je l'appelle plus tous les jours voilà. Mais euh oui je vais être
654 malheureuse qu'ils soient plus avec moi.

655 **Er** : Mais est-ce que vous pensez que vous aurez plus de temps pour vous occuper de vous
656 par exemple ?

657 **G** : Ah oui bah oui forcément bah oui (*le ton est devenu plus déterminé au fur et à mesure de*
658 *la phrase*). Oui oui euh... bah de toute façon euh... bah m'occuper de moi c'est-à-dire ? Faire
659 du sport ? Peut-être pas (*rires*) voilà mais bon je sortirai, là déjà je prends le temps comme
660 j'en ai plus qu'un à la maison, je prends le temps je vais au musée le week-end, je vais de
661 temps en temps au cinéma...

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

662 **Er** : Et vous sortez seule dans ces cas-là ?

663 **G** : Ah non je sors avec des amis.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

- 664 **Er** : D'accord. Et est-ce que vous pensez parfois à la notion de temps qui passe ?
- 665 **G** : ... alors... j'ai toujours trouvé que le temps passait très vite (*se racle la gorge*), je pense
666 qu'il passait un petit peu plus vite quand j'étais jeune... je ne sais pas...ça passait plus vite,
667 quand j'étais jeune je me disais qu'il passait plus vite. Là je me dis pas « on est déjà en mars,
668 c'est incroyable qu'est-ce que l'année est passée est vite » euh voilà.
- 669 **Er** : Donc quand je vous demandais si vous aviez peur de certaines maladies, le temps qui
670 passe ça ne vous fait pas peur ?
- 671 **G** : Bah peut-être dans le fait de me dire qu'il me reste peut-être plus que 20 ans ou 30 ans à
672 vivre mais c'est beaucoup.
- 673 **Er** : D'accord et alors comment vous voyez votre avenir après le départ de vos enfants par
674 exemple ?
- 675 **G** : Bah d'abord je me vois encore en activité euh voilà et puis... euh de toute façon je serai à
676 la retraite à 62 si j'ai de la chance, 65 euh oui 65 je pense, j'ai pas encore fait mon
677 récapitulatif mais je pourrai le faire déjà comme ça, ça me permettrait de me projeter déjà
678 de oui mais je crois qu'on peut le faire dans des rendez-vous déjà pour la retraite et leur
679 demander de faire une projection. Je pense que c'est possible euh voilà. Euh... j'espère que
680 je ne serai pas seule euh... ça je pense que ça me rendrait assez malheureuse, d'être seule.
681 Mais j'espère que je ne serai pas seule et euh... je ne me vois pas forcément voyager aux
682 antipodes euh... pas forcément mais pour quoi pas euh (*tousse*) après quand je serai dans
683 une période d'inactivité, quand je serai en retraite je me vois prendre du bon temps,
684 voyager, visiter la famille, m'occuper de mes petits-enfants, aider mes enfants temps que je
685 peux euh voilà si je peux les aider pour la garde d'enfants sur le plan logistique, peut-être
686 que j'aurai à les aider sur le plan financier un jour, on sait jamais, je me vois encore en
687 famille. Et sinon sur le plan personnel c'est ça, je me vois pas faire de très grands voyages
688 mais je me vois prendre des périodes de des périodes de vacances... faire des choses à deux,
689 j'aurai peut-être un hobby voilà mais je sais pas encore lequel... de toute façon je pense
690 qu'il faut pas rester euh quand je pense à mes parents, à ce que vous avez dit tout à l'heure,
691 mes parents sont des gens qui n'ont pas un intérêt extérieur à leur maison et du coup ils
692 sont un peu renfermés sur eux-mêmes et ça je pense que je ne serai pas comme ça, ça je
693 pense que et bien je me forcerai à avoir une activité extérieure, c'est certain. Et surtout une
694 activité à plusieurs ; éventuellement une activité intellectuelle parce que je sais que le
695 cerveau vieillit très vite aussi donc pour me maintenir en forme de ce côté-là voilà... peut-
696 être un groupe de réflexion, peut-être une activité dancing voilà euh ou artistique je sais pas.
697 Mais euh pour rencontrer du monde oui.
- 698 **Er** : On a l'impression que c'est important pour vous d'être avec des gens, vous pourriez pas
699 faire une activité seule ou partir en voyage seule ?
- 700 **G** : Non, non ça m'intéresse pas.
- 701 **Er** : D'accord. Euh vous avez des frères et sœurs ?
- 702 **G** : Alors j'ai une sœur mais qui est handicapée trisomique, elle est plus jeune mais très peu,
703 on a 10 mois d'écart, elle est euh elle est prématurée.
- 704 **Er** : Et vous connaissez un peu la maladie de la trisomie ? Enfin vous vous y êtes intéressée ?

705 **G** : Oui forcément... c'est mon unique sœur donc euh voilà et puis elle a été élevée à la
706 maison euh j'ai pas d'autres frères et sœurs donc on est assez proches même si elle est
707 débile profond euh voilà donc la trisomie il y en a deux, il y a la trisomie disloquée et la
708 trisomie libre qui est la plus courante. Elle c'est une trisomie libre, ma mère l'a eu très jeune
709 donc c'est pas non plus...

710 **Er** : Et c'est quoi la différence entre les deux trisomies ?

711 **G** : Bah la trisomie libre c'est comme euh c'est comme une erreur de la nature, c'est un
712 chromosome au lieu de se diviser en deux lors de euh... de comment on appelle ça, une
713 méiose ? Lors de la première division cellulaire donc euh eu lieu de se diviser en deux, elle se
714 divise en trois. Donc il y a une paire de chromosomes qui a un troisième enfin qui n'est pas
715 une paire c'est un trio. Alors voilà c'est comme un trèfle à quatre feuilles c'est voilà euh et ça
716 c'est la plus fréquente. Et la trisomie disloquée c'est extrêmement rare et en fait c'est un
717 gène qui provoque cette trisomie, c'est quelque chose qui se transmet de manière
718 héréditaire.

719 **Er** : D'accord et est-ce qu'elle peut faire des choses par elle-même ?

720 **G** : Alors elle est débile profond mais oui euh... c'est-à-dire qu'on peut pas la laisser seule par
721 exemple elle serait capable de faire chauffer du lait sur la gazinière mais par contre elle
722 passerait sa manche par-dessus sans s'en rendre compte voilà hein elle est capable de
723 reproduire certaines choses d'ailleurs les trisomiques sont des gens qui sont très ritualisés
724 c'est très important pour eux les rituels. C'est très important pour leur équilibre. Euh elle a
725 sa chambre, elle a sa télé, elle a un ipod, elle rentre du travail donc elle travaille mais là
726 actuellement elle est fatiguée parce que ce sont des gens qui fatiguent beaucoup parce
727 qu'ils ont un bassin qui est souvent, je sais pas si vous en avez déjà vu mais ils ont un bassin
728 qui est assez large donc il faut moins travailler donc voilà elle travaille. Elle rentre, elle pose
729 ses affaires, elle va se servir un verre de sirop de menthe, elle retourne dans sa chambre, elle
730 met un disque, elle allume la télé, quand elle a faim elle vient nous voir et on lui dit « tu
731 mets le couvert Caro s'il te plait ? » ou « tu as vidé la machine à faire la vaisselle ? » voilà elle
732 fait des choses comme ça, elle sait que c'est son rôle, elle sait qu'elle peut le faire. Voilà mais
733 elle a toujours été élevée, elle est toujours restée à la maison, elle a été élevée comme moi
734 alors que beaucoup de parents soit les sur-couvent soit justement les rejettent et en général
735 ça donne le même résultat donc des gamins qui ne sont pas socialisés sauf que maintenant
736 les nouvelles générations parce qu'elle a quand même euh bah 51 ans, les nouvelles
737 générations de trisomiques sont beaucoup plus, se débrouillent beaucoup plus, ils sont
738 sollicités plus tôt intellectuellement donc ils sont capables de faire des choses que Caroline
739 ma sœur ne sait pas faire. D'abord parce qu'il n'y avait pas vraiment de structure, y en avait
740 mais très très peu donc peu de trisomiques trouvaient de place en structure, la plupart
741 restait chez eux et un des parents était obligé de d'arrêter de travailler.

Interruption : le téléphone de l'enquêtée sonne et elle répond.

Reprise au bout d'une dizaine de secondes, de l'enquêtée.

742 **G** : Donc elle a été élevée comme moi, elle a eu la même éducation « tu fais bien les choses
743 c'est bien euh » ou « ah non ça c'est pas bien » elle était grondée comme moi sauf qu'il
744 fallait lui répéter les choses tous les jours donc si vous voulez elle est très sociabilisée.

745 **Er** : D'accord donc ça c'est la trisomie libre et elle n'est pas héréditaire. Donc vous n'avez pas
746 eu peur quand...

747 **G** : Si ! Si ! (*rires nerveux*) si si si, j'ai pour les trois enfants et bien j'ai fait une amiosynthèse
748 mais... si vous voulez... euh... c'était une trisomie libre et mes parents avaient fait un examen
749 pour savoir si c'était héréditaire ou pas donc c'est là qu'ils ont vu donc je n'avais pas plus de
750 risque qu'une autre femme de d'avoir un enfant trisomique, sauf que maintenant vous faites
751 une prise de sang quand vous êtes enceinte et on voit si le bébé je sais pas si vous connaissez
752 le test donc euh moi en vieillissant moi mon risque s'est accentué donc euh pour Alice mon
753 premier bébé, je faisais des cauchemars jusqu'à ce que j'ai le résultat de l'amniocentèse et
754 puis après je l'ai fait parce que mon risque s'est accentué ; j'ai fait trois amniocentèses.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtée.

755 **G** : Parce que c'est quand même pas facile hein.

756 **Er** : Oui, oui... Donc je voudrais revenir sur euh vous disiez que vous n'aviez pas peur du
757 temps qui passait mais est-ce que vous avez peur du vieillissement ? On en a pas parlé
758 proprement euh est-ce que vous avez peur de vieillir par exemple ?

759 **G** : Bah ça dépend comment on vieillit voilà. J'espère ne pas vieillir malade euh c'est tout
760 bon. Ça dépend comment on vieillit aussi, de toute façon si j'ai un jour j'ai des sous, je me
761 ferai faire un lifting donc voilà (*sourit*) euh non je crois que voilà je crois que... peur de vieillir
762 non... J'espère être assez en bonne santé pour pouvoir m'occuper de mes petits-enfants et
763 pour les voir grandir voilà et pour avoir une retraite heureuse... voilà.

764 **Er** : D'accord. Et pour vous alors c'est quoi la bonne santé ?

765 **G** : Ah bah c'est pouvoir sortir de chez moi euh... voilà pouvoir sortir de chez moi, pouvoir
766 faire des choses... voilà faut pas être handicapé de ne pas avoir une jambe qui ne fonctionne
767 plus euh pouvoir aller faire mes courses, pouvoir sortir et aller m'amuser parce que même
768 euh je vois avec des voisines elles ont entre 70 oui elles ont 70 et 80 ans bon bah elles ont eu
769 un accident et une jambe foutue quoi, tout ce qu'elles ne peuvent faire c'est d'aller au
770 supermarché d'en-dessous parce que le reste c'est trop pénible, c'est moins facile donc
771 euh...

772 **Er** : Et euh est-ce que vous avez peur de mourir ?

773 **G** : Oui (*sans trop de conviction*). Non je ne pense pas à la mort mais j'ai pas envie que ça
774 s'arrête, j'ai pas envie que la vie s'arrête voilà euh... oui j'aurai peur de mourir maintenant
775 mais peut-être que quand je serai âgée euh voilà je n'aurai plus peur, peut-être que j'aurai
776 eu une vie suffisamment remplie et je me dirais « bon bah maintenant je peux mourir plus
777 personne ne repose sur moi donc ça va, je peux mourir l'esprit tranquille ». J'espère aussi
778 que euh que je n'appellerai pas la mort de mes vœux parce que je serai dans un tellement
779 sale état que la vie deviendra insupportable.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtée.

780 **G** : Je crois que déjà je euh de voir mourir mes parents, on en parlait tout à l'heure, euh ce
781 que je sais pour avoir entendu des amis de mon âge en parler, c'est que euh... d'abord c'est
782 très dur c'est des êtres aimés qui euh qui on les aura déjà se dégrader euh on les voit mourir
783 aussi et d'autre part on se retrouve en première ligne euh y paraît que se retrouver en

784 première ligne comme ça, être disons « le prochain sur la liste », il paraît que c'est très très
785 dur pour le moral. ... Mais bon, ça dépend peut-être de chacun, on verra.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

786 **Er** : Et donc se « retrouver le prochain sur la liste » c'est...

787 **G** : Il paraît, moi pour l'instant non je ne suis pas encore dans cette situation euh... bon...
788 pour l'instant non parce que je ne l'ai pas encore vécu. Et puis bon, l'espérance de vie est
789 quand même élevée aujourd'hui. Ah si il y a une maladie dont j'ai peu aussi euh en fait euh...
790 j'ai peur de... j'ai peur de ne plus avoir de capacités respiratoires. Voilà. J'ai peur d'avoir les
791 poumons sclérosés euh et mn grand-père est mort de ça, j'ai mon oncle qui est en train de
792 mourir de ça mais lui c'est un TRES TRES (*insiste*) gros fumeur, euh voilà, ça c'est... j'ai peur
793 de ça. Avec la pollution euh j'ai pas envie de me retrouver sous respirateur 'fin c'est pas le
794 respirateur qui me gênerait mais c'est de ne plus avoir de capacités respiratoires (*pires*
795 *nerveux*). Parce qu'avoir un respirateur sur le nez ça vous isole parce que mine de rien j'ai vu
796 les euh ça fait peur aux gens, la maladie fait peur aux gens et tous ces appareillages font
797 encore plus peur aux gens donc ça doit vous isoler quand même pas mal.

Silence de 15 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

798 **Er** : D'accord, bon. Est-ce que vous avez des choses à rajouter ? Quelque chose qu'on aurait
799 pas dit ou qu'on aurait pas abordé ?

800 **G** : Non euh sauf que quand je croise des personnes âgées dans ma rue, des gens que j'ai
801 connu quand j'étais petite parce que j'habite toujours dans la même rue euh...

802 **Er** : Donc des personnes plus âgées que vous c'est ça ?

803 **G** : Oui euh ils ont tous l'air triste. Malheureux, ils sont solitaires, souvent ils ont perdu leur
804 compagne ou leur compagnon c'est pour ça que je parlais de me retrouver seule et euh
805 surtout, ils sont isolés parce que j'ai l'impression que la plupart des gens pensent qu'ils ne
806 sont plus intéressants, qu'ils n'ont plus rien à dire d'intéressant alors que bien au contraire,
807 ce sont des gens qui auraient besoin de parler, justement qui auraient des choses à raconter,
808 mais ça je pense que c'est propre aux villes.

809 **Er** : Aux villes ? Donc ça serait pas comme ça dans la campagne ?

810 **G** : Je sais pas, je vis pas à la campagne mais j'ai l'impression que quand j'y vais en vacances,
811 que ce sont des gens encore connus et reconnus : on les appelle par leur nom euh voilà. En
812 ville je pense que les personnes âgées souffrent d'une grande solitude. Et ça, ça me fait peur
813 aussi.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

814 **Er** : D'accord alors si on doit conclure en quelques mots, qu'est-ce que la cinquantaine a
815 changé pour vous en matière de santé ? Si on devait résumer en quelques mots ?

816 **G** : Bah au niveau de la santé on a pas une aussi bonne santé qu'avant euh... voilà on est un
817 peu plus limité dans ses moyens physiques et y a des pathologies qui apparaissent alors elles
818 sont plus ou moins lourdes selon les gens mais euh... je voudrais pas souffrir de diabète

819 parce que voilà, ni d'arthrose euh... mais voilà on est un peu plus limité sur le plan
820 physique... la santé c'est ça je pense quand on a 50 ans.

821 **Er** : Et mentalement alors ?

822 **G** : Bah moi je me sens mieux, je me sens mieux qu'étant jeune.

Silence de 15 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

823 **Er** : Donc ça, le fait que vous vous sentiez mieux, c'est par rapport à votre maturité et votre
824 expérience ?

825 **G** : Voilà c'est ça.

826 **Er** : D'accord. Alors si vous deviez me donner trois mots pour définir votre état de santé
827 actuel ?

828 **G** : Bah mon état de santé actuel euh... il est bon, il est pas très bon, il est bon. Parce que j'ai
829 toujours cet asthme que je traîne depuis longtemps mais... je dirais que j'ai des maux qui
830 sont normaux pour mon âge.

831 **Er** : C'est-à-dire que vous les voyez chez...

832 **G** : Oui oui je les vois chez les autres : mal au dos, quelques problèmes veineux, 'fin
833 circulatoire en tout cas, la ménopause et ses symptômes... à part mon asthme qui est une
834 maladie chronique que je traîne depuis l'enfance mais rien d'extraordinaire.

835 **Er** : D'accord et si vous deviez donner quelques mots pour définir votre vision de la santé de
836 façon générale ?

837 **G** : Et bien la santé c'est primordial, ça conditionne un tas de choses, ça conditionne toute
838 votre vie, tous les aspects de votre vie.

839 **Er** : D'accord, vous avez quelque chose à rajouter ?

840 **G** : Je crois pas.

841 **Er** : D'accord alors j'aimerais vous soumettre à un petit test

842 **G** : D'accord, je vais aux toilettes et je reviens.

Interruption : l'enquêtée va aux toilettes.

Reprise 3 minutes plus tard pendant lesquelles l'enregistrement a été coupé.

843 **G** : Ah j'ai pensé à quelque chose, mes enfants m'appellent le « docteur xxx » (*elle donne son*
844 *nom de famille*). Ils m'appellent comme ça parce que j'ai toujours le remède qu'il faut. Mais
845 ils se moquent un peu de moi aussi (*rires*).

Le test est lancé : demander à l'enquêtée de classer des photos de personnes connues qui ont toutes entre 45 et 60 ans, par paire si elle pense qu'ils ont le même âge. L'enquêtrice a un autre exemplaire des photos déjà triées qu'elle dévoilera à la fin du test. Le but est de savoir d'une part à quel point deux personnes peuvent vieillir de façons différentes alors même qu'elles ont le même âge, et d'autre part, de mesurer la vision de la vieillesse chez les autres (quels sont les signes distinctifs, les critères).

Voici alors ses remarques pendant le test et une fois le résultat découvert (au final, une seule paire est bonne) :

846 **G** : Les femmes sont en général plus marquées que les hommes. Mais c'est pas très facile.
847 Oh sans blague ! Oh c'est rigolo ! Woha !! Dit donc, ils ont le même âge tous les deux ?
848 (*grande surprise*).

849 **Er** : Alors qu'est-ce que ça vous inspire ?

850 **G** : Alors je vais faire abstraction du fait qu'ils sont quasiment tous acteurs et qu'ils savent
851 faire des tas de choses. Bah je pense qu'on est pas égaux hein, on est pas du tout égaux face
852 au vieillissement euh voilà... voilà et puis en plus c'est pas forcément linéaire : y en a peut-
853 être qui vieillissent plus vite de certains endroits et pas d'autres et voilà... euh tout dépend
854 de la vie qu'on a je pense quelqu'un qui ira souvent au soleil aura une peau plus ridée je
855 pense... si on utilise des stupéfiants ça peut aussi accélérer le vieillissement.

856 **Er** : Et donc vous disiez que chez les femmes le vieillissement était plus marqué c'est ça ?

857 **G** : Bah en général je remarque que les femmes vieillissent plus vite ou alors est-ce que c'est
858 parce que inconsciemment on accepte plus les rides sur un homme ? que sur une femme,
859 c'est possible. Mais euh la vie des femmes est souvent plus... elles font plus de choses je
860 pense, elles sont sur plus de fronts que les hommes, je pense que ça doit aussi agir.

861 **Er** : Donc il y a quand mêmes des caractéristiques physiques qui permettraient d'indiquer
862 euh...

863 **G** : Oui oui.

864 **Er** : D'accord. Alors pour finir, quelques questions qu'on appelle « de portrait » euh vous
865 avez quel âge ?

866 **G** : 52 ans.

867 **Er** : Quel est votre niveau de diplôme ?

868 **G** : J'ai un niveau 3 ce qui correspond à un diplôme du Ministère du Travail

869 **Er** : Quel est l'intitulé de votre profession ?

870 **G** : Donc j'ai eu plusieurs professions, d'abord j'ai été employée de bureau, standardiste,
871 assistante médicale, puis j'ai été développeur informatique, puis téléconseillère marketing
872 consommateur ... euh après ça... euh chargée marketing de panel consommateurs. Après
873 ça... assistante à maîtrise d'ouvrage informatique et aujourd'hui je suis conseillère à l'Emploi
874 donc euh à Pôle Emploi comme je vous l'ai dit.

875 **Er** : Quel était le métier de vos parents et leurs niveaux de diplôme ?

876 **G** : Alors ma mère était rééducatrice en psychopédagogie et mon père ingénieur
877 commercial. Mais je ne sais pas quel était leur diplôme... je sais pas...

878 **Er** : Vous habitez où ?

879 **G** : J'habite dans le 12 arrondissement de Paris.

880 **Er** : Vous avez une confession religieuse ?

881 **G** : Oui je suis catholique mais je crois pas à tout. Je fais mon petit tri.

882 **Er** : Bon et bien si vous n'avez plus rien à rajouter, on peut s'arrêter là. Je vous remercie
883 beaucoup pour votre participation.

884 **G** : De rien et merci.

Entretien n°3/10 – Véronique <i>« Je vis très mal mes maladies, je les accepte pas. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 48 ans, mariée avec trois enfants. Elle a obtenu un bac+2 et travaillait avant sa maladie aux relations publiques, à la communication externe. Vit dans le 12 ^{ème} arrondissement de Paris et ce, depuis son enfance.
Date de l'entretien	18 mars 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Paris
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	144 minutes
Conditions de l'entretien	Dans le salon, l'un de ses enfants était présent dans la pièce mais ne faisait pas partie de la conversation.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Véronique commence par parler de sa maladie de Crohn et de toutes les autres pathologies qu'elle a développées depuis ses 35 ans. Elle enchaîne sur le stress très présent dans sa vie, encore plus depuis qu'elle a perdu son père et qui influe sur son mental et son physique, déjà grandement fragilisé par les maladies qu'elle n'accepte pas. Ces dernières font qu'elle côtoie régulièrement des médecins en lesquels elle a une grande confiance. Elle ne peut lutter contre ses maladies car certaines l'empêchent de prendre des traitements. La douleur est d'autant plus présente. Physiquement elle ne peut plus faire certaines activités et mentalement c'est aussi dur car elle peine à s'exprimer. Le faussé créé par la rareté de sa maladie s'agrandit d'autant plus. En participant à des cours de relaxation, elle découvre cependant qu'elle n'est pas la seule à être atteinte de maladies aussi jeune et cela a pour effet de la rassurer. Elle déplore néanmoins que sa maladie ne soit pas comprise, simplement parce qu'elle ne se voit pas physiquement. La compassion est donc rare et brève pour ceux qui sont au courant car la maladie régit tellement la vie de Véronique, qu'elle devient presque « normale ». Elle finit par jouer la comédie pour ne plus paraître différente. Elle critique ensuite le système médical car trouve qu'il n'est pas assez axé sur la prévention. Elle connaît bien les médecines douces : ostéopathie, homéopathie notamment. Mais rien ne peut réellement la soulager, la douleur est parfois tellement forte qu'elle avoue avoir déjà pensé au suicide. Se rendre compte que le temps passe et que cela pourrait être pire dans l'avenir n'arrange rien. Se dégage même un sentiment de nostalgie. Au niveau professionnel, elle se sent d'autant plus marginalisée qu'elle se rend compte qu'elle ne pourra plus jamais travailler. Enfin, elle déplore que les gens se rendent compte que tout allait bien, seulement quand tout va mal.
Enquêteur	Agathe Mündler

- 1 Er : Donc euh pour vous resituer un peu, je suis en master de sociologie et je fais un
2 mémoire sur le sujet de la santé et on cible particulièrement une population comme on dit,
3 c'est les 45-60 ans. Donc pourquoi on étudie la santé à cet âge ? Parce qu'on trouve que
4 c'est un sujet qui est très peu travaillé en sociologie finalement on parle très peu des 50 ans
5 dans la sociologie donc c'est un sujet qui est nouveau et qu'on aimerait approfondir. Alors
6 est-ce que vous pouvez me dire ce que le passage à la cinquantaine a changé pour vous ?
- 7 Véronique : Euh je n'ai pas encore 50 ans (*rires*)
- 8 Er : Ah pardon vous avez quel âge déjà ?
- 9 V : J'ai 47. Donc j'en ai encore un petit peu
- 10 Er : Oui c'est vrai alors euh...
- 11 V : Je l'ai eu tôt mon fils. Donc disons que le passage à la cinquantaine ne change rien pour
12 l'instant
- 13 Er : Alors comment vous l'imaginez ?
- 14 V : Pas mieux en tout cas. C'est clair parce que moi je suis malade depuis l'âge de 35 ans.
15 Voilà j'ai eu ma dernière à 34 et euh il s'est déclenché 14 mois après, c'est ça 14 mois après
16 j'ai déclenché une maladie chronique, ce qu'on appelle la maladie de Crohn. Et à partir de là
17 on a mis 1 an pour me détecter, enfin non on m'a détecté la maladie dès l'hospitalisation,
18 mais après on a mis 1 an pour calmer la crise et d'être en rémission voilà je cherchais le mot.
19 Et quand j'ai été en rémission, j'ai déclenché ce qu'on a appelé pendant longtemps une
20 spondiarthrite, pas une polie hein une spondi, et puis c'est-à-dire que je ne pouvais plus
21 pousser la poussette de ma fille au niveau des mains et tout ça, et après euh il s'est avéré
22 que c'était une fibromyalgie puis pas une fibromyalgie enfin bref, donc j'ai une fibromyalgie
23 maintenant, j'ai euh j'ai une sarcoïdose et j'ai un problème cardiaque depuis 6 mois qui est
24 une euh... je sais plus le nom. Enfin bon j'ai un problème cardiaque avec de l'hypertension.
- 25 Er : D'accord. Donc euh comment vous le gérez au quotidien ?
- 26 V : Euh au quotidien bah j'ai une fatigue chronique donc il y a des moments je suis obligée de
27 dormir, mon fils vous le dira, des fois il s'en va et je le vois même pas (*rires*) je m'endors voilà
28 euh j'ai... j'ai quoi bah j'ai des douleurs je souffre tout le temps, après c'est le taux de
29 souffrance bon comme la fibromyalgie l'indique c'est des moments plus ou moins fort euh et
30 puis euh... des coups de euh ça va jouer beaucoup sur le moral du coup parce que je souffre
31 tout le temps, dès que je fais quelque chose ça me fait encore plus mal euh je suis fatiguée
32 donc je suis voilà, dès que faut que je m'organise si je sais que je fais ça aujourd'hui bah je
33 sais que le lendemain voilà il faudra que j'adapte mon planning pour que... que voilà.
- 34 Er : Donc vous prenez des dispositions c'est ça ?
- 35 V : Oui.
- 36 Er : Vous êtes tout le temps dans l'anticipation ?
- 37 V : Bah je sais que si je fais quelque chose de euh j'ai un programme lourd dans la journée, je
38 sais que le lendemain il va falloir que je me planifie oui. Donc voilà, là par exemple, Jean-
39 Baptiste est venu une dizaine de jours, j'ai fait pas mal de trucs avec lui, j'ai beaucoup
40 marché et depuis bah j'ai des problèmes sous les pieds d'ailleurs il faut que j'aille voir un
41 médecin parce que j'y suis toujours pas allée, 'fin bon voilà c'est euh et bon j'ai fait plus de
42 choses et par exemple je suis allée au cinéma, je me suis endormie au cinéma. Chose qui ne

43 m'arrive jamais (*rires*) voilà pourtant c'était pas un film pénible du tout mais y a une
44 partie que j'ai pas vu, voilà.

45 Er : D'accord. Et ça vous fait mal où en général ?

46 V : Les mains, les pieds, la hanche et les genoux. Et le dos. Enfin bref un peu partout quoi. Et
47 je cherche ce que j'ai au cœur depuis tout à l'heure...

48 Er : Et vous avez un traitement pour ces douleurs ?

49 V : Non parce que je ne peux pas prendre d'antidouleur à cause la maladie de Crohn.

50 Er : Vous pouvez développer un petit peu sur cette maladie ?

51 V : La maladie de Crohn alors moi le mien il est ciblé au niveau des intestins et donc euh... je
52 ne peux pas euh... il y a beaucoup d'aliments que je ne peux pas manger, j'ai euh comment
53 dire, j'ai un transit qui n'est pas régulier et qui voilà quand je suis en crise j'ai comme des
54 bon on en est plus là encore mais j'ai comme des... des contractions voilà, la douleur arrive,
55 elle monte elle monte elle monte elle monte à un niveau où c'est intenable et la douleur
56 redescend. Voilà. Donc euh et c'est comme ça depuis 1 an donc euh je prends un traitement
57 pour la maladie de Crohn mais il y a des moments j'ai des poussées. C'est par poussées et
58 euh bon c'est souvent lié au stress hein, ces maladies-là sont souvent dues au stress. Voilà.

59 Er : Et vous êtes souvent stressée ?

60 V : Bah disons que je l'ai été pas mal ouais et puis maintenant aussi oui (*rires*) disons que j'ai
61 un mari qui est stressant, un petit peu oui, des enfants qui sont un peu stressants donc voilà
62 euh bah tout le monde quoi, la vie est stressante, on vit pas sous un globe hein on est euh...
63 disons que oui j'ai eu de gros stress et puis là dernièrement j'en ai pas mal avec la mort de
64 mon père tout ça, donc là ça m'a on pense que le problème cardiaque est dû au stress de
65 mon père ?

66 Er : Ah ça serait une conséquence ?

67 V : Bah disons que c'est des le traitement que j'ai pris m'a donné des parce que j'ai eu un
68 protocole, j'ai fait un protocole dans la recherche enfin au niveau de pour la maladie de
69 Crohn qui m'a un peu soulagé mais euh on a un peu des effets secondaires voilà donc moi on
70 pense que c'est ça et en même temps le facteur que je fasse de l'hypertension tout ça oui on
71 pense que c'est dû au stress de la mort de mon père (*sa voix se fait plus chuchotante*). Parce
72 que intérieurement, inconsciemment je l'ai toujours pas accepté. Voilà.

73 Er : Et c'était il y a combien de temps ?

74 V : Il est mort au mois de mai. Mai 2016.

75 Er : D'accord. Et euh la maladie de Crohn ça peut s'expliquer par des antécédents familiaux
76 ou euh

77 V : Alors ça peut avoir des antécédents familiaux, chez moi y en a pas. 'fin en tout cas on ne
78 sait pas ou alors on ne savait pas ce que c'était. C'est une maladie par exemple dont est
79 mort Louis XIII donc (*rires*) voilà donc c'était une maladie qui existait avant mais voilà, dont
80 on ne savait pas, ma grand-mère est morte euh que je n'ai pas connu puisqu'elle est morte
81 10 ans avant que 'fin plusieurs années avant ma naissance, elle est morte euh d'un cancer du
82 pancréas et donc ça fait partie des cancers que je peux déclencher. Parce que voilà, la
83 maladie de Crohn peut déclencher certains cancers. J'ai des probabilités plus importantes
84 d'avoir des cancers mais bon, d'un certain côté on est plus suivi donc euh voilà.

85 Er : Et les suivis se passent comment ?

86 V : Ça dépend. Ça dépend des médecins euh oui, ça dépend des médecins si on se fait
87 écouter ou pas, moi j'ai un gastroentérologue qui est très à l'écoute, qui est très bien mais
88 bon c'est quelqu'un de ma génération déjà ce sont des gens qui sont un peu plus
89 psychologues, plus que ceux qui sont de la génération d'avant, parce que mon médecin est
90 professeur maintenant donc euh voilà, et le fait qu'il soit professeur n'a absolument pas
91 changé et euh oui c'est quelqu'un qui est à l'écoute, qui prend beaucoup en compte le
92 contexte familial, il demande toujours des nouvelles de la famille, voilà c'est il s'intéresse
93 quoi, on n'est pas un numéro et au bout de 5 minutes « vous dégagez ». Si ça va pas, on a
94 son numéro, mon cardiologue c'est pareil, en revanche j'ai été en médecine interne et en
95 médecine interne ça a été une cata, catastrophique voilà, ça fait partie des professeurs qui
96 ont 20 ans de plus, qui n'ont aucune psychologie, qui vous donnent des médicaments et si
97 vous ne les supportez pas bah c'est vous qui n'êtes pas normale parce que dans 90% des cas,
98 dans 99% même, c'est ce qu'on m'a sorti la première fois, et bah ça marche sauf que moi ça
99 m'a déclenché mais oui non c'est pas possible, y a 1% des cas bah moi je fais partie des 1%.
100 Ouais, j'ai essayé pas mal de traitements, les traitements ont j'ai fait beaucoup d'effets
101 secondaires dans les traitements, la sarcoïdose notamment due à un traitement euh j'ai
102 déclenché par mal de j'ai fait quoi, j'ai fait une pyélonéphrite donc c'est au niveau des reins
103 mais assez euh assez ils venaient deux fois par jour pour me piquer quoi donc j'étais mal. En
104 fait c'est comme une infection urinaire, en général quand vous faite une infection urinaire,
105 vous allez voir le médecin parce que sinon ça peut empirer bah moi c'était carrément
106 directement arrivé aux reins, j'avais un rein qui était touché. C'est ça la pyélonéphrite, ça fait
107 horriblement mal mais moi j'ai jamais eu d'infection urinaire de ma vie et je n'ai pas eu le
108 stade euh infection urinaire, c'est carrément la pyélonéphrite. Donc on a de la fièvre, on a
109 très mal au dos, on est pas bien et en général on peut être hospitalisé mais je voulais éviter
110 de m'hospitaliser parce que je voulais éviter que je m'attrape d'autres trucs quoi. Parce que
111 je suis en immuno 'fin je peux me choper plus facilement les maladies des autres voilà.

112 Er : Ah oui donc vous êtes plus vulnérable ?

113 V : Oui. Et en plus j'ai eu un traitement à l'époque donc qui me rendait d'autant plus, je
114 pouvais même pas aller dans les hôpitaux, quand ma mère s'est faite opérée j'y suis allée
115 mais j'étais couverte de partout parce qu'il fallait pas que je respire l'air de l'hôpital, ouf !
116 (*rires*) parce que dans les hôpitaux y a plein de microbes et parce que voilà, parce que
117 comme je suis susceptible de m'attraper tout ce qui passe, donc voilà, les joies.

118 Er : Donc vous faites attention tout le temps en fait

119 V : Ouais

120 Er : Et même chez vous ? Vous avez des sortes d'habitudes pour éviter de tomber malade
121 par exemple ?

122 V : Euh disons que (*rires*) le pestiféré reste dans sa chambre (*elle montre son fils assis sur le*
123 *canapé en diagonal*) euh oui disons qu'on va se mettre euh il va éviter de se mettre à côté de
124 moi euh collé, ils évitent aussi en général 'fin je sais que mon mari fait très attention d'être
125 le moins possible malade parce que s'il ramène une maladie voilà il sait que je me la chope
126 euh bon cette année j'ai pris beaucoup de citrons, jus de citron, un demi verre de jus de
127 citron tous les matins avec de l'eau chaude, c'est en général très bon pour éviter euh pour
128 immuniser un peu la, par rapport aux maladies et ça a été pour moi une grande efficacité,

129 j'ai toujours, j'ai déclenché des trucs mais c'était pas, ça s'est pas... c'est pas allé plus loin
130 quoi. Donc je m'oblige à boire ça, tous les matins. J'oblige Jean-Baptiste à faire ça aussi parce
131 qu'il est toujours malade, toujours un plis de travers (*rires*) il est malade là.

132 Er : Et comment vous l'avez découverte cette technique ? C'est quelqu'un qui vous en parlé
133 ou...

134 V : Ouais c'est ma belle-sœur qui m'en a parlé.

135 Er : Elle fait aussi très attention ?

136 V : Bah elle est déjà elle est un peu moins malade donc déjà elle est très pro-bio, pro 'fin
137 voilà des trucs comme ça et je me suis dit « bon un demi jus de citron c'est pas ça qui va me
138 faire de mal » voilà et puis j'ai lu après euh le hasard a fait qu'il y avait d'autres articles que
139 j'ai lu et qui disait que effectivement c'était très bon pour lutter contre les maladies d'hiver,
140 les rhumes et en même temps c'est très bon pour euh 'fin ça permet d'éliminer tout ce qui
141 est cochonnerie qu'on garde

142 Er : Ah oui ça a un effet euh purificateur ?

143 V : Voilà.

144 Er : Et vous lisez souvent des articles médicaux ?

145 V : Euh ça dépend, je regarde quand j'apprends que j'ai telle maladie (*rires*) voilà donc je vais
146 voir ce que c'est euh, je suis déprimée donc euh voilà sur les médicaux euh pfff bah pff si
147 quand même un petit peu, je regarde, je regarde surtout sur les parce qu'ils avancent pas
148 mal sur ma maladie, la maladie de Crohn, les recherches avancent. Bon c'est vrai que je suis
149 allée par moi-même voir pour ce qu'il fallait pas que je mange par rapport au comment ça
150 s'appelle, au bah au cœur là, à part le sans sel euh voilà ah si euh le dernier truc que j'ai, je
151 l'avais oublié celle-là, euh c'est euh j'ai du dia non pas du diabète, j'ai du cholestérol mais
152 c'est pas du bon, j'ai le mauvais cholestérol c'est-à-dire que c'est pas un cholestérol qu'on a
153 en mangeant, celui-là il est parfait, c'est un cholestérol que l'on a génétiquement. On peut
154 rien faire, c'est génétique. Donc c'est à surveiller donc du coup je fis régulièrement des
155 doplères et comment ça s'appelle, des artères parce que ça risque de boucher des artères. Et
156 du coup les doplères c'est comme des échographies sauf que euh bah c'est une échographie
157 finalement si vous préférez une écho euh on entend le rythme quoi donc ils voient à
158 l'intérieur des artères et ça fait exactement comme le liquide pour une écho. Voilà. Du coup
159 je suis suivie dans deux hôpitaux, j'en ai eu trois pendant un moment mais je regroupe
160 (*rires*).

161 Er : Mais pourquoi aller dans deux hôpitaux ?

162 V : Parce qu'en cardiologie il me fallait un cardiologue rapidement parce que j'ai eu un
163 problème cardiaque, je suis allée aux urgences et après on m'a dit « bah il faut que vous
164 alliez voir un cardiologue rapidement » et pour avoir un bon cardiologue, ma mère étant
165 suivie dans l'hôpital euh je sais plus mais du coup j'ai pu avoir un rendez-vous en 15 jours
166 quoi. Et je préfère être suivie en hôpital parce qu'ils ont tous les appareils quoi donc c'est
167 vrai que quand j'y vais tout est fait, j'ai pas à aller à droite, à gauche. Et c'est des médecins
168 qu'on connaît.

169 Er : Et comment ça se passe quand vous êtes à l'hôpital ?

170 V : Bah je fais des examens, parfois je suis en hôpital de jour pendant plusieurs quoi, là en ce
171 moment je fais de la... de la euh comment ça s'appelle ? Relaxation ! Mais ce n'est pas de la
172 relaxation qu'on apprend euh quand vous allez faire de la relaxation dans un centre c'est de
173 la relaxation pour apprendre à maîtriser sa douleur. Contrôler sa douleur et ça, on fait ça
174 dans les centres antidouleur. Et en fait on fait de la ... on fait de la respiration et on apprend
175 à oublier son corps et à stimuler son corps en pensant à certaines choses. Respiration et
176 penser à autre chose. Pour l'instant j'en suis là hein, je n'ai fait que 4 cours. Mais bon c'est ça
177 et après le but c'est de pouvoir faire ça n'importe où. Par exemple Jean-Baptiste il en fait
178 même dans le métro parce que lui il en fait, il a appris ça adolescent, bah il a appris ça en
179 CM2. Voilà.

180 Er : D'accord. Et ça marche alors ?

181 V : Bah pour lui ça marche moi euh ça fait du bien dans le sens où oui ça me détend bien, ça
182 c'est clair, on oublie un peu la douleur pendant quelques temps mais quand la douleur est
183 trop forte pour moi j'arrive pas encore à mais bon j'en suis qu'à 4 cours hein. En tout cas
184 pour lui ça marche, il arrive à baisser son niveau de migraine. C'est ça c'est que la douleur
185 elle est là mais ça permet à dire de 'fin moi euh oui de descendre la douleur au cerveau au
186 niveau neurologique.

187 Er : D'accord et cet effet dure longtemps ?

188 V : Euh oui euh ça peut durer la journée ou plusieurs heures, pour l'instant moi ça l'a pas fait
189 pour lui oui, je me base sur lui, pour lui oui ça lui fait de l'effet pendant tout la journée.

190 Er : D'accord. Euh je voulais revenir euh quand vous disiez que vous restiez en hôpital de jour
191 et c'est pour faire quoi ?

192 V : En général c'est pour faire des examens plus approfondis. Donc ils me gardent 2-3 jours
193 pour faire tous les examens, pour une prise de sang pour... je peux voir tous les médecins qui
194 sont là donc voilà.

195 Er : Et vous le faites régulièrement ça ?

196 V : Euh là ça fait un an que j'en fais plus, j'en ai pas fait depuis un an. Et avant c'était tous les
197 ans à peu près.

198 Er : D'accord. Et quand vous disiez qu'il y avait des aliments que vous ne pouviez pas
199 manger, c'est quel genre ?

200 V : Tout ce qui est crudité, tout ce qui est choux, les carottes râpées 'fin toutes les crudités
201 sauf les tomates mais ça dépend, à petite dose les tomates voilà euh... les crudités, les choux
202 tout ce qui est lentille, pois chiche, petit-pois, tout ça ça m'est strictement interdit donc euh
203 ça restreint beaucoup de légumes hein, le poireau c'est pas génial parce qu'il y a des fibres,
204 donc euh les champignons ça dépend, une fois sur deux ça passe une fois sur deux ça passe
205 pas, ça dépend si plus ou moins mon euh je suis en crise ou pas quoi euh l'ail cru qui passe
206 pas et puis il y a d'autres choses qui passeront un jour et qui passeront pas un autre jour. La
207 salade je peux, heureusement.

208 Er : Et pourquoi ce genre d'aliments vous ne pouvez pas les manger, c'est à cause de leur
209 constitution ?

210 V : Euh oui ça donne des euh ça donne des ballonnements, y en a qui sont trop fibreux voilà.
211 Les crudités si vous en mangez tout le temps, au bout d'un moment vous aurez aussi des

- 212 ballonnements, bah là moi c'est comme si j'en avais mangé beaucoup mais il en suffit d'un
213 peu quoi.
- 214 Ah et j'ai pris de la cortisone aussi, parce que c'est la cortisone qui me fait grossir, voilà,
215 merci la cortisone.
- 216 Er : Et pourquoi vous en avez pris ?
- 217 V : Bah c'est pour Crohn 'fin au début de la crise et puis on donne des traitements pour
218 éviter voilà et maintenant je refuse, c'est niet, je veux même plus entendre parler de la
219 cortisone.
- 220 Er : Pourquoi ?
- 221 V : Bah c'est bon ça m'a déjà fait grossir suffisamment comme ça donc c'est les effets
222 secondaires ras-le-bol.
- 223 Er : Et il y en a d'autres des effets secondaires ?
- 224 V : Bah oui le cœur euh qu'est-ce qu'il y a eu d'autre ? Euh oui euh bah la fatigue parce qu'il
225 y a les traitements euh un état dépressif parce que quand on est toujours malade parce que
226 quand on a 36-35 oui quand ça a commencé et puis après y a des choses qu'on peut plus
227 faire, qu'on peut pas faire donc j'me dis « j'ai que cet âge-là et je peux déjà plus faire ça alors
228 qu'est-ce que ça sera quand... » ma mère a 88 ans et parfois elle fait plus de choses que moi
229 (*rires*) pour dire quoi, pour certaines choses oui...
- 230 Er : Et c'est quel genre de choses ?
- 231 V : Pfff bah par exemple elle si elle marche elle aura moins d'effets secondaires que moi,
232 voilà. Bon maintenant j'exagère parce qu'elle commence à quand même elle marche moins
233 vigoureux qu'avant mais pendant un moment, je dis n'importe quoi, mais elle peut balayer
234 et elle a pas mal aux mains comme moi ou voilà. Du coup moi je suis devenue très
235 maladroite des mains parce que je lâche mes mains sans m'en rendre compte donc euh...
236 ouais, je suis très maladroite des mains, la fibromyalgie c'est lié à ça euh ça répercute le côté
237 psychologique, je cherche mes mots euh ça m'arrive parfois de chercher mes mots et de pas
238 arriver à exprimer mes phrases quoi euh ça dépend des moments, là ça va (*rires*) mais y a
239 des moments où euh voilà c'est... ahhhh
- 240 Er : Et comment vous vous sentez dans ces cas-là ?
- 241 V : Non comprise parce que ça énerve le voisin de pas comprendre 'fin j'arrive pas à
242 exprimer ce que je veux dire quoi donc parfois c'est pénible, euh voilà, j'ai l'impression
243 d'être un boulet... euh en plus au niveau social on est pas du tout reconnu donc je suis
244 considérée comme handicapée mais comme je ne travaillais pas au moment où j'ai eu parce
245 que je venais d'avoir ma fille, je ne travaillais pas depuis plusieurs années, je comptais
246 reprendre après et puis bah voilà quoi, je peux pas reprendre à cause de mon handicap mais
247 en même temps je n'ai rien parce que je ne travaillais pas avant et en même temps euh...
248 euh j'avais une aide financière mais le jour où Jean-Baptiste a eu 20 ans et bien on m'a
249 supprimé 'fin on me l'a supprimé quasiment de 90% quoi. Mon mari gagne beaucoup et c'est
250 bien connu, Jean-Baptiste ne dépend plus de nous (*rires*) il gagne sa vie c'est bien connu
251 donc voilà donc pour les allocations familiales il n'est plus là donc voilà.
- 252 Er : D'accord. Mais c'est la maladie de Crohn qui n'est pas reconnue comme un handicap
253 c'est ça ?

254 V : Si si elles sont reconnues comme des handicaps euh la maladie de Crohn, la fibromyalgie,
255 tout ça c'est reconnu comme handicap je suis à 100% sur les maladies mais je n'ai pas...
256 disons que là, il n'y a pas d'aide, l'aide de la CAF par exemple elle s'arrête le jour où mon fils
257 a 20 ans quoi. Voilà alors qu'on ne savait pas du tout que ça allait s'arrêter à l'âge euh que ça
258 dépendait de... notre fils a 20 ans il est encore dépendant de nous donc encore pour un
259 moment donc voilà. Ce qui est normal, à 20 ans euh y en a pas beaucoup qui gagnent leur
260 vie hein donc voilà, ça ça fait partie des bizarreries euh donc si la MDPH me reconnaît
261 comme invalide, je suis entre 60 et 80% je crois, un truc comme ça mais je sais pas
262 exactement mon taux mais c'est ça euh y a des choses comme ça qui sont illogiques et puis
263 bon, en même temps c'est pas une maladie qui se voit donc tout va bien.

264 Er : Et c'est la MDPH ?

265 V : C'est la bah c'est le... le truc des handicapés, pour être reconnu handicapé il faut aller à la
266 MDPH et faire une demande, elle est rue de la victoire en elle est oui c'est ça, à Paris. Donc
267 voilà.

268 Er : Quand vous dites que certaines sont choses sont illogiques, vous vous êtes déjà
269 retrouvée dans d'autres cas, d'autres situations où vous avez ressenti la même chose ?

270 V : Bah par rapport au côté illogique avec les médecins aussi quand c'est pas bah quand on
271 rentre pas dans la case vous avez mal là et vous mal là euh « ah bah c'est pas possible » donc
272 voilà donc euh les médecins se demandent si y a des moments où je me demandais si c'était
273 pas qui fabule quoi voilà, ils arrivent à vous faire douter, à dire « c'est pas possible que vous
274 ayez eu ça, c'est pas possible... » et bah heureusement qu'il y avait des témoins parce que
275 sinon. Il y a 4 ans j'avais pris un traitement ça m'a mis euh j'avais 40 de fièvre, j'étais tout le
276 temps euh c'était pendant les vacances bon et après on m'a dit « c'est pas possible quoi,
277 vous pouvez pas... » et c'est justement là où le gastroentérologue m'a dit « faut arrêter tout
278 traite on va arrêter de vous donner des médicaments » parce que je fais une intolérance au
279 traitement quoi maintenant euh oui on me donne le moins de médicament possible et
280 quand il le faut on évite les génériques. Parce que je sais même bah y a un médicament que
281 les garçons prennent notamment, c'est pour les remontées d'acide, un médicament bénin
282 que je prends depuis 'fin ça m'arrive d'en prendre quand voilà et j'ai eu une crise bah
283 l'année dernière et puis bah il s'est déclenché, j'ai eu une méga allergie, de l'urticaire géante
284 qui est apparue voilà donc du coup euh tout traitement je on va me donner si j'ai besoin
285 d'antibiotiques, on va me donner des antibiotiques que j'ai déjà eu voilà, on évite le plus de
286 médicaments possibles, là en cardio on m'a donné un médicament qui a 50 ans et ils
287 éviteront de me donner des médicaments qui sont récents parce qu'au moins, on sait ce
288 qu'il y a comme retours voilà, ça ça fait partie des effets indésirables aussi que j'ai eu
289 maintenant au niveau traitement médicamenteux c'est restreint. Très restreint.
290 Automatiquement je fais partie des 1% (*pires*) maintenant mais c'est vrai.

291 Er : Et ça vous ait déjà arrivé de pas pouvoir prendre de traitement à cause de ça justement
292 alors que vous en auriez eu besoin ?

293 V : Oui bah oui, notamment contre la douleur.

294 Er : Donc dans ces cas-là vous avez d'autres moyens de recours ?

295 V : Bah je prends du pour vous dire quand je suis en crise, je prends du spasfon voilà, sauf
296 que je suis obligée de prendre des doses beaucoup plus, je prends des doses qui ne sont

297 quasiment pas acceptables quoi mais bon voilà j'ai pas le choix, je vais pas prendre un
298 spafon, ça va rien me faire, rien du tout donc je double ou triple les doses.

299 Mais j'ai découvert en relaxation qu'il y avait beaucoup de gens de mon âge qui étaient
300 malades, 'fin qui avaient des maladies euh la fibromyalgie pour moi c'était une maladie, bon
301 d'abord pendant très longtemps en France ça n'a pas été reconnu c'est depuis une dizaine
302 d'années alors qu'aux Etats-Unis et au Canada ils sont très en avance là-dessus sur les
303 maladies euh ils sont avancent donc voilà ça avance de l'autre côté de l'Atlantique et là euh
304 je m'aperçois qu'il y a beaucoup de femmes de mon âge qui ont 30-35 donc euh l'âge auquel
305 j'ai démarré ma maladie quoi, entre 35 et 40 ans, bon y a une dame qui a entre 70 et 75 ans
306 mais bon, c'est pas des personnes de 60 ans voilà, je me sens pas toute seule, je me dis
307 « bah tien y a pas que toi qui est invalide, qui est... » ça a des répercussions oui oui. Je vois
308 un psychiatre aussi pour euh booster le moral et puis bon, heureusement qu'il est là parce
309 que y a des moments j'veus dit les médecins disent « bah c'est pas possible quoi » pour eux
310 c'est sûr la douleur est dans la tête (*pires*), ça a été le cas pendant un moment, maintenant
311 c'est fini, déjà celui qui me le disait je le vois plus, c'est le gastroentérologue qui m'a dit de
312 plus aller le voir. Donc je suis un cas atypique pour eux euh pour les médecins alors le seul
313 avantage, il y avait une émission l'autre jour, c'est que je fais partie 'fin je suis avec des
314 médecins qui travaillent entre eux. C'est-à-dire que c'est pas euh « ça c'est pas mon
315 domaine, allez voir un... » il va voilà, c'est lui qui va m'envoyer voir un autre médecin mais
316 qui il travaille et dès que je vois ce médecin, lui il a un compte rendu et ils décident
317 ensemble c'est-à-dire que si lui décide d'un traitement, il va appeler l'autre et puis ils vont
318 voir ensemble. Donc ça fait c'est pour ça que je vous dis qu'ils modernes par rapport à voilà,
319 ils font vraiment de la médecine comme maintenant on arrive à... le problème d'avant c'était
320 cloisonné et voilà les médecins ils savaient pas donc ils travaillent ensemble donc c'est déjà
321 bien, j'ai pas l'impression de reraconter euh et puis que chacun barre l'autre enfin voilà de
322 ce côté-là oui je vois un rhumato, je vois un cardio, je vois un gastro et actuellement un
323 antidouleur. Et au moment où je faisais un peu de protocole pendant 6 mois bah j'étais en
324 plus à la Pitié Salpêtrière.

325 Er : D'accord et donc le suivi euh...

326 V : Hôpital Saint-Antoine

327 Er : D'accord. Et le fait d'être suivie par des médecins qui se connaissent comme ça j'imagine
328 que c'est plus agréable et plus facile

329 V : Bah c'est plus facile et puis j'ai pas besoin de raconter 50 fois, ils se mettent pas des
330 bâtons dans les roues, ils sont plus... oui ils sont plus à l'écoute quoi parce que voilà ils
331 suivent euh même si je les vois pas pendant 6 mois, ils sont au courant parce qu'entre-temps
332 je vais voir un autre médecin donc

333 Er : Et quand il y en a un qui vous prescrit un traitement est-ce qu'ils se consultent entre
334 eux ?

335 V : Oui ! Oui oui ils travaillent vraiment ensemble.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

336 Er : D'accord. Alors pour revenir sur le psy euh vous le voyez souvent ?

337 V : Toutes les semaines. Une fois par semaine.

338 Er : Depuis combien de temps ?

339 V : (*bruit d'aspiration de l'air*) ouhla ça date... euh vous en êtes en quoi en 5^e année ? Non en
340 4^e année donc ça doit faire euh (*réfléchi*) 5,6 ans, 7 ans.

341 Er : Et quand et pourquoi en avez-vous ressenti le besoin ?

342 V : Quand euh et bien on me bourrait d'antidépresseurs, on me donnait des antidépresseurs
343 parce qu'ils font partie des aides la fibromyalgie pour la douleur, certains antidépresseurs
344 hein pas tous, et donc on m'en donnait et donc c'était la période en plus où j'étais pas du
345 tout comprise, j'étais suivie par un interne là un interne de médecine interne, ça se passait
346 pas bien alors du coup c'est mon généraliste qui m'a conseillé d'aller voir un psychiatre. Ça
347 m'aiderait à justement tout ce que je ressentais par rapport à tous ça, j'avais l'impression de
348 pas du tout être comprise et du coup je suis allée voir celui qu'il m'a conseillé et voilà. Alors
349 après heureusement d'ailleurs parce qu'après ils m'ont dit « vous êtes en dépression » tout
350 ça, mon psychiatre a dit « vous êtes absolument pas en dépression, vous êtes euh vous
351 souffrez quoi » (*rires*) « c'est tout quoi, vous êtes dans un état dépressif parce que vous
352 souffrez » mais je ne suis pas en dépression non.

353 Er : D'accord et donc ce psychiatre il vous aide à vous exprimer c'est ça ?

354 V : Oui c'est-à-dire que je lui parle souvent de bon quand je vais voir mes médecins je lui
355 parle de comment ça s'est passé euh comment j'ai ressenti voilà et alors l'avantage c'est
356 qu'on a il y a un échange avec lui donc je lui demande ce qu'il en pense parce que l'avantage
357 des psychiatres c'est qu'ils sont médecins donc ils connaissent leurs collègues et donc ils
358 savent utiliser tel terme et ce que ça veut dire quoi donc c'est pas ça me permet de m'ouvrir
359 euh l'esprit, de pas me bloquer sur ouais. Heureusement que je l'ai alors après il y a les
360 vacances, j'y vais pendant 3 semaines, ça arrive hein j'y vais pas non plus toutes les semaines
361 enfin en général c'est toutes les semaines hors vacances scolaires. Sauf euh il m'est arrivé 2-
362 3 fois de vouloir le voir plus rapidement puis y a des fois j'annule, ça m'arrive d'annuler
363 parce que bein au niveau santé ça m'est incapable de sortir quoi, voilà. Quand Pauline aussi
364 était plus petite 'fin plus petite, quand j'allais la chercher en primaire à Saint Michel, il m'est
365 arrivé de faire bah de m'arrêter un peu plus loin parce que je pouvais plus avancer mes je ne
366 sentais plus mes oui, j'y arrivais plus quoi, je mettais un temps fou pour arriver jusqu'à
367 l'école.

368 Er : Et c'était à cause de quoi ? De la douleur, de la fatigue ?

369 V : De la fatigue. C'était me sentir pas du tout capable de 'fin j'y arrivais pas. Donc
370 heureusement il y a une maman qui habite dans le même pâté d'immeubles et ça m'est
371 arrivé fréquemment que ce soit elle qui... quand je pouvais je disais « c'est moi qui y vais »
372 (*rires*) parce que je sais que ces jours-là faut euh voilà, on en profite et puis du coup euh
373 c'est elle, elle faisait souvent euh bah quand je peux pas quoi. Quand je pouvais pas.

374 Er D'accord. Et alors quand vous avez des crises, ça se concrétise comment ?

375 V : Euh pliée en deux (*rires*) euh pliée en deux euh je souffre beaucoup je me... je comme il
376 dit euh je me m'intériorise je me ohh recroqueville voilà, complètement, je ne supporte pas
377 le bruit, je ne supporte pas qu'on me parle 'fin qu'on me qu'on vienne m'enquiquiner quoi,
378 faut qu'on m'oublie quoi voilà.

379 Er : Et qu'est-ce que vous faites du coup dans ces cas-là ?

380 V : Bah je prends des médicaments, j'attends que ça se passe pour certains et puis quand j'ai
381 trop mal bah rien, j'attends, je m'allonge et j'attends que en espérant que la douleur baisse
382 quoi. Je prends du Doliprane histoire de me donner bonne conscience parce que je n'ai droit
383 qu'au doliprane. Je ne peux rien prendre parce qu'il y a des maladies, j'ai des maladies qui se
384 soignent mais qui se soignent avec des médicaments qui ne sont pas compatibles avec mon
385 autre maladie, c'est pour ça je ne peux prendre sur du spasfon que les trucs euh je peux pas
386 prendre d'antiinflammatoire, je peux pas voilà les ibuprofène les trucs comme ça je peux pas
387 prendre mais c'est pas d'une efficacité et il faut surtout pas rentrer dans le lot de la
388 morphine, je suis trop jeune pour ça. Si je commence la morphine je voilà.

389 Er : Pourquoi, on devient addict ?

390 V : Oui, la morphine oui.

391 Er : Dans tous les cas ?

392 V : Bah disons que si je prends de la morphine maintenant, comme je serai toujours malade
393 dans 10 ans euh je pense qu'il faudra que je continue la morphine quoi. Donc ils veulent pas
394 que je prenne ce genre de médicament. J'ai un beau-frère qui en prend et je vois ce que ça
395 donne. Les corticoïdes, la morphine ouais ça c'est un peu comme euh Kennedy il était un peu
396 il était bronzé euh il paraissant pas gonflé parce qu'il était très maigre et du coup ça lui
397 donnait une allure de mais il était la dedans aussi. Et oui on devient euh il y a pas mal
398 d'effets secondaires, ça détruit les os, ça abime le cœur alors que c'est bon là déjà c'est bon.

399 Cardiopathie hypertensive ! j'ai.

400 Er : Ah j'allais justement vous poser la question. Et ça du coup ça s'est déclenché vous
401 m'aviez dit...

402 V : Euh elle est toute récente celle-là, ça date du mois de donc mon problème cardiaque
403 d'octobre euh novembre ! Ouais novembre 2016.

404 Er : Et euh c'est une maladie chronique aussi ?

405 V : Non non c'est c'est-à-dire que je qu'on a le, quand on prend la tension il y a deux
406 chiffres : il y a un chiffre en haut et un chiffre en bas et en général il y a 100 en haut par
407 exemple et 90 en bas. Donc on va dire « tu as 10-9 ». Moi la tension d'en haut était élevée
408 mais surtout celle d'en bas, celle d'en bas c'était qui moi c'est quand le cœur est au repos. Et
409 moi il battait en repos euh glinggling (illustre sa parole d'un geste : le poing fermé qui
410 fait de rapide allers-retours pour montrer les rapides battements de cœur). Donc c'était le
411 cœur en repos euh qui était c'était le chiffre du bas qui était trop fort. Et donc à tous
412 moments je risquais de faire un AVC. J'avais très mal à la tête, j'avais des migraines
413 épouvantables. Un rien me faisait euh et puis j'étais très speed, quand j'allais prendre le
414 rendez-vous chez le cardiologue parce que j'avais amené ma mère donc j'en ai profité pour
415 prendre le rendez-vous, et ils m'ont trouvé hyper stressée et je leur dit « ah oui mais je
416 contrôle pas quoi ». J'arrivais pas à me contrôler mais j'étais très speed je la moindre
417 contrariété ça partait viou (fait un mouvement rapide avec son bras pour illustrer la rapidité
418 de sa réaction à ce moment-là) je partais très vite comme on pourrait le dire (rires).

419 Er : Et ça va mieux maintenant ?

420 V : Bah oui avec le traitement je suis plus calme sauf qu'elle m'avait donné un et euh un
421 j'étais complètement j'étais à 9 de tension donc là j'étais complètement raplapla,
422 maintenant je suis oui là ça va, ça va mais l'autre fois j'ai oublié de le prendre pendant 2

423 jours et viou. C'est remonté. En fait il faut le prendre tous les jours. Et c'était quand ? Euh je
424 crois que oui je crois que c'était avant le avant que je prenne le médicament, j'étais hyper
425 euh et j'étais en train de prendre ma tension, Jean-Baptiste a téléphoné j'étais à 14 donc il
426 fallait que je la prenne 4 fois, j'étais à 15 plutôt, il a téléphoné je l'ai eu au téléphone, au
427 téléphone je reprends le truc j'étais à 19 (*rires*) viou ! c'est d'un coup shlack !

428 Er : Et à part celui-ci vous prenez d'autres traitements de façon quotidienne ?

429 V : Oui je prends un traitement pour le Crohn, j'ai oublié le nom mais faudrait regarder ce
430 que c'est, c'est un traitement de fond, euh Doliprane si douleurs, spasfon si douleurs et euh
431 puis voilà.

432 Er : Et ça veut dire quoi un « traitement de fond » ?

433 V : Bah c'est même quand je suis pas en crise quoi, même si j'ai pas mal au ventre quoi parce
434 que c'est une maladie que j'ai donc je prends un traitement de fond mais c'est pas un
435 traitement qui va soigner la crise, c'est un traitement qui permet d'éviter qu'il y ait trop de
436 crises.

437 Er : D'accord. Et elles durent combien de temps généralement vos crises ?

438 V : Elles durent qu'un jour, une semaine euh une journée, ça dépend. C'est vraiment euh la
439 dernière gélule c'était au mois de février et ça a duré un peu plus d'une semaine.

440 Er : Ah oui donc c'est pas quelques heures dans une journée en fait.

441 V : Non ça peut durer euh ça peut durer quelques heures, je peux avoir une crise un soir et le
442 lendemain que ça aille beaucoup mieux mais la dernière je l'ai eu pendant une semaine, au
443 mois de février là c'était, j'avais la totale : dès que je mangeais quelque chose ça passait
444 pas...

445 Er : Et la plus longue que vous ayez déjà eu elle a duré combien de temps ?

446 V : Bah la plus longue c'était au début, je suis quand même allée à l'hôpital hein donc elle a
447 duré je sais pas 3 semaines /un mois.

448 Er : D'accord donc quand c'est comme ça c'est des douleurs permanentes toute la journée ?

449 V : Des douleurs abdominales oui sinon quand je suis en crise hein, sinon pour la
450 fibromyalgie 'fin pour la douleur générale ça c'est tous les jours.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

451 Er : D'accord... Et euh vous faisiez quoi avant comme métier ?

452 V : Avant j'étais je m'occupais des RP, j'étais aux relations publiques. J'organise des
453 événements pour la boîte.

454 Er : Et c'est la maladie de Crohn qui vous a empêché de recommencé à travailler ?

455 V : Bah disons que la maladie de Crohn a enchainé beaucoup de choses derrière quoi c'est-à-
456 dire que déjà Pauline était encore petite, elle avait qu'un an hein, donc déjà tant qu'elle
457 avait pas trois ans il était or de question que je retourne bosser parce que j'avais pas les
458 moyens pour la faire garder et euh et puis après la maladie s'est engrangée avec autre chose
459 derrière quoi, ça a commencé euh là je suis incapable de on m'a dit hein que je passerai pas

460 euh je passerai même pas un contrat d'embauche médical. Vous me touchez euh si vous me
461 touchez euh je suis en sucre hein (*rires*) ouais ouais.

462 Er : D'accord. Et à part le travail est-ce qu'il y a d'autres activités que vous ne pouvez plus
463 faire et que vous faisiez avant ?

464 V : Euh bah je faisais du vélo autrefois (*rires*) pas ici mais à la campagne, j'essaye d'en refaire
465 un peu mais bon le problème c'est freiner, j'ai mal aux mains, le problème c'est freiner hein
466 c'est pas le reste, euh oui je fais de la marche mais j'en fais beaucoup moins et puis voilà et
467 puis euh pfff bah euh même à la maison je cuisine euh avant je faisais la cuisine, maintenant
468 c'est mon mari. Et euh par exemple pour l'entretien de la maison bah j'en fais je vais en faire
469 un petit peu, je vais me poser, je vais redémarrer et me reposer et voilà, je suis comme ça,
470 comme une vieille de 70 ans (*rires*). Je rigole mais c'est vrai, pardon mais c'est ça. Tout est
471 planifié.

472 Er : Et alors comment ça se passe quand vous partez en voyage par exemple ?

473 V : Où ça ? Tout dépend quel voyage. Voyage vacances ? Ou voyage visite ?

474 Er : Euh vacances

475 V : Euh en vacances alors euh vacances quand c'est avec la famille bah ça va parce qu'on a
476 une maison de campagne donc euh pareil on s'organise, y a pas de problème, ce qui est plus
477 embêtant c'est quand je fais des voyages organisés 'fin des voyages où on va visiter des... ce
478 qui est arrivé 2 fois, on a fait des voyages en groupe donc là effectivement selon ce qu'ils
479 font bah y a des choses que j'ai pas pu faire donc si ça m'invalide euh y avait un truc vélo
480 bon bah je l'ai pas fait mais euh je veux pas que m'empêche de faire quand même des trucs,
481 je voulais aller au Viet Nam, je suis allée au Viet Nam. On est allé au Brésil mais par exemple
482 euh en revanche ça m'invalide pour certaines choses parce que je ne peux pas aller dans des
483 pays où il faut des vaccins parce que tout ça ça va déclencher des 'fin c'est pas bon du tout,
484 c'est pareil mes enfants pour les vaccins c'est le minimum de vaccins quoi en raison de ça
485 c'est-à-dire que ils feront les vaccins qu'il faut parce que c'est obligatoire mais s'ils veulent
486 aller habiter euh... c'est-à-dire que j'ai un gêne qui s'appelle HLAB27 et que j'ai et on il est
487 positif c'est-à-dire que on tous ce truc mais il est positif ou négatif et moi il est positif donc
488 ça veut dire qu'il déclenche la probabilité de déclencher des maladies auto-immunes plus
489 importantes. Thomas l'a pas, Jean-Baptiste l'a. donc par exemple Thomas s'il fait le vaccin de
490 la fièvre jaune, il a moins de chance de développer quelque chose, bon il a de l'asthme déjà
491 c'est bien mais Jean-Baptiste par exemple vaut mieux éviter. D'ailleurs il a déclenché un
492 problème en fin de deuxième année.

493 Er : Ah mince.

494 V : C'est un problème de arthrite dû euh c'est un truc aussi auto-immune. C'est dû au stress.
495 Donc voilà c'est des... c'est tout.

496 Er : Oui je vois. Et alors qu'est-ce que vous avez ressenti quand vous avez appris que vous
497 étiez atteinte de la maladie de Crohn ?

498 V : Bah déjà je savais pas ce que c'était donc il a fallu que... il a fallu que bah que je me
499 renseigne un peu quoi. Après ça m'a fait un choc parce que les premiers trucs qu'on voit sur
500 internet bah ça dérive sur le cancer en plus donc voilà, quand on a 35 ans voilà. Euh.... Bon je
501 me suis dit « heureusement que j'ai eu mes enfants jeune » (*rires*) parce que sinon bah voilà
502 j'aurai eu que Pauline quoi 'fin Pauline où 'fin j'en aurai eu qu'un. Voilà donc... mais au début

503 je pensais pas qu'il y aurait trop euh c'est le plus les côtés cancer qui me faisaient peur plus
504 que tout le reste après c'est euh... la maladie qui se déclenche, la maladie qui ne se voit pas,
505 c'est pas forcément compris voilà.

506 Er : Et comment on vous l'a diagnostiqué alors ?

507 V : Bah quand j'ai été hospitalisée euh ouais ils m'ont fait des tas d'examens : j'ai passé des
508 scanners, des IRM, des colo-fibro 'fin la totale quoi voilà et puis c'est là où ils ont déterminé
509 la maladie... mais non je l'ai pas très bien pris et puis je le vis encore mal, là le coup du cœur
510 ça m'a achevé, je vis très mal mes maladies, je les accepte pas. Et puis d'ailleurs j'en ai marre
511 qu'on me, j'ai l'impression d'emmerder les gens quoi en plus : « comment ça va ? » bah moi
512 ça va jamais bien donc je dis « ça va » donc euh bon voilà, c'est plus cette impression de
513 gonfler les gens quoi voilà. Et puis la maladie que j'ai c'est pas une maladie qui se voit donc
514 les gens comprennent pas hein c'est la semaine dernière j'ai eu un autre problème qui est dû
515 à autre chose, je marque avec des béquilles bah il y a eu plus de on a fait plus attention à
516 moi avec les béquilles que euh voilà alors que bon c'est passer avec des béquilles souvent,
517 c'est pas.. ;

518 Er : Ah oui d'accord mais pourquoi vous avez eu besoin de béquilles ?

519 V : J'ai des modules sous les pieds, il va falloir que je m'occupe de ça.

520 Er : Qu'est-ce que c'est ?

521 V : C'est des... pfff c'est des grosseurs quoi que j'ai sous la plante des pieds et qui étaient là
522 j'étais en crise donc je pouvais pas poser le pied par terre et je devais l'avoir depuis un
523 moment, mais ça c'est le fait de beaucoup marcher. Ça a démarré le jour du départ de Jean-
524 Bat' donc je peux plus poser le pied par terre et... donc j'ai mal à celui de gauche mais celui-
525 là (*elle me montre son pied droit*) c'est le pire. Donc c'est des grosseurs et euh va falloir, en
526 général ou mettre une semelle particulière ou opérer.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

527 Er : Donc euh la maladie de Crohn on la garde toute sa vie, c'est pas possible d'en guérir ?

528 V : Non. Fibromyalgie c'est rare mais y en a mais bon... non en principe tout ce que j'ai c'est
529 à vie (*rires*). Voilà c'est pas un truc qui va passer.

530 Er : D'accord. Oui je voulais revenir quand on vous a diagnostiqué la maladie, vous l'avez dit
531 tout de suite autour de vous ?

532 V : Euh... euh je l'ai dit assez rapidement oui bah oui parce que les parents de Marion étaient
533 venus me voir (*rires*) euh oui pfff c'est-à-dire comme je savais pas oui je l'ai dit quoi. Si on me
534 demandait je disais, si on me demandait pas je disais pas. Non mais c'est pas une maladie
535 honteuse, pour moi c'est pas une maladie honteuse, y a aucune maladie qui est honteuse
536 d'ailleurs mais bon, c'est comme les cancers on veut pas le dire. Il est mort d'une longue
537 maladie, ça veut dire quoi ça ? Il est mort d'un cancer point barre, le cancer c'est pas en 10
538 ans qu'on l'attrape hein. Euh ça fait peur à certaines personnes les maladies bon, ça permet
539 de voir euh sur le long terme ça permet de voir qui sont ses vrais amis quoi.

540 Er : Ah parce que vous avez perdu des amis à cause de votre maladie ?

541 V : Non j'en ai pas forcément perdu, j'ai fait le ménage, c'est différent (*rires*). Ouais j'ai fait le
542 ménage parce que c'est pas forcément des gens voilà je me suis dit « quand tout va bien ça

543 va et quand... » bah presque 40 balais 'fin presque 40 ans je me dit « c'est bon je me
544 débarrasse des parasites quoi ». Donc quand on donne d'un côté et que c'est à sens unique,
545 au bout d'un moment on en a marre. De toute façon on le fait plusieurs fois dans sa vie hein,
546 on fait des tris. Je suis même arrivée à une amie d'enfance, donc une amie d'enfance on se
547 connaît d'avant la maternelle, bah j'ai fait le ménage je la vois plus. Voilà, parce qu'elle était
548 nocive. Justement je continuais à la voir parce que je me disais c'est une amie, c'est bête
549 mais non, voilà 45 ans c'est fini. Voilà. Non c'est plus euh bah y a des gens qui comprennent
550 pas, y en a d'autres euh puis bon c'est vrai que j'ai cumulé les trucs derrière donc euh après
551 leur dire « ah bah j'ai ça en plus » - « encore ? » et bah donc je lui en parle plus, voilà.

Silence de 15 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

552 Er : Alors oui, vous disiez aussi que comme votre maladie elle se voyait pas, elle était pas
553 toujours comprise et du coup...

554 V : Bah je vais vous montrer un bon exemple par rapport à ça, j'ai eu c'était quand ? Y a un
555 an et demi, euh non ça va faire deux ans en juin, j'ai eu un placard dans le déménagement
556 de ma mère et y a un énorme placard qui a cédé, j'étais en train de ranger des choses
557 dedans, je rangeais pas des trucs lourds, c'était des serviettes, et euh... le placard était
558 ouvert, il était à moitié en verre, et il a cédé et il est tombé sur moi et bon bah voilà, j'en ai
559 une belle cicatrice (*elle montre son arrête nasale sur le côté droit*) et puis les gens étaient
560 plus impressionnés par ça (*rires*) bon j'ai quand même eu 14 points de suture mais bon c'est
561 comme ça... c'est pour dire que on est plus impressionné par des choses qui se voient que
562 par... voilà.

563 Er : D'accord. Oui je vois. Alors vous disiez aussi que les recherches avançaient mais est-ce
564 qu'il y a des campagnes sur la maladie de Crohn ?

565 V : Prévention non parce qu'on l'attrape euh on sait pas, c'est une maladie auto-immune, on
566 l'a en soi donc on la déclenche ou on la déclenche pas, c'est comme un cancer : ça se
567 déclenche ou ça se déclenche pas maintenant oui ils ont des campagnes, ils ont des
568 journées, c'est maladies-là on en parle de plus en plus, j'ai jamais autant entendu parlé de
569 ma maladie Crohn surtout depuis 3-4 ans on en parle pas mal euh parce qu'il s'avère qu'il y
570 en a de plus en plus, on sait pas pourquoi voilà. Alors au départ ça touchait énormément
571 plus des gens d'Afrique parce que ces gens-là mangent beaucoup épicé donc ont les intestins
572 qui sont beaucoup plus fragilisés, et puis bon maintenant ça touche toute sorte de
573 population mais bon on ne sait pas mais au niveau recherche oui maintenant il y a de très
574 grosses recherches en France et ils travaillent beaucoup avec le Canada mais oui oui y a la
575 journée pour ces maladies-là, justement on en parle beaucoup parce que ça va être la
576 journée là bientôt. Il va y avoir un à moins que ce soit la fibromyalgie, je sais plus. J'ai reçu un
577 truc. C'est la journée... parce qu'ils viennent de trouver quelque chose pour la maladie de
578 Crohn là euh... mais je sais pas... je sais quand c'est (*cherche sur son portable*) mais c'est pour
579 l'infection générale chronique exactement. C'est une pathologie incurable...

580 Er : Et donc c'est quoi concrètement ces journées ?

581 V : Bah disons que c'est tous les chercheurs qui se réunissent donc déjà pour voir les
582 avancées, on en parle plus à la télévision, c'est un peu comme la journée de la femme ou un
583 truc comme ça, ça fait des voilà, donc on parle de cette maladie et euh... moi ça me change
584 rien à ma journée hein mais euh disons qu'on en parle parce que justement ça permet

585 d'avoir, d'être un peu plus au courant sur les avancées de la maladie et de se sentir un peu
586 moins isolé quoi. Parce qu'on sait que ça existe chez d'autres personnes.

587 Er : Et justement vous en avez déjà rencontré des personnes atteintes de la maladie de
588 Crohn comme vous ?

589 V : Bah justement parce que quand on fait des examens je suis pas, on est pas voilà, on a
590 plusieurs personnes oui oui. Moi j'ai eu de la chance j'ai pas encore été opérée et qu'on m'a
591 pas enlevé encore une partie de l'intestin quoi parce qu'il y a des gens à qui on a déjà fait ça
592 donc...

593 Er : Et ça change quoi ?

594 V : Bah ils ont moins mal pendant un petit temps mais ça recommence hein voilà. Donc moi
595 jusqu'à présent j'ai évité tout ça donc c'est déjà bien.

596 Er : Vous n'aimeriez pas être opérée ?

597 V : Non si je peux éviter c'est très bien.

598 Er : Pourquoi ?

599 V : Parce que les opérations c'est pas mon truc (*rires*) non surtout que je sais que ça servirait
600 à rien et que en plus ça 'fin si ça servira à un moment parce qu'il faudra l'enlever mais je sais
601 que c'est passager quoi.

Silence de 20 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

602 Er : Oui alors vous dites que vous avez déjà fait des examens avec d'autres personnes...

603 V : Bah par exemple quand j'ai eu un rendez-vous avec un... avec des personnes qui étaient
604 comme moi, qui avaient un fibromyalgie, bah ça m'a permis de... ça m'a permis de voir que
605 finalement bah que j'étais pas un cas quoi, que c'était pas moi qui suis incapable de faire un
606 truc, tous les gens qui étaient là, on était une vingtaine, ils étaient à l'arrêt quoi, ils
607 travaillaient pas donc euh 'fin en incapacité de travail et que ça oui que ça... ça se répercutait
608 sur la vie de famille, ça se répercutait euh... donc euh oui ce côté positif c'est le côté positif
609 que j'ai eu, je suis allée qu'à un parce que c'était le soir de 16h à 18h donc pour moi avec
610 Pauline c'était pas possible, mais du coup j'ai fait de la relaxation, pour le coup j'accrochais
611 pas. J'accrochais pas du tout avec ce groupe mais ça m'a permis de voir que justement bah
612 je suis sortie de là et puis je me suis dit « bah je suis pas toute seule quoi ». C'est pas dans
613 ma tête, c'est pas que moi qui parce qu'on arrive à se dire ça quoi, finalement « peut-être
614 que je m'écoute trop, peut-être que... » voilà. C'est ça c'est qu'à force quand on voit pas
615 d'autres personnes on se dit « c'est peut-être moi ou je sais pas » même parfois je cherche
616 mes mots, je cherche je cherche et j'arrive pas à m'exprimer et je me dit « c'est pas possible
617 je commence à être... » mon père est mort de la maladie d'Alzheimer alors si je commence à
618 avoir Alzheimer ! Et puis euh et puis non pas du tout je me suis justement aperçue que ça
619 faisait partie des symptômes... ce qui expliquait certains trucs que j'avais quoi, justement
620 perte de mémoire, de mémoire immédiate donc euh parfois Thomas il me dit « mais si je t'ai
621 dit ça » ah, aucun souvenir ! Ou alors il fait exprès (*rires*) mais là ça fait plusieurs aujourd'hui
622 il m'a dit « mais si je te l'ai dit » - « ah... bon ».

623 Er : Et ça vous arrive souvent ?

624 V : Ouais.

625 Er : Et donc c'est un symptôme de...

626 V : De la fibromyalgie ouais, ça fait partie des symptômes mais y a pas que ça hein c'est mais
627 disons que c'est moins inquiétant dans le sens où je sais que...

628 Er : Et est-ce qu'à chaque fois que vous découvrez comme un nouveau symptôme vous allez
629 faire des examens ?

630 V : Non. Non non je suis pas euh mais en revanche j'ai eu un problème cardiaque, j'ai eu une
631 crise hein voilà donc j'ai eu une douleur au cœur, j'ai eu très mal et je suis pas allée voir le
632 médecin du tout, j'ai eu mal mais ça a duré un moment et du coup euh... bon après j'ai
633 appelé mon mari il m'a dit « faut que t'appelle le généraliste » voilà c'est passé et ça allait
634 mieux dans le sens où c'était fait... et euh... bah du coup bah j'ai quand même pris le rendez-
635 vous chez le généraliste, je me suis dit « c'est bon », j'y suis allée à 18h allez et il m'a fait
636 direct aller à l'hôpital quoi. Voilà non non je suis plutôt attendre euh à attendre voilà
637 attendre et du coup bah pareil pour les pieds là, je suis pas allée chez le médecin parce que
638 j'arrivais pas à marcher hein, parce que je suis allée voir l'ostéo toutes les semaines et il m'a
639 dit « bon bah c'est clair c'est ça, faut que vous alliez voir le médecin généraliste pour qu'il
640 fasse faire un IRM ou un truc comme ça », bon bah je suis pas rentrée vendredi et je me suis
641 pas empressée d'aller chez le médecin. Je l'ai toujours pas appelé encore.

642 Er : D'accord et pourquoi vous attendez avant d'y aller ?

643 V : ça me gonfle ! Oui ça me gonfle d'y aller, je les vois tellement souvent, y a une surdose. Et
644 puis je me dis « c'est pas grave, ça va passer » c'est bon quoi, tout n'est pas... je suis pas
645 hypocondriaque (*rires*) donc...

646 Er : Donc vous voyez un ostéopathe toutes les semaines aussi ?

647 V : Oui il m'aide pour la douleur, il m'atténue la douleur. Avec la fatigue, avec la douleur, je
648 me bloque beaucoup du coup au niveau du crânien...

649 Er : Et ça marche bien ?

650 V : Oui oui, oui. Ça devrait être plus remboursé par la sécurité sociale bah oui parce que ça
651 évite de prendre des traitements lourds et secondaires

652 Er : Oui donc vous préféreriez aller voir des spécialistes comme ça plutôt que...

653 V : Oui... oui je trouve que c'est plus 'fin moi je suis plus pour le préventif que pour euh voilà,
654 le problème c'est qu'en France on prend pas vraiment, on prend assez le préventif. Donc
655 quelqu'un qui va arrêter de fumer, il existe des méthodes même pas hypnose, des choses
656 comme ça 'fin des médecins qui consultent et c'est pas pris en charge. Bah il faudrait mieux
657 faire ça que de prendre que d'attendre que la personne ait le cancer. S'il y a des volontaires
658 je parle hein, bon après... mais bon c'est pas comme ça.

659 Er : Et qu'est-ce que vous pensez justement de ces méthodes de prévention comme
660 l'hypnose ou l'acupuncture par exemple ?

661 V : Alors l'acupuncture j'y crois moyennement parce que j'en ai qu'une expérience, je l'ai fait
662 qu'une fois, c'était euh ça fait un moment hein c'était pour la grossesse de Jean-Bat' et
663 c'était bah comme il arrivait pas, c'était pour donner des contractions et tout ça mais il est
664 jamais arrivé hein ! Donc voilà, j'ai pas une énorme expérience bon l'acupuncture puis il faut
665 trouver un bon acupuncteur qui ait une bonne hygiène une bonne... moi je sais qu'il y en a
666 qui le font et qui sont très contents mais c'est pas un truc qui me tente mais bon, peut-être

667 que j'y viendrai un jour hein. Je suis plutôt c'est vrai que... je suis plus ostéo euh... ce qui est
668 étonnant c'est la médecine chinoise, toutes ces choses-là c'est... la médecine chinoise c'est
669 impressionnant ce qu'elle arrive à soigner avec euh quand je suis allée au Viet Nam ils
670 avaient des herbes, des trucs extraordinaires quoi.

671 Er : Vous en avez testé ?

672 V : Euh non, j'ai testé en revanche leur sorte de massage avec les pierres et je trouve ça
673 génial, pour le corps, ça m'a fait un bien fou et... mais sinon euh... non j'ai pas testé parce
674 que bon, au Viet Nam, je connaissais pas assez les herbes, j'ai ramené des trucs oui mais
675 voilà quoi pur déboucher le nez des trucs comme ça mais non, j'ai pas...

676 Er : Et justement vous avez jamais testé ce qui relève de la médecine douce comme les
677 huiles, l'homéopathie... ?

678 V : L'homéopathie ? Ah si si j'en prends beaucoup. J'ai un beau-frère homéopathe donc déjà
679 voilà.

680 Er : Ah et ça marche sur vous ?

681 V : Euh oui notamment pour les ça je pense aux anesthésies, c'est génial comme ça on a pas
682 du tout de problème derrière enfin de fatigue et tous les effets secondaires, pour le
683 traumatique j'en prends euh... (*réfléchit*) j'en prends pour euh... pour le stress, euh mais oui
684 oui quand y a besoin bah pour la cicatrisation j'en ai pris, voilà mais oui dès que je peux
685 prendre de l'homéopathie je prends. Les huiles euh je connais moyen... je préfère le naturel
686 que les trucs...

687 Er : Et ça, ça peut vous aidez par rapport aux médicaments que vous ne pouvez pas prendre
688 à cause de vos pathologies ?

689 V : Bah ça m'aide euh oui si j'ai la grippe, si j'ai là ça m'aide, je vais prendre ce genre de
690 médicament-là mais pour les douleurs non. En plus en général mes maladies, mes maux
691 sont... pff comment dire c'est chronique oui euh c'est un peu trop réparti partout donc euh
692 non... en tout cas jusqu'à maintenant, j'ai jamais trouvé d'homéopathie qui me soulageait...
693 de toute façon ça remplace jamais, ça aide mais... pour les piqûres d'insecte par exemple, je
694 vais prendre de l'homéopathie.

695 Er : D'accord. Et l'hypnose alors ?

696 V : (*ricanne*) faudrait déjà qu'on arrive à m'hypnotiser, j'ai jamais essayé mais je pense que
697 j'y arriverai pas 'fin je dis ça mais après je sais pas (*sourit*), je sais pas, à ce qu'il paraît c'est
698 formidable pour ceux qui ont essayé.

699 Er : Mais alors ça ne vous a jamais tenté, par rapport à ce qu'on vous en a dit ?

700 V : Ça me fait un peu peur ces trucs-là... je sais pas trop pff quelqu'un qui arrive à rentrer
701 dans votre cerveau... peut-être que j'essaierai pour euh si la relaxation me fait pas, si j'arrive
702 pas à trouver ce que je cherche dans la relaxation, je le ferai peut-être avec l'hypnose
703 derrière, je demandera l'hypnose. Si l'hôpital me le propose pourquoi pas. Mais toujours ça
704 sera par rapport à la douleur donc il faut que je sois 'fin avec euh que ce soit un médecin qui
705 soit spécialisé là-dedans quoi. Alors ce qui est bien c'est que là je vois la différence en 10 ans,
706 ils sont beaucoup plus ouverts sur la médecine parallèle dans les hôpitaux, qu'avant. C'est
707 eux qui me poussent à aller voir un ostéopathe, c'est eux qui me poussent pour la relaxation
708 euh beaucoup de choses comme ça. Alors qu'avant, il fallait surtout pas dire, moi je me

709 souviens que les premières fois, quand je prenais de l'homéopathie pour la naissance de
710 Thomas, je serai pas aller voir le médecin quoi. Vous vous rendez compte qu'avant alors que
711 maintenant voilà, ils s'en fichent. Y en a même maintenant, pour Pauline y avait à la
712 maternité, y avait de l'ostéopathie. Dans la même maternité pour Jean-Baptiste ouhla fallait
713 surtout pas prononcer le mot (*rires*) donc euh voilà on voit quand même une évolution dans
714 les hôpitaux, ils sont un peu plus, ils acceptent et puis ils s'aperçoivent que les médicaments
715 ne peuvent pas tout et qu'ils détruisent aussi d'autres choses donc.

716 Er : Oui oui. Donc euh alors j'aimerais vous demander, c'est un peu vaste mais, qu'est-ce que
717 pour vous signifie être en bonne santé ?

718 V : Ne pas avoir mal déjà, pouvoir faire ce que l'on veut sans se dire « je ne peux pas le faire
719 à cause de ». Voilà. Ne pas pouvoir, ne pas devoir se restreindre sur quoi que ce soit quoi,
720 vivre normalement. Comme je vivais quand j'avais 20 ans. Je mangeais un truc j'me disais
721 « bon je vais peut-être grossir » mais ça c'est autre chose, je me disais pas « ah ça va
722 m'exploser mon diabète ou » (*rires*) bon j'ai pas ce problème-là mais je parle en général pour
723 les gens quoi. C'est ne pas vivre par rapport à tout ça, c'est vivre sa vie sans se dire « je ne
724 peux pas le faire ».

725 Er : Et vous en aviez conscience de tout ça quand vous aviez 20 ans ? Vous preniez soin de
726 votre santé ?

727 V : Euh pour certaines choses oui, par exemple j'ai jamais fumé. J'ai essayé, j'ai goûté mais je
728 me suis et d'ailleurs j'ai goûté avec mes parents, ils m'a dit « tu veux goûter ? » et j'ai dit
729 « bah » il me dit « bah si tu veux goûter goûte devant moi comme ça au moins je suis là » et
730 j'ai pas aimé. Oui voilà j'ai essayé la cigarette mais non je savais que, ayant des parents plus
731 âgés, voilà je voyais les dégâts que ça pouvait faire quoi. En revanche il y a des choses qu'on
732 fait et on se dit « pfff c'est bon quoi, c'est pas parce que je vais le faire que et puis bon on
733 verra bien dans 20 ans quoi ». Euh oui, on se sent un peu plus invulnérable à 20 ans on se dit
734 que « c'est pas parce que je bois que ou que je fume que j'aurai des problèmes dans 20 ans
735 voilà » et puis d'ici 20 ans... moi j'étais une des seules à ne pas fumer quand j'avais 20 ans, et
736 euh maintenant aucun de mes amis fume. Ils ont tous arrêté à 34 ans ils ont tous arrêté. Ouf,
737 pourtant y en avait de sacrés fumeurs hein. Et je vois par rapport à Thomas quand il revient
738 de soirée, il sent euh il sentait la cigarette et tout ça bah j'avais l'impression de me voir qui,
739 de rentrer et puer la clope alors que j'avais pas fumé, qu'une envie c'était et les cheveux,
740 j'avais les cheveux longs, fallait que je me lave les cheveux alors qu'ils étaient propres du
741 jour parce qu'ils sentaient la cigarette, ça m'énervait et encore maintenant ça va parce que
742 les salles, on fume pas dans les salles, on rentrait dans un café, vous passiez une heure dans
743 café vous ressortiez et vous étiez imbibée quoi. Donc euh voilà, c'est vrai qu'on se sent un
744 peu invulnérable à 20 et puis c'est vrai qu'on se dit « bon ça arrivera quand ça arrivera »
745 voilà. Mais le temps passe vite à partir de l'âge de 20 ans, très vite. On trouve que l'enfance
746 et l'adolescence c'est long, même si ça passe vite mais euh voilà mais proportionnellement
747 j'ai l'impression d'avoir autant vécu d'adolescence que d'âge adulte quoi alors que non.

748 Er : Et alors comment vous imaginez votre santé dans une dizaine d'années par exemple ?

749 V : Bah j'évite de l'imaginer. Voilà. Parce qu'à chaque fois il y a un problème donc j'évite, y a
750 un truc qui se met par-dessus donc j'évite parce que sinon là je déprime totalement. J'espère
751 être pas pire, si ce n'est mieux, pas pire, voilà. J'espère que la médecine aura avancé et que
752 qu'il y aura des traitements qui permettront qu'on soit un peu plus... qu'on vive mieux quoi.

753 Er : D'accord. Et est-ce que vous pensez de façon plus générale, au vieillissement ?

754 V : Bah oui d'autant plus quand on voit ses parents vieillir. Ça c'est, j'avais entendu ma mère
755 me le dire et c'est vrai. Quand on voit ses parents vieillir bah c'est son enfance qui voilà
756 quand ses parents s'en vont c'est son enfance qui s'en va quoi. Et ça commence déjà quand
757 on a les amis de les parents de nos amis d'enfance qui s'en vont. Ça fait mal parce que c'est
758 un partie de son enfance qui s'en va ouais, quand on allait manger chez eux, quand on
759 partait en vacances chez eux quand...oui ça fait un choc, le premier qui part on se dit « ah, il
760 y a quelqu'un de mon enfance qui s'en va » oui. Là j'ai une très bonne amie canadienne et
761 euh elle a perdu son père il y a 3 ans bah juste avant j'étais allée le voir au Canada donc je
762 l'ai vu, je l'avais pas vu depuis des années et j'ai un choc quoi, je l'ai pas reconnu tellement la
763 maladie l'avait changé physiquement.

764 Er : Et il avait quoi comme maladie ?

765 V : Parkinson. Il était devenu aveugle euh... mais quand je suis sortie de là je m'en suis
766 excusé auprès de mon ami parce que j'avais envie de pleurer, j'étais... parce que c'était pas
767 l'homme que j'avais connu, c'était pas voilà. Donc on ne peut pas ne pas se remettre quand
768 on a un ami ou des amis, je parle des amis d'enfance, pas des amis d'âge adulte mais des
769 amis qu'on a bien connu 'fin euh et qu'ils s'en vont, on peut pas ne pas penser à soi-même,
770 je veux dire c'est en se disant « bah voilà, si elle perd son père ou sa mère bah... voilà c'est
771 aussi ça peut nous arriver quoi ». Et je sais que quand j'ai perdu mon père, j'ai une amie
772 enfin Pauline est amis avec sa fille et puis voilà c'est devenue une amie aussi la mère, euh
773 bon elle a des parents aussi très âgés, par rapport à elle quoi bah elle le dit « la mort de mon
774 père m'a fait penser que mes parents étaient pas immortels quoi ». C'est quelque chose
775 qu'on a du mal à accepter hein, voilà... après y a des gens, moi j'ai eu de la chance, j'ai connu
776 euh je l'ai perdu qu'à 46 ans mais ça aurait pu être plus tôt, il a vécu vieux si je puis dire, il
777 est mort à 92 ans mais ça aurait pu être beaucoup plus tôt, ma mère elle a été euh elle a
778 perdu sa mère elle avait 35 ans hein donc euh... et son père à 60 donc...

779 Er : Et Alzheimer est-ce que c'est du coup une maladie qui vous fait peur ?

780 V : Oui. (*silence*) c'est une maladie qui faisait peur à mon père, c'était son angoisse. Il s'est
781 pas rendu compte qu'il avait Alzheimer.

782 Er : Mais d'ailleurs comment on fait pour s'en rendre compte parce que c'est sur la mémoire
783 alors...

784 V : Bah c'est moi qui ai pris un rendez-vous en neurologie parce qu'il y avait des choses qu'il
785 oubliait. Donc ça a été pris tôt, l'avantage qu'il avait c'est qu'il avait un certain âge, il avait
786 80, plus de 80, il devait avoir 82 un truc comme ça, et du coup ça l'a ralenti, c'est-à-dire que
787 c'est comme un cancer : plus on est jeune plus c'est violent. Voilà c'est comme ça, mon
788 beau-père avait un cancer des poumons, ça fait des mois qu'il est là alors que ça fait
789 plusieurs mois qu'il devrait être mort mais euh il a eu un autre cancer avant et voilà et
790 comme il est touché neurologiquement bah ça ralenti la maladie. Mais oui bien souvent euh
791 de toute façon le vrai Alzheimer c'est pas ce qu'a eu mon père, mon père on appelait ça
792 Alzheimer mais finalement c'était une sénilité. Je veux dire que c'est une dégénérescence du
793 cerveau liée à l'âge. Un vrai Alzheimer c'est quelqu'un qui a 40 ans et qui perd la mémoire.
794 C'est ça le problème c'est que, la vraie définition d'un Alzheimer, même pour un psychiatre
795 c'est ça : c'est quelqu'un qui a 40 ans et qu'on perd la mémoire, ça ce sont des vrais. Après
796 quelqu'un de 82 ans qui perd la mémoire, non ça fait partie de, y en a qui voilà y en a qui ont

797 le cerveau qui fatigue plus vite que d'autres mais à 80 c'est dans la normale. Sauf qu'il y en a
 798 plus maintenant et pourquoi ? Parce qu'on vit de plus en plus vieux donc automatiquement
 799 le cerveau fatigue plus vite. Après pourquoi y en a qui tiennent, alors on dit qu'il faut pour
 800 Alzheimer faut manger beaucoup de légumes, mon père mangeait beaucoup de légumes,
 801 euh il faut être intellectuel mais mon père il était hyper intellectuel, euh il faut lire, il lisait
 802 tout le temps, il s'intéressait à la presse 'fin tout le temps et voilà et donc il a tous les
 803 symptômes d'un voilà donc bon, on a tendance à mettre là-dedans tout le monde dans
 804 Alzheimer parce que finalement y a une cause euh on fait une recherche sur la maladie
 805 d'Alzheimer et plus il y aura de cas, plus ils auront de finances. C'est surtout ça donc on met
 806 Alzheimer dans tout. Voilà mais bon, à 90 ans c'est normal que l'on ait un peu... mais je
 807 voudrais pas finir comme ça hein, ni comme mon beau-père d'ailleurs qui lui est plus jeune.
 808 Il a 76 ans, ça a démarré au niveau neurologique ça fait 4 ans, lui en revanche euh ouais.

809 Er : D'accord. Et euh hormis le cancer et Alzheimer, est-ce qu'il y a d'autres maladies qui
 810 vous font peur ?

811 V : Non, non no, c'est surtout euh bah Parkinson si quand même parce que je vois ce que ça
 812 donne, mais bon c'est pareil, je connais deux personnes 'fin trois, y en a une qui est décédée
 813 mais euh deux qui ont Parkinson actuellement, y en a qui l'a eu très jeune, il l'a eu à 50 ans ,
 814 52 maintenant il en a 60 et il est dans un état pas possible donc je vois l'état de la maladie
 815 est allé beaucoup plus vite que l'autre personne que je connais qui a Parkinson qui lui a 70 et
 816 euh qui lui est en meilleur état que l'autre.

817 Er : Donc c'est le même principe : comme il est moins jeune c'est moins violent ?

818 V : Bah apparemment c'est des maladies qui sont oui, je ne sais en tout cas mon père on lui
 819 avait dit, il a l'âge pour lui donc ça devrait évoluer moins vite. Et je le vois aussi pour
 820 Parkinson : quelqu'un qui a 50 ans oui ça va plus vite.

821 Er : D'accord. Oui alors tout à l'heure vous parliez du temps et qu'il passait plus vite
 822 finalement à partir de 20 ans, est-ce que vous avez peur du temps qui passe ?

823 V : Euh non pas encore. J'y pense oui, quand on a perdu quelqu'un oui. Oui c'est par rapport
 824 à ça c'est parce qu'on a plus cette personne-là et que c'est la personne qui reste donc faut
 825 en profiter voilà mais euh... oui se rendre compte que nos enfants ont grandi et que tout
 826 d'un coup... bah que voilà ça sera plus, ce sera plus comme avant quoi. On pourra plus
 827 forcément faire les mêmes choses qu'avant, on pourra plus voilà. Donc euh on ne voit pas
 828 ces années-là, ces années-là passent trop vite c'est-à-dire qu'à partir du moment où ils ont
 829 leur bac, ça va à une rapidité sans nom viou ! Finalement le premier départ c'est le bac. C'est
 830 euh on se rend pas compte mais c'est ça et puis après il y a des départs parce qu'il revient
 831 beaucoup d'ailleurs voilà et finalement on est content « bon ils partent tout ça » mais on se
 832 dit « quand ils reviendront, quand il reviendra s'il revient bah ça sera pas voilà, ça sera plus
 833 comme avant quoi voilà ». Alors on s'en rend pas compte, ils partent c'est une nouvelle
 834 étape bon, on réfléchit pas quoi. Là j'ai pas réalisé quand Jean-Baptiste est parti bah qu'il
 835 reviendrait pas, même s'il faut surtout pas toucher sa chambre pour que monsieur s'il
 836 revient bon il revient pas mais euh c'est disons que voilà c'est à qu'on réalise que ce sera
 837 plus jamais comme avant quoi, j'aurais pas les trois tout le temps ensemble, c'est fini. Il y a
 838 des passages voilà. On est très vite mais parce que voilà, on ne pense pas à ça et puis c'est
 839 après qu'on se dit « ah bah c'est vrai que ça sera plus comme ça quoi ». Parce que « les
 840 études à Paris c'est nul » (*rires*).

841 Er : Et il y a d'autres exemples comme ça qui vous font vous rendre compte que le temps
842 passe ?

843 V : Oui mes neveux qui grandissent, qui se marient, qui ont des enfants. J'ai beaucoup
844 d'écart avec mes sœurs et mes frères, j'ai 18 ans d'écart avec mon frère, 17 avec l'autre
845 sœur et 13 ans, 14 ans avec la dernière sœur. Donc mes neveux, j'ai une nièce qui a 6 ans de
846 moins que moi et une autre qui en a 9 de moins que moi donc celles-là elles sont toutes les
847 deux mariées avec hommes qui ont mon âge donc 45 ou 46 ans à un an près c'est ça, donc
848 ça fait bizarre déjà voilà et ils ont des enfants et l'ainée de mes nièces donc qui a 6 ans de
849 moins que moi elle a trois enfants et sur les trois elle en a deux qui sont plus âgés que
850 Pauline (*rires*) donc voilà et elle s'entend bien avec ses petits-cousins alors que c'est voilà. Il
851 y a un grand décalage, là j'ai une nièce qui va se marier, elle a 30 ans bon ça fait bizarre
852 parce que oui, elle était demoiselle d'honneur à mon mariage quoi. Voilà donc je vis ce que
853 je vivais moi dans l'autre sens quoi j'étais petite fille d'honneur et puis on se dit « ah bah tu
854 étais ma petite fille d'honneur » et puis bon maintenant c'est l'inverse quoi voilà. Oui de ce
855 côté-là c'est quand on voit euh le pire c'est les enfants c'est vrai que... alors moins à votre
856 âge parce que vous grandissez plus 'fin je veux dire par exemple si je te revois dans trois ans,
857 ça fera moins euh voilà je pense que ça me fera plus un choc si je te vois maman, si je te vois
858 voilà c'est ces étapes-là parce que la vie on jouait à la poupée et puis voilà mais quand on
859 voit un enfant, un tout petit et puis bah qu'on le revoit adolescent déjà ça fait bizarre quoi.
860 Moi de voir, bah je le dis ma nièce qui va se marier, ça fait deux ans qu'elle essaye d'avoir un
861 enfant, elle est enceinte, bah euh ça fait j'ai du mal à l'imaginer maman quoi, parce qu'elle
862 est vraiment très enfant. Donc ça fait bizarre aussi (*rires*) oui c'est plus par rapport à ça, voilà
863 retourner dans des coins aussi qu'on avait vu enfant et puis ça paraissait plus grand, ça
864 paraissait plus voilà ou les choses ont changé, retourner dans des endroits qu'on a partagé
865 avec certaines personnes puis revenir alors qu'elles ne sont plus là voilà. J'aime voyager
866 donc...

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtée.

867 V : Oui puis bon, je vois mes frères et sœurs, mon frère il a 60 euh il va avoir 66 en juillet, j'ai
868 une autre sœur elle a 64, ma sœur la dernière avec qui je m'entends super bien, elle a 61 et
869 moi je suis vraiment la dernière, donc ma sœur a eu 61, bon quand elle a eu 60 ça lui a fait
870 bizarre quoi.

871 Er : Ah oui mais comment ça se fait qu'il y ait autant de décalage ?

872 V : Je suis l'accident (*rires*). Oui mes parents ont fait un bel accident mais un accident quand
873 même (*rires*). Ma mère a eu tôt son premier enfant et elle devait avoir 22 et voilà, elle m'a
874 eu à 40 ans. Et puis à l'époque c'était dangereux donc c'était compliqué, surtout que je suis
875 pas née au même endroit que les autres 'fin rien à voir avec les autres. Je suis arrivée au bon
876 moment, on me l'a assez dit aussi.

877 Er : Comment ça « le bon moment » ?

878 V : Bah au niveau de la carrière de mon père, je suis arrivée au bon moment voilà, donc
879 professionnellement tout allait très bien donc financièrement ça allait très bien, j'ai plus
880 vécu un peu comme une enfant unique hein, mes frères et sœurs sont partis assez
881 rapidement enfin ils se sont mariés tôt et puis la dernière donc ma sœur, j'avais 8 ans quand

882 elle est partie donc euh 4 ans et 8 ans donc euh j'ai vraiment vécu comme une fille unique
883 quoi.

884 Er : D'accord. Et eux, est-ce qu'ils ont des problèmes de santé ?

885 V : Euh moins que moi, mon frère euh lui c'est dans sa tête, ma sœur aînée euh les deux ont
886 des problèmes de thyroïde, ils ont de gros problème de thyroïde, euh la seconde a eu des
887 problèmes de santé euh la troisième elle en a eu beaucoup enfant alors elle vraiment, elle a
888 failli mourir, elle a perdu l'usage de la parole pendant 3 ans donc elle a été surprotégée
889 après donc elle, elle a pu ne pas avoir son bac, elle a pu voilà, on lui disait rien (*rires*) on lui a
890 foutu une paix royale. Donc elle, elle était tranquille, euh mais adulte non, 'fin à part la
891 thyroïde aussi, elle a un traitement pour ça mais euh non. C'est moi qui ai tout attrapé (*rires*),
892 y a un truc. Mon frère en revanche est bipolaire. On peut pas dire qu'on s'entende très très
893 bien, 'fin avec mon frère. Alors quand il a son traitement ça va, y a plein de gens qui en
894 prennent, qui son bipolaires et vous savez pas qu'ils le sont hein, y a plein d'acteurs d'ailleurs
895 non mais c'est vrai, y a plein d'acteurs qui sont bipolaires mais donc y a un traitement, mais
896 il faut le prendre tout le temps sinon automatiquement voilà.

897 Er : Et c'est vraiment problématique ?

898 V : Bah oui, c'est destructeur. Bah il passe de l'euphorie au dépressif quoi puis il arrive à vous
899 mettre des ondes négatives, épouvantable. Donc mon frère refuse euh prend des
900 médicaments quand il en a envie donc voilà mais bon lui en plus, il est d'un égoïsme total, lui
901 il aurait été très bien fils unique donc bon moi j'ai pris, depuis le décès de mon père, j'ai pris
902 beaucoup de recul vis-à-vis de lui, je lui en veux pour beaucoup de choses donc... c'est le plus
903 âgé mais c'est le plus irresponsable, il est incapable de gérer quoi que ce soit donc rien, il n'a
904 rien géré de tout, il n'est même pas allé à l'enterrement de son père parce que
905 l'enterrement 'fin l'enterrement, mon père s'est fait incinéré donc voilà, parce que c'était le
906 jour de son anniversaire. Voilà (*rires*) à 65 ans. Faut quand même le dire mais bon, il est
907 peut-être malade mais enfin quand même dommage parce que c'était un, niveau carrière
908 c'est un très très bon journaliste, un très très bon écrivain mais bon, il voit plus ses enfants, il
909 est divorcé. C'est les familles !

910 Er : On choisit pas

911 V : Non, on la subi comme disait mon père (*rires*). Contrairement aux amis, c'est pour ça
912 qu'on s'enquiquine pas avec les amis parce que y en a assez avec la famille, et la belle-
913 famille aussi.

914 Er : D'accord. Alors je fais un gros retour en arrière, parce que j'y pense mais à part avec
915 votre psy, vous en parlez à d'autres personnes de votre maladie ?

916 V : Ouais une amie. Que je vais appeler ce soir d'ailleurs parce qu'elle habite loin, c'est la
917 canadienne.

918 Er : Vous vous êtes rencontrées il y a longtemps ?

919 V : J'étais en 5^{ème}. A l'âge de ma fille, j'avais 12 ans. Son père était professeur à l'université,
920 donc il était philosophe et elle, elle est prof de littérature francophone-québécoise, une pure
921 québécoise, elle vit à Toronto et donc là-bas elle est très connue, y a eu l'équivalent des prix
922 Goncourt français donc là-bas elle est très connue, elle est poète mais euh donc ils prenaient
923 des années sabbatiques et ils venaient en France et donc voilà j'ai rencontré mon amie en
924 5^{ème}. A St Clotilde et des années après, on a continué à s'écrire, parce qu'il y avait pas

925 internet, on s'écrivait, on se téléphonait et j'allais dans le bureau de mon père pour
926 téléphoner longtemps parce qu'à l'époque, ça se payait voilà et puis voilà, elle revenait en
927 France voilà. Et c'est vrai que passer un an sans la voir c'est difficile.

928 Er : Et ça fait longtemps qu'elle habite au Canada ?

929 V : Elle a toujours été au Canada, elle venait pour des années comme ça euh non elle a vécu
930 en Angleterre pendant 3 ans à Oxford mais elle repartie parce que l'humidité c'était pas son
931 truc (*rires*) elle a dit « j'ai jamais eu aussi froid qu'en Angleterre ». C'est pas le même froid
932 quoi. Et c'est l'américaine hein, c'est l'indépendance, la vie de couple ouhla, c'est de loin 'fin
933 ensemble mais chacun chez soi, ne pas dépendre d'un homme. Elle est comme moi, elle est
934 enfant de vieux, finalement ceux qui me comprennent le mieux, avec qui je suis oui, c'est
935 des enfants de avec qui, on est plusieurs comme ça, j'ai une amie d'enfance alors elle c'est
936 depuis, ma grand-mère était amie avec sa grand-mère, ma mère avec sa mère et je suis amie
937 avec elle et c'est pareil donc ce qu'elle connaît je connais, ce qu'elle vit c'est ce que je vis
938 enfin voilà.

939 Er : D'accord. Alors j'aurais peut-être une dernière question à vous poser : est-ce que vous
940 avez peur de mourir ?

941 V : Euh bah j'évite d'y penser (*rires*)

942 Er : Mais vous y pensez quand même ?

943 V : Oui euh oui... oui surtout j'ai peur de laisser, les gens. C'est plus ça. Parce que l'envie de
944 mourir ma déjà traversé l'esprit hein je vais vous dire, même dans la semaine ça m'a déjà
945 traversé l'esprit oui. Mais c'est plus euh ce qui me retient c'est oui ce qui... les enfants et les
946 choses comme ça. Pour moi quelqu'un qui se suicide est un égoïste. C'est de la lâcheté, pour
947 moi c'est pas du courage c'est de la lâcheté. Mais euh peur de mourir, moi j'aimerais
948 m'endormir et pas me réveiller c'est euh ce qui me fait peur c'est pas de mourir, c'est de
949 souffrir pour moi parce que j'ai vu mon père souffrir, il méritait pas et euh personne ne le
950 mérite d'ailleurs mais il a vraiment souffert, ça a duré très longtemps et d'ailleurs il en est
951 mort de la souffrance, il est pas mort d'Alzheimer, il est mort de la souffrance et euh 'fin ça,
952 ça me fait peur. L'acharnement thérapeutique ça c'est un truc que je ne comprends pas si
953 c'est pour garder 15 jours de plus mais la personne continuera à souffrir c'est une chose que
954 je non.

955 Er : Qu'est-ce que vous entendez par « acharnement thérapeutique » ?

956 V : Acharnement thérapeutique c'est dans le sens où si c'est pour gagner quoi ? Quelques
957 heures de plus par exemple ? Je vois avec mon père, pour lui c'était des heures on va dire
958 qu'on a fait en sorte que les heures soient quelques secondes. Voilà. On l'a aidé parce que
959 c'est bon quoi au bout d'un moment. Euh mais oui je veux dire au bout d'un moment ça sert
960 à quoi de refaire une chimio avec mon beau-père c'est ce qu'il se passe hein, il a fait une
961 chimio, on l'a opéré d'un cancer, il été bon, le cancer va mieux tout ça, ça l'a complètement
962 détruit, déjà neurologiquement il était pas très bien mais là, ça l'a complètement détruit, on
963 a découvert tout de suite après, on a découvert qu'il avait des métastases aux poumons, on
964 a dit « stop » je veux dire au bout d'un moment même s'il doit vivre un an de moins, on le
965 laisse quoi c'est bon. C'est ça, il vaut mieux qu'il vive comme ça, il vivra peut-être mais au
966 moins il aura pas de chimio qui vont le détruire, être malade et puis en plus, plus reconnaître
967 personne parce que neurologiquement il est complètement atteint. Là il reconnaît pff
968 moyennement les gens mais au moins il reconnaît euh il a une vie, il a vie quoi, il souffre pas.

969 Tant que la personne ne souffre pas voilà, moi ce que je veux c'est qu'on m'enlève la
 970 douleur. Le restes si on me dit « la chimio vous fera gagner quoi 2 mois » bah c'est bon, non.
 971 Je préfère être bien euh non, faut arrêter de s'acharner à un moment donné quoi. C'est pas
 972 une science exacte la médecine hein, ce qui marche pour l'un ne marchera pas forcément
 973 pour l'autre. Moi j'ai un amie 'fin j'ai un amis d'enfance, sa mère quand on avait 20 ans, elle
 974 avait 80% de chances de mourir. Elle avait une leucémie, quand les médecins lui ont
 975 annoncé elle avait 80% de chances de mourir. Et bien nous sommes en 2017 et elle est
 976 toujours vivante. Voilà donc euh bon je dis pas qu'elle a pas eu d'autres petits cancer
 977 derrière mais c'est rien quand on a eu une leucémie, après c'est voilà. Parce que le problème
 978 de l'être humain, c'est qu'il faut qu'il ait une grosse galère pour s'apercevoir que ce qu'il vit
 979 c'est bien. Et après on re-rentre très vite dans une routine et bah les attentats par exemple
 980 ça montre que finalement bah la vie c'est bien. Et puis on retourne dans et on se ré-
 981 enquiquine avec des bêtises des, on se prend le chou pour des trucs 'fin voilà. Voilà c'est que
 982 l'être humain a sa propre c'est... par exemple au Viet Nam, en Asie ils profitent le jour euh
 983 eux tant qu'ils peuvent travailler c'est qu'ils sont en forme quoi voilà, le jour où ils s'arrêtent,
 984 ils meurent. Nous on a pas cet état d'esprit, nous on pense qu'à une chose c'est à la retraite
 985 euh non eux disent mais c'est vrai, mon père a décliné le jour où il a arrêté le travail hein.
 986 Mon père a travaillé jusqu'à 80 ans, ça a décliné après.

987 Er : D'accord. Et vous, ça vous a atteint de vous dire que vous ne pouviez plus travailler ?

988 V : Bah d'une certaine façon oui parce que personne ne voudrait de moi oui c'est surtout se
 989 dire que personne ne veut de soi, de moi-même oui et puis je suis marginalisée quand
 990 même. Alors moins maintenant mais au début bon, le pire c'est les femmes. Disons qu'une
 991 femme qui ne travaille pas est beaucoup plus mal vu par une autre femme. Un homme euh
 992 comprendra et essaiera de comprendre la raison, de comprendre mais la femme c'est « toi
 993 tu travaille pas bon », on cherchera pas, on posera pas de questions voilà, isolée des
 994 conversations souvent. Je dis pas tout le temps mais c'est souvent. Voilà, entre elles, elles
 995 sont très (*rires*) ouais, c'est par expérience que je l'ai vécu mais... a des dîners tout ça « ah
 996 elle travaille pas »...

997 Er : On vous a déjà fait des réflexions ?

998 V : Ah oui « ah vous ne travaillez pas ». Du coup on ne pose plus de question, on parle avec
 999 le mari et puis voilà 'fin je suis pas une personne intéressante du coup. On est dans un on est
 1000 vu comme les femmes étaient vues dans l'autre sens avant : la femme qui travaillait était
 1001 mal vue bah maintenant c'est l'inverse. Et en plus vous avez des enfants. Et puis en plus j'ai
 1002 pas forcément envie d'expliquer ma maladie tout ça quoi voilà, ça se euh des gens que je
 1003 connais pas voilà. Donc je rentre pas dans les détails non plus hein. Donc des gens que je ne
 1004 connais pas forcément, quand je dis que je ne travaille pas, y a un malaise. Alors ça me péna
 1005 euh alors ça me faisait mal au début, maintenant je me dis ppp c'est comme ça c'est parfait
 1006 euh voilà. Mais les hommes sont plus... sont plus compréhensifs.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

1007 Er : D'accord. Bon et bien si vous avez quelque chose à rajouter euh

1008 V : Non non, vous n'avez plus euh rien à me poser ?

1009 Er : Et bien non écoutez moi j'arrive à la fin de mon guide

Rires.

- 1010 Er : Voilà maintenant si vous avez quelque chose à rajouter euh je vous écoute.
- 1011 V : Non non, là je pense que j'ai un peu tout dit mis à part que c'est vrai voilà, la maladie
1012 n'est pas du tout comprise, il faut que la maladie se voit en France. 'fin en France non voilà...
1013 voilà la souffrance ça ne se voit pas le voilà donc il faut une grande part de, on apprend à
1014 faire beaucoup de comédie.
- 1015 Er : De la comédie ? Pour masquer la douleur ?
- 1016 V : Voilà pour masquer la souffrance qu'on a en soi, qu'on a voilà. Faire que tout va bien,
1017 faire semblant. Voilà. Le spectacle continue (*sourit*).
- 1018 Er : D'accord. Et ça c'est dans n'importe quelle situation, avec n'importe qui ?
- 1019 V : Oui, n'importe qui. Je ne peux même pas être moi-même avec mes propres enfants par
1020 exemple. Surtout pas.
- 1021 Er : Pourquoi ?
- 1022 V : (*inspire profondément*) j'ai l'impression de les emmerder. Et euh en tout cas pour l'aîné,
1023 c'est une source de stress et il n'a pas besoin de ça pour voilà, il me l'a fait comprendre une
1024 fois voilà que c'était pour lui un stress et que c'était donc euh « ferme ta gueule et ravale ta
1025 truc quoi » donc du coup bah maintenant c'est « ça va, ça va » voilà. Donc il sait que quand
1026 je parce que je le tien au courant quand même mais c'est tout. Les états d'âme tout ça y en a
1027 pas. Il le montre pas. Ce que je peux comprendre d'ailleurs, c'est une manière de se protéger
1028 hein c'est voilà.
- 1029 Er : Oui. Et avec les autres ?
- 1030 V : Bah ouais euh avec les autres pareil, sauf à part quelques amis avec qui je peux
1031 vraiment... mon mari ça dépend des moments voilà. Mais je me renferme plus qu'avant hein,
1032 beaucoup plus par rapport à ma maladie. J'en parlais plus avant que maintenant. Parce que
1033 ça les enquiquine oui.
- Silence de 10 secondes.*
- Reprise de l'enquêtee.*
- 1034 V : Maintenant qu'ils savent que j'ai des rendez-vous à l'hôpital euh j'en parle pas, s'ils m'en
1035 parlent pas, je vais pas dire « voilà ce qu'a dit le médecin ». Voilà c'est fini. Et quand j'étais
1036 dans le groupe pour la fibromyalgie, c'est ce que disaient beaucoup les gens. C'est qu'on est
1037 pas forcément compris et même s'ils essaient de nous comprendre c'est pas efficace, c'est
1038 pas facile hein de toute façon, déjà la douleur c'est un truc qu'on comprend pas forcément
1039 tant qu'on l'a pas vécu et puis on a un bon facteur qui est l'oubli. On se souvient qu'on a eu
1040 mal mais l'intensité de la douleur on l'oublie. Ça fait un bon c'est bien ça parce que je parle
1041 des accouchements euh sinon on en ferait qu'un (*rires*) ou pas du tout d'ailleurs mais voilà
1042 c'est qu'on a un, ça atténue... non et puis je pense aussi, quand je vois Pauline elle m'a
1043 connu quasiment tout le temps malade hein, elle ne m'a jamais vu où je faisais les sorties
1044 scolaires, les trucs les machins.
- 1045 Er : Elle va avoir quel âge ?
- 1046 V : Elle aura 13 ans en avril. Donc ça fait 12 ans que ça s'est... Pauline avait 1 an.
- 1047 Er : D'accord. D'accord. Vous avez des choses à rajouter ?

- 1048 V : Non c'est bon !
- 1049 Er : D'accord donc maintenant je vais juste vous poser quelques questions pour faire ce
1050 qu'on appelle un portrait. Donc euh oui alors quel métier exercez-vous ?
- 1051 V : J'étais euh attendez euh (*réfléchit*) bah je faisais de la relation publique de
1052 communication externe. A Europe1. A la régie publicitaire 'fin c'était Europe1 mais c'était la
1053 régie c'est-à-dire qu'on faisait tout euh on organisait les festivals des trucs comme ça, on
1054 soignait les publicitaires d'Europe1 voilà.
- 1055 Er : D'accord. Euh quel est votre niveau de diplôme ?
- 1056 V : Bac+2
- 1057 Er : D'accord et en ce qui concerne vos parents ?
- 1058 V : Ouhla alors ma mère elle a un bac euh + je ne sais pas combien parce que elle a bac +
1059 physique voilà on a qu'à dire physique. Elle a fait 2 ans et elle a arrêté parce qu'elle s'est
1060 mariée parce qu'à l'époque voilà, en 1950 euh un jour elle est partie à l'université puis elle
1061 et jamais revenue (*rires*) de Bordeaux à Paris voilà. Donc euh et mon père...
- 1062 Er : Mais donc elle n'a jamais travaillé après ?
- 1063 *A partir de ce moment, son fils resté assis sur le canapé d'à côté prend part à la conversation*
1064 *et répond avec sa mère. De fait certaines parties du discours de l'enquêtée sont en fait dites*
1065 *par le fils mais redites par elle.*
- 1066 V : Ah non parce qu'elle est tombée enceinte après très rapidement. Et donc mon père n'a
1067 pas passé son... bac oui pardon euh oui il n'a pas passé son bac mais comme quoi mais euh
1068 bon il était rédacteur en chef de ParisMatch (*rires*). Il a été chez les jésuite en littérature
1069 parce que ses parents, son père voulait absolument qu'il soit curé parce que ça coûtait
1070 moins cher voilà donc euh il est allé au séminaire et puis il s'est barré (*rires*). Il a commencé à
1071 écrire dans les cafés et puis il est rentré à Match.
- 1072 Er : D'accord. Et vous avez toujours habité dans le 12^{ème} ?
- 1073 V : J'ai toujours connu le 12^{ème}. J'ai mis mes enfants à la mauricière, je me souviendrai
1074 toujours de cette réunion, c'était la maman de Marianne qui avait dit « euh l'argent euh... »
1075 parce que c'était et euh à juste titre hein mais l'école dès qu'il y a de l'argent ça va pour
1076 néterre. Et c'est là que je me suis demandée ce qu'il y avait à néterre et effectivement voilà
1077 donc comme quoi quand on vit dans un cercle et... oui j'ai toujours été euh mes parents y
1078 sont depuis 64.
- 1079 Er : D'accord. Et euh est-ce que vous avez une confession religieuse ?
- 1080 V : Catholique.
- 1081 Er : Vous êtes croyante et pratiquante ?
- 1082 V : Je suis croyante et pratiquante à mes heures. C'est-à-dire quand j'ai le temps. Euh je ne
1083 crois pas en tout. C'est la manière Serrou hein on va dire comme mon père, euh Serrou c'est
1084 mon nom de jeune fille euh par exemple je ne crois pas en la virginité de la vierge (*rires*) euh
1085 je ne crois pas aux miracles voilà euh voilà des choses comme ça, je veux bien être
1086 catholique mais pas ducon non plus (*rires*). Que ce soit symbolique oui mais disons que là-
1087 dessus je suis un peu plus protestante comme mon père quoi voilà. Euh la riche église
1088 catholique, la riche église du pauvre jésus euh ça m'exaspère voilà. Donc par mon père j'ai

- 1089 peut-être un peu trop fréquenter le milieu de l'église parce que mon père était il s'occupait
1090 du service de tout ce qui était église, musique et tout ça et donc c'est surtout euh donc j'en
1091 ai vu passer des prêtres et des cardinaux et des évêques et des tous ça.
- 1092 Er : Donc votre père était protestant.
- 1093 V : Ah non catholique mais lui il disait que s'il devait choisir une religion maintenant il serait
1094 protestant mais il était catholique.
- 1095 Er : Et votre mère aussi ?
- 1096 V : Ouais. Croyante mais pas forcément pratiquante, on va pas à la messe le dimanche on va
1097 pas voilà. Mon père n'y allait pas non plus tous les dimanches mais quand il allait à Rome et
1098 qu'il en avait pour 4 heures de messe il disait qu'il en avait assez pour 5 mois. Ouais non je
1099 ne suis pas pour le célibat de prêtres, je ne suis pas contre l'homosexualité, j'ai un neveu qui
1100 est homosexuel et qui est marié donc voilà donc euh tout ça disons que ouais je suis
1101 catholique mais ouverte.
- 1102 Er : Et votre mari il fait quoi ?
- 1103 V : Mon mari il travaille dans la banque et pff là il a changé un peu mais il s'occupe des
1104 comptes du personnel voilà, il gère les comptes du personnel. Dans une banque mutualiste.
- 1105 Er : D'accord et il a quel âge ?
- 1106 V : Le même âge que moi, je suis une cougar de 2 mois de plus que lui, 3 mois. Lui est
1107 d'origine portugaise. Décalage total de culture entre pas lui hein mais entre ses parents.
1108 Ouais on critique les musulmans en disant qu'ils ne s'intègrent pas eux non plus ne
1109 s'intègrent pas mais eux ça passe inaperçu. Parce que voilà ils sont blancs de peau, ils ont la
1110 même religion que nous voilà ils passent euh mais ils s'intègrent pas, mes beaux-parents ils
1111 ont passé 45 ans de leur vie en France, ils ont pas un ami français. Voilà. Et sinon ?
- 1112 Er : Bah ça y est, c'est fini. Du coup merci beaucoup encore pour cet entretien.
- 1113 V : De rien et merci à vous.

Entretien n°4/10 – Philippe <i>« On apprend ça en vieillissant – On se voit pas aussi vieux qu'on l'est »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme de 60 ans, en couple, sans enfant. Titulaire d'un bac+2, il exerce le métier de responsable promotion et événementiel. Vit à Paris.
Date de l'entretien	28 mars 2017
Lieu de l'entretien	Son bureau
Ville	Paris
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	136 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son bureau, enquêté et enquêtrice seulement
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Philippe met tout de suite en exergue que 50 ans est un tournant, surtout au niveau physique : le corps se fragilise. Il faut voir des médecins plus souvent. Pour lui, la prévention prime. Il est en permanence dans l'autocontrôle. C'est une façon de mieux appréhender les étapes de la vie ainsi qu'il qualifie le vieillissement et la fragilisation du corps. Il parle également du stress qui peut accentuer cette fragilisation. Il faut alors toujours faire attention et observer, écouter, faire... il est dans l'apprentissage. Il critique ensuite le système médical en le qualifiant de luxe. Tout le monde n'a pas accès aux mêmes soins. Il se voit donc comme chanceux tout en avouant que la maladie et la vieillesse coûtent chères. Il revient sur la notion de corps à entretenir et protéger via l'alimentation, l'activité physique... pour lui, cela relève du respect de soi, bien qu'il rajoute que tout le monde finira au même point. Pour lui, le vieillissement se vit chacun à sa manière même si on est finalement tous identiques. Il faut simplement apprendre à vivre avec son corps, surtout quand on ne se voit pas aussi vieux qu'on l'est. Cela montre un certain décalage entre le corps et l'esprit. Il critique ensuite les jeunes individus qui manquent totalement de considération à l'égard de leurs aînés. Pourtant, il est nécessaire de s'entourer pour se stimuler les uns les autres et préserver à la fois ses relations mais aussi ses capacités intellectuelles. Se considérant comme chanceux, il voit l'avenir avec une quasi sérénité mais a tout de même peur des maladies sur lesquelles il est difficile d'agir. Cela montre de nouveau, sa capacité omnipotente de contrôler sa vie. La mort ne lui fait pas peur car personne ne dépend de lui.
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Oui donc pour vous rappeler, je suis en master de sociologie et nous faisons une étude
2 sur les personnes âgées de 45 à 60 ans sur différents thèmes et moi je travaille
3 particulièrement sur la santé. Donc le but de cet entretien c'est que vous me parliez de votre
4 expérience de la santé, voilà c'est votre histoire, votre vécu, votre expérience et moi je suis
5 là pour vous écouter, pour interagir avec vous et je tiens à vous rappeler que l'entretien est
6 enregistré mais tout est anonyme et qu'ensuite le contenu sera retranscrit et analysé mais
7 tout restera uniquement dans le cadre du mémoire.

8 **P** : Votre objectif euh il y a des points particuliers par rapport à la santé ou vous attendez
9 que je parle de mon vécu de ma... de mon appendicite à 18 mois 'fin moi je sais pas

10 **Er** : Alors c'est la santé surtout à partir de la cinquantaine mais oui c'est ça, c'est votre
11 histoire qui m'intéresse.

12 **P** : D'accord. et donc en effet, les problèmes arrivent avec la cinquantaine bon donc sachez
13 que quand on a une santé, j'ai la chance d'avoir une santé une bonne santé, jusqu'à 45 ans,
14 on va chez le médecin une fois par an, pour se rassurer, pour faire les le suivi annuel parce
15 qu'on a pas de souci mais on le fait quand même, un peu comme chez 'ophtalmo ou chez le
16 dentiste et après ça commence à se corser.

17 **Er** : Bon alors dans quel sens ça commence à se corser ?

18 **P** : Parce qu'on se fragilise. Alors ça peut être euh la fragilité vient d'un... d'un stress, parce
19 qu'on arrive plus à la gérer par rapport à un travail, donc ça fragilise l'esprit et le corps, ça
20 vient bah parce que le corps se fatigue aussi. On ne veut pas y croire mais oui donc on se
21 ralentit un petit peu on marche moins vite, on a moins d'élan euh ou d'alent euh... voilà
22 donc euh... je vais dire qu'à partir de 50 ans on va et bien euh3 fois chez le médecin dans
23 l'année, si tout va bien. On se en tout cas moi je prends ce rythme-là que je me donne à
24 suivre, d'accord, bon. Que ce soit médecin, que ce soit ophtalmo, que ce soit dentiste,
25 minimum euh dentiste et ophtalmo quand tout va bien 1 fois l'an. Mais par exemple le
26 dentiste pareil, à la cinquantaine j'ai eu de gros problèmes ce qui fait que j'y allais toutes les
27 4 semaines. Par obligation, à cause de l'arthrite dentaire et ça, ça vient avec l'âge, c'est pas
28 un problème de négligence euh au niveau de l'hygiène dentaire c'est que et bien en
29 vieillissant les gencives se fragilisent et il y a donc des problèmes d'infection, bon.

30 Le dos c'est pareil : jusqu'à 40 ans tout va bien et à 40 ans on commence à avoir des maux
31 de dos, euh au bas du dos, maintenant je sais tout c'est entre la L4 et la L5, c'est un
32 problème de disques qui s'usent et donc vous avez un problème entre 'fin de lombaires et
33 de cyatiques et un de mes collègues il y a 2 mois a eu le même problème et je lui ai dit
34 « entre la L4 et la L5 ? » - « oui » - « c'est le disque ? » - « oui » et donc on a tous à peu près
35 ces à une étape c'est terrible, identique, les mêmes soucis et donc moi ça m'a déclenché
36 quand même pas mal de choses dont une hernie qui n'était pas opérable. On m'a dit « y en a
37 pour 5 ans ». Et donc j'ai boité et j'ai souffert pendant 5 ans et ça s'est passé. Mais il fallait le
38 croire ! Bon alors j'ose pas trop le dire « oh t'en as pour 5 ans » donc j'ose pas le dire mais et
39 bien c'est les étapes de la vie, comme ça, et on apprend. Et moi avec le recul maintenant ma
40 je sais pas ce que m'attend ma, je viens d'avoir 60 ans donc bah voilà j'ai eu ma phase un
41 peu perturbée, 45-50 ans, plus troublée 50-60 alors je sais pas ce qui m'attend maintenant
42 (*rires*) bon. Mais tout ça, sur un homme entre guillemets, sain. Je n'ai que les soucis de d'un
43 corps qui vieillit. Je touche du bois (*accompagne la parole du geste en frottant son bureau*
44 *fait de bois*) j'ai pas eu de graves maladies. Quoique... j'ai fait une pneumonie (*rires*) mais sur
45 un corps sain c'est vite réparé. Mais j'ai quand même fait une pneumonie qui prouve que je

46 vais créer une fragilité en vieillissant que des poumons, c'est une évidence hein. J'ai des
 47 parents qui ont été fragilisés tard à cause de ça, je pense que j'ai cette fragilité-là, voilà.
 48 Quand on se connaît, quand on connaît ses parents, quand on sait ce qu'ils ont vécu, faut
 49 faire attention. J'ai un papa qui a fait un cancer du côlon, je vous dis tout, et bien je suis
 50 obligé d'être suivi. Et bien j'ai trainé au départ parce qu'à 40 ans quand on vous dit qu'il faut
 51 faire des coloscopies et bah « oui bah c'est ça, vous attendrez » quoi. Donc j'aurais dû
 52 commencer quand mon papa était très malade, j'avais à peu près la quarantaine on m'a dit
 53 « les enfants... » on était deux, « ... il faut faire des coloscopies et tout de suite parce que ça
 54 peut vous tomber dessus ». Et j'ai mis 5 ans avant d'aller faire ma coloscopie, ma première
 55 coloscopie donc je peux trainer aussi. Tout va bien et maintenant c'est récurrent et je dois en
 56 faire une tous les 4 ans. Donc il y a des étapes comme ça ou des avertissements qui font que
 57 on doit faire attention à soi. Alors c'est pas facile, je suis quelqu'un d'un peu négligent,
 58 j'aime pas comme tout le monde, aller voir les médecins mais faut le faire.

59 C'est un petit dans cet optique-là que vous m'interviewer ? Cette prévention qu'on a, cette
 60 attention par rapport bah à son vieillissement et bah voilà...

61 **Er** : Oui c'est ça tout à fait. Et donc pour vous il y a vraiment la notion d'étapes euh qui est
 62 intrinsèque du coup. D'accord alors vous pourriez m'en donner d'autres ?

63 **P** : Par rapport au vieillissement ? Et bien déjà euh comment, c'est pas une fatigue physique.
 64 Très longtemps on résiste mais on se fragilise, la preuve j'ai fait une première pneumonie, je
 65 m'y attendais pas donc et j'avais pareil, j'avais y a combien une douzaine d'années oui j'avais
 66 euh... 48 oui 48 ans quelque chose par-là, bon. Donc une alerte donc pneumonie, j'ai refais 4
 67 ans après une deuxième pneumonie mais ayant eu l'expérience d'une première j'ai pas
 68 attendu parce que la première j'ai attendu d'avoir 40 de fièvre pendant 3 semaines avant de
 69 réagir. J'allais travailler avec 40 de fièvre. Bon et en plus le médecin quand je suis allée le
 70 voir « vous avez une grippe » ça a commencé comme ça, je suis resté encore une semaine
 71 avec la grippe soi-disant. Et comme tout ce qu'il m'a donné n'a servi à rien, je suis retourné
 72 le voir et il m'a dit « ohlala c'est peut-être plus embêtant » donc tout ça en donc ça a trainé.
 73 Et j'ai appris que une pneumonie, les problèmes de poumons, tout de suite vous avez de la
 74 fièvre. Donc la deuxième fois, quand j'ai eu 40 de fièvre, ce qui n'est pas normal là tout de
 75 suite j'ai dit « encore un problème ». Et en 48 heures puisque j'ai eu l'expérience, c'était
 76 trouvé, réglé 'fin réglé parce que j'avais été mis sous antibiotiques et une semaine sous
 77 antibiotiques avec du repos, c'est suffisant QUAND on est vigilant. Mais si on ne l'est pas ça
 78 peut être vachement grave. Bon et la première fois si je m'en suis tiré c'est parce que j'étais
 79 plus jeune.

80 **Er** : D'accord donc vous avez eu deux pneumonies ?

81 **P** : Oui deux pneumonie alors la deuxième fois on appelle ça, c'est l'étape avant c'est un...
 82 pneumothorax un truc comme ça, c'est la même je sais pas, il y a mes deux termes donc ça a
 83 été pris à temps. Mais la première ça a été vraiment, c'était la première fois que j'étais
 84 arrêté un mois quoi, de ma vie. Bon, même avec la cyatique qui m'avait cloué au lit, j'avais
 85 été arrêté une douzaine de jours. Là un mois, 4 semaines. Mais il faut ça parce qu'on est
 86 lessivé bon. Donc on se fait avoir une fois et la deuxième fois on fait attention. En plus j'ai
 87 été un gros fumeur donc y avait un... alors que j'avais arrêté depuis 4 ans, la cigarette, on a
 88 suspecté bien sûr des choses dues à la cigarette. Donc y a eu des examens qui ont été fait
 89 par rapport au cancer par exemple du poumon. J'avais rien mais pour autant j'ai bien fait de
 90 m'arrêter de fumer et ça a été difficile, j'ai mis 10 ans à m'arrêter. Donc il faut être

91 persévérant. On s'arrête, on recommence puis on s'arrête plus longtemps mais plus on
92 s'arrête plus on reprend rapidement enfin ça a été une bagarre pendant 10 ans. Et à 50 ans
93 j'ai réussi à m'arrêter définitivement.

94 **Er** : D'accord. Mais je resitue pas très bien la chronologie, vous avez commencé d'arrêter de
95 fumer à partir de quand ?

96 **P** : Euh quand j'ai fait ma première pneumonie, ça faisait 2 ans que j'essayais d'arrêter de
97 fumer, d'accord ? En revanche, auparavant donc 2 ans avant ce dernier arrêt, cet arrêt qui
98 est maintenant définitif et bien pendant 10 ans je me suis battu, entre 40 et 50 ans je me
99 suis battu 'fin battu, à essayer de m'arrêter. Donc ça a été quelques mois, je reprenais, après
100 ça a été 1 an et je reprenais, après ça a été 3 ans et j'ai repris bon. Et que quand on reprend,
101 en trois jours on reprend le rythme que, je fumais mon paquet et demi par jour. Ah oui
102 j'étais un gros fumeur.

103 **Er** : Et qu'est-ce qui vous donnait envie de reprendre ?

104 **P** : Le stress, le stress. J'ai toujours été un gros travailleur, j'ai toujours été où je me mets une
105 pression et donc je suis quelqu'un de stressé et que ce soient les problèmes de dos, le
106 problème de gencive, voire de poumons, euh et bah c'est pas innocent par rapport au stress
107 non plus.

108 **Er** : Ah il y a une cause-à-effet c'est ça ?

109 **P** : Ouais. Ouais c'est ce qu'on m'a dit.

110 **Er** : D'accord. Et est-ce que ça vous a déjà causé d'autres problèmes le stress ? Le dos peut-
111 être ?

112 **P** : Bien sûr, vous savez l'expression « en avoir plein le dos » bah non mais c'est ça quand on
113 le bon donc en effet, il y a l'usure parce qu'on vieillit, parce qu'on se déforme parce qu'on
114 marche mal etc, il y a une usure naturelle mais ce qui en rajoute c'est le stress. Hop on se
115 bloque. Voilà et ça, bah ça vous crée des tensions bon, ça crée des tensions et ça en rajoute,
116 ce n'est pas que ça mais ça en rajoute, ça accentue. Et le stress bah oui ça peut vous amener
117 loin quoi.

118 **Er** : C'est-à-dire ?

119 **P** : Ah bah je suis convaincu et je l'ai vu autour de moi parce que des cancers peuvent être,
120 ça peut générer des cancers. Ça peut générer euh une évidence, tout ce qui est crise
121 cardiaque, voilà tout ce qui est AVC ça peut avoir aussi un effet dû à un surcroit de travail et
122 un stress professionnel ou après aussi familiaux hein, il y a 1000 façons mais le stress rentre
123 en ligne de compte au niveau de certaines maladies. Avec le recul maintenant, avec l'âge
124 que j'ai, bah je m'aperçois que oui. Et un homme euh je sais pas, vous en ferez ce que vous
125 voudrez, un homme est fragilisé entre 55 et 65 ans, c'est mon analyse aussi par rapport à
126 que j'ai vu autour de moi. Vous, les filles, les femmes, et bein vous avez la ménopause qui a
127 des signes évidents. Vous avez physiquement une alerte. Nous on voit rien les bonshommes,
128 on voit rien et on se croit éternel et euh inoxydable. Et bien vers 55 ans, à se négliger parce
129 qu'on croit que tout va bien, bah il peut y avoir des problèmes et il y a, vous ferez des
130 recherches, je suis sûr qu'il y a un pic de mortalité chez les hommes entre 55-65 ans. Cette
131 période-là où on y croit encore, on fait pas attention, on s'est négligé et là la fragilité peut
132 amener à des décès : des AVC, des crises cardiaques, des cancers. Je l'ai vu par rapport à la
133 génération de mes parents. Mon père qui lui a fait un cancer du côlon à 75 ans mais tous ses

134 copains, c'est une autre génération, c'étaient des gens qui fumaient beaucoup à l'époque, et
 135 bien la majorité de ses copains sont partis à 60 ans. C'est la période où les gens se
 136 retrouvent à la retraite et pof, ils cassaient leur pipe. Et ceux qui restaient étaient dépités
 137 quoi, mon père se disait « merde, un j'ai plus de copain et ça va m'arriver aussi quoi » bon.
 138 Donc il y a un âge où les hommes sont plus fragiles parce qu'on a pas cette alerte comme
 139 vous le corps féminin qui réagit différemment et qui vous montre que vous devez faire
 140 attention, que vous vieillissez etc. Et donc l'homme doit être vigilant. Je pense. Donc j'essaye
 141 de l'être. Ce qui ne m'empêche pas pour autant d'avoir mes petits maux à droite, à gauche
 142 mais je pense que je suis pas quelqu'un de fragile, j'ai la chance malgré tout de pas être
 143 quelqu'un de fragile, de pas m'arrêter, rarement, de euh... de dépasser un problème de
 144 rhume par exemple, je vais rapidement, j'arrive encore à gérer un rhume qui s'éternise pas,
 145 qui, tout va bien, j'essaye d'avoir une hygiène de vie. Donc hygiène de vie c'est bah je ne
 146 fume plus, je bois rarement mais ça c'est une sorte de parce que c'est pas mon truc quoi
 147 bon, je bois rarement, euh j'évite alors que j'adore ça, la viande, on évite de manger trop de
 148 viande, on saute sur tout ce qui est légume (*rires*) et les fruits, on apprend les petites
 149 combines, le matin je prends mes deux cuillerées de de pollen d'abeille, je bois mon verre de
 150 jus de grenade, prends ma cuillère d'huile de pépin de courge donc des petites choses
 151 comme ça. Alors le jus de grenade c'est parce que j'ai lu, c'est médical c'est très bon contre
 152 les cancers bon. Donc c'est une façon de se préserver et éventuellement de... le je vous dit
 153 tout hein, vous n'êtes plus une petite fille, le comment l'huile de pépin de courge et le
 154 comment le pollen, c'est pour nous les hommes pour la prostate. Mon obsession en
 155 vieillissant (*rires*) c'est les problèmes de prostate donc j'anticipe. Voilà et donc tout va bien.
 156 Bon donc il faut prendre sa petite cuillère de sa cuillère à soupe de ou vous mettez ça dans
 157 un assaisonnement d'huile de pépin de courge, c'est très bon en plus, c'est bien parfumé et
 158 puis bon tous les matins à jeun mes deux cuillerées de mes deux cuillères à café de graines
 159 de pollen.

160 **Er** : D'accord. Et ces petites combines vous les avez découvert comment ? Par vous-même
 161 ou...

162 **P** : On en parle oui non non c'est on entend des infos oui on est on s'informe, on écoute, on
 163 voit des euh... euh comment...le pollen c'est une amie médecin qui m'en a parlé donc je l'ai
 164 fait, en plus j'ai cherché et le vrai pollen qui aide à on va dire conserver une bonne prostate
 165 chez les bonshommes c'est le pollen de... de peuplier donc il faut chercher hein donc je
 166 prends du pollen peu importe, je prends du pollen. Le jus de grenade ça c'est un
 167 antioxydant, je crois qu'on appelle ça comme ça et l'huile de pépin de courge c'est toujours
 168 pour anticiper. On m'en avait parlé, je pianote sur internet huile de pépin de courge et
 169 croyez-moi si vous voulez, une fenêtre s'ouvre quand j'ai cliqué ça et « vous avez des
 170 problèmes de prostate ? » et ils vous donnaient les étapes, vous avez ça ça ça ça, alors bien
 171 sûr il y avait au moins 10 étapes et la dernière c'était vraiment « vous faites pipi toute la
 172 journée » 'fin incontinent quoi, des gros problèmes et moi pendant ce temps, n'avoir rien
 173 j'étais à la première étape j'avais quand même les premiers symptômes. Bah j'ai sauté sur
 174 mon huile de pépin de courge que j'ai acheté et qu'on m'a donné en plus et bien en 8 jours,
 175 ce petit problème qui était la première ligne, était réglé. Et voilà donc ça marche. Donc euh
 176 pour les hommes, à partir de 50 ans, c'est pas un mal, il y a des petites choses comme ça, là
 177 c'est de l'entretien hein, on peut vivre avec sans le faire mais bon bah ça permet de se dire
 178 qu'on vieillit moins rapidement bon. Donc c'est des on en parle euh surtout quand on côtoie

179 des gens du même âge bien sûr, on a des amis euh on peut parler de certains problèmes
180 intimes comme ça, et puis on se donne des combines ou on entend des choses.

181 Là se réveillent en moi des acouphènes. Vous savez ce que c'est ? Bon bah en fait acouphène
182 c'est en permanence un sifflement dans les oreilles bon. Alors les jeunes, vous... vous êtes
183 jeunes, votre génération 'fin les plus jeunes peuvent avoir des acouphènes dues à une
184 sonorité trop forte dans les boîtes de nuit, avec leur casque etc bon. Ma génération moins
185 mais en vieillissant on peut avoir ça et le stress en fait peut provoquer ça. J'avais depuis 10
186 des acouphènes que... qui on va dire, j'en prenais conscience le soir. Toute la journée
187 j'entendais euh j'avais une oreille normale et le soir une fois que j'étais dans le silence chez
188 moi zoup ça démarrait (*accompagne sa parole d'un geste des deux mains en arc de cercle*
189 *autour de son crâne*). J'avais ce sifflement qui partait. Je fais ça parce que y en a c'est une
190 oreille, d'autres c'est l'autre oreille et moi c'est symétrique et donc ça part d'ici (*montre le*
191 *sommet de son crâne*) et mine de rien c'est plus confortable que dans une seule oreille,
192 parce que je me suis renseigné et c'est très désagréable, c'est très déséquilibré. Moi c'est
193 équilibré mais c'est quand même un problème. C'était que le soir et depuis maintenant
194 quelques mois, c'est tout le temps tout le temps. Là je vous parle, j'ai des sifflements dans
195 les oreilles, ça s'est pénible. Donc l'âge y est pour quelque chose, j'ai pas été spécialement
196 d'une génération à se mettre des écouteurs dans les oreilles, à écouter de la musique forte
197 euh si j'ai été dans des boîtes de nuit 'fin de mon temps on appelait ça des boîtes de nuit, je
198 sais pas comment on appelle ça maintenant et donc on écoutait la musique aussi forte
199 qu'aujourd'hui j'imagine mais j'en faisais pas quelque chose de... c'était pas quelque chose
200 de régulier, c'était de temps en temps. Donc je pense que le stress, l'âge font que voilà, un
201 souci qui se réveille et qui se révèle être maintenant un souci pour moi. Voyez en en parlant,
202 j'arrive à trouver des choses nouvelles, avec l'âge.

203 **Er** : D'accord. Et il n'y a pas une façon de soigner les acouphènes ?

204 **P** : Je crois que non, à ce jour y a rien pour euh alors ce matin même voyez, parce que j'ai fait
205 l'association quand vous me demandiez comment le trouvais les bah ce matin dans un
206 journal, allez savoir pourquoi il y avait une pub, un monsieur qui s'appelle Johnny, croyez-
207 moi, Johnny machin machin, donc il y avait une pub pour un produit naturel, d'herbes, à
208 base de végétaux qui euh donc euh ils sont honnêtes, qui allègeraient l'acouphène. Bah
209 c'était marqué TONE bah je vais acheter du TONE, c'est que des produits à priori inoffensifs,
210 je vais essayer sans attendre. Je vais quand même aller voir un mais j'ai pas le temps là, faut
211 que j'aille voir un ORL quand même mais je sais parce que j'ai eu des cas d'amis etc, c'est
212 difficile, on ne sait pas encore gérer cela, c'est embêtant. Donc si c'est pour vous mettre
213 sous antidépresseurs moi ça m'intéresse pas du tout donc on va voir ce que mais quand c'est
214 là, c'est là quoi et je sais bien malheureusement, on ne peut pas encore régler ce problème-
215 là, les acouphènes.

216 **Er** : D'accord oui. A vous entendre, on a l'impression que vous êtes très porté sur les produits
217 naturels pour vous soigner.

218 **P** : Oui oui bah oui c'est des trucs naturels oui oui. Déjà si par exemple, j'ai réglé mes
219 problèmes de pneumonie en une semaine, c'est que déjà je suis pas d'une génération ou si
220 mais mes parents ont fait attention, tardivement j'ai eu le droit aux antibiotiques. J'ai pas
221 été élevé aux antibiotiques. Donc moi vous me donnez un antibiotique, en 2 jours c'est réglé.
222 Parce que voyez, le fait de pas avoir été habitué à en prendre régulièrement et bah ils font
223 encore effet sur moi. J'ai cette chance là mais y a des gens qui prennent des, moi je suis fou

224 quand je vois quand j'entends des gens qui sont en permanence sous antibiotiques pour un
 225 oui, pour un non et que les médecins leur filent des antibiotiques et on en parle d'ailleurs de
 226 ça, que c'est dangereux, bon. Mais comme j'ai pas d'allergie spécifique, comme j'ai pas de
 227 maladies graves, régulières, récurrentes bah j'ai pu m'en passer quoi, j'ai pu m'en passer. J'ai
 228 pas été un enfant fragile ou quoi que ce soit ou quand j'étais fragile c'était sur des petites
 229 choses anodines comme problèmes de foie quand on est enfant 'fin bref hépatique, ce sont
 230 des problèmes hépatiques et j'avais pas spécialement un traitement aux antibiotiques, j'ai
 231 jamais eu de problèmes et par chance bon. J'ai pas été fragile de ça, j'ai pas opéré ni des
 232 végétations, c'est ce qu'on dit je crois, ni des amygdales, bon mon frère était quelqu'un qui
 233 très petit avait des problèmes de d'amygdales, on a dû l'opéré alors que moi non, j'ai gardé
 234 mes amygdales, j'ai jamais eu de... comment d'angine, j'en ai eu une dans ma vie bon donc
 235 tout ça a fait que je suis passé à travers tout ça donc j'ai un corps assez résistant. Et puis
 236 c'est la mode enfin c'est la mode, on en parle beaucoup, on est sensibilisé à ces produits
 237 naturels, bon bah pourquoi pas essayer ce qui marche marche et si je dois prendre des
 238 médicaments j'en prends hein. Si euh...euh comment si j'ai des crises d'arthrites dentaires, il
 239 n'y a que du, c'est pas du Doliprane mais c'est quelque chose de similaire qui me fait de
 240 l'effet, j'en prends hein et à fortes doses mais y a que ça qui me calme. C'est pas en me
 241 mettant un clou de girofle parce que on parle de clou de girofle pour les maux de dents mais
 242 ça fait rien donc y a des moments où il faut être honnête et prendre le bon médicament,
 243 parce qu'on souffre. C'est embêtant de souffrir. Donc en PREVENTION on peut prendre peut-
 244 être des produits naturels.

245 **Er** : D'accord. Et pas pour se soigner alors ?

246 **P** : Ça marche beaucoup moins, j'ai essayé mais une fois que vous avez des euh quand est-ce
 247 que vous avez des produits naturels ? Une fois que vous avez un bon rhume ? Que ce soit un
 248 rhume euh comme on dit, vous connaissez l'expression « un rhume se soigne soit en une
 249 semaine en prenant des médicaments ou soit en 7 jours sans rien prendre ». Donc voilà il
 250 faut que ça passe un rhume donc bon, on prend des choses de confort mais non non c'est e,
 251 prévention.

252 **Er** : Et quand vous dites « il faut être honnête avec soi-même » ça veut dire que vous pensez
 253 qu'il y a des gens qui refusent d'admettre euh

254 **P** : Qui ont peur, je crois que c'est la peur de la maladie, c'est la peur du médecin. Je
 255 m'aperçois qu'il y a beaucoup de gens qui fuient et qui... et qui supportent des douleurs, des
 256 maladies, là j'ai le frère, le beau-frère d'un ami qui est parti d'un cancer du poumon en 6
 257 mois. Il avait 60 ans, ça faisait plusieurs années qu'il avait des douleurs. Et il disait rien.
 258 Quand on l'a découvert c'était trop tard et en 6 mois il est parti donc zut y a un moment où il
 259 faut faire gaffe à soi, c'est un respect de soi-même donc faut assurer et croyez-moi que c'est
 260 pas agréable hein, moi je fais ma coloscopie tous les 4 ans, bah c'est pas agréable mais faut
 261 le faire. En tout cas, je suis tranquille. Et on me dit que tout va bien. Bah ça aide aussi à pas
 262 se soucier et à passer à autre chose, plutôt que de ruminer « j'ai peut-être ça, peut-être ça,
 263 ça » non.

264 **Er** : Oui donc au final on a peut-être peur au moment d'aller faire les examens mais après
 265 c'est mieux.

266 **P** : Ouais, y a une prévention quand même. Y a une prévention et un respect de soi. Après
 267 euh j'ai la chance euh et puis les problèmes financiers, ça je respecte, je m'aperçois qu'il y a
 268 des gens qui n'ont pas les moyens d'aller chez le dentiste, qui ont pas les moyens d'aller chez

269 l'ophtalmo, qui peinent à aller chez le médecin, qui n'ont pas de médicaments qui sont pas
 270 remboursés ou mal remboursés, ça je prends conscience, parce que c'est pas mon cas, bah
 271 que ça compte. Ça compte. Et moi je touche du bois (*accompagne de nouveau sa parole*
 272 *d'une caresse de son bureau fait de bois*) j'ai pas ce problème-là. J'ai dû attendre ma carte
 273 vitale, vous n'avez connu que ça vous peut-être la carte vitale y a combien de temps que ça
 274 existe ça, 10 ans peut-être, bon bah une carte vitale maintenant c'est systématique, tout le
 275 monde l'a, on vous la demande quand vous arrivez chez le pharmacien, quand vous allez
 276 chez votre médecin donc vous avez l'impression de rien payer. Moi avant j'avais pas ça,
 277 j'avais des fiches maladie et ça m'embêtant donc le mettais de côté et je ne me faisais pas
 278 rembourser. C'était pas un problème. Maintenant je coûte cher à la société parce que je
 279 donne ma carte on me la demande, je donne ma carte mais je passais quoi. Bon bah
 280 maintenant vous allez chez le pharmacien, votre carte, vous allez chez votre médecin et à
 281 chaque fois « je dois vous payer ? » non on paye rien, bon ok. Avant bah je payais et puis je
 282 me faisais pas rembourser. Maintenant ça passe différemment. Donc j'ai la chance d'avoir
 283 les moyens de me soigner. D'aller voir le spécialiste que j'ai envie d'aller voir, de pas
 284 attendre pareil, un spécialiste qui est remboursé par la sécu et bien sûr pour la plupart de
 285 ces gens-là vous attendez 6 mois pour un rendez-vous. J'entends ça moi, moi c'est drôle je
 286 téléphone, en 8 jours j'ai un rendez-vous chez l'ophtalmo, en 4 jours chez le dentiste, du jour
 287 au lendemain chez le médecin, c'est sûr que c'est que des médecins avec des déplacements.
 288 Bon, j'ai cette chance-là, de pouvoir c'est un luxe et je m'aperçois que c'est un luxe ! La
 289 médecine actuellement c'est un luxe. Et je fais partie des gens qui peuvent se payer ce luxe.
 290 Je m'en aperçois. Ce qui est grave quand même, ce qui est grave et je vois bien...un ami que
 291 je n'ai qu'au téléphone parce qu'il est parti depuis maintenant une douzaine d'années, il est
 292 parti en Bretagne parce qu'il a perdu son travail et qu'il est tombé malade, maintenant qu'il
 293 a un minimum une retraite de base et bien qu'est-ce qu'il m'a dit l'autre fois ? Et bien qu'il
 294 n'allait pas chez le dentiste parce qu'il n'avait pas les moyens d'aller chez le dentiste ou tout
 295 au moins on va lui faire un, il sait qu'il lui faut des prothèses et qu'il ne pourra pas se les
 296 payer. Donc quand vous entendez ça, vous vous dites « pour moi merde, je sais pas ce que
 297 c'est, je sais pas ce que c'est ». Non non j'ai la chance de pouvoir me payer les médecins que
 298 je veux et quand je veux. Ça c'est important et tout le monde peut pas. Comme les produits
 299 bio c'est bien gentil mais ça coute très cher aussi. Je vous parle de mon huile d'olive là euh
 300 de mon huile de pépin de courge et bien ça coute 17€ les 500 ml ! bon... regardez le prix du
 301 pollen, le pollen d'abeille, c'est très cher aussi. Voilà donc c'est des petites combines de
 302 riche excusez-moi mais bon, c'est terrible.

303 **Er** : Alors est-ce qu'on pourrait dire que faire de la prévention ça coute cher ?

304 **P** : Pas spécialement, y a prévention et prévention. Moi je vous parle de non non au
 305 contraire, peut-être que la prévention peut éviter de graves maladies qui vous entraînent à
 306 des coûts extraordinaires. Donc je ne sais pas. Moi jusqu'à présent, ça ne m'a pas ruiné ce
 307 que j'ai fait et j'ai pas eu de graves graves maladies ou d'opérations euh jusqu'à présent je
 308 touche du bois (*pose ses mains à plat sur son bureau*) qui m'ont amené à dépenser des 1000
 309 et des 100, ou de couter cher à l'état bon. Parce que tout coûte cher parce que même s'il y a
 310 des remboursements, faut bien que ce soit payé d'une façon ou d'une autre.

311 **Er** : Oui bah oui. Donc ce serait plutôt la maladie qui couterait cher ?

312 **P** : La maladie coute cher.

Silence de 15 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

313 **Er** : Et vous avez des exemples de personnes ou de cas autour de vous qui montre que ça
314 coute cher ?

315 **P** : Tout ce qui est euh... produits euh comment, médicaments pour les cancers. Les tout ce
316 qui est les ça coute très cher, ça coute très très cher. Alors les gens voilà, y a la sécurité
317 sociale qui est là, ils s'en rendent pas systématiquement compte mais une malade euh un
318 malade d'un cancer, pourquoi il y a toutes ces préventions ? Vous entendez cancer du sein,
319 cancer du côlon pour les bonshommes et cancer du sein pour les femmes, pourquoi y a
320 toutes ces préventions ? C'est parce que quand on a déclaré un cancer ça coute très cher.
321 Les personnes malheureusement atteintes du sida, ça coute une fortune à l'Etat ça aussi,
322 c'est très très cher un traitement contre le sida. Donc toutes les maladies où ça demande
323 beaucoup de soins, beaucoup de... de suivi par euh sur le coup des rayons, par le coup de...
324 de euh scanners réguliers et euh tout ce qui est Euh visites régulières chez des
325 spécialistes, tout ça a un cout à un et les médicaments euh les médicaments, comment j'ai
326 su ça ? Je pourrais pas vous dire un prix mais tout ce qui est médicament contre le sida mais
327 ça coute une fortune, une fortune. Donc euh oui les maladies coutent cher donc oui
328 beaucoup de prévention pour que les gens puissent en amont bah se faire suivre et être en
329 amont au plus tôt possible découvrir la maladie pour que une maladie qui émerge on peut
330 peut-être l'interrompre plus rapidement.

331 **Er** : D'accord. Mais alors avec toutes ces maladies par exemple, est-ce qu'on ne pourrait pas
332 dire que c'est finalement la vieillesse qui coute cher ?

333 **P** : En vieillissant on se fragilise donc oui oui, en effet. Moi je vois bien avec mes parents. Bah
334 j'ai eu mes deux parents qui sont décédés maintenant donc une maman qui a eu un cancer,
335 un papa qui a eu alors une maman qui a eu un cancer et qui en est morte quelques années
336 plus tard, un papa qui a fait un cancer, qui a été opéré, qui a guéri de son cancer mais qui
337 pour autant a eu une vieillesse euh... dans un milieu médicalisé où tout coute très cher quoi.
338 Où tout coute très cher.

339 **Er** : Et c'était quoi comme cancer ?

340 **P** : Mon père a eu un cancer du côlon, il a été opéré et... ensuite donc euh...il s'en est remis
341 mais parce qu'il avait un corps sain c'est-à-dire qu'il buvait pas, qu'il fumait pas, pareil en
342 même temps que lui autour euh dans le quartier om habitaient mes parents, y a eu deux
343 autres personnes qui ont eu un homme et une femme qui ont déclaré un cancer mais c'est
344 des gens qui avaient une vie peut-être plus qui fumaient ou qui buvaient et bah c'est des
345 gens qui ne s'en sont pas remis, il y avait un terrain euh un corps fragilisé. Et on a bien dit à
346 mon père, « vous êtes un ancien sportif, parce que vous ne fumiez pas, parce que vous ne
347 buviez pas, donc vous avez été plus résistant », bon. Un corps permet aussi même si vous
348 déclarez des maladies d'être plus résistant, bon faut s'entretenir aussi.

349 **Er** : Et alors s'entretenir c'est à partir de quand ?

350 **P** : Je crois qu'il faut commencer 'fin s'entretenir je pense mais attendez c'est pas ce que j'ai
351 fait hein, c'est faire du sport par exemple. S'entretenir 'fin avoir une activité sportive, avoir
352 des activités où vous marchez, vous courez, faut pas prendre sa voiture pour un oui ou pour
353 un non euh avoir des activités physiques pour vous entretenir déjà, commençons par ça.
354 Alors l'entretien physique vient aussi par le respect de son euh on ne prend pas de cigarette,
355 d'alcool bon, faut se limiter. Alors c'est sûr qu'un apéritif, faire une fête on y a le droit mais

356 pas au point de devenir un alcoolique mondain quoi voilà, ou comme moi fumer un paquet
357 et demi par jour, je fumais un paquet et demi par jour, j'avais en permanence la cigarette au
358 bec et on avait les doigts jaunes et oui bon. Ça c'est y a un moment où ça va quoi donc voilà
359 tout ça il faut éviter. Et j'ai dû m'arrêter au bon moment, j'espère, et que je n'aurai pas de
360 séquelles à mes poumons parce qu'ils sont fragilisés mais différemment, c'était je vous dis la
361 fatigue, le stress, les microbes bref euh je m'en suis remis mais on s'est inquiété quand
362 même par rapport à parce que j'étais un ancien fumeur comme je vous le disais à l'époque
363 où on m'a déclaré ma tuberculose et on s'est dit « y a peut-être cause-à-effet » donc on est
364 allé chercher par là et il s'avère que non.

365 **Er** : Ah vous avez eu une tuberculose ?

366 **P** : Pardon, une pneumonie. Pardon.

367 **Er** : C'est pas grave. Et vous faites du sport actuellement ?

368 **P** : J'en fais plus depuis 2 ans. Attendez, je n'ai jamais été sportif, je n'aime pas le sport mais
369 je m'entretenais, pas obligation. Bon et y a 2 ans voyez, et bah j'ai déclaré une tendinite
370 j'sais pas quoi à l'épaule et là j'ai arrêté et j'ai pas repris. Et c'est pas bien du tout.

371 **Er** : D'accord donc c'était une obligation pour garder un corps sain.

372 **P** : Ouais. Essayé de garder une certaine souplesse plutôt. Un corps à peu près ferme pour
373 pas de décaper trop rapidement. Je suis un mec, je suis un bonhomme et j'ai horreur 'fin je
374 comprends pas que les hommes aient un ventre comme ça (*mime le ventre gros, la bedaine,*
375 *en même temps, une grimace se dessine sur son visage*), mais comment ils font quoi ? De
376 l'amour propre pour eux, on peut s'épaissir et je me suis épaissi hein en vieillissant mais pas
377 au point d'être difforme. Et je me dis « mais comment ils font pour porter... » c'est des
378 hommes comme une femme enceinte, comment ils font pour vivre avec un ventre aussi
379 gros des décennies quoi ? « Ah bah c'est de famille, mon père avait déjà un ventre » mais
380 même « c'est pas parce que ton père avait un ventre que tu dois en avoir un toi ! Fais
381 attention à ce que tu manges et tout » bon, bah non. Et ça moi je pourrais pas. Donc y a un
382 faire attention pour une parce qu'en vieillissant on prend du poids d'office, donc faire
383 attention à ne pas abuser et ne pas aller au-delà d'un certain poids.

384 **Er** : Et comment ça se fait qu'on prenne du poids en vieillissant ?

385 **P** : Parce que on devient, plus gourmand je sais pas, on aime on apprécie les bonnes choses,
386 on bouge moins et on mange toujours autant, voyez ? Bon donc moi je fais de, je cultive des
387 bonzaï bah les bonzaï on met beaucoup d'engrais quand ils sont jeunes et en vieillissant, y a
388 plus besoin de mettre autant d'engrais, et bien nous c'est pareil, l'engrais c'est de la
389 nourriture, bah jeune on peut manger des kilos et des tonnes de choses et ça va, vous
390 prenez pas de poids mais en vieillissant et bah on prend du poids. Donc on profite, comme
391 on dit : « on profite » mais faut éviter.

392 **Er** : Donc vous vous ne profitez pas ?

393 **P** : Bah si j'ai pris, mais je fais attention. De pas euh là je viens de prendre 3kg, je me suis
394 obligé à faire attention parce que j'avais pris du ventre. J'avais pas le ventre qui me fait peur
395 quand je vois certains bonshommes mais je me suis dit « ouhlala il faut faire gaffe » et je suis
396 pas maigre hein mais je veux pas euh m'arrondir parce qu'à nos âges c'est pareil, ça stagne
397 quelques temps et ça part plus après. Et ouais, c'est ça l'âge aussi. On apprend, on observe.

398 **Er** : Et comment on fait alors pour profiter tout en faisant attention ?

399 **P** : On est obligé de faire attention à ce qu'on mange. Moins gras, moins de pain ou des
 400 choses euh oui de farine, de pâtes, de choses comme ça, pareil, beaucoup plus de légumes.
 401 Manger moins gras, moins de fromage, des choses comme ça. Tout ce qui est riche en fin de
 402 compte. Et il faut mesurer tout ça et faut faire attention 'fin y a des gens qui naturellement
 403 peuvent manger à tout âge n'importe quoi ce sont les gens secs, même vieux secs, tant
 404 mieux mais c'est je trouve une minorité. On a tendance à s'étoffer en vieillissant, pour nous
 405 les bonshommes je crois donc il faut faire attention, faut être moins porté sur la bouffe.
 406 Parce qu'on est gourmand, parce qu'on a envie de se faire plaisir parce qu'on se dit « oh
 407 maintenant je peux être un peu moins raisonnable » maos hop hop ; et puis le poids ah ça
 408 joue sur la santé, ça joue sur le squelette, souvent les gens qui sont qui ont qui s'alourdissent
 409 ont des problèmes de genoux ou des problèmes de jambes parce que oui, les jambes portent
 410 le corps est lourd et ça fait mal aux articulations des chevilles et des genoux. On apprend ça
 411 en vieillissant mais tout ça c'est parce que j'ai observé, j'ai écouté donc j'ai ces problèmes
 412 mais j'évite de les accentuer ou qu'ils soient là trop rapidement. Donc il faut faire très
 413 attention, il faut être vigilant. Pour se porter à peu près bien. Vous connaissez le principe de
 414 personne « ah comment tu vas ? » - « ah bah j'ai ma là, j'ai mal là » bah j'ai pas envie d'être
 415 comme ça à me plaindre le matin quand on me demande comment je vais. Voilà.

416 **Er** : Et quand vous dites qu'on apprend ça en vieillissant c'est...

417 **P** : On observe, on a eu des parents, vous avez des parents et vous allez les voir vieillir. Je
 418 vous souhaite qu'ils vieillissent de façon formidable mais on voit les autres avant soi, on voit
 419 la génération d'avant, bon je vous dis moi j'ai observé mes parents, j'ai suivi mes parents, je
 420 les ai accompagné dans leur vieillesse, on voit ses parents, on voit ses amis, on voit autour
 421 de soi, faut pas être aveugle, faut pas se mettre des ornières, on est comme les autres, c'est
 422 ça le problème : on est comme les autres. Et on sera un jour ou l'autre vieux, on sera moi là
 423 je vois des gens avec des canes, des gens qui se trainent, des gens qui marchent dix fois
 424 moins vite que moi et je me dis que dans 10 ans je serai comme ça peut-être et ça fait mal.
 425 Et ça inquiète donc on se dit « bah il faut éviter ça » il faut retarder ça donc ça coute peut-
 426 être un petit peu de manger moins de sucres... allez mais c'est pour son bien. mais c'est de
 427 l'observation autour de soi mais c'est tout hein, j'ai pas ouvert des livres, je suis pas
 428 médecin, loin de là, c'est euh le quotidien, le rapport avec les autres, ce qu'on entend, la
 429 maladie de l'un, le décès de l'autre parce qu'on arrive à un âge où bah autour de vous, vous
 430 avez des grands-parents qui partent et après des amis et c'est pas l'âge d'un ami de 50 ans
 431 de partir et qu'est-ce qu'il a fait bah il a abusé toute sa vie : il fumait, il buvait bon il a fait un
 432 cancer de la gorge, un cancer du poumon 'fin et vous vous dites que c'est pas normal à 50
 433 ans de mourir à 50 ans c'est pas normal. De nos jours c'est pas normal mais c'est quelqu'un
 434 qui a bien vécu bon. A côté de ça, vous avez des gens qui à 45 ans ont ne tumeur au cerveau
 435 et ça ils l'ont pas demandé eux y a aussi ces accidents-là qui sont imprévisibles, il y a des
 436 gens qui ont une fragilité donc on va pas s'en rajouter, si on peut éviter les... les oui je dirais
 437 les erreurs de la vie dues à une fragilité génitale.

438 **Er** : D'accord. Alors on a aussi l'impression que vous pensez beaucoup à l'après quand vous
 439 dites que voyez des gens qui...

440 **P** : Oui bah oui parce que j'ai 60 ans cette année donc déjà c'est une étape 60 ans. Mes 50
 441 ans c'étaient hier, je m'en rappelle comme si c'était hier et mes 18 ans comme si c'était
 442 avant-hier. Y a un moment où on ne se voit plus vieillir et où on ne veut plus vieillir. C'est
 443 terrible ça et autour de moi c'est la même chose. Y a des fois on déconne comme des gamins
 444 et on a 60 ans quoi on devrait bon et en rire entre nous. Bon et bien pour autant le corps

445 vieillit. Physiquement on est des vieux, on va pas me faire « jeune homme » dans la rue, c'est
446 pas vrai bon donc il faut être honnête, on vieillit. Et bien il faut apprendre à vivre avec son
447 corps, il faut regarder autour de soi des gens qui étaient avant vous vieux, vos parents que
448 mi par exemple j'ai suivi, je vous le répète et donc vous vous dites « non c'est pas normal »
449 'fin la vieillesse c'est triste bon et donc autant mieux éviter d'être grabataire trop tôt. Donc
450 ouais on fait attention, moi je fais attention. Ça m'inquiète, la vieillesse m'inquiète. La
451 vieillesse où on est tributaire d'autres personnes où on voilà, où on devient impotent, où on
452 est plus autonome, cette perte d'autonomie ça m'inquiète.

453 **Er** : D'accord. Et pareil, pour que ce soit une peur aussi ciblée sur la dépendance, vous avez
454 déjà eu des personnes de votre entourage faire face à ce problème ?

455 **P** : Bah à mon âge on voit que ça, c'est-à-dire des plus âgés, des gens euh en face de moi euh
456 moi y a un homme dans mon immeuble, en face de moi y a un monsieur qui doit être pas
457 plus âgé que moi mais on lui donnerait pas mon âge, qui a de gros problèmes de santé et
458 mentaux en plus, et qui est tout seul, c'est très compliqué pour lui maintenant de vivre seul
459 bon, et je le vois dans la rue, combien de fois il hèle des gens parce que il fait 10 pas dans la
460 rue il est incapable d'avancer ou de reculer, donc il lui faut quelqu'un pour le ramener chez
461 lui. Donc euh c'est terrible, j'ai bien vu mes parents auparavant et euh vous et c'est
462 formidable... 'fin vous n'avez pas encore conscience de ça mais peut-être que votre étude
463 vous fera prendre conscience que vous regarderez plus les personnes bah beaucoup plus
464 âgées qui ont l'âge peut-être de vos grands-parents, vous avez des grands-parents ?

465 **Er** : Oui

466 **P** : excusez-moi, ils ont quel âge vos grands-parents ?

467 **Er** : Euh ils ont 82 ans

468 **P** : Bon, est-ce qu'ils sont encore en couple ?

469 **Er** : Oui.

470 **P** : Ça c'est déjà formidable parce que non mais l'expérience. Un couple âgé, ils se tiennent,
471 quand il y en a qui part, après ça devient compliqué pour l'autre et c'est drôle, il déclare des
472 maladies, il peut plus être autonome etc, c'est fou donc tant mieux tant mieux qu'ils restent
473 très longtemps ensemble, moi je l'ai vécu avec mes parents qui étaient un vieux couple mais
474 autour de moi et bien il y avait beaucoup de femmes veuves, bah une femme veuve, même
475 si une femme est résistante par rapport à un homme et bien rapidement elle perd de
476 l'autonomie etc et moi j'étais ravi de voir mes parents encore ensemble, ils se ils veillent l'un
477 sur l'autre, ils se stimulent. Et c'est vachement important ça ok. Mais peut-être que quand
478 même il y a des soucis qui arrivent à des personnes de 82 ans bah tout ça, on commence à
479 les observer, ou même si pour l'instant c'est vos parents qui ont cette charge par rapport à
480 vos grands-parents, que vous voyez ça avec un peu plus de recul et bien un peu plus âgée
481 vous y repenserez. Et donc tout ça fait que bah on apprend, on retient et on se dit « faut pas
482 que je vive comme ça, faut faire attention, faut pas que je reproduise la bêtise de mes
483 parents ou de mes grands-parents donc faut que je fasse attention à ça ». C'est de
484 l'observation, c'est la vie, c'est de l'expérience mais tout simplement c'est la vie et on voit ça
485 autour de soi bon. Moi je supporte plus maintenant dans le métro de voir personne se lever
486 quand une personne âgée arrive. Vous savez, vous connaissez euh Agnès Varda ?

487 **Er** : Non

488 **P** : Bon, c'était la femme de... oh zut bon c'est une grande réalisatrice, vieille dame âgée, on
 489 l'a voit encore, elle a une coupe au bol, les cheveux moitié blancs et ici teintés (*montre le*
 490 *sommet du crâne*) donc elle fait rire tout le monde avec ses cheveux bon et y avait
 491 longtemps que je l'avais pas vu et je me suis retrouvé dans le métro, dans le dans un bus
 492 avec elle. Personne ne lui a laissé sa place, elle tenait à peine debout. Personne ne lui a laissé
 493 sa place. Moi en plus je la reconnaissais et ça me faisait, j'étais debout hein je me suis dit
 494 « c'est pas possible, quelqu'un va lui laisser sa place », non on ne se lève même plus pour
 495 des personnes âgées mais moi si j'ai cette réaction c'est parce que c'est une dame 'fin c'est
 496 une personne âgée bah on souffre des pieds, on souffre du dos, on est fatigué, on a qu'un
 497 envie c'est peut-être que dans les transports on puisse se caler quoi (*laisse retomber ses bras*
 498 *sur ses cuisses comme par désarroi*) et bah non les jeunes ne laissent plus leur place
 499 facilement. Jeune c'est pas que vous hein, même des gens moi par rapport à cette dame je
 500 suis jeune, c'est une dame qui a plus de 80 ans ou 80 ans au moins donc moi j'ai 20 ans de
 501 moins, je suis jeune. Bon bah j'étais pas assis mais je lui aurais laissé ma place mais des gens
 502 de 25-30 ans, c'est loin d'eux et de leurs problématiques ça donc c'est rare de voir des gens
 503 qui hop, même pour une dame enceinte, c'est jeune une femme enceinte mais ça a un
 504 ventre lourd, y a un moment où elle va avoir envie de se poser mais maintenant on ne fait
 505 plus attention à tout ça.

506 **Er** : Ah oui ?

507 **P** : Ah oui, moi je trouve, vous y pensez vous ?

508 **Er** : Oh bah j'essaye

509 **P** : Oh bah j'espère, c'est vachement important. Et quand ça arrive pour moi parce que ça
 510 arrive mais ahhh alors je remercie la personne, je trouve vachement bien et là je me dis
 511 « merde je suis un vieux maintenant (*rires*) ça y est j'y ai droit » mais c'est exceptionnel, c'est
 512 exceptionnel. Mais on m'a fait le coup et je me suis dit « bienvenue au club donc je suis
 513 vieux » et donc qu'est-ce que ça m'a, qu'est-ce que j'ai ri l'autre jour. Qu'est-ce qui m'est
 514 arrivé ? Je suis allé dans une exposition, c'était pendant les vacances, en pleine semaine,
 515 j'avais pris quelques jours, l'éducation nationale 'fin dans l'éducation on peut faire ça, donc
 516 j'ai pris quelques jours de vacances, je me suis retrouvé en vacances alors que personne
 517 n'était en vacances, je suis allé dans un musée, y avait que des personnes âgées. Y avait une
 518 file d'attente monstrueuse et que des personnes âgées. Et j'ai rigolé parce que je me suis dit
 519 « ça y est, j'y suis quoi », moi dans un an je serai à la retraite, je vais me retrouver avec ces
 520 gens-là tous les jours quand (*rires*), ça sera mon public qui a mon âge, mais pour moi ils font
 521 plus vieux, on se voit pas vieillir.

522 **Er** : D'accord donc on voit les autres plus vieux mais soi

523 **P** : Ouais ouais ouais, bien sûr.

524 **Er** : Et euh c'est ce genre d'expérience comme quand on a laissé sa place dans le bus que qui
 525 vous font vous rendre compte que vous êtes vieux ?

526 **P** : Que maintenant on me remarque comme une personne qui peut être âgée et fatiguée je
 527 ne sais pas, ça peut être vexant (*sourit*). Y a des gens qui le prennent mal oui que oui y a des
 528 gens qui le prennent mal « comment ça j'ai pas besoin de m'asseoir » comme si voilà on les
 529 avait ciblé comme vieux et ils n'aiment pas ça. Moi je dis « merci » et je dis « ça va tout va
 530 bien merci » et la personne reste assise mais au fond de moi je me dis « zut, ça y est, je suis
 531 classé comme un comme un troisième âge ». Bon, donc je le prends pas mal, ou je l'exprime

532 pas devant l'autre mais y en a qui disent « non mais monsieur non je n'ai pas besoin de
533 m'asseoir et ça veut dire quoi ? Je suis pas vieux, ou vieille » alors que bon bah oui y a un âge
534 où les gens font attention aux personnes qui ont les cheveux blancs ou qui ont la barbe
535 blanche et qui voilà bien élevés, bien éduqués, où on leur a dit, comme moi, « dès que tu
536 vois une personne avec des cheveux blancs, tu laisses ta place » et ça arrive encore mais
537 c'est exceptionnel croyez-moi, parce que les gens avec leurs leurs écouteurs, avec leurs
538 bouquins, ils sont dans leur bulle et ils regardent pas autour d'eux.

539 **Er** : D'accord donc le ciblage se fait vraiment par rapport au physique de la personne, c'est
540 parce qu'elle aura des cheveux blancs par exemple que on va dire que

541 **P** : Ah ouais. Ouais, une femme enceinte on fait plus attention. Ah ouais, beaucoup de
542 femmes enceintes, interviewez autour de vous, vous verrez peut-être un jour et bah je
543 trouve que c'est indécent de pas se lever devant une femme enceinte 'fin de pas se lever, de
544 pas laisser sa place à une femme enceinte. C'est pas normal. Et dieu sait et euh même les
545 femmes entre elles hein. Il pourrait y avoir une solidarité, bah j'observe dans le métro, je
546 suis quelqu'un qui observe, qui regarde, bah y a des jeunes femmes ou des femmes qui ont
547 peut-être été enceinte et qui ont sûrement été enceinte, ne laissent pas leur place à des
548 femmes plus 'fin enceintes quoi, et enceintes jusqu'aux yeux quoi, une dame bien euh bon.
549 J'ai une collègue avec qui je rentre tous les soirs, qui est loin d'être enceinte mais qui a les
550 cheveux blancs comme moi et qui a de réels problèmes de jambes. Forte corpulence et qui
551 tient pas debout. Et bein on doit attendre St Lazare d'ici porte de Champerret avant de
552 trouver une place, c'est bondé. Les premiers qui descendent c'est-à-dire à St Lazare faut
553 trouver une place bah avant, personne laisse sa place. Et elle se dandine et moi ça me fait
554 mal au ventre. Et j'ose pas dire à des gens « pouvez-vous laisser votre place à cette
555 dame ? ». J'ose pas encore. Mais des fois c'est terrible, je vois quelques jeunes, je m'adresse
556 à des jeunes, 'fin je pense à des jeunes, personne ne lui propose sa place, jamais jamais. Et je
557 trouve ça malheureux bon. Donc autant mieux essayer d'être bien portant le plus possible
558 longtemps.

559 **Er** : Et hormis dans ce cas-là, est-ce que vous trouvez qu'il y a un manque de considération
560 pour les personnes qui ont un certain âge ?

561 **P** : Ah ouais. Ah oui. Euh on sent déjà mais pareil c'est parce que je l'ai vécu, des gens qui
562 sont désorientée dans la rue, des personnes âgées qui sont désorientées. Quand je dis
563 désorientées c'est que d'un seul coup bah ou ils ont perdu leurs repères, ou ils savent plus
564 où ils sont etc, je le sens ça. Bon et bien les gens les fuient. Les gens fuient ah oui, ils vont
565 pas s'embêter avec ça. Certains vont dire « ça va me poser problème » ou euh... euh oui,
566 c'est le fait de se créer un problème, de perdre du temps avec une personne qui va leur
567 demander de les aider etc. moi mon voisin, combien de fois je pars de chez moi pour aller
568 bosser le matin et ce monsieur qui a mon âge mais qui a du mal à marcher et qui sort et bien
569 ce monsieur il se lève de bonne heure, il se lève de bonne heure et vous pouvez être sûr que
570 moi je me lève le matin lui il rentre « monsieur xxx (*cite le nom de l'enquêté*), vous pouvez
571 pas me raccompagner ? » je me dit « merde je vais encore perdre 5 minutes » mais je vais le
572 laisser dans la rue comme ça. Bah je me le dis mais je le fais. Et pour autant, je me dis que je
573 vais encore perdre 5 minutes mais c'est rien. « Oui monsieur Block (*nom du voisin en*
574 *question*), je vais le prendre sur mon bras parce que c'est ça, il faut que je le porte, qu'il
575 prenne mo bras, que je le soutienne et arrivé devant le pas de la porte en plus on a une
576 porte battante qui est lourde, il faut que je lui soutienne la porte, que je le soutienne bon je
577 vais chercher l'ascenseur, il va jusqu'à l'ascenseur et « je suis arrivé monsieur, laissez-moi

578 là » mais il faut qu'il arrive jusqu'à l'ascenseur. Je et voilà, il a un pas lent donc je pourrais
579 faire le retour vite fait bon et bien n'importe qui et je sais pas euh dit « ohlala je veux pas
580 voir ça et puis j'ai pas le temps ». Non, on perd plus de temps, on a plus de temps à perdre.
581 On est tous pressés et c'est dans ce sens-là où on néglige l'autre. J'ai peur que ça soit ça.

582 **Er** : Le manque de temps ?

583 **P** : Le manque de temps et on veut pas voir, alors y a ceux qui veulent pas voir la maladie de
584 l'autre ou je sais qu'ils veulent pas voir la vieillesse de l'autre bon peut-être et puis y a le je-
585 m'en-foutisme le c'est-pas-mon-problème. On ne voit plus les gens. Et je vois votre
586 génération, je vous montre du doigt, votre génération avec vos écouteurs sur les oreilles,
587 avec vos vous êtes dans votre bulle moi je croise des élèves qui me voient même pas dans la
588 rue. Ils arrivent ici parce qu'ils passent devant mon bureau ils me saluent mais dans la rue, ils
589 me voient passer avec leurs copains, ils sont dans leur bulle et ça c'est vraiment
590 générationnel. Maintenant les jeunes ne voient plus autour d'eux, c'est fou c'est fou c'est
591 fou. Donc ils ne peuvent pas voir une personne âgée qui fatigue, une femme enceinte qui est
592 tombée par terre, je ne sais pas tout ça euh ou alors ils s'en moquent. On peut en rire aussi.
593 Mais c'est une histoire de génération parce que j'étais pas comme ça quand j'étais jeune. Je
594 sais pas, on veut pas voir donc il faut avoir un certain âge et une certaine expérience ou se
595 projeter en se disant « ça pourrait être mes parents » ou « ça peut être moi dans 10 ans ».
596 Donc là on fait plus attention.

597 **Er** : Oui parce que peut-être qu'ils se sentent moins concernés et euh du coup...

598 **P** : Ouais peut-être ouais ouais. Donc y a un voilà. Est-ce que je réponds à vos questions, là ?
599 Est-ce que c'est tout à fait ça que vous vouliez ?

600 **Er** : Oui oui c'est super

601 **P** : C'est mon expérience mais je ne sais pas, je suis le premier de la série, vous allez en
602 interroger d'autres ?

603 **Er** : Euh j'en ai déjà interrogé d'autres et il en faudra encore

604 **P** : Des gens de ma génération ?

605 **Er** : Euh qui ont pareil, entre 45 et 60 ans

606 **P** : Et par rapport à ce que je vous ai dit, ça me regarde pas ce qu'ils ont dit mais y a des
607 choses similaires ?

608 **Er** : Euh oui il y a eu quelques similitudes. Par exemple quand vous disiez que vieillir
609 ensemble en tout cas sans être seul et bien je l'ai déjà entendu

610 **P** : C'est le fait qu'à deux, on se stimule, ne serait-ce que les petites engueulades et bien ça
611 tient un couple et tant qu'ils sont à deux le couple et bien tant mieux quoi et moi je suis-je
612 vous dis, je suis un des rares à avoir mes parents qui ont fêté leurs 60 ans de mariage. Pas
613 plus hein mais ils ont été jusque-là. Et bien autour de moi, toutes les veuves et tous les veufs
614 et bien, partaient plus tôt quoi. Parce que et bien seul, on a moins le goût de vivre et on se
615 laisse aller. Alors qu'à deux on se stimule, c'est important. Et ça c'est du vécu, ça se voit bon.
616 Mais la vie fait que voilà, un accident, une maladie grave y a un qui part avant l'autre bon et
617 là bah l'autre peut vivre mais peut aussi partir plus tôt que euh il aurait pu vivre plus
618 longtemps si l'autre avait été vivant quoi, parce qu'on se laisse aller, parce qu'on est triste
619 parce que voilà, on a moins l'envie de vivre.

- 620 **Er** : Et vous vous avez quelqu'un comme ça pour vous soutenir ?
- 621 **P** : Ouais. Pour l'instant en tout cas mais la vie fait que je sais pas, je le souhaite pas il y en ait
622 qui parte avant l'autre. Pour l'instant non ça va (*rites*). Je suis pas grabataire quand même.
- 623 **Er** : Oui non.
- 624 **P** : Et Jacques Denis ça vous dit quelque chose ?
- 625 **Er** : Non.
- 626 **P** : Les parapluies de Cherbourg ? Nous sommes des sœurs jumelles ?
- 627 **Er** : Pas le premier mais le deuxième je connais oui
- 628 **P** : Ah bah c'est les parapluies de Cherbourg ça non ? Ah non c'est les demoiselles de
629 Rochefort mais c'est du Jacques Denis, le metteur en scène, le réalisateur et sa femme
630 c'était Agnès Varda.
- 631 **Er** : Ah oui d'accord. Ça me refait penser aux problèmes de considération que vous évoquiez
632 avant et est-ce que dans votre famille, il y en a aussi ? Par exemple est-ce que vos frères ou
633 sœurs ou vos enfants vous traitent d'une façon différente depuis que vous avez dépassé la
634 cinquantaine ?
- 635 **P** : Non pas encore. Pas encore parce que j'ai pas été réellement fragilisé avec des problèmes
636 de santé. J'ai été malade, on va dire ça comme ça, je m'en suis remis. On en est pas à
637 soutenir le vieux, à me prendre par le bras, non. Non non attendez, m'enterrez pas, je n'ai
638 QUE 60 ans depuis quelques semaines donc ça va encore et je travaille encore donc non.
639 Dans 10 ans peut-être. Peut-être où là on fera attention.
- 640 **Er** : D'accord d'accord. Et au travail justement comment ça se passe ?
- 641 **P** : Et bien là on me fait comprendre que mais c'est le jeu, c'est le jeu, je suis le vieux. Bah
642 ouais je suis qu'avec des jeunes autour de moi, plus jeune. Quelqu'un de 45 ans, 15 ans c'est
643 énorme, j'ai eu 45 ans et j'ai vu des collègues partir à la retraite, c'étaient des vieux pour
644 moi. 45 ans de nos jours on est plus vieux donc on se taquine. Mon voisin est un peu plus
645 jeune que moi mais tous les deux ont est plus âgés que la moyenne, quand nos collègues
646 viennent nous voir « salut les muppets ! » vous connaissez le muppet show et bah voilà, on
647 nous traite de muppet parce que le muppet show voilà on fait office de vieux. Donc mais
648 c'est pas méchant, c'est pas méchant du tout. Mais voilà, on nous taquine.
- 649 **Er** : Oui on vous le fait remarquer.
- 650 **P** : Gentiment, c'est pas agressif du tout, c'est pas « t'es vieux, t'es pas bon, t'es plus bon »
651 non c'est de temps en temps voilà. Ou alors « tu dois commencer à t'en foutre puisque tu es
652 bientôt à la retraite » par rapport à mon travail et je dis « bah non je m'en fous pas, c'est pas
653 possible », par rapport au respect que j'ai de mon travail, par rapport au respect que j'ai par
654 rapport à mes collègues parce que si j'en fais moins, c'est l'autre qui va en faire plus donc
655 non. Mais c'est un jeu quoi, c'est normal, c'est pas méchant du tout mais bon, on se taquine
656 comme ça donc oui mais ça va pas au-delà, ça va pas au-delà.
- 657 **Er** : D'accord et vous arrivez toujours à produire autant euh...
- 658 **P** : D'activité ? Non non non non non. C'est sûr, j'ai été manager pédagogique, je gérais euh
659 je menais 50 000 choses à la fois, là maintenant non. Je peux plus allez, je peux plus faire
660 comme avant mais j'essaye d'être très actif et je suis quelqu'un d'actif et je n'aime pas rester

661 à mon bureau, je bouge beaucoup, je pense que je m'en sort. Peut-être que là et euh je vous
662 autorise, demandez à euh comment à Emma avec qui je travaille et vous lui dites
663 « maintenant que j'ai enregistré Philippe, qu'est-ce que tu en penses toi ? Est-ce que tu le
664 vois beaucoup bouger ou est-ce qu'il est statique ? Lui il se dit encore être actif mais moins
665 qu'il y a 10 ans » bon, posez lui la question, je vous autorise à lui dire « il se voit comme ça,
666 un peu moins bien mais encore convenable, est-ce que toi il est carrément à côté de la
667 plaque ou hors sujet quoi ou hors service ? », je vous autorise, vous verrez bien. Donc je
668 pense que je suis encore actif, j'ai besoin de bouger, je fais encore beaucoup de choses mais
669 j'en fais moins qu'il y a 10 ans c'est évident.

670 **Er** : C'est évident dans le sens où vous le ressentez, vous le constatez ?

671 **P** : Ouais.

672 **Er** : C'est par exemple que vous êtes fatigué plus vite que vous avez moins la possibilité de
673 faire des choses ?

674 **P** : Non c'est pas une fatigue physique, pas du tout c'est une fatigue plutôt morale. Ah ouais,
675 intellectuelle, c'est pas physique, je peux faire 10 fois le tour du pâté de maisons ça c'est pas
676 un problème. C'est pas physique c'est intellectuel. Je vois bien devant un ordinateur, surtout
677 moi qui suis un branque en informatique, j'assimilerai plus rien maintenant, puis ça me gave.
678 Alors est-ce que c'est un rejet parce que c'est pas de ma génération ? Mais je fais plus
679 d'effort de côté-là.

680 **Er** : D'accord, de la fatigue morale alors

681 **P** : Ouais c'est le moral qui fatigue plus que le physique. Parce que là encore une fois on a eu
682 des portes ouvertes, je suis très actif, je monte 10 fois les étages, je cours partout, je déplace
683 parce que là on a à déplacer des mannequins donc je les déplace mais en même temps je
684 fais autre chose. Bon et ça vous allez m'entendre, vous avez entendu la réflexion de Emma ?
685 « mon bureau et là et la photocopieuse est là-bas, t'as vu tout ce que j'ai à » ahhh mais pour
686 nous c'est pas un problème, on se pose pas la question on va à la photocopieuse (*rires*) bah
687 c'est générationnel aussi, j'ai 10 pas à faire mais c'est trop quoi alors que moi ce n'est pas un
688 problème, ça l'a jamais été. Donc y a aussi un problème de génération là-dessous, on était
689 amené nous à marcher plus enfin on avait pas ce problème-là bon. Donc votre génération
690 sera plus rapidement fatiguée que nous. Physiquement.

691 **Er** : Oui c'est vrai qu'entre les transports en commun et la technologie qui se développe pour
692 quasiment tout faire à notre place, au final c'est vrai.

693 **P** : Bon, attention hein. Bougez. Donc moi je lui dis « c'est très bon pour euh vos fessiers, il
694 faut marcher ». En plus je crois qu'elle fait du sport là Emma donc c'est pas ces 300m qui
695 vont dans la journée qu'elle fait en plus mais c'est pour lui dire non mais je vais pas exagérer
696 non plus, c'est vrai. Mais vous intellectuellement, vous serez peut-être plus longtemps dans
697 le trip « je bosse, c'est pas un problème ». Physiquement vous serez peut-être plus fatigués,
698 plus tôt que nous.

699 **Er** : Ah oui d'accord. Et la fatigue morale elle se traduit comment à part au travail ?

700 **P** : Bah c'est ça qui peut peut-être générer du stress. Indirectement parce qu'on est fragilisé,
701 on se fatigue, on broie du noir et puis on cogite, c'est ça qui peut peut-être générer du stress
702 aussi, c'est cette fatigue-là. Là euh point d'interrogation hein je vous renvoie aussi une
703 question, c'est peut-être que voilà, c'est peut-être justifié par rapport à ça. C'est euh on

704 parle beaucoup de burn out maintenant, et c'est une fatigue morale quoi, on est épuisé
 705 moralement bon et là ça génère des euh j'ai aussi quelqu'un à côté de moi qui, un ami, qui
 706 euh comment... a fait 2 burn out. Et le deuxième a été reconnu médicalement. A 53 ans il ne
 707 travaille plus. Il n'a que 53 ans et cette génération-là doit travailler jusqu'à 65 donc ça lui fait
 708 encore quelques années à ramer et à trouver de quoi vivre, c'est le cauchemar. Il est
 709 incapable d'aller travailler mais y a un moment où il est plus pris en charge, il faut qu'il
 710 retrouve un travail mais il peut plus, il peut plus trouver de travail 'fin, ça lui est
 711 insurmontable. Et quand on le voit arriver pour un euh pour une offre d'emploi, il est plus
 712 crédible quoi on se dit « oh ce mec-là il va faire long feu quoi » parce qu'il est lymphatique,
 713 parce qu'on sent bien qu'il y a un problème. Et il était RH dans une entreprise. Attention, il
 714 gérait 800 personnes. Bon donc voyez, y a un moment où ça peut aller loin le stress, bon. Et
 715 ça c'est une fatigue intellectuelle qui vous amène à ça.

716 **Er** : Et vous, vous avez déjà fait des burn out ?

717 **P** : Je suis passé pas loin. Ouais. Là moi ça fait 4 ans que j'ai ce poste-là donc je suis
 718 responsable promotion, événementiel et com interne. Bon auparavant j'étais manager
 719 pédagogique, j'avais 400 élèves, je travaillais avec 30 profs, je gérais 5 formations différentes
 720 bon bah là je dormais pas la nuit quoi. Je dormais pas la nuit. Et j'étais un angoissé de
 721 première. Il a fallu que la fusion en arrive ici il y ait trop de manager et qu'on se répartisse
 722 les tâches. Par chance, un manager ne voulait pas quitter son rôle de manager donc il a pu
 723 prendre mes élèves en plus 'fin mes formations que j'avais en plus parce que c'était ça le
 724 deal donc et moi on m'a débarrassé, on m'a donc enlever cette charge de manager, pour
 725 venir euh y avait personne à ce poste dans cette nouvelle école, et c'est un nouveau boulot
 726 pour moi, nouveau job : responsable promo, responsable com et responsable événementiel.

727 **Er** : D'accord. Donc si c'est un nouveau travail, il a fallu se réadapté du coup ?

728 **P** : Oui

729 **Er** : Et ça s'est passé comment ?

730 **P** : Bah ma seule difficulté c'est au niveau de la partie communication. Je suis une brèle en
 731 informatique. J'ai du mal et ça c'est compliqué. Mais l'événementiel c'est pas un problème
 732 et la promotion c'est pas un problème euh parce que indirectement je le faisais avant
 733 puisque bas je faisais tout donc bah dont la promotion et dont l'événementiel d'office avant,
 734 donc maintenant je ne fais que ça entre guillemets donc c'est bien, et la com là j'ai quelques
 735 soucis, heureusement que j'ai une Emma avec moi de temps en temps, croyez-moi. Ah ouais,
 736 vous êtes une génération euh bon un mail, je sais faire un mail mais déjà taper comme vous
 737 faites, taper de façon euh comme une dactylo dans le temps je ne sais pas. Bon, je fais rire
 738 tout le monde et après c'est tout simplement l'informatique euh j'ai quelques difficultés
 739 bon. Donc c'est un problème mais on m'en tient pas rigueur, je fais avec, je m'adapte, je j'ai
 740 réussi à dépasser quelques blocages au niveau informatique et puis y a des choses bah de
 741 toute façon ça fait du travail pour certain donc du coup on a pu embaucher, ce qui n'est
 742 qu'une apprentie mais quand même, par exemple euh Emma. Bon voilà et de toute façon,
 743 quand on est responsable de trois postes comme ça, tout seul je pouvais pas tout faire. C'est
 744 bien gentil mais je faisais beaucoup quand même pour un seul homme.

745 **Er** : Pour un seul homme ou pour quelqu'un qui a un certain âge ?

746 **P** : Vous êtes rance là, pour pas dire vache

747 **Er** : Ah pardon non mais c'est pour savoir si la question de votre âge est intervenue dans ce
748 constat, est-ce que vous avez pensé que c'est parce que vous aviez un certain âge que...

749 **P** : Bah notre génération est peut-être moins adaptée que vous en informatique donc peut-
750 être qu'il y avait un blocage par rapport à ça, bon pour le reste euh ahhh (*soupir*) allez savoir,
751 y avait peut-être une petite part, une petite part en effet, de l'âge aidant, l'âge étant et bien
752 euh... en effet, il peut y avoir une partie « bon bah je vieillis, je m'adapte moins, ou j'ai pas
753 envie aussi, je fais pas l'effort de » peut-être, oui oui.

754 **Er** : Oui. Alors je voudrais faire un grand retour en arrière. A un moment vous avez dit que
755 c'était pas normal de mourir à 50 ans aujourd'hui et c'était par rapport à...

756 **P** : Bah c'était par rapport à moi j'appelle ça des accidents de vie parce que vraiment ils y
757 sont pour rien quoi, une maladie grave et on meurt bon. Y a ceux qui entre guillemets se
758 suicident en bouffant gras toute leur vie...

Interruption : son portable sonne et il répond.

Reprise de l'enquêtrice.

759 **Er** : Oui en fait ma question c'était par rapport aux termes que vous avez employé quand
760 vous disiez que c'était pas « normal » de mourir à 50 ans

761 **P** : Non c'est pas normal, déjà parce que j'en ai 10 de plus donc à 50 ans je me sentais jeune
762 donc c'est inacceptable de mourir à 50 ans. Et y a pas d'âge euh je sais pas mais pas 50 ans
763 bon euh si... si je dis 80 ans y a des gens de 80 ans qui sont encore formidablement
764 conservés donc y a... euh plus on vieillit plus c'est juste... justifier de mourir mais à 50 ans, de
765 nos jours non, à 50 ans on est pas vieux, et j'y suis passé, on est pas vieux à 50 ans donc c'est
766 pour ça que c'est pas juste de mourir à 50 ans. Mais attention, je suis d'une génération...
767 vous avez quel âge ?

768 **Er** : 22 ans

769 **P** : Bon moi j'étais encore étudiant à 22 ans, j'arrivais pas à me projeter à mes 40 ans. Parce
770 que mes 40 ans c'était l'an 2000 donc on avait une image de l'an 2000 qui était éloignée et je
771 me disais « mais qu'est-ce qu'on fera à 50 ans ? » on arrivait pas déjà à se poser à 40 ans
772 donc je comprends que pour vous il y ait cette question peut-être euh « 50 ans c'est quoi ? »
773 et bah croyez-moi quand vous les aurez, vous serez encore jeune. Bon, donc c'est pas le bout
774 du monde 50 ans. Et donc moi maintenant que je les ai passé de 10 ans (*rires*) bah pour moi
775 un homme de 50 ans, une personne de 50 ans bah pour moi elle est jeune vous voyez tout
776 est relatif, bon. Et à 50 ans on a des enfants encore jeunes très souvent et donc voilà euh...
777 merde on laisse des enfants encore, une femme 'fin non c'est pas juste, c'est un manque de
778 voilà, c'est pas juste de mourir à 50 ans.

779 **Er** : D'accord. Et alors quand vous avez parlé des 60 ans vous disiez que c'était une nouvelle
780 étape par rapport aux 50 ans alors qu'est-ce qui change ?

781 **P** : Qu'est-ce qui s'est passé ? Ahhh... bah j'étais heureux d'avoir 50 ans parce que j'étais
782 encore fringuant quoi et se dit « bah j'ai 50 ans et puis je suis encore bien » donc on affront
783 les 50 ans assez facilement et là, parce que je commence à avoir des doutes, je regarde à
784 droite, à gauche et que maintenant j'ai une barbe blanche, et bah je me dis « 60 ans ça y est,
785 je passe un tournant » et puis la retraite arrive donc on se dit là voilà « on arrive dans le club
786 des vieux ». Alors c'est pareil, c'est ce qu'on se dit hein mais y a des gens qui et je les vois
787 mais je veux pas me sentir vieux.

788 **Er** : Et alors comment vous faites pour pas être vieux ?

789 **P** : C'est une histoire de... bah on essaie de sortir un peu, on essaie de voir du monde, on
790 essaie de ouais de rester dans la vie de de... voilà d'être actif... ça s'est important, de pas se
791 laisser aller, de pas prendre du ventre comme je le disais tout à l'heure voilà ou prendre du
792 ventre rester assis c'est non, voilà c'est un état d'esprit, c'est avoir un certain tonus, une joie
793 de vivre, une joie de vivre, être optimiste, ça aide.

794 **Er** : Et dans quel sens ça aide d'être optimiste ?

795 **P** : Bah quand on est positif, quand on broie pas du noir, et bah on est heureux, plus heureux
796 et les choses passent beaucoup mieux. Et on s'apitoie pas sur une petite douleur sur ceci
797 cela, on la voit moins, on la sent moins et ça j'y crois, j'y crois. Y a beaucoup de livre qui
798 tournent autour de ce qui est d'avoir une énergie positive, une attitude positive et bah ça j'y
799 crois. Ça permet d'aller mieux. Et physiquement aussi comme intellectuellement.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

800 **Er** : Et ça aide aussi je suppose à appréhender l'après

801 **P** : Automatiquement oui, on a un peu de recul, oui oui ça exactement. On avance plus euh
802 moins difficilement dans la vie alors c'est pas évident ce que je vous dis là, c'est un constat
803 bon, et regardez il y a des gens âgés qui sont heureux et qui sont formidables. Les gens qui
804 ont souffert dans leur vie, qui sont pessimistes, qui broient du noir et bien vivent moins bien
805 les choses et moins longtemps, j'en suis convaincu.

806 **Er** : Donc vous, vous vous considérez comme une personne optimiste ?

807 **P** : Ah non moi il faut que je fasse attention, ah non moi je suis un stressé, j'suis un inquiet
808 donc c'est pour ça que je fais des efforts et que je m'oblige bon et que je remercie j'sais pas
809 qui parce que je ne crois pas en dieu mais je me dis que j'ai beaucoup de chance dans ma
810 vie. Côté santé ça va, je vous ai dit que je peux me payer la euh les médecins que je veux
811 donc financièrement parlant, je suis pas milliardaire mais je me suffit et je j'ai beaucoup de
812 chance, j'ai beaucoup de chance. Donc je m'assois sur tous les bons côtés que m'a apporté la
813 vie pour dire « Philippe tu te calme, il y a pire que toi ». Donc je me compare et je me dis « tu
814 dois être positif, tu te dois de ne pas te plaindre parce que y a ça à côté » donc je m'oblige.
815 Mais c'est pas naturel hein.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

816 **Er** : D'accord euh... alors pareil je refais un retour en arrière, quand vous disiez qu'avoir un
817 corps sain c'était du respect pour soi-même, ça veut dire que vous par exemple vous prenez
818 soin de votre physique, de votre mental...

819 **P** : J'essaie, j'essaie. Oui oui.

820 **Er** : D'accord donc vous m'aviez dit que vous n'aviez pas fait de sport pendant 2 ans et au
821 niveau de l'alimentation, vous faites attention aussi ?

822 **P** : Oui, ouais je vous dit j'ai perdu 3kg parce que j'ai fait attention parce que j'avais pris des
823 kilos, je me suis laissé aller mais faut que je fasse attention, à mon âge on peut plus manger
824 ce qu'on veut sinon on prend du poids donc il faut faire attention. Donc là je m'étais lassé

825 aller, ouhla bah c'est les deux ans où j'ai pas fait de sport bah là, régime (*tape de la main sur*
 826 *son bureau*), pour commencer, je me remettrai au sport après, quand mon épaule ira mieux
 827 mais pour l'instant régime parce que j'avais pris du ventre, on grossit. Donc euh pus de pain,
 828 plus de... je vais dire plus de gluten mais ça n'a rien à voir avec la mode du gluten ou du sans
 829 gluten c'est plutôt parce que le gluten c'est quoi ? C'est de la farine de blé et c'est le pain,
 830 c'est les pâtes, donc voilà j'évite de manger pain et pâtes et bein tout doucement je perds un
 831 peu de poids. Beaucoup de fruits, moins de fromage enfin je mange pas beaucoup de
 832 fromage mais je fais attention, je reconnais je fais attention. Il le faut.

833 **Er** : Et la viande, pourquoi vous en mangez moins ?

834 **P** : C'est cancérigène la viande. Faut faire attention, je suis convaincu que mon papa a fait
 835 comment a fait un cancer du côlon à cause de ça. Mon père était un carnacier, un carnivore
 836 je sais pas comment on peut dire mais il mangeait beaucoup de viande, même de la viande
 837 crue. Ahhh quand il faisait de la viande et bah il pouvait pas s'empêcher, de couper avant de
 838 faire cuire sa viande, un petit morceau de viande qu'il mangeait comme ça cru, il adorait ça,
 839 bon, beaucoup de charcuterie, je suis convaincu que ça, ça l'a pas aidé à avoir un côlon
 840 (*rires*) sain en vieillissant. Donc voyez, c'est des trucs tout bêtes donc je fais attention, je suis
 841 plutôt poisson ou viande blanche. On sait que c'est moins agressif. Bon, pas besoin de
 842 manger de la viande tous les jours pour aller bien, je l'ai appris aussi ça, bon. Donc euh voilà
 843 alors que j'adore la viande ! Je me, je pourrais manger un pavé tous les soirs 'fin plutôt le
 844 midi, pareil, si j'ai de la viande à manger je la mange plutôt le midi que le soir, c'est lourd la
 845 viande le soir, on digère moins la viande la soir. Faut que ce soit un repas exceptionnel, avec
 846 des amis, on sort et là on se gêne pas mais au quotidien pas de viande le soir par exemple.

847 **Er** : D'accord donc vous mangez quoi le soir ?

848 **P** : Le soir ça va être des légumes, ça va être un poisson, même pas, des légumes, des fruits,
 849 un yaourt. Moi je me contente d'un saladier de tomates, d'un saladier de...alors en grande
 850 quantité, de champignons, j'aime bien les champignons et tout ce qui est cru en crudité,
 851 c'est le cas de le dire d'ailleurs, les légumes crus j'adore ça donc hier soir c'était un saladier
 852 de céleris en branche coupés en tout petit avec de l'huile d'olive, avec du vinaigre
 853 balsamique bah je me prends un plai et à côté du fromage blanc et bien j'étais heureux
 854 comme tout. Ce sont des choses simples comme ça mais ce sont aussi mes goûts. C'est aussi
 855 mes goûts, je suis pas quelqu'un qui a besoin de manger des choses en sauce, ça m'alourdit
 856 'fin j'ai jamais aimé ça, par chance j'aime les choses simples en, je peux manger du riz tous
 857 les jours. Du riz blanc tous les jours, j'adore ça. Donc vous voyez je peux me contente des
 858 choses simples parce que je suis pas épicurien, tout simplement. Je pense. Donc ça m'est
 859 facile. Mais je fais attention.

860 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que vous pensez des recommandations sanitaires ?

861 **P** : Qu'on... c'est des préventions... euh tout ce qu'on entend ? Oui bah je vais vous dire oui
 862 c'est pas innocent parce que un c'est en prévision de pour éviter qu'il y ait des pics de
 863 cancers et que ça nous coute cher etc, c'est pas innocent de ce côté-là, y a une prise en
 864 charge lourde de toutes ces maladies donc autant mieux comme on dit « prévenir que
 865 guérir » donc il y a des préventions, après bah il faut recenser et oui il faut le faire, après bah
 866 on écoute, on écoute pas y a des... voilà après on peut pas faire attention à tout euh et puis y
 867 a des âges, à votre âge on est immortel. Les gens de 20-25 ans sont immortels. Donc on peut
 868 pas, je pense que c'est pas un âge où on peut vous demander de faire attention. J'y suis
 869 passé, on y croit pas, on se croit immortel je vous dis, moi à 20 ans je me projetais pas 20 ans

870 plus tard, à 40 ans c'était impossible, j'étais « mais qu'est-ce que comment je serai à 40
 871 ans ? » donc on croit pas à la maladie, on ne croit pas à la mort et donc c'est pas à 20 ans
 872 qu'on fait attention à toutes ces choses. Alors si bien sûr les préventions, en plus là c'était le
 873 week-end du sidaction donc ça c'est quelque chose oui, ça faut vous le répéter, faut faire
 874 attention, bon. Mais mis à part ça, la cigarette c'est pas quelque chose qui vous inquiète je
 875 pense, pas encore parce que à 20 ans quand on fume on a pas de problèmes de poumons
 876 donc on s'en fout, euh on mange n'importe quoi ça fait pas grossir, on fait pas attention.
 877 Non mais c'est bien pour des personnes qui commencent à vieillir quoi, vers 30 ans il faut
 878 prendre conscience bah que le corps vieillit ou va se mettre à vieillir.

879 **Er** : Donc c'est dès 30 ans que...

880 **P** : Je sais pas si c'est 30 ans, je sais même plus, c'est plutôt 40 an ouais. Je sais pas après on
 881 perçoit les choses différemment, je vous dis, ça peut être un accident de la vie d'avoir
 882 quelqu'un à côté de soi qui est mort d'une maladie et là hop ça nous choque et on devient
 883 sensible. Mais sinon, si tout va bien, on fait pas attention à tout ça. On voit qu'il y a une
 884 grosse épidémie, que ce soit générationnel comme le sida par exemple ou euh... je sais pas
 885 des gripes euh des grosses épidémies de gripes, je ne sais pas mais là, il y a une alerte et
 886 on fait attention. Pareil, c'est pas à votre âge que vous allez vous faire vacciner contre la
 887 grippe. On parle de vaccin contre la grippe, c'est des personnes âgées dont je fais partie
 888 mademoiselle depuis quelques mois (*sourit*) et donc c'est à partir de 60 ans je crois qu'il faut
 889 faire attention à se faire piquer contre la grippe. Bon, donc on va bien voir si je le fais ou pas.
 890 Je l'ai pas encore fait.

891 **Er** : Mais donc on a l'impression que c'est quand tout va mal qu'on remarque que...

892 **P** : Trop tardivement oui. Ça peut être ça. Ou quand ça va mal et malheureusement oui pour
 893 soi ou alors si on a vu quelqu'un souffrir à côté de soi. Là, c'est pas à souhaiter mais on
 894 devient plus prudent, je l'espère.

895 **Er** : Oui parce qu'il y a le vécu et oui. Et alors est-ce que vous avez peur de certaines
 896 maladies ?

897 **P** : Le cancer oui, ah oui. C'est destructeur ce truc-là. Le cancer, parce que c'est ça la grande
 898 maladie. Vous pensez à autre chose ?

899 **Er** : Euh... je sais pas il y a par exemple le diabète, le cholestérol, les risques cardiaques...

900 **P** : J'y pense pas. J'y pense pas à tout ça alors que vous avez raison voyez ? Parce que j'ai
 901 l'impression de manger sain entre guillemets, j'ai pas de cholestérol euh diabète j'en ai pas
 902 donc c'est pas quelque chose qui me préoccupe mais on se fragilise en vieillissant et les
 903 cancers peuvent euh...bah parce que le corps vieillit et se fragilise donc ça peut laisser la
 904 place à certains cancers donc c'est ça à quoi je pense parce que si on fait attention, on peut
 905 éviter les cholestérol, on peut éviter les diabètes mais le cancer, à part le cancer du
 906 poumons qu'on se provoque, ou de la gorge à cause aussi de la boisson et de la cigarette
 907 mélangés et bien on le subit malheureusement, un cancer du sein on le subit. Un cancer du
 908 côlon quoi que si on mange 5 fruits et légumes par jour bah ça contribue au niveau cancer et
 909 du côlon généralement mais les cancers on les subi, on les subi donc ça, ça me fait peur
 910 plutôt que des maladies où si on fait, si on respecte son corps comme je vous le disais.
 911 Cholestérol voyez j'y pense pas parce que j'en ai pas, le diabète pareil j'y pense pas mais ça
 912 peut faire des ravages. Mais j'y pense pas voyez, chacun voit midi à sa porte. C'est le cancer
 913 qui m'inquiète, parce que c'est moche de voir quelqu'un avec un cancer, on le voit se... euh...

914 on le voit périr quoi, vieillir prématurément, maigrir, se fragiliser, c'est terrible. Se
915 transformer, c'est terrible.

916 **Er** : D'accord et des maladies comme Alzheimer par exemple ?

917 **P** : Bah je vais vous dire je m'en fous parce que si j'ai Alzheimer je me verrai pas partir.
918 J'avais une grand-mère qui avait Alzheimer, c'était formidable. Pour elle hein, nous ça a été
919 très difficile à vivre parce que pour les autres c'est difficile mais les Alzheimer, ils en ont pas
920 conscience. Ils sont euh, ils perdent la tête alors il y a plus que l'étape où on sait euh
921 maintenant on en parle des maladies donc on vous apprend peut-être que vous avez
922 Alzheimer, y a une étape où on entend parler, on sait qu'on a Alzheimer mais bon on a plus
923 la tête, on a plus la tête. C'est terrible (*rires*) mais en attendant pour les autres c'est affreux,
924 affreux affreux.

925 **Er** : Et des maladies comme Parkinson ?

926 **P** : Ouais ça reste euh voyez, là on se voit malade. Alzheimer y a une étape où on se dit
927 « merde j'ai Alzheimer » mais comme c'est une maladie mentale on oublie alors que
928 Parkinson on se voit. Vous avez raison. C'est des maladies où on 'fin dégénératives, je sais
929 pas comment on peut dire où on se voit diminuer et on y pense. Mais spontanément vous
930 voyez 'est vous qui me faites penser à tout ça mais moi c'était le cancer, mon problème
931 c'était le cancer. C'est terrible hein et peut-être que d'autres personnes vous diront d'autres
932 maladies par rapport à ce qu'ils ont autour d'eux ou vécu autour d'eux.

933 **Er** : Et alors qu'est-ce que c'est pour vous qu'être en bonne santé ?

934 **P** : Bah la bonne santé c'est se lever sans avoir mal aux articulations, la bonne santé c'est de
935 vivre normalement euh... sans avoir des problèmes de respiration quand on fait une marche,
936 sans euh oui encore courir comme moi à droite et à gauche quand je suis dans le travail à
937 faire pour l'événementiel, à être dans la cave, monter au grenier, dans l'école, courir à droite
938 à gauche et pas se sentir épuisé... euh bonne santé ouais c'est ça, c'est être autonome, être
939 à l'aise, ne pas souffrir bien sûr, être bien dans son corps malgré son âge et puis faire peut-
940 être aussi avec certains soucis parce qu'en vieillissant les problèmes articulaires ça fait partie
941 de la vie donc faut se ménager mais voilà c'est ne pas souffrir, ne pas avoir de maladies
942 graves c'est être en bonne santé. Un rhume c'est pas méchant euh... euh et le reste voilà
943 c'est un peu de prévention pour éviter des problèmes de dents, des problèmes d'yeux 'fin
944 voilà, qui font que le corps vieillit et on doit faire avec aussi.

945 **Er** : Et justement pour tout ce qui est du niveau de la prévention, vous vous obligez à faire les
946 dépistages ?

947 **P** : Ouais ah bah oui je suis obligé 'fin je suis obligé et je le fais parce que ça me soucie parce
948 que vous voyez quand vous m'avez demandé « peur d'une maladie » et moi c'est le cancer
949 et moi c'est le cancer du côlon de mon père et on m'a dit « vous êtes un terrain favorable,
950 attention ». J'ai un frère donc tous les deux on se fait suivre, mon frère dès qu'on lui fait une
951 comme une recherche, une coloscopie, on lui trouve des polypes c'est-à-dire que c'est
952 éventuellement des ça pourrait se transformer en cancer donc on lui enlève et tout va bien,
953 régulièrement on lui enlève des polypes et moi je n'ai rien. Voyez, on est deux frères, lui il
954 aurait peut-être tendance à avoir éventuellement dans le temps quelque chose de plus
955 grave, moi non y a toujours rien mais je suis obligé de le faire et ça me rassure aussi même si
956 c'est pas agréable.

957 **Er** : D'accord. Et alors dans 10 ans, comment vous vous voyez ?

958 **P** : Bah j'ai pas envie de me projeter dans 10 ans. Comme aujourd'hui. Quelqu'un
959 d'autonome, quelqu'un qui ne souffre pas, quelqu'un qui n'est pas malade.

960 **Er** : Donc avoir toujours une bonne santé et en activité aussi ?

961 **P** : Voilà avoir une bonne santé et euh avoir une oui, quand je dis autonome c'est le côté
962 autonome, c'est pouvoir sortir, marcher, aller aux spectacles parce que je serai à la retraite
963 dans 10 ans, je serai vraiment à la retraite, j'aurai 70 ans donc euh activité oui, faire des
964 activités mais pas être en activité dans le sens avoir un travail régulier mais avoir des
965 activités : sortir, avoir des passions, s'occuper du jardin je ne sais pas euh d'animaux ou de
966 personnes âgées, c'est rassurant de s'occuper de personnes plus vieilles que soi, euh être à
967 la soupe populaire, être utile, des choses comme ça, des choses comme ça, voilà avoir des
968 activités. C'est important pour son moral, pour sa santé.

969 **Er** : Dans le sens où on est toujours stimulé c'est ça ?

970 **P** : Ouais il le faut.

Silence de 10 secondes.

Reprise de l'enquêtrice.

971 **Er** : Alors je vous ai demandé si vous aviez peur de certaines maladies mais est-ce que vous
972 avez peur aussi de la vieillesse ou du vieillissement ?

973 **P** : Avec tout ce que je vous ai dit oui quand même. Oui oui

974 **Er** : Vous y pensez ?

975 **P** : Maintenant oui. Quand je vous disais que les jeunes font pas attention etc, moi le regard
976 que j'ai sur les personnes âgées, je me projette en même temps et je me dis « et dans 10 ans
977 je serai peut-être comme ça, avec un cane, à être bossu 'fin à être courbé » parce que je me
978 tiendrai plus droit, avec des jambes gonflées parce que j'aurai un problème de circulation,
979 j'observa tout ça et ça, ça m'embête terriblement voilà.

980 **Er** : D'accord et ça vous y pensez depuis longtemps ou seulement depuis que vous avez 60
981 ans ?

982 **P** : Non alors j'ai 60 ans depuis un mois donc ça va encore non depuis je sais pas, quelques
983 années quoi, quelques années parce qu'on se voit vieillir quand même, on se voit vieillir
984 donc on se dit « bah tien, ça s'approche » voilà.

985 **Er** : D'accord. Et pareil, est-ce que vous avez peur de la mort ou de mourir ?

986 **P** : C'est compliqué, des fois oui des fois non. Bah quand on m'annonce que quelqu'un est
987 mort comme ça dormant, je trouve ça fabuleux. Y a des gens qui ont peur d'avoir une
988 anesthésie par exemple en disant « oh je risque de mourir » et moi je leur dis « mais c'est la
989 plus belle mort, tu t'endors et tu te réveilles pas ». Donc moi ça me fait pas peur. Mais
990 mourir dans la souffrance, là ça m'embêterait. Et oui sinon dans l'absolu la mort fait peur, y
991 a une angoisse. Petit j'avais peur de la mort, moins maintenant. Petit j'étais angoissé par le
992 mort, plus maintenant.

993 **Er** : Et pourquoi ?

994 **P** : Bah je sais pas, parce qu'on vieillit, parce qu'on devient philosophe, parce qu'on a une
995 expérience de la vie, parce que euh on appréhende moins ou sur d'autres points, on se
996 polarise sur d'autres points ou plus elle approche et moins on veut la voir peut-être aussi

997 hein. Mais petit je me rappelle ne pas pouvoir dormir à cause de ça, en pensant à la mort.
998 J'étais petit hein, tout petit et c'était traumatisant mais maintenant plus maintenant.
999 Maintenant j'y pense mais c'est plus de la même façon, ça m'empêche pas de dormir, ça
1000 m'angoisse pas, bon y a la mort qui sera là mais pour tout le monde mais je m'y approche
1001 plus vite que vous (*rires*), plus rapidement que vous.

1002 **Er** : Mais par exemple vous vous dites jamais « et si je mourai demain » ? ça vous angoisse
1003 pas ?

1004 **P** : Non non. Ah non une fois qu'on est mort, on est mort, tant pis, restera ce qui restera. Ah
1005 non, non non. J'ai pas d'enfant, peut-être que ça, ça aide. A pas laisser des gens dans la
1006 peine, dans euh ne pas se dire « j'ai pas été jusqu'au bout de mon rôle de père », j'ai pas
1007 d'enfant. Alors peut-être que ça, on se sent moins attaché et c'est pas grave si on part plus
1008 tôt (*rires*). Peut-être.

1009 **Er** : Oui alors c'est pas faux parce que j'ai justement eu une réflexion là-dessus, une femme
1010 qui disait avoir peur de laisser ses enfants

1011 **P** : Et voilà, voilà « je vais laisser quelqu'un derrière moi ». Et je crois que quand on est
1012 parent, on enfin les enfants ont toujours besoin de vous quoi alors on a toujours l'impression
1013 même quand on même quand les enfants sont déjà âgés, on se dit que les enfants ont
1014 besoin de moi. Non non donc et je vous l'ai dit, ça j'en ai conscience. Donc moi je peux partir
1015 demain c'est pas un problème.

1016 **Er** : D'accord mais donc vous vous sentez heureux ? Vous ne vous dites pas que si vous
1017 partiez demain vous n'auriez pas accompli certaines choses ou...

1018 **P** : Ah il faut pas vivre dans le regret ah non, jamais. J'ai raté un tas de choses dans ma vie et
1019 je me suis toujours dit « tu l'as fait, tu l'as fait donc n'ai pas de regret » donc surtout pas,
1020 ohlala c'est compliqué après. Donc je n'ai pas de regret en me disant « j'ai pas fait ci, j'ai pas
1021 fait ça ». Si je les ai pas fait c'est que je devais pas les faire. Si je les ai pas fait c'est parce que
1022 j'ai pas voulu les faire. Donc y a pas à avoir de regret. C'est conscient. Bon après, j'aurais
1023 bien aimé gagné au loto, ça peut arriver mais non c'est non non. Non. Non je crois que la vie
1024 m'a donné beaucoup de chance, j'ai eu beaucoup de chance dans la vie donc je vais pas me
1025 plaindre, j'ai pas à me plaindre, surtout pas et avoir des regrets bah oui j'aurais aimé être
1026 chirurgien, j'aurais aimé être vétérinaire euh je sais pas, avoir trois maisons euh bon bah ça
1027 s'est pas fait comme ça et j'ai pas trois maisons, je suis pas vétérinaires mais je suis pas
1028 malheureux pour autant. Voilà et quand on meurt on emmène pas un coffre-fort avec soi au
1029 cimetière, ça je l'ai compris donc je vis avec ce que j'ai, très bien, c'est tout et après moi, on
1030 verra bien. non c'est pas un souci.

1031 **Er** : D'accord. Alors maintenant à l'inverse de vous projeter 10 ans en avant et si vous
1032 repensez à 10 ans en arrière, qu'est-ce que vous pouvez dire ?

1033 **P** : La vie va très vite. Ah non non, moi je ne me rends pas compte de la rapidité de la vie
1034 quoi. Profitez-en. Quand je vois des gens de 30 ans, 40 ans, plutôt 40 ans parce que vous à
1035 20 ans c'est trop tôt mais à 40 ans j'imaginai roulez vous dans le bonheur, profitez-en et
1036 vous avez 10 ans merveilleux devant vous. 40 ans – 50 ans c'est FOR-MI-DABLE. Alors vous
1037 bien sûr c'est inimaginable, vous avez une puissance devant vous de vie donc éclatez-vous,
1038 en étant raisonnable. Mais jusqu'à 40 ans c'est merveilleux et après on pourrait commencer
1039 à s'inquiéter mais je dis non, 40-50 ans appréciez-les parce qu'après ça va devenir
1040 compliqué. Donc moi je trouve que la vie va très vite, moi j'ai rien vu passer. Peut-être que

1041 c'est ça le regret : j'ai rien vu passé, c'est passé trop vite. Et j'ai encore et d'autres vous le
1042 diront, on reste gamin toute sa vie ou moi je suis resté gamin toute ma vie et hélas c'est ça
1043 qui m'embête quoi, c'est que j'ai pas l'âge mental de mes artères. Voilà.

1044 **Er** : Ah donc vous vous sentez plus jeune en fait ?

1045 **P** : Ouais mais oui oui.

1046 **Er** : Et ça vous pensez que c'est pas tout le monde ?

1047 **P** : Je ne sais pas, je sais pas, posez la question autour de vous. Les gens défaitistes « oh bah
1048 oui je suis un vieux » non ça me plait pas de parler comme ça. D'accord ? donc euh... je sais
1049 pas je pourrai pas...

1050 **Er** : D'accord. bon vous avez quelque chose à rajouter ?

1051 **P** : Non c'est vous, si vous trouvez que ça correspond à, si c'est conforme à votre attente, si
1052 vous avez appris des choses par rapport à ce que vous devez faire

1053 **Er** : Ah bah oui bien sûr

1054 **P** : Si vous trouvez qu'on a pas perdu 2 heures ensemble, je suis ravi. Vous voyez on a vieilli
1055 de 2 ans tous les eux euh de 2 heures tous les deux et on se porte bien bon.

1056 **Er** : Ah oui si, si vous deviez définir votre état de santé actuel en 3 mots, qu'est-ce que vous
1057 diriez ?

1058 **P** : Faut pas me poser ce genre de question, devant ça je sais pas quoi répondre. Ça pourrait
1059 être pire, je sais pas. Parce que j'ai des douleurs, j'ai quelques soucis mais toujours pareil,
1060 faut voir pire que soi. Donc ça pourrait être pire. Mon état est euh je suis bien, pour mon âge
1061 dans euh côté santé. Après physiquement c'est encore autre chose mais côté santé, à ce
1062 jour, si on m'apprend pas que j'ai une maladie grave, je suis bien.

1063 **Er** : D'accord. Et alors maintenant peut-être 3 mots pour me donner votre vision de la
1064 santé ? A quoi vous pensez quand on vous dit « santé » ?

1065 **P** : Au bon moral. C'est aussi faut se mettre dans voilà, la santé c'est aussi le moral, ça joue
1066 dedans énormément. Donc être positif.

1067 **Er** : D'accord et vous pensez que la santé influe sur la vie, tout au long de la vie ? Ou au final
1068 on s'en rend compte qu'à partir d'un certain âge ?

1069 **P** : Non toute euh y a des jeunes qui ont des problèmes, non non c'est toute la vie où on
1070 peut avoir des soucis. Moi je suis passé à travers parce que je suis costaud 'fin costaud, j'ai
1071 pas eu de problème de santé. Je crois euh... j'ai une amie euh j'ai des amis autour de moi qui
1072 sont handicapés ou qui sont devenus handicapés ou qui ont découvert des maladies
1073 dégénératrices parce que les parents y avait des mauvais gènes quoi. Euh j'ai une amie qui a
1074 55 ans, qui depuis l'âge de 25 ans se bat avec une maladie. C'est pas juste ça, elle va encore
1075 passer sur le billard, 6 mois hospitalisée et alitée, est-ce normal ? Elle a vécu ça déjà 4 fois
1076 bon, dans sa vie bah je trouve que c'est pas normal. Moi je suis passé à travers tout ça. Je
1077 sais plus quelle était la question

1078 **Er** : Euh c'était votre vision de la santé en 3 mots

1079 **P** : C'est être en forme euh... c'est être dans la vie, être autonome, faire ce qu'on a envie
1080 sans avoir besoin d'une canne, sans avoir besoin d'un soutien, sans se dire « ah je vais avoir

1081 mal au dos en faisant ça » euh tout ça. C'est de pas se rendre compte qu'on peut être
1082 malade, parce qu'on y pense pas parce que voilà c'est ça.

1083 **Er** : D'accord, et ça veut dire quoi « être dans la vie » ?

1084 **P** : Bah ça c'est mon problème, on rentre dans un problème psychologique... être dans la vie
1085 bah c'est être avec tout le monde, au milieu de tout le monde. Voilà être dans un monde où
1086 ça bouge, dans un monde où vous participez à des choses bon, voilà ça c'est être dans la vie
1087 pour moi. Qui suis quelqu'un qui a tendance à être... je suis un autiste raté. Quelqu'un
1088 d'autiste c'est quelqu'un d'isolé, y a des autistes et on déclare ça oui très jeune chez les
1089 enfants. Bah j'ai l'impression que je suis passé à côté, à deux doigts de l'autisme donc j'ai
1090 toujours été un jeune réservé, un jeune en retrait, quelqu'un euh voilà et je me suis toujours
1091 battu pour me dépasser sinon je pourrais vivre isolé dans un trou, sans problème, sans
1092 problème. Je peux rester huit jours enfermé chez moi sans problème. Et ça je me bat contre
1093 ça, c'est la facilité et c'est pas bon. Voilà quand j'en parle des fois, être dans la vie c'est être
1094 autour des autres, être dans euh le mouvement, participer à des choses voilà. Ok ? Mais
1095 vous voyez là on rentre dans quelque chose de plus psychologique parce qu'il y a des failles
1096 ou des choses qui ont fait que euh... je j'ai été un gamin un peu triste, j'ai été un gamin isolé
1097 mais de mon fait, voilà je me mettais de côté pas comme les autres 'fin et donc je vous dis
1098 j'étais à deux doigts d'être autiste parce que je m'isolais et j'étais tout seul et on me pourrait
1099 pour aller vers les autres, et j'étais en retrait... mais j'en ai pris vite conscience, je me suis
1100 toujours battu contre ça voilà, c'est prendre conscience des choses et se battre pour éviter
1101 de voilà de rentrer dans une solitude euh dans la maladie c'est pareil, je pense que c'est ça
1102 aussi. Parce que l'autisme c'est comme une maladie hein, bon.

1103 **Er** : D'accord bon et bien, vous avez des choses à rajouter ?

1104 **P** : Non, vous m'avez fait parlé, et même très bien, si ça vous convient

1105 **Er** : Bah écoutez, si vous n'avez plus rien à dire, ça va

1106 **P** : Je n'ai qu'à dire que voilà maintenant je réponds à vos questions, je me suis un peu
1107 présenté au départ, vous êtes revenue sur certains points, bon maintenant si vous avez des
1108 questions je vous écoute et je vous répondrai

1109 **Er** : D'accord et bien écoutez non tout est très clair. Maintenant je vais vous poser des
1110 questions pour faire ce qu'on appelle un portrait. Donc ce sont des questions comme euh
1111 quel âge avez-vous, quel niveau de diplôme vous avez...

1112 **P** : D'accord et bien j'ai 60 ans, euh le niveau de diplôme j'ai qu'un B 'fin je suis rentré euh
1113 j'ai un BTS, je n'ai qu'un BTS de ma génération

1114 **Er** : D'accord dans quelle matière ?

1115 **P** : Alors moi j'ai un j'ai fait une école d'art qui est l'école Boule donc j'ai un BTS de designer
1116 ameublement. Ok ? Donc de là, ayant fait l'école Boule après toutes les portes se sont
1117 ouvertes, je n'ai jamais cherché de travail, ça aussi c'est de la chance. On est venu me
1118 chercher pour mon premier emploi et après on est venu me chercher pour être enseignant.
1119 J'ai été enseignant pendant 15 ans, prof d'histoire de l'art et de dessin d'accord ? Et au bout
1120 de 15 ans on est venu me chercher pour être manager. Je n'ai jamais cherché un travail, c'est
1121 pas de la chance ça ?

1122 **Er** : Si c'est vrai

1123 **P** : Bon, avec une santé, puisqu'on parlait de santé, sans trop de problème 'fin ça aide, des
 1124 parents aimants ça aide, financièrement parlant puisque je travaillais j'avais un peu d'argent
 1125 et j'en avais pas besoin de milliards, ça aide bon donc beaucoup de chance, beaucoup de
 1126 chance et ça, je m'assois là-dessus pour dire « Philippe te plains pas, Philippe tu as eu une
 1127 belle vie, continue comme ça ».

1128 **Er** : D'accord donc pour refaire la chronologie, vous êtes sorti de l'école à...

1129 **P** : Donc je suis sorti de l'école à 21 ans, l'armée obligatoire 'fin j'ai quitté un BTS, j'ai jamais
 1130 pu aller au-delà il fallait que je parte à l'armée, à l'époque il fallait y aller au maximum mais à
 1131 21 ans fallait partir à l'armée d'office même si vous n'aviez pas fini vos études. J'ai fait mon
 1132 BTS et je suis parti et quand je suis revenu un an après, mes copains avaient continué, j'étais
 1133 en décalage, j'étais plus avec eux donc j'ai commencé à travailler et j'ai travaillé dans un
 1134 bureau d'étude 2 ans et là on est venu me chercher pour être enseignant. Donc j'ai été 2 ans
 1135 dans un bureau d'étude pour dessiner des meubles, après j'ai fait 15 ans d'enseignement, on
 1136 est venu me chercher, dans cette école chambre de commerce on m'a dit « maintenant c'est
 1137 vous qui remplacez votre patron, vous devenez manager » - « je veux pas » - « mais si mais si
 1138 c'est une obligation, y a que vous qu'on voit » ok voilà. Et puis y a 4 ans on m'a dit « bah
 1139 maintenant si tu veux, il te reste 5 ans de carrière, si tu veux bah voilà, on te propose ça ».
 1140 Donc ça fait euh toute ma carrière je l'ai fait dans la même boîte. Et on peut dire que tous les
 1141 deux ans je faisais quelque chose de différent. Même en tant qu'enseignant, j'ai évolué sur
 1142 15 ans, après en tant que manager, j'ai évolué aussi donc j'ai pas arrêté quoi, et en restant
 1143 toujours dans la même boîte à la chambre de commerce.

1144 **Er** : D'accord. Et vos parents qu'est-ce qu'ils faisaient comme métier ?

1145 **P** : Mon père bah mon nom est italien donc j'ai des origine italiennes de père et de mère,
 1146 donc des parents qui viennent d'Italie tous les deux donc peut-être que ça, ça fait que c'est
 1147 une culture, on a été déplacé de de ses origines, de son pays d'origine donc peut-être que ça
 1148 dans l'histoire, ça marque aussi des gens mais mon père en tant que bon italien, je vais dire
 1149 maçon pour faire pleurer mais il était entrepreneur en maçonnerie. Donc il avait euh bah un
 1150 homme intelligent qui a su mais c'était aussi une autre génération et c'est facile pour eux
 1151 hein, qui dans les 30 glorieuses et bien a créé son entreprise, a eu une belle entreprise de
 1152 maçonnerie et qui a eu des ouvriers, qui a gagnait bien sa vie et j'en ai profité en tant que
 1153 jeune, j'étais un enfant avec des parents qui avaient un peu de sous voilà donc euh père en
 1154 maçonnerie et une maman mannequin. Donc euh y a pire hein dans la vie.

1155 **Er** : D'accord et quel était leur niveau de diplôme ?

1156 **P** : Alors euh mes parents sont nés en 22 hein c'est une autre génération donc euh sûr,
 1157 certificat d'étude et à l'époque c'était quelque chose de bien donc ils ont eu tous les deux le
 1158 certificat d'étude, ma mère a été au-delà, je pense qu'elle a été jusqu'au bac euh elle était
 1159 bac mais comptabilité, elle a fait de la comptabilité, qu'elle a pas suivi après puisqu'elle a
 1160 commencé à travailler mais elle a travaillé dans un quartier euh tout ce qui est un peu euh
 1161 simplement dans le 8^e, près de l'avenue Montaigne où Christian Dior avait ouvert son
 1162 magasin, dans les années 50 et que la sœur de ma mère était couturière et elle avait trouvé
 1163 ce travail chez Dior, et ma mère qui travaillait à trois pas, venait la chercher le soir et ma
 1164 mère s'est faite repérée en attendant sa sœur devant la porte de chez Dior, on lui a dit
 1165 « mademoiselle rentrez » et on lui a proposé d'être mannequin. Donc elle a arrêté son
 1166 travail au bout de deux ans donc elle a été mannequin, mon père lui à part son euh il voulait
 1167 être pharmacien. Arrivé en France avec ses parents, mon père est arrivé à l'âge de deux ans

1168 et ses parents l'ont laissé faire ses études jusqu'à l'âge de 14 ans je sais pas l'âge du certificat
 1169 d'étude, et mon père voulait être pharmacien, il a commencé des études et son père avait
 1170 besoin de son fils pour travailler, il lui a dit « t'arrêtes tout, tu viens travailler avec moi ». Et
 1171 donc mon grand-père qui avait une entreprise de maçonnerie et bien mon père a travaillé
 1172 comme maçon et a développé ça a fait une belle entreprise après et là, voyez donc des gens
 1173 qui avaient un potentiel mais qui ne sont pas partis comme ça parce que la vie elle est, ils
 1174 ont eu de la chance dans un sens parce qu'il y avait pire comme travail et mon père
 1175 indirectement n'a pas pu faire ce qu'il aurait voulu alors qu'il avait les moyens intellectuels,
 1176 allez savoir pourquoi il voulait être pharmacien, donc il a commencé une année pour être
 1177 pharmacien puis son père a dit « non maintenant tu viens travailler avec moi, j'ai besoin de
 1178 toi ». Et à l'époque on respectait ses parents, à 18 ans je sais pas mais il a arrêté d'aller à
 1179 l'école parce qu'il fallait travailler. Donc mère au foyer après quand j'étais jeune, et père
 1180 entrepreneur en maçonnerie. Voilà euh j'ai un frère aîné, qu'est-ce qu'il vous faut d'autre
 1181 dans mon pédigrée ?

1182 **Er** : Euh il a quel âge votre frère ?

1183 **P** : 65 et il est à la retraite mais... voyez on a eu les mêmes chances et lui il a carrément
 1184 pourri sa vie. C'est son problème. Voyez ? On a eu les mêmes chances, les mêmes parents et
 1185 il a brulé la chandelle par les deux bouts et qu'est-ce qu'on fait ? Je sais pas voyez, c'est une
 1186 histoire de personnalité, il s'est pas inquiété comme moi donc c'est son problème mais mon
 1187 frère a failli être SDF pour vous dire. J'ai plus de nouvelles bon donc mais j'ai un frère. Il est
 1188 encore de ce monde, j'ai un frère aîné.

1189 **Er** : Et vos parents sont morts à quel âge ?

1190 **P** : Ma maman est morte à 80 ans et mon papa à 91 ans.

1191 **Er** : Et votre mère c'était un cancer...

1192 **P** : Du sein, qu'elle a caché à tout le monde. Ça c'est encore une histoire.

1193 **Er** : Ah et pourquoi elle l'a pas dit ?

1194 **P** : Bah parce que son mari avait commencé un cancer du côlon donc comme en tant que
 1195 femme elle a senti qu'il y avait quelque chose qui n'allait pas, elle s'est dit « c'est pas grave,
 1196 mon mari c'est plus grave ». Elle est restée sur cette appréhension-là. Donc « mon mari c'est
 1197 grave, pas moi » et bah son mari ça a été grave 10 ans et pendant ce temps-là son cancer
 1198 s'est développé. Elle n'a rien fait. C'est terrible et quand on ne pouvait plus le cacher parce
 1199 que vraiment ça se voyait physiquement bah c'était trop tard. Une horreur, elle a souffert le
 1200 martyr et ça c'est un drame, j'étais impuissant vis-à-vis de ça, j'ai rien vu venir. Mais ça c'est
 1201 une autre génération, des femmes qui se dévouaient pour leur mari et pour leur famille,
 1202 pareil, mes parents se sont dévoués pour leurs enfants. Mon père disait toujours « moi je
 1203 suis le coq et un coq, dans un poulailler, c'est sa poule et les poussins d'abord, lui après ». Et
 1204 c'étaient des gens dévoués mais c'est une autre génération donc à la limite vous pouvez
 1205 peut-être pas comprendre cet état d'esprit-là, italiens en plus avec une culture très famille
 1206 (*rires*).

1207 **Er** : Et vous aviez quel âge quand vos parents sont morts ?

1208 **P** : Et bien mes parents m'ont eu tard donc j'avais quel âge... bah c'est simple ma mère m'a
 1209 eu à 32 ans oui donc euh quel âge j'avais... elle est morte à 80 ans donc ça fait 48 donc j'avais
 1210 48 ans... et mon papa bah j'avais dix ans de plus quoi.

- 1211 **Er** : D'accord euh où est-ce que vous habitez ?
- 1212 **P** : J'habite à Paris. Avant j'habitais dans le val d'Oise chez mes parents et dès que j'ai
1213 travaillé j'ai habité paris. Dès l'âge de 21 ans.
- 1214 **Er** : D'accord alors vous êtes marié ?
- 1215 **P** : Je vis euh comme on dit « maritalement », en couple.
- 1216 **Er** : Depuis combien de temps ?
- 1217 **P** : Euh depuis dix ans. Avec cette personne.
- 1218 **Er** : Bon et bien ah si euh vous m'aviez dit que vous n'étiez pas catholique enfin...
- 1219 **P** : Non alors je suis de culture même catholique, en tant que bon italien, on est très religieux
1220 chez les italiens 'fin religieux, croyant pardon donc j'ai été élevé dans la religion catholique,
1221 j'ai fait ma communion etc mais moi je ne suis pas croyant. Voilà. Ça c'est mon affaire mais
1222 j'ai eu une culture enfin j'allais à la messe, j'ai été baptisé, j'ai eu le droit à tout en tant que
1223 bon petit catho quoi. Après en vieillissant je me suis fait mais raison et je ne suis pas croyant.
- 1224 **Er** : D'accord et bien alors c'est bon.
- 1225 **P** : Bah merci beaucoup, j'espère que tout ça va vous aider
- 1226 **Er** : Oh oui merci beaucoup à vous pour votre temps. Merci.

Entretien n°5/10 – Annie <i>« Après avoir failli mourir, on se sent jeune et bien. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 49 ans, vivant en couple avec deux enfants. A un bac+2 et est actuellement responsable marketing direct. Vit à Chatou dans le département du 78.
Date de l'entretien	29 mars 2017
Lieu de l'entretien	Locaux de son lieu de travail
Ville	Saint-Denis
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	115 minutes
Conditions de l'entretien	Dans une petite salle de réunion, enquêtée et enquêtrice seulement
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	<p>Annie commence par parler de son cancer du sein, duquel elle a guéri il y a 10 ans. Ses chances de survie étaient alors très minces. Le protocole qu'elle a dû suivre a laissé des séquelles et la reconstruction a été longue. Elle a su trouvé du soutien auprès de son conjoint qui a lui aussi connu un cancer, de ses enfants, qui bien que très jeunes étaient informés, ainsi que d'une amie atteinte elle aussi d'un cancer du sein pour lequel elle a été soignée en même temps qu'Annie. Aujourd'hui elle n'est quasiment plus suivie. Elle accuse principalement son environnement de lui avoir donné le cancer, bien qu'elle ait un terrain génétique. Elle déplore que dans son milieu professionnel, personne ne se soit soucié de rien. Quand elle est retournée travailler, elle dit être revenue dans la vraie vie, plus superficielle. La reprise a été difficile mais la communication est sa passion. Durant la maladie, les changements corporels ont été durs à supporter. La maladie fait partie d'un autre monde duquel il a fallu apprendre les ficelles. Ce n'est qu'en sortant de la maladie, qu'elle a pu constater les effets du temps : les cheveux grisonnant par exemple, qu'elle essaie de cacher. Elle continue sur les médecines parallèles comme l'acupuncture, l'homéopathie et la faciathérapie. Pour elle, médecine douce et traditionnelle doivent collaborer. Son environnement lui fait encore peur, aussi elle ne fait plus d'allopathie. Elle critique alors l'industrie pharmaceutique qui ne pense qu'à faire des profits. Mais elle critique aussi la société : les campagnes de prévention sont obligées de diffuser des messages parce que les individus sont incapables de le faire seuls. Elle revient ensuite sur les effets de l'âge qu'elle ressent maintenant guérie tels que la fatigue, les douleurs articulaires... pour autant, elle dit ne plus penser autant qu'avant à son âge. Pour elle, la vieillesse équivaut à la sagesse, à la liberté. Elle ne peut l'associer à la maladie puisqu'elle la connaît avant même la quarantaine. Enfin, dans sa vision d'avenir, elle se voit voyager et prendre du temps à soi mais aussi en donner aux autres comme les enfants atteints d'autisme qui sont incompris selon elle, car la communication est différente et difficile. Elle a alors peur de perdre son autonomie et ses capacités physiques.</p>
Enquêteur	Agathe Mündler

- 1 **Er** : Oui donc pour vous rappeler, je suis en master de sociologie et je fais mon mémoire sur
2 les personnes âgées de 45 à 60 ans sur le thème de la santé. Donc c'est principalement
3 autour de ça que va tourner cet entretien. Comme vous l'avez vu c'est enregistré mais tout
4 est anonyme, parce que tout sera retranscrit et analysé. Mais une fois encore l'analyse ne
5 sera lue que dans le cadre du master et du mémoire, voilà.
- 6 **A** : Pas de souci.
- 7 **Er** : D'accord donc on peut commencer, quel âge avez-vous ?
- 8 **A** : 49.
- 9 **Er** : D'accord donc vous n'avez pas encore 50 ans euh...
- 10 **A** : Non mais je les aurai cette année si c'est important.
- 11 **Er** : Ah alors on peut commencer par-là, alors comment est-ce que vous l'appréhendez ? La
12 cinquantaine ?
- 13 **A** : Très bien, aucun souci.
- 14 **Er** : D'accord, vous y pensez souvent ?
- 15 **A** : ... Non, non je n'y pense pas (*ricane*), je me dis juste qu'il y a plein de gens qui font euh
16 qui ferait une fête ou je sais pas quoi et moi j'ai pas eu le temps d'y réfléchir, j'aurai 50 ans
17 cet été et je l'appréhende très bien et je me suis pas rendue compte que j'allai avoir 50 ans
18 surtout.
- 19 **Er** : D'accord donc ça n'a rien changé du coup ?
- 20 **A** : Le fait d'avoir 50 ans ? Rien du tout. Euh non je suis désolée.
- 21 **Er** : Non non y a pas de souci, chacun...
- 22 **A** : En fait non, ça n'a rien changé euh je pense qu'il y a une raison à ça c'est que j'ai des
23 enfants en bas âge enfin assez petits finalement pour mes 50 ans donc je pense que je ne
24 réalise pas que j'ai 50 ans parce que je suis plus entourée de jeunes mamans.
- 25 **Er** : Ah ils ont quel âge vos enfants ?
- 26 **A** : Ils ont euh 12 et 14. Or ils pourraient avoir votre âge.
- 27 **Er** : D'accord et donc vous êtes la seule à avoir des enfants si jeunes ?
- 28 **A** : La seule 'fin la seule de mon âge à avoir des enfants de cet âge-là oui. J'ai plutôt des gens
29 de mon âge dont les enfants se marient. J'exagère mais presque.
- 30 **Er** : Et donc ça, ça aide à se sentir...
- 31 **A** : A se sentir jeune (*rires*). Voilà euh qu'est-ce que je pourrais dire d'autres, euh je pourrais
32 dire que quand j'ai été gravement malade il y a 10 ans, je pense que le fait d'être en vie
33 aujourd'hui fait que je suis super contente de l'être et donc je me fous de mon âge.
- 34 **Er** : Vous avez eu quoi comme maladie ?
- 35 **A** : J'ai eu un cancer. Un cancer du sein, très très avancé.
- 36 **Er** : Vous pouvez me raconter un peu ?
- 37 **A** : Donc après avoir failli mourir on se dit que on est en vie et on se sent jeune et bien dans
38 sa tête quoi.

39 **Er** : D'accord.

40 **A** : Et que aujourd'hui oui je suis plutôt contente d'avoir 50 ans puisqu'il y a dix ans je
 41 pensais que j'allais mourir. Donc vous voulez que je vous raconte mon cancer ? J'ai pas de
 42 souci euh alors comment je l'ai découvert ? Euh moi-même, en sentant un truc qui n'allait
 43 pas dans un sein, un sentant une boule, un truc un matin... euh voilà et en étant persuadée
 44 que c'était ça et effectivement c'était ça. Euh il faut savoir qu'à l'époque mon conjoint était
 45 en chimio parce qu'il avait lui-même un cancer donc quand j'ai senti qu'il y avait un truc qui
 46 n'allait pas, j'étais intimement convaincue que c'était ça aussi. Que c'était un cancer. Euh
 47 qu'est-ce que je peux vous dire d'autre ? A aucun moment je me suis dit que j'allais mourir
 48 même si tout le monde en était persuadé parce que les oncologues étaient persuadés
 49 que c'était très très grave et ça l'était, pris très tardivement et je pense que comme j'avais
 50 des enfants en bas âge, il était juste pas question que je meure et donc je ne suis pas morte
 51 (*sourit*) et voilà. Ça a été un chemin lourd, long et douloureux puisque j'ai tout eu c'est-à-
 52 dire de la chimio avant, des rayons, l'ablation des deux seins, une reconstruction euh...

53 **Er** : D'accord par quoi vous avez commencé ?

54 **A** : Par une chimio puis, par l'ablation du sein malade, puis par des rayons puis par une
 55 reconstruction où j'ai à l'époque demandé l'ablation du deuxième sein. Pour être sûre de ne
 56 pas recommencer quelques années plus tard.

57 **Er** : D'accord. Il y avait des antécédents génétiques dans votre famille ?

58 **A** : Y avait des antécédents génétiques dans la branche paternelle. Mais génétiquement
 59 parlant les études n'ont pas dit que j'avais un gène euh modifié donc génétiquement parlant
 60 on était pas certain que j'aurai un cancer dans le deuxième sein. Mais euh avant Angéline
 61 Jolie, j'ai décidé de faire l'ablation de mon deuxième sein.

62 **Er** : Et qu'est-ce que vous avez ressenti du coup lors de votre chimio la première fois ?

63 **A** : Une grande frayeur, une grande peur, parce que c'est flippant d'être en chimio, on sait
 64 pas encore comment ça va se passer et voilà donc une assez forte terreur en me disant « zut
 65 comment je vais réagir » et puis euh c'est un protocole particulièrement lourd et j'ai été très
 66 très malade pendant toute la durée de ma chimio. Donc j'étais vraiment malade, y a des
 67 gens qui passaient au travers mais moi il se trouve que j'ai été très très malade. Donc c'était
 68 des vomissements permanents. Donc c'était une chimio difficile et compliquée. Et en même
 69 temps j'avais une amie qui était traitée de la même façon, pour la même chose et qui n'a
 70 jamais eu mal au cœur. Et moi j'ai vraiment vomi mes tripes pendant des semaines. Après
 71 qu'est-ce que je peux dire d'autre sur la chimio bah j'avais mes deux enfants qui étaient
 72 petits puisque c'était y a dix ans donc ils avaient 2 et 4 et que être une maman déjà un peu
 73 âgée, j'avais presque 40 ans, être une maman un peu âgée avec des enfants en bas âges, en
 74 chimio, fatiguée bah c'est compliqué. Voilà ce que je retiens de ma chimio c'est qu'il vaut
 75 mieux avoir une chimio sans enfants en bas âges dans les pattes... parce que vous fatiguez,
 76 parce que très très fatiguée et donc deux petits pas autonomes parce que 2 et 4 c'est encore
 77 petit c'est d'autant plus fatiguant et puis c'est angoissant de potentiellement les voir
 78 angoisser, ils le savaient on leur a dit de toute façon et puis on perd très vite ses cheveux
 79 donc très vite on ressemble plus à rien et puis voilà, ils sont venus me voir à l'hôpital quand
 80 j'ai été opérée enfin bon ils ont participé malgré tout à tout ça, on a rien caché et donc c'est
 81 compliqué, c'est fatiguant d'être euh voilà. D'être une maman avec des enfants en bas âges,
 82 je pense que des ados aurait été, ça aurait été plus simple. Je sais pas qu'est-ce que je peux

83 vous dire d'autre dessus ? ... Que c'est que c'est compliqué euh que ce type de maladie avec
 84 tout ce que j'ai pu avoir comme traitement, comme ablation et comme reconstruction c'est
 85 euh 2 ans et demi 'fin c'est deux grosses années quoi de ma vie. Avec forcément interruption
 86 de son travail et le souci de se dire « comment ça va être quand je vais reprendre ? » et avec
 87 un moment donné une reprise en mi-temps thérapeutique qui peut durer un certain temps
 88 quoi. Avec l'aide de psy qui je pense aident à euh aident à surmonter tout ça quoi.

89 **Er** : C'était votre choix ou les médecins qui l'avaient conseillé ?

90 **A** : C'était le choix de mon compagnon qui lui-même quand il était en chimio avait décidé de
 91 se faire suivre par un psy et je me suis vite rendue compte que j'allais pas lui faire supporter
 92 tout ça et que ouais c'était bien si moi aussi j'étais suivie par quelqu'un et il se trouve que la
 93 ville de Paris a mis en place, et j'habite pas Paris pourtant, mais la ville a mis en place une
 94 super structure qui s'appelle l'Accueil cancer de Paris, l'ACVP et qui met à disposition
 95 gratuitement des psy pour les malades du cancer parisiens. Et donc j'ai eu une super aide
 96 pendant, je sais plus, peut-être 18 mois/1 an j'ai été suivie par cette cellule psy qui était
 97 vraiment super.

98 **Er** : D'accord donc quand vous dites que c'était pour pas faire supporter à votre conjoint...

99 **A** : Les angoisses parce que même si on se dit qu'on va pas mourir on se dit qu'on va plus
 100 ressembler à rien, parce que je suis une femme et se retrouver un beau matin sans sein c'est
 101 pas simple, euh qu'on est fatigué, qu'on est gros, on pense toujours que quand on a un
 102 cancer on est maigre et machin mais c'est pas vrai, on est bourré de cortisone donc on est
 103 tout gros, on est tout jaune, on est tout gonflé, on est tout moche, on est épuisé on peut
 104 plus faire beaucoup de sport voilà donc c'est lourd et puis forcément on a les angoisses vis-à-
 105 vis des enfants euh « est-ce que je leur dis, je leur dis pas, comment je leur dis ? qu'est-ce
 106 qui peut se passer dans leur tête ? » bref on a plein de questions et je pense qu'un psy ça fait
 107 du bien pour euh, je pense que ça fait du bien même si vous avez une conjointe ou un
 108 conjoint, je pense que ça fait du bien pour pouvoir évacuer ses craintes et ses douleurs sur
 109 une tierce personne. Personne qui vous aide à prendre du recul et à prendre du temps pour
 110 soi parce que je pense que quand on est malade forcément on se sent diminué et on a
 111 quand même envie d'avoir sa place de mère de famille et de faire des courses, de s'occuper
 112 des enfants, de courir à gauche à droite et pas s'écouter, c'est pas forcément bien de le faire
 113 et c'est certainement grâce à la psy que j'ai réussi à prendre du temps pour moi et à prendre
 114 du temps pour m'écouter et à prendre du temps pour euh de nouveau me sentir belle.

115 **Er** : D'accord. Quand vous dites qu'on se sent « diminué » c'est dans le sens où on peut faire
 116 moins de choses...

117 **A** : Ouais parce que c'est vraiment épuisant en fait, une chimio c'est vraiment épuisant. Et
 118 puis après mes traitements une fois que j'ai été limite guérie parce que ça on vous le dit
 119 parce que 10 ans plus tard on continue d'être suivi tous les ans euh il a fallu envisager une
 120 reconstruction et que cette reconstruction mammaire j'ai en plus choisi une voie difficile
 121 parce que je ne voulais pas de prothèses et y a un autre type de méthode c'est qu'on vous
 122 prend un muscle quelque part et ce muscle on le façonne pour ça ressemble à un sein mais
 123 qui dit on vous prend un muscle ça veut dire souvent un muscle dans le ventre ou dans le
 124 dos et je ne voulais pas qu'on me prenne, je voulais pas qu'on prenne un bout de moi 'fin je
 125 voulais pas qu'on me prenne un muscle en fait parce que je me disais qu'avec un muscle en
 126 moins forcément l'endroit où on me le prendrait serait diminué. Voilà et donc j'ai choisi une
 127 autre méthode de reconstruction qui s'appelle le diep et qui un lambeau du ventre avec des

128 artères etc et il a fallu découper mes abdos et aller chercher un gros lambeau et me la
 129 façonner pour m'en faire des seins et donc c'est des opérations qui sont très lourdes, j'ai eu
 130 euh je suis restée plus de dix heures sur un table d'opération juste pour faire ça et donc
 131 forcément c'est une reconstruction qui est fatigante parce que euh... d'abord ça fait très très
 132 très mal et puis ensuite parce que c'est des mois de rééducation pour pouvoir être de
 133 nouveau opérationnel.

134 **Er** : Pour pouvoir bouger le corps c'est ça ?

135 **A** : Exactement. C'est le ventre surtout en fait parce qu'on pique dans le ventre et parce que
 136 le bout de peau était coincé dans les abdos donc il a fallu découper et recoudre tous les
 137 abdos. Donc ça a été assez lourd.

138 **Er** : Et pourquoi vous ne vouliez pas de prothèses ?

139 **A** : Bien m'en a pris puisqu'à l'époque, je pouvais pas le savoir mais 10 ans plus tard le
 140 scandale des PIP qu'il y a eu, si j'avais mis les prothèses PIP euh donc aujourd'hui je suis bien
 141 contente de pas avoir. Je voulais pas de prothèses parce que un je ne voulais pas de corps
 142 étranger et deux, je ne voulais pas recommencer 10-12 ans plus tard. Or une prothèse, on ne
 143 le sait pas mais une jeune fille de 20 ans qui met des prothèses aujourd'hui, dans 15 ans
 144 faudra lui retirer les prothèses pour lui en mettre d'autres et recommencer encore plus tard,
 145 c'est pas pour toute la vie parce que des prothèses faut en changer toute votre vie et ça, on
 146 le sait pas. Donc toutes ces jeunes brésiliennes qui a 18 ans se font refaire des seins euh il y a
 147 pas de prothèses à l'heure actuelle qui tiendrait toute une vie. Il y a 10 ans on disait que les
 148 prothèses avaient une durée de vie de 8-10 ans, aujourd'hui on dit que les prothèses elles
 149 ont une durée de 15-20 ans grand max mais ça veut dire qu'aujourd'hui si on met des
 150 prothèses, dans 20 ans faut les changer. Ça n'a pas une durée de vie éternelle les prothèses.
 151 Et donc je ne voulais pas que dans 15 ans recommencer et je voulais pas que 15 ans plus tard
 152 à un moment donné je me dise « zut, mon cancer d'il y a 15 ans » et 15 ans plus tard que je
 153 me remette de mon cancer quoi. Je voulais pas que ce soit un éternel euh je voulais qu'un
 154 beau matin fiou (*siffle pour dire qu'elle désire s'en débarrasser*) et que je tourne la page.
 155 Mais la vraie motivation de base c'était que je voulais pas de corps étranger. Parce que
 156 j'avais euh je voulais pas de corps étranger et puis je savais ce qu'il y avait dedans et puis
 157 machin et puis il y a le scandale PIP qui est arrivé avec des prothèses pas bonnes, avec des
 158 produits pourris à l'intérieur voilà.

159 **Er** : D'accord. Et la méthode du DIEP vous l'avez découverte comment, en faisant des
 160 recherches ?

161 **A** : Sur internet oui. En faisant des recherches. Aujourd'hui ça serait plus simple parce que
 162 c'est une méthode qui est connue et qui commence à, c'est une méthode qui a une
 163 vingtaine d'années mais y a 10 ans il y avait peu de gens en France qui la pratiquaient. Et euh
 164 j'ai eu beaucoup de mal à découvrir que ça existait, j'avais vu beaucoup de médecins
 165 reconstructeurs, j'avais vu plein de chirurgiens esthétiques, personne ne m'en avait parlé
 166 jusqu'au jour où sur internet j'ai trouvé que ça existait, j'ai trouvé un forum de femmes qui
 167 en parlaient, j'ai trouvé LE professeur français qui est le professeur Lanthierry qui avait
 168 apporté cette méthode en France et qui la pratiquait. Voilà.

169 **Er** : D'accord mais pourquoi vous avez vu autant de médecins ?

170 **A** : Parce qu'il y en avait pas qui me plaisait. Parce que j'avais pas de feeling, parce que
 171 j'avais besoin d'être en confiance et j'ai dû voir trois ou quatre chirurgiens esthétiques et y

172 en a aucun qui m'a plu. Au-delà du fait qu'ils demandaient tous des sommes astronomiques
 173 pour le faire euh j'avais euh à aucun moment, même avec une femme parce que j'en ai
 174 rencontré une, à aucun moment y en a un avec qui ça a accroché et puis de toute façon ils
 175 me proposaient tous de me piquer un muscle. Ou de mettre une prothèse et on avait beau
 176 m'expliquer, ça me plaisait pas et avant je faisais beaucoup d'escalade et si donc on me
 177 prenait un muscle du dos ou du ventre mais surtout du dos parce que c'est ce qui est de plus
 178 fréquent pour machin bah ça voulait dire que derrière je pourrai plus grimper, parce que
 179 j'aurais eu un muscle en moins dans le dos. Et je voulais pas du tout ça, je m'étais dit que je
 180 referai de l'escalade, ce qui finalement n'est pas vrai, je ne refais plus de varap mais donc je
 181 voulais continuer de faire de l'escalade mais voilà c'est un choix et je pensais que j'en referai
 182 et voilà je ne voulais pas du tout qu'on me prenne un muscle du tout en fait. Et je ne
 183 comprenais pas pourquoi il fallait déshabiller Paul pour habiller Pierre quoi, c'était pas
 184 logique de me piquer quelque chose, de me rendre un autre endroit malade en fait donc ça
 185 me plaisait pas.

186 **Er** : D'accord. Et alors pour revenir au début du cancer, pareil vous avez vu beaucoup de
 187 médecins ?

188 **A** : Pour mon cancer et bien j'en ai vu plusieurs.

189 **Er** : Et c'est pareil, à cause du feeling ?

190 **A** : Ouais il a fallu choisir à un moment donné et y avait un centre anti-cancéreux très bien
 191 pas très loin de chez moi et j'ai été très mal reçue et on m'a pas du tout mise en confiance,
 192 et bien m'en a pris parce que je pense que si j'avais été soignée par eux je ne serai plus là.
 193 Parce qu'ils avaient estimé que c'était pas très grave et que... ça pouvait attendre, qu'il y
 194 avait pas de quoi s'affoler et qu'on attendrait parce qu'ils ont des listes très longues et voilà
 195 et ça m'a fait peur et je sais pas pourquoi mon mari s'est dit « c'est pas possible cette
 196 réponse ne me convient pas », moi peut-être que je me serais laissée aller là parce que
 197 c'était un bon centre, et finalement j'ai été consulter dans un autre centre où là ils ont
 198 trouvé que c'était tellement grave que une semaine plus tard j'étais mise en chimio. Donc
 199 entre ceux qui me disaient d'attendre et quand ils me disaient d'attendre, ils me disaient
 200 d'attendre : fallait que je retourner en consultation un mois plus tard puis seulement ils
 201 envisageaient une chimio dans je sais pas combien de temps alors que les autres, une
 202 semaine plus tard j'étais en chimio. Donc je pense qu'aujourd'hui je serais pas là pour
 203 répondre à ces questions.

204 **Er** : D'accord, c'est dingue cet écart de diagnostic.

205 **A** : C'est complètement dingue. En fait si, ce qui s'est passé c'est que j'avais consulté un
 206 professeur, un vieux monsieur qui est à la retraite aujourd'hui ou sur le point de prendre sa
 207 retraite, qui ne pratique plus en qui n'a plus de consultation en milieu hospitalier mais en
 208 consultation privée, qui donne un peu des conseils, qui donne des pistes, qui donne et c'est
 209 ce monsieur qui m'avait envoyé dans ce centre et je pense que ça a été mal perçu : c'est le
 210 professeur truc qui envoie qui essaie euh eux l'ont pris comme un espèce de passe-droit ou
 211 je ne sais quoi et ils se sont dit « le vieux c'est bon ça va, madame est comme les autres, elle
 212 a un cancer, elle va attendre comme tout le monde ». Et quand j'ai consulté ailleurs, là ils se
 213 sont rendus compte que c'était très très avancé, c'était à un très haut grade donc c'était très
 214 avancé. Et à l'époque on a d'ailleurs dit à mon mari que j'avais peu de 'fin qu'il y avait une
 215 forte probabilité que je survive pas 'fin ils feraient tout pour mais qu'ils étaient pas certains
 216 que j'en survivrais. Donc ça prouvait que c'était pris tardivement quoi.

217 **Er** : Donc vous avez vraiment commencé à vous inquiéter quand vous avez senti une douleur
218 c'est ça ?

219 **A** : C'était pas une douleur, c'était une boule, j'ai senti une boule dans mon sein.

220 **Er** : Et y avait pas d'autres signes avant ?

221 **A** : Aucun. Aucun sauf 6 mois avant, mais je rappelle que mon compagnon avait lui-même un
222 cancer et qu'il était en chimio, où j'ai eu une espèce de 6^e sens qui m'a emmener chez mon
223 médecin généraliste pour faire un point, j'étais pas bien, j'étais fatiguée surtout à cause du
224 cancer de mon compagnon et je lui ai dit « tien je vais bientôt... » j'avais 39 ou 38 ans à
225 l'époque je sais plus, et je lui ai dit « je vais bientôt avoir 40 ans, j'ai jamais fait de mammo,
226 ça serait peut-être bien que je fasse une mammo ». Et à l'époque ma gynéco 'fin à l'époque
227 c'est avec lui que j'en ai parlé en tout cas, et il m'a dit « oh bah c'est bon, vous avez d'autres
228 chats à fouetter en ce moment, occupez vous de votre mari, la mammo vous avez le temps
229 de la faire, vous inquiétez pas voilà ». Et j'ai pas fait la mammo et 6 mois plus tard j'ai senti
230 une boule, j'ai appelé mon gynéco d'urgence, je suis allée la voir, elle m'a fait faire une
231 mammo, une écho, un truc en 8 jours de temps et j'avais un cancer qui était déjà très
232 avancé. Et ça, ça m'a toujours marqué de me dire « pourquoi 6 mois avant à mon généraliste
233 je lui ai demandé de... » bon, c'est une espèce de et je garde en tête hein, je garde en tête
234 que si je l'avais fait 6 mois avant j'aurais peut-être eu des traitements moins lourds que voilà
235 mais en tout cas je garde en tête que pour la première fois de ma vie 6 mois avant alors que
236 mon mari alors peut-être que j'ai pensé à ça parce que mon époux était en... en pleine
237 chimio et que du coup je me suis dit « moi je suis une femme, machin machin » 'fin je sais
238 pas pourquoi à ce moment-là j'ai parlé d'une mammo, c'est étonnant. J'ai pas la réponse.

239 **Er** : Mais donc du coup le cancer était déjà là 6 mois plus tôt

240 **A** : Bien sûr. Mais je pense qu'il était déjà là aussi quelques années avant que mon mari ne
241 tombe malade mais c'est pas ça non plus la raison 'fin voilà c'est... mais oui au moment où
242 j'ai demandé cette mammo oui c'est une certitude le cancer était déjà là parce que 6 mois
243 après quand on l'a découvert il était très très avancé.

244 **Er** : Oui d'accord. vous avez fait beaucoup de chimio ?

245 **A** : Alors j'ai fait 8 cures de chimio, ce qui correspond à presque 8 mois parce que c'est une
246 cure toutes les trois semaines, c'est assez classique mais c'est assez long parce que c'est
247 presque 8 mois de chimio hein.

248 **Er** : Oui et alors concrètement il se passe quoi pendant que vous faites une chimio ?

249 **A** : Alors on va à l'hôpital, vous faites des examens la veille pour savoir, pour vérifier que
250 vous n'êtes pas en baisse d'immunité parce que euh vous voulez vraiment que je vous
251 raconte comment ça se passe la journée ? Dans l'hôpital alors vous arrivez en général très
252 tôt le matin où là le labo a faxé les résultats la veille pour vérifier que vous êtes bien en état
253 de savoir ce qu'est une chimio et puis j'ai eu la chance de faire cette chimio dans un hôpital
254 très proche de chez moi, c'était très compliqué en fait, je ne voulais pas aller jusqu'à Paris,
255 j'habitude à quelques kilomètres mais c'est un peu loin et on sait tous que quand on fait de
256 la chimio et je voulais pas rentrer jusque chez moi donc j'ai demandé à l'institut Curie, qui
257 est l'institut qui me suit pour mon cancer, d'être donneur d'ordre, c'est eux qui ont tout fait,
258 tout décider pour machin mais de faire cette chimio dans cet hôpital proche de chez moi. Et
259 donc moi j'arrivais pour faire ma chimio et eux qui m'ont fait rentrer en contact avec Curie et
260 qui ont dit « ok go, on fait la chimio » et la chance que j'ai eu c'est que j'étais dans un tout

261 petit hôpital qui était en cours de désertification, qui est en train d'être euh on est en train
 262 plus ou moins de le fermer et donc j'avais une vraie chambre pour moi toute seule parce
 263 qu'habituellement quand vous faites une chimio dans un centre anti-cancéreux, vous êtes 7-
 264 8-10 femmes dans la même pièce dans un fauteuil avec une perf à côté et moi j'avais ce luxe
 265 énorme d'avoir été dans un très vieil hôpital avec de vieilles chambres et d'être seule et
 266 d'être allongée dans un vrai lit, chouchouter euh voilà et donc et bien on vient, on vous
 267 branche, on vous passe vos produits pendant des heures, on vous demande si vous avez
 268 froid, si vous avez faim, si vous avez chaud si et vous y passer une demie journée quoi. Ou je
 269 sais pas, vous arriver à 8h le matin, le temps que euh à 8h du matin on vous refait une prise
 270 de sang et on vérifie que c'est toujours ok, les médicaments sont commandés à la dernière
 271 seconde donc rien n'est prêt quand vous arrivez, c'est seulement quand on vous voit parce
 272 que les chimio sont très très chères donc c'est seulement au moment où on vous voit qu'on
 273 envoie la demande à la pharmacie pour qu'ils livrent la chimiothérapie. Vous avez grosso
 274 modo deux heures de battement et puis après on vous branche, à une perf toute la journée
 275 'fin une demie journée, ça prend quelques heures, 4 heures peut-être. Bon et puis après
 276 vous êtes bien, sur le moment vous êtes bien et puis après vous avez le temps de rentrer à la
 277 maison et de dégueuler (*rires*).

278 **Er** : D'accord et pendant ce temps-là vous pouvez recevoir des visites ?

279 **A** : Ah oui oui, tout ce que vous voulez. Mais parce que j'ai eu cette chance d'être dans une
 280 chambre d'hôpital toute seule, je pense que quand vous êtes dans une pièce commune c'est
 281 bien plus compliqué d'avoir quelqu'un à côté de vous, là je... y avait pas la télé mais à
 282 l'époque c'était les dinosaures à l'époque, on avait encore des lecteurs DVD et donc j'allais à
 283 l'hôpital avec un bouquin, dix magazines, des DVD, des chocolats, des bonbons, n'importe
 284 quoi que je ne pourrai pas manger parce que de toute façon, tout me dégoutait très vite
 285 mais euh et puis souvent mon compagnon venait avec moi passer la journée avec moi, on
 286 papotait, on rigolait et essayer de passer le temps quoi. Et puis voilà, c'est pas du tout du
 287 tout des mauvais souvenirs hein, en plus ils étaient vraiment gentils partout à l'hôpital donc
 288 c'était très voilà, c'est un cadre très rassurant en fait je me dis que voilà c'est rassurant parce
 289 que s'il se passe quoi que ce soit voilà. Ce qui est lourd en chimio c'est qu'on sait que c'est
 290 pas bon pour le cœur, c'est mauvais pour beaucoup de choses mais c'est très mauvais pour
 291 le cœur ce protocole-là mais je pense que n'importe qui qui est en chimio avec une grosse
 292 faille cardiaque donc après c'est long on fait des calculs, on vous fait des examens pour
 293 vérifier si le cœur va bien etc.

294 **Er** : D'accord. Et quand vous dites que vous étiez dégoutée par beaucoup de choses c'est...

295 **A** : La bouffe. Les odeurs euh il y a des trucs que je peux toujours plus manger. Des choses
 296 que j'adorais. J'adorais le chou-fleur en salade. C'est le truc qui m'a le plus dégouté en fait.
 297 Et en fait quand vous êtes en chimio, moi j'étais donc à l'hôpital, avec possibilité d'avoir un
 298 repas, j'étais convoquée le matin, c'était le jeudi, toute les trois semaines le jeudi et donc
 299 quand j'arrivais on me demandait si à midi je voulais quelque chose, en général je disais oui
 300 parce que je me disais que je pouvais pas rester le ventre vide parce que je me disais que
 301 c'était comme en bateau ou en voiture quand vous avez le ventre vide vous êtes plus malade
 302 donc j'avais tendance à vouloir manger un peu pour être moins malade. Donc régulièrement
 303 je disais « oui je veux manger », on me demandait toujours ce que je voulais manger et on
 304 me proposait toujours plein de choses et je mangeais froid parce que le chaud me dégoutait
 305 et quand j'étais en cure je mangeais plutôt froid, plutôt des crudités et à la deuxième cure
 306 peut-être il y avait du chou-fleur, j'adore le chou-fleur froid avec une petite vinaigrette et je

307 n'ai pas supporté alors que c'était quelque chose que j'adorais, je ne supporte toujours pas
308 le chou-fleur froid, c'est juste impossible pour moi. C'est resté.

309 **Er** : Donc du coup vous faisiez comment pour vous alimenter ?

310 **A** : Ils m'apportaient des choses un peu ils m'apportaient des choses très légères et voilà
311 mais euh c'est pas des moments où on a faim, c'est plutôt des moments où on est pas bien
312 et voilà. Et donc on a tendance à manger tout ce qui fait plaisir. Et se faire plaisir. A ne
313 manger que alors je suis pas très sucrée mais si j'avais été très sucrée, j'imagine que j'aurais
314 pu bouffer des tablettes de chocolat, des bonbons voilà n'importe quoi. Et je rappelle que
315 quand on est chimio on prend beaucoup de corticoïdes donc on a tendance à grossir donc
316 finalement en chimio on perd pas de poids. Pour ma chimio, y a des maladies qui sont avec
317 d'autres types de protocole mais en tout cas dans celle-ci franchement j'ai pris beaucoup de
318 kg. Et puis on gonfle, on fait beaucoup de rétention d'eau et on devient vite assez voilà.

319 **Er** : Et qu'est-ce qui vous faisait plaisir alors au niveau de la nourriture ?

320 **A** : Du carpaccio. De viande de bœuf. J'ai mangé énormément de carpaccio parce que c'était
321 très fin très léger, très frais, je mettais le carpaccio au frigo très froid. Qu'est-ce que j'ai
322 mangé beaucoup à l'époque ? Euh si j'adore les scones et j'ai mangé beaucoup de scones,
323 j'allais chez Marx and Spencer acheter des scones voilà. Et à un moment donné je fabriquais
324 des scones parce qu'il n'y en avait plus chez Marx and Spencer. J'adore les scones et voilà
325 c'était pour moi voilà et ça, ça m'a pas dégouté parce que je continuais d'en manger. Et
326 j'aimais déjà ça avant.

327 **Er** : Et est-ce qu'il y a des choses que vous avez commencé à manger

328 **A** : Non j'ai pas le souvenir d'avoir commencé à manger quelque chose, non non, ou j'ai pas
329 de souvenir en tout cas. J'ai plus de souvenirs de dégouts, alors le chou-fleur m'a marqué
330 mais y avait des trucs euh tout ce qui était chaud m'attirait pas du tout, tout ce qui était
331 viande en sauce m'attirait pas du tout, ça avait plutôt tendance à me dégouter, j'étais très
332 très portée sur les légumes très verts, très sains, j'avais envie d'une chose croquante et
333 fraîche voilà. Et j'ai pas de souvenir de truc en particulier qui m'aurait beaucoup beaucoup
334 dégouté mais y avait plein de choses que j'aimais plus manger quoi. Fallait que ce soit léger
335 et froid.

336 **Er** : Et vous avez gardé ce type d'alimentation ?

337 **A** : Non je suis revenue à une alimentation normale, non j'ai littéralement changé mon mode
338 d'alimentation et le mode d'alimentation de mes enfants mais pour des raisons
339 philosophiques presque, ça veut dire que c'est pas normal qu'à 40 ans un couple attrape 'fin
340 vive un cancer et que forcément notre environnement y est pour beaucoup. Notre
341 environnement de boulot, notre environnement euh ce qu'on respire, ce qu'on mange etc et
342 donc je suis devenue assez redoutable sur la nourriture, en particulier pour mes enfants et
343 donc du jour au lendemain, je pense que je mangeais de façon assez saine mais du jour au
344 lendemain j'ai mangé bio et je suis devenue euh intransigeante là-dessus. Avec presque plus
345 de viande, de plus en plus de graines comme dit mon mari et très bio. Et ça fait marrer mes
346 enfants hein mais c'est comme ça.

347 **Er** : D'accord. Et vous mettez quoi d'autre sous le terme d'environnement

348 **A** : Ah je mets tout, c'est le stress, je mets ce que je respire euh je mets beaucoup de stress
349 parce que j'ai un boulot stressant, je travaille dans la communication et c'est des métiers

350 stressants, je suis dans une grosse société sous pression parce que le métier de
 351 communication c'est stressant et je mets donc en... je mets ce que je mange en premier, ce
 352 que je respire en deuxième et le stress en troisième. Et mon environnement c'est tout ça.
 353 Mais je pense que la vie qu'on mène y est pour beaucoup en fait et euh voilà j'ai presque
 354 trois heures de transport par jour et forcément huit de boulot dans la journée, plus deux
 355 enfants dont il faut s'occuper le soir 'fin c'est des vies compliquées et c'est mon
 356 environnement quoi.

357 **Er** : Oui d'accord et donc pour parler de votre famille euh votre mari a eu un cancer et il en a
 358 guéri c'est ça ?

359 **A** : Oui 'fin il en a guéri, en fait lui c'est plus compliqué que moi parce que c'est une maladie
 360 chronique donc il a 70% de chance de 'fin de probabilité on va dire parce que c'est pas une
 361 chance, que ça revienne un jour donc euh il a un lymphome et donc euh... et donc je pense
 362 que c'est encore plus difficile à vivre en fait parce que vous avez une espèce d'épée de
 363 Damoclès au-dessus de la tête mais bon en tout cas il est en vie, je suis en vie euh voilà, la
 364 question derrière c'était quoi ?

365 **Er** : Euh c'était en fait comment vous avez géré euh...

366 **A** : En fait il a terminé sa chimio quand je commençais la mienne donc ses traitements se
 367 terminaient, je crois qu'on a eu un mois où on a été plus ou moins en même temps, où ça
 368 s'est vaguement chevauché mais donc lui ses traitements se sont terminés quand moi
 369 j'attaquais les miens. Ce qui est génial hein parce que j'ai eu le mari le plus compatissant de
 370 la terre, il venait de vivre la même chose donc il savait très exactement tout ce que j'allais
 371 avoir, on l'a pas du tout vécu de la même façon parce que moi je suis plutôt expansive et lui
 372 il intériorise beaucoup et qu'on avait pas du tout la même façon d'appréhender les choses,
 373 lui c'était quelqu'un qui parlait pas du tout, quand il sortait de chimio il pouvait 24h pleines
 374 sans du tout ouvrir la bouche et il parlait plus mais en tout c'est une expérience fabuleuse à
 375 vivre à deux parce que vous comprenez super bien l'autre en fait. En tout pour le deuxième
 376 qui y passe, le premier moi j'étais un peu voilà mais pour euh moi j'ai très très bien vécu la
 377 chose parce qu'on ma mari venait de le vivre et que donc c'était super quoi parce qu'il a été
 378 super, parce que vous avez une oreille qui voilà. Je ne pouvais penser que qu'à moi, je
 379 m'occupais pas de lui, lui il l'avait déjà vécu donc c'est très confortable. C'est affreux à dire
 380 mais c'est une vraie réalité. Et que quand un couple survit à ça, je me dis que à priori, il est
 381 parti pour un bon bout de temps derrière quoi. Même si c'est jamais rose dans un couple et
 382 qu'il peut y avoir de grosses crises, survivre à ça à deux c'est pas mal quoi. Derrière, la terre
 383 peu un peu s'effondrer avant qu'il nous arrive que ça nous ébranle vraiment quoi.

384 **Er** : Oui je vois. Et alors comment elle s'est passée la reprise du travail ?

385 **A** : Voilà, ça c'est la vraie question. Euh mal, très mal. Très mal mais je pense que c'est dû à
 386 la société dans laquelle je suis, plus qu'à la reprise du travail en tant que telle. Je pense que
 387 c'est dû à deux choses : c'est dû à un monde très superficiel auquel j'appartiens parce que je
 388 travaille dans la communication et où donc forcément, quand vous avez failli mourir la
 389 communication peut paraître ouais plus superficielle, peut-être que ça peut paraître plus
 390 difficile de s'investir dedans et en même temps, j'adorais ce que je faisais et j'adore toujours
 391 ce que je fais parce que finalement j'ai pas bifurqué de voie et je suis restée dans la
 392 communication mais travaillant dans une grosse société, vous pouvez mourir du jour au
 393 lendemain, ça n'intéresse pas forcément grand monde et il se passe que je suis dans une
 394 société qui a été rachetée dix fois et donc à l'époque je venais, mon entité venais d'être

395 rachetée par 9télécom et puis donc au moment où je suis tombée malade j'étais dans une
 396 société qui s'appelait 9télécom et s'est réappelé SFR quand je suis quasiment revenue de
 397 maladie. Donc les gens avaient changé, les managers avaient changé, les équipes avaient
 398 changé et donc vous pouvez mourir que personne s'en soucie quoi. J'étais vraiment en
 399 milieu de rachat et donc voilà c'est et finalement je me suis rendue compte et c'est terrible,
 400 ça m'a marqué c'est que je suis sortie de l'hôpital, je pense après l'ablation de mon premier
 401 sein, je suis sortie de l'hôpital, j'ai eu zéro soutien de personne de ma société, et j'ai reçu un
 402 magnifique bouquet de fleurs de la part de la société de mon mari. Et là pour moi c'était
 403 juste incroyable de se dire que la société de mon mari qui était une toute petite structure
 404 était hyper à l'écoute, était hyper euh... 'fin proche j'en sais rien mais très humain en tout
 405 cas 'fin moi j'étais dans une énorme boîte qui est, qui s'est jamais demandé même si j'étais
 406 morte ou pas quoi. Et m'a oublié et qui oublié même mon mari et mes enfants et qui s'est
 407 pas demandé ce qu'il se passait quoi.

408 **Er** : Du coup quand vous êtes revenue on vous a dit « qui êtes-vous ? » c'est ça ?

409 **A** : Alors on m'a tout à fait dit « qui êtes-vous » parce que je m'en étais soucie mais on m'a
 410 changé de service, je me suis retrouvée avec d'autres managers que je connaissais pas, qui
 411 voyaient arriver un boulet dans leur équipe, qui en plus disait « de toute façon je ne vais pas
 412 travailler à temps plein tout de suite, je ne travaillerais qu'à mi-temps donc donnez-moi des
 413 tâches qui correspondent à un mi-temps parce que bien entendu tout le monde a oublié de
 414 faire à ce moment-là et très rapidement vous êtes submergée de boulot parce que tout le
 415 monde oublie que vous êtes qu'à mi-temps quoi. Donc ça a été un retour très très très très
 416 très douloureux. Et où à aucun moment personne ne se soucie de rien. Mais je pense que
 417 c'est très spécifique à ma boîte hein, je suis pas certaine que le retour de tout le monde se
 418 fasse de cette façon-là, moi c'est comme ça que j'ai vécu, mon mari dans la structure dans
 419 laquelle il était, il a eu un retour beaucoup moins difficile. Faut savoir aussi, je ne sais pas si
 420 c'est la maladie ou la chimio, mais au-delà d'une immense fatigue, moi je pense que ça m'a
 421 cramé des neurones donc j'avais plus de mémoire, en tous cas je retenais moins bien et je
 422 suis dans un boulot il faut retenir plein de choses et où tout était très difficile et om d'un
 423 coup d'un seul alors que vous pensez être une grande experte ou une grande pro dans un
 424 domaine, vous n'avez plus de tête, plus de mémoire, si vous notez pas vous oubliez, vous
 425 voyez des gens vous savez plus qui c'est, mais je sais pas si c'est parce que réellement vous
 426 n'avez plus de mémoire ou moins de mémoire, parce que ça vous a cramé des neurones ou
 427 si c'est parce que comme c'est un peu superficiel et que vous revenez dans la vraie vie,
 428 finalement cette vraie vie par rapport à ce que vous avez vécu, elle est un peu elle est plus
 429 légère, elle vous paraît moins importante et que du coup vous y attachez moins de moins
 430 d'importance, je sais pas. Je continue à avoir des problèmes de mémoire et puis on pourrait
 431 me dire « bah ouais cocotte, t'as 50 ans et tout le monde à 50 ans a moins de mémoire »,
 432 peut-être. Je continue à penser que peut-être ça m'a cramé des neurones. Et que j'oublie
 433 plein de trucs alors qu'avant j'oubliais rien. En tous cas ça a été un retour au boulot très
 434 difficile ouais. Mais je pense que c'est aussi, vous êtes dans un sens très très très content de
 435 retourner au boulot parce que ça veut dire que c'est la vie qui a repris le dessus et que c'est
 436 la vraie vie qui revient mais que... en même temps cette vraie vie elle est quand même
 437 superficielle quand on bosse dans la com donc finalement...

438 **Er** : Mais quand vous dites « revenir dans la vraie vie » ça veut dire que le cancer c'est pas la
 439 vraie vie ?

440 **A** : Si mais la vraie vie c'est aussi avoir de la bouffe tous les mois et un salaire qui tombe.
 441 Donc la vraie vie c'est aussi reprendre ses habitudes d'avant, je suis pas rentière et donc j'ai
 442 besoin de travailler pour vivre et la vraie vie c'est aussi se dire « il faut se lever tôt, il faut
 443 emmener ses enfants à l'école, faut reprendre le métro, faut aller travailler ». Parce que
 444 malgré tout la vraie vie c'est avoir un salaire qui tombe tous les mois. Et pas être dépendant
 445 de la sécurité sociale et donc se dire que la vraie vie c'était la vie avant la maladie, la maladie
 446 je l'ai vécu comme une euh alors la parenthèse c'est pas tout à fait le cas parce que c'est ma
 447 vie à moi, ça fait partie de ma vie et de mon histoire mais malgré tout la vraie vie c'est pas
 448 d'être malade en permanence. La vraie vie c'est quand même euh en tous cas pour moi c'est
 449 de travailler.

450 **Er** : D'accord. Et alors vous viviez de quoi pendant que vous étiez malade ?

451 **A** : Vous êtes payée par la sécu. Vous êtes payée par la sécu et puis j'avais un complément
 452 par ma mutuelle, la prévoyance donc j'ai pas eu de souci du tout de ce côté-là mais je pense
 453 que c'est pas le cas pour des gens qui sont des petites structures, ce qui n'est pas le cas pour
 454 gens indépendants, un chef d'entreprise ou un freelance n'importe quoi c'est beaucoup plus
 455 compliqué, moi ça a été complètement transparent, j'ai eu mon salaire qui est tombé les
 456 deux ans où j'ai été absente parce qu'en plus la boîte, ça c'est l'avantage d'une très grosse
 457 boîte, la boîte se subroge à la sécu c'est-à-dire que c'est ma boîte qui me payait et qui se
 458 démerdait avec la sécu pour être remboursée. Donc normalement vous êtes payée par la
 459 sécu puis un petit bout par votre mutuelle pour compléter et moi comme je suis dans une
 460 grosse structure la boîte me payait la partie de la sécu et ils se démerdaient pour se faire
 461 rembourser donc en plus c'est complètement transparent. Je recevais mon salaire qui
 462 tombait tous les mois normalement, j'ai pas eu le moindre décalage de quoi que ce soit.
 463 Aucun souci financier mais ça c'est l'avantage d'être dans une grosse boîte par contre.

464 **Er** : Parce que du coup votre mari qui est dans une plus petite structure, ça n'a pas été
 465 pareil ?

466 **A** : Si ça a été pareil, par contre mon amie qui a eu la même chose que moi en même temps
 467 que moi, qui elle bosse dans une toute petite structure euh n'a pas euh ce... alors elle a eu
 468 un cancer qui était un peu moins grave que le mien et donc elle a été un peu moins en
 469 traitement que moi mais elle a pas eu ce luxe de pouvoir se dire euh moi j'ai pu m'arrêter
 470 vraiment longtemps et elle n'a pas eu ce luxe parce qu'elle au bout de... au bout de 6 mois y
 471 avait plus que la sécu qui l'a payait. Et la sécu c'est pas un salaire plein quoi donc vous
 472 pouvez pas forcément tenir longtemps en ayant un salaire qui est vraiment diminué quoi. En
 473 tous cas vous vivez pas de la même façon.

474 **Er** : Oui j'imagine. Et alors du coup comment ça se passe au début, vous annoncez à votre
 475 entreprise que vous êtes malade et que vous allez être absente pendant un certain temps ?

476 **A** : Alors non parce qu'au début vous en savez rien du tout, je me souviens même pas
 477 comment je leur ai dit d'ailleurs. Si si si, je me souviens. Je leur ai dit que j'étais malade mais
 478 on sait pas combien de temps ça va durer, vous savez même pas combien de temps vous
 479 allez euh être en traitement etc euh comme moi ça a été pris d'une façon assez folle ente le
 480 moment où on me l'a dit et le moment où j'ai fait les examens, quand je suis rentrée en
 481 chimio il a dû s'écouler peut-être trois semaines et donc bah un beau matin je leur ai dit
 482 « bah ça y est la semaine prochaine je suis en arrêt et je sais pendant combien de temps
 483 c'est » et de mémoire les arrêts ça allaient de trois mois en trois mois donc on fait d'abord
 484 un premier arrêt de trois mois et puis au bout de trois mois on vous en refait un et tous les

485 trois mois vous envoyez un arrêt à votre boîte. Mais voilà ça a été, je pense que pour les
 486 gens qui ont pris ma succession ça a été difficile parce qu'en... je me revois en train briefer
 487 des gens pour leur expliquer ce que je faisais et reprendre mes dossiers, que j'allais
 488 disparaître et que je savais pas encore pour combien de temps donc j'ai eu peu de temps
 489 pour faire en sorte que la passation se passe bien. Mais en même temps comme on était en
 490 plein rachat, on a été restructuré finalement dans cette espèce de flou artistique c'était un
 491 peu un petit peu de flou en plus et voilà.

492 **Er** : D'accord. Alors je voudrais faire un retour en arrière, vous avez dit tout à l'heure que
 493 vous étiez toujours suivie et alors il consiste en quoi ?

494 **A** : Alors c'est pas le même suivi au tout début qu'à la fin, aujourd'hui ce suivi consiste à être
 495 euh à avoir une consultation une fois par an à l'hôpital en ayant auparavant fait... de temps
 496 en temps un IRM et de temps en temps on devait faire une mammographie et une
 497 échographie et des prises de sang et de temps en temps un IRM et ça c'était une fois par an
 498 mais au tout début c'était tous les trois mois hein, tous les trois mois vous faites un bilan
 499 complet pour savoir où ça en est, un beau matin on vous dit que vous revenez que dans 6
 500 mois donc vous êtes content parce qu'on vous dit que vous pouvez venir que tous les 6 mois
 501 et après un beau jour c'est le saut dans le vide et pour moi ça a été il y a deux ans et un beau
 502 jour on vous dit « bah vous revenez que dans un an » et là subitement, étonnamment, vous
 503 prenez peur parce que vous dites « je vais plus être suivie, dans un an mais... » et d'un coup
 504 on vous lâche presque. Et je pense qu'on est beaucoup à vivre ça de cette façon-là à se dire
 505 euh en tout cas au début, maintenant ça m'effraie moins mais au tout début quand on vous
 506 dit « bon bah on va vous revoir que dans un an » bah vous avez l'impression que bah non
 507 c'est trop loin quoi, que la maladie elle va peut-être revenir et que vous allez peut-être pas
 508 euh qu'on va peut-être pas s'en rendre compte parce qu'en un an il peut se passer beaucoup
 509 de choses. Surtout moi où j'ai eu un cancer qui est qui se développait de façon très très
 510 rapide à un moment donné. Entre le moment où on m'a annoncé mon cancer j'avais une
 511 petite boule qui faisait 7mm et trois semaines plus tard j'avais une boule qui faisait 9 cm.
 512 Donc ça veut dire qu'en trois semaines de temps ce cancer il avait d'un coup d'un seul grossi
 513 grave donc vous vous dites que si on vous voit que dans un an ça peut faire la même chose
 514 donc au début c'est un peu lourd à supporter mais et puis voilà, finalement un beau matin
 515 vous vous dites « purée c'est super ça veut vraiment dire que je suis en pleine forme ». Voilà
 516 donc aujourd'hui je suis suivie une fois par an.

517 **Er** : Et ça va durer pendant longtemps encore ?

518 **A** : Je pense que ça devrait s'arrêter, il se trouve que comme génétiquement parlant y avait
 519 une pathologie familiale euh j'ai fait partie d'une protocole qui s'appelle le Far à risque et
 520 donc ce protocole fait que aujourd'hui encore je suis suivie une fois par an euh... en fonction
 521 des futures présidentielles et de l'argent qui sera alloué à la sécurité sociale et à la recherche
 522 médicale et aux hôpitaux, on verra si euh les hôpitaux ont assez d'argent pour continuer à
 523 suivre les gens comme moi. Tous les ans, Curie me dit que peut-être ça va s'arrêter l'année
 524 prochaine et après potentiellement vous êtes suivie par votre gynéco ou votre généraliste
 525 qui vous fait faire ces examens-là.

526 **Er** : D'accord. Et le psy ?

527 **A** : Le psy j'ai arrêté j'ai dû arrêté euh j'ai continué un petit peu quand j'ai repris le boulot et
 528 après j'ai arrêté. Un beau matin je me sentais vraiment bien et j'estimais que j'avais plus
 529 besoin. Je peux vous raconter une anecdote tien sur les psy ; avant de trouver cette fameuse

530 cellule de cancer de la ville de Paris, j'ai cherché un psy par moi-même. Et j'en ai vu deux. Le
 531 premier j'ai pas eu un contact qui m'a semblé très euh j'ai pas eu de feeling donc je me suis
 532 dis que pour aller voir un psy il fallait avoir le feeling, trouver la bonne personne voilà j'ai
 533 juste pas eu le feeling puis elle était un peu loin voilà, j'avais cette impression par contre
 534 qu'il me fallait une femme parce que c'était un cancer féminin et j'avais l'impression qu'une
 535 femme parce qu'elle comprendrait mieux, et puis la deuxième et là pour moi ça a été le
 536 pompon, la deuxième je suis rentrée dans son cabinet et je lui racontais ce qui m'arrivait et
 537 quand je lui ai dit que mon mari avait lui-même un cancer et qu'on avait pas encore 40 ans
 538 tous les deux elle s'est affalée dans son fauteuil comme si toute la misère du monde venait
 539 de lui tomber sur les épaules et elle a baissé les bras et elle a soufflé. Et là j'ai explosé de rire
 540 et je lui dis « je pense que ça va pas le faire parce que si c'est à moi de vous remonter le
 541 moral, on va pas s'en sortir ». Et du coup voilà mon expérience psy elle s'arrêtait là jusqu'au
 542 moment où, je pense que c'est à l'hôpital que j'ai découvert cet accueil de la ville de Paris et
 543 que je suis allée voir et que voilà je suis tombée sur des gens non c'est Curie oui voilà, c'est
 544 Curie qui m'a dit « mais y a un truc qui existe » parce que je leur avais raconté à ma
 545 cancérologue cette histoire folle et elle m'a dit « non non mais je connais une structure qui
 546 vraiment bien, allez voir, vous verrez » et là du coup ça faisait l'affaire mais parce que du
 547 coup je pense que c'étaient des psy qui étaient juste formés à ça, c'étaient des psy qui
 548 entendaient des horreurs toute la journée donc ils étaient pas à une horreur près 'fin voilà
 549 j'avais un truc un peu lourd et ils étaient capables de l'entendre. Donc des psy formés à ça,
 550 des psy qui avaient l'endurance nécessaire pour... mais ça, ça m'a marqué comme
 551 anecdote... ouais cette psy qui s'effondre euh en fait elle ne vivait pas juste dans un monde
 552 de bisounours et elle découvrait qu'il y avait des choses un peu terribles qui existaient
 553 potentiellement euh c'était énorme, vraiment j'en ai un souvenir incroyable. Je suis sortie en
 554 me marrant en me disant « c'est pas possible quoi ».

555 **Er** : Ah oui. Oui euh vous aviez dit que vous aviez pris beaucoup de poids pendant votre
 556 maladie. Et c'est quelque chose qui vous a beaucoup préoccupée ?

557 **A** : Bah ouais vous rentrez plus dans rien. A un moment donné vous vous retrouvez avec un
 558 sein en moins et des kilos en plus. Physiquement parlant vous avez plus un poil sur le caillou,
 559 vous êtes jaune parce que le foie travaille parce qu'il en peut plus de se bouffer de la chimio,
 560 vous êtes gonflée, vous rentrez plus dans rien, je pouvais plus fermer un pantalon, je pouvais
 561 pas euh j'avais des grosses guiboles ouais c'est dur, c'est dur. Et ça je savais pas j'avais pas
 562 appréhendé et oui forcément euh... je savais parce que mon mari était devenu gros et jaune
 563 mais ce que vous voyez sur les autres, vous l'envisagez pas forcément sur vous et puis c'est
 564 dur de se retrouver sans cheveux, sans sourcils, sans poils alors le restant des poils c'est
 565 sympa (*sourit*) mais euh les cheveux et les sourcils surtout, on s'attend pas et en fait pas de
 566 sourcils ça change un visage pas de sourcils vous faites malade tout de suite. J'ai découvert
 567 que j'avais un très beau crâne donc vivre sans cheveux c'était pas un souci et d'ailleurs j'ai
 568 fait faire des perruques que j'ai quasiment pas mises, mes enfants ont beaucoup joué avec
 569 mes perruques mais pas de sourcils c'est un peu dur parce que forcément vous faites
 570 malade. Parce que les cils vous pouvez faire un trait d'eyeliner et des yeux de biche un
 571 machin, ça se voit moins. Pas de cils c'est presque moins choquant que pas de sourcils. Mais
 572 pour une femme se retrouvée jaune, gonflée, grosse et avec un sein en moins et un sein en
 573 moins c'est pénible hein, deux seins en moins je pense que c'est plus facile finalement parce
 574 qu'il y a plus de symétrie et moins de c'est compliqué un sein en moins. Faut apprendre à
 575 mettre une prothèse, on peut pas vous opérer tout de suite parce que la peau est déjà très

576 abimée, parce que vous avez suivi de lourds traitements parce que je sais pas quoi donc il
577 faut du temps et puis moi j'ai mis du temps à me décider pour le mode de reconstruction
578 donc vivre avec un sein en moins c'est compliquée.

579 **Er** : Et c'est quoi cette histoire de prothèse ?

580 **A** : Et bien vous mettez un truc dans votre soutien-gorge parce que vous avez un autre sein
581 quand même donc vous êtes obligée de mettre un soutif, moi j'avais de gros seins,
582 aujourd'hui j'en ai plus mais à l'époque j'avais de vrais seins et donc l'autre il était encore là
583 et bien là, je pouvais pas vivre sans soutif et vous mettez quoi dans l'autre ? Il faut mettre un
584 truc dans le... une prothèse externe voilà. Je suis désolée ça fait un peu bizarre comme
585 discussion

586 **Er** : Ah non non il n'y a pas de souci

587 **A** : Mais du coup vous êtes obligée de mettre un truc dans le soutif parce que sinon c'est pas
588 possible. Et donc au début vous euh c'est très très très douloureux les cicatrices donc vous
589 trouvez un truc en mousse à mettre dedans et puis un beau matin vous découvrez un truc
590 qui s'appelle une vraie prothèse externe dans une vraie matière qui ressemble à un sein et
591 ça se colle, c'est autocollant (*fait le geste de plaquer quelque chose sur sa poitrine*). C'est un
592 truc que vous lavez tous les soirs et qui du coup se recolle et puis qui tient bien, qui tient
593 vraiment, vous pouvez nager, vous pouvez faire plein de chose ça tient mais c'est toute une
594 euh c'est plein de choses à découvrir, vous découvrez le monde du soutien-gorge à poche
595 dans lequel vous mettez une prothèse par exemple pour euh voilà, après vous découvrez la
596 prothèse qui se colle sur vous donc vous n'avez plus besoin de truc qui se met dans le soutif
597 mais vous achetez un soutif normal et puis vous mettez une prothèse et puis vous voilà, mais
598 c'est plein de choses qui changent, c'est un monde nouveau. Mais le monde des perruques
599 est un monde nouveau aussi, le monde de apprendre à faire un foulard, à être euh alors je
600 l'ai peu fait parce que je m'en foutais de rien avoir sur la tête mais comme à un moment
601 donné c'est l'hiver, il peut faire froid donc vous apprenez à mettre un foulard sur votre tête
602 bah apprendre à nouer des foulards de façon un peu rigolote c'est des choses qui voilà,
603 apprendre à se dessiner des sourcils si vous voulez avoir une moins sale tête, euh c'est un
604 monde, c'est un autre monde tout ça, ce monde où vous voulez juste être un peu jolie quoi.

605 **Er** : Et donc les perruques pourquoi vous les...

606 **A** : Je les ai jamais mise bah ça me gonflait, j'avais un joli crâne en fait, ça tombait, ça tenait
607 chaud, ça me gênait, j'avais peur que ça s'envole euh ça me plaisait pas. Je pense que c'est
608 comme une, c'était un truc étranger, ça me plaisait pas et il se trouve que pour faire rire les
609 enfants, mes enfants étaient gardés avec plein d'autres enfants chez moi et que pour
610 dédramatiser tout ça, ils ont beaucoup joué avec mes perruques. Ils se sont beaucoup
611 déguisés avec mes perruques. Parce que finalement ils étaient encore petits donc ils avaient
612 presque pris l'habitude de me voir plus souvent sans cheveux qu'avec donc quand je mettais
613 une perruque ça leur faisait presque plus bizarre et or j'ai vécu sans cheveux quand même
614 presque un an donc.

615 **Er** : Et le regard des autres ?

616 **A** : Ah non ça m'a jamais mais alors vraiment. Le seul regard qui m'importait c'était celui de
617 ma grand-mère qui était très très vieille, ma mère était décédée très jeune donc ma grand-
618 mère m'a servi de seconde maman et j'ai jamais voulu dire à ma grand-mère qui était très
619 très vieille que j'étais très très malade, elle avait plus de 90 ans à l'époque et donc j'ai voulu

620 l'épargnée. Et donc elle c'est la seule personne avec qui j'ai vraiment mis ma perruque je
621 crois. Mais sinon voilà le regard des autres je m'en moquais mais à un point, c'était presque
622 même une espèce de défi de dire euh non je m'en foutais vraiment en fait. Et j'ai retrouvé
623 récemment des photos de mon deuxième fils entrant dans sa première année de maternelle
624 et je suis le jour de la rentrée, il est dans mes bras et j'ai pas de perruque j'ai rien quoi. J'ai
625 pas un poil sur le caillou et voilà. Non vraiment je m'en foutais.

626 **Er** : D'accord et ça a mis combien de temps à repousser ?

627 **A** : Alors en fait ça repousse entre chaque cure, entre chaque chimio ça repousse un tout
628 petit peu puis ça retombe. Puis ça revient, ça s'en va et ça revient et après ça repousse très
629 vite, moi il se trouve que j'ai des cheveux qui poussent très vite et donc quand mes cures se
630 sont arrêtées, mes cheveux se sont mis à pousser et très rapidement j'ai eu une coupe très
631 courte donc j'ai pas eu de souci. Mes cheveux ont repoussé très drus, très rapidement. Parce
632 qu'avant j'ai les cheveux très raides et ils sont devenus très souples en repoussant. Vous
633 avez des cheveux de bébé presque au début, c'est tout doux, c'est très agréable. Mais le jour
634 où ça repousse voilà. C'est juste que je suis devenue toute grise quasiment quand ils ont
635 repoussé mais peut-être que ça aurait été gris de toute façon, je me faisais déjà des couleurs
636 à l'époque euh je me rendais pas compte du nombre de cheveux gris que je pouvais avoir et
637 puis subitement quand ils repoussent vous dites « merde, ils sont tous gris »

638 **Er** : Donc vous faites une couleur ?

639 **A** : Oui

640 **Er** : Vous n'aimez pas les cheveux gris ?

641 **A** : Non. Non je pense parce que les cheveux gris à 20 ans, 25 ans ça peut être marrant ou à
642 30 ans ça peut donner du voilà mais à 50 vous faites très vieille tout de suite quoi. J'ai quand
643 même bientôt 50 balais. Les cheveux gris à 50 ans vous en faites vite 60 quoi. Donc non je
644 me verrais pas avec les cheveux gris aujourd'hui.

645 **Er** : Et les sourcils ça a repoussé vite aussi ?

646 **A** : Non et d'ailleurs ils sont encore dégarnis hein et j'ai plus de cils, j'ai très peu de cils. J'ai
647 très très peu de cils, ils sont tout courts, tout pas beaux, ils ont jamais repoussé vraiment
648 bien. Les sourcils sont dégarnis et les cils ont jamais vraiment repoussés mais par contre j'ai
649 plein de cheveux qui poussent très très vite. Voilà, pour la partie cancer, en long en large et
650 en travers.

651 **Er** : Euh et votre amie du coup elle a guéri aussi ?

652 **A** : Ouais

653 **Er** : Et elle, elle l'a vécu comment son cancer ?

654 **A** : Elle l'a vécu complètement différemment. Moi par exemple mes enfants, je leur ai jamais
655 caché, elle elle a un fils qui a un an de plus que mon grand donc le mien à l'époque il avait
656 pas tout à fait 4 ans donc le sien il en avait 5 et elle ne lui a pas dit. Donc elle typiquement
657 elle a toujours vécu avec une perruque à la maison. Elle dormait avec un, y a des trucs
658 qu'on vous vend, je sais pas comment ça s'appelle mais c'est des espèces de charlottes en
659 tissu qu'on met sur la tête machin pour que votre compagnon ou vos enfants vous voient
660 pas sans et elle dormait avec ça sur la tête en se disant que si jamais son petit débarquait en
661 pleine nuit, elle voulait pas, il fallait pas qu'il l'a voit sans cheveux. Mais aujourd'hui elle va

662 bien, on l'a pas du tout vécu de la même façon, on a pas le même caractère non plus à la
 663 base, elle était bien plus inquiète et plus pessimiste que moi, je pense que j'ai un caractère
 664 plus optimiste de toute façon et je prenais tous beaucoup plus à la rigolade qu'elle. Par
 665 contre c'était très chouette d'avoir une amie malade en même temps parce que, on a pas
 666 fait les traitements tout à fait en même temps et donc elle, elle a commencé par fait une
 667 opération et moi par une chimio parce que moi comme c'était un cancer très grave il fallait
 668 commencer par une chimio, ça s'appelle une chimio néoadjuvante, ça permet de rétrécir les
 669 cellules cancéreuses pour pouvoir ensuite opérer, et elle a été opérée en premier et donc elle
 670 a pu me raconter et moi je pouvais lui raconter la chimio. Donc on a pu échangé nos... et on
 671 a été de bon conseil l'une pour l'autre. Et moi j'avais la chance d'avoir un compagnon qui
 672 pouvait me dire des trucs et c'est plutôt sympa d'être malade en même temps qu'une
 673 copine parce que vous vous comprenez bien. Typiquement quand on vous donne des
 674 corticoïdes vous dormez plus parce que ça excite vous dormez plus donc on vous donne des
 675 trucs et entre nous on se donnait des conseils « prend tel truc, prend pas tel truc, ça c'est
 676 trop fort machin » et elle comme moi on était déjà un peu médecine parallèle à la base et
 677 toutes les deux on a fait beaucoup beaucoup d'acupuncture et beaucoup d'homéopathie. Et
 678 donc on se donnait des bons tuyaux de nos médecins respectifs.

679 **Er** : D'accord, bon bah ça va me permettre de rebondir dessus, donc vous êtes très portée
 680 vers la médecine parallèle ? Donc c'est quoi concrètement ?

681 **A** : C'est des plantes et de l'acupuncture. Et la faciathérapie alors je vais pas pouvoir
 682 l'expliquer parce que pour moi c'est obscure mais la faciathérapie mais c'est ce qui englobe
 683 tout votre intérieur. Vos muscles sont entourés de facia, les os aussi, c'est une médecine
 684 énergétique euh donc c'est basé sur l'énergie, sur votre propre énergie qu'on va vous
 685 réinsuffler. Ça se fait par attouchements assez forts pour redonner de l'énergie dans votre
 686 corps.

687 **Er** : D'accord et vous avez déjà tenté ?

688 **A** : La faciathérapie ? Ah ouais ouais, à l'époque j'ai une cousine qui est faciathérapeute et
 689 qui arrivait énormément à me soulager

690 **Er** : Et vous faisiez ça avant d'être malade ?

691 **A** : Avant oui et pendant la maladie encore plus. Et ce qui a sauvé mes nausées, c'est
 692 l'acupuncture. C'était radical. Alors il se trouve que mon acupuncteur est aussi homéopathe
 693 et donc j'ai été bourrée de granules homéopathiques diverses et variées mais vraiment
 694 vraiment l'acupuncture me redonnait de l'énergie 'fin j'y allais toutes les semaines quoi. Et
 695 puis après j'y suis allez quasiment toutes les semaines et aujourd'hui j'y vais presque plus
 696 c'est pas bien. mais oh j'y vais une fois tous les deux mois quoi mais c'est vrai que
 697 l'acupuncture a été pour moi euh voilà, mais je suis très très médecines parallèles ouais.

698 **Er** : D'accord alors qu'est-ce que vous pensez du système de soin et de la médecine
 699 traditionnelle entre guillemets ?

700 **A** : J'en pense forcément du bien la chimiothérapie m'a sauvé, je peux pas aller contre.
 701 Maintenant je pense que les deux doivent vivre ensemble. Je n'aurais pas pu guérir de mon
 702 cancer, c'est mon opinion hein, je n'aurais pas pu guérir de mon cancer par des médecines
 703 parallèles. L'homéopathie n'aurait pas soigné mon cancer, pareil pour l'acupuncture par
 704 contre ce sont des thérapies qui m'ont aidé à passer euh ça m'a redonné de l'énergie, ça a
 705 coupé les nausées, ça m'a aidé à drainer mon foie parce qu'il en prend plein la tête aussi

706 hein, tout ce qu'on ingurgite comme médicaments euh c'est très violent une chimiothérapie,
 707 c'est des médicaments qui détruisent autant qu'ils font du bien donc et donc c'est le foie qui
 708 bouffe toute ça et ça je voilà c'est grâce à des substances phytothérapeutiques qui m'ont aidé à
 709 drainé euh et euh je vais très peu chez le médecin, j'envoie très mes enfants chez le
 710 médecin, ils n'y vont vraiment quand j'arrive pas à faire autrement quoi.

711 **Er** : Parce que sinon c'est vous qui les soignez ?

712 **A** : AH je soigne beaucoup parce que je commence à avoir des connaissances et puis je les
 713 envoie chez mon homéopathe acupuncteur. L'allopathie ne fait plus partie de notre
 714 quotidien. Mes enfants ont peu l'habitude de prendre des médicaments mais quand ils
 715 étaient petits ils bouffaient beaucoup de granules et quand ça n'allait pas, ils demandaient
 716 quelle granule il fallait prendre quoi. Mais encore aujourd'hui quand ils ont peu de quelque
 717 chose, à part les bobos, les coupures et les machins qu'il faut désinfecter etc sinon ils sont
 718 très habitués à prendre euh...

719 **Er** : D'accord. Et du coup quand les médecins vous disaient que le traitement serait lourd et
 720 que vous ne le supporteriez peut-être pas c'était parce que...

721 **A** : Alors c'était parce que le cancer était très avancé et qu'ils se disaient que ça allait se
 722 barrer ailleurs. Que j'allais métastaser ailleurs.

723 **Er** : Ah ça peut se déplacer ? Même quand c'est un cancer du sein, ça reste pas dans la
 724 poitrine ?

725 **A** : Non. Ce qu'on appelle les métastases c'est euh le cancer il est véhiculé, c'est des vilaines
 726 cellules donc elles sont transportées par plein de choses, le sang entre autre et donc ça peut
 727 aller quelque part ailleurs.

728 **Er** : Ah oui d'accord.

729 **A** : Et donc euh le... d'abord il y a un rapport cancer du sein/cancer des ovaires par exemple,
 730 qui sont très souvent liés ce qui fait que moi j'ai un stress par rapport à ça hein on me fait
 731 des échos tous les ans au niveau des ovaires mais il est pas rare de voir un cancer du sein se
 732 transformer en cancer des os, cancer des poumons aussi. Ah non mais c'est même le risque
 733 essentiel du cancer, c'est de se dire en général que le cancer en tant que tel on va le soigner,
 734 ce qu'on a du mal à soigner c'est le cancer métastatique qui va être quelque part ailleurs.
 735 D'où le fait qu'on vous fait faire à un moment donné un scanner corps entier c'est un pet
 736 scan, on vous envoie un produit qui fait des radiations lors d'une radio par exemple et on va
 737 voir s'il y a des choses où le produit phosphorescent va se mettre quelque part ou pas et
 738 c'est là où on décèle si vous avez des métastases ou pas.

739 **Er** : D'accord. Mais donc pour revenir sur ce que vous pensiez du système de soin, qu'est-ce
 740 que vous pensez maintenant de tout ce qui est recommandations sanitaires ?

741 **A** : C'est-à-dire ce qu'il y a dans les boites de médicaments par exemple ?

742 **Er** : Oui ou ce qu'on peut voir dans les médias comme les pubs à la télé par exemple ?

743 **A** : Ah je pense que c'est très très bien, pas pour les médicaments, pour les anti-
 744 médicaments, toutes les campagnes de « les antibiotiques c'est pas automatiques », je
 745 trouve ça fabuleux, je trouve qu'il était temps de le faire. Ça c'est très bien, tout ce qui est
 746 anti-médicament me va bien, tout ce qui fait que le français et d'abord je trouve que le trou
 747 de la sécu est incroyable et que les français vont trop chez le médecin, qu'ils s'écoutent trop,

748 qu'il y a un environnement pharmaceutique qui est affreux quoi, c'est devenu un produit de
 749 consommation et que les énormes boites de production de médicaments soient richissimes
 750 à un milliard ça me c'est un scandale. Et que la sécurité sociale rembourse ça c'est un
 751 scandale. L'industrie pharmaceutique est scandaleuse. Mais elle m'a sauvé la vie parce que
 752 la chimio m'a sauvé la vie. Donc oui je pense que le français bouffe trop de médicament et
 753 en même temps on informe le français qu'il faut pas prendre des médicaments. Et comme je
 754 suis très portée sur l'environnement, moi quand j'étais en chimio, chaque fois que je faisais
 755 pipi j'en foutais plein les rivières hein 'fin faut pas oublier qu'on boit l'eau des toilettes en
 756 France donc euh forcément quand voilà quand pendant 5 ans j'ai pris un traitement pour la
 757 chimio bah à chaque fois que j'allais faire pipi pendant 5 ans voilà, j'ai rejeté ce médicament
 758 mine de rien. Et voilà je pense que le français prend trop de médicament et qui faut faire en
 759 sorte qu'il en prenne moins c'est bien. Et je suis pour le fait de ne pas vendre des boites de
 760 médicaments entière, moi j'ai vécu en Angleterre et quand j'étais malade, si j'avais besoin
 761 de 4 cachets, on coupait la plaquette et on me donnait 4 cachets et je repartais avec.
 762 Aujourd'hui ils vont vous vendre une boite et on engraisse les actionnaires des sociétés
 763 pharmaceutiques. Et c'était y a longtemps en Angleterre hein parce que j'avais 18 ans, j'en ai
 764 50 bientôt donc ça fait longtemps qu'ils vous donnaient le bon nombre de médicaments.
 765 C'est testé hein en France, dans certaines régions.

766 **Er** : D'accord et alors maintenant qu'est-ce que vous pensez des campagnes de prévention
 767 cette fois liées à l'âge ?

768 **A** : Je pense que c'est bien que les cancers du type le cancer colorectal dont on entend
 769 beaucoup parlé, je pense que c'est bien, je pense que toutes les petites préventions qu'on
 770 voit chez les toubibs c'est bien aussi, je pense que... je pense que si l'être humain se prend
 771 en charge ça éviterait bien des déboires. Et que oui je suis pour, je trouve ça très bien.

772 **Er** : Donc vous trouvez que l'être humain ne se prend pas assez en charge ?

773 **A** : Je pense que l'être humain se prend mal en charge. Et que être obligé de bassiner aux
 774 gens « faites du sport » pour pas être malade, ça paraît dingue et que puisque le français
 775 moyen n'a pas l'air de le savoir bah je trouve que c'est bien de mettre de l'argent pour
 776 essayer de leur expliquer qu'il faut faire du sport. Donc toute campagne de prévention qui
 777 expliquerait qu'il faut se prendre en charge c'est bien 'fin je trouve ça aussi dingue d'être
 778 obligé de faire un sport de pub pour dire « buvez l'été quand vous êtes vieux » 'fin voilà,
 779 c'est dingue d'en arriver là. Voilà mais un jour ça sera tellement rentré dans notre quotidien
 780 qu'on sera peut-être plus obligé de le faire, ça passe aussi par l'éducation des enfants, si un
 781 enfant tout petit on lui explique que quand il fait chaud il faut boire et que s'il a une mamie
 782 et qu'il faut qu'il surveille que sa mamie ait bien bu bah plus besoin de dépenser de l'argent
 783 dans les sports publicitaires pour le faire. Euh c'est bien d'expliquer qu'une femme enceinte
 784 ça doit pas boire ou ça doit pas fumer mais ça paraît dingue aussi d'être obligé de le dire.
 785 Donc je suis forcément pour. Et en plus, travaillant dans la communication, je pars du
 786 principe que ça sert à quelque chose.

787 **Er** : Et sinon, vous faites du sport ?

788 **A** : Oui je fais du sport en salle, du pilate, du yoga et puis je fais un peu de tapis, de choses
 789 comme ça j'ai un abonnement dans une salle.

790 **Er** : Et pourquoi vous n'avez pas repris l'escalade finalement ?

791 **A** : J'ai pas repris l'escalade d'abord parce que j'ai très longtemps souffert de mon bras parce
 792 qu'on m'a retiré toute la chaîne ganglionnaire du bras droit, là où j'ai eu mon cancer du sein
 793 parce que le cancer avait déjà gagné les ganglions donc pour éviter qu'il n'aille plus loin on
 794 retire les ganglions donc ça veut dire que pendant très longtemps vous avez le bras qui
 795 gonfle etc, j'ai des cicatrices très sévères puisqu'on m'a retiré un sein il m'a fallu un an avant
 796 de pouvoir lever le bras, je peux toujours pas le lever complètement, je sens encore mes
 797 cicatrices (*lève le bras au-dessus de sa tête avec difficulté*), ça c'est la première raison. Après
 798 pendant longtemps on vous dit de ne pas porter ou de faire de choses comme ça parce que
 799 vous risquez ce qu'on appelle le « gros bras », comme je n'ai plus de chaîne ganglionnaire
 800 lymphatique, la lymphe va mal s'écouler, y a que depuis très peu de temps que je peux
 801 porter un pack d'eau par exemple et donc pendant très longtemps j'ai eu peur que mon bras
 802 gonfle parce que s'il gonfle il dégonfle pas et donc ça s'appelle le gros bras, y a 50 ans quand
 803 les femmes avaient eu un cancer du sein, elles se retrouvaient avec un bras comme ça (*mime*
 804 *une circonférence importante de son bras*) et ça part pas donc ça, ça m'a fait peur très
 805 longtemps et puis un beau matin j'ai essayé de refaire de l'escalade et puis je me suis rendue
 806 compte que j'avais peur pour mes enfants, je me suis dit « je suis passée au travers du
 807 cancer, si jamais je tombe et si je suis paralysée à vie, c'est con ». C'est con d'avoir réchappé
 808 à la maladie et de prendre des risques en je n'aimais l'escalade qu'assez dangereuse donc
 809 voilà, grimper en salle m'amusait pas beaucoup, grimper en extérieur, sur des grandes parois
 810 ça me plaisait beaucoup et un beau matin j'ai pris peur en fait. Et puis je me suis rendue
 811 compte en en refaisant un peu que j'avais perdu, j'avais perdu de la force parce que ce bras
 812 me faisait mal (*montre son bras droit*) et du coup j'avais un grand niveau en escalade et je
 813 n'arrivais pas à retrouver ce niveau. Et ça m'a un peu voilà et du coup j'ai fait autre chose.

814 **Er** : D'accord. Au bout de combien de temps vous avez refait du sport ?

815 **A** : J'en ai fait un peu parce que il se trouve que je suis très bonne amie avec mon
 816 acupuncteur/homéopathe 'fin la toubib et elle faisait du sport, elle travaillait jamais le jeudi
 817 et elle allait courir et pendant toute ma maladie elle m'a dit « même si tu peux pas courir tu
 818 t'en fous vient avec moi, j'irai lentement, tu marcheras à côté de moi » donc j'ai toujours
 819 continué la marche à pied et puis après je me suis mise à courir un petit peu, j'en ai toujours
 820 fait un peu et aujourd'hui on le dit hein, aujourd'hui on dit que et il y a 10 ans quand j'ai eu
 821 mon cancer on le disait pas encore que vous avez une chance de survie bien meilleure si
 822 pendant votre maladie vous faites du sport. Y a des grandes campagnes de prévention à ce
 823 propos aujourd'hui pour dire même dans les hôpitaux et les services anti-cancéreux de dire
 824 « pendant votre maladie faites du sport » vous avez je sais plus, c'est énorme hein le taux
 825 de, le taux de survie sur une population qui fait du sport en étant malade par rapport à une
 826 population de malades qui ne fait pas de sport. Donc j'en faisais pas beaucoup mais j'en ai
 827 fait pendant tous mes traitements. Par contre j'étais très vite essoufflée, très vite fatiguée,
 828 les enfants rêvaient de faire du vélo, j'y arrivais pas c'était compliqué. Vous êtes fatiguée
 829 donc c'est compliquée.

830 **Er** : D'accord, et maintenant, au niveau de la fatigue ?

831 **A** : C'est revenu comme avant 'fin je suis plus fatiguée mais je pense que c'est parce que j'ai
 832 bientôt 50 ans mais non non je suis plus...

833 **Er** : Et vous commencez justement à ressentir des effets de l'âge ?

834 **A** : Bah je sais pas si c'est des effets de l'âge ou de oui oui, je ressens des effets de l'âge, c'est
835 une certitude. Je suis bien plus fatiguée le soir que je ne l'étais avant. En même temps je
836 reste une éternelle couche-tard donc c'est aussi pour ça que je suis fatiguée je pense.

837 **Er** : D'accord. Et à part ça, vous avez des douleurs articulaires, de dos... ?

838 **A** : Alors j'ai eu très longtemps de très forte douleurs articulaires du fait du traitement que
839 vous êtes obligée de prendre pendant 5 ans qui suit la fin du traitement. Après la chimio,
840 après les rayons après tout ça euh on vous donne un médicament qui est un médicament
841 hormono quelque chose et qui fait très mal aux articulations et donc pendant ces 5 ans où
842 j'ai pris ce cachet tous les jours, c'était euh j'étais comme une petite vieille. Enfiler votre
843 petite culotte c'est compliqué de lever les jambes, vous avez mal aux hanches et aux genoux
844 mais ça je pense que des traitements, c'est pas l'âge, c'était les traitements de l'époque euh
845 aujourd'hui j'ai pas l'impression... si aujourd'hui si si c'est con ce que je dis, je fais du yoga et
846 des tas de trucs que j'aurais pu faire avant et que je peux plus faire maintenant aussi
847 facilement, les articulations souffrent en fait quand on est vieux. Je trouve que ce sont les
848 articulations qui morflent le plus. En tout cas chez moi.

849 **Er** : Et donc hormis le sport est-ce qu'il y a d'autres activités que vous avez plus de mal à
850 faire ?

851 **A** : A cause de l'âge ?

852 **Er** : Oui

853 **A** : Ouais je suis plus fatiguée, une soirée jusqu'à 4h du matin va plus me gonfler qu'avant,
854 avant ça voilà, je sais pas si ça fait partie des activités mais ouais je suis plus fatiguée
855 qu'avant, je vais pas tenir aussi longtemps. Clairement. Euh je vais picoler moins parce que je
856 sais que je vais mettre plus de temps à m'en remettre. Tien voilà, picoler moins parce que je
857 récupère moins bien et avant j'aimais bien picoler, maintenant je picole moins parce que je
858 me dis que c'est pas forcément bon pour la santé, mais si je passe le côté pas bon pour la
859 santé, il va falloir plus de temps à m'en remettre. Euh et puis je vais être fatiguée plus
860 longtemps si je me couche à 5h du mat' il va me falloir trois jours pour m'en remettre. Donc
861 un samedi soir je vais éviter de me coucher à 5h du mat' parce que je me dis « si c'est pour y
862 perdre la moitié de ma vitalité de la semaine, c'est pas la peine » ouais ça ouais. Non sinon
863 j'ai pas l'impression qu'il y ait des activités en tant que telles qui me après c'est plus une
864 question de gout, y a des choses qui vont plus me gaver aujourd'hui qu'avant. J'aime mieux
865 les activités dehors que dedans. Peut-être qu'avant j'aurais mieux supporter de rester
866 enfermée, aujourd'hui j'ai besoin d'être dehors, de voir la nature, de voir le soleil euh voilà...

867 **Er** : Prendre les transports par exemple ?

868 **A** : Ouais prendre les transports m'est plus pénible qu'à une certaine époque mais parce que
869 oui c'est vrai, je vais fatiguer plus vite et plus facilement parce que rester debout va me
870 fatiguer plus qu'avant. Mais j'ai toujours un ordinateur sur le dos et c'est plus compliqué
871 aussi. Peut-être qu'à 20 ans aussi j'avais pas de gros ordinateurs 'fin c'est même sûr hein
872 (*ricane*) ils étaient pas portables les ordinateurs mais euh voilà donc forcément ça c'est des
873 choses qui me pèsent plus. Je pense qu'il y a plus de monde dans le métro qu'il y a 20 ans
874 donc je pense qu'on est plus serré et ça va être plus difficile de prendre les transports. Et
875 d'ailleurs je viens en voiture.

876 **Er** : Et au niveau du stress ? En reprenant le travail est-ce que vous êtes redevenue stressée ?

877 **A** : Alors je suis beaucoup moins stressée qu'avant parce que j'ai beaucoup plus de recul et
 878 ça j'en suis intimement persuadée. Mais je ne sais pas si j'ai beaucoup plus de recul parce
 879 que je suis vieille, ou parce que j'ai été malade, je ne sais pas faire la part des choses. Je
 880 pense quand même que c'est parce que j'ai été malade, que j'ai le recul nécessaire. Et puis il
 881 y a des choses plus graves dans la vie et ça je me le dis souvent « il y a des choses plus graves
 882 dans la vie ». Et je dis aussi souvent à des gens au boulot « ce truc il devait partir aujourd'hui
 883 bah il partira demain » parce que j'ai beaucoup de mail, voyez là je suis en train de surveiller
 884 mes mails parce que y a un truc qui doit être prêt pour ce soir, euh franchement souvent je
 885 dis aux gens « y a personne qui va mourir ». Je ne suis pas chirurgien, si je l'étais je pourrais
 886 tuer quelqu'un mais je ne le suis pas, si cet email ne part pas ce soir, il partira demain. Et ça,
 887 c'est pas quelque chose que je disais avant mais je pense qu'à 25 ans j'avais pas l'aplomb de
 888 dire ça alors qu'aujourd'hui je voilà. Mais c'est peut-être aussi la sagesse de l'âge que de se
 889 dire qu'on sait faire la part des choses qui est euh on a plus de bouteilles donc forcément on
 890 sait plus faire la part des choses.

891 **Er** : Oui d'ailleurs ça me refait penser à ce que vous avez dit « après avoir failli mourir on se
 892 sent jeune et bien », donc du coup vous pensez plus à votre âge, au temps qui passe...

893 **A** : Ah mais jamais.

894 **Er** : Et vous y pensiez avant, même si vous étiez plus jeune ?

895 **A** : Oui. L'anecdote, je vais avoir 50 cette année, j'arrête pas de me dire qu'il aurait fallu faire
 896 une grosse fête etc, mais j'ai pas le temps de l'organiser euh pour mes 30 ans, je ne me suis
 897 pas levée, j'ai séché le boulot et j'ai pleuré. Ma vie était foutue. J'avais 30 ans, j'étais sous
 898 ma couette et je ne me suis pas levée. Et mes collègues qui étaient de très bons copains qui
 899 sont restés mes meilleurs copains aujourd'hui encore, quand ils ont vu que à l'époque je
 900 bossais dans une toute petite agence de pub, et ils se sont doutés qu'il y avait un truc qui
 901 n'allait pas et finalement ils ont débarqué à la maison et ils ont commencé à appeler en me
 902 disant « tu fais chier, lève-toi », ils se doutaient, j'étais euh à 30 ans ma vie était fichue,
 903 j'avais pas d'enfants, pas de mec à l'époque, j'étais entre deux mecs ou j'sais pas quoi et
 904 j'étais pas stable et j'étais pas machin, j'étais vieille, j'avais 30 ans j'étais vieille. Et puis après
 905 c'est passé, après très vite j'ai trouvé quelqu'un et très vite je me suis retrouvée enceinte et
 906 très vite je suis tombée malade donc voilà et non non aujourd'hui je me sens, j'ai réalisé il y
 907 a un mois, j'ai un petit stagiaire, je suis désolée Agathe, je ne sais pas quel âge vous avez,
 908 euh j'ai un petit stagiaire qui a 25 ans, il vient de Colombie, il est absolument super et euh
 909 bah j'ai un an de plus que sa maman (*rires*) donc forcément euh ça fait voilà et quand je suis
 910 avec lui je dis petit parce qu'il est pas très grand en taille et parce qu'il est jeune mais il est
 911 super, il a la tête bien faite, il est génial, il bosse vachement bien, c'est un gars exceptionnel
 912 qui sera brillant dans sa vie euh putain mais je déconne avec lui euh voilà, j'ai pas
 913 l'impression d'avoir 25 ans de plus que lui quoi et euh toutes mes copines de boulot ont
 914 entre 10 et 15 ans de moins que moi. Donc voilà avec elles je me sens aussi jeune 'fin je vois
 915 pas de différence. Mais je pense qu'elles, elles en voient une forcément même, dans ma
 916 façon de parler, dans les choses que je peux raconter, forcément j'ai 15 ans de plus. Mais
 917 quand on sort faire les cons le soir, boire un coup et aller au resto, j'ai le même âge, j'ai
 918 l'impression que j'ai le même, j'oublie que je n'ai pas leur âge. Mais par contre cet âge me
 919 gêne plus par rapport à mes enfants parce que je sais bien qu'ils ont des copains et des
 920 copines dont les mamans sont beaucoup plus jeunes que moi. Et ça je sais que c'est une
 921 question que je leur ai souvent posée : « ça vous fait pas suer d'avoir une maman vieille ? »
 922 et euh parce qu'elles ont 10-15 ans de moins que moi, elles ont l'âge de mes copines de

923 boulot, elles ont entre 30 et 40 ans les mamans des copains de mes enfants. Et donc elles
 924 ont allez on va dire une petite quarantaine. Et donc ouais ça m'est déjà arrivé de demander à
 925 mes enfants « ça vous embête pas ? » et non alors ils me jurent qu'ils ne voient pas de
 926 différence mais je sais pas si c'est vrai quoi. En même temps du coup les petits enfants m'ont
 927 toujours gavé, les bébés les machins tout ça, c'était pas ma tasse de thé mais par contre
 928 quand ils étaient un peu plus grands et qu'ils commençaient à parler, à jouer etc, ça me
 929 gênait pas d'aller me poser au parc faire l'abrutie avec eux quoi, ça me dérangeait pas de
 930 prendre vélo et d'aller en faire avec eux, je me sens pas vieille quand je suis avec eux quoi.

931 **Er** : D'accord mais alors du coup depuis quand vous commencer à vous interroger ?

932 **A** : Le fait que j'étais vieille ? Euh depuis 2-3 ans, depuis qu'ils sont au collège. Quand ils
 933 étaient plus petits je voyais pas trop de différence, c'est depuis qu'ils sont au collège. Mais je
 934 sais pas parce qu'ils sont ados et que moi je me rappelle quand j'étais ado mes parents me
 935 paraissaient vieux et pourtant quelque part j'avais une mère bien plus jeune que moi parce
 936 que moi j'ai eu mon premier enfant j'en avais 36 et ma mère m'a eu, je suis l'aînée, elle en
 937 avait 29. Donc il y a presque 10 ans d'écart malgré tout donc je me dis que, ma mère elle me
 938 paraissait dame quand moi j'étais ado et dans le grand âge où on déteste ses parents et
 939 qu'on les trouve vieux et cons et je me dis mais j'avais quel âge ? J'avais 14-15 ans quand je
 940 pensais que mes parents étaient vieux et cons et donc mon fils aîné il en a 14 donc (*rires*) je
 941 pense que je transpose en fait ouais ouais. Ils ont quel âge vos parents ?

942 **Er** : Euh alors j'ai aussi des parents « vieux » donc (*rires*) euh ma mère a 57 ans et mon père
 943 65.

944 **A** : Ah ouais moi j'avais un papa très vieux aussi, il a 89 ans donc voilà j'avais un papa qui
 945 avait 40 ans quand je suis née donc forcément euh... donc je pense que c'est pour ça et que
 946 effectivement je transpose mon adolescence à la leur en me disant bah voilà. Maintenant je
 947 pense que je suis pas euh qu'on est pas tous égaux, je pense que le fait d'être parisienne,
 948 bossant dans la pub dans une grosse boîte fait que je me sens plus dans le coup peut-être
 949 qu'une dame de province qui bosserait dans une petite PME voilà 'fin on a pas la même vie
 950 donc on appréhende pas les choses de la même façon non plus quoi et le fait de bosser dans
 951 un milieu publicitaire forcément fait aussi que on a cette impression de rester un peu dans le
 952 coup. Je bosse aujourd'hui avec des techniques de communication qui sont forcément à la
 953 page. Euh donc je suis pas dépassée par les nouvelles technologies par exemple. Ce qui n'est
 954 pas forcément le cas de toutes les populations de 50 ans aujourd'hui 'fin j'imagine, j'en sais
 955 rien, peut-être que je me leurre et que tout le monde est euh... 'fin voilà j'ai eu euh quand
 956 les portables sont sortis j'avais deux portables dans la poche, quand les tablettes sont sorties
 957 j'en ai eu une tout de suite, j'ai eu internet tout de suite voilà, mais je pense que c'est quand
 958 même dû à mon milieu professionnel.

959 **Er** : D'accord d'accord. Alors même si vos enfants disent qu'ils ne voient pas de différence,
 960 est-ce qu'ils vous font quand même sentir que vous avez un certain âge ?

961 **A** : Euhm... j'ai pas l'impression mais euh en tant que maman pas copine, j'ai tendance à dire
 962 « je suis pas ta copine » donc ça met un barrage quand même. Non ils ne me le font pas
 963 sentir mais je pense que mon aîné c'est un ado normal donc qu'il me prend forcément pour
 964 une vieille conne quoi. 'fin voilà, il ne me fait pas sentir que je suis vieille mais parce que je
 965 suis une maman qui m'habille plutôt jeune, qui met des jeans, des machins, je passe ma vie
 966 en tongs donc ils ont une maman qui n'est pas tout à fait dans le moule non plus.

967 **Er** : Et est-ce qu'on peut dire que vous cultivez cette apparence de jeune ?

968 **A** : Je sais pas si je la cultive ou si je suis comme ça, le fait d'être entourée de jeunes au
969 boulot, fait aussi je pense que je vais avoir tendance à m'habiller, alors je sais pas, peut-être
970 que là vous me trouvez super vieille et ringarde, je ne sais pas mais en tout cas à mes yeux à
971 moi j'ai l'impression que le fait d'être dans un certain environnement professionnel fait aussi
972 que je vais m'habiller peut-être plus jeune, non mais je suis plus attirée par une paire de
973 tongs ou de baskets que par une super paire de je sais pas quoi euh non je ne cultive pas ce
974 sont mes propres goûts quoi, c'est mes goûts.

975 **Er** : D'accord et à aucun moment vous vous dites « non je peux plus mettre ça, c'est plus de
976 mon âge » ?

977 **A** : Si, je suis dans la phase où je me dis qu'il faut que je me coupe les cheveux parce que je
978 me dis que c'est pas bon d'avoir les cheveux longs quand on a 50 ans et je suis aussi dans la
979 phase parce que je trouve ça vieux et ringard et je suis aussi dans la phase de me dire « mais
980 si j'aime les cheveux longs, pourquoi je me les couperait ? ». Si ça oui, le côté de je peux plus
981 mettre une jupe hyper courte. Mais c'est pas parce que ça se fait pas, c'est aussi parce qu'on
982 vieillit et qu'on est moins bien golée qu'avant. J'ai plus de cellulite qu'avant donc si je mets
983 une jupe ça va pas être très beau (*rires*) voilà et puis y a des trucs où je me dis quand même
984 que j'ai plus l'âge. Ça c'est vrai, avant j'aurais été chercher le pain sans aucune difficulté en
985 short et en tongs à n'importe quel moment de l'année, aujourd'hui je me dis « bon à bientôt
986 50 ans, aller chercher le pain en short en pleine ville machin, peut-être que ça se fait pas, à
987 mon âge ça se fait pas, à 20 ans on s'en fout ». Je me résonne en me disant que je crois que
988 ça se fait pas. Mais en même temps j'ai perdu ma maman très jeune, j'avais 18 ans quand
989 elle est décédée d'un cancer et donc elle m'a pas élevée après. Donc peut-être que si elle
990 était là elle me dirait « ah non tu peux pas faire ça », j'ai plus une mère qui me dit ce qu'il
991 faut faire ou pas donc peut-être que du coup je suis pas finie (*rires*), j'ai personne qui me
992 résonne en me disant « tu peux pas le faire quoi ». Mais oui ça c'est un peu vrai, je suis
993 quand même dans la phase où je me dis qu'il y a des trucs qui 'fin voilà, c'est les cheveux en
994 ce moment.

995 **Er** : D'accord et alors vous vous êtes décidée finalement ?

996 **A** : Non je sais pas.

997 **Er** : D'accord. Et quand vous regardez autour de vous des femmes qui ont votre âge, vous en
998 pensez quoi ?

999 **A** : Bah des fois je trouve qu'elles font vieilles ! Voilà, je fais du yoga au sein de ma société et
1000 y a une nana je pense qu'elle est pas beaucoup plus vieille que moi et elle fait vieille, elle a
1001 les cheveux gris, elle les cheveux machin, elle s'habille vieille et je me dis « putain si ça se
1002 trouve on a que 2 ans d'écart ». Et je trouve qu'elle fait vieille et je e dis « ça surtout pas ».

1003 **Er** : Donc vous ne voulez pas paraître vieille ?

1004 **A** : Bah non j'ai pas envie de paraître vieille mais parce que moi je me vois dans une glace
1005 quoi, j'ai pas envie de...

1006 **Er** : Mais vous pensez que vous vous voyez de la même façon que les autres vous voient ?

1007 **A** : Ah non ça sûr que non, on ne se voit pas vieillir. C'est quand vous regardez des photos et
1008 là vous dites « oh putain y a 10 ans je faisais quand même plus jeune ». Donc non quand je
1009 me regarde, je ne me vois pas vieille 'fin si si je me vois vieille, je vois mes cernes, mes

1010 machin, je vois que j'ai plus la même tête qu'avant mais je sais pas si c'est dû à l'âge
 1011 vraiment ou si parce que les traitements ça abîment aussi, la chimio ça vieillit, la peau elle
 1012 morfle, j'avais jamais de cernes et aujourd'hui j'en ai, toute la journée aujourd'hui les gens
 1013 m'ont dit que j'avais une sale gueule. Et voilà y a pas de mystère, quand on vous dit que vous
 1014 avez une sale gueule c'est que vous êtes plus fatiguée euh et quand j'en avais 25 ont me
 1015 disait pas que j'avais une sale gueule. Au pire on me disait que j'avais l'air fatiguée parce que
 1016 j'avais fait la bringue la veille. Aujourd'hui je pense sincèrement qu'il y a 10 personnes qui
 1017 m'ont dit « ohla, toi t'as une sale gueule ».

1018 **Er** : Et on vous fait souvent ce genre de réflexion par rapport à votre physique ou votre âge ?

1019 **A** : Non mais par contre les jours où comme aujourd'hui je suis fatiguée, ouais. Mais c'est
 1020 l'avantage d'avoir des bons copains aussi hein, ce sont des gens que vous aimez bien et qui
 1021 se permettent de vous dire « t'as pas l'air en grande forme, t'as une sale tête aujourd'hui ».

1022 **Er** : Et de l'extérieur ça ne vous est jamais arrivé ? Par exemple qu'à cause peut-être de votre
 1023 physique ou de l'âge que vous semblez avoir qu'on vous laisse sa place dans les transports ?

1024 **A** : Ah non mais moi je prends jamais les transports et puis ça m'est jamais arrivé. Mais je
 1025 suis pas sûre quand même qu'à 50 ans on vous laisse la place dans le métro hein, je pense
 1026 d'abord que les jeunes sont euh mon fils, l'autre jour je lui ai redit car j'avais peur de ça, je
 1027 lui ai dit « Léon on est d'accord hein, si tu t'assois... » parce que lui il va s'asseoir en début de
 1028 ligne là où il va avoir de la place, je lui dit « tu, on est d'accord hein, s'il y a des vieux qui
 1029 montent tu leur laisse ta place ? » (*sourit*) parce que là je me dit que merde y a un truc, mon
 1030 père je crois qu'il avait 70 ans la première une fois qu'une dame, une dame et ça l'a marqué,
 1031 je me souviens de l'histoire c'était il y a presque 20 ans, mon père a toujours bossé et il
 1032 continuait de bosser à 80 ans et il prend beaucoup le métro etc et j'ai le souvenir que vers 70
 1033 ans, il est rentré à la maison et il m'a dit, 'fin je l'ai vu 2-3 jours après et il m'a dit « tu sais
 1034 pas ce qui m'est arrivé l'autre jour dans le métro, y a une dame qui s'est levée et qui m'a
 1035 laissé sa place, je dois faire vraiment vieux » et je lui dis « bah papa t'as 70 ans (*rires*) t'as les
 1036 cheveux tout blancs depuis 30 ans, oui papa tu fais 70 ans » et il me dit « mais tu te rend
 1037 compte ! Une dame ! » et je pense que cette dame elle devait avoir 50 ans quoi. En plus pour
 1038 lui qui est un homme bien élevé de cette génération-là, c'était une femme qui se levait pour
 1039 laisser sa place et lui je pense qu'il avait pas réalisé qu'il avait les cheveux tout blancs, qu'il
 1040 avait 70 ans et que c'était l'heure de pointe et que très gentiment elle l'a laissé s'asseoir. Et
 1041 ça, ça m'a marqué, mais il avait 70 ans donc j'ai encore 20 ans avant que ça m'arrive dans le
 1042 métro (*rires*), non ça m'est jamais arrivé qu'on me laisse sa place dans le métro, jamais. Si ça
 1043 m'est arrivé quand j'étais enceinte. Mais pas parce que j'étais vieille, parce que j'étais grosse
 1044 (*rires*).

1045 **Er** : Oui donc vous n'avez pas l'impression de faire votre âge finalement ?

1046 **A** : Non mais peut-être que je me trompe.

1047 **Er** : Alors quel âge vous vous donneriez ?

1048 **A** : 42-43. 7-8 ans de moins. Mais je voudrais pas revenir 7-8 ans de moins en arrière avec
 1049 des enfants petits, un cancer, un machin, un truc, je laisse la place à d'autres (*rires*).

1050 **Er** : Oui j'imagine. Euh qu'est-ce que c'est pour vous la bonne santé ?

1051 **A** : La bonne santé c'est ne pas tomber malade. Ne pas être malade, la bonne santé c'est
 1052 pouvoir marcher deux heures sans être obligé de s'arrêter et de s'asseoir ou d'avoir mal au

1053 dos. La bonne santé c'est se lever le matin en étant pas fatigué. La bonne santé c'est avoir
1054 une belle peau, ne pas avoir besoin de se tartiner le machin de voilà. Mais pour moi la bonne
1055 santé c'est ne pas être malade.

1056 **Er** : D'accord. Et la vieillesse ?

1057 **A** : C'est la sagesse. Ma grand-mère était hyper sage. Elle savait tout, elle avait vécu plein de
1058 trucs. Et la vieillesse euh... je n'ai qu'une crainte de la vieillesse c'est d'être aveugle et de ne
1059 plus pouvoir lire ou de plus pouvoir me déplacer. La vieillesse pour moi c'est la crainte du
1060 handicap.

1061 **Er** : Du handicap surtout physique ?

1062 **A** : Physique oui. De plus pouvoir se déplacer par exemple. Mais la vieillesse c'est aussi je sais
1063 pas, de cultiver son jardin, de prendre un temps pour soi, de pouvoir voyager, bouger, ne
1064 plus avoir de contraintes. Et par contre j'associe pas du tout la vieillesse à la maladie.
1065 D'abord parce que j'ai eu peu de vieux malades autour de moi, j'ai une grand-mère qui est
1066 morte à 97 ans, j'ai un papa qui va avoir 90 ans et qui est en pleine forme euh et moi j'ai été
1067 malade jeune donc pour moi la vieillesse c'est pas être malade parce que moi j'ai vu peu de
1068 vieux malades finalement autour de moi ; ma mère est morte à 47 ans euh voilà donc pour
1069 moi la maladie c'est à tout âge, j'associe pas la maladie à la vieillesse, plus au handicap. Je
1070 me suis déjà dit que j'aurais une très grosse difficulté de vivre aveugle parce que je lis
1071 énormément et pour moi ça serait très compliqué. Ou de pas pouvoir bouger parce que moi
1072 je me dis que comme on vit vieux aujourd'hui, j'ai envie de faire plein de trucs, le jour où je
1073 bosse plus, où j'ai plus d'enfants à charge, j'ai envie de faire plein de trucs quoi. Donc pour
1074 moi la vieillesse c'est aussi ça, c'est avoir plein de temps à soi.

1075 **Er** : Donc comment vous imaginez votre retraite du coup ?

1076 **A** : Avec plein de temps à moi. Plein plein de temps à moi. Je sais pas avec plein de temps à
1077 moi, en train de voyager et de faire plein de trucs. Hyperactive, faire tout ce que j'ai pas le
1078 temps de faire aujourd'hui. Aller au cinéma tous les deux jours, faire plein de voyages, avoir
1079 assez de sous pour voyager, et peut-être des petits-enfants, allez savoir. En tout cas le temps
1080 de faire plein de trucs, je rêve de m'occuper d'enfants autistes et je rêve de, je dis toujours
1081 que quand je serai vieille je m'occuperai d'autistes. Voilà c'est l'envie d'avoir du temps à soi
1082 pour faire ce qu'on a envie de faire.

1083 **Er** : D'où elle vous vient cette envie de vous occuper d'enfants autistes ?

1084 **A** : Ah je sais pas, depuis toujours.

1085 **Er** : D'accord mais alors pourquoi vous ne vous êtes pas dirigée vers cette voie-là plutôt que
1086 vers la communication ?

1087 **A** : Ahhh allez savoir ! (*laisse tomber ses bras sur ses jambes*). Euh parce que je ne sais pas,
1088 parce que j'avais un père publicitaire et je suis tombée dedans et que voilà, ça m'a plu et que
1089 j'ai embrayé là-dessus, voilà mais depuis toujours je me passionne pour l'autisme, le lis plein
1090 de choses dessus et là je suis à une phase de 50 ans où je remets ma carrière en cause et je
1091 me dis « ne serait-il pas temps de passer à autre chose » et en même temps je me dis que je
1092 ne pourrai pas vivre financièrement parlant en m'occupant d'autistes, j'ai encore deux
1093 enfants pas très grands. Que j'ai pas forcément envie de remettre en cause mon...
1094 d'emmenner ma famille dans ça avec moins d'argent etc, et donc comment je me dis que je

1095 vais vivre très vieille, j'aurai le temps de m'occuper d'autistes. J'aurai le temps de leur
1096 consacrer du temps.

1097 **Er** : Et pourquoi des enfants autistes spécialement ? Pourquoi pas d'enfants handicapés ou
1098 aveugles par exemple ?

1099 **A** : Ah je sais pas, je sais pas. Je suis pas sûre que m'occuper d'enfants handicapés parce que
1100 ça m'attire moins et y a un truc qui est certain tien sur les vieux, je ne pourrais pas
1101 m'occuper de vieux par contre. C'est pour moi c'est ohlala mon dieu, s'occuper de vieux ça
1102 veut dire qu'ils sont en souffrance et je suis incapable de les aider. Ça me ferait trop souffrir
1103 de les voir souffrir. Ça me fait de la peine. Ça me fait beaucoup beaucoup de peine. Et donc
1104 je pense que je pourrais pas m'en occuper parce que j'aurais trop de peine, je pourrais pas
1105 mettre de barrières je crois par rapport à ma peine. Et je pense que j'aurais pas pu
1106 m'occuper d'enfants handicapés parce que ça me parlait pas. Je sais pas pourquoi l'autisme,
1107 parce que je pense que c'est un très très très gros point d'interrogation parce qu'ils sont très
1108 très malheureux parce qu'on arrive pas à communiquer avec eux et que du coup il faut
1109 qu'on leur consacre plein plein plein de temps et leur donner une vie meilleure. Parce que je
1110 me dis que le handicap on arrive mieux à parce que le handicap physique on arrive à peu
1111 près à le gérer, un handicap mental on arrive aussi, j'ai une très bonne amie, sa petite sœur
1112 était trisomique, aujourd'hui c'est une adulte qui a une vie presque normale et je me dis
1113 qu'il y a des tas de maladies qu'on arrive à peu près à appréhender mais l'autisme on y arrive
1114 tellement pas, je me dis que ce sont des familles pleines de souffrance, d'enfants plein de
1115 souffrance et qu'ils ont besoin de qu'on s'en occupe beaucoup ; comme c'est une maladie
1116 qu'on connaît pas, c'est un vrai handicap qu'on connaît pas et faudrait prendre beaucoup
1117 beaucoup de temps et on y arrive pas aujourd'hui. Voilà, ça je ferai quand je serai vieille.

1118 **Er** : Et donc pour les « vieux » vous avez pas le même ressenti ?

1119 **A** : Non, mais peut-être parce que je m'identifie pas hein parce que je me dis que ça pourrait
1120 être moi peut-être alors qu'un enfant autiste euh c'est une explication psy à deux balles hein
1121 mais alors qu'une personne vieille, on s'identifie forcément un peu plus. Et je pense que les
1122 autistes me font de la peine parce qu'on ne les comprend pas et donc on arrive pas
1123 aujourd'hui à bien appréhender par plein de techniques diverses et variées qui sont toutes
1124 remises en cause à un moment donné, et que du coup ça me fait de la peine pour ces
1125 enfants qui sont emmurés et je me dis qu'il faut qu'on leur donne du temps pour les aider à
1126 se désemmurer.

1127 **Er** : Et vous faites d'ailleurs ce travail de projection en voyant une personne âgée dans la
1128 rue ? Ou vous y pensez pas ?

1129 **A** : Non j'y pense pas. J'y pense pas mais je serais capable d'aller garer ma voiture pour aller
1130 aider une petite vieille à traverser. Et je me dis pas que ça pourrait être moi, je me dis
1131 « merde y a personne qui l'aide à traverser ». Et c'est pour ça que j'ai redit à mon fils
1132 récemment « tu te lève si y a un vieux qui rentre ». Mais non je ne me projette pas du tout
1133 sur les vieux, mais je pense que je me vois pas vieille hein, c'est juste que j'ai été bien élevée
1134 et que quand je vois un vieux, je me dis qu'il faut l'aider mais je me projette pas du tout je ne
1135 m'y vois pas en tous cas.

1136 **Er** : D'accord. Alors tout à l'heure vous m'avez dit qu'il y avait le fait de devenir aveugle par
1137 exemple qui vous faisait peur, est-ce qu'il y a des maladies qui vous font peur ?

1138 **A** : Oh bah ouais les trucs horribles comme l'incontinence ouais ces trucs-là, ouais on a pas
1139 envie d'être diminué physiquement. Et de ne plus pouvoir être autonome. De pas pouvoir se
1140 laver tout seul, manger tout seul. Ma petite sœur a bossé longtemps dans une maison de
1141 retraite bah c'était juste euh 'fin je trouvais ça horrible quoi. J'aurais pas pu le faire parce
1142 que je me dis que ce sont des pauvres gens qui sont en maison de retraite. Et mon petit
1143 garçon de 12 ans m'a dit l'année dernière, un jour où il était très en colère contre moi, il a dit
1144 que pour la peine, quand je serai vieille, il me mettrait en maison de retraite. C'est affreux
1145 « je ne m'occuperai pas de toi, je te donnerai à une maison de retraite » (*sourit*). Non je voilà
1146 ouais parce que je trouve ça très très triste et j'aurai très peur d'être diminuée
1147 physiquement mais parce que ça voudrait dire que je peux plus faire ce que j'ai envie de
1148 faire. Je pourrai plus me déplacer, je pourrai plus...

1149 **Er** : Et les maladies mentales ? Comme Alzheimer par exemple ?

1150 **A** : Je pense que ça doit être très difficile pour les gens qui sont autour mais ça me fait pas
1151 peur en tant que tel. Ça me ferait plus peur pour mon conjoint mais pour moi non m'en fous,
1152 on s'en rend pas compte je pense donc on est pas malheureux en fait. Non ça me fait pas
1153 peur du tout Alzheimer mais ça me ferait beaucoup de peine pour ceux qui m'entourent.

1154 **Er** : D'accord donc en fait vous n'avez pas peur de la vieillesse, du temps qui passe...

1155 **A** : Non c'est juste que j'espère qu'on vivra encore plus vieux. Pour avoir le temps encore de
1156 faire plein de trucs, je me suis fait la réflexion il n'y a pas très longtemps de me dire qu'à
1157 cause de la maladie et des enfants un peu petit, on a très peu voyagé ces dernières années
1158 et y a plein d'endroits où, j'ai énormément voyagé à une époque parce que je suis restée
1159 célibataire longtemps et puis je gagnais bien ma vie, j'étais dans la pub etc, j'ai beaucoup
1160 voyagé et aujourd'hui je voyage plus et donc y a plein d'endroits que j'ai envie de voir et
1161 l'autre jour je me disais « est-ce que je pourrais faire plus d'un grand voyage par an ? », non
1162 tant qu'on bosse, on peut pas faire plus d'un grand voyage par an. Pour des raisons
1163 financières et pour des raisons de temps. Et donc j'ai 50 ans, allé grosso merdo il me reste 35
1164 ans pendant lesquels je peux encore faire des voyages. D'un coup d'un seul 35 ans c'est peu,
1165 c'est 35 pays, 35 voyages. Y a pas très longtemps que je l'ai calculé comme ça et je me suis
1166 dit « merde c'est pas beaucoup quand on le regarde de cette façon-là », parce que quand on
1167 a 25 ans, on se dit pas « je vais faire 35 ans voyages », quand on a 50 on se dit « je peux
1168 encore faire 35 voyages ». Et bah d'un coup ça compte mais c'est peut-être bizarre hein
1169 comme façon de voir les choses.

1170 **Er** : D'accord. Et alors après avoir failli mourir, est-ce que ça vous trotte encore dans la tête,
1171 la mort ? Vous avez peur de la mort ?

1172 **A** : Non, mais j'en ai pas eu peur à l'époque non plus hein. C'est juste que ça m'embête
1173 beaucoup pour mes enfants. Ça me ferait beaucoup de peine pour mon père qui est encore
1174 en vie, si moi je mourrais et quand j'ai été très malade alors qu'il a fallu que je lui annonce
1175 alors qu'il avait perdu sa femme y a longtemps euh je me suis dit « merde je suis sa fille,
1176 c'est horrible » parce qu'on a pas envie de voir partir un de ses enfants. Et puis j'avais vu ma
1177 grand-mère souffrir de la mort de sa fille. Mais j'ai pas du tout peur de... ça me fait beaucoup
1178 de peine pour les autres. C'est peut-être très égoïste comme façon de voir les choses hein,
1179 se dire qu'on va manquer aux autres alors qu'en fait peut-être que je vais manquer à
1180 personne. Mais j'ai peur de leur faire de la peine. Mais j'ai pas du tout peur de la mort et je
1181 ne crois en rien donc ça me...

1182 **Er** : ça aide ?

1183 **A** : Je sais pas non peut-être que si je croyais en quelque chose je me dirais « chouette je vais
1184 retrouver tous les gens que j'ai perdu » euh donc ça pourrait être une fête, non j'ai vraiment
1185 pas peur de mourir. Et quand j'ai été très malade, à un moment donné autour de moi les
1186 gens ont eu peur que je meurs mais c'était juste pas possible que je meure, mes enfants
1187 étaient trop petits, je pouvais pas les laisser, c'était pas possible. Mais c'était profondément
1188 ancré en moi, à aucun moment je me suis dit que j'allais mourir. Aujourd'hui je me dis que si
1189 j'étais morte, c'est vraiment à mes enfants que je pense. Et la seule fois où j'ai eu peur de
1190 mourir, c'était après mon cancer, avec mon mari on a été en vacances, on a pris l'avion pour
1191 aller en Egypte, j'avais besoin de me reposer, de souffler et de voir le soleil etc et j'ai eu très
1192 très peur en avion alors que j'avais jamais eu peur en avion. Et j'ai eu peur de mourir à ce
1193 moment-là parce que je laissais mes enfants. Et de façon très égoïste, aujourd'hui si je
1194 prends l'avion je me dis qu'il faut qu'ils soient avec moi. Je peux pas mourir sans eux. Tout le
1195 monde me dit « mais c'est horrible, ils ont toute leur vie devant eux, pourquoi tu veux les
1196 faire mourir ? » (*rires*) mais sinon non, je n'ai pas peur de mourir, donc peut-être que c'est
1197 pour ça que je n'ai pas peur d'être vieille non plus. J'ai juste peur d'être vieille handicapée.

1198 **Er** : Et si jamais vous développiez une autre maladie grave vous n'auriez toujours pas peur ?

1199 **A** : Ah j'en sais rien. J'ai quelques petits soucis de santé actuellement, on m'a découvert des
1200 trucs un peu pas sympas, j'ai fait une coloscopie récemment et on m'a trouvé des polypes
1201 très très vilains et précancéreux donc c'était pas prévu au programme et ça fait trois
1202 semaines de ça. J'ai refait des examens la semaine dernière, j'attends les résultats d'une
1203 biopsie et je me suis juste dit « mais merde ça recommence ». Je connais déjà la chimio,
1204 machin, zut comment je vais appréhender le truc ? Bon il se trouve que potentiellement les
1205 biopsies risquent de ne pas être trop mauvaises donc voilà je vais peut-être échapper au
1206 traitement, une fois de plus je me suis pas dit que j'allais mourir, je me suis juste dit « zut »,
1207 c'est le côté lourd des traitements qui m'est revenu à l'esprit. J'ai pas eu peur de mourir
1208 alors que pourtant c'était il y a un mois et le cancérologue a pris beaucoup de gants pour
1209 m'annoncer que na na. Une fois de plus j'ai pas eu peur de mourir.

1210 **Er** : Mais quand le cancer de votre mari s'est déclaré...

1211 **A** : Ah j'ai eu très peur qu'il meure. Et d'ailleurs j'ai toujours beaucoup beaucoup plus peur
1212 qu'il tombe malade que moi, mais bon parce qu'il a un truc plus lourd que moi aussi, il a
1213 comme une épée de Damoclès au-dessus de la tête donc mais j'ai plus peur qu'il meure et
1214 putain il me laisserait toute seule avec deux enfants ! (*rires*), qu'est-ce que je ferai moi ?
1215 Regardez là, qui est en train de préparer à bouffer.

1216 Va falloir qu'on tarde pas trop Agathe.

1217 **Er** : Oui oui et bien écoutez, moi j'ai fini hein, si vous avez autre chose à rajouter euh...

1218 **A** : Bah non, je sais pas bien ce que vous allez pouvoir faire de tout ça parce que là vous avez
1219 interrogé quelqu'un qui a été malade donc on a forcément parlé beaucoup de maladie et je
1220 me dis que...

1221 **Er** : Et bien après c'est la diversité qui est intéressante aussi, des profils différents avec des
1222 gens qui ont connu plus ou moins la maladie...

1223 **A** : Et donc là toutes vos questions elles étaient quand même axées sur la vieillesse, la mort
1224 etc, volontairement ou pas ?

1225 **Er** : Ah la fin oui oui parce qu'en fait ça fait partie de la santé, à partir d'un certain âge euh on
1226 a construit notre guide à partir de nos recherches d'abord et ensuite on l'utilise dans les
1227 entretiens

1228 **A** : Bah ça m'intéresserait après de savoir tout ce que vous avez euh...

1229 **Er** : Oui et bien si vous voulez, je peux vous envoyer le travail

1230 **A** : Ah je veux bien vous laissez une adresse mail du coup, parce que ça, ça m'intéresserait de
1231 savoir est-ce que... après je me dis est-ce que c'est une question d'âge ou de caractère ? Est-
1232 ce qu'un jeune de 25 ans peut aussi avoir très très peur de la mort et de la vieillesse, bien
1233 plus qu'une femme de 60 et est-ce que deux femmes de 50 peuvent vous dire des choses
1234 diamétralement opposées ? Je me dis que le caractère de chacun y est pour beaucoup aussi.

1235 **Er** : Oui oui bien sûr.

1236 **A** : Mais après je me dis qu'il y a pas les mêmes choses aussi, d'abord parce qu'on est plus
1237 jeune, on a pas été confronté à certains accidents de la vie donc forcément, cancer égal mort
1238 alors que quand vous êtes plus vieux, vous avez lu plus de choses donc vous savez et puis
1239 parce que malgré tout le cancer des jeunes est plus violent qu'un cancer de vieux, on dit que
1240 quelqu'un de 70 ans va pas forcément mourir s'il a un cancer, ça se développe moins vite
1241 donc forcément dans l'inconscient bah quelqu'un de jeune va forcément voir la mort plus
1242 facilement quand on lui parle de cancer. Parce que c'est une triste réalité.

1243 **Er** : Oui alors pour finir je voudrais vous posez des questions qu'on appelle signalétiques,
1244 alors euh vous avez quoi comme niveau de diplôme ?

1245 **A** : J'ai très peu de diplôme, j'ai un bac+2

1246 **Er** : D'accord et c'est quoi l'intitulé exact de votre profession ?

1247 **A** : Euh on va dire responsable marketing direct.

1248 **Er** : Ok, vos parents faisaient quoi ?

1249 **A** : Mon père était directeur artistique dans la pub et une maman qui était assistante sociale.

1250 **Er** : Et leur niveau de diplôme ?

1251 **A** : Alors mon père n'en a pas, 'fin si il a fait l'école des arts et métiers, mon père a ce qui
1252 correspondrait à un bac+3-4 aujourd'hui et ma mère aussi parce qu'à l'époque il fallait
1253 d'abor être infirmière pour être assistante sociale, donc un bac +3 ou 4.

1254 **Er** : Et vous habitez où ?

1255 **A** : Chatou dans le 78.

1256 **Er** : Et vous y avez toujours habité ?

1257 **A** : Pas du tout, je suis parisienne, née et ayant vécu à Paris, jusqu'au jour où elle a eu des
1258 enfants. Un accident de la vie qui fait que vous partez vivre dans la verdure (*rires*)

1259 **Er** : Euh vous avez une confession religieuse ?

1260 **A** : Pas du tout

1261 **Er** : Et donc d'accord, vous êtes mariée, vous avez des enfants et...

1262 **A** : Je suis pas mariée et j'ai deux enfants, qui ont 12 et 14.

1263 **Er** : Mais vous vivez en couple ?

1264 **A** : Oui, avec le père de mes enfants. Et si y a un truc de l'âge là tien, c'est bien le mariage
1265 peut-être. Je me dis que quand même à 50 ans, on a plus de chances de mourir qu'à 35 et
1266 que n'étant pas mariée, je ne mets pas toutes les chances de mon côté pour bien vivre si
1267 jamais il mourrait ou si moi je meure mahcin, pour protéger l'autre, je me dis que le mariage
1268 serait responsable comme geste. Et donc ça c'est une sagesse de vieillesse, plus que donc je
1269 pourrais me marier parce qu'aujourd'hui je me dis que ça serait plus raisonnable,
1270 financièrement parlant parce qu'on laisse pas l'autre dans la merde. Mais donc ça, c'est
1271 parce que j'ai bientôt 50 ans que je me dis qu'il faut que je me marie.

1272 **Er** : Et ça ne vous ait pas venu à l'esprit à l'époque où vous vous êtes mise en couple ?

1273 **A** : Pas du tout. Ça ne sert à rien du tout, à part protéger l'autre aujourd'hui je trouve. Ne
1274 croyant en rien, je ne crois pas plus en le mariage qu'en autre chose, finalement c'est
1275 comme si j'étais mariée, je dis facilement « mon mari » mais euh aujourd'hui je me dis que
1276 c'est une protection sociale de se marier voilà. Mais ça avant 50 ans je n'y pensais pas.

1277 **Er** : Bon d'accord. Merci.

1278 **A** : Non merci, je suis désolée qu'on ait dû décaler le rendez-vous...

1279 **Er** : Non non pas de souci, merci beaucoup pour votre participation.

1280 **A** : De rien.

Entretien n°6/10 – Laurine <i>« J'ai toujours su que j'allais vieillir »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 56 ans, vivant seule avec sa dernière fille de 21 ans. Sa première a 32 ans et un enfant. Elle s'est mariée 10 ans avec le père de sa deuxième fille puis ils ont divorcé en 2008. A un bac+2 et est actuellement professeur des écoles. Vit à Annet sur Marne, dans le département du 77.
Date de l'entretien	6 mai 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Annet sur Marne
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	80 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, elle dans un fauteuil et moi sur le canapé, situé en diagonale
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Laurine commence par parler de son cancer du sein qu'elle plutôt bien vécu puisque pris à temps et que le traitement n'a pas été très lourd. Ajoute qu'elle a continué de faire du sport pendant sa rémission et dévoile ainsi que le sport tien une importante place dans sa vie et que cela lui permet d'avoir un rapport particulier avec son corps. C'est quelqu'un de très actif. Elle enchaine en précisant qu'elle fait aussi attention à son alimentation (elle mange bio) et qu'elle pratique souvent les médecines douces telles que l'homéopathie ainsi que l'ostéopathie. Elle précise qu'elle est gênée de ce qu'elle entend sur les médicaments allopathiques, ce qui la fait se détourner de la médecine plus traditionnelle. Néanmoins elle prend les dépistages au sérieux et a fait sa première mammographie à 45 ans. Elle témoigne ensuite du fait qu'elle n'a pas senti de grande différence à la ménopause, contrairement à ce qu'elle appréhendait. Pour elle, cela fait partie de l'ordre des choses, tout comme la mort qu'elle envisage sereinement. Elle se dit prête d'ailleurs au futur départ de ses parents qui se font vieux. Elle pense cependant au vieillissement et exprime une peur d'être diminuée physiquement et mentalement avec le temps. Néanmoins, elle accepte le vieillissement ainsi que son âge et ne s'en sent pas d'en avoir un autre. Elle ne sent pas de décalage entre son corps et son esprit. Elle ajoute faire attention à son apparence mais dénonce le dictat de la beauté dans la société en critiquant par exemple la chirurgie esthétique. C'est par le sport et l'alimentation qu'elle prend soin d'elle.
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Donc je suis en master de sociologie et cette année on doit écrire un mémoire sur une
2 population âgée de 45 à 60 ans et on est réparti en différents groupes sur différents thèmes
3 et le mien c'est la santé.

4 **L** : D'accord

5 **Er** : Donc le but de cette rencontre c'est que vous me parliez de votre santé, de votre vécu et
6 peut-être en quoi le passage à la cinquantaine a changé quelque chose.

7 **L** : Alors pour moi c'est pas le passage à la cinquantaine, ça n'a pas changé grand-chose sauf
8 que j'ai eu ma sœur tout à l'heure au téléphone et on se disait qu'on voyait quand même
9 beaucoup moins bien, qu'on avait besoin de plus en plus de nos lunettes mais à part ça je
10 trouve pas qu'il y a eu un changement euh flagrant 'fin moi je l'ai pas ressenti.

11 **Er** : D'accord alors peut-être pas la cinquantaine mais qu'est-ce qui a changé euh...

12 **L** : Oui alors moi ce que je trouve qui a changé c'est le fait d'une plus grande fatigabilité je
13 vais y arriver mais après c'est euh voilà, moi j'ai eu un cancer du sein à 46 ans mais euh voilà
14 donc ça n'avait rien à voir avec euh c'est pas une question d'âge en soi, c'est plus.

15 **Er** : Et donc vous en êtes remise ?

16 **L** : Oui, très bien, ça n'a pas été une épreuve très difficile en fait pour moi non (*sourit*) ça
17 peut paraître euh assez curieux mais je sais pas je me suis dit que j'allais faire ce qu'il fallait
18 pour euh pour que ça s'arrange et puis j'ai eu de la chance que ça se passe bien
19 effectivement, ça a été pris à temps, de très bonne heure donc j'ai eu de la chance très
20 certainement. Mais j'avais pas euh j'avais peur pour les miens s'il m'arrivait quelque chose
21 parce qu'en plus j'étais euh j'ai eu une vie un peu compliquée donc plus c'est, j'ai plus
22 souffert moi de problèmes de couple ou de choses comme ça, la santé c'était voilà donc à ce
23 moment-là ça n'allait pas du tout au niveau couple et j'avais peur que parce que j'avais un
24 mari qui était pas du tout capable d'assumer, il travaillait pas euh 'fin bon des gros
25 problèmes psychiatriques, donc je me disais que s'il m'arrivait quelque chose, j'avais encore
26 une fille à charge et que je savais pas bien comment ça allait pouvoir se passer. C'est ça qui
27 m'inquiétait, plus que ma santé personnelle quoi, c'était plus les retentissements, les
28 conséquences en fait. Donc je me suis dit que j'allais prendre le taureau par les cornes et que
29 et voilà, ça s'est bien passé.

30 **Er** : D'accord et alors vous pouvez me raconter un peu comment vous l'avez vécu le cancer ?

31 **L** : Et bien donc j'ai su ça, je l'ai appris je crois que c'était au mois de mai, j'ai été opérée en
32 juillet, ensuite j'ai eu une radiothérapie je sais pas, septembre/octobre, quelque chose
33 comme ça et j'avais un, j'ai bénéficié de comment d'un non-maladie donc j'avais un arrêt
34 pendant euh on m'avait accordé un an sans travailler. Et en fait au mois de novembre après
35 ma radiothérapie, moi je m'estimais suffisamment en forme pour retravailler donc j'ai fait
36 les démarches pour travailler et là on m'a dit : « mais c'est pas possible il faut passer devant
37 une commission et il y en a tous les 2 mois, les deux prochaines... » donc ça faisait déjà 4
38 mois, « ...euh sont déjà complètes » donc en fait ça m'aurait fait reprendre au mois d'avril et
39 j'ai une collègue qui m'a dit : « mais t'es complètement idiote pour une fois dans ta vie que
40 tu peux faire une petite pause... » en plus j'avais pas mal de soucis, « ...finit l'année scolaire
41 comme ça » et j'ai pas travaillé pendant un an et en même temps, je continuais d'avoir des
42 contacts avec mon métier, mes collègues et tout et puis bah j'ai pris en fait le bon côté des
43 chose c'est-à-dire que j'ai fait toutes les choses que j'avais pas le temps de faire d'habitude,
44 moi j'adore aller dans les musées donc je suis allée, une fois que j'allais un peu mieux, j'allais

45 une fois par semaine voir des expos, j'ai fait plein de trucs de mes mains, j'ai pris des cours
46 de enfin voilà et finalement ça a été plutôt positif, ça m'a enrichi. Et ça m'a peut-être aussi
47 de reprendre des forces et de passer à l'étape suivante qui a été de divorcer. Ce qui n'a rien
48 à voir mais voilà.

49 **Er** : D'accord. Et alors du coup je suppose que le cancer a entraîné une grande fatigue...

50 **L** : Oui voilà j'ai été fatiguée ça c'est sûr mais du fait quand même que j'étais chez moi je
51 pouvais vivre à mon rythme. Donc moi ma dernière fille elle rentrait en 6^{ème} à ce moment-là
52 donc je me forçais quand même de me lever tous les matins en même temps qu'elle, après
53 je suis pas très efficace le matin mais bon voilà et puis j'ai réussi petit à petit à reprendre un
54 rythme normal hein. Bon après j'ai eu un traitement pendant 5 ans, mais ça n'a pas été
55 insurmontable.

56 **Er** : Et il consistait en quoi ce traitement ?

57 **L** : C'était de l'hormonothérapie. Donc bah la seule chose c'est que ça chamboule un peu
58 tout au niveau hormonal donc du coup j'ai eu une ménopause 'fin on sait pas trop en fait si
59 c'est le traitement ou si c'est la ménopause qui commence donc ça a dû faire cafouiller un
60 peu à ce niveau-là m'enfin pas des conséquences dramatiques euh ça aurait pu me faire
61 grossir, j'ai pas grossi enfin voilà j'ai pas eu d'effets indésirables, voilà. Ou si ce n'est, minime
62 en fait par rapport à ce que ça aurait pu être donc...

63 **Er** : D'accord. Et donc vous avez mis combien de temps pour vous en remettre ? 1 an ?

64 **L** : A peine. Oui au bout d'un an j'étais vraiment la même qu'avant. J'ai continué de faire du
65 sport, je fais du sport hein, 'fin pas de haut niveau mais je suis quelqu'un d'actif donc comme
66 j'étais opérée pendant l'été, bah à l'époque je faisais aussi de la randonnée et j'ai repris la
67 randonnée mais très très peu de temps après l'opération, tout le monde poussait au cri et
68 euh le seul problème pour moi en fait c'était le sac à dos me gênait un peu après l'opération,
69 j'ai pas eu d'ablation hein, j'ai juste eu une euh la tumeur a été enlevée c'est tout. Mais bon
70 à part ça voilà, j'ai continué à marcher régulièrement, je fais de la gym et j'ai repris la gym
71 dès le mois de septembre. Je pense que tout ça moi ça m'a beaucoup aidé. De faire du sport.
72 Mais de toute façon je l'ai vraiment senti dans ma vie, j'en ai vraiment besoin euh en
73 accouchant, à chaque fois que j'ai accouché je me suis dit : « heureusement que je fais du
74 sport parce que ça je l'aurais pas bien géré si j'avais pas su respirer 'fin voilà ». Franchement.
75 J'ai un rapport à mon corps qui est avec une certaine conscience on va dire.

76 **Er** : ça veut dire quoi ?

77 **L** : Bah je sais ce que je ce que ça m'apporte de savoir faire des efforts, de maîtriser ma
78 respiration de voilà. Et je l'ai ressenti plus d'une fois voilà dans des moments pas faciles.

79 **Er** : D'accord. Et vous continuez de faire du sport maintenant ?

80 **L** : Oui, je fais de la marche nordique, et je fais toujours de la gym et je fais de la randonnée
81 mais slmt 'fin plus en club parce que j'ai pas le temps à cause de mon poste, depuis que je
82 suis directrice, comme je suis euh le dimanche toute la journée ça me prend trop de temps.
83 Parce qu'en fait voilà, c'est pour ça que j'avais du mal à vous trouver un créneau parce qu'il y
84 a 3 jours de ça, j'ai au moins une demie journée du week-end qui passe à la classe, alors
85 normalement c'est pas découper des bouteilles, c'est plus intellectuel que ça mais bon (*rit*
86 *parce qu'elle fait référence à l'activité qu'elle faisait avant que l'entretien ne commence*). Ça
87 me prend du temps on va dire.

88 **Er** : D'accord. Et alors comment ça s'est passée la reprise du travail ?

89 **L** : Ah ça s'est très bien passé. Je fais le métier que j'aime, ça me bouffe un peu la vie mais
90 j'aime ce que je fais voilà. Maintenant c'est vrai que je le ressens au niveau de la fatigue, en
91 plus, ça fait combien 5-6 ans que je suis directrice... je sais plus euh 5 je crois et du coup j'ai
92 une surcharge de travail et c'est arrivé en même temps que je vieillis donc je travaille plus
93 alors que je fatigue plus. Donc évidemment c'est un peu plus difficile mais bon j'aime ce que
94 je fais hein la seule différence c'est que quand je suis à mon travail j'y suis pleinement et
95 j'oublie le reste mais maintenant quand je suis à la maison, j'ai du mal justement à me
96 consacrer à mon travail j'ai envie de faire autre chose quoi. Quand je suis là j'ai envie de
97 m'occuper de ma maison, j'ai envie de sortir, j'ai pas envie de de voir travailler pour l'école
98 quand je suis chez moi. C'est ça qui est difficile.

99 **Er** : Oui je vois. D'accord. Et la fatigue vous la ressentez au quotidien ?

100 **L** : Ah oui oui je la ressens oui.

101 **Er** : Dans quel sens ?

102 **L** : Bah ça peut être juste que j'ai envie de dormir et je peux pas suffisamment, surtout que je
103 suis un peu du genre à cogiter tout le temps donc ça peut me réveiller en pleine nuit et je me
104 rappelle d'un truc que j'ai oublié de faire ou ça m'empêche de dormir parce que j'ai pas fait
105 ce que je voulais et donc ça quand même mon métier il est toujours présent dans mon esprit
106 donc ça c'est un peu pénible, j'ai oublié la question, c'était quoi déjà ?

107 **Er** : C'était la fatigue au quotidien

108 **L** : Bah il y a ça oui et puis j'ai une fatigue physique aussi parce que comme je travaille avec
109 des tous petits bah je suis souvent penchée donc j'ai mal au dos etc, parce que j'ai une petite
110 hernie discale aussi donc il y a des choses qui faudrait pas que je fasse et comme je travaille
111 tout le temps euh avec des enfants on peut pas prendre soin de s'asseoir comme il faut et de
112 prendre le temps et tout ça donc j'ai pas toujours les bons mouvements donc il y a des petits
113 soucis de ce côté-là mais bon voilà. Et ça aussi le sport ça m'aide à dépasser ça, cette
114 semaine justement je suis pas allée à la gym, d'abord samedi dernier je suis pas allé à la
115 marche nordique parce que je gardais mon petit-fils, ensuite lundi c'était férié donc j'y suis
116 pas allée et j'y vais pas le mardi et le jeudi et le mercredi donc j'y suis allée que jeudi et hier
117 et bah je sentais que j'avais mal que j'avais les muscles tendus, j'étais fatiguée 'fin
118 nerveusement et il n'y a que la gym qui me permet de dépasser cet état. Donc quand je suis
119 ressortie de la gym le jeudi soi j'allais déjà nettement mieux. C'est revenu le lendemain hein
120 mais quand j'y vais régulièrement ça me fait pas ça, je suis mieux dans mon corps quand je
121 fais du sport. Ça me permet de tenir.

122 **Er** : Et vous en faites depuis longtemps alors ?

123 **L** : Depuis tout le temps, depuis 25 ans. La gym 25 ans, avant j'ai fait de la danse, oui oui je
124 crois que j'ai toujours eu une activité physique. Puis j'aime faire plein de trucs, j'aime
125 jardiner 'fin je suis quelqu'un qui bouge.

Silence d'une dizaine de secondes.

126 **Er** : Et alors quand vous dites que vous avez conscience de votre corps ça veut dire que faire
127 du sport c'est dans le but d'en prendre soin ?

128 **L** : Oui bien sûr. Ça j'en suis intimement convaincue.

129 **Er** : D'accord et alors est-ce que vous faites autre chose pour prendre soin de votre corps ?

130 **L** : Bah j'ai une alimentation équilibrée on va dire, ça c'est pas nouveau, maintenant je me
131 tourne de plus en plus vers le bio 'fin plus que tourner d'ailleurs bon c'est pas de l'intégrisme
132 mais voilà je fais très voilà euh je suis adhérente du Namap je sais pas si vous savez ce que
133 c'est en fait c'est une association pour le maintien de l'agriculture paysanne mais ça veut
134 rien dire quand on dit ça, donc en fait je suis adhérente de cette association et on a un
135 maraicher qui est producteur de légumes donc partenaire, il a un certain nombre
136 d'adhérents et ils s'engagent à nous fournir tel poids de légumes tous les... en l'occurrence
137 c'est toute les semaines et on participe aussi par exemple à l'arrachage des légumes, un
138 petit peu à l'entretien aussi. Donc le gars travaille dans le bio voilà je suis impliquée dans des
139 choses comme ça.

140 **Er** : Et dans d'autres associations aussi ?

141 **L** : Plus maintenant qu'est-ce que j'ai fait aussi j'ai été au bureau d'association de la ville où
142 j'étais mais au niveau de la santé non. Mais bon c'est quand même un domaine qui
143 m'intéresse je bon je me soigne beaucoup par homéopathie aussi. Essentiellement même. Si
144 alors j'ai aussi un problème de thyroïde, je fais de l'hypothyroïdie donc ça par contre si je suis
145 amenée à euh 'fin là je suis soignée il y a un traitement que tout le monde a, que tous les
146 gens qui ont cette pathologie ont et ça c'est pas par l'homéopathie, c'est l'allopathie.

147 **Er** : Et c'est quoi l'hypothyroïdie ?

148 **L** : Et bien c'est la thyroïde qui fonctionne pas 'fin qui produit pas assez de euh j'en sais rien,
149 c'est l'hormone euh voilà. On peut faire ou de l'hypo donc avoir un taux trop faible ou de
150 l'hyper et avoir un taux trop élevé et donc ça fait pas la même chose. Il peut y avoir des
151 nodules ce qui fait qu'on peut être opéré, j'ai jamais été opérée mais ça implique de la
152 fatigue, ça peut être justement faire euh en hyper je crois qu'on grossit ou c'est l'inverse 'fin
153 je sais plus, y a un facteur de poids, de fatigue et plein d'autres choses parce que la thyroïde
154 c'est une glande qui sert alors je suis pas spécialiste mais qui sert elle est pas là pour rien on
155 va dire.

156 **Er** : D'accord. Et donc quand vous dites que vous vous soigner par homéopathie, vous allez
157 voir un spécialiste ?

158 **L** : Oui.

159 **Er** : Et vous pratiquez un peu par vous-même ?

160 **L** : Euh pas beaucoup en fait j'y vais deux fois par an chez l'homéopathe et en fait elle me
161 donne des traitements de fond par rapport à mes petits bobos et en fait elle me donne un
162 traitement pour 6 mois voilà. Et je suis aussi branchée ostéopathie.

163 **Er** : Et là pareil vous allez voir un spécialiste ?

164 **L** : Alors là euh bon c'est un spécialiste quand même mais le problème de l'ostéopathie c'est
165 que c'est un peu onéreux, bon l'homéopathie aussi mais donc je vais dans une école
166 d'ostéopathie qui est à champ sur marne et donc ce sont des élèves qui sont en fin d'études
167 et qui reçoivent des patients et qui sont en même temps encadrés par des professeurs et
168 moi j'en suis super contente voilà. Et ça coute 13€ la séance au lieu de facilement 50 dans un
169 cabinet mais c'est pas remboursé et c'est pas reconnu par la sécurité sociale donc euh voilà.
170 Mais 13€ la séance là et il y a quand même des mutuelles qui commencent à reconnaître euh
171 la mutuelle dans sa grande générosité commence à rembourser deux séances par an.

172 **Er** : D'accord. Et ça fait longtemps que vous allez voir des spécialistes ?

173 **L** : J'ai commencé, je crois que c'était en... peu de temps avant mon cancer j'avais un
174 problème de cyatique donc j'ai commencé à aller voir un ostéopathe parce que vraiment je
175 m'en sortais pas et qui m'a bien soulagé seulement je crois qu'à l'époque c'était 70€ la
176 séance euh donc comme je vous le disais tout à l'heure, j'étais seule à travailler dans même
177 quand j'étais mariée donc financièrement c'était un peu compliqué donc bah voilà j'ai fait
178 vraiment le strict minimum pour ce qui pouvait m'aider et après j'ai arrêté et ensuite j'ai eu
179 connaissance de c'est ma sœur euh qui en fait y en a deux des écoles d'ostéopathie donc j'ai
180 commencé à aller pareil c'était dérisoire le prix et donc là en plus comme c'est tombé j'ai été
181 en arrêt j'ai vraiment pris le temps et j'y suis allée beaucoup 'fin j'ai suivi leurs indications
182 donc j'ai vraiment été bien suivie et à la suite de ça j'ai continué, aussitôt que j'avais quelque
183 chose qui va pas, surtout au niveau dos, des choses comme ça, mais même au niveau
184 viscéral euh ils peuvent agir donc moi vraiment ça me convient tout à fait.

185 **Er** : D'accord et pour faire le parallèle, quelle est votre vision de la médecine plus
186 « traditionnelle » ?

187 **L** : Je m'en écarte de plus en plus.

188 **Er** : Pourquoi, il y a eu un élément déclencheur ou... ?

189 **L** : Non, mais bon d'abord je pense qu'on est informé de façon qui me gêne quoi pfff un peu
190 la diffusion qu'il y a en les labos euh 'fin tout ça, ça me gêne un peu, ce qu'il y a eu par
191 rapport au je sais plus le nom mais le médicament qu'il y a eu contre le diabète qui était
192 utilisé pour faire maigrir des femmes, on s'est rendu compte qu'il y avait plein de suites et je
193 suis assez sensible à tout ça d'autant plus que j'arrive moi à tout ce qui est bobo quotidien
194 euh sans recourir à tout ça. J'utilise un petit peu aussi de comment, d'huiles essentielles 'fin
195 des choses comme ça.

196 **Er** : Ah bah alors quelle est un peu votre vision de l'industrie pharmaceutique ?

197 **L** : Ah bah c'est négative ça euh... et alors c'est peut-être un peu paradoxal mais je suis aussi
198 très attirée par les toutes les professions de santé, j'aurais bien aimé faire, j'aurais bien aimé
199 être infirmière, je l'ai pas fait parce que mes parents ont tout fait pour m'en dissuader 'fin
200 quelque part c'est pas grave hein 'fin de toute façon moi il fallait que j'ai un métier où je
201 m'occupe des gens donc finalement ça va bien et ce qui est assez rigolo c'est que ma
202 dernière fille qui vit encore avec moi est étudiante en infirmerie justement et c'est un milieu
203 dans lequel je me sens très à l'aise mais alors c'est plus en tant que soignant que du rapport
204 à la personne euh voilà après je me poserai certainement d'autres questions si je devais
205 prescrire des médicaments voilà mais la première fois où j'ai été même hospitalisée je me
206 sens dans un milieu où je me sens à l'aise. Je sais pas comment le faire passer ça mais voilà
207 et puis je pense que le fonctionnement du corps et tout ça, ça m'intéresse.

208 **Er** : D'accord. Mais pourquoi vos parents ont tout fait pour vous dissuader de...

209 **L** : Bah parce que c'était un métier mal payé et il fallait que et on travaillait beaucoup pour
210 pas grand-chose en fait. Donc quelque par je pense que au moment de choisir un métier
211 j'avais un peu occulté ça parce que voilà et puis j'ai survécu hein, je suis pas traumatisée
212 pour autant.

213 **Er** : D'accord. Et pour rester dans le même registre, qu'est-ce que vous pensez des
214 préventions sanitaires ?

215 **L :** En fait ça dépend, on peut pas avoir un avis global euh si c'est justement de la prévention
216 je pense que c'est bien alors par rapport au cancer du sein c'est un peu maintenant on
217 revient à dire que on détecte trop de cancers qui se seraient pas développés donc il faudrait
218 pas faire la prévention qu'on fait actuellement bien que je pense qu'il y a pas mal de gens
219 qui passe au travers parce que par négligence ça j'en suis pas du tout convaincue parce que
220 'fin je sais pas, c'est difficile de savoir si on pouvait prendre le risque de rester avec une
221 tumeur qui ne se serait pas développé ou bien s'il vaut mieux enfin voilà j'avoue que j'ai pas
222 les compétences non plus après y a des campagnes de vaccinations pour lesquelles je suis un
223 peu plus comment dire euh réticente on va dire parce que je pense que ça a un impact de se
224 faire vacciner systématiquement pour un tas de choses alors il y a des choses par exemple je
225 pense la tuberculose c'est important de continuer à être vacciné après tout ce qui est pour le
226 cancer de l'utérus comment il s'appelle ce vaccin, je sais plus qu'on donne aux jeunes filles
227 euh voilà c'est bon bah c'est comme tous les vaccins il y a des risques, il faut peser les
228 bénéfiques et les risques quoi, je suis pas pour ou contre systématiquement, ça dépend des
229 cas.

230 **Er :** D'accord d'accord. Mais donc vous, vous être pour la prévention ? Vous êtes dans la
231 prévention quand vous prenez soin de votre santé par exemple ?

232 **L :** Ah bah oui bien sûr c'est un mode de prévention oui. L'homéopathie par exemple oui,
233 entre autres.

234 **Er :** Et alors vous avez fait tout ce qui est dépistage ?

235 **L :** Oui moi j'ai fait bah le cancer du sein c'est mon gynéco qui m'a prescrit euh une
236 mammographie quand j'ai eu oui je crois 45 ans mais pourquoi il m'a prescrit une mammo
237 cette fois-là, bah parce que voilà j'avais dépassé 45 ans en gros voilà et donc c'est un peu par
238 hasard mais moi ça m'a quand même été utile on va dire, après moi je fais ce qui coute pas
239 grand-chose 'fin où il n'y a pas d'implications, en tous cas de risques et je pour le cancer
240 colorectal je le fais par exemple.

Silence d'une dizaine de secondes.

241 **Er :** Et euh du coup être dans la prévention est-ce que ça se ferait pas aussi en allant voir des
242 médecins ?

243 **L :** Ah oui non je vais chez le dentiste, je suis pas contre non non euh aller chez le médecin
244 quoi mais je vois quand même autour de moi qui sitôt qu'ils ont le nez qui coule ou qu'ils ont
245 mal à la tête, qu'ils se précipitent chez le médecin qui leur prescrit des choses qui finalement
246 à mon avis s'ils avaient attendu 2 jours ça serait passé bon voilà c'est plutôt ça, après quand
247 on est vraiment malade bien sûr qu'on a besoin d'un médecin mais voilà je suis pas contre
248 non plus, c'est ...

249 **Er :** Donc vous savez arbitrer entre euh...

250 **L :** Oui je pense j'arrive à faire la part des choses. Je refuse pas d'aller voir un médecin.

251 **Er :** D'accord, et vous avez un médecin généraliste ?

252 **L :** Oui j'ai un médecin généraliste qui est très vieillissant on va dire, que je connais depuis
253 que je suis ado donc voilà mais bon c'est extrêmement rare que j'y aille. Je crois que la
254 dernière fois que j'y suis allée c'est parce que j'avais vraiment de gros gros problèmes de dos
255 et j'avais tellement mal que j'avais besoin d'anti-inflammatoires et que quand j'ai épuisé
256 mes solutions à moi voilà mais sinon c'est rarissime.

257 **Er** : D'accord. Et est-ce que ça c'est quelque chose que vous parents vous ont inculqué ou... ?

258 **L** : Non pas du tout, non c'est vraiment une prise de conscience que j'ai eu petit à petit je
259 saurais pas dire pourquoi. Je pense aussi qu'on est 'fon a accès de plus en plus à une
260 information si on y est intéressé bien sûr euh voilà qui m'a aidé peut-être à prendre cette
261 conscience comme quand on voit par rapport à l'alimentation et les additifs qu'il y a dans les
262 produits que ça va en parallèle je pense et puis y a eu quand même quelques scandales voilà
263 par rapport aux médicaments qui ont fait que tout ça, ça un peu émergé et que j'ai
264 commencé à m'y intéresser. Mais si je devais me faire opérer demain de je sais pas quelque
265 chose j'irai de manière euh 'fin sans crainte particulière. Et de toute façon je continue aussi à
266 faire une mammographie par an je voilà, j'ai des problèmes d'ostéoporose je fais ce qui faut
267 pour voilà.

268 **Er** : Et c'est quoi l'ostéoporose ?

269 **L** : Bah ce sont les os qui sont de mauvaise qualité, la qualité de l'os se désagrège on va dire
270 donc particulièrement chez les femmes, à partir de la ménopause et donc on fait une euh
271 c'est pas une radio, je sais plus comment ça s'appelle euh une partie du fémur je crois et au
272 niveau des lombaires aussi, il y a deux points qui sont particulièrement étudiés dans cet
273 examen et voilà. Donc bah moi je prends justement du calcium pour essayer de le pas de le
274 résorber parce que c'est pas possible mais freiner en tous cas.

275 **Er** : Oui je vois. Euh... pour revenir à votre alimentation, vous disiez que vous mangiez plus
276 bio et ça s'est fait pareil, petit à petit ou ... ?

277 **L** : Oui bah de toute façon il n'y a pas si longtemps, on en trouvait quand même pas
278 beaucoup. Ça s'est quand même énormément démocratisé, même au niveau du prix ça
279 devient de plus en plus abordable euh moi j'ai toujours cuisiné moi-même donc j'ai jamais
280 acheté énormément de produits manufacturés euh j'en achète hein faut pas non plus mais
281 bon et là je suis quand même de plus en plus sensible à ça. L'autre jour j'ai acheté du sel,
282 c'est tout bête mais il y avait deux sortes de sel dans le rayon, du coup j'ai lu la composition
283 du sel pour la première fois et j'ai vu que même là il y a un additif, dans du sel de table donc
284 finalement j'ai acheté du sel de Guérande dans lequel il n'y a pas d'additif qui coutait trois
285 fois plus cher m'enfin vu le prix d'un paquet de sel, c'est encore possible donc voilà. J'avoue
286 qu'avant j'aurais pas eu l'idée de regarder la composition euh parce qu'il y en avait qui était
287 avec du fluor en plus je crois et l'autre qui était basic et en fait même dans le basique il y a
288 un additif. Je saurais pas vous dire lequel mais il y en a un.

289 **Er** : D'accord. Et quand vous dites « avant j'y aurais pas pensé », ça veut dire que
290 maintenant, vous avez eu une prise de conscience ou...

291 **L** : Ah oui ça c'est sûr mais je vous dis c'est parce que je pense que voilà moi je trouve que
292 c'est des choses auxquelles on a accès de plus en plus par internet, la télévision, je regarde
293 très peu la télé mais souvent dans des documentaires, des choses comme ça oui oui bien
294 sûr. Je veux dire on peut avoir cette information sans la chercher forcément, on la rencontre
295 en tous cas. Donc après si on s'y intéresse, voilà.

296 **Er** : D'accord. D'accord. Alors sans transition, vous l'avez vécu du coup la ménopause ?

297 **L** : Et bah du coup je sais pas trop parce que je sais pas quand j'ai été ménopausée (*rit*)
298 puisque le fait de ce traitement que j'ai eu après mon cancer euh avait les mêmes
299 symptômes que la ménopause donc voilà par moment j'avais mes règles, par moment j'avais
300 plus, après ça s'espaçait, ça revenait et donc finalement ça s'est fait sur plusieurs années.

301 D'abord j'ai pas été énormément perturbée, j'ai eu un peu de bouffées de chaleur mais rien
302 de dramatique et puis bah finalement non je l'ai bien vécu alors que dans la tête, je m'étais
303 dit que ça serait quand même un passage euh ouais il y aurait eu un avant et un après et là
304 finalement ça s'est pas passé comme ça.

305 **Er** : D'accord et en quoi vous pensiez qu'il y aurait un avant et un après ?

306 **L** : Bah le fait de ne plus être fertile même si j'avais pas du tout envie d'avoir un autre enfant
307 à 45 ans hein mais je pensais que je le vivrais mal mais ça m'a pas du tout touché, pas du
308 tout.

309 **Er** : Mais alors vous pensez qu'à cause de ça, d'autres femmes pourraient le vivre mal ?

310 **L** : Ah peut-être, après je peux pas me mettre à la place des autres (*rit*) en même temps il y a
311 quand même un énorme confort c'est de ne plus avoir ses règles, ça c'est super quelque
312 part. mais en fait je pense aussi que je suis quelqu'un d'assez fataliste, par exemple je pense
313 assez bien à la mort, 'fin l'idée de la mort pour moi c'est la continuité de la vie et ça me
314 paraît normal, je trouve pas ça euh ça me fait pas peur, ça ne me révolte pas, surtout dans la
315 mesure où ça arrive à un âge où à peu près euh ça paraît raisonnable quoi, je serais décédée
316 à 46 ans d'un cancer du sein, je l'aurais peut-être moins bien accepté hein mais euh voilà
317 pour moi c'est une finalité de la vie. Et pour mes proches c'est pareils, je veux dire moi j'ai
318 des parents de 80 ans tous les deux, qui sont encore très bien mais je sais que ça va arriver
319 et je pense que quelque part ça me fera mal hein mais quelque part dans ma tête je suis
320 prête je sais que ça va arriver. Alors ce que j'espère c'est qu'ils continueront d'être le mieux
321 possible le plus longtemps possible pour eux et pour nous aussi mais voilà c'est euh moi j'ai
322 eu mes deux grands-mères qui ont eu la maladie d'Alzheimer dont une très jeune 'fin jeune,
323 elle avait quand même 70 ans mais et je les ai vu se dégrader euh celle pour qui ça a
324 commencé de bonne heure elle a vécu elle avait 90 ans donc c'est terrible de voir des gens
325 finir comme ça 'fin je trouve ça horrible. Par contre ce dont j'ai très très peur c'est d'être
326 diminuée physiquement et mentalement, ça ça me fait très très peur.

327 **Er** : Et pourquoi ?

328 **L** : Bah parce que pour moi la vie c'est pas ça, c'est pas être un légume euh qu'on alimente,
329 qu'on lave et voilà, vivre c'est vivre quoi, c'est pas être présent, pas être un corps voilà. S'il
330 n'y a plus d'esprit, pour moi ça n'a aucun intérêt. Et en même temps il y a aussi le risque
331 d'avoir toute sa tête mais d'être diminué physiquement donc là c'est autre chose mais je
332 pense que je suis aussi très proche de, je suis pour la fin de vie assistée, des choses comme
333 ça aussi. Je suis pour le don d'organe aussi.

334 **Er** : D'accord et donc vous me disiez que vos parents étaient encore très bien pour leur âge
335 et est-ce qu'il vous arrive de vous projeter ?

336 **L** : Oui bien sûr tout à fait oui.

337 **Er** : Et alors qu'est-ce que vous ressentez ?

338 **L** : Euh l'idée de me retrouver d'être comme eux ? Bah si je suis comme eux ça me convient
339 très bien hein, maintenant je pense aussi qu'ils ont eu une vie saine et équilibrée qui a pu les
340 aider, moi mon père va encore à la piscine deux fois par semaine à 83 ans, ma mère moins
341 elle a arrêté de faire du sport en tous cas mais ils sont encore actifs, ils marchent encore pas
342 mal. Ma mère va avoir une femme de ménage à partir du mois de juin parce que ses voisins
343 déménagent, elle va prendre la femme de ménage mais jusqu'à présent elle en avait pas,

344 elle est dans une grande maison et elle l'entretien toute seule et c'est euh... par choix hein ils
345 ont tout à fait les moyens d'avoir une femme de ménage, c'est pas le souci.

346 **Er** : D'accord. D'accord. Et euh est-ce que vous pensez au vieillissement ?

347 **L** : Ah bah oui, oui tout à fait. J'ai une amie qui est un tout petit peu plus vieille que moi et
348 euh quand on parle de ça elle me dit que elle quand elle était jeune, jamais elle a pensé que
349 ça lui arriverait de vieillir. Ça me paraît totalement incongru de dire 'fin bon je la crois hein
350 mais moi si, j'ai toujours su que j'allais vieillir. Et je pense que c'est peut-être plus facile à
351 accepter quand on sait que voilà. Maintenant on ne choisit pas hein.

352 **Er** : Et alors comment vous le voyez ce vieillissement ?

353 **L** : Ah bah en essayant de changer le moins de choses possible, c'est-à-dire que tout le temps
354 où je pourrai, je ferai du sport, et je veux euh bon là je commence un peu à penser à la
355 retraite, je conserverai un tas d'activités, je vais même en commencer des nouvelles. Il est
356 hors de question que je passe mon temps dans mon canapé à attendre que ça se passe. Faut
357 que je fasse des choses moi voilà donc je ferai d'autres choses. Et aussi je pense que quand
358 on arrête de travailler et qu'on vieillit, on fait les choses en prenant plus le temps de les
359 faire. On s'accorde ce... comment dire, je trouve pas le mot mais ce...

360 **Er** : Et est-ce que vous en prendriez plus pour vous aussi ?

361 **L** : Ah oui certainement oui oui. Bah en même temps quand je dis que je prends pas le temps
362 pour moi, je prends pas le temps d'aller chez l'esthéticienne et tout ça mais parce que je
363 pense que c'est pas une priorité pour moi, je fais quand même de la gym trois soirs par
364 semaine et un après-midi par semaine donc je prends quand même du temps pour moi.
365 Après ça dépend de ce qu'on entend temps pour soi.

366 **Er** : Et le sport pour le coup c'est du temps pour vous ?

367 **L** : Ah oui, complètement

368 **Er** : Et est-ce que vous faites attention à votre apparence du coup, je veux dire en dehors du
369 sport ?

370 **L** : Un peu quand même mais c'est pas une obsession. Je fais quand même attention à mon
371 poids, ça oui euh je me maquille par exemple mais pas énormément mais ça je l'ai jamais fait
372 donc mais je me néglige pas non plus. Je suis quelqu'un de quand même assez simple on va
373 dire. Je mets quand même toujours un peu de bijoux et des petites choses mais oui je fais
374 quand même attention à moi oui oui.

375 **Er** : D'accord et ça vous pensez que vous continuerez...

376 **L** : Bah je pense parce que vous voyez j'ai une amie qui est beaucoup plus, d'abord elle est
377 plus âgée que moi mais elle est très très bien et moi je la trouve beaucoup plus chic dans son
378 apparence que moi et bah elle quand elle reste chez elle par exemple elle ne se maquille
379 pas. Et en fait on part en vacances depuis une dizaine euh depuis 8 ans ensemble enfin
380 régulièrement, et je me suis rendu que moi bah je me maquille les yeux par exemple tous les
381 jours même si je ne sors pas de chez moi. C'est un peu un geste machinal comme se brosser
382 les dents ou je sais pas quoi et elle pas et c'est là que je me suis dit « bah tien c'est marrant »
383 parce que je trouve qu'elle fait beaucoup plus attention à elle que moi et y a des choses
384 différentes comme ça donc bon ouais je pense que je continuerai. Après c'est vrai que quand
385 on reste chez soi euh là vous voyez j'ai mis un jean que j'ai enfilé comme ça et que j'ai mis

386 plusieurs jours, quand je reste chez moi je le mets pour faire le ménage ça ira bien, si j'étais
387 allée travailler je l'aurais pas gardé. Mais bon voilà c'est pas euh s'il avait été taché, je l'aurai
388 pas mis, c'est voilà. Donc voilà pour sortir euh sinon c'est plus la peine de rien faire hein.
389 Non mais je connais des parents d'amis à moi qui sont euh qui font rien voilà et puis d'autres
390 personnes âgées qui continuent d'avoir des activités, des intérêts pour plein de choses et ils
391 sont pas du tout dans le même état alors je pense qu'on est pas égaux au point de vue santé,
392 mais après la manière dont on vit, fait que on va accélérer ou freiner le processus.

393 **Er** : D'accord.

394 **L** : L'amie dont je vous parlais juste avant là sa mère elle a 93 ans je crois, elle vit seule, en
395 province pas à côté de ses enfants, elle est autonome 'fin elle conduit quand même plus
396 m'enfin bon bah ça fait envie de se dire ça vaut le coup de continuer comme ça, si on est
397 dans cet état-là mais pas voilà.

398 **Er** : Oui je vois donc vous est-ce que vous diriez que vous êtes dans une façon de vivre qui
399 ralentirait le processus de vieillissement ?

400 **L** : J'ai peut-être la prétention de penser que oui. Maintenant je pense que c'est vrai, on a
401 quand même au fond de soi je pense qu'on est pas égaux hein il y a des gens qui ont la
402 chance d'avoir une bonne santé et d'autres pas mais bon on peut peut-être influencer un
403 tout petit peu dans notre santé dans un sens ou dans l'autre quoi.

404 **Er** : Et vous, vous diriez que vous avez une bonne santé ?

405 **L** : Oui globalement oui.

Silence d'une quinzaine de secondes.

406 **Er** : Et alors comment vous pourriez me décrire votre santé actuellement ?

407 **L** : Euh là j'avoue je vois pas bien comment je vais la décrire en quelques mots mais euh je...
408 (*réfléchit*) je sèche un peu là, qu'est-ce que... bah satisfaisante quand même je vais dire
409 satisfaisante globalement avec voilà des... des petites choses que j'arrive à comment dire, à...
410 à rendre tout à fait supportables.

411 **Er** : D'accord. D'accord. Alors euh... vous n'avez vraiment pas ressenti à un âge ou à un autre,
412 comme un... un passage d'une santé à une autre ?

413 **L** : Non je pense que ça s'est fait non je pense que c'est progressif, y a pas de saut de d'un
414 état à un autre non.

415 **Er** : D'accord.

416 **L** : Je me demande si c'est pas assez psychologique de parce que moi je vis assez bien par
417 exemple, jusqu'à présent ça m'a jamais rien fait d'avoir 40 ou 50 ans, le passage à la dizaine
418 ça m'a pas, ou autre chose qu'une dizaine d'ailleurs, ça me traumatise pas mon âge.

419 **Er** : Vous y pensez pas ?

420 **L** : Bah si j'y pense mais là tout à l'heure j'ai failli vous dire un an de plus que ce que j'ai
421 voyez donc si si, j'y pense forcément et d'autant plus qu'on arrête pas de me demander
422 quand est-ce que je vais être en retraite, donc je fais des calculs et tout donc je sais très bien
423 quel, j'y pense mais c'est pas une pensée négative on va dire. C'est une conscience de voilà.

424 **Er** : Et est-ce qu'on vous a déjà fait des remarques sur ça ?

- 425 **L :** Dans l'ensemble on me dit plutôt que je fais pas l'âge que j'ai donc voilà, mais bon pfff...
- 426 **Er :** Et vous est-ce que vous pensez que vous faite vraiment plus jeune ?
- 427 **L :** Non non je fais l'âge que j'ai, non non
- 428 **Er :** Parce qu'il y en a qui se sentent moins âgés dans leur tête...
- 429 **L :** Oui non non je comprends, mais franchement pas. Mais moi j'ai pas de cheveux blancs
430 déjà, naturellement moi je me teints pas donc c'est peut-être pour ça aussi, les gens
431 s'attachent à plein de choses c'est vrai, de l'aspect euh pareil quand on regarde mon visage
432 on peut pas dire que mais je sais bien que j'ai l'âge que j'ai. Mais je sais que les gens
433 s'attachent beaucoup à ce genre de détail 'fin les gens en général, l'amie dont je vous parlais
434 tout à l'heure elle a les cheveux très gris, très blancs, presque depuis très longtemps et bien
435 plusieurs fois et même quand elle allait chercher ses enfants à l'école on savait pas si c'était
436 la grand-mère ou mais parce qu'en fait les gens regardaient que ses cheveux, pas le reste de
437 la personne.
- 438 **Er :** Donc vous pensez que le regard des autres est influencé par l'image ...
- 439 **L :** Ah oui, ça oui certainement. En même temps je pense qu'on est pas tous réceptifs à la
440 même chose hein
- 441 **Er :** D'accord. Oui bah oui et vous, vous vous voyez comment du coup ? vous pensez que
442 vous renvoyez quelle genre d'image ?
- 443 **L :** Je sais pas, je me pose pas trop la question honnêtement. Je pense que si je dois renvoyer
444 une image, c'est plutôt une image de quelqu'un d'actif en tous cas, ça c'est sûr... surtout
445 dans mon métier parce que je suis donc forcément ça peut être que ça comme image que je
446 renvoie mais après par rapport à mon physique tout ça, ça je me pose pas la question.
- 447 **Er :** D'accord. Bon et bien pour changer de sujet, est-ce que vous avez des problèmes de
448 santé actuellement ? A part l'hypothyroïdie ?
- 449 **L :** Non
- 450 **Er :** D'accord... euh vous m'avez dit au début qu'avec votre sœur vous pensiez de plus en
451 plus aux lunettes...
- 452 **L :** Bah parce que elle m'a appelé tout à l'heure, j'avais pas mes lunettes, c'était ce matin
453 avant que je les mette et j'ai pas vu sur le téléphone qui appelait, c'était sur le fixe et j'ai pas
454 reconnu sa voix tout de suite non plus alors et c'est elle qui me dit « ah bah oui maintenant
455 t'as vu, sans nos lunettes et tout ça » mais moi je fais l'effort des fois de pas les mettre parce
456 que je dis bah non moi vraiment je peux plus m'en passer mais bon ça me gêne pas parce
457 que j'ai mis pendant une dizaine d'années ou attendez que je réfléchisse, je crois que j'ai eu
458 mes premières lunettes à 40 ans donc jusqu'à il y a deux ans, donc pendant 14 ans je ne
459 mettais que des lunettes pour lire mais en fait ça me pompait l'air, y a pas d'autre mot,
460 parce que je passais mon temps à les mettre, à les enlever, un coup j'en avais besoin, un
461 coup j'en avais pas besoin et il y a 2 ans j'ai eu mes premières lunettes progressives et là ça
462 m'a changé la vie parce que je les ai tout le temps sur le nez mais au moins je passe pas mon
463 temps à leur courir après, en classe je les avais au bout d'un cordon, quand je me penchais
464 sur les enfants pour regarder ce qu'ils faisaient les lunettes se balançaient, après il fallait que
465 je les remette enfin bref, moi je trouvais que c'était compliqué, maintenant ça m'arrange
466 finalement de les avoir tout le temps. Et bon ça m'a pas euh je me suis pas demandé si je

467 faisais plus vieille avec les lunettes ou pas, ça m'est indifférent totalement. Bon c'est vrai par
468 contre pour faire du sport, quand je fais de la gym, je les enlève, je peux me permettre de
469 comme c'est surtout pour de près, je peux me permettre de pas les porter pour faire du
470 sport. Donc ça me gêne pas outre-mesure.

471 **Er** : D'accord. Et votre sœur elle est plus âgée ?

472 **L** : Non elle a 18 mois de moins que moi

473 **Er** : D'accord.

474 **L** : Mais par rapport à ce qu'elle m'a dit, je me demande si elle vit pas moins bien que moi
475 finalement le fait de vieillir (*rit*)

476 **Er** : Mais vous en parlez beaucoup du coup de ce genre de choses ?

477 **L** : Bah ça avait l'air de la contrarier un peu oui. En fait moi ce qui m'arrange dans les lunettes
478 c'est que ça résout un problème et en fait c'est un peu ma manière de c'est un peu la
479 philosophie de ma vie vous voyez. Moi quand il y a un problème il faut tout de suite que
480 j'essaie, il faut tout de suite que je trouve une solution, voilà donc même à la maladie voilà je
481 trouve une solution et du coup je pars dans des voilà je commence à penser à autre chose, je
482 cherche à comment arranger mais je suis pas du genre à dire « ohlala catastrophe, c'est
483 foutu là, ça y est », je cherche toujours la solution au problème. Quel que soit le problème,
484 pas que dans la santé.

485 **Er** : Et donc à aucun moment vous vous dites que vous vieillissez et que vous avez la
486 possibilité de faire moins de choses qu'avant par exemple ?

487 **L** : Bah je vous dit à part le fait que je fatigue plus voilà...

488 **Er** : Vous sentez pas de limite ?

489 **L** : Non là honnêtement non. Bon je ferais pas un marathon mais j'ai jamais su courir donc ça
490 tombe bien, c'est pas mon truc la courses mais des choses comme ça hein après on a les
491 limites qu'on a, ce qu'on aime et ce qu'on aime pas aussi mais dans ce que je veux faire, je
492 me sens pas limitée, si je me sens limitée si si je vais dire euh je bricole pas beaucoup mais
493 avant je faisais euh peindre plein de trucs, faire des gros travaux dans la maison et ça par
494 exemple j'ai de plus en plus de mal et ça, ça m'ennuie quand même parce que comme j'ai
495 pas les moyens de le faire faire et que j'ai personne pour le faire, ça ça m'ennuie. Mais bon
496 après je pense que c'est un peu normal aussi donc euh, je suis un peu fataliste quoi. Je sais
497 que si je fais que si je fais de grands travaux tout ça je vais avoir mal aux bras par exemple,
498 facilement j'ai une tendinite, quand je taille la haie, des choses comme ça donc bon je me
499 limite un peu donc c'est vrai que ça me dérange un peu, c'est sûr que je préférerais que ça
500 me dérange pas.

501 **Er** : D'accord. Euh et quel est votre rapport à la maladie ?

502 **L** : Pas facile ça comme question, mon rapport à la maladie euh quand je suis malade ou
503 quand je suis pas malade ?

504 **Er** : Euh bah les deux

505 **L** : Euh...

506 **Er** : Je sais pas, par exemple, est-ce que va associez la vieillesse à la maladie ?

507 **L** : Pas forcément non non. Par contre quand je suis malade ‘fin entre guillemets parce que
508 ça fait longtemps que j’ai pas eu euh si le dernier problème de santé que j’ai eu c’était il y a
509 2-3 ans, j’ai eu des problèmes d’oreille interne, j’avais des vertiges, des choses comme ça, là
510 je sais me poser et attendre que ça passe, quand j’ai de la fièvre, je vais me coucher voilà
511 faut juste qu’on me fiche la paix et j’attends que ça passe. Bon là quand j’ai eu des
512 problèmes d’oreille interne je suis quand même allée voir un otorino, j’ai fait ce qu’il fallait
513 mais voilà et là je sais prendre mon temps et j’accepte de ralentir et faire ce qu’il faut pour
514 que ça aille mieux quoi. Mais j’associe pas forcément non la vieillesse à la maladie et
515 inversement.

516 **Er** : D'accord. Alors pareil, quand vous êtes malade, vous avez plutôt tendance à vous
517 tourner vers l’homéopathie ? Plutôt vers les médecines douces ?

518 **L** : Bah je suis rarement vraiment malade, c’est ça le problème ‘fin le problème, non c’est pas
519 un problème en fait euh mais ça va dépendre des cas en fait... ma première euh... oui
520 j’essaierai d’abord de manière douce on va dire sauf si c’est quelque chose de vraiment je
521 sais pas, j’ai pas d’exemple qui me vienne à l’esprit mais ça va dépendre du cas en fait.

522 **Er** : Oui je vois. Et est-ce qu’à part Alzheimer peut-être, il y a des maladies qui vous font
523 peur ?

524 **L** : Bah c’est un peu tout ce qui est maladie neurodégénérative comme Parkinson et les
525 choses comme ça, je trouve ça assez terrible parce que bah d’abord parce que j’ai pas
526 l’impression que les traitements ça progressent mais pas beaucoup, et puis c’est vraiment
527 des maladies très invalidantes avec lesquelles on peut vivre quand même très longtemps et
528 en étant de plus en plus diminué donc ça oui, je trouve que c’est des maladies terribles.

529 **Er** : D'accord.

530 **L** : D’autant que ça peut se prendre relativement jeune.

531 **Er** : Et est-ce que comme vous avez déjà vécu le cancer, vous auriez peur de retomber
532 malade ? D’avoir à nouveau un cancer ?

533 **L** : Non pas spécialement en plus je pense que bon, le cancer ça veut rien dire y a des tas de
534 cancers différents selon les organes et tout ça, après il y a des statistiques différentes enfin
535 bon voilà donc je veux dire que ça veut pas dire grand-chose mais bon, moi quand j’ai été
536 arrêtée, j’ai été remplacée par une collègue plus jeune d’une dizaine d’années que moi et 2-
537 3 ans après ça a été son tour et elle a eu un cancer à la fois du cerveau et des poumons, elle
538 a été malade pendant plusieurs années, elle a été en rémission, elle est à nouveau tombée
539 malade et elle est décédée l’année dernière. Donc je veux dire moi avec mon petit cancer du
540 sein ‘fin c’est rien à côté ça donc je peux pas euh voilà, pour moi le cancer c’est pas une
541 chose.

542 **Er** : D'accord et quand je dis « maladie », à quoi ça vous fait penser ?

543 **L** : J’aurais peut-être dit traitement voyez je suis optimiste voilà, on va chercher un
544 traitement.

545 **Er** : Et si je dis « vieillesse » ?

546 **L** : Alors vieillesse euh je sais pas, ralentir, quelque chose comme ça

547 **Er** : Dans quel sens ?

548 **L** : Bah que petit à petit on fait moins de choses, moins vite jusqu'à ne plus rien faire (*rit*) et
549 que ça se termine.

550 **Er** : Je vois. Et il y a des moyens selon vous qui permettraient de contrer ce ralentissement ?

551 **L** : Bah je pense qu'on peut le ralentir par contre je suis pas du tout pour le fait de vivre 150
552 ans 'fin tous ces euh me faire congeler pour revivre plus tard alors là mais pas du tout du
553 tout. J'ai beaucoup de mal aussi avec tout ce qui est chirurgie esthétique 'fin pas forcément
554 chirurgie mais les femmes qui se font liftées ou des injections pour pas avoir de rides et tout
555 ça, moi je les trouve vraiment pas belles comme elles sont là donc j'ai pas du tout envie de,
556 même si financièrement je pourrais le faire je le ferais pas. C'est pas ça mon idée de la
557 vieillesse, je pense qu'on peut être belle avec des rides, avec des cheveux blancs euh voilà
558 c'est euh j'ai pas envie d'avoir une bouche pulpeuse c'est pas mon truc.

559 **Er** : D'accord. Bah du coup, qu'est-ce que vous pensez des femmes qui font de la chirurgie
560 esthétique ?

561 **L** : Bah je pense qu'elles sont pas bien dans leur euh alors maintenant je peux comprendre
562 hein, quand il y a quelqu'un qui a un nez vraiment tout mal foutu et peut pas bien vivre avec
563 ça, si ça peut l'aider franchement c'est super mais je pense que les gens qui passent leur
564 temps à se faire refaire par ci, par-là c'est aussi parce que ça dénote un mal-être, une
565 manière de pas s'accepter voilà, moi comme je ne ressens pas ce problème-là bah j'ai pas
566 besoin d'y remédier en fait.

567 **Er** : Donc vous vous acceptez tel que vous êtes ?

568 **L** : Oui. Bon j'aimerais bien quand même avec un peu moins de cuisses et un peu moins
569 flagada mais bon voilà, on va faire avec. J'ai pas le corps dont je rêverais c'est sûr mais je l'ai
570 jamais eu de toute façon donc voilà après je vis avec. Après en plus les critères de la beauté
571 c'est tellement euh ça varie, quand on voit les peintures du XIXe siècle, les femmes elles
572 avaient toutes des formes etc et puis selon les pays aussi.

573 **Er** : Et maintenant qu'est-ce que vous pensez que la société fait passer comme sorte de
574 message ?

575 **L** : Ah je pense qu'il faut vraiment euh c'est une dictature ah oui oui et en même temps, je
576 me dis qu'on voit de plus en plus de femmes et de jeunes qui sont en surpoids, ça ça me
577 dérange aussi parce que je pense que alors c'est pas tellement l'histoire de la beauté mais
578 parce que je pense qu'elles ne respectent pas 'fin elles ou ils enfin ils portent atteinte à leur
579 santé je pense voilà, c'est plus ça qui me gêne que le fait d'être beau ou pas beau, c'est la ça
580 le problème.

581 **Er** : Donc pour vous, les gens qui sont en obésité portent atteinte à leur santé ?

582 **L** : Alors, je sais bien qu'il y a des gens pour qui c'est une maladie c'est pas euh mais il y a des
583 gens pour qui oui le fait de 'fin je connais quand même des gens qui mangent vraiment
584 n'importe comment et dans des quantités hallucinantes et oui là je pense franchement qu'ils
585 portent atteinte à leur santé.

586 **Er** : D'accord. Et alors est-ce que vous pensez que les gens qui ne font pas de dépistage alors
587 que c'est fortement recommandé c'est pareil, ils portent atteinte à leur santé ?

588 **L** : Bah je sais pas, ça dépend un peu de... 'fin moi en tant que femme j'ai toujours trouvé
589 que c'était bien oui de le dépistage du cancer du sein par exemple, j'ai trouvé que c'était un

590 plus mais je pense que c'est pas qu'ils portent atteinte à leur santé mais ils prennent plus ou
591 moins un risque quand même.

592 **Er** : Donc est-ce que vous pensez que prendre soin de sa santé c'est un peu comme un
593 devoir ?

594 **L** : Ah oui, vis-à-vis de soi-même après vis-à-vis de la société quelque part aussi mais je pense
595 là on est un peu égoïste parce qu'on se voit soi d'abord mais forcément ça a aussi une
596 incidence euh ça a un cout au niveau de la société. De la même manière que les gens qui
597 vont tous les quatre matins chez le médecin à chaque fois qu'ils ont un petit bobo, ça a aussi
598 un cout donc ça peut être assez paradoxale hein. En prendre soin oui ça veut pas dire aussi
599 être obsédé par sa santé.

600 **Er** : Oui je vois et est-ce que vous du coup ça vous ait déjà arrivé de vous dire « non je ne vais
601 pas faire telle chose parce qu'il en va de ma santé » ?

602 **L** : Non pas à ce point-là je me permets des écarts par exemple oui oui je suis pas intégriste,
603 je dis que je mange équilibré tout ça mais je sais très bien 'fin quand je suis avec des amis et
604 que je sors, que je suis au restaurant je sais très bien faire des excès dans la mesure où c'est
605 pas répété à l'infini. En plus j'aime manger alors.

606 **Er** : Et justement pour revenir sur l'alimentation, à part manger bio, est-ce que vous faites
607 attention autrement ?

608 **L** : Bah c'est pas tellement que je fais attention en fait, c'est que je pense que c'est quelque
609 chose que j'ai en moi 'fin j'aime faire la cuisine déjà donc il y a plein de choses que je fais
610 moi-même et maintenant je me suis rendue compte bah que c'était quand même mieux de
611 toutes façons donc voilà ça me conforte un peu dans ce que je fais et voilà euh j'ai toujours
612 plus ou moins su qu'il fallait pas manger trop de graisses, trop de sucres, des choses comme
613 ça mais bon je me prive pas non plus.

Silence d'une dizaine de secondes.

614 **Er** : Et en même temps vous faites attention à votre poids ?

615 **L** : Oui mais je fais pas de régime par exemple, 'fin je fais attention euh alors il y a très
616 longtemps parce que c'était en 79 je crois quand je suis partie de chez mes parents et dans
617 les mois qui ont suivi, j'ai vécu en collocation, je fumais et j'ai arrêté, j'avais des kyst aux
618 ovaires et j'ai été opérée et j'ai suivi un traitement hormonal. Donc j'ai pris 10 à 15 kg
619 allègrement, en très très peu de temps donc après bah il a fallu les perdre et ça n'a pas été
620 facile, alors je pense que c'était les trois facteurs conjugués qui m'avaient fait grossir hein
621 donc je sais que je peux grossir et après j'ai pas eu envie que ça se reproduise mais c'est vrai
622 que d'abord, j'avais arrêté de fumer, je vivais de manière un peu plus anarchique que les
623 premiers temps où je vivais seule donc c'est un peu logique que maintenant voilà je sais que
624 ça peut arriver et je fais attention quoi c'est tout. Mais ce qui me sauve parce que je mange
625 pas mal en quantité, j'ai besoin de quantité pour me rassasier, d'abord j'aime quasiment
626 tout, j'aime les légumes donc moi je me régale avec des légumes donc voilà j'en mangerais
627 peut-être plus que quelqu'un d'autre et je mangerais peut-être plus autre chose à côté mais
628 je voilà, c'est pas un effort, c'est assez naturellement que je le fais.

629 **Er** : D'accord. D'accord. Et est-ce que vous avez peur du temps qui passe ?

630 **L** : Non pas plus que ça, non.

631 **Er** : Mais vous y pensez ?

632 **L** : Bah je trouve que c'est un peu une question que vous m'avez déjà posé mais avec une
633 autre formule...

634 **Er** : Par rapport à la vieillesse ?

635 **L** : Oui euh mais non j'ai pas peur du temps qui passe. Je trouve qu'il passe trop vite ça c'est
636 sûr et de plus en plus vite mais voilà, ça me fait pas peur. C'est juste que j'ai jamais le temps
637 de faire tout ce que j'ai envie de faire ça ça m'ennuie mais ça m'inquiète pas.

638 **Er** : Ah d'accord.

639 *Silence d'une quinzaine de secondes.*

640 **Er** : Oui et du coup pour rester sur la vieillesse, qu'est-ce que c'est pour vous quelqu'un qui
641 fait vieux ?

642 **L** : Alors ça peut être dans juste par son aspect 'fon bon moi c'est idiot ce que je vais
643 raconter mais au centre commercial qu'il y a à côté, où je fais mes courses d'habitude le soir
644 quand j'ai fini de travailler, quand je suis en vacances, ça m'est arrivé d'y aller le matin et il y
645 a un jour dans la semaine où c'est Carrefour je sais pas si ça vous parle mais donc avec une
646 certaine tranche d'achat on a une réduction enfin bon bref, et apparemment les personnes
647 retraitées y vont particulièrement ce jour-là donc ça m'est arrivé plusieurs fois d'aller à
648 Carrefour ce jour-là par hasard et c'est une nuée de personnes âgées tous habillées en beige,
649 gris, machin et franchement c'est affreux je trouve (*rit*) parce que on peut être vieux sans
650 être euh je les trouve ternes en fait, c'est plutôt ça c'est euh je sais pas, vraiment j'ai
651 l'impression d'être dans une maison de retraite quand je vois ça et puis c'était quoi la
652 question ?

653 **Er** : Bah comment 'fin qu'est-ce qui fait que pour vous quelqu'un a l'air vieux

654 **L** : Et bah voilà, quelqu'un qui manque de tonus, de qui se laisse un peu aller aussi et puis qui
655 n'a pas de curiosité pour euh qui manque de curiosité pour la vie en général. Et alors
656 maintenant on peut être vieux très jeune si on s'en réfère juste à ce que je viens de dire

657 **Er** : Par manque de curiosité c'est ça ?

658 **L** : Ouais qui restent dans leur entre-soi, qui manque d'ouverture extérieure mais je connais
659 des gens jeunes qui sont comme ça

660 **Er** : Donc il y a une dissociation entre paraître vieux et être vieux

661 **L** : Parfois oui, y en a qui cumulent les deux. Il y a des gens aussi qui disent « oh bah non je
662 peux pas faire ça à mon âge » machin, moi je me mets pas ces barrières-là. Pas forcément
663 physiquement mais une activité physique moi je connais une euh mon ancienne directrice
664 elle met plus de jeans depuis longtemps parce que pour elle a plus l'âge de mettre des jeans
665 'fin je trouve ça hallucinant, ça ma viendrait pas à l'idée moi ma mère elle a 84 ans et elle
666 met des jeans 'fin je sais pas euh y a des gens qui se mettent des barrières comme ça, je
667 pense pas que je me les mettrai.

668 **Er** : Vous vous dites jamais que vous ne pouvez plus faire telle ou telle chose parce que ce
669 n'est plus de votre âge ?

670 **L** : Bah je cherche justement mais si y a certainement des trucs mais est-ce que je les aurais
671 fait plus jeune je sais pas, c'est ça euh là ça me vient pas à l'esprit mais après c'est aussi le

672 regard qu'on peut avoir sur soi et le regard des autres mais bon, moi j'aime bien des fois
673 faire un peu la folle 'fin dans mon métier j'évite mais sinon ça me gêne pas, je suis un peu
674 capable de me lâcher

675 **Er** : Et est-ce que ça vous arrive par exemple en regardant des gens de votre âge de trouver
676 que vous faites plus jeune ?

677 **L** : Alors ça j'ai beaucoup de mal justement à donner un âge aux gens qui ont à peu près mon
678 âge, je sais pas, essayez de vous poser la question par rapport à vous et à votre âge je sais
679 pas, je pense que les gens qui sont de notre âge et bien c'est plus difficile de leur donner un
680 âge 'fin moi c'est comme ça que je le ressens, franchement je suis plus fine dans les plus
681 vieux et dans les plus jeunes que. En même temps c'est pas non plus une obsession pour moi
682 de savoir quel est l'âge des gens. Mais parfois bah comme là récemment, j'ai su l'âge de
683 Marine Le Pen bah je trouve qu'elle fait beaucoup plus vieille que son âge, je l'a voyais plus
684 vers mon âge par exemple, je pensais pas qu'elle avait 48 ans.

685 *Silence d'une vingtaine de secondes.*

686 **Er** : D'accord et alors pour vous c'est quoi la bonne santé ?

687 **L** : Bah une santé qui permette de vivre sans être diminué, même si on a des petits bobos
688 m'enfin rien de dramatique quoi

689 **Er** : Donc c'est avant tout quelque chose de physique ? Ou c'est aussi au sens mental ?

690 **L** : Ah oui aussi quand même, alors pour ce qui est physique oui, après l'équilibre mental
691 c'est autre chose parce que moi mon exemple-mari il a euh j'ai connu des trucs dont je ne
692 connaissais pas l'existence avec une pathologie psychiatrique ça peut aussi détruire euh
693 alors bon, j'ai eu mes grand-mères qui ont eu Alzheimer mais là c'est autre chose, c'est sur
694 quelqu'un de quand même jeune et je pensais pas que ça pouvait détruire quelqu'un à ce
695 point-là aussi c'est carrément horrible hein

696 **Er** : Alzheimer ?

697 **L** : Non euh Alzheimer oui mais le fait d'avoir une pathologie psychiatrique ou une psychose,
698 quelque chose comme ça, c'est terrible aussi et je pensais pas que la dépression ça pouvait
699 être à ce point-là, je ça c'est j'ai découvert quelque chose dont je soupçonnait absolument
700 pas l'existence. Et ça, ça empêche de vivre aussi, carrément.

701 **Er** : Ah oui ? Et il avait quoi du coup votre mari ?

702 **L** : Bah plusieurs tentatives de suicide, plusieurs séjours en psychiatrie voilà et c'est
703 quelqu'un qui est totalement diminué, qui était incapable de travailler voilà, ça l'a
704 complètement détruit. Et puis ça détruit aussi l'entourage en même temps on va dire.

705 **Er** : Oui j'imagine. Et pour vous ça serait quoi la santé dans le vieillissement ?

706 **L** : Bah ça serait de pas avoir de pathologie particulière on va dire, pas une maladie euh oui
707 on va dire euh et que ce soit juste 'fin une diminution progressive des capacités, des
708 fonctions, comme ce qu'on avait dit précédemment.

709 **Er** : D'accord. Donc finalement quelque chose de « normal » ?

710 **L** : Oui oui on peut dire ça comme ça

Silence d'une dizaine de secondes.

711 **L :** Moi je vois mes parents, je dis qu'ils sont très bien mais ils ont quand même eu des
712 problèmes cardiaques donc il faut qu'ils fassent un peu attention, mon père a du diabète,
713 pas de manière dramatique mais bon, ma mère elle a, je sais jamais le nom de sa maladie qui
714 est quand même très embêtante parce qu'une maladie neuro un peu euh elle a le syndrome
715 des jambes sans repos c'est-à-dire que quand elle est calme, elle a les jambes qui peuvent
716 bouger toutes seules et ça peut l'empêcher de dormir, c'est ça fait très mal euh ça
717 l'handicape dans la vie, elle est obligée d'avoir un traitement assez lourd mais ça
718 l'handicape, ça la gêne et tout ça mais elle continue de vivre quoi c'est ça que je veux dire
719 donc malgré tout, malgré ça, elle arrive quand même à avoir une vie de qualité même s'il y a
720 des moments désagréables parce qu'elle peut passer des fois 3 jours sans dormir, c'est pas
721 terrible hein

722 **Er :** Ah oui effectivement. Et est-ce qu'il y a des maladies héréditaires dans votre famille ?

723 **L :** Non.

724 **Er :** D'accord. bon et bien vous avez quelque chose à rajouter ?

725 **L :** Non euh j'en ai dit pas mal hein

726 **Er :** D'accord bon et bien du coup je pense que euh... maintenant je vais vous poser des
727 questions de portrait euh donc vous m'aviez dit que vous aviez 56 ans et vous avez des
728 enfants ?

729 **L :** Deux et l'aînée elle a euh j'ai un doute à un an près là aussi c'est terrible elle est 32 et
730 l'autre 21. Et l'aînée a un fils qui a deux ans aujourd'hui d'ailleurs.

731 **Er :** Bah alors je pourrais peut-être vous poser une question dessus euh qu'est-ce que ça
732 vous a fait d'être grand-mère ?

733 **L :** C'est super, j'étais super contente (*rit*), ça ne m'a posé aucun problème, j'ai pas du tout
734 du tout associé ça à la vieillesse alors que j'ai des copines pour qui ça a été dramatique mais
735 moi en plus faut dire que ma fille, quelques années auparavant n'était pas sûre d'avoir envie
736 d'avoir des enfants donc j'avais un peu fait le deuil d'être grand-mère 'fin pas complètement
737 parce que j'ai une 2^{ème} fille mais elle est trop jeune pour l'instant donc quand j'ai appris ça,
738 j'étais folle de joie moi et puis je trouve que c'est super d'être grand-mère quand on est
739 encore en forme donc voilà

740 **Er :** D'accord et vous m'aviez dit aussi que vous étiez enseignante ?

741 **L :** Je suis enseignante oui mais ça se dit pas comme ça, c'est professeur des écoles que je
742 suis

743 **Er :** Et vous avez quoi comme niveau de diplôme ?

744 **L :** Alors moi j'ai un DUG, à l'époque ça existait encore

745 **Er :** Donc ça correspond à euh bac+2 c'est ça ?

746 **L :** Oui c'est ça, c'était dans le cursus de la licence mais au bout de deux ans on avait une
747 validation, on avait le DUG et moi en fait c'était une équivalence dans mes études
748 d'institutrice de l'époque donc on avait juste besoin du DUG pour être institutrice donc je
749 suis pas allée plus loin quoi

750 **Er :** D'accord. Et vous avez toujours habitée ici ?

- 751 **L** : Bah pas quand j'étais chez mes parents hein, j'ai dû arriver là en 'fin pas ici mais ailleurs
752 dans Annet aussi, en 81 peut-être. 80 ou 81
- 753 **Er** : Et vous étiez où avant du coup ?
- 754 **L** : Alors mon premier appartement je l'ai eu à Lagny qui est pas bien loin et avant, avec mes
755 parents j'habitais à Clessouilly qui est juste à côté aussi et j'ai aussi vécu quand j'étais enfant,
756 à Drancy dans le 93
- 757 **Er** : Oui d'accord. Euh... vous avez été mariée c'est ça et pendant combien de temps ?
- 758 **L** : Euh en fait alors j'ai quand même deux filles de deux pères différents donc le premier on
759 était marié et le deuxième on a vécu ensemble avant d'être marié et on s'est marié alors je
760 me rappelle par rapport à l'âge de ma fille quand même euh donc elle est née en 95, 97 euh
761 on a dû être marié quand même... euh une dizaine d'années quoi.
- 762 **Er** : Et oui alors ça fait combien de temps que vous êtes divorcée ?
- 763 **L** : Bah c'était en 2008 donc 9 ans.
- 764 **Er** : D'accord. Euh oui et vos parents ont quel âge précisément ?
- 765 **L** : Alors va falloir que je réfléchisse parce qu'ils viennent de changer alors ma mère elle a 84
766 et mon père va avoir 83 très prochainement.
- 767 **Er** : Et il faisait quoi comme métier avant ?
- 768 **L** : Il était cadre commercial
- 769 **Er** : Et votre mère ?
- 770 **L** : Commerçante
- 771 **Er** : Vous avez des frères et sœurs ?
- 772 **L** : J'ai deux sœurs plus jeunes que moi
- 773 **Er** : Euh est-ce que vous avez une confession religieuse ?
- 774 **L** : J'ai été élevée euh j'ai été baptisée, j'ai fait ma communion etc mais après j'ai pris euh j'ai
775 pas continué alors maintenant je suis athée de toute façon c'est sûr.
- 776 **Er** : D'accord. Bon et bien alors si vous n'avez plus rien à rajouter euh
- 777 **L** : Bah non si ça vous convient
- 778 **Er** : Très bien non merci
- 779 **L** : Bon bah voilà
- 780 **Er** : Merci beaucoup encore

Entretien n°7/10 – Marie-Rose <i>« Bah non je n'ai que 55 ans, je ne suis pas vieille quoi ! »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 55 ans, mariée et a 2 enfants de 26 et 29 ans. A un bac+2, est professeure des écoles et habite à Villeparisis.
Date de l'entretien	20 mai 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Villeparisis
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	121 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, assises l'une en face de l'autre à une table ronde.
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Marie-Rose parle de son cancer du sein duquel elle s'est rapidement remise ce qui lui a permis de ne pas se sentir malade. Même durant sa convalescence, elle a pu mettre de côté ses traitements pour profiter du temps qui lui était donné. N'ayant fait que de la radiothérapie et non de la chimiothérapie, elle n'a pas senti d'intrusion et se sentait d'autant moins malade. Elle met en avant les avantages de la sécurité sociale qui lui a permis de ne rien payer durant son traitement. Plus largement, le système médical est selon elle, performant, bien que les médecins ne soient pas toujours accessibles, surtout quand ils partent à la retraite et qu'aucun ne récupère derrière la clientèle. Durant sa maladie, pas une seconde elle n'a pensé qu'elle allait mourir. Néanmoins, elle a tout fait pour s'occuper l'esprit durant et ne pas penser à sa maladie. Elle ne fait pas de sport et ne fait pas particulièrement attention à son alimentation et elle assume son âge, au point d'avoir organisé plusieurs petites fêtes pour ses 50 ans. En revanche, quand on lui pose des questions à propos de la retraite, elle préfère ne pas y penser et ne pas compter. Tant qu'elle a envie de travailler, elle continue. Enfin, lorsqu'elle parle de son vieillissement c'est pour l'imaginer en restant à proximité de ses proches et en visitant les endroits qu'elle n'a pas eu l'occasion de voir mais dont elle a fait la liste durant sa convalescence. Elle pratique un peu les médecines alternatives, surtout face aux médicaments dont le prix est exorbitant, d'autant plus parfois face à leur réelle efficacité.
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Donc pour rappeler, je suis en master de sociologie et j'aimerais bien que vous me
2 parliez de votre expérience de la santé

3 **M** : Bah ça tombe bien, je viens de la vivre : je viens de finir un traitement de radiothérapie
4 suite à un cancer du sein donc au mois de novembre dernier je suis allée faire un examen
5 comme font les femmes de manière régulière euh une mammographie et là on a découvert
6 qu'il y avait quelque chose qui n'était pas net quoi donc mon radiologue d'abord a vu ça,
7 après la gynécologue et elle m'a proposé d'aller à l'hôpital Tenon, à Paris, qui est en fait un
8 hôpital avec un service qui s'appelle « diagnostic sein » et ce que j'ai trouvé de bien c'est
9 que déjà j'ai eu un rendez-vous assez rapidement parce que quand même les rendez-vous
10 médicaux c'est pas toujours ça et là en une journée ils m'ont fait mammographie, biopsie et
11 IRM. Et puis bon le soir je ne savais pas encore mais disons que la radiologue que j'avais vu
12 m'a laissé entendre que c'était pas très optimiste. On repart avec ça et on se dit « bon bah
13 peut-être qu'ils se sont trompés ». Ça c'était mi-décembre et après j'ai fait encore deux
14 autres biopsies ou des échos 'fin le truc plus pointu où ils endorment le sein et après j'ai su le
15 23 décembre que j'avais un cancer du sein. La manière dont on me l'a annoncé était un peu
16 euh c'était une jeune femme, j'ai trouvé que dans sa manière de dire les choses, bon j'ai pas
17 été choquée mais plaf tu prends ça dans les dents. Bon je m'y attendais mais bon, et puis
18 après j'ai pensé tout de suite aux gens de ma famille qui ont un cancer du sein, parce que je
19 suis la 4^{ème}, les deux sœurs de ma mère et une de mes cousines. Je me suis dit bon bah une
20 de mes tantes est décédée mais elle était âgée, ça a été mal diagnostiqué mais ma tante qui
21 s'appelle Anick l'a eu au même âge que moi, elle a eu il y a 13 ans et elle va bien quoi. J'ai
22 jamais eu d'inquiétudes de penser que j'allais mourir. Je me suis dit « bon bah voilà, on va
23 faire à ça, on va suivre ce que nous disent les médecins ». Il y a différents examens mais ce
24 que j'ai trouvé dommage c'est que la communication euh c'est une secrétaire qui m'a appelé
25 pour me dire que j'avais rendez-vous avec un anesthésiste parce que j'allais être opérée telle
26 date. Et moi « ah bon, je savais pas ! » donc ça j'ai trouvé que c'était un petit raté de
27 communication. J'aurais bien aimé que ce soit le médecin qui m'appelle en plus ils arrêtent
28 pas de nous demander nos numéros machin mais eux ils font tous les examens, comme dans
29 les hôpitaux, après ils font une réunion de synthèse pour poser les diagnostics et les
30 protocoles à mettre en place quoi. Et puis bon ça s'est fait, j'ai été opérée le 18 janvier, ça a
31 été très rapide parce qu'ils n'ont fait qu'enlever la tumeur, j'ai pas eu d'ablation du sein, j'ai
32 failli l'avoir mais ça aussi mais j'ai fait deux examens et il y en a qu'ils avaient mal fait donc la
33 médecin m'a dit que si c'était bon on enlevait le sein donc vous voyez encore là euh elle est
34 gentille, professionnelle et tout mais bon ça m'a quand même foutu un coup de me dire que
35 j'allais peut-être perdre mon sein. C'est une agression plus grande que d'enlever une tumeur
36 quoi. Donc ça m'a foutu un petit coup de blues et j'ai pleuré, j'avoue et puis elle m'a
37 téléphoné pour me dire qu'il y aurait pas d'ablation du sein. Mais après faut vivre avec ça
38 hein, faut faire face. Avant le 23 décembre j'avais rien dit à mes enfants parce qu'il y avait
39 Noël bon ils sont grands mais dire « joyeux Noël et puis tiens maman elle a un cancer » donc
40 je leur ai dit entre Noël et le premier janvier mais j'ai bien vu à la tête de mon fils qu'ils
41 étaient un peu en panique et je les ai rassurés. On va dire que c'est banal hein un cancer du sein
42 et puis moi j'ai eu du mal à me positionner comme malade parce que c'est vrai que les gens
43 sont gentils, ils ont de la compassion mais après on se fait opérer, moi je suis rentré le 18, j'ai
44 été opérée le 19 au matin et je suis sortie le 19 au soir. Y avait pas de soins particuliers, ils
45 ont mis de la colle sur la plaie et ils m'ont dit « on fera rien de plus comme soin si vous
46 voulez vous pouvez partir » et donc j'ai appelé mon mari et je lui ai dit « bon bah écoute

47 c'est pas la peine de venir me voir, tu viens me chercher ». Et voilà et donc j'étais un peu
 48 flagada mais bon j'étais mieux chez moi. Et puis après il y a une visite post-opératoire, le 8
 49 février, ils avaient envoyé la tumeur en analyse et elle était visiblement plus grosse que ce
 50 qu'ils avaient vu initialement. Je devais y retourner le 8 mars et je ne sais plus si j'y suis allée
 51 ou pas parce qu'en fait ils n'avaient plus les résultats parce que les analyses étaient partis
 52 aux Etats-Unis. Donc j'ai revu ma médecin fin mars et elle m'a dit euh parce qu'ils hésitaient
 53 à faire de la chimio ou de la radiothérapie et comme tout allait bien, j'ai fait que de la
 54 radiothérapie et donc j'ai rencontré une radiothérapeute que j'ai trouvé plus avenante, plus
 55 chaleureuse et c'est elle en fait qui m'a dit que les résultats étaient partis aux Etats-Unis
 56 parce que ma médecin me l'avait pas dit. Et en fait il n'y a que ce laboratoire-là qui fait ça.
 57 Donc j'ai commencé la radiothérapie le 4 avril et je viens de finir là le 16 mai, à raison de
 58 quatre séances par semaine et là on m'a dit que quand on fait ce genre de choses, on peut
 59 avoir des taxis pour m'amener à l'hôpital si besoin et moi je lui ai dit « mais je vais pas
 60 utiliser un taxi pour aller à Paris, je vais y aller en train et on verra bien après ». Finalement
 61 j'ai tout fait en train parce que je voulais être libre. Et la radiothérapie c'est pas long hein
 62 vous restez 10-15 minutes dans la salle et au début je sentais rien donc j'avais pas
 63 l'impression d'être malade en plus, après au bout de la 20^{ème}, ça a commencé à chauffer et à
 64 gratter et bon après c'est pas les mêmes rayons que ceux du soleil et c'est pour ça que voilà,
 65 ça m'a un peu perturbé mais ils m'ont donné de la crème, c'était pas bien méchant. A côté,
 66 des gens qui font de la chimio que j'ai rencontré à l'hôpital parce qu'ils font des ateliers pour
 67 prendre son traitement, il y avait aussi sur l'alimentation et il y en avait un sur les produits
 68 de beauté. Donc je me suis inscrite et j'ai appris à me maquiller.

Eclipse de 5 minutes.

69 Bon après j'ai pas tout mis en application mais ce que j'ai trouvé intéressant c'était de
 70 rencontrer des femmes qui avaient eu des chimiothérapies, qui avaient perdu leurs cheveux
 71 et qui étaient vraiment beaucoup plus touchées que moi. Et au cours d'autres ateliers parce
 72 que j'ai un peu continué, bah j'ai rencontré d'autres dames et il y en avait une par exemple
 73 qui était vraiment attaquée, qui avait perdu ses cheveux, ses cils, ses sourcils et on a un peu
 74 parlé et là aussi cet échange, de voir que les gens comment dirais-je que elle avait l'air en
 75 plus d'être toute seule donc euh mais bon après au service radiothérapie je les ai trouvés
 76 gentil et tout. Et puis avec mes séjours à l'hôpital, il faisait beau et donc en sortant je suis
 77 allée me promener, j'ai fait un peu les magasins j'avoue (*rit*) et puis j'ai fait du culturel
 78 comme visiter des musées et c'était comme une parenthèse où je faisais des trucs
 79 tranquilles, que pour moi et ça m'a fait plaisir, ça m'a fait du bien.

Eclipse de 3 minutes.

80 Bon et puis je pense que le cancer c'est une maladie insidieuse, elle agit en souterrain, 'fin
 81 c'est l'impression que ça me donne. Bon moi j'avais une tumeur d'accord mais je l'ai pas
 82 senti la tumeur, c'est après si elle se développe, que ça se dégrade, qu'on souffre et qu'on
 83 est fatigué. Bon moi je sais pas si j'étais plus fatiguée, je suis institutrice mais j'ai travaillé
 84 jusqu'à la veille d'aller à l'hôpital hein, je me suis pas arrêtée avant parce que je me suis dit
 85 « qu'est-ce que je vais faire ? » bon. Au début j'étais pas en arrêt, j'étais en arrêt ponctuel et
 86 quand j'ai eu l'avis de la gynéco elle m'a dit qu'il fallait que j'aille voir mon médecin traitant
 87 et il était pas là au début, il était malade aussi mais il est revenu début janvier donc j'ai pu le

88 voir. Et puis après j'ai été opérée et au bout de 3 mois on passe à demi traitement et
89 d'autres copines qui ont été malades m'ont dit que je devrais me faire passer en arrêt long
90 mais j'avais presque l'impression que « ah mais c'est peut-être un peu exagéré non ? » et je
91 me suis renseignée à l'inspection académique et ils m'ont dit que je devais avoir trois mois
92 d'arrêt maladie et qu'après je pouvais faire la demande. Donc j'ai fait la demande après
93 qu'une amie m'ait poussé à le faire et puis il fallait faire deux certificats médicaux et en fait
94 on apprend. Donc j'ai envoyé la demande le 20 mars mais je n'ai toujours pas de réponse.
95 Mon médecin m'a prolongé et je vais continuer parce que je vais pas reprendre le travail.
96 Donc voilà une aventure particulière qui s'est bien passée. Après il faut continuer à se faire
97 suivre mais bon je me faisais déjà suivre parce qu'il y a des cancers dans ma famille et ma
98 gynécologue me faisait faire des mammographie tous les 6 mois donc voilà

99 **Er :** Et vous allez continuer d'être suivie ?

100 **M :** Ah oui mais de toute façon je serai suivie à l'hôpital Tenon toujours. Déjà eux ils vont me
101 relancer tous les ans et d'autant plus quand on vieillit. Quand on voit des gens autour de
102 nous qui ont des petits soucis de santé donc il faut être vigilant. Mais c'est vrai que c'est pas
103 toujours facile et certains médecins sont difficile à avoir, moi par exemple je voulais un
104 dermatologue parce que j'ai des petits boutons mais celui que j'avais elle est partie en
105 retraite, il y en a qui prennent pas de nouveaux clients donc c'est compliqué mais encore
106 nous on est sur la région parisienne on a du monde, j'imagine les gens qui sont au fin fond
107 de la creuse, c'est compliqué quoi. Et puis la médecine coute cher et puis quand un médecin
108 dit qu'il veut pas de nouveaux clients, j'ai du mal à comprendre ça parce que le rôle d'un
109 médecin c'est quand même de bon d'accord ils ont pas des journées extensibles mais je
110 comprends pas comment on peut dire ça. C'est comme les ophtalmo, c'est pareil, c'est
111 compliqué.

112 **Er :** Oui je vois et alors qu'est-ce que vous pensez du système médical en général ?

113 **M :** Bah moi je trouve que globalement c'est bien dans le sens que ne serait-ce que
114 financièrement moi j'ai rien payé pour faire tout ça donc quand même c'est euh 'fin s'il avait
115 fallu payer j'aurais payé mais voilà, la solidarité nationale joue là-dedans donc bon. Alors y
116 en a toujours qui disent qu'il y a des gens qui abusent mais bon. Et l'autre jour je prenais les
117 transports en commun parce que si je peux me débrouiller par moi-même bah je le fais et on
118 me reparlait des transports et sous peine que j'y ai droit de devrais l'utiliser ? Bah non, bah
119 non, je trouve du coup que la position d'assistantat est pas bonne quoi. Et puis je pense que
120 pour le moral c'est bon quoi, faut pas s'appesantir sur soi mais bon, j'avais pas de
121 souffrances physiques donc voilà, c'est plus du stress intérieur qu'on a avec ce genre de
122 maladie parce que c'est insidieux, c'est pas palpable donc bon c'est... mais globalement moi
123 je trouve qu'on a un système de santé qui est performant. Après euh... moi j'ai un père qui à
124 90 ans là, qui est à la retraite et il a été hospitalisé il y a deux ans parce qu'en fait moi mes
125 parents ils habitent en Bretagne. Ma mère est décédée et mon père est resté tout seul et il y
126 a 3 ans, il est tombé parce qu'il se nourrissait pas bien, il a été hospitalisé et il a été en
127 maison de convalescence et il a été bien remis.

Eclipse de 1 minute.

128 Et à l'hôpital on a rencontré un gériatre et on a expliqué la situation quoi et on lui a
 129 demandé de l'aide parce qu'il fallait qu'il comprenne qu'il devait aller en maison de retraite.
 130 Et grâce au médecin, elle lui a expliqué les choses et en négociatrice, elle lui a expliqué que
 131 la maison de retraite c'était un bon plan et moi aussi j'ai réussi parce que nous deux bon on
 132 va dire qu'avec ma sœur c'est plus tendu alors même qu'elle avait proposé qu'il vienne chez
 133 elle mais bon moi j'ai jamais proposé parce que j'y tenais pas mais je crois qu'ils se sont pas
 134 rendus compte de l'impact que euh mais c'est normal on veut prendre soin de ses parents, il
 135 y a un devoir filial euh mais d'un autre côté selon les caractères des gens bon ma sœur et
 136 mon père ça a toujours été difficile mais ça s'est trouvé comme ça mais bon moi il m'écoute
 137 et je lui disais « écoute papa il faut trouver une solution ». Et donc il a visité la maison de
 138 retraite et il y est. Bon maintenant il devient confus, il a sans doute fait des petits AVC et puis
 139 dans sa manière de parler euh voilà. Et l'hôpital nous a bien aidé encore un coup. Mais moi
 140 ce que je trouve terrible sur le système médical, c'est les dépassements d'honoraires des
 141 médecins. Quand il y a des opérations, c'est tout à fait autre chose mais à chaque fois que
 142 vous allez vous faire opérer euh paf dépassement d'honoraires tous ils euh tout le monde s'y
 143 colle là. Et les gens qui n'ont pas de mutuelle enfin si maintenant tout le monde doit avoir
 144 une mutuelle mais bon, je trouve qu'il y a un peu des abus là-dessus. J'ai l'impression que
 145 dès que vous faites une opération quelconque allé tac, on s'y colle et je trouve ça pas
 146 terrible quand même. Mais bon, après ils vont dire qu'ils ont des assurances, que leur
 147 matériel coûte cher, que ceci que cela et c'est ça qui est terrible dans notre société c'est que
 148 tout le monde est tout le temps en train de se plaindre. Et ils ne se rendent pas compte de la
 149 chance qu'on a d'avoir un système quand même assez efficace donc bon, ça c'est mon point
 150 de vue hein. Parce que plus on se plaint, plus on trouve ça bof et c'est une spirale. Et après
 151 on tombe dans l'extrémisme. Donc voilà mais sinon...

152 **Er :** Et pour revenir sur ce que vous disiez tout à l'heure sur ce que vous aviez vu de vos
 153 amies qui s'en étaient bien remises aussi, est-ce que ça vous a permis de ne pas vous
 154 inquiéter par rapport à la mort ?

155 **M :** Oui et je pense que oui oui, je me suis dit « aujourd'hui la médecine a fait de gros
 156 progrès » et j'ai l'impression que c'est un cancer bien guéri donc je pense que si euh moi j'ai
 157 eu il y a bien 20 ans maintenant, une collègue qui est décédée d'un cancer mais après ça
 158 dépend, il y a des types de cancers différents aussi hein donc après je suis pas assez experte
 159 là-dedans et donc tout ça pour dire que oui la médecin elle a fait quand même des gros
 160 progrès donc autant ma mère elle a fait un cancer du pancréas, elle était pas bien, je suis
 161 allée avec elle voir le médecin et il m'a dit à moi qu'elle avait le cancer et je lui ai demandé
 162 quelle était l'espérance de vie et elle m'a dit 3 à 6 mois donc ça fout un coup hein ! Et donc
 163 ce cancer-là euh il se guérit pas à l'heure d'aujourd'hui. Alors que le cancer du sein on peut
 164 enlever le sein et le faire reconstruire mais ça parce que c'est pas non plus une partie de
 165 plaisir, ils font des greffes de peau, il y a plusieurs opérations c'est parce que c'est facile à
 166 dire comme ça qu'il y a la chirurgie esthétique mais c'est la peau et c'est pas simple. Et puis
 167 ça dépend de chacune et de son corps, est-ce que c'est important que je retrouve mon corps
 168 ou pas... bon moi j'ai pas eu à me poser la question justement.

169 **Er :** Mais si vous aviez dû vous la poser ?

170 **M** : Et bien je ne sais pas parce que j'avais pas pensé qu'on pouvait m'enlever le sein, je
 171 pensais juste à ce qu'on me l'enlève et pouf quoi, comme une appendicite quoi. Et je sais pas
 172 honnêtement, je me suis pas posé la question de savoir si j'aurais accepté de vivre sans
 173 sein. Je sais pas. Après faut le vivre pour savoir. Mais on sait que la médecine peut nous le
 174 proposer, on a la chance d'être dans un pays où il y a ça, on est bien gâté quoi. Et même au
 175 niveau des hôpitaux il y a des choses qui sont proposées aux femmes pour mieux se sentir
 176 'fin c'est des choses que j'ai entendu hein. Mais chacune euh on a une histoire différente et
 177 on peut pas calquer l'histoire des autres sur nous, on le vit pas pareil, on a pas les mêmes
 178 histoire et voilà. J'avais pas trop envie en plus d'entendre les témoignages des autres. J'en ai
 179 écouté quelques-uns et puis j'ai une amie qui m'a montré sa cicatrice sans sein là et je savais
 180 pas qu'elle l'avait pas refaire et qu'elle voulait pas le refaire. Après on se voit pas trop
 181 souvent et puis on se connaît pas assez pour trop en parler. Elle m'avait dit que si je faisais
 182 de la chimio parce qu'elle, elle en a fait, que je serais fatiguée et bon j'en ai pas fait et je suis
 183 pas trop fatiguée 'fin un peu mais bon, pas grand-chose.

184 **Er** : Et justement à propos de la fatigue, comment ça se concrétise ?

185 **M** : Bah en fait j'avais pas trop envie d'y penser et je faisais plein de choses à la maison pour
 186 m'occuper l'esprit, à regarder les photos, à faire du tri, j'ai regardé un peu la télé mais bon
 187 après à voir des gens aussi, j'ai profité de ce temps-là pour penser à autre chose, pour être
 188 dans une démarche d'action et pas de... mais après au niveau de la famille proche, mes
 189 enfants ou mon mari, j'ai trouvé que pour lui, je vous dis ça parce qu'il vous connaît pas et
 190 vous lui direz pas mais j'attendais de lui que qu'il soit un peu plus parce qu'il était un peu
 191 distant et j'ai eu l'impression que lui c'était « bah écoute t'as l'air d'assurer donc bon » mais
 192 moi j'attendais qu'il soit un peu plus chaleureux avec moi pour ça. En fait j'ai eu plus de
 193 sollicitude de la part d'amis comme de ma meilleure amie que je connais depuis la
 194 maternelle et c'est précieux ça. Mais c'est vrai que de mon mari j'attendais un peu plus de
 195 compassion et c'est marrant j'en parlais avec une cousine qui a eu des soucis de santé, pas
 196 de cancer mais elle me disait que son mari c'était pareil, il aimait pas qu'elle soit malade, et
 197 je sais pas, les maris ils comptent sur leurs femmes, il faut qu'elles soient toujours vaillantes
 198 (*rit*). Et les enfants ils ont été bon... ils attendaient des nouvelles mais ils sont assez réservés,
 199 ils aiment leur mère mais ma fille par exemple, elle m'a jamais proposé de venir avec moi
 200 mais bon ça me dérangeait pas parce que c'était mon truc, mon histoire donc j'avais pas
 201 besoin que voilà. Après ça dépend aussi de comment les gens fonctionnent. Ce qui était un
 202 peu pénible quand même c'est que les gens sont gentils mais des fois j'en avais marre de dire
 203 euh de parler et des fois pour donner des nouvelles je faisais des mails groupés pour mettre
 204 tout le monde au courant au même temps. C'est gentil mais bon, je passais mon temps à
 205 répéter les mêmes choses mais bon, en même temps, j'avais rien d'autre à faire hein (*rit*). Et
 206 puis de l'autre côté j'avais une collègue qui me disait toujours « oh ça va ? » et moi « mais
 207 c'est bon, je suis pas à l'agonie quand même » mais les gens parce que je suis malade, ils ont
 208 discours calqué sur euh voyez.

Eclipse de 2 minutes.

209 Bon et puis au début, j'avais pas trop envie de lire mais maintenant je lis et puis là, le fait
 210 d'aller à Paris, j'ai fait la liste des endroits que je voulais visiter, la liste de mes envies. Et

211 d'ailleurs demain matin, je voulais aller voir une expo au grand palais sur les jardins. Et
212 comme je suis toute seule je me suis dit que j'allais y aller.

Eclipse de 1 minute.

213 Et c'est se dire que je vais profiter de ce temps-là pour faire euh parce que quand on est
214 dans la vie de famille on se dit « oh bah non je vais pas y aller parce que j'ai ci, j'ai ça, j'ai du
215 ménage, j'ai le boulot bon bah là j'ai pas de boulot et le ménage c'est accessoire donc bon,
216 en plus mon mari n'est pas là donc je fais ce que je veux (*rit*) et mes enfants rentrent ce soir
217 donc voilà. Ça fait du bien, ça vide la tête et je veux voir du beau en fait, plutôt que de
218 penser aux choses tristes. Parce que quand on voit justement la vie euh il y a trop de
219 souffrance chez certains mais c'est aussi parce qu'ils s'écourent trop, ils entretiennent leur
220 douleur.

Eclipse de 1 minute.

221 J'ai une amie que je connais depuis le lycée qui un peu comme ça et justement je la vois pas
222 trop parce que moi les gens qui se plaignent tout le temps euh mais bon après peut-être
223 qu'ils sont aussi en souffrance mais bon. Et bah dis donc qu'est-ce que je parle !

224 **Er** : D'accord et sinon vous avez d'autres problèmes de santé ?

225 **M** : Bah non euh... si faut que je m'occupe de mes jambes parce que j'ai des problèmes de
226 varice, de truc comme ça mais ça c'est génétique donc bon ça faut que je retourne voir le
227 médecin mais là j'ai un peu laissé tomber parce que ce genre de problème c'est récurrent,
228 faut aller se faire piquer les jambes tout le temps donc j'avoue que j'ai un peu laissé tomber.
229 Ça avance pas et j'ai été opérée déjà deux fois mais bon après il faut une hygiène de vie, faut
230 faire du sport, faut pas être trop gourmande donc bon là j'avoue que je l'ai été un peu aussi
231 pour me faire du bien, j'ai grossi bon mais sinon voilà, c'est un petit mal comme ça. Faut
232 surveiller mais bon sinon j'ai pas de souci, moi j'allais pas souvent chez le docteur, moi mon
233 médecin traitant je le vois pas souvent. J'ai jamais été très malade moi donc y a des fois où je
234 me disais que j'aimerais bien poser un arrêt maladie pour pas aller travailler parce que moi
235 je suis toujours présente, jamais absente alors bon (*rit*) et puis là du coup j'ai pris la dose
236 hein ! Après je dis ça mais c'est toujours compliqué quand on est absent. Non mais sinon
237 mes relations avec la médecine c'est pas euh là mon médecin va partir à la retraite et je me
238 dis « mince, va falloir que j'en trouve un autre » et c'est compliqué parce qu'on s'habitue à
239 son médecin traitant et il y a une relation de confiance mais bon c'est normal, faut bien qu'il
240 s'arrête un jour. Mais ça m'a foutu le bon... un médecin c'est un peu comme un cousin, un
241 peu parce qu'on lui livre des soucis personnels et c'est en ça qu'on a besoin de quelqu'un
242 pour écouter. C'est une des qualités du médecin qu'on attend je pense. Y a une relation de
243 confiance qui s'établit quoi.

Eclipse de 3 minutes.

244 Et c'est une dimension que je trouve importante.

245 **Er** : D'accord et alors si je vous demande par rapport à votre âge, est-ce que ça a changé
246 quelque chose que vous passiez à 50 ans ? Est-ce que vous avez senti des changements
247 physiques par exemple ?

248 **M** : Euh oui un peu quand même. Des douleurs articulaires mais bon ma mère avait de
249 l'arthrose donc bon je vais en avoir aussi. Il y a une moins grande souplesse. Faudrait que je
250 fasse plus de sport d'ailleurs. Je faisais un peu de randonnée mais là j'ai arrêté parce que mon
251 père venait déjeuner le dimanche et puis j'ai eu plusieurs amies qui ont arrêté donc y a ça
252 aussi qui a fait que bon j'y suis restée 10 ans hein au club de randonnée mais au bout d'un
253 moment y a comme une usure. Et puis aller dans un club de gym avec des gens ça me dit
254 rien en fait, autant je suis assez sociable mais là ça me dit rien. Alors pendant un temps j'ai
255 été à la piscine tous les matins avec une amie et ça m'a fait du bien et puis j'allais en vélo à
256 l'école mais j'ai tout arrêté et... c'est vrai qu'on sent plus de douleurs articulaires. Mais bon,
257 avoir 50 ans euh moi je les ai fêté, j'étais contente, j'ai fait plusieurs petites fêtes.

Eclipse de 1 minute.

258 Mais à part les douleurs articulaires j'ai pas eu l'impression d'avoir plus de douleurs euh... j'ai
259 pas, je sais pas si j'ai de la tension, j'ai pas fait de prise de médecin, comme j'allais pas chez
260 le médecin ou du diabète, tous les trucs comme ça (*rit*). La vie est belle hein.

261 **Er** : Et est-ce que vous avez peur de certaines maladies ?

262 **M** : Bah non pas spécialement mais celles comme le diabète il faut faire attention à ce qu'on
263 mange et les trucs comme ça, faut être vigilant mais sinon euh sinon les gens tombent dans
264 la maladie, c'est comme les femmes qui font pas de dépistage du cancer du sein et des
265 frottis parce que ça fait partie de pour moi on nous demande de le faire donc faut le faire.
266 Mais sinon j'ai pas peur là-dessus. Moi je me dis qu'il faut continuer à aller de l'avant pour
267 pas se... que les maladies peut-être elles arrivent parce qu'on se laisse aller euh alors moi
268 pourquoi j'ai eu ce cancer, je sais pas hein mais... non j'y pense pas en fait.

269 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que vous pensez de tout ce qui est campagne de prévention ?

270 **M** : Bah moi je trouve que c'est bien bon après moi j'étais déjà un peu suivie par ma gynéco
271 pour le cancer du sein et une fois j'y suis allée pour faire le truc et la personne m'a dit parce
272 qu'elle avait vu que j'avais fait un examen pas longtemps avant qu'il fallait pas trop en faire.
273 Et puis après je venais de faire une mammographie et je leur ai répondu au truc du cancer
274 du sein « j'en ai fait une il y a pas longtemps ». Mais après pour les autres femmes ça
275 dépend si elles considèrent ça important, si oui elles vont le faire mais si elles sont
276 négligentes, si elles ne prennent pas ça au sérieux bah elles vont pas le faire mais c'est vrai
277 que j'avais vu à la télé que c'était pas forcément 'fin que c'était pas toujours efficace les
278 dépistages comme ça parce que 'est-ce qu'ils détectent beaucoup de cancer et puis moi je
279 trouve que c'est bien d'avoir euh cette possibilité et puis c'est gratuit et c'est encore parce
280 qu'on va quand même chercher les gens chez eux hein ça a une valeur euh c'est important,
281 c'est comme le truc du cancer du côlon, je l'avais déjà fait une fois mais faut que je le refasse
282 et donc j'ai demandé à mon médecin le kit pour le faire.

283 **Er** : D'accord et est-ce que vous diriez que vous êtes dans la vigilance vous au quotidien ?

284 **M** : Au quotidien euh... oui dans l'ensemble oui mais il y a une chose où je suis pas très
285 vigilante c'est manger des gâteaux je sais qu'il faudrait que je maigrisse mais ça
286 honnêtement j'arrive pas à me motiver. Autrement on va dire que faudrait que je fasse plus
287 d'activité mais on va dire que je suis dans une vigilance moyenne 'fin au niveau de
288 l'alimentation, des trucs bio et tout ça, disons que je prends des œufs bio bon... j'achète mes
289 légumes dans un supermarché, après on essaye de manger sainement avec mon mari parce
290 que lui aussi il voudrait maigrir mais bon moi la nourriture il y a un côté ça fait du bien donc
291 des fois j'ouvre un paquet de gâteaux.

292 **Er** : Et le sport, vous aimeriez en refaire ?

293 **M** : Oui j'aimerais bien faire un peu de vélo là et de la piscine un peu. Marcher euh bah cet
294 été avec une amie on va se retrouver et en faire mais en faire en montagne c'est plus dur
295 (*rit*) et puis j'ai quand même beaucoup marché pendant toute ma radiothérapie donc

296 **Er** : Ah vous avez continué à faire du sport pendant votre traitement ?

297 **M** : Oui des fois par exemple quand j'allais dans paris, je marchais plutôt que de prendre le
298 métro ah oui oui et ici j'allais à la gare à pied, je prenais pas ma voiture, ça m'est arrivé une
299 fois ou deux mais au moins je me dis « je fais du sport, je fais de la marche ». Voilà je trouve
300 que c'est profiter du soleil, de dehors, aller au hasard dans un quartier de paris, je trouve ça
301 top. J'avais repéré des endroits et j'y suis allée. C'est aller au bout d'une idée en fait et
302 c'était une occasion donc voilà.

303 **Er** : Et alors pour continuer dans l'idée de la cinquantaine, est-ce que vous vous sentez plus
304 limitée dans vos activités ?

305 **M** : Oh bah non bah... disons que... bah l'année dernière j'ai fait du parapente, avec une
306 amie, on était en vacances ensemble à Samoëns et je lui dis « oh c'est pas mal » mais j'en
307 avais jamais fait. Après elle en a fait et on en a toutes les deux fait mais sur le coup je me suis
308 dis « bah non je n'ai que 55 ans, je suis pas vieille quoi ! ». Non et si je fais pas des trucs c'est
309 pas l'âge, c'est que j'aime pas quoi. Par exemple le parachutisme ça me tente pas, mais ça
310 m'a jamais tenté. Mais le parapente euh ouais je pouvais et c'était plus un défi vous voyez

311 **Er** : Et ça vous arrive à l'inverse de raisonner avec votre âge ?

312 **M** : Euh pas trop... par exemple je pense à aller en boîte. J'ai jamais trop aimé aller en boîte.
313 Mais non pour l'instant non je me sens pas... moi je me dis quand on peut voir des gens, des
314 témoignages de gens qui ont 90 ans et font telle ou telle choses et moi je me dis « j'ai 55
315 ans, je peux le faire quoi. Non on est pas vieux à cet âge-là euh et puis moi je travaille encore
316 alors il y a des gens qui demandent si je veux être en retraite à cet âge-là « c'est dans
317 combien de temps toi ? » - « bah j'en sais rien » je leur dis moi, moi pour l'instant j'ai pas
318 envie de compter, j'ai pas envie de me dire « il me reste tant d'années ». Moi je me rappelle
319 une collègue qui était là à compter ses années, à parler de retraite alors qu'elle avait une
320 quarantaine d'années. Et ça m'avait choqué de voir ce discours quoi ! Moi tant que j'ai envie
321 bah de revoir les gamins euh bah ça m'a fait plaisir, je suis retournée à l'école pour faire
322 quelques préparations et voilà. Alors que j'ai une amie qui a eu une vie difficile bon elle a
323 perdu son mari et elle elle se met en retraite l'année prochaine. Donc je disais à mon mari

324 euh en plus elle aussi elle a sa maman qui vieillit et qui est revenue habiter avec elle. Alors
 325 c'est bien, elle s'occupe de sa maman mais j'ai l'impression qu'elle oublie de s'occuper
 326 d'elle. Elle est comme dans une spirale de tristesse donc bon et... parfois ça m'arrive de lui
 327 envoyer des messages vers 8h et en fait elle me dit qu'elle dormait, à 8h, 8h30. Donc bon...
 328 donc elle se met en retraite dans un an mais elle n'a que deux ans de plus que moi. Alors je
 329 me dis quand les gens se mettent en retraite bah faut rester dynamique parce qu'on
 330 s'encroute, moi c'est ce que je me suis dit hein comme je suis malade et bon là évidemment
 331 c'était mais j'ai bidouillé les photos, j'ai fait du rangement, j'ai fait du tri et je pense qu'il faut
 332 se dire euh qu'il faut avoir un projet. Parce que je pense qu'il faut continuer d'entretenir la
 333 tête parce que cette amie là j'espère qu'elle va pas s'encrouter quoi. Et avec sa mère, je
 334 trouve qu'elle s'oublie trop et ça, c'est un sacré problème le grand âge dans la société. On
 335 rencontre plein de gens comme ça qui ont des parents vieillissants et dont il faut s'occuper.
 336 Et si les parents disent d'eux-mêmes qu'ils vont en maison de retraite bon bah mais sinon
 337 euh c'est aux enfants de... de mais est-ce que l'amour c'est l'asservissement des enfants aux
 338 parents ? Tu vois, on peut apporter du bien-être au parent, moi je le vois bien avec mon
 339 père, on prend soin de lui mais c'est pesant ! Je le dis, parfois, j'ai pas envie de le voir parce
 340 que ça me saoule. En plus il commence à dire des choses bizarres... donc il faut euh je pense
 341 que bien vieillir c'est continuer de se projeter dans des choses. Après ça dépend des
 342 caractères des gens aussi, il y en a qui n'ont pas été moteur de leur vie et qui seront parce
 343 que par exemple mon amie là avec son mari décédé, elle l'a porté toute sa vie parce qu'il
 344 avait un problème avec l'alcool et donc et maintenant c'est avec sa mère.

Eclipse de 2 minutes.

345 Donc moi la retraite on verra, on verra comment je vais me sentir parce que quand on est
 346 fatigué physiquement euh moi quand j'ai commencé à travailler bah les instit étaient en
 347 retraite à 55 ans donc j'aurais dû être en retraite là mais bon, avec la réforme il faut faire son
 348 taux d'années-là 42 ans... et puis bon moi les élève je les aime bien hein, les CP, ce que je
 349 trouve sympa c'est qu'ils arrivent en classe ils savent pas lire et quand ils partent ils savent
 350 lire donc y a un côté valorisant et puis avec mon côté maternel euh moi c'est mon côté
 351 maman (*rit*)

Interruption, elle va chercher son café. L'entretien reprend 2 minutes plus tard.

352 **Er :** Alors vous en avez parlé et j'aimerais revenir dessus c'est sur le bien vieillir, qu'est-ce
 353 que vous mettez d'autre sous ce terme ?

354 **M :** Bah être en bonne santé ! C'est pouvoir ouais être capable de se déplacer 'fin de d'avoir
 355 une vie... même si je pense que bon je vais pas donner d'âge parce que quand on voit des
 356 gens de 70 ans y en a qui font pas vieux hein mais c'est avoir des projets, être avec mon mari
 357 parce que ça aussi ça joue, quand il y en a un des deux qui disparaît, c'est beaucoup plus
 358 compliqué. Et puis être dans un endroit qui nous plaît, bon ici on restera pas parce que la
 359 maison est trop grande mais on sait pas encore où on va aller. Mais à la fois moi je veux pas
 360 non plus être trop loin de mes enfants parce que vieillir c'est aussi peut-être devenir grand-
 361 parent, j'espère et c'est avoir un lien avec ses petits-enfants parce que être vieux sans avoir
 362 ce lien, je trouve ça vraiment dommage. Mon père par exemple, il les aime bien mes enfants
 363 mais c'est pas un grand-père qui a su être proche de ses petits-enfants. Ma mère est
 364 décédée donc bon... après moi je sais pas quelle grand-mère je serai mais voilà. Et puis bah

365 on partirait et moi bah faudrait que je fasse des choses comme moi j'aime bien apprendre
366 des choses. Faire du sport bon j'ai jamais été une grande sportive mais j'aime bien connaître
367 de nouvelles choses moi.

368 **Er** : Et est-ce que vous vous sentez avoir 50 ans ?

369 **M** : Pas trop non

370 **Er** : Donc vous vous sentez comment ? Plus jeune ?

371 **M** : Bah oui plus jeune oui mais ça dépend des situations en fait. Quand je suis confronté
372 avec des gens comme vous ou des collègues, j'ai l'impression d'être plus mure. Qu'on est
373 écouté et que les paroles peuvent être écoutées parce qu'on a un jugement et qu'on connaît
374 telle ou telle chose. Peut-être aussi que j'ai moins peur de dire des choses à des gens parce
375 que moi j'étais assez timide avant et maintenant j'ose dire des choses... bien et pas bien
376 d'ailleurs mais autrement j'ai pas l'impression d'avoir 50 ans. Quand je suis allée chez ma
377 cousine l'autre fois bah on a fait du vélo dans Nantes.

Eclipse de 2 minutes.

378 Et avec elle c'est comme si on était toujours des gamines ! On fait pas n'importe quoi mais il
379 y a un côté euh la complicité qu'on peut avoir en étant ado euh bah on la retrouve et avec
380 une copine comme ça, on peut lui dire des choses, on se sent pas jugé et ça c'est une
381 richesse je trouve.

382 **Er** : D'accord et alors vous parliez d'hypnose alors qu'est-ce que vous pensez des médecines
383 alternatives ?

384 **M** : Bah j'ai du mal quand même à adhérer à ça. Il paraît qu'on opère sous hypnose moi j'ai
385 du mal à... je suis un peu septique là-dessus, même l'homéopathie et les trucs comme ça moi
386 pff sauf les petites pilules pour les gamins là mais autrement non je suis pas très...

387 **Er** : Et ça ne vous intéresserait pas d'essayer ?

388 **M** : Bah je sais pas... j'ai assez confiance en la médecine normale 'fin traditionnelle on va
389 dire. Après je dis pas qu'il faut s'abrutir avec les médicaments non plus. Après je sais pas si
390 l'ostéopathe est considéré comme parce que j'y suis allée hier. Ça détend, ça relax. J'ai eu
391 une entorse une fois, mon médecin normal m'avait donné une atèle, j'avais été faire une
392 IRM je sais pas quoi alors que l'ostéopathe elle m'a fait tac-tac et elle m'a sauvé. Moi je vois
393 ça comme un lieu pour se relaxer et se reposer plutôt que de prendre des médicaments. Moi
394 je prends pas beaucoup de médicaments au final.

395 **Er** : Et qu'est-ce que vous pensez justement de l'industrie pharmaceutique ?

396 **M** : Je crois qu'ils font payer très cher leurs médicaments et ils entretiennent tout un
397 système de... quand on voit tout ce que faisaient les laboratoires euh les voyages qu'ils
398 payaient aux médecins euh... j'ai l'impression qu'il y a beaucoup de laboratoires
399 pharmaceutiques et est-ce que leurs médicaments sont tous efficaces ? ça euh je suis pas

400 assez experte là-dedans mais c'est vraiment un monde euh... ils dépensent beaucoup
401 d'argent pour du tape à l'œil quoi.

Eclipse de 1 minute.

402 **Er** : Et alors pour vous c'est quoi la bonne santé ?

403 **M** : La bonne santé bah c'est se sentir bien dans son corps et dans sa tête aussi parce que ça
404 c'est quand même je dirais même que c'est primordial la tête parce que quand la tête va
405 bien, les petites souffrances qu'on a en vieillissant, on les supporte mieux, je pense. Après
406 être bien dans sa tête c'est lié à plein de choses, c'est lié à... aux gens qui nous entourent, à
407 l'amour qu'on peut donner et recevoir des autres, avoir un métier qui nous plaît 'fin ça c'est
408 des banalités hein mais voilà. Pas de souci trop... bon après avoir de quoi vivre, évidemment
409 on peut toujours courir après l'argent, il y a des gens qui n'en ont jamais assez mais surtout
410 avoir des relations avec des gens, c'est important. Et puis pas trop s'écouter et avoir envie de
411 faire des choses parce que quand on a plus envie c'est la dépression hein.

412 **Er** : D'accord.

413 **M** : Voilà c'est pouvoir être en bonne santé. C'est... je sais pas.

414 **Er** : Et est-ce que vous associez la maladie à la vieillesse ?

415 **M** : Un petit peu quand même, on voit bien que les gens qui vieillissent ils ont quand même
416 des trucs qui vont pas hein déjà plus tôt mais c'est vrai que l'association est quand même
417 assez présente quoi.

418 **Er** : Et si maintenant je vous demandais de vous projeter 10 ans plus tard, comment vous
419 vous verriez ?

420 **M** : 10 ans plus tard bah je pense que je serais en retraite, j'aurais 65 ans, je pense que
421 j'aurais arrêté de travailler. Avec mon mari, pas trop loin de mes enfants et avoir trouvé des
422 centres d'intérêts qui me plaisent. D'avoir fait un peu de voyage parce que mon mari n'aime
423 pas trop voyager mais sinon je le ferais toute seule ou je le ferais avec des copines. Donc soit
424 on fait les choses soi-même soit on les fait pas mais est-ce qu'on se sacrifie ? Ah voilà hein...
425 après vieillir ouais, avec mes petits-enfants et ce que j'aimerais c'est faire des choses avec
426 eux.

Eclipse de 2 minutes.

427 Faire des choses qui ouvre l'esprit parce que comme ça on est plus tolérant quand on
428 s'ouvre au monde alors qu'avec la télé on s'abruti. Bon ça c'est un vœux pieu mais on verra
429 bien dans 10 ans hein (*rit*).

430 **Er** : D'accord bon et bien, vous avez quelque chose à rajouter ?

431 **M** : Non euh je me suis trouvée très bavarde et j'espère que ça sera utile.

432 **Er** : Oui là il y a matière, c'est super. Juste maintenant je vais vous poser des questions de
433 portrait, donc vous m'aviez dit que vous aviez 55 ans, et votre mari ?

434 **M** : Il a 57 là

435 **Er** : D'accord et vous avez deux enfants c'est ça ?

436 **M** : Oui euh Benjamin 28 euh non 29 et Léa 26.

437 **Er** : D'accord euh vous êtes enseignante en CP

438 **M** : Oui à Tremblay

439 **Er** : Vous avez toujours habité Villeparisis ?

440 **M** : Non on y est depuis 2002 et avant on habitait à Tremblay

441 **Er** : D'accord.

442 **M** : En fait avant on avait un appartement et on voulait quelque chose de plus grand donc on
443 a acheté cette maison. Mais maintenant c'est trop grand (*sourit*)

444 **Er** : Et votre mari il fait quoi comme métier ?

445 **M** : Il est ingénieur informatique

446 **Er** : D'accord et vos parents, ils faisaient quoi ?

447 **M** : Alors ma mère elle était couturière de formation mais elle a pas trop travaillé, elle a
448 élevé ses enfants et mon père il était militaire et après il a eu plusieurs métiers, il a été
449 comment euh il travaillait pour une entreprise américaine qui faisait des trucs de chauffage,
450 il était chef d'atelier puis il a été licencié et il a été régisseur au palais des congrès. Il
451 s'occupait des expo du palais. Et ça il a travaillé jusqu'à 65 ans parce que ça lui plaisait ce
452 métier-là et il a été efficace et il voyait plein de gens et ça lui plaisait.

453 **Er** : D'accord et du coup leur niveau de diplôme ça serait quoi à peu près ?

454 **M** : Pfff euh je sais pas CAP de maîtrise je pense mais je sais pas

455 **Er** : D'accord et vous-mêmes ?

456 **M** : Moi j'ai un DUG d'enseignement du premier degré. Ensuite j'ai passé le concours de
457 l'école normale. Donc voilà je suis professeur des écoles hors classe, attention (*sourit*)

458 **Er** : Euh est-ce que vous avez une confession religieuse ?

459 **M** : Oui moi je suis catholique

460 **Er** : Croyante et pratiquante ?

461 **M** : Croyante oui mais pratiquante plus trop j'avoue, quand on habitait Tremblay j'ai fait
462 plein de choses avec la paroisse mais depuis que je suis arrivée ici, je connaissais pas les gens
463 et j'ai arrêté d'aller à l'église. Ça veut pas dire que j'ai perdu la foi hein mais pour moi c'est
464 lié aux gens beaucoup.

Eclipse de 2 minutes.

465 **Er** : D'accord, ok bon bah c'est bon, si vous n'avez rien à rajouter euh

466 **M** : Ban non moi je trouve que j'ai beaucoup causé hein

467 **Er** : Oui mais merci en tous cas pour votre temps

468 **M** : Bah de rien, j'espère que ça vous sera utile

469 **Er** : Oui c'est super, merci beaucoup

Entretien n°8/10 – Elisabeth	
<i>« C'est pas que j'ai peur c'est que je ne voudrais pas mal vieillir. je veux toujours être bien »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 51 ans, célibataire et sans enfant. A un bac+5 et est actuellement professeur des écoles. Vit à Tremblay, dans le département du 77.
Date de l'entretien	20 mai 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Tremblay
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	79 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, assises l'une en face de l'autre à une table ronde.
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	<p>Elisabeth débute en précisant qu'elle pratique la médecine alternative en plus de l'allopathie mais que c'est son médecin qui arbitre pour elle. Elle sait depuis le lendemain de son anniversaire qu'elle doit faire des dépistages mais elle ne les a pas encore faits. Elle continue en disant qu'elle fait beaucoup de sport selon les besoins de son corps, et ce, depuis plus de 20 ans. Aussi n'a-t-elle pas senti de changements physiques depuis qu'elle a 50 ans. Néanmoins, elle remarque que son poids change plus facilement, ce qui l'a amené à penser à des régimes pour la première fois de sa vie. Pour continuer, avec l'âge elle avoue se recentrer sur ses choix propres et penser d'abord à elle. Mais quand elle aborde le sujet du système médical, c'est pour parler des dépassements d'honoraires des médecins qui la choquent. Par la suite, en abordant le thème du vieillissement elle différencie le bon du mauvais vieillissement. D'après les remarques qu'on lui fait sur son physique, elle ne fait pas son âge. Cela l'aide à se sentir plus jeune que son âge et se considérer dans le bon vieillissement. En parlant des campagnes de prévention elle reconnaît leur bienfondé mais quid de leur but ?</p> <p>Quand elle pense à la retraite, elle ne se voit pas travailler jusqu'à 70 ans et compte profiter de sa retraite en restant plus ou moins la même qu'elle est actuellement. C'est une personne qui vit au jour le jour mais qui a tout de même peur de la mort. Avec son corps, elle ne ressent pas de décalage car elle peut encore faire ce qu'elle veut avec. Il n'y a pas de limites ressenties. Mais ayant tendance à vouloir tout maîtriser, il n'est pas illogique de voir que les maladies qui lui font le plus peur sont le handicap et Alzheimer, des maladies qui empêchent de garder le contrôle de soi-même.</p>
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Alors merci déjà d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi et donc le but de cet
2 entretien c'est que vous me parliez de votre expérience de la santé, de votre histoire, quelle
3 est votre vision de la santé en général, par rapport à votre propre vécu euh voilà donc je
4 vous laisse la parole

5 **E** : Ohla alors là euh qu'est-ce que je pourrais dire ? Moi-même je suis pas très très malade,
6 jamais je suis malade en fait du coup j'ai un rapport à la santé à mon niveau qui est pas euh
7 comment dirais-je... qui est pas euh je suis pas tous les quatre matins chez le médecin quoi.
8 Du coup moi j'y vais pour avoir un certificat médical, pour un rhume 'fin les choses comme
9 ça. J'ai jamais eu de gros trucs, j'ai jamais été à l'hôpital, j'ai jamais eu de, quand je suis allée
10 à l'hôpital c'était pour voir des gens malades en fait. Donc je vais peut-être pas avoir grand-
11 chose à dire sur la santé moi

12 **Er** : Et bien après moi j'ai des petites questions mais le but c'est que vous parliez, c'est pas
13 un questionnaire, mais par exemple euh on peut commencer, vu que vous parliez d'hôpital,
14 par la médecine et plus particulièrement avec les médecines douces. Est-ce que vous en avez
15 entendu parler ?

16 **E** : Oui l'homéopathie tout ça là

17 **Er** : Oui c'est ça et alors ?

18 **E** : Et bien moi je suis plus comme ça oui, je suis plus ostéopathie 'fin je trouve que c'est
19 plus... c'est plus doux quoi, c'est plus naturel, moi je préfère.

20 **Er** : D'accord et ça fait longtemps ?

21 **E** : Que je fais de l'ostéopathie bah j'en fais un peu parce que j'avais un peu mal au dos et
22 donc j'avais une copine qui m'en avait parlé donc après celle que je suis allée voir, elle fait
23 acupuncture alors ça j'aime pas ça parce que j'aime pas les piqûres mais ça fait du bien.
24 Après qu'est-ce que j'ai fait encore ? Mon médecin elle me donne des traitements
25 homéopathiques souvent. Euh bon elle me donne aussi des antibiotiques et de la cortisone
26 hein mais (*rit*) elle essaye de faire homéopathie.

27 **Er** : Donc c'est votre médecin qui vous permet d'arbitrer entre euh

28 **E** : Oui oui bah c'est elle qui me donne, elle sait que je suis assez naturelle 'fin elle est
29 comme moi aussi mais oui elle me dit ça « c'est bon on peut faire comme ça ».

30 **Er** : Et pourquoi vous êtes plus médecines douces alors ?

31 **E** : J'ai l'impression que ça fait moins mal, j'ai l'impression hein. En plus on m'a parlé de,
32 après je suis pas du tout dans ce trip-là mais j'ai un ami qui est très homéopathe, très euh il
33 dit que l'allopathie c'est pas bien, il est dans l'excès inverse quoi. Et lui il est anti vaccination,
34 anti euh alors moi je trouve qu'il y en qui faut mais je pense qu'on exagère un peu sur les
35 vaccinations. Et puis il y a des effets secondaires sur les vaccins qui sont pas anodins quand
36 même donc c'est pour ça que moi je suis pas pour la vaccination à outrance.

37 **Er** : D'accord. Et en ce qui concerne le dépistage par exemple ?

38 **E** : Alors le dépistage bah oui, ça c'est important d'en avoir. Après euh moi je sais que ma
39 mère a eu un cancer du sein et puis 10 ans après elle a récidivé sur euh ça s'est mis dans le
40 poumon, donc là ça va mieux mais la chimio c'est très très intrusif et on m'a parlé d'autres
41 alternatives alors il faut pas enlever la chimio hein c'est pas ce que je dis non plus parce que
42 mais euh j'aimerais bien qu'on trouve d'autres moyens, plus doux quoi. On m'a parlé

43 d'ailleurs de méthodes euh alors je sais pas quoi à base de betteraves je sais pas quoi, un
44 régime à base de betteraves qui remplacerait la chimio. Donc après mais on en entend pas
45 trop de parler de ça en fait, c'était pas très euh parce que je fais du covoiturage et c'était
46 une infirmière en plus qui m'en avait parlé et elle m'a dit que sa mère s'était soignée comme
47 ça et qu'elle avait pas voulu faire de chimio et elle m'a dit franchement, bon elle a perdu je
48 sais pas combien de kilos hein mais ça a duré 3 mois et elle a tout euh elle a tout éliminé
49 quoi. Et sans les effets secondaires de la chimio parce que ma mère euh quand je vois ce que
50 la chimio a fait à ma mère, ça lui a provoqué des problèmes au cœur, aux reins, c'est pas
51 anodin quoi.

52 **Er** : Oui oui. Et euh, elle a quel âge votre mère ?

53 **E** : Ma mère elle a 74.

54 **Er** : Et vous-mêmes ?

55 **E** : 51

56 **Er** : Et donc toutes les campagnes autour des dépistages euh je suppose que vous avez dû
57 recevoir des lettres euh...

58 **E** : Ah oui les lettres, le lendemain de mon anniversaire j'ai reçu. Et ça fait bizarre d'ailleurs.

59 **Er** : Et alors vous les avez fait ?

60 **E** : Je les ai pas fait parce que je suis pas raisonnable (*sourit*). Quand ma mère a eu un cancer
61 du sein, j'ai fait une mammographie et une échographie et puis je sais qu'il faut que j'en
62 refasse mais je l'ai pas fait encore. Mais c'est je sais que suis une mauvaise euh... après je
63 sais qu'il faut que j'y aille. Parce que c'est vrai que c'est mieux de dépister plus tôt comme ça
64 on soigne mieux. Mais c'est vrai que je me sens pas malade donc du coup j'y vais pas.

65 **Er** : Ah oui alors vous pensez qu'il n'y a que ceux qui se sentent malades qui vont euh

66 **E** : Non non je sais très bien justement que bah ces saletés de maladies là c'est très sournois
67 et qu'on le sait pas. Donc faudrait que j'y aille. Que je me prenne par la main et que j'y aille
68 (*rit*).

69 **Er** : D'accord. D'accord euh alors quand vous disiez que vous aviez l'impression que les
70 médecines douces faisaient moins mal c'est que du coup vous reprochez ça au traitements
71 allopathiques ?

72 **E** : Oui, plutôt oui.

73 **Er** : Comment vous les voyez ces traitements ?

74 **E** : Bah par exemple là j'ai été malade euh j'ai fait deux trachéites cette année et du coup à
75 chaque fois j'ai été sous cortisone et bah ça fait gonfler 'fin c'est pas et je trouve que les
76 effets secondaires sont quand même pas anodins. Ah c'est efficace hein mais j'ai
77 l'impression que la médecine douce elle est plus... plus tranquille quoi, il y a moins
78 d'inconvénients. Après au niveau de l'efficacité euh on sait qu'au bout d'un moment on peut
79 pas faire que de l'homéopathie, j'en suis complètement consciente. Après il paraît que la
80 médecine chinoise euh ils disent que leurs malades ne sont jamais malades justement sinon
81 ce sont des mauvais médecins. Parce que mon ostéo elle m'expliquait que normalement on
82 devrait y aller euh on devrait faire des traitements préventifs c'est-à-dire qu'on devrait aller
83 voir l'ostéo à toutes les mi-saisons parce que c'est là qu'il y a des changements de bah qu'on
84 tombe malade en fait et que donc elle disait que si on y allait deux fois par an et bien on

- 85 serait jamais malade. Après c'est pareil, je l'ai pas fait mais la première année où j'y suis
86 allée je sais que j'ai pas été malade de l'année.
- 87 **Er** : Ah oui d'accord.
- 88 **E** : Donc je pense que c'était pas faux ce qu'elle disait hein mais moi je préfère bien manger,
89 manger sainement et faire du sport et voilà parce que je trouve que je me soigne mieux
90 comme ça (*sourit*).
- 91 **Er** : D'accord et vous faites quoi comme sport ?
- 92 **E** : Je fais de la boxe, de la zumba euh des sports réguliers mais sinon après je fais ce que je
93 peux.
- 94 **Er** : D'accord et depuis longtemps ?
- 95 **E** : Oui la boxe ça fait 20 ans cette année.
- 96 **Er** : D'accord. Et au niveau de l'alimentation ?
- 97 **E** : J'essaye de manger équilibré, de manger cinq fruits et légumes par jour et je m'auto
98 régule 'fin c'est-à-dire que par exemple un jour comme ça où il fait chaud et bien j'ai besoin
99 de salade, j'ai besoin de alors que quand il fait froid et bien j'ai plus besoin de plats en sauce,
100 c'est vraiment euh c'est mon corps qui me parle quoi.
- 101 **Er** : D'accord donc l'alimentation c'est un moyen d'écouter votre corps ?
- 102 **E** : Oui c'est ça.
- 103 **Er** : Donc est-ce que vous avez l'impression que quand vous faites attention à votre
104 alimentation c'est pour préserver votre corps ?
- 105 **E** : Oui
- 106 **Er** : Et votre santé ?
- 107 **E** : Oui oui tout à fait. Mais je le fais naturellement c'est-à-dire que j'ai pas décidé un jour de
108 faire ça quoi, c'était euh... par exemple j'adore le coca mais je bois un verre ça me suffit, j'ai
109 pas besoin de boire la bouteille quoi. Et j'aime ça mais j'en bois pas tous les jours et puis moi
110 j'en connais il faut qu'ils boivent une bouteille entière et euh la tablette de chocolat c'est
111 pareil, je mange deux carrés c'est tout, après j'ai pas besoin de... quand j'ai soif c'est de l'eau
112 que je veux 'fin voilà quoi
- 113 **Er** : Donc vous n'êtes jamais dans l'excès alimentaire en fait
- 114 **E** : Non
- 115 **Er** : D'accord et alors est-ce que c'est une habitude que vous ont inculqué vos parents ?
- 116 **E** : J'ai pas l'impression parce que euh ils m'ont nourri hein mais ils m'ont jamais dit qu'il
117 fallait pas boire ou manger trop 'fin, peut-être que c'est l'alimentation qu'ils m'ont donné
118 qui a fait que je mange comme ça mais... c'est vrai que les fruits c'était euh mon père nous
119 disait toujours qu'il fallait manger des fruits. Mais euh moi j'aimais ça aussi hein
- 120 **Er** : Oui et est-ce que depuis que vous avez dépassé la cinquantaine vous avez senti des
121 changements dans vos habitudes alimentaires ou dans vos activités au quotidien ?
- 122 **E** : Non je peux pas dire ça, non je continue sur ma...

123 **Er** : Vous n'avez remarqué aucun changement ? Peut-être pas à 50 ans, peut-être avant
124 ou... ?

125 **E** : Bah c'est vrai depuis la cinquantaine mon corps change et je le sens parce que je mange
126 toujours pareil mais prends plus de temps alors qu'avant j'en prenais pas et puis là j'en
127 prends, je le sais mais je pense que c'est la ménopause qui fait ça donc justement, pour la
128 première fois de ma vie j'ai commencé à regarder des régimes, qu'avant je faisais jamais et
129 là je me pose la question donc je me dis qu'il faudrait que je fasse plus attention mais
130 jusqu'à présent j'avais pas eu besoin 'fin je faisais attention naturellement mais là je me dis
131 « est-ce que si je fais autre chose euh... » donc là je suis en plein questionnement à ce sujet
132 justement. Alors j'avais des amies qui m'avaient dit qu'à la ménopause ça change mais euh
133 bah là je le ressens quand même ! Après euh je fais toujours autant de sport alors peut-être
134 que je suis un peu plus fatigable qu'avant mais j'ai pas euh...

135 **Er** : Et vous ne vous sentez pas limitée dans vos activités par rapport à avant ?

136 **E** : Non

137 **Er** : Donc du coup la fatigue ça se traduit comment ?

138 **E** : Bah par exemple c'est vrai que avant je la boxe je lâchais jamais un cours, et là des fois je
139 me dis « oh bah j'ai pas envie d'y aller » bah voilà. Alors qu'avant je le faisais pas. Et après je
140 sais que des fois on est fatigué, on fait de la boxe 'fin on fait du sport et ça va mieux mais
141 avant j'arrivais je le faisais fatiguée et maintenant des fois si je suis vraiment fatiguée je me
142 dis « bah non j'y vais pas ». Disons que je me démotive plus vite qu'avant. Avant il fallait que
143 je sois quand même à moitié morte pour pas y aller (*rit*). Y a même eu une fois où j'avais la
144 grippe et j'y suis allée quand même. Ça m'a permis d'aller à l'école le lendemain mais après
145 le soir j'étais dans un état (*rit*).

146 **Er** : Donc est-ce qu'on peut dire que c'est plutôt une fatigue physique ou mentale ? Parce
147 que vous parlez de « démotivation »

148 **E** : Alors là je sais pas, peut-être un peu des deux hein. Peut-être un peu des deux là j'aurais
149 pas euh j'ai pas analysé... parce que quand je fais l'exercice j'ai l'impression que je peux le
150 faire toujours pareil qu'avant quoi donc je pense pas que ce soit très physique, peut-être un
151 peu mais...

152 **Er** : D'accord donc plus mental et est-ce que vous ressentez cette fatigue mentale à travers
153 d'autres choses ? Où par exemple, pareil, vous n'avez plus autant de motivation ?

154 **E** : Non. Non mais après avec l'âge c'est vrai qu'on relativise plein de choses.

155 **Er** : C'est-à-dire ?

156 **E** : Bah c'est-à-dire que quelque chose qu'on a pas envie de faire bah on se prend pas la tête
157 et puis on le fait pas quoi. Avant on se sent un peu plus obligé, 'fin moi j'étais comme ça. Et
158 donc ça c'est avec euh je dirais pas que c'est avec l'âge, je dirais que c'est avec l'expérience
159 qu'on a de la vie.

160 **Er** : Ah bon ?

161 **E** : Qu'on apprend à relativiser

162 **Er** : Ah. Et en quoi l'expérience joue un rôle dedans ?

163 **E** : Bah les aventures qui nous arrive en fait, les aléas de la vie 'fin... moi j'ai toujours
164 beaucoup donné donc euh je continue de donner mais à ceux à qui j'ai envie de donner.
165 Avant je donnais à tout le monde, maintenant je fais le choix, 'fin je fais le tri.

166 **Er** : D'accord et vous pourriez me donner un exemple ?

167 **E** : Euh... bah par exemple avant on me demandait de l'aide pour faire je sais pas moi aller
168 chercher quelqu'un, avant euh je faisais passer les autres avant moi et maintenant j'essaie
169 de faire les choses qui me plaisent vraiment moi. Avant de penser aux autres.

170 **Er** : Donc vous prenez plus de temps pour vous, c'est ça ?

171 **E** : Après prendre plus de temps pour moi non parce que moi je suis heureuse quand je suis
172 avec les autres donc oui si c'est quand même prendre plus de temps pour moi parce que
173 mais je choisis plus les gens avec qui je vais en fait. Même si j'ai toujours choisi mais disons
174 que mes priorités sont plus axées. Je dis ça mais je sais pas si ça a un rapport avec la santé.

175 **Er** : Si si, vous inquiétez pas. Et est-ce que par exemple vous vous êtes posé des priorités
176 qu'avant vous n'aviez pas ? Par rapport à votre âge par exemple ?

177 **E** : Euh... (*réfléchit*)... euh oui peut-être mais c'est pas très définit ça, je pense que ces
178 priorités je les ai toujours eu mais elles étaient, disons que maintenant elles sont plus
179 vraiment ciblées.

180 **Er** : Plus ciblées vers quoi ?

181 **E** : Bah mes priorités sont comment dirais-je, je suis moins éparpillonnée quoi. Eparpillée
182 pardon. Après je fais toujours des choses dans tous les sens hein mais disons qu'avant je
183 pouvais me perdre dans des activités qui n'étaient pas forcément, qui ne me plaisaient pas
184 forcément forcément, que maintenant il faut que ça me plaise quoi. Vraiment.

185 **Er** : D'accord oui donc vous êtes un peu dans l'optique de ne plus perdre de temps en fait

186 **E** : C'est ça ouais. Ah oui maintenant je me prends pas la tête avec des choses inutiles, c'est
187 ça. Les choses qui n'en valent pas la peine, je vais pas me casser la tête non plus.

188 **Er** : D'accord. Euh... et qu'est-ce que vous pensez, pour revenir un peu sur l'allopathie, du
189 système de santé actuel ?

190 **E** : Alors euh j'ai l'impression que... 'fin y a des choses qui me choquent énormément c'est
191 par exemple les dépassements d'honoraires. Parce qu'on est dans un monde quand même
192 'fin on est en France et on a la chance d'avoir la sécurité sociale, normalement et bien on est
193 bien remboursé et il y a des médecins qui font des dépassements d'honoraires qui sont
194 énormes et en plus, c'est un peu du chantage : « attention, si tu me donne pas tes
195 dépassements, et bien peut-être que tu vas pas bien te faire soigner ». Alors c'est peut-être
196 que c'est pas dit mais c'est sous-entendu quoi et les gens moi les gens qui m'ont dit « moi
197 j'ai payé les dépassements d'honoraires parce que comme ça je vais être bien soigné » bah
198 on sent bien ce chantage-là. Et c'est assez horrible quand même je trouve. Et alors y en a qui
199 m'ont dit « mais si, si vraiment on a pas les moyens bein on les paye pas » mais est-ce que
200 c'est la même chose qui est faite euh...

201 **Er** : Ah oui il y a le risque euh...

202 **E** : C'est ça et puis je trouve que suivant là où on est en France, on a pas les mêmes chances
203 parce qu'une fois y avait euh le cousin de ma mère il a fait un coma diabétique, ils habitent
204 dans le Gers ils sont dans un peu dans la campagne reculée et on a dû appelé le médecin, le

205 samu et tout ça et avec une amie on est allé jusqu'au bout du village pour récupérer
206 l'ambulance et leur dire où c'était. Et nous on est bien à paris en fait parce que on appelle les
207 pompiers et ils arrivent 5 minutes après quoi. Et là on s'est dit mais et pourtant on était à
208 5km d'Och hein c'est pas non plus très loin mais on a senti qu'il y avait un décalage quand
209 même. Et puis comme on entend parler là de pénuries de médecins dans des endroits où ils
210 disent qu'il y a des déserts médicaux et tout et on entend parler de plus en plus de ça je
211 pense. Donc ça fait un peu peur quand on voit qu'il y a des maternités qui ferment et que du
212 coup les femmes elles accouchent un peu... à côté de ça moi j'ai une amie qui est décédée
213 après un accouchement hein. Dans la plus grosse maternité de France.

214 **Er** : Mais c'était pas à cause du manque de médecins du coup

215 **E** : Non mais c'était parce que apparemment les soucis ils les gèrent pas très très bien et
216 pourtant c'est la plus grosse maternité de France. Donc ça aussi ça fait réfléchir.

217 **Er** : Oui forcément. Euh alors maintenant euh pour vous c'est quoi la « bonne santé » ?

218 **E** : être en bonne santé bah ne pas être malade, c'est de respirer 'fin moi je sais que quand je
219 fais du sport bah après je me sens euh on se sent bien quoi, on est pas fatigué, on est pas on
220 a pas mal quelque part, on est bien dans son corps quoi. Pour moi c'est ça être en bonne
221 santé, c'est être gai, c'est être plein d'énergie, bien dans sa peau, bien dans sa tête, tout ça
222 quoi. Ne pas être malade, ne pas avoir mal quelque part. J'ai l'impression d'être en bonne
223 santé.

224 **Er** : Et la maladie alors pour vous c'est quoi ?

225 **E** : Comment ça ?

226 **Er** : Et bien quand je vous dit maladie, à quoi vous pensez ? Est-ce que vous pensez à des
227 maladies physiques ou mentales, des maladies plutôt graves, pas graves... ?

228 **E** : Bah pour moi maladie c'est plutôt cancer que rhume, le rhume c'est pas une maladie. Le
229 rhume c'est pas euh c'est pénible un rhume mais c'est pas non plus euh au bout de 8 jours
230 on est guérit normalement. Alors oui c'est une petite maladie, on peut pas dire le contraire,
231 mais une maladie c'est plutôt un truc qui est plus important, plus grave. Après oui des fois
232 quand j'ai un rhume je dis que je suis malade mais normalement un rhume ça m'empêche
233 pas d'aller travailler, normalement une maladie ça empêche de ça empêche de faire des
234 activités pour moi une maladie. Ça empêche de vivre normalement quoi. D'une façon ou
235 d'une autre. C'est ne pas devoir s'empêcher de manger ce qu'on veut manger parce que par
236 exemple ceux qui ont du diabète bah euh il y a plein de maladies qui nous empêchent de
237 manger, les allergies aussi c'est une forme de maladie.

238 **Er** : D'accord. Et vous en avez des allergies ?

239 **E** : Non. J'ai eu des réactions allergiques mais c'était pas handicapant.

240 **Er** : D'accord. Et alors autour de vous est-ce qu'il y a d'autres personne qui ont recours aux
241 médecines alternatives ?

242 **E** : Euh oui bah oui, j'en connais oui

243 **Er** : Vous diriez qu'ils sont en majorité ou pas ?

244 **E** : Non je dirais pas ça mais j'ai l'impression quand même que ça se fait de plus en plus. Moi
245 j'en entends parler de plus en plus

246 **Er** : D'accord. Et maintenant si je vous parle de vieillissement, à quoi ça vous fait penser ?

247 **E** : Bein les rides euh alors je suis en train de réfléchir, les vieux autour de moi comment ils
248 sont euh quand j'ai vu mes grands-parents vieillir et bien ils pouvaient pas faire tout ce qu'ils
249 faisaient avant. Ils bougeaient moins, ils faisaient moins d'activités donc... après il y a du bien
250 vieillir et du mal vieillir.

251 **Er** : Ah c'est-à-dire ?

252 **E** : Bah c'est-à-dire qu'on avance en âge mais qu'on est toujours alerte, qu'on peut toujours
253 faire ce qu'on veut et mal vieillir bah c'est on va en décrépitude quoi, on est dans son
254 fauteuil puis on est dans son lit et on bouge plus, moi j'ai vu mes grands-parents vieillir
255 comme ça, ça fait bizarre parce que du coup j'arrivais plus à entrer en contact avec eux 'fin
256 en conversation et on avait plus rien à se dire quoi. C'était compliqué.

257 **Er** : Parce qu'ils n'étaient plus aussi mobiles qu'avant ?

258 **E** : C'est pas parce qu'ils étaient plus mobiles, mon grand-père lui jusqu'à la fin euh mais
259 même lui il était conscient de ce qui se passait mais je savais plus quoi lui dire parce que
260 j'avais l'impression que ce que je lui disais ça l'intéressait pas. Et euh mes deux autres
261 grands-parents y avait ma grand-mère elle perdait un peu la tête et des fois elle me
262 reconnaissait pas hein, elle me disait « mais t'es qui toi ? » - « bah tu sais bien qui je suis » et
263 puis deux secondes après comme elle avait besoin du sucre elle me disait « donne, passe-
264 moi le sucre » et là elle savait bien m'appeler par mon nom. Et je lui disais « bah tu vois tu
265 sais comment je m'appelle ». Après où est la part de elle le faisait exprès ou pas, on sait pas.

266 **Er** : D'accord et qu'est-ce que vous pensez du vieillissement par rapport à vous-mêmes ?

267 **E** : A moi-même comment je vieillis ? (*rit*) bah j'espère que je vieillis pas trop (*rit*). Déjà on
268 me dit que je ne fais pas mon âge mais ça, ça a toujours été. Donc j'espère continuer comme
269 ça un bout de temps

270 **Er** : Donc vous, vous vous considérez dans le bon vieillissement alors ?

271 **E** : Bah j'espère bien (*rit*), pour l'instant oui en tous cas, pourvu que ça dure.

272 **Er** : Et est-ce qu'on vous a déjà donné un autre âge que le vôtre ?

273 **E** : Ah oui, moi on m'enlève 10 ans facile, tous les gens que je rencontre ils m'enlèvent 10
274 ans minimum.

275 **Er** : D'accord. Euh et qu'est-ce que vous pensez du vieillissent dans la société ? Que pensez-
276 vous de l'image du vieillissement que fait passer la société ?

277 **E** : Euh c'est pas très positif. On est pas bien quand on est vieux. Mais je trouve quand même
278 que justement que je trouve qu'on vieillit quand même moins vite qu'avant 'fin la société
279 fait que moi je me souviens de mes parents ils disaient que les trentenaires de l'époque bah
280 que nous c'étaient les quarantenaires de maintenant quoi.

281 **Er** : D'accord.

282 **E** : Après quand on voit les films de l'époque par exemple, on voit que les trentenaires de
283 maintenant c'est pas les trentenaires de l'époque.

Silence d'une dizaine de secondes.

284 **Er** : D'accord et di je vous dit le mot « sénior », est-ce que vous vous considérez comme une
285 sénior ?

286 **E** : Alors moi je me considère pas comme une sénior mais il paraît que je le suis (*ricanne*)

287 **Er** : Mais pour vous senior c'est à partir de quel âge du coup ?

288 **E** : Ah bah ça c'est compliqué mais c'est passé en vieillissant parce que je me souviens que
289 quand j'avais 20 ans, pour moi quelqu'un de 40 ans c'était quelqu'un de vieux et maintenant
290 que j'ai 50 bah j'ai pas l'impression d'être vieille. Donc je pense que quand on vieillit on voit
291 les choses autrement. Donc du coup maintenant quelqu'un de vieux bah je sais pas quel âge
292 il a (*rit*) mais je sais que voilà à 20 ans pour moi quelqu'un de 40 ans c'était quelqu'un de
293 vieux mais maintenant. Après ça dépend aussi des gens parce que je me souviens d'une
294 élève parce que les élèves ils aiment savoir l'âge qu'on a et ils nous demandent et puis y en
295 avait une qui m'avait dit « ah bah de toutes façons vous avez moins de 33 ans » et à l'époque
296 j'en avais dix de plus et moi je rigolais et puis après j'avais vu sa maman et j'ai dit ah oui
297 effectivement, sa maman elle devait avoir 33 ans mais comme elle était alcoolique et tout ça
298 elle avait elle était bien marquée par la vie donc du coup c'est sûr que je lui ressemblais pas
299 à sa mère donc euh mais après ça dépend des comparaisons qu'on a.

300 **Er** : Et vous, vous vous comparez aux autres personnes de votre âge ?

301 **E** : Alors ça m'arrive des fois, quand je vois des gens euh mais du coup je sais pas donner
302 d'âge, l'âge aux gens moi parce que comme je fais pas mon âge du coup si je me réfère à moi
303 bah c'est un peu compliqué.

304 **Er** : Oui je vois. Et alors qu'est-ce que vous pensez des campagnes de prévention ? Comme
305 celles qui concernent l'alimentation, le sport mais aussi celles qui concernent justement les
306 personnes vieillissantes ?

307 **E** : Alors les campagnes de prévention euh après je trouve que pour moi 'fin pour moi c'est
308 vrai mais après est-ce que c'est porteur, est-ce que ça porte ses fruits, je sais pas. Parce que
309 pour moi je pense que c'est vrai, il faut boire de l'eau etc et manger des fruits et des
310 légumes tout ça mais est-ce que les gens qui ne le font pas, les campagnes vont leur
311 permettre de le faire, je ne sais pas.

312 **Er** : D'accord et est-ce que vous pensez qu'elles sont adaptées à tout le monde ?

313 **E** : Peut-être pas. Parce que c'est vrai qu'à chaque fois les campagnes c'est sur un public très
314 large et du coup c'est très généraliste et donc du coup au cas par cas c'est pas forcément...

315 **Er** : Et des campagnes pour sensibiliser contre le cancer par exemple ?

316 **E** : Bah le cancer et le tabac c'est ça ?

317 **Er** : Oui ou le cancer du sein pour lequel il y a eu une journée événement il y a quelques mois

318 **E** : Après moi j'aimerais bien qu'on sache les causes des cancers pour justement euh je
319 pense que ça serait plus utile, plus porteur 'fin plus constructif quoi

320 **Er** : Oui donc vous trouvez qu'il n'y a pas assez de communication ?

321 **E** : Bah après on en apprend tous les jours, par exemple quand on voit que le plastic c'est
322 pas bon, il faut pas en prendre et machin mais après il y a des lobbies justement qui font euh
323 moi j'ai vu une émission l'autre jour sur le jambon là, ils mettent du rose dedans 'fin des
324 trucs euh et l'émission ça faisait bizarre quand même. Oui on sait que c'est mauvais mais

325 comme les lobbies sont plus importants financièrement que la santé du coup voilà quoi.
326 Parce qu'on est dans un monde du dieu argent. Ça fait partie de mes grosses batailles ça

327 **Er** : Bah du coup, qu'est-ce que vous pensez de l'industrie pharmaceutique ?

328 **E** : Vaste problème parce que où est la part du vrai et du faux là-dedans ? Parce que c'est des
329 gros lobbies justement les pharmacies et l'industrie pharmaceutique c'est comme euh ma
330 sœur elle était visiteuse médicale, et donc elle m'expliquait que les génériques c'était pas
331 forcément une bonne chose

332 **Er** : Ah oui ? Et pourquoi ?

333 **E** : Alors est-ce que c'est parce que sa formation de visiteuse médicale lui disait que les
334 médicaments génériques ils étaient meilleurs que les autres ? En attendant ma mère elle a
335 eu des soucis justement liés à des médicaments génériques. Parce qu'on a beau dire que les
336 principes actifs ce sont les mêmes mais c'était ça apparemment qui et en plus c'est une
337 grosse arnaque parce que par exemple j'avais vu un truc comme quoi ils faisaient une étude
338 que les médicaments génériques étaient plus chers que les médicaments pas génériques.
339 Normalement au départ c'était vendu parce qu'il fallait faire des économies, et on se rend
340 compte qu'ils sont plus chers donc c'est...

Son téléphone sonne, elle répond. L'entretien reprend quelques minutes plus tard.

341 **Er** : D'accord donc les médicaments génériques cacheraient un peu leur jeu en fait

342 **E** : C'est ça, je les prends, quand mon médecin me les prescrit, je les prends mais sinon moi
343 je dis à la pharmacie « je veux le médicament qu'on m'a prescrit ». je fais ma tête de lard
344 (*sourit*).

345 **Er** : Vous avez confiance dans votre médecin ?

346 **E** : Oui, ah oui ça oui. Elle est très très bien.

347 **Er** : Ça fait longtemps que vous l'avez ?

348 **E** : Oh oui ça fait plus de 20 ans.

349 **Er** : D'accord et est-ce que vous considérez que la confiance c'est important avec votre
350 médecin ?

351 **E** : Ah oui oui parce que là par exemple ma mère elle a dû changé parce que c'était aussi ce
352 même médecin qu'elle avait et elle a dû changé parce qu'elle a déménagé plus loin et bien
353 même si elle en fait elle a dû prendre un autre médecin mais ça a été compliqué. Et moi-
354 même je vous dis, si je devais changer de médecin ça serait assez dur quand même. Parce
355 que là elle me connaît bien, on s'entend bien. Puis c'est vrai que bah du coup j'ai
356 entièrement confiance en elle et c'est vrai que c'est très important.

357 **Er** : D'accord. Euh... oui est-ce que vous vous considérez cette fois comme faisant partie
358 d'une population dite « à risques » comme le disent certaines campagnes de prévention ?

359 **E** : Non parce que pour moi population dite à risque c'est fumer 'fin et faire des et pour moi
360 non. Moi je ne bois pas d'alcool, je ne fume pas, j'ai l'impression d'avoir une vie saine donc
361 pour moi je suis pas une population dite à risques.

362 **Er** : Et le fait d'avancer en âge ça ne signifie pas pour vous qu'il y a plus de risques de tomber
363 malade ou... ?

364 **E** : Non euh pour l'instant mais peut-être que j'y serais mais bon dans 20 ans quand même
365 (*rit*). Moi je me considère pas euh mais c'est vrai que de recevoir les courriers le lendemain
366 de mon anniversaire ça m'avait fait bizarre quand même : « allez ça y est t'es vieille, déjà t'as
367 50 ans et en plus bam ! » (*rit*).

368 **Er** : Et est-ce que vous associez la maladie à la vieillesse ?

369 **E** : Euh... bah pour moi c'est pas obligé quoi 'fin j'espère que c'est pas obligé.

370 **Er** : Mais par exemple si vous observer autour de vous est-ce que...

371 **E** : Moui euh oui y en a, il y en a qui ont été malades en vieillissant oui. Mais y en a qui sont
372 malades très jeunes aussi. Mais c'est vrai que je me souviens de la tante de mon père qui
373 disait « à partir de 30 ans tu vas prendre plein de médicaments c'est obligé » et euh en fait
374 c'était pas vrai. Effectivement maintenant elle en prend parce qu'avec le cancer et tout ça
375 mais c'était pas à 30 ans, c'était bien après. Mais c'est vrai qu'il y a des gens qui pensent ça
376 je pense

377 **Er** : Mais vous le fait que vous soyez en bonne santé ça vous aide à penser que...

378 **E** : Oui que c'est pas inéluctable quoi

379 **Er** : Et du coup, qu'est-ce que vous pensez de votre corps ?

380 **E** : Comment ça ?

381 **Er** : Euh est-ce que vous le sentez vieillissant est-ce que euh ça revient un peu à ce que je
382 vous demandais tout à l'heure par rapport aux limites mais est-ce que vous avez l'impression
383 qu'il change, qu'on vous perçoit d'une façon différente ?

384 **E** : Non j'ai pas l'impression. Peut-être pas pour l'instant encore, on va attendre encore
385 (*ricanne*)

386 **Er** : On vous a jamais fait de remarque par rapport à votre apparence ou votre âge ?

387 **E** : Non sauf que je fais pas mon âge quoi. Mais sinon non, on m'a pas dit « oh t'as pris un
388 coup de vieux ». Au contraire, ceux qui ne m'ont pas vu depuis longtemps me disent « oh
389 t'as pas du tout changé ». Donc je me dis bah finalement

390 **Er** : Et même dans votre travail ?

391 **E** : Oui, j'ai même retrouvé des personnes qui étaient au collège avec moi, qui m'ont
392 reconnu mais que moi j'ai pas reconnu parce que euh donc j'ai pas dû tant changer que ça
393 puisqu'ils me reconnaissent alors que moi je les avais pas reconnu.

394 **Er** : D'accord donc vraiment dans votre quotidien vous sentez pas de différence euh...

395 **E** : Non

396 **Er** : D'accord et alors vous faites quoi comme métier ?

397 **E** : Je suis professeur des écoles. Instit quoi mais c'est marqué professeur des écoles sur ma
398 fiche de paie (*sourit*)

399 **Er** : Et qu'est-ce que vous pensez de la retraite alors ?

400 **E** : La retraite bah si on compte euh là ils la reculent de beaucoup et franchement moi si je
401 dis faire les annuités que on doit faire 42 ans, faut que j'aïlle jusqu'à 70 ans et je me dis là je
402 me sens pas capable d'être devant les gamins à 70 ans. Parce que quand même ça fatigue

403 bien, après tous mes collègues que je vois qui partent à la retraite, ils sont mieux après. Je
404 me souviens d'une collègue et on se disait « elle elle va attraper une maladie tellement elle
405 est faible quoi » et en fait bah elle a rajeuni à vue d'œil quand elle a été à la retraite.
406 Comme quoi on a un métier fatigant quand même !

407 **Er** : Donc vous, vous vous voyez prendre votre retraite vers quel âge ?

408 **E** : Bah autour de 60 ans ça me, je pense que ça serait raisonnable, autour de 60-65 ans,
409 après je pense que 65 ans euh j'en ai vu qui était encore en forme mais 70 ans non je ne
410 pense pas que je puisse aller euh après peut-être hein mais je me sens pas, c'est dans ma
411 tête que je me dis « 70 ans

412 **Er** : Oui d'accord et comment vous la voyez votre retraite du coup ?

413 **E** : Bah faire plein de choses, que des choses qui me plaisent, no limit !

414 **Er** : Vous vous voyez toujours active, faire du sport ?

415 **E** : Oui

416 **Er** : Est-ce que vous n'en profiteriez pas pour prendre du temps pour vous aussi ?

417 **E** : Ouais peut-être oui. Faire des choses qui me plaisent. Parce qu'après mon métier il me
418 plait mais c'est vrai qu'il y a des contraintes mais comme dans tout

419 **Er** : Du coup selon vous il n'y aurait plus de contraintes dans la retraite ?

420 **E** : Ouais j'ai l'impression. Que des contraintes que je m'imposerais moi quoi 'fin que je
421 choisirai moi quoi

422 **Er** : D'accord. Et alors ça fait longtemps que vous êtes professeur des écoles ?

423 **E** : Ouais ça fait plus de 22 ou 23 ans. Et puis j'ai toujours voulu faire ça donc du coup je vois
424 pas ce que je pourrai faire d'autre, ou alors un métier dans l'art mais ou conduire des
425 voitures (*rit*)

426 **Er** : Ah d'accord c'est original

427 **E** : Essayer des voitures

428 **Er** : Mais est-ce que vous vous voyez avoir toujours une activité rémunérée comme ça ou ça
429 serait une activité comme ça ?

430 **E** : Bah non je ferai d'autres types d'activité. Je me vois pas 'fin moi je fais partie de deux
431 associations, à la boxe et puis dans une autre que je fais bénévolement, oui je ferai d'autres
432 activités mais ça serait bénévole.

433 **Er** : D'accord d'accord. Euh... oui est-ce que vous attachez de l'importance à votre corps ? A
434 l'apparence ?

435 **E** : Oui

436 **Er** : Et ça se traduit comment ?

437 **E** : Bah que là je me rends compte que j'ai un peu grossi et que ça me plait pas beaucoup par
438 exemple et que donc je me dis qu'il faut que je trouve un moyen de revenir à ce que j'étais
439 euh et puis je fais attention à comment je m'habille pour pas ressembler à n'importe quoi
440 (*rit*)

441 **Er** : Est-ce que vous vous sentez plus limitée dans ce domaine-là ?

442 **E** : Comment ça ?

443 **Er** : Euh ça vous arrive de vous dire « ce genre de vêtement c'est plus de mon âge ou je peux
444 plus mettre ça parce que je suis trop vieille » ?

445 **E** : Alors c'est pas au niveau de mon âge mais c'est de me dire comment ça me va ou pas
446 quoi. Je me dis pas euh après j'ai jamais été extravagante donc j'ai jamais mis voilà quoi donc
447 c'est vrai que du coup j'ai jamais été en moi je mets vraiment des tenues qui me plaisent et
448 qui me vont quoi. J'ai pas mis des trucs avec des bling bling de partout du coup oui là je
449 pense que ça serait pas 'fin je dirais pas que c'est pas de mon âge, je dirais que c'est pas de
450 moi quoi.

451 **Er** : D'accord. Est-ce que vous portez du coup de l'attention au regard des autres ? A l'image
452 que vous renvoyez ?

453 **E** : Euh il faut que je me plaise à moi, après ce que les autres en pensent euh je suis plutôt
454 attachée aux gens qui m'importent oui mais les autres je m'en fiche. Les gens qui
455 m'importent oui mais voilà, les gens lambda j'en rien à faire. Mais comme je suis très
456 critique envers moi-même donc du coup voilà

457 **Er** : Et si vous essayez de vous imaginer dans 10 ans, comment vous vous voyez ?

458 **E** : Alors là je sais pas, j'espère le mieux possible (*rit*)

459 **Er** : C'est-à-dire du coup ?

460 **E** : Bah le plus comme je suis déjà

461 **Er** : D'accord... euh oui je vous ai pas demandé du coup mais par rapport à votre mère qui a
462 eu un cancer du sein, est-ce que vous avez d'autres antécédents familiaux de maladie ?

463 **E** : Ah de cancer bah j'avais ma grand-mère qui a eu un cancer de elle s'était euh comment
464 elle avait un grain de beauté au mollet, elle se l'était fait enlevé quand elle était jeune, donc
465 moi j'étais très petite et 20 ans plus tard elle a fait un cancer généralisé mais parce qu'elle
466 s'est pas bien fait dépisté justement. Ma mère elle était infirmière et elle lui disait toujours
467 « tu te fais suivre ? » et ma grand-mère elle disait oui donc ma mère elle creusait pas sur le
468 comment elle se faisait suivre et puis bah quand ça a été vraiment pas bien bah c'était trop
469 tard pour la soigner quoi. Il y eu ça, mon père il a eu euh il est décédé d'un cancer des sinus
470 mais ça apparemment c'est une maladie professionnelle parce qu'il était ébéniste. J'ai mon
471 oncle qui est décédé un an après mon père d'un cancer du foie et il s'était battu pendant 5
472 ans contre ça et puis j'ai ma tante qui est décédée encore l'année d'après d'un cancer de la
473 vessie et apparemment ça c'est un cancer de fumeur et effectivement elle a fumé. Donc
474 voilà ce que j'ai dans ma famille. C'est déjà pas mal quand même mais c'est vrai que nous
475 pendant très longtemps on a été préservé parce qu'à part ma grand-mère qui est décédée
476 dans les elle avait 73 ans je crois, mais les autres j'ai mon arrière-grand-père qui est décédé à
477 100 ans et mes autres grands-parents sont décédés à plus de 95 ans, les trois autres donc du
478 coup euh mais par contre la génération de mon père c'est pas 'fin de mes parents quoi ils
479 ont été plus impactés quoi.

480 **Er** : D'accord et donc du coup avec tous ces cancers dans votre famille vous vous dites pas
481 que vous devriez faire tous les dépistages de cancer au plus vite ? Ça ne vous fait pas peur ?

482 **E** : Bah non je dirais pas que ça me fait peur. Y a mon frère qui est persuadé d'en avoir un
483 justement, lui il se dit « c'est sûr je vais en avoir un » et je lui dis « bah si tu te dis ça,

484 forcément tu vas en avoir un ». Mais après ça veut rien dire, si ça se trouve c'est lui qui a
485 raison et moi qui ait tord 'fin voilà

486 **Er** : Oui d'accord. Et à part le cancer est-ce qu'il y a des maladies qui vous font peur ?

487 **E** : Bah si le cancer ça me fait peur quand même, même si je sais qu'il y en a qui se soignent
488 mais ça fait peur quand même et euh Alzheimer aussi ça fait peur

489 **Er** : Pourquoi ?

490 **E** : Parce que moi j'aime bien maîtriser et du coup Alzheimer on maîtrise rien quoi, après y a
491 plein d'autres maladies qu'on maîtrise pas mais Alzheimer on perd vraiment pied quoi. J'ai
492 une amie qui a perdu sa mère, elle avait Alzheimer ça fait bizarre quand même

493 **Er** : En quoi ça fait bizarre ?

494 **E** : Bah là c'est pareil j'ai une autre collègue elle a ses deux parents euh son père il a été
495 décelé Alzheimer et on voit que 'fin il devient pas fou mais il est déconnecté de la réalité, il
496 dit n'importe quoi, sa mère c'était pareil 'fin elle est en train de la faire placer aussi et ça ça
497 fait fait... j'ai une autre amie c'est pareil, sa mère elle a Alzheimer et puis elle me dit « elle
498 décline de plus en plus ». Ça fait peur quand même.

499 **Er** : Et quand vous regardez vos parents vieillir, qu'est-ce que vous pensez ?

500 **E** : Bah mon père il a pas vieilli longtemps puisqu'il est décédé donc et lui alors ce qui me
501 fait quand même bizarre c'est que quand lui il a vu ses parents décliner comme ça il a dit
502 « moi je ne veux pas vieillir » et je lui disais « bah si tu vieillis bien c'est bien » c'est pas pareil
503 que là mais bah je veux dire il a réussi à pas vieillir parce que du coup il est décédé il avait 66
504 ans et c'est pas vieux 'fin il avait encore pas mal de temps devant lui normalement. Et puis
505 ma mère bah le cancer la fait bien vieillir et elle il y a plein de choses qu'elle peut pas faire et
506 elle est vraiment bloquée là mais c'est sa maladie qui fait ça et elle est pas contente, elle me
507 dit qu'elle envie de rien puis dès qu'elle veut faire un truc elle s'essouffle. Apparemment elle
508 revient de loin d'après le médecin

509 **Er** : Oui d'accord. Et alors quand vous la voyez, est-ce que ça vous arrive de penser
510 « comment je serai à son âge ? » ?

511 **E** : Non je me projette pas, pas du tout. Non parce que moi je profite euh c'est un peu ma
512 philosophie de vivre aussi je profite au jour le jour de ce qui se passe, de la vie donc du coup
513 je me projette pas trop dans l'avenir. Je saurai pas dire pourquoi mais je vis au jour le jour.

514 **Er** : Euh d'accord... et est-ce que vous avez peur du vieillissement en tant que tel ?

515 **E** : Euh peut-être quelque part oui. En fait j'ai peur de mal vieillir, c'est pas que j'ai peur c'est
516 que je ne voudrais pas mal vieillir. Je veux toujours être bien.

517 **Er** : Du coup est-ce que vous diriez que faire du sport, bien manger c'est aussi dans cette
518 optique de bien vieillir ? Vous pensez à ce bien vieillir quand vous faites tout ça ?

519 **E** : Alors j'y pense pas parce que ça me fait du bien maintenant et ça va me permettre d'être
520 bien plus longtemps quoi mais je me le dis pas, je sais pas si je me le dis vraiment
521 consciemment.

Silence d'une quinzaine de secondes.

522 **Er** : Et est-ce que vous avez peur de la mort ? Vous y pensez ?

- 523 **E** : Oui parce que moi je oui j'ai toujours eu peur de la mort moi
- 524 **Er** : Mais est-ce que c'est quelque chose qui vous taraude l'esprit souvent ?
- 525 **E** : Non non je dirais pas ça mais j'en ai peur donc je veux pas y penser quoi. J'évite, j'y pense
526 pas.
- 527 **Er** : Ah oui d'accord. Euh... alors c'est pas tout à fait le vieillissement mais pareil, le temps qui
528 passe, est-ce que vous y pensez, vous en avez peur ? Il y a aussi ceux qui disent que le temps
529 passe trop vite et qu'ils n'ont pas le temps de faire des choses...
- 530 **E** : Ah oui d'accord bah il y a des choses oui et des choses non, c'est vrai que le temps passe
531 vite parce que moi je me rappelle de choses il y a 20 ans et je m'en rappelle comme si c'était
532 hier et quand je pense euh parce que j'ai des amis de 30 ans, et je me rappelle comme si
533 c'était hier ce qu'on a vécu et en même temps il y a eu beaucoup de choses de faites et pas
534 beaucoup 'fin c'est donc oui le temps passe et on y peut rien, c'est inéluctable, après ça
535 dépend comment on le remplit quoi. J'ai pas eu l'impression d'avoir perdu mon temps.
536 Après j'ai pas fait tout ce que voulais dans la vie mais même si c'est pas finit encore.
- 537 **Er** : Et est-ce que vous avez l'impression de courir après le temps maintenant ? De ne
538 toujours pas avoir le temps de tout faire ?
- 539 **E** : Mais ça j'ai toujours eu cette impression-là et encore maintenant, moi il me faudrait des
540 journées de 48 heures pour faire tout ce que je veux faire
- 541 **Er** : Donc vous diriez que vous êtes plus dans le fait de courir après le temps plutôt que dans
542 le fait d'en profiter ?
- 543 **E** : C'est deux notions différentes parce que j'en profite mais par exemple 'fin moi j'ai du mal
544 à choisir dans les choses qui me plaisent par exemple donc je m'arrange pour pouvoir tout
545 faire. Moi les journées où je fais un maximum de choses c'est là que je suis contente. J'ai
546 l'impression d'avoir bien rempli ma journée.
- 547 **Er** : Euh oui là il y a une question qui me vient et que je ne vous ai pas posé, quand je vous
548 demandais si vous vous sentiez bien dans votre corps et qu'en plus les gens vous disaient
549 que vous ne faisiez pas votre âge, est-ce que vous, vous vous sentez avoir l'âge que vous
550 avez ?
- 551 **E** : Non pas du tout, je me sens plutôt plus jeune. Moi ça fait longtemps que quand on me
552 demande mon âge, je suis là « ah oui j'ai 50 ans » donc oui dans ma tête j'ai pas cet âge-là
553 c'est sûr.
- 554 **Er** : Et est-ce que vous ressentez un décalage avec votre corps ?
- 555 **E** : Non parce que je fais ce que je veux donc j'ai pas l'impression d'être en décalage.
- 556 **Er** : Et alors si demain vous ne pouviez faire autant de choses, comment vous vous sentiriez ?
- 557 **E** : Pas bien je pense, là je pense que serais vraiment pas bien parce que déjà là quand je suis
558 malade 'fin quand j'ai une grippe qui me bloque au lit pendant 4 jours c'est insupportable
559 pour moi
- 560 **Er** : Donc est-ce qu'on pourrait dire que le handicap qui peut venir avec l'âge ça vous fait
561 peur ?
- 562 **E** : Euh oui quand même, j'y pense pas mais c'est vrai que à me demander comme ça
563 j'aimerais pas trop. Après est-ce qu'on relativise et qu'on se dit qu'on fait autre chose, peut-

564 être, je sais pas. Je pense aussi que l'âge c'est dans la tête quand même. Il y avait mes
565 voisins là que j'avais en face avant, c'étaient des personnes âgées et le monsieur il me disait
566 que tant qu'on est dans l'activité bah on vieillit pas en fait. Et lui il faisait plein de choses et il
567 disait que quand on arrive plus à les faire bah c'est qu'on vieillit ; et je pense que je suis
568 assez d'accord. Et c'est vrai que quand je vois mes grands-parents bah ils faisaient de moins
569 en moins de choses quand même. Même mon grand-père qui faisait des mots fléchés et qu'il
570 faisait travailler son cerveau bah à la fin il arrivait plus à le faire.

571 **Er** : D'accord mais est-ce que c'est pas plutôt le vieillissement qui fait qu'on ne peut plus
572 faire autant de choses qu'avant ?

573 **E** : Peut-être, je pense que c'est lié c'est qu'au bout d'un moment on peut plus et c'est le
574 cercle vicieux après. L'un enchaîne l'autre 'fin c'est...

575 **Er** : Oui je vois. Et alors est-ce qu'à l'inverse, vous avez déjà ressenti le besoin de vous
576 ressourcer, de vous reposer et de ne rien faire ?

577 **E** : Alors... (*réfléchit*) euh y a peut-être des moments où ça m'a fait ça mais c'est des
578 moments de pause, genre une journée quoi. Me dire « là je vais me faire le canapé, à
579 regarder la télé » mais voilà c'est juste histoire de oui me ressourcer un peu et de faire autre
580 chose que courir dans tous les sens.

581 **Er** : Et est-ce que vous sentez que vous en avez plus besoin qu'avant ?

582 **E** : Non, ça n'a pas changé.

583 **Er** : Donc au final maintenant on peut dire que votre âge vous n'y pensez pas spécialement
584 parce que ça ne vous limite pas

585 **E** : Non. J'y pense quand je sais que j'ai cet âge-là et ça me fait du mal mais après je me dis
586 que je le fais pas donc je me console comme ça (*rit*).

587 **Er** : Et à l'inverse de votre frère qui est persuadé d'avoir un cancer, vous n'avez pas peur de
588 tomber malade ?

589 **E** : Non mais peut-être que je fais l'autruche hein. Je me dis que quelque part je fais ce qu'il
590 faut pour pas être malade donc du coup je vois pas pourquoi je serais malade. Mais peut-
591 être que je me trompe hein

592 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que c'est pour vous la santé à 50 ans ? Même si vous ne
593 raisonner pas en termes d'âge, comment vous la voyez la santé quand on a 50 ans ?

594 **E** : Comment ça ?

595 **Er** : Et bien vous parliez des changements dans votre corps alors est-ce que vous considérez
596 que la santé peut se dégrader quand on a 50 ans ?

597 **E** : Moi je pense que c'est une question de que l'âge c'est dans la tête ça j'en suis persuadée
598 parce qu'il y a des gens à 30 ans ils sont déjà vieux et des gens 'fin pour moi c'est vraiment
599 dans la tête

600 **Er** : Donc il n'y a aucun rapport avec le corps ?

601 **E** : Ouais quelque part euh après est-ce que c'est lié, peut-être que les deux sont liés aussi
602 hein

603 **Er** : D'accord. Et comment vous définissez votre état de santé actuel ?

- 604 **E** : Bah bien, il est en bon état je pense
- 605 **Er** : Et quelle est votre vision du coup de la santé plus globalement ?
- 606 **E** : La santé en général euh...
- 607 **Er** : Oui est-ce que c'est une question qui reste dans votre esprit et qui conditionne par
608 exemple vos habitudes, par exemple vous faites de la boxe depuis 20 ans donc je suppose
609 que vous aimez ça mais est-ce que vous ne vous dites pas aussi que c'est pour des questions
610 de santé ?
- 611 **E** : Non c'est pas la santé qui me alors peut-être inconsciemment oui mais consciemment je
612 fais comme ça parce que ça me fait plaisir et que je me sens bien en fait. Mais je me dis pas
613 « c'est pour être en bonne santé », je le suis parce que oui je pense que c'est lié mais je le
614 fais pas pour ça. Par exemple j'ai jamais fumé mais parce que j'aime pas l'odeur de la fumée
615 et puis je vois pas l'intérêt de se faire du mal 'fin j'ai jamais compris les gens qui fument.
616 Mais bon, j'ai peut-être raté des épisodes hein parce qu'en plus tous ceux qui m'ont dit qu'ils
617 avaient fumé au début ils aiment pas ça alors pourquoi tu continues ? Je comprends pas.
- 618 **Er** : D'accord. Euh bon vous avez quelque chose à rajouter ?
- 619 **E** : Non je pense que j'ai tout dit.
- 620 **Er** : Donc vous m'aviez dit que vous ne tombiez pas souvent malade et si vous aviez dit que
621 vous aviez fait deux trachéites, c'est quoi ?
- 622 **E** : J'étais complètement aphone.
- 623 **Er** : Et comment vous l'avez soigné ?
- 624 **E** : Je suis allée voir mon médecin, au début j'essayais de soigner avec du thé des trucs
625 comme ça mais ça passait pas donc au bout d'un moment de je suis allée voir le médecin et
626 elle m'a soigné avec des antibiotiques et de la cortisone.
- 627 **Er** : Et est-ce que vous le faites à chaque fois ça de tenter de vous soigner d'abord par vous-
628 mêmes et ensuite si ça ne marche pas, d'aller voir le médecin ?
- 629 **E** : Mouais en général j'essaie de bah quand j'ai mal à la tête je prends un cachet de
630 Doliprane ou quoi, j'essaie de me soigner d'abord euh que ça passe tout seul et si ça passe
631 pas tout seul bah je vais voir le médecin. Une fois j'ai voulu y aller pour euh et elle m'a dit
632 « bah c'est trop tôt là il n'y a rien de déclarer pour l'instant » donc faudrait savoir, soit je
633 viens trop tôt, soit je viens trop tard (*rit*)
- 634 **Er** : Oui et du coup quand vous essayez de vous soigner par vous-mêmes est-ce que vous
635 avez recours à l'homéopathie par exemple ?
- 636 **E** : Alors j'ai essayé là j'ai une amie qui m'avait parlé de ravintsara comme huile essentielle et
637 c'est vrai que je l'ai essayé parce qu'elle m'a dit comment faire et ouais j'ai déjà essayé
638 comme ça
- 639 **Er** : Et ça a marché ?
- 640 **E** : Oui oui
- 641 **Er** : Donc à chaque fois vous essayez de vous soigner par des médecines douces ?
- 642 **E** : Oui parce que j'essaie de prendre par exemple du citron, de me soigner par les aliments
643 d'abord, de prendre des boissons chaudes 'fin de faire des inhalations, des trucs comme ça

644 et quand ça marche pas bah hop je vais voir le médecin, qui me donne aussi, les deux en
645 général, elle me donne aussi de l'homéopathie et là d'ailleurs la prochaine fois que je
646 commencerai à pas être bien au niveau de la gorge elle m'a dit 'fin elle m'a donné deux trucs
647 à prendre, un truc homéopathique et un truc 'fin de l'Advil quoi comme ça, ça va arrêter tout
648 et ça va empêcher d'aller jusqu'aux antibiotiques et la cortisone quoi.

649 **Er** : D'accord. Ok et bien si vous n'avez rien à rajouter, je vais vous poser des questions de
650 portrait alors vous avez quoi comme niveau de diplôme ?

651 **E** : J'ai un DUG et après j'ai fait 3 ans de suppléances donc j'ai une équivalence licence.

652 **Er** : D'accord et alors pourquoi vous avez fait l'équivalence licence ? Le DUG suffisait pas ?

653 **E** : Parce qu'en fait moi j'ai toujours voulu être instit donc j'ai avancé dans mes études pour
654 faire ça et quand je suis arrivée il fallait le DUG et après moi je me suis mise dans l'école
655 privée et puis parce qu'après le DUG on avait 2 ans de formation et puis ça m'a pas plu dans
656 le privé donc du coup je suis repartie dans le public mais à ce moment-là il fallait plus le
657 DUG, il fallait la licence parce que moi je voulais passer le concours interne et on m'a dit « il
658 faut passer 3 ans de suppléance » pour avoir l'équivalence licence en fait. Ce que j'ai fait
659 mais maintenant il faut avoir une maîtrise je crois

660 **Er** : D'accord et quelle était la profession de vos parents ?

661 **E** : Alors mon papa était ébéniste et ma maman infirmière

662 **Er** : Et ils avaient quoi du coup comme niveau de diplôme ?

663 **E** : Bah mon père il avait fait un CAP et ma mère elle a fait bac et ses études d'infirmière
664 donc 3 ans je crois mais je suis pas sûre.

665 **Er** : D'accord et ça fait longtemps que vous habitez ici ?

666 **E** : Oui

667 **Er** : Vous étiez où avant ?

668 **E** : J'habitais dans la maison de mes parents mais qui est à trois rues d'ici et entre mes
669 parents et ici j'ai habité un studio à Villeparisis.

670 **Er** : Euh vous êtes mariée ?

671 **E** : Non

672 **Er** : Vous avez des enfants ?

673 **E** : Non. C'est le drame de ma vie ça

674 **Er** : Ah... euh est-ce que vous avez une confession religieuse ?

675 **E** : Euh oui je suis catholique, j'ai fait tout euh baptême, communion et machin après je suis
676 pas pratiquante pratiquante. Mais croyante oui.

677 **Er** : Et euh vous avez des frères et sœurs ?

678 **E** : Oui j'ai trois frères et deux sœurs. On est nombreux.

679 **Er** : Et ils font quoi eux comme métier ?

680 **E** : Alors mon frère il est cadre chez Nespresso, après ma sœur est elle secrétaire euh non
681 elle est en train de faire des études pour être expert comptable mais à la base elle est

682 secrétaire ; après mon autre frère il était cuisiner mais maintenant il a son entreprise de
683 bricolage là et j'ai un frère qui est malade parce qu'il a une maladie psy...psychologique,
684 psychiatrique on va dire, il est psychotique donc là il ne travaille pas et pendant des années
685 en fait il allait pas bien, il a fait des crises et tout ça mais là, ça a été très compliqué, il a fallu
686 le faire interner et maintenant il est sous curatelle. Donc maintenant il a un traitement donc
687 ça va bien et puis après j'ai ma dernière sœur, elle était visiteuse médicale et maintenant
688 elle travaille avec son mari et c'est dans l'informatique, ils créent des sites en fait mais je sais
689 pas trop ce qu'elle fait là-dedans, j'ai pas très bien suivi.

690 **Er** : Et vous vous situez où dans la fratrie ?

691 **E** : Je suis la première moi

692 **Er** : Et le dernier a quel âge ?

693 **E** : La dernière elle a elle vient d'avoir 40 ans, elle a 11 ans de moins que moi
Son téléphone sonne de nouveau, elle y répond durant quelques minutes.

694 **Er** : Bon bah du coup si vous n'avez rien à rajouter, c'est bon pour moi

695 **E** : Ok bah j'espère que ça vous servira

696 **Er** : Oui oui bien sûr et encore merci d'avoir pris de votre temps pour faire cet entretien avec
697 moi

698 **E** : De rien

Entretien n°9/10 – Martine	
<i>« Je pense que mon corps est beaucoup plus vieux que mon âge, vu ce qu'il me fait subir »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 46 ans, vivant en couple avec son fil et les enfants de son conjoint. A un CAP et vit actuellement dans la ville de Longwy, dans le 54.
Date de l'entretien	3 juin 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Longwy
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face via Skype
Durée de l'entretien	88 minutes
Conditions de l'entretien	Chacune derrière sa caméra d'ordinateur
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	<p>Martine commence par lister ses multiples maladies, faisant qu'elle cumule les arrêts maladie. Par ce biais, elle est souvent amenée à rendre visite aux médecins et donne ainsi son avis : il y a un véritable manque d'engagement et de considération pour la personne malade. Elle est laissée au dépourvu face à des spécialistes qui ne la croient pas toujours et qui ne sont pas tous accessibles en raison de la pénurie médicale dans certaines zones géographiques. C'est un véritable procès qu'elle fait. Elle met aussi à mal les campagnes de prévention qui en ne s'adressant pas à tout le monde, provoque des laissés pour compte. Elle n'a pas spécialement peur d'une maladie en particulier car a confiance dans le progrès médical et les nouvelles technologies mais elle déplore son état de santé actuel qui la fatigue aussi bien mentalement que physiquement. Pour espérer calmer ses douleurs, elle a parfois recours aux médecines alternatives comme l'ostéopathie mais se plaint du cout des séances qui ne sont pas remboursées par la sécurité sociale. Au niveau du sport, ses maladies l'empêchent d'en pratiquer et concernant son alimentation, certains aliments lui sont interdits du fait de ses traitements permanents. En essayant d'expliquer toutes ses tares, elle revient sur son premier métier, façonneur céramique, avouant qu'il lui a abimé ses articulations. Alors, l'image qu'elle pense renvoyée d'elle-même est affectée par ses maladies. Quand elle pense à son vieillissement elle se compare à sa mère qui était beaucoup moins touchée par les maladies et les changements physiques qu'elle au même âge. Cela provoque une sorte d'inversement de la frontière entre deux générations : la mère paraît plus jeune que la fille. Clairement, elle dit que sa santé conditionne son quotidien.</p>
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Donc je fais cet entretien dans le cadre de mon mémoire et le but c'est que vous me
2 parliez de votre histoire du point de vue de la santé

3 **M** : Ok docteur donc alors au niveau de la santé en général euh... on va dire génération qui
4 vieillit mal avec à l'heure actuelle des arrête maladie qui se cumulent, des syndromes ou des
5 douleurs que nos parents n'avaient pas. Au niveau antécédents donc il y a une hyperlaxité
6 des ligaments ce qui fait des entorses à répétition et des interventions chirurgicales par
7 rapport à ça. Ensuite, syndrome de bourevet découvert à l'âge de 11 ou 12 ans mais
8 diagnostiqué à 28 ans. En autre petite joyeuseté, ils appellent ça le syndrome de coquette et
9 il s'agit de la veine et de l'artère principales au niveau de l'aîne, qui se croisent et ça fait des
10 risques de thromboses et moi c'est ce que j'ai eu avec des embolies pulmonaires à la clé.
11 Voilà. Ce qui fait que depuis 14 ans je suis sous anti coagulant, pour ne plus refaire de petits
12 caillots. Bon après les trucs euh je suis myope, presbyte et astigmat. Donc il faut mettre
13 tout ça en place. Et dans la catégorie des joyeusetés j'ai une suspicion de fibromyalgie mais
14 qui pour l'instant n'est pas diagnostiquée donc j'ai mal partout mais on ne sait toujours pas
15 pourquoi. D'où le fait que je sois souvent en arrêt maladie ces dernières années.

16 **Er** : Et donc vous faites des examens régulièrement ?

17 **M** : Au niveau cardiaque j'ai plus aucun suivi, au niveau bah des embolies pulmonaires et de
18 la thrombose ils ont écarté les vaisseaux et en fait la veine principale de ma jambe gauche
19 elle n'existe plus. Ça fait le verre de terre que tu as laissé au soleil et puis c'est tout. Et le
20 traitement anti coagulant reste depuis et à chaque fois qu'on a essayé de l'arrêter ça partait
21 en sucette donc on essaie plus. Pour ma fibromyalgie, les derniers examens remontaient à 5
22 ans maintenant et le rhumatologue chez qui j'ai été a envoyé un courrier à mon médecin
23 traitant pour dire qu'il fallait seulement rassurer la patiente. Voilà voilà donc à ce moment-là
24 je les ai un peu tous envoyé péter (*rit*) et en plus entre temps j'ai déménagé et j'ai dû changé
25 de médecin traitant. Mais pour avoir un suivi de dossier, t'arrives avec le tien qui fait 10cm,
26 ils ont pas forcément envie de tout éplucher et ils recommencent en mode « on va mettre
27 du doliprane et ça ira mieux » donc toi tu pousses une gueulante pour leur dire qu'il faudrait
28 qu'ils lisent un peu plus loin. Et il y a 6 mois je me suis cassée la figure dans les escaliers, je
29 me suis fait en plus une entorse cervicale bah là le médecin traitant a essayé de regarder
30 plus loin et j'ai eu scanner, IRM donc effectivement ah oui j'ai oublié que j'ai de l'arthrose au
31 niveau lombaire et cervical donc là ils ont vu que j'avais de l'arthrose donc que mes lombaires
32 ou mes cervicales pourraient être la cause de mes douleurs partout, mais pas forcément
33 que. Parce qu'il y a un mois et demi je me suis réveillée, je pouvais pas bouger ma main
34 droite et pourtant j'étais pas tombée dans les escaliers.

Eclipse de 1 minute.

35 Et j'ai changé de rhumato parce que celui que j'avais avant il disait « c'est simple les
36 médecins traitants c'est tous des cons, les kinés c'est tous des cons, les radiologues c'est
37 tous des cons » 'fin bref à part lui tout le monde est con (*rit*). Donc là je suis sous traitement
38 antalgiques et opiacés parce qu'avec mon traitement anti coagulant, on peut pas me donner
39 d'anti inflammatoire. Donc c'est cortisone, morphine, opium et tous les trucs qui vont bien.
40 Mais là je les prends plus parce que j'ai toujours aussi mal avec mais en plus ils me mettent
41 la tête à l'envers. Les effets secondaires là quand je suis tombée ils m'ont donné de la
42 morphine à forte dose mais après quand ils ont arrêté, je me suis retrouvée dans un état de
43 manque monumental, à péter des câbles pas possibles, à devenir imbuvable, à être sur les
44 nerfs, la droguée en manque quoi. Et j'avais 19.6 de tension et le médecin du travail qui me

45 dit « oh bah ça doit être l'émotion parce que vous me rendez visite » et je lui dis « ma bonne
46 dame depuis le temps que je vais voir des médecins, ça m'émeut plus beaucoup » (*rit*). Mais
47 bon, on arrive un peu à garder le sourire. Mais sinon au niveau médecine, pour te trouver un
48 nouveau médecin j'ai l'impression que c'est une catastrophe : entre ceux qui partent en
49 retraite, ceux qui ne reprennent pas la clientèle, ceux qui sont trop loin de chez toi bah... ils
50 sont en plus déjà bien sur bouqués donc...

Eclipse de 3 minutes.

51 Mais c'est là que tu te dis que tu te demandes s'il y a une pénurie ou s'il n'y a plus de
52 vocation ou si le système fait en sorte avec leurs quotas qu'ils avaient imposé à une époque
53 avec tant de personne pour telle spécialité dans chaque établissement où on se retrouve en
54 mode cata quoi. Et c'est pareil au niveau dentaire et ophtalmo quoi.

55 **Er** : Oui je vois et qu'est-ce que vous pourriez dire d'autre du système de santé ?

56 **M** : Bah en plus étant quand même lorraine, je trouve que le système Alsace-Moselle
57 fonctionne super bien et finalement je comprends pas pourquoi ça n'a jamais été établi au
58 niveau national parce que tu es mieux pris en charge, mieux remboursé, il n'y a pas de
59 pénurie comme nous ici et c'est pas des caisses qui sont déficitaires donc euh... c'est ça qui
60 me paraît bizarre. Et il y a les délais quoi parce que quand tu dois passer un examens, scan,
61 un IRM et machin, c'est relativement long, pareil pour aller voir un spécialiste comme
62 l'ophtalmo j'ai pris mon rendez-vous pour 5 mois avant, pour le rhumato j'avais un mois de
63 délai donc faut vraiment gérer ta crise toi-même ou avoir un médecin traitant compréhensif
64 et qui fait ce qu'il faut. Au niveau sécu bah c'est que du bonheur bon encore étant salariée
65 j'ai toutes les indemnités journalières qui passent directement par mon entreprise donc ça
66 roule mais la dernière fois que j'ai été un arrêt, j'ai été convoquée chez le médecin conseil
67 parce que j'avais eu trois mois consécutifs d'arrêt maladie mais ils m'ont convoqué et j'avais
68 déjà repris le boulot depuis un mois donc là tu te dis qu'ils ont quand même une petite
69 charrette de retard.

70 **Er** : Ah oui effectivement...

71 **M** : Oui c'est les joyeusetés administratives quoi. T'as le temps de retourner au boulot et
72 d'être mort ! Et avec tout ce qui n'est plus remboursé et tout ce qui est en passe de devenir
73 du confort ou comme du luxe comme au niveau de certains médicaments et moi j'étais
74 remboursée à 100% et un jour mon médecin a reçu un courrier lui disant de m'enlever mon
75 100% parce que je ne coutais pas assez cher à la sécu. Voilà (*rit*) et là tu te dis bon pour les
76 diabétiques, pour les gens qui ont des maladies récurrentes et qui auront des traitements
77 longs et constants, tu te demandes comment ils vont faire. C'est pas très logique je trouve.

78 **Er** : Oui oui... et qu'est-ce que vous pensez des campagnes de prévention sanitaires ?

79 **M** : Bah la première qui me vient en tête c'est pour la vaccination contre la grippe avant
80 l'hiver. Pour moi elle est nécessaire pour les personnes à risque mais par contre au niveau
81 diffusion, elles passent pas forcément par le public visé quoi.

82 **Er** : Ah oui ?

83 **M** : Bah à part les petits vieux, il y a des tas de corps de métiers où les gens ne sont pas au
84 courant de plein de choses quoi. Et moi par exemple je suis auxiliaire de vie sociale et dans
85 mon métier je suis amenée à rencontrer des gens plus ou moins euh et on nous conseille de

86 nous faire vacciner mais c'est pas une obligation quoi et si on le fait ça serait une démarche
87 personnelle. Donc faut qu'on paye notre vaccin quoi.

88 **Er** : Et est-ce vous vous considérez comme une personne à risque ?

89 **M** : Ouiii (*rit*) non je suis une personne qui prend des risques. Mais à risque non n'ayant rien
90 à la base de contagieux perso, je ne suis pas à risque mais par mon métier je peux devenir
91 vecteur. Par exemple, il y a un an, j'ai travaillé en immersion dans une famille pour la
92 naissance d'un bébé chez une dame qui avait une sclérose en plaque et elle m'a contacté
93 moi plus tard pour me dire que les petits boutons de chaleur du bébé ce n'était pas ça mais
94 que les grands frères avaient ramené la galle à la maison. Voilà et du coup moi il fallait que
95 j'aille tout de suite chez mon médecin pour voir si je l'avais et si je pouvais la transmettre.
96 Normalement ma hiérarchie ne m'a rien dit et du coup moi j'ai continué d'aller bosser chez
97 les gens, en étant moi vecteur de contamination.

Eclipse de 1 minute.

98 **Er** : D'accord et au niveau des dépistages, est-ce vous en avez entendu parlé, vous en faites ?

99 **M** : Alors dépistages bah même problème que... j'ai eu quand même un traitement lourd il y
100 a trois ans et puis il y a aussi comme j'ai fait pas mal de fausses couches bah y a un moment
101 les gynécos je les avais assez vu hein. A côté j'avais un médecin traitant qui prenait tout en
102 charge et me faisait tous les traitements qu'il fallait. Mais j'ai pas eu la sécu ou un truc
103 comme ça qui m'a envoyé de courrier pour me dire que je rentrais dans la tranche d'âge
104 où... c'est-à-dire que si moi je sais pas qu'il faut que je fasse un suivi effectivement à 45 ans
105 bah voilà. Mais par contre il y a trois ans, petite visite de routine chez le gynéco, il m'a trouvé
106 des cellules pas sympas avec le frottis et il y a eu 6 mois de traitement avec tous les deux
107 mois où on te retire un petit bout de chaire pour voir ce qu'il y a dedans, je sais plus le mot
108 mais c'est pour voir s'il y a les cellules cancéreuses. Bon au final tout allait bien et les
109 traitements étaient redevenus sympathiques (*rit*).

110 **Er** : D'accord et est-ce que vous êtes dans la prévention d'une autre façon ?

111 **M** : Bah je fume toujours autant donc ça c'est pas de la prévention, j'aime bien mon apéro
112 donc ça non plus ah si ça c'est de la prévention pour le moral, c'est vital (*rit*) euh après au
113 niveau prévention non c'est plus euh l'application des règles d'hygiène de vie de base, parce
114 que c'est aussi quelque chose que je fais au niveau professionnel donc c'est quand même
115 quelque chose que je fais de façon assez naturelle mais non je me mets pas une croix sur
116 mon calendrier pour me dire qu'il faut que je prenne rendez-vous chez bidule ou machin euh
117 non. A ce niveau-là de toutes façons je suis mauvaise élève parce qu'étant sous coagulant
118 normalement je devrais faire une prise de sang tous les 15 jours. Bon on va dire que je la fait
119 toutes les 6 semaines. Y a un moment ça fait quand même 14 ans que ça dure donc voilà.
120 Bon c'est aussi pour ça que je me suis faite tiré les oreilles quand je me suis cassée la figure
121 dans les escaliers parce que je suis allée aux urgences seulement 5 jours après mais j'ai
122 tellement l'habitude d'avoir mal donc ça va passer. Bon c'est pas passé donc je suis allée
123 consulter. Mais c'est devenu tellement routinier de prendre mes petits traitements et de
124 faire mes prises de sang que j'avais plus forcément en tête ce paramètre-là quoi. Et c'est
125 devenu un peu comme les petits vieux, le renouvellement d'ordonnance, t'as plus besoin de
126 demander, surtout qu'en plus si tu connais ton médecin depuis longtemps, il te le met à
127 chaque fois sur l'ordonnance quoi. Et puis j'ai eu un gros bilan que j'ai fait il y a 3 ans donc
128 depuis j'avoue que mais tout va bien donc bon.

129 **Er** : D'accord. Euh est-ce que vous avez peur de certaines maladies ?

130 **M** : Peur de certaines maladies... euh pad forcément parce que je vois euh je suis des
131 mamans qui ont des scléroses en plaque, qui ont des tas de trucs et ça les empêche pas
132 d'être heureuses, ça les empêche pas d'avoir des enfants et d'avoir des vies euh si normales,
133 différentes mais normales. Bon après c'est plus certaines maladies qui t'isolent et tu te
134 retrouves avec personne autour. Et quand j'ai dû me faire traiter pour la galle là, en plus
135 dans l'inconscient collectif, c'est encore des maladies sales et tout donc c'est des trucs faut
136 surtout pas les dire. Donc ça isole et tu te retrouves tout seul comme un con, comme un
137 poisson rouge dans son bocal. Après je continue de faire confiance aux technologies et aux
138 traitements qu'on a maintenant. Mais je veux dire soit tu t'accordes un confort de vie soit tu
139 t'accordes euh un confort de fin de vie alors que maintenant tu as des traitements, des
140 rémissions bon. Après savoir si c'est vraiment accessible pour tout le monde bah ça c'est un
141 autre problème quoi. Les découvertes ou des diagnostics y en a partout qui sont fait comme
142 au Canada ou au Japon mais d'ici à ce qu'on les ait en France euh...

143 **Er** : Oui je vois. Et alors c'est quoi pour vous la bonne santé ?

144 **M** : La bonne santé euh ne pas avoir mal (*rit*) c'est con mais c'est le vécu qui parle. C'est
145 pouvoir vivre ta vie comme tu le veux quand tu le veux, sans avoir la contrainte de ton état
146 physique.

147 **Er** : D'accord. Et alors comment vous qualifieriez votre état de santé actuel ?

148 **M** : Euh merdique ! (*rit*) je suis honnête hein. C'est fatiguant. Ça épuise physiquement et
149 mentalement. Avoir mal en permanence il y a un moment où euh je le dis à mon médecin
150 hein « j'aimerais bien que pendant une heure je n'ai plus mal ». Il avait trouvé le moyen mais
151 c'était avec la morphine mais t'es complètement assommé et tu dors donc de toutes façons
152 t'as pas pu profiter de l'heure où t'avais pas mal, le bénéfice tu l'as pas.

153 **Er** : D'accord. Oui effectivement. Et alors est-ce que vous connaissez ou pratiquez tout ce qui
154 est médecines alternatives ?

155 **M** : Alors j'ai essayé l'acupuncture, l'ostéopathe, le yoga aussi mais le problème c'est que j'ai
156 mal en permanence mais avec des pics et des poussées. Et en période de pics bah les kinés
157 ne veulent pas me manipuler donc comme ça touche aussi mes cervicales, aucun prend le
158 risque en fait. Mais par contre sur les recommandations de ma maman j'ai essayé
159 l'acupuncture mais au bout de 6 séances j'ai arrêté parce que c'était super douloureux. Y a
160 des aiguilles euh les petites ça suffisait pas chez moi donc il prenant les grandes et il les
161 plantait dans les endroits où ça faisait mal donc... mais plus ça allait et pire les séances
162 étaient. La dernière fois c'est moi qui lui ai demandé d'arrêter parce que j'en pleurais quoi.
163 Et puis partout où il me piquait je me retrouvais avec de bleus partout à cause de mon anti
164 coagulant toujours. Et puis l'ostéo il y a le côté financier qui rentre en ligne de compte et moi
165 ma mutuelle elle le prend pas en charge donc du coup c'est 50 euros la demie heure et qu'il
166 arrive directement en te disant qu'il va falloir au moins quatre séances et qu'en plus il pourra
167 pas faire tout ce qu'il voulait parce que ça fait trop mal.

168 **Er** : Euh est-ce qu'il y a des antécédents familiaux ?

169 **M** : Ouhlaaaa oui (*rit*) du côté maternel il y a des problèmes cardiaques, la sœur de ma mère
170 qui a eu un cancer du sein, tout ce qui est problème veineux du genre varices et... les
171 naissances prématurées. Et du côté paternel il y a du diabète et l'hyperlaxité ligamentaire.

Eclipse de 1 minute.

172 **Er** : Et est-ce qu'au niveau alimentation vous êtes aussi un peu dans la prévention ?

173 **M** : Je suis obligée parce que mon anti coagulant c'est un anti vitamine K donc tout ce qui est
174 fruits et légumes, tout ce qui contient de la vitamine K, faut que je fasse attention à la
175 quantité. Mais après j'ai ce qu'on appelle le côlon irritable donc je ne digère pas les fibres.
176 Faut que je fasse attention et donc je me rattrape sur les fruits et les compotes, comme les
177 bébés. Et puis j'essaie quand même de faire attention à tout ce qui est plats préparés, boites
178 de conserve et tout, j'en ai de secours à la maison mais je préfère passer une ou deux heures
179 à la cuisine, au moins tu sais ce que tu as dans ton assiette. Et on essaie d'équilibrer au
180 niveau des repas tout au long de la journée quoi. Après cet équilibre on a beau faire, quand
181 tu bouge pas bah...

182 **Er** : Oui du coup vous faites pas trop de sport

183 **M** : Bah non parce que le seul sport pour l'instant que je pourrais faire c'est la natation et
184 encore je pourrais nager que sur le dos à cause de mon dos du coup. Et puis chez moi la
185 piscine est en travaux depuis 6 mois donc... y a du boulot.

186 **Er** : Et du coup qu'est-ce que vous pensez de votre corps ?

187 **M** : Euh que ma mère m'a dit que le bureau des réclamations était fermé parce que sinon je
188 voudrais bien changer quelques pièces (*rit*). Bon sinon après il est ce qu'il est, avec ses
189 qualités et ses défauts mais effectivement je pense que je l'ai beaucoup abîmé étant jeune,
190 au W. je faisais un métier d'homme assez physique et au niveau des articulations j'en paye
191 un peu le prix maintenant quoi. J'étais modeleurs, mouleur, façonnier et céramique. Et je
192 faisais toute la chaine de fabrication avant, c'était vraiment de l'artisanal.

193 **Er** : Et ça fait longtemps alors que vous avez arrêté ?

194 **M** : Bah j'ai arrêté quand Nathan avait deux ans et puis après j'ai connu une période de
195 chômage puis je me suis lancée et la boîte a coulé au bout de trois ans et maintenant je suis
196 auxiliaire de vie et je suis au sein des familles depuis 6 ans environ.

197 **Er** : Et est-ce que vous faites attention à votre corps au niveau esthétique ?

198 **M** : Oui, là se voit pas trop parce qu'il fait chaud mais si quand même. J'aime bien mon petit
199 rendez-vous chez le coiffeur, avec mon petit massage, pas avoir une tête de folle comme
200 aujourd'hui, mon petit trait de maquillage. Et après y a des trucs que j'ai perdu d'avoir
201 comme les bijoux mais à cause de mon métier j'en mettais plus et j'ai perdu l'habitude.
202 Pareil pour le vernis à ongle, pour l'hygiène. Et puis je fais quand même un peu attention à
203 ma silhouette sinon j'aurais pas acheté un vélo d'appartement. Et puis maintenant comme il
204 fait de plus en plus beau j'essaie quand je peux d'aller me promener une demie heure,
205 histoire de bouger tout ça.

206 **Er** : D'accord et est-ce que vous êtes préoccupée par le regard des autres ? On vous a déjà
207 fait des remarques ?

208 **M** : Non mais oui justement à chaque fois que je prends de la cortisone, je prends du poids.
209 J'ai tendance à beaucoup transpiré donc quand je rentre du boulot j'ai une tête de folle.
210 Mais bon, tant que je plais à mon homme ça va. Et encore (*rit*)

211 **Er** : Et qu'est-ce que vous pensez que vous renvoyez comme image ?

212 **M** : ça dépend des moments parce que suivant le taux de douleurs que j'ai bah soit je suis
213 quelqu'un d'enjoué et souriant, soit quelqu'un sur lequel tu vas lire en permanence qu'il y a
214 de la douleur et que je serre les dents. Mais à la base c'est plutôt une nature cool, tranquille
215 et souriante.

216 **Er** : Et est-ce que vous pensez que vous faites votre âge ?

217 **M** : Non en plus je pense que mon corps est beaucoup plus vieux que mon âge, vu ce qu'il
218 me fait subir mais physiquement ce sont les personnes extérieures qui me disent que je ne
219 fais pas mon âge.

220 **Er** : Et vous personnellement ? A part physiquement, vous trouvez que vous faites votre
221 âge ?

222 **M** : Bah ça va, j'ai gardé un petit côté fo-folle où si je suis avec mes copines plus de 15
223 minutes, je redeviens folle, pas besoin d'aller chercher l'album photos hein, ils sont dans la
224 tête les souvenirs. Mais après il y a quand même l'âge, l'expérience.

225 **Er** : D'accord et comment vous imaginez, appréhendez la cinquantaine ?

226 **M** : Dans 4 ans, oh ! Bah je dirais que tout va dépendre de savoir si on arrive à me gérer au
227 niveau des douleurs. Et ça serait même pour plus tard parce que si je me dis qu'il me reste
228 20 à 30 ans à continuer 'fin même à empirer comme ça euh... mais je pense que j'ai encore
229 des bons petits moteurs qui me poussent à rester jeune. Je pense qu'ils me feront pas plus
230 mal que les 40 et déjà ils m'ont pas fait plus mal que les 30 donc.

231 **Er** : Et est-ce que vous vous considérez comme « vieille » ?

232 **M** : Non, non attend en plus mes grands-mères qui sont mortes passée 80 ans, moi si j'étais
233 vieille maintenant on serait vraiment la génération manquée !

234 **Er** : Je demande, je demande. Et est-ce que vous vous considérez comme une sénior ?

235 **M** : Non pas encore, pour moi senior c'est passé les 70. Même si mes artères me disent le
236 contraire, de toutes façons je les écoute pas.

237 **Er** : Euh d'accord. Et est-ce que vous pensez au vieillissement et au temps qui passe ?

238 **M** : Non, quand je vois le nombre de copines avec leurs crèmes de jour ou de nuit euh non
239 moi j'ai jamais eu ça dans mes tiroirs et les rares fois où j'en ai acheté le pot dure deux jours
240 et après je l'oublie. Le seul truc mes petites colorations pour cacher mes cheveux blancs, un
241 minimum quoi. Et puis je trouve qu'il y a certaines rides qui sont très jolies donc je vois pas
242 pourquoi on devrait les cacher.

243 **Er** : Et vous n'y pensez pas au quotidien ?

244 **M** : Bah si quand je pense que mon conjoint à des enfants encore jeunes et qu'ils me
245 demandent de jouer au ballon avec euh bah non. On a plus l'âge pour jouer avec eux. Mais il
246 y a aussi le frein physique parce que la mécanique ne suit pas quoi. Et je me dis que j'avais
247 pas ces soucis-là quand Nathan avait le même âge, parce que j'avais pas le même âge. C'est
248 vraiment la mécanique qui suit pas.

249 **Er** : D'accord et est-ce que vous pensez à la retraite ?

250 **M** : Tous les jours (*rit*) ! Dans le sens où effectivement j'arrêteraient d'aller me faire mal au
251 boulot. Et y a un truc qui me fait rire c'est quand un médecin me sort « trouvez-vous un
252 métier où vous vous servez pas de vos mains »... et donc bah oui mais j'en ai pas trouvé des

253 masses quoi. Et quand tu penses qu'il te reste minimum 20 ans à taffer euh je me dis que
254 c'est encore loin (*rit*)

255 **Er** : Mais comment vous l'imaginez ?

256 **M** : J'espère surtout pouvoir en profiter. Bon ça c'est aussi le côté euh mon père n'a pas pu
257 en profiter du tout donc j'espère que je tiendrai pas de lui. Mais pas que, il y a aussi le
258 problème de la retraite, maintenant y en a plus des masses des personnes qui arrivent à être
259 à la retraite à 60 ans. Donc nous ça sera au moins 70, pour avoir notre compte d'annuités.
260 Donc je me dis oui que ça va être long.

Eclipse de 2 minutes.

261 **Er** : Et est-ce que vous vous voyez prendre du temps pour vous ?

262 **M** : Ah oui, c'est le but du jeu (*rit*), pouvoir en profiter, pouvoir voyager, faire tes petites
263 sorties, tes amis voilà c'est pouvoir continuer et te consacrer enfin du temps pour toi.

264 **Er** : Et est-ce que ça vous arrive de vous projeter quand vous voyez votre mère vieillir ?

265 **M** : Non parce que je trouve qu'au même âge elle était euh en fait je me projette pas, je me
266 compare alors c'est peut-être pas ce qu'il faut faire mais physiquement elle n'a jamais été
267 aussi entamée que nous au même âge. Donc là maintenant ça commence à se voir un peu
268 plus quand elle marche mais jusqu'à il y a peu, je lui demandais de ralentir parce que
269 j'arrivais pas à la suivre quoi. Alors que bon, normalement c'est pas dans ce sens-là que ça
270 marche. Mais bon, il y a eu des traitements et avoir mal comme moi j'ai mal, elle connaît
271 pas. C'est seulement maintenant qu'elle commence à mais sinon voilà. Donc je me projette
272 pas, j'arrive pas à visualiser si j'arriverais à faire les mêmes choses au même âge. Après on a
273 pas eu les mêmes rythmes de vie et on s'est pas usées de la même façon.

274 **Er** : Et alors c'est quoi pour vous le bon vieillissement ?

275 **M** : Bah c'est justement pouvoir profiter de ta retraite et pouvoir t'éclater et faire ce que tu
276 as envie. Donc pouvoir bouger et ne pas être dépendant de quelqu'un pour un oui et pour
277 un non.

Eclipse de 1 minute.

278 **Er** : Et donc on peut dire que pour revenir un peu sur votre état de santé actuel, que c'est
279 plus une question d'âge qui...

280 **M** : C'est ça c'est le computer il veut bien mais la machinerie elle veut pas.

Eclipse de 3 minutes.

281 Mais effectivement maintenant plus j'ai mal et plus je fais attention à mes postures, à savoir
282 comment je me penche et ainsi de suite et finalement ça empêche pas que ça augmente
283 quoi.

284 **Er** : Donc est-ce que vous diriez que votre santé conditionne votre vie, votre quotidien ?

285 **M** : Pour le moment oui. Tout à fait.

286 **Er** : « pour le moment » donc vous pensez que ça va changer ?

287 **M** : Bah j'espère que ça va s'inverser (*rit*), je continue à y croire. Le truc tout con, le week-
288 end dernier j'avais prévu de descendre chez ma sœur mais je pouvais conduire et je pouvais
289 pas prendre le train parce que je serais arrivée toute démontée.

- 290 **Er** : D'accord. Et alors si vous deviez définir en quelques mots votre vision de la santé ?
- 291 **M** : Euh... le bien-être à tous point de vue et ça reste une condition *sine quanone* pour être
292 heureux et s'épanouir. Malgré tout.
- 293 **Er** : Et alors vous est-ce que vous diriez que vous êtes heureuse ?
- 294 **M** : En ce moment c'est un peu compliqué, au niveau de mon état de santé c'est comme
295 quand je décrivais mon état d'humeur, quand tu as mal, c'est difficile de trouver un côté
296 épanouissant dans la douleur. Ça pourrait être nettement mieux.
- 297 **Er** : D'accord. Bon et bien, vous avez quelque chose à rajouter ?
- 298 **M** : Bah sur le corps médical euh bah quand j'étais petite, je me suis ouverte l'oreille sur un
299 rebord de lavabo. Et à l'hôpital le médecin m'a dit « c'est simple, soit t'arrêtes de pleurer,
300 soit je te mets dans le frigo »... donc la délicatesse des médecins voilà quoi (*rit*)
- Eclipse de 5 minutes.*
- 301 **Er** : D'accord et avec ça, vous n'avez pas peur de faire confiance au corps médical ?
- 302 **M** : Bah d'après mon vécu dans les urgences, quand il y a un gamin, on laisse les parents aller
303 avec donc je pense que ce genre de réflexion ne pourrait plus se faire mais pour tout ce qui
304 est vraiment diagnostic de quelque chose, je sais pas si c'est parce qu'ils sont devenus
305 tellement routiniers que mais bon...
- Eclipse de 2 minutes.*
- 306 **Er** : Oui et je vous ai pas demandé mais comme vous fumez, vous n'avez pas peur du cancer
307 du poumon ?
- 308 **M** : Bah peur non, je sais qu'il me pend au nez, effectivement ça fait des années que je me
309 dis qu'il faut que j'arrête mais à chaque fois il y a quelque chose qui fait que. Mais après ça
310 ne serait qu'un gain au niveau de la santé et financier, ça c'est clair.
- 311 **Er** : D'accord. Bon bah je vais vous posez des questions de portrait alors vous m'avez dit que
312 vous étiez auxiliaire de vie sociale et vous avez quoi comme niveau de diplôme ?
- 313 **M** : Alors moi j'ai à la base un CAP quand je suis rentrée dans la branche de la céramique
314 mais à l'époque, avant qu'ils fassent une revalorisation, ça équivalait un bac. Et ensuite pour
315 auxiliaire de vie sociale c'est une qualification professionnelle.
- 316 **Er** : D'accord et alors vos deux parents étaient professeurs et votre père il est mort à...
- 317 **M** : 59 ans, d'un diabète qu'il n'a pas traité pendant 20 ans. Mais un jour en allant à la
318 piscine, il s'est blessé le pied mais il a rien dit à personne. Donc ça s'est transformé en
319 gangrène et malgré une amputation bah ça n'a pas suffi. Et puis avec le diabète et l'alcool
320 aussi il faut le reconnaître bah ce qui tenait encore avec des petits bouts de ficelle bah tout a
321 lâché quoi.
- 322 **Er** : Et pour finir, est-ce que vous avez une confession religieuse ?
- 323 **M** : Bah j'ai été baptisée mais très peu pratiquante. Disons que je réponds aux invitations de
324 mariage, de baptême et d'enterrement.
- 325 **Er** : D'accord bon bah de mon côté c'est tout bon
- 326 **M** : Bon bah c'est niquel, en espérant que ça serve

Annexes

- 327 **Er** : Mais oui c'est super, merci beaucoup pour votre temps
- 328 **M** : Mais de rien
- 329 **Er** : Merci

Entretien n°10/10 – Christelle <i>« Tu te dis chouette, je n'ai que 45 ans, j'ai encore toute la vie devant moi »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme de 45 ans, divorcée, vivant avec ses deux enfants de 16 et 17 ans dans la ville de Lyon. Elle est responsable immobilier dans une petite structure.
Date de l'entretien	5 juin 2017
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Lyon
Mode de recrutement	Par interconnaissance
Type de passation	En face à face via Skype
Durée de l'entretien	79 minutes
Conditions de l'entretien	Chacune derrière sa caméra d'ordinateur
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Dès le début, Christelle commence par dire qu'elle s'est totalement tournée vers les médecines alternatives par le biais de l'ostéopathie, de l'homéopathie mais surtout de l'alimentation. L'alimentation rentre dans la prévention et c'est ainsi surtout qu'elle se soigne. Elle ne va jamais chez le médecin et critique l'industrie pharmaceutique et les campagnes de prévention qui se servent mutuellement les unes des autres. De plus, en ce qui concerne la médecine « traditionnelle », elle ne la voit que comme un pansement tandis que la médecine alternative prend davantage en compte l'individu et cherche à trouver la cause de la maladie. Quand elle aborde plus en détail le sujet de la maladie c'est pour dire que celle-ci est comme un message du corps qui fatigue. En parlant de fatigue, elle reconnaît en éprouver plus souvent qu'avant ses 45 ans, âge auquel elle a senti un tournant. D'ailleurs, elle a mis plus d'un an à accepter son âge et le fait qu'elle avançait en âge. Même si elle ne ferait pas appel à la chirurgie esthétique, elle prend soin de son corps et de son apparence. Mais elle ne court pas après la jeunesse éternelle et c'est en cela qu'elle accepte plus facilement son vieillissement. Elle fait du sport régulièrement et ne ressent aucune limite corporelle. De plus, elle n'exprime aucune peur concernant la mort car selon elle, elle fait partie de la vie, c'est inéluctable. Il en va de même pour le temps : en vieillissant on se concentre moins sur son égo et plus vers la spiritualité faisant que le temps n'apparaît plus comme une finalité. Enfin, la santé fait partie d'un tout, d'un équilibre. Alors, il y a de la bonne santé là où il y a de l'équilibre. Mais pour cela, il faut avoir une bonne hygiène de vie.
Enquêteur	Agathe Mündler

1 **Er** : Alors pour commencer, je suis en master de sociologie et merci d'avoir accepté de faire
 2 cet entretien avec moi. Le but de cet entretien c'est que vous me parliez de votre expérience
 3 de la santé...

4 **C** : Alors qu'est-ce que je pense de la santé... donc vaste sujet moi je suis plutôt
 5 extrêmement médecines parallèles. Je m'auto-médicamente, beaucoup avec tout ce qui est
 6 huiles essentielles. C'est pas que je crois pas en l'allopathie mais presque mais je crois ce que
 7 disait Socrate « que l'aliment soit ton premier médicament ». Alors pour moi se soigner
 8 maintenant c'est presque une hérésie parce que si tu pars du principe que tu as une bonne
 9 hygiène de vie bah pas besoin de médecin et de médicaments. Donc j'ai une approche
 10 différente mais avec mes enfants on est jamais malade. Mais on a eu du mal parce que dès
 11 le départ il y a des normes pour les enfants, les vaccins et tout et pour moi dès le départ on
 12 en fait des animaux de laboratoire. Pour moi les vaccins c'est de la connerie et ils existent
 13 pour enrichir les labos à mon avis et on inocule pas mal de maladie et puis on a des maladies
 14 qu'on avait pas avant, toutes les maladies sont mutantes. Donc euh... pour moi rester en
 15 bonne santé c'est manger sainement, en évitant la viande, nous on en mange plus beaucoup
 16 hein. Ensuite quand on a besoin de certaines choses c'est tout ce qui est huiles essentielles
 17 alors effectivement 45 ans, j'entre dans la tranche d'âge où les risques sont plus importants
 18 et du coup je regrette, pourtant j'ai toujours mangé sainement mais je regrette de ne pas
 19 avoir pris de meilleures habitudes alimentaires plus jeune. Aujourd'hui quand je vois les
 20 répercussions et les conséquences parce que quand on est plus jeune quand on a 10 ans, 20
 21 ans, 30 ans, on y pense pas à ces choses. Et votre enquête est assez révélatrice sur cette
 22 tranche d'âge parce que à partir de 40-45 ans, le corps commence un peu à refléter 'fin à
 23 être ce que tu de ce que tu as ingurgité pendant 30 ans. Et pour moi les maladies c'est ton
 24 corps qui s'exprime, c'est ton corps qui essaye de faire passer des messages quoi. Après
 25 effectivement tu as de organes qui sont malades mais là aussi, je suis assez proche de la
 26 médecine chinoise et du coup tout ce qui est émotions pas traitées, pas évacuées, tout ce
 27 qui ne sort pas en mots tu le sors en maux. Et souvent on cristallise les émotions et il faut
 28 que ça sorte donc si tu as une faiblesse sur un organe, c'est là où ça va se cristalliser, tout ce
 29 qui bah la médecine chinoise parle d'émotion liée à des organe donc quelqu'un qui a
 30 beaucoup de peine, qui est triste, ça se met sur ses poumons, quand tu es en colère et que
 31 tu pardonne pas ça se met sur le foie donc... moi j'essaye effectivement par l'alimentation,
 32 par la philosophie entre guillemets, par la spiritualité de... comprendre, pardonner, me
 33 pardonner. Voilà. Et si un jour j'ai une maladie je sais pas comment je gèrerais le truc, je sais
 34 pas si j'ai envie de me mettre des saloperies dans le corps. Je sais pas si j'ai une grave si
 35 j'accepterai de me soigner alors je te dis ça parce que je suis en bonne santé hein mais
 36 vraiment je trouve qu'on est tellement manipulé par les labos et d'un côté je trouve qu'on
 37 est empoisonné par la nourriture et de l'autre côté c'est pour nous vendre des médicaments
 38 euh tu vois j'ai un peu envie de sortir du système, de sortir de tous les systèmes.

39 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que vous pensez des campagnes de prévention ?

40 **C** : Bah je pense qu'elles sont faites pour vendre des vaccins, des médicaments et c'est fait
 41 pour faire bosser les labos. Je crois qu'on est euh les gens ne sont pas assez auto disciplinés,
 42 beaucoup sont dépendants et ils ne se prennent pas assez en main, ils ont besoin de
 43 quelqu'un qui leur rappelle qu'il faut prendre des médicaments, attention campagne de ceci,
 44 campagne de cela, ils se disciplinent pas. Ils préfèrent être vastré devant la télé, devant un
 45 Mcd. Et ils regardent telle émission, on leur dit qu'il faut regarder ça, penser ci, ah bah tien
 46 c'est l'hiver il faut se faire vacciner contre la grippe euh et là au printemps c'est pour le

47 papillomavirus euh j'ai un peu l'impression qu'on joue à l'apprenti sorcier. Donc les
48 campagnes de prévention, je me sens pas concernée ou je me dis tien il y a un gros labo
49 derrière qui doit écouler son stock.

50 **Er** : D'accord. Et alors ça fait longtemps que vous pratiquez les médecines alternatives ?

51 **C** : Bah j'ai commencé quand ma mère est tombée malade donc forcément elle elle s'est
52 demandé si elle allait faire ses chimio et tout parce qu'elle était aussi médecine parallèle.
53 Donc à côté ça je l'ai emmenée voir tous les rebouteux parce que les chimio c'est une telle
54 souffrance, je pensais pas mais... et si tu veux moi les médecines parallèles je les ai associé à
55 une certaine spiritualité, à une approche globale du physique, du mentale 'fin de prendre
56 l'individu dans sa globalité. Et si tu veux j'ai mal à la tête bah je prends quelque chose mais
57 sa savoir ce qui me l'a provoqué donc moi j'essaie toujours de remonter à la cause. J'ai plein
58 d'amis qui font des médecines parallèles et de la médecine chinoise qui joue sur les
59 méridiens et qui jouent eux sur les canaux énergétiques et c'est vrai que rien qu'en appuyant
60 sur certains points ça te relance l'énergie vitale.

61 **Er** : D'accord et alors est-ce que tu connais d'autres formes de médecines parallèles comme
62 l'acupuncture ?

63 **C** : Ouais ouais bah déjà l'homéopathie, ça fait partie de mon quotidien, l'ostéopathie, j'y
64 vais régulièrement et j'emmène mes enfants, l'acupuncture bah c'est grâce à ça que j'ai
65 arrêté de fumer par exemple. Au bout de quelques séances couplées avec une petite
66 préparation aux huiles essentielles et j'ai totalement arrêté de fumer, sans substitut à la
67 nicotine et vraiment parce que l'acupuncture prend en individualité.

68 **Er** : Donc vous pensez que l'allopathie vous pensez qu'elle ne prend pas en compte
69 l'ensemble de l'individu ?

70 **C** : Non c'est pas ça mais l'homéopathie traite vraiment le terrain mais ça met plus de temps.
71 Mais on te donne les outils pour te soigner tout seul. Alors que pour moi l'allopathie, tu as
72 mal et on te donne un truc pour le symptôme et le symptôme c'est un message euh la
73 maladie c'est ton corps qui s'exprime et donc en allopathie quand tu as mal à la gorge on te
74 donne un truc pour plus avoir mal. Paf oui mais pourquoi tu as eu mal à la gorge ? parce que
75 ça reviendra. Pour moi l'allopathie est plus un pansement, alors parfois qui est assez radical
76 parce que certains médicaments après tu as plus mal du tout mais pourquoi tu as eu ce
77 mal ?

Eclipse de 1 minute.

78 **Er** : D'accord et alors vous faites la même chose avec vos enfants ?

79 **C** : Oui oui, homéopathie, huiles essentielles, parfois quand ça va pas, on fait des petits
80 massages et puis j'ai appris d'autres techniques un peu de magnétisme tu vois. Oui je les
81 soigne comme ça et vraiment j'avoue quand 2-3 fois que ma fille avait mal aux oreilles on l'a
82 emmenée chez le médecin bon il s'est avéré que c'est son appareil qui lui tirait les oreilles
83 donc bon ostéo mais honnêtement ils ne sont jamais malades hein.

84 **Er** : Ok et alors tout ce qui est vaccins à faire régulièrement ? Ils le font ?

85 **C** : Ils ont fait tant que c'était obligatoire pour l'école et puis après je me suis dit que c'était
86 de la connerie mais maintenant je leur fait plus aucun vaccin. Terminé. Et moi quand j'étais
87 plus jeune on m'avait fait plein de vaccins, notamment celui contre la coqueluche bah je me
88 suis tapé la coqueluche il y a 5 ans, alors que j'avais été vacciné. Et c'est l'horreur cette

89 maladie, tu tousse comme un poulet c'est horrible. Mais tu vois c'est passé, j'ai toussé
90 pendant un mois et demi et puis c'est passé. Donc le vaccin n'a pas empêché que je l'attrape
91 et je me suis guérie toute seule.

92 **Er** : D'accord, d'accord. Alors qu'est-ce que vous pensez des dépistages ?

93 **C** : Alors moi je pense au dépistage pour le HIV c'est ça ?

94 **Er** : Alors pas tout à fait, c'est plutôt qu'à partir de 50 ans, la sécurité sociale envoie des
95 lettres pour inviter les gens à aller se faire dépister pour un tas de maladies comme le cancer
96 par exemple

97 **C** : Bah alors moi je trouve que à force de parler de dépistages pour tout un tas de trucs, bh
98 ça crée une névrose chez les gens. Ils ont des craintes et ils vont tout le temps chez le
99 médecin. Ils pensent que la maladie c'est une fatalité, ça fait partie de la vie donc ils se
100 disent t'en faut aller faire vérifier ça et ça alors que moi c'est pas du tout comme ça que
101 l'envisage. Pour moi la maladie n'existe pas entre guillemets hein. Pour moi le seul dépistage
102 qui bah c'est le HIV parce que moi je fais partie d'une génération où ça a explosé.
103 Maintenant c'est beaucoup plus euh mais le HIV c'est pas ta faute donc ça serait
104 irresponsable de ne pas le savoir. Moi je pars du principe qu'il en va de la responsabilité des
105 gens après. Et puis je pense que si tu te fais confiance, si tu écoutes ton corps, si tu fais tout
106 comme il faut, s'il se passe quelque chose tu le sais. Au bout d'un moment, aller te faire
107 dépister euh pffff voilà quoi.

108 **Er** : Et du coup il n'y a pas des maladies qui vous font peur ?

109 **C** : Non. Bon quand j'étais jeune j'avais peur de tout. Et puis je me suis dit « arrête d'avoir
110 peur parce que tu as peur de vivre ». Et au bout d'un moment si tu as peur tout le temps bah
111 tu vis plus quoi.

112 **Er** : Et alors est-ce que vous associez la maladie à la vieillesse ?

113 **C** : Bah pour moi la maladie ça peut être une érosion de l'immunité, c'est une fatigue du
114 corps, des défenses mais donc effectivement ça apparaît plus quand tu vieillis parce que ton
115 corps fatigue, il est moins dynamique mais il faut essayer de pallier à ça en bougeant, en
116 sortant. Mais c'est vrai qu'on associe plus la maladie à la vieillesse qu'à un jeune enfant
117 parce que sinon ce sont des maladies un peu orphelines, un peu injustes et c'est entré dans
118 les mœurs que quand on est vieux on devient malade.

119 **Er** : Et alors comment vous l'imaginez votre vieillissement ?

120 **C** : Oh alors je l'imagine très bien, avec une grande maison, à cultiver mes légumes, à
121 recevoir mes enfants et mes petits-enfants, avoir des animaux, peut-être un chéri euh 'fin
122 mais à aucun moment je m'imagine malade ou diminuée.

Eclipse de 1 minute.

123 Et quand je repense à ma mère qui a eu un duodénome et qu'on lui a dit que c'était
124 héréditaire mais moi je ne crois pas en l'hérédité, à la limite une fragilité mais moi je pense
125 vraiment que les maladies se sont des émotions non gérées. C'est une association des deux.

126 **Er** : Et alors il y a des antécédents familiaux du côté de votre mère ?

127 **C** : Oui mais si tu veux ils ont pas tous été malades mais par exemple mon grand-père qui a
128 eu un cancer de l'œsophage bah pour moi c'est très imagé ce genre de maladie, comme
129 quelque chose qui reste coincé, quelque chose qui n'est pas dit bon il a jamais beaucoup

130 parlé mon grand-père mais et pourtant il buvait pas, il fumait pas donc... mais je ne veux pas
131 croire en une hérédité, une fatalité parce que sinon tu nais et les dés sont jetés, tu es déjà
132 condamné à ta naissance. Et puis du coup il y a des personnes qui vont se dire « ah quoi bon
133 puisque c'est héréditaire ? » et qui ne font rien pour et qui finissent par mourir de cette
134 maladie justement ; et puis après ils viennent et ils te disent « ah bah tu vois » et toi « bah
135 oui mais t'as fait quoi pour l'éviter ? Bah rien »...

136 **Er** : Oui je vois. Et alors pour passer un peu à autre chose, est-ce que vous vous considérez
137 comme une senior ?

138 **C** : Oh non arrête il est horrible ce mot ! Non alors ça a été hyper hard, autant 40 ans
139 tranquille mais quand j'ai eu 45 ans presque l'année dernière ça a été je m'approchais des
140 50 donc ça a été la descente ah ouais ouais non moi je pensais toujours avoir 30 ans ! Mais
141 alors le mot « senior » non j'ai eu beaucoup de mal à accepter que j'avais 45 ans c'était il y a
142 à peine deux mois. Te dire que tu as des rides, ta peau 'fin tout tout change et effectivement
143 accepter ton corps qui change c'est une chose très difficile mais en même temps c'est
144 inéluctable.

145 **Er** : Et alors comment il change alors le corps ?

146 **C** : Alors bah déjà tu es un peu plus molle (*sourit*) mais même ta peau manque de tonicité, tu
147 as des rides, tu commences à avoir les articulations qui pourtant je fais du sport mais tu vois
148 que tu n'as plus 15 ans quoi. Donc j'essaie de boire beaucoup d'eau, de limiter certains
149 aliments qui sont pas bons, éviter de prendre du poids parce que ça a des impacts de
150 partout quand tu marches par exemple bah ça fait mal aux genoux, aux articulations moi j'ai
151 des copains qui ont vraiment eu des soucis d'usure de cartilage parce qu'ils avaient trop de
152 poids. Et puis tu as de la graisse qui se met sur le cœur, il fonctionne moins bien et le sang ne
153 circule pas bien, il remplit plus son rôle 'fin voilà.

154 **Er** : Oui donc vous faites attention à votre poids du coup

155 **C** : Pas à mon poids parce que c'est inéluctable que tu changes mais je fais attention à 'fin je
156 mange sainement et j'évite tout ce qui est bouffe industrielle modifiée, donc je cuisine
157 beaucoup, je privilégie les légumes, je mange quasiment plus de viande mais des protéines
158 végétales, bon je cache que les enfants ne sont pas fans. Mais je pense vraiment que ça part
159 de l'assiette mais le corps qui change bah tu perds moins facilement quand tu prends du
160 poids, ta peau est moins tonique, tes cheveux sont moins 'fin c'est un ensemble.

161 **Er** : D'accord et est-ce que du coup on peut dire que vous faites attention à votre
162 apparence ?

163 **C** : Ouais ouais je fais attention mais c'est parce que c'est hyper important d'avoir une bonne
164 image de soi quand on se lève le matin mais c'est pas primordial l'apparence, ce qui compte
165 c'est ce qu'il y a dedans.

Eclipse de 1 minute.

166 Je suis plus nature sans être voilà, mais bon je m'épile et je suis pas une baba cool non plus
167 (*rit*)

168 **Er** : D'accord et alors qu'est-ce que vous pensez que vous renvoyez comme image ?

169 **C** : Oh ça c'est hyper dur comme question ! C'est hyper difficile ! Ce que je renvoie de moi
170 comme image ? ... bah je renvoie une image de quelqu'un d'assez sophistiquée je pense

171 parce que je suis toujours niquelle. Oui je prends soin de moi et ça se voit. Mais j'ai jamais
172 fait appel ni au bistouri, ni à la chirurgie esthétique. Et ça vraiment j'aurais jamais euh... je ne
173 ferai jamais appel à la chirurgie esthétique.

174 **Er** : Et pourquoi ?

175 **C** : Parce que parce que on est comme on est !

Eclipse de 2 minutes.

176 Parce que quand tu commences à toucher au bistouri tu t'arrêtes plus. Tous ceux que je
177 connais qui ont commencé ne serait-ce que pour des petits trucs, ils s'arrêtent jamais et
178 après on se reconnaît plus.

179 **Er** : Et vous avez peur de ne pas pouvoir vous arrêter si vous commencez ?

180 **C** : Non c'est mais vouloir se transformer c'est ne pas accepter ni de vieillir ni la loi de la
181 nature. Une femme qui a le même visage qu'une gamine de 20 ans je trouve ça mais ridicule.
182 Moi je me verrai pas me balader à côté de ma fille et pas une ride, les fesses liposucées, non
183 il faut s'accepter. C'est pas facile hein (*rit*).

184 **Er** : Et alors vous faites comment vous pour vous accepter ?

185 **C** : Et bien déjà ça fait deux mois que j'ai accepté euh et je me dis que je suis comme je suis
186 et c'est très bien. Et puis des femmes de 46 ans y en a d'autres et puis un jour j'en aurai 50,
187 60, 70, c'est inéluctable. Il faut s'aimer soi si on veut être aimé des autres.

188 **Er** : D'accord oui je vois. Et tout à l'heure vous disiez que vous faisiez du sport ? Vous faites
189 quoi alors ?

190 **C** : Oui alors je me suis inscrite dans une salle et je fais deux fois par semaine un cours de
191 stretching et deux fois par semaine du pilate. Et je m'astreins vraiment à y aller parce que
192 c'est d'abord une heure et demie pour moi, je m'occupe que de moi et j'en ressors je me
193 sens plus légère, je sens détendue à tous les niveaux, c'est pas le côté performance ni
194 musculature que je cherche, c'est le côté entretien et ça fait du bien, tu bouges quoi. Il faut
195 faire quelque chose dans lequel tu prends plaisir.

Eclipse de 5 minutes.

196 **Er** : Et alors vous faites quoi comme métier ?

197 **C** : Je suis dans l'immobilier, je fais de la transaction, quand on est rentré à Lyon, je me suis
198 remise un peu dans la pub mais finalement je me suis tournée vers l'immobilier et
199 maintenant ça fait 6 ans environ et c'est bien.

200 **Er** : Comment vous vous sentez au travail ?

201 **C** : Hyper bien. J'ai pas l'impression de bosser alors je sais pas si mais ça doit être l'âge un
202 peu quand même, une forme de sérénité qui arrive à un moment peut-être quand tu passes
203 la quarantaine, tu es moins dans la recherche de la performance, tu as moins besoin de
204 prouver quelque chose aux autres. Du coup tu aborde l'aspect professionnel d'une autre
205 façon et c'est là que tu es plus performant parce que tu as une forme de lâcher prise qui
206 s'installe. En principe à 40-45 ans, tu sais à peu près ce que tu vaux, même si tu connais des
207 phases de chômage ou autre. Mais aussi je suis tombée sur une boîte vraiment bien, pas très
208 grande, on s'entend tous bien, je fais quelque chose qui me plaît, vraiment non c'est
209 chouette et tout est fluide.

- 210 **Er** : Et est-ce que ça vous arrive de ressentir des limites au niveau du corps ou du mental ?
- 211 **C** : Ouais alors ça peut m'arriver dans le sens où ça m'arrive d'être débordée et j'ai
212 l'impression que j'arrive plus à tout gérer d'un coup. J'ai l'impression de pas arriver à
213 m'organiser et du coup je sature un peu. Pfff tu vois j'ai besoin de méditer et de lâcher prise
214 parce que tu as l'impression que ta tête va exploser.
- 215 **Er** : Ok et au quotidien ?
- 216 **C** : Des limites ? Euh parfois je cherche mes mots. Je sais pas.
- 217 **Er** : Et au niveau corporel ?
- 218 **C** : Euh non ça va, ça va. Pas encore oh putain je vais ressortir de l'entretien, j'aurai
219 l'impression d'avoir 90 ans (*rit*).
- 220 **Er** : Ah bah non. Mais est-ce que vous 'fin ça vous arrive quand vous regardez autour de vous
221 des gens plus vieux, de vous projeter ?
- 222 **C** : C'est difficile je trouve et la question et la réponse. En fait je ne me vois pas vieillir, dans
223 ma tête j'ai toujours le même âge. C'est de temps en temps quand je vois que mes enfants
224 grandissent et je me dis « mais c'est pas possible ». Et c'est eux qui te font vieillir parce que
225 moi dans ma tête 'fin je vis tous les jours et des choses merveilleuses mais j'ai pas
226 l'impression de vieillir. De temps en temps j'ai parfois un peu mal au dos mais c'est des
227 douleurs que j'ai depuis tellement longtemps que... mais j'ai du mal à me dire et quand je
228 me suis levée et que je me suis dit « merde j'ai 45 ans » bah ça a été terrible parce que pour
229 moi 45 ans c'est tout un monde. Et pour moi j'avais pas 45 ans, j'avais 30 ans. Allé, 33. Et
230 c'est difficile parce que j'ai une collègue au bureau qui va bientôt partir en retraite, l'année
231 prochaine et qui me dit « bah mon poste il sera pour toi ». Et on a 10 ans d'écart et je me dis
232 woha, elle a 55 ans, 56 et elle pense déjà à sa retraite. Et moi ça me fait peur de penser à la
233 retraite, je me dis que j'ai encore toute la vie devant moi et c'est curieux, moi je trouve que
234 c'est un âge curieux, c'est le début des seniors.
- 235 **Er** : D'accord, donc la retraite ça fait peur
- 236 **C** : Bah le mot « retraite », c'est tout ce qu'on met derrière parce que je pense le mot a euh...
237 voilà 'fin j'ai encore 20 ans à bosser donc je suis pas inquiète mais le mot retraite c'est la fin
238 de quelque chose, t'es sur la touche en fait. Donc faudra que je trouve quelque chose à faire.
- 239 **Er** : Ah et comment vous l'imaginez alors ?
- 240 **C** : Bah je l'imagine active, avec ma maison, mon jardin et je pense que je ferai un truc qui à
241 attrait avec les plantes, j'apprendrai à soigner avec les plantes, à être une forme de
242 thérapeute. Mais je pense que dans une seconde partie de ma vie, je ferai une thérapie pour
243 soigner les gens avec des huiles, de l'acupuncture et trouver ma méthode. Parce que je
244 pense que les gens quand ils sont malades, je pense qu'ils ont surtout besoin d'être écouté.
245 Et quand tu regardes, on est dans une société d'écoute mais personne ne s'écoute. Y a
246 jamais eu autant de psy que depuis qu'il n'y a plus de concierges dans les immeubles. Avant
247 les gens vidaient leur sac. Et pourquoi les gens sont malades ? Parce que quand ils vont à
248 l'hôpital, ils ont des infirmières et des gens qui s'occupent d'eux. Les gens ont besoin qu'on
249 s'occupe d'eux.

Eclipse de 3 minutes.

250 **Er** : D'accord et alors j'aimerais juste revenir sur quand vous disiez que vous aviez
251 l'impression d'avoir 30 ans dans votre tête, est-ce que vous ressentez du coup un décalage
252 avec votre corps ?

253 **C** : Euh non je me dis que je suis pas trop mal pour une femme de 45 ans (*sourit*). Mais j'ai
254 accepté de ne plus avoir le corps d'une nana de 20 ans. Mais j'ai un peu de bidon mais ça va,
255 je trouve juste qu'on s'épaissit un peu.

Eclipse de 1 minute.

256 Mais après c'est toujours par rapport au regard qu'on porte sur soi-même, c'est ça et... après
257 c'est accepter là bah je suis pas trop vieille mais j'ai des petites bas-joues mais c'est pas
258 grave parce qu'on vieillit et c'est accepter qu'on a tout qui change et il faut se réapproprier
259 qui tu es. Mais j'ai pas trop de mal, c'est que je disais c'est que je commence là ça m'a fait un
260 choc d'avoir 45 ans, c'était psychologique, 45 c'est le début de je vais vers 50. 50, 55, 60
261 voilà.

262 **Er** : Et alors justement comment vous imaginez vos 50 ans ?

263 **C** : Bah comme ça mais avec des rides, mais des rides de bonheur donc ça va aller.

264 **Er** : Et est-ce que vous pensez que ça va vous faire un choc psychologique aussi ?

265 **C** : Non ça y est je l'ai passé et j'ai accepté l'idée de vieillir et d'avoir des rides etc. Et je
266 trouve ça plutôt agréable, d'avoir accepté euh de pas être dans une courses permanente de
267 l'image. Et quand je rentre plus dans les fringues dans lesquelles je rentrais avant, bah c'est
268 pas grave. Mais je n'abuse pas non, je m'enquille pas 15 gâteaux au chocolat par jour non
269 plus, parce qu'en plus à terme je sais que ça peut dérégler et donne du diabète ou des
270 choses comme ça, justement je fais attention. Pour préserver mon corps le plus longtemps
271 possible.

272 **Er** : Donc vous êtes vraiment dans la prévention.

273 **C** : Oui dans la prévention sauf pas de vaccins.

274 **Er** : Et est-ce que ça justement c'est une prise de conscience de votre part, vous l'avez
275 observé ou c'est quelque chose que vous parents vous ont inculqué ?

276 **C** : Euh un peu tout en fait, prise de conscience par moi-même en discutant à droite et à
277 gauche, sur le pourquoi du comment, l'utilité aussi parce que je connais des gens qui se sont
278 fait vaccinés contre la grippe et qui l'ont eu de façon encore plus carabinée, et je me dis que
279 si ça doit arriver bah ça arrivera hein. On prend les précautions d'usage mais se faire piquer
280 comme je le disais bah non.

281 **Er** : D'accord et alors pour vous à partir de quel âge on fait vieux ?

282 **C** : Je crois qu'on fait vieux le jour où on se considère comme un vieux. Je crois que ce que tu
283 es à l'intérieur se reflète à l'extérieur. Il faut cultiver sa joie de vivre, il y a des femmes qui
284 ont 65 ans et ça se voit parce que leur peau parle mais on voit qu'elles ont une jeunesse
285 dans les yeux parce qu'à l'intérieur ça pétille. Et tant que ça pétille à l'intérieur, ça pétille à
286 l'extérieur. Je suis sûre que c'est pareil autour de toi. Je pense qu'on est vieux quand on perd
287 d'abord ce regard enchanté sur la vie parce que je pense que ça passe aussi par-là, c'est le
288 regard curieux à vouloir connaître, à vouloir construire à pas rester dans ton coin.

289 **Er** : D'accord oui je vois. Et alors si on revient un peu du côté de la santé, c'est quoi pour
290 vous la bonne santé ?

291 **C** : La bonne santé c'est de ne pas avoir besoin d'aller voir un médecin. La bonne santé c'est
292 un équilibre de vie, c'est justement pas dans les excès comme les régimes excessifs pour
293 perdre trois kilos en une semaine, c'est comme les médicaments comme contre le mal de
294 tête, tout de suite ça marche mais si tu t'arrêtes bah paf, ça s'arrête. Il faut savoir pourquoi
295 on grossit. La médecine chinoise te parle de sensations, de chaleur et d'humidité dans les
296 organes et pourquoi tu grossis et bah parce que tu as la rate qui est tiède alors qu'il faut
297 qu'elle soit chaude, mais tout ça c'est de la médecine chinoise. Et quelqu'un en bonne santé
298 bah c'est quelqu'un qui rayonne, qui va bien, qui sourit.

299 **Er** : Donc ça se voit vraiment à l'extérieur la santé

300 **C** : Oui

301 **Er** : Et est-ce que vous diriez que la santé alors conditionne vos pratiques, votre quotidien ?

302 **C** : Non la santé est une conséquence parce que moi je me suis rendue compte que mon
303 quotidien, j'ai une éthique de vie 'fin je me suis rendue compte qu'il y avait des choses qui
304 me faisaient du bien et qui à terme, étaient garants de ma santé. Ce qui me fait du bien déjà
305 c'est arrêter de fumer, c'est une des plus belles victoires de ma vie, je respire mieux, ce qui
306 me fait du bien c'est de faire un peu de méditation parce que je me mets dans ma bulle,
307 dans ma lumière, je me focalise sur des choses positives qui me font du bien. Manger des
308 choses qui me font plaisir, je suis pas intolérante, je suis plutôt dans l'équilibre. Mais de
309 temps en temps, là on a fait un goûter avec les enfants, eux ils mangeaient des gâteaux au
310 chocolat, machin bidule et moi j'ai mangé une banane, j'ai mangé des amandes, une date
311 euh avant ça aurait été plus par raison mais maintenant c'est du plaisir. A 20 ans je trouvais
312 ça dégueulasse quoi les bananes et les dates j'en pouvais plus parce que ma mère a essayé
313 de m'inculquer ce genre de choses et il y a un âge où on veut pas en entendre parler, et il y a
314 un âge où on y revient peu à peu mais tu vois hier j'avais envie et je me suis fait trois carrés
315 de chocolat et j'ai pas culpabilisé. Mais c'est une fois, c'est pas tous les jours. Donc la santé
316 pour moi c'est d'abord pas de frustration, c'est un équilibre euh... mais c'est aussi ça passe
317 par l'alimentation, ce qu'on nous donne on nous empoisonne peu à peu hein.

318 **Er** : Oui je vois. Et alors comment vous vous sentez au quotidien au niveau mental et
319 physique ?

320 **C** : Moi je vais super bien. ça va bien, j'ai la pêche, je j'ai envie de faire plein de trucs, non ça
321 va. Mais ça passe aussi par le sommeil, j'en ai beaucoup besoin. Le seul truc effectivement
322 j'aime bien me poser deux heures dans mon lit à lire un bouquin et sortir ça me saoule.

323 **Er** : Et ça a toujours été comme ça ou c'est nouveau ?

324 **C** : Euh... non c'est assez nouveau j'avoue, j'ai moins besoin de sortir et d'aller à l'extérieur,
325 je suis peut-être devenue plus casanière mais... j'aime bien le soir mon petit moment, me
326 retrouver, être avec mes bouquins, mes trucs et mes machins.

327 **Er** : D'accord et alors comment vous appréhendez le temps qui passe ?

328 **C** : Je me dis que ça passe, j'essaie de pas me dire que ça passe et j'essaie de profiter de
329 chaque instant, j'essaie d'être bien au quotidien, d'être dans l'instant présent. Parce que le
330 temps file et on peut rien y faire. La seule chose c'est d'être dans ce que je fais. Quand je fais
331 ma vaisselle par exemple et bien je suis vraiment en train de penser que je lave ma
332 casserole, je pense pas à Pierre-Paul-Jacques parce que sinon ma casserole elle est mal lavée
333 et quand je fais un truc j'essaie vraiment de le faire en conscience. Parce que sinon ton

334 énergie tu l'éparpille de partout donc tu fais plein de choses mais à moitié, ça demande
335 beaucoup plus d'énergie et ça épuise. Donc le temps qui passe, j'essaie de pas voir le temps
336 passer en étant dans le temps présent à chaque fois.

337 **Er** : D'accord et est-ce que tu penses ou appréhende cette fois, la mort ?

338 **C** : Alors la mort, vaste sujet alors moi 'fin c'est j'ai pas envie de mourir hein mais ça fait
339 partie de la vie et... j'ai pas peur de mourir. Parce que d'abord je suis persuadée qu'il y a
340 quelque chose après la mort, c'est une conviction, je le ressens et c'est comme ça, pour moi
341 on est de passage sur cette terre, on a des maris, des femmes, des enfants et tout ce qui
342 nous arrive c'est des épreuves, c'est des choses qu'on doit régler. Mais on doit toujours
343 essayer de faire du mieux qu'on peut et avec le cœur. Et après la mort, on est tous mortels
344 et donc avoir peur de la mort ou pas, ça n'enlèvera pas le fait qu'on mourra tous un jour.
345 Mais quand j'étais jeune, j'avais très très peur de mourir et puis je me suis dit « mais à quoi
346 ça sert d'avoir peur de mourir ? » tu vas pas y penser toute ta vie. C'est inéluctable mais le
347 plus tard sera le mieux donc autant vivre chaque instant comme si c'était le dernier et
348 comme si ce n'était pas le dernier, comme si tu étais éternelle et parce que ça peut s'arrêter
349 demain. Y a pas de règle.

Eclipse de 1 minute.

350 Et moi avec le temps, l'égo tu le mets de côté et tu t'intéresses à des choses plus spirituelle,
351 tu te détache de certaines choses et tu vas mieux, ton corps va mieux, t'es plus dans la vie,
352 t'es plus dans le mouvement. Tu te dis « chouette, je n'ai que 45 ans, j'ai encore toute la vie
353 devant moi ». Au lieu de voir le temps comme une fatalité, de toutes façon dès qu'on naît
354 c'est le début du compte à rebours donc autant faire qu'on occupe ce temps de la meilleure
355 façon possible et en étant la meilleure personne possible qu'on puisse être.

356 **Er** : D'accord. ok. Bon bah je pense qu'on a un peu fait le tour donc si on devait résumer en
357 quelques mots, qu'est-ce que vous diriez de votre état de santé actuel et de votre vision
358 globale de la santé ?

359 **C** : Ma santé va bien et ma vision c'est que la santé fait partie d'un tout, tu es en bonne
360 santé à partir du moment où tu es dans un équilibre général. Et c'est équilibrer tout tes
361 corps entre guillemets donc ton corps physique, ton corps mental, ton corps éterique, ton
362 corps émotionnel, ne pas se laisser emporter par ses émotions, alors il y a des âges où c'est
363 plus facile que d'autres, c'est essayer d'apaiser, d'être zen et de ne pas être dans la rancune
364 parce que ça fait beaucoup de mal à la santé. Et je pense que quand on est dans une forme
365 de lâcher prise on est moins crispé et la vie continue. Je sais ce qui est bon et ce qui l'est
366 moins. Ça m'arrive de picoler parce que j'adore le bon vin, j'aime profiter mais après je vais
367 être chez moi à me descendre une bouteille de rouge. J'adore sortir et boire quelques verre
368 mais maintenant je récupère un peu moins bien qu'avant donc j'apprécie plus le bon vin, je
369 bois pas pour boire. Mais ça c'est aussi une évolution avec l'âge, il y a une forme de paix et
370 de bien-être qui s'installe. Mais peut-être que dans 10 ans j'aurai de l'arthrose ou autre
371 chose et que je pourrai plus faire ce que je fais mais je prépare justement je crois que depuis
372 quelques temps, je prépare ma vieillesse. En ayant repris le sport, c'est assez récent, en
373 changeant radicalement d'alimentation. C'est une évolution et je crois qu'on évolue toute sa
374 vie et maintenant j'ai 45 ans, j'ai pas envie d'avoir mal partout, d'être ceci ou cela parce que
375 c'est l'âge où on a tendance à basculer d'une façon ou d'une autre. J'ai envie d'avoir une
376 vieillesse euh un troisième âge où je peux voyager, où je reste dynamique, indépendante
377 d'ailleurs ça se prépare avec une hygiène de vie. Mais bizarrement ton corps aussi en tous

378 cas le mien, j'adorais la viande rouge et maintenant c'est plus la peine, mon corps refuse
379 plein de choses, j'ai plus envie de viande rouge, je m'éclate avec du poisson et peu à peu ton
380 corps si tu es un peu à l'écoute, t'oriente et te dirige.

381 **Er** : D'accord. Donc c'est pour préparer ce vieillissement que vous avez changé toutes ses
382 habitudes ?

383 **C** : Bah disons que j'y pensais pas au début mais je pense que inconsciemment il y avait ça
384 derrière, mais je m'en étais pas rendue compte. Peut-être que j'ai envie d'avoir,
385 inconsciemment un troisième âge où je suis bien. Parce que peut-être qu'on associe aussi
386 inconsciemment la vieillesse à la maladie. Il y a aussi que notre corps perd de l'énergie donc
387 il a moins de défense.

388 **Er** : D'accord bon et bien s'il n'y a plus rien à rajouter, c'est bon

389 **C** : Bah moi j'ai l'impression d'avoir fait le tour

390 **Er** : D'accord donc juste pour finir, quelques questions de portrait, vous m'avez dit que vous
391 travaillez dans l'immobilier

392 **C** : Depuis 5 ans, 6 ans oui

393 **Er** : Et du coup vous faisiez quoi avant ?

394 **C** : J'ai toujours été commerciale donc toujours avec beaucoup de stress, de performance et
395 de chiffre d'affaire. Chaque mois il fallait faire plus. Et j'ai toujours été élevée avec une
396 carotte pour avancer et donc je courrai pour aller toujours plus loin. J'ai d'abord été dans les
397 placements financiers, ensuite dans l'immobilier, ensuite dans la pub et re dans l'immobilier.

398 **Er** : Et alors pourquoi être revenue à l'immobilier ?

399 **C** : Parce que quand on est parti de paris quand j'ai été licenciée de façon malpropre par Le
400 Figaro, je suis rentrée à Lyon, le milieu de la pub est petit à Lyon mais j'ai essayé de
401 retourner travailler chez Marie-Claire mais comme je me sentais exploitée, je suis partie,
402 ensuite j'ai ouvert un petit magazine mais au bout de 6 mois les propriétaires ont tout fait
403 pour qu'il fasse faillite et puis j'adhérais plus à ce système parce qu'à l'époque je vendais
404 une 4^{ème} de couverture 90 000 euros. Et à côté de ça, je voyais des femmes le week-end,
405 attendre la fin du marché pour ramasser les fruits par terre. Et j'ai trouvé le décalage
406 tellement indécent que j'ai dit stop quoi, j'ai eu un vrai problème d'éthique et je suis
407 retombée entre guillemets dans l'immobilier que je connaissais un peu. Et maintenant je suis
408 dans une petite boîte et je vends tout ce que je peux vendre. Et puis quand tu vends une
409 maison c'est des gens qui s'installent, des jeunes souvent, plein de projet, ça fait plaisir.
410 Chaque année je fais mon chiffre et j'optimise mais j'ai lâché, si je fais pas mon chiffre, c'est
411 pas grave.

412 **Er** : Et du coup tu as quoi comme niveau de diplôme ?

413 **C** : J'ai bac+3.

414 **Er** : Ok et vos parents ils faisaient quoi ?

415 **C** : Ma mère était directrice du pub et de communication et papa il était commercial, VRP.

416 **Er** : Et vous sauriez me dire leur niveau de diplôme ?

- 417 **C** : Ma mère a dû faire un truc de secrétaire comme ça se faisait dans les années 60 donc elle
418 doit être bac+2 et mon père il avait pas de diplôme, il a arrêté à 13 ans, il avait un certificat
419 d'études.
- 420 **Er** : D'accord. Et pour finir, est-ce que vous avez une confession religieuse ?
- 421 **C** : Ah alors je suis ni catho, ni athée, ni bouddhiste, ni tout ce que tu veux mais je crois... je
422 crois en dieu parce qu'il faut lui donner un nom mais je crois en une unité, en la vie, en
423 l'Homme mais voilà j'ai pas d'étiquette religieuse, je suis croyante, j'ai la foi mais j'ai pas
424 d'étiquette religieuse.
- 425 **Er** : D'accord. Et vous avez toujours habité à Lyon ?
- 426 **C** : J'ai fait Lyon, j'ai fait Paris, j'ai refait Lyon puis re Paris et à nouveau Lyon. J'ai fait deux
427 séjours à Paris, à chaque fois 2 ans environ.
- 428 **Er** : D'accord bon et bien ça y est c'est fini
- 429 **C** : D'accord
- 430 **Er** : Du coup je vous remercie pour votre temps
- 431 **C** : Bah je rentrais dans la case donc je me suis dit pourquoi pas
- 432 **Er** : Et bien c'est très gentil merci

Entretien n°1/10 - Natacha	
<i>« Moi niveau médecine j'aime bien bouffer à tous les râteliers si je puis dire. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, couturière libérale depuis quelque mois, 51 ans, BTS action commerciale, comptabilité, banlieue parisienne, mariée depuis une vingtaine d'année, 3 filles.
Date de l'entretien	10 octobre 2016
Lieu de l'entretien	Domicile
Ville	Chatou
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	63 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son atelier de couture, enquêteur et enquêtée seulement
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien non directif
Résumé de l'entretien	<p>Le début de l'entretien traite surtout de la relation générale à la santé et notamment à la santé de ses parents et beaux-parents. Sa première idée lorsqu'on parle de la santé c'est une opposition à l'idée de maladie, c'est être en bonne santé. Bien qu'elle parle de ses pratiques tout d'abord via de la médecine classique elle explique ensuite qu'elle utilise toutes sortes de médecines en fonction de ce qui marche le mieux pour elle. Elle n'a d'ailleurs pas de gros problèmes de santé. Elle ne s'embête pas des préconisations parentales et agit en sa propre conscience. Elle n'aime cependant pas trop prendre des médicaments et sa mère était contre également. Ses plus gros soucis actuellement ce sont les bouffées de chaleur qui sont socialement difficilement supportables. Malgré un environnement très touché par le cancer, elle ne se sent pas vraiment visée car elle a souvent fait des dépistages et ils ont toujours été négatifs. Son âge n'est pas pour elle synonyme de cette maladie qui touche plutôt des gens plus âgés. Ce qu'elle déplore le plus dans notre système de santé c'est le poids de l'administratif qui est compliqué et qui prend du temps qu'elle n'a pas. Elle a confiance en le système et en les médecins mais elle n'a pas la force de remplir toute la paperasse, quitte à perdre de l'argent. Son objectif dans le cadre du vieillissement c'est de bien vieillir, être en bonne forme pour profiter au maximum et faire tout ce qu'elle voudrait. C'est pour cette raison qu'elle a entamé un régime.</p>
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

- 1 **Er** : Alors d'abord merci d'avoir accepté de m'accorder un peu de ton temps. Pour que tu
2 vois un peu le sujet, nous on est 3 étudiants donc en master 1 de sociologie à Paris Descartes
3 et on fait un mémoire commun sur les 40-65 ans et leur rapport à la santé. Bon comme tu le
4 vois, l'entretien est enregistré puis je vais le retranscrire et je te l'envoierai si tu veux. Ça sera
5 totalement anonyme et utilisé seulement pour notre mémoire. On peut y aller ?
- 6 **Natacha** : Allons-y !
- 7 **Er** : Alors si je te dis santé à quoi ça te fait penser ?
- 8 **Natacha** : Euh bonne santé.
- 9 **Er** : En comparaison à la maladie c'est ça ?
- 10 **Natacha** : Oui c'est ça.
- 11 **Er** : Et comment tu définis la bonne santé ?
- 12 **Natacha** : Ne pas être malade.
- 13 **Er** : Et dans les maladies qui peuvent te toucher à quoi tu penses ?
- 14 **Natacha** : Cancer.
- 15 **Er** : En 1^{er} ?
- 16 **Natacha** : Oui.
- 17 **Er** : Un type de cancer en particulier ?
- 18 **Natacha** : Non cancer, tous les cancers. Bah tu sais là ...
- 19 **Er** : Pas de distinction entre féminin masculin ?
- 20 **Natacha** : Non. Pour moi tu sais le 1^{er} truc c'est le cancer parce qu'on a tellement été
21 cerné ... Entre ma belle-sœur qui est décédée d'un cancer du col, mon beau-frère cancer des
22 reins qui s'est généralisé, ma mère 2 fois cancer du sein, le papa de Jean-François cancer de
23 la prostate, son oncle qui est décédé d'un cancer des intestins. Camille qui vient perdre son
24 parrain d'un cancer du cerveau. C'est vraiment ... Moi tu me parles maladies c'est cancer.
- 25 **Er** : C'est cette maladie qui pour toi touche cette classe-là ?
- 26 **Natacha** : Ah ouai pour moi c'est cancer.
- 27 **Er** : Est-ce que du coup tu as un rapport au dépistage plus prégnant.
- 28 **Natacha** : Peut-être, je sais que j'ai pas écouté toute la controverse contre le vaccin contre le
29 cancer du col de l'utérus, les filles je les ai fait vacciner. Elles étaient petites je leur ai pas
30 posé la question c'était vaccination. Même pour Théa la dernière il commence à y avoir des
31 controverses, des gens qui disaient oui qui disaient non. J'entends parler de controverses
32 contre le dépistage du cancer du sein que on les dépiste trop tôt etc. mais j'y vais quand
33 même. Je fais mes mammo. Je suis pas super réglo parce que vu que maman avait eu un
34 cancer du sein je faisais partie de la population qui a été appelé à être dépistée plus tôt.
35 Mais j'ai des seins qui ont zéro soucis : ils me font la mammo ils me font même pas l'écho et
36 je peux y aller. Y a vraiment rien dedans donc je prends ça un petit peu moins au sérieux.
37 Frottis c'est pareil, j'y vais quand j'y pense quoi. Des fois j'y pense pas ... C'est pas parce que
38 c'est une maladie qui me fait peur que je vais plus aller me faire soigner et me faire dépister.
39 Là ça y est j'ai enfin récupéré la pochette pour faire le test cancer colorectal. Ça fait une
40 semaine, 15 jours que je l'ai et je l'ai toujours pas fait. Bon. C'est jamais le bon moment et je

41 suis pas non plus hyper motivée pour le faire quoi. C'est pas parce que je me dis que le
42 cancer ça me fait peur que je me dis que je vais en avoir un.

43 **Er** : Même malgré tes expériences ?

44 **Natacha** : Voilà.

45 **Er** : Tu vas pas plus te faire dépister ou ...

46 **Natacha** : Non parce que j'ai été rassurée sur le fait que ... j'ai été dépistée plusieurs fois, on
47 m'a dit que tout va bien donc si tout va bien bah ... J'ai eu un peu peur quand j'ai eu de
48 problèmes d'estomac, on m'a fait la fibro et puis y a rien.

49 **Er** : C'était une inquiétude d'avoir un cancer ?

50 **Natacha** : Euh non j'ai pas pensé à cancer j'ai pensé à ulcère. Là j'ai pas pensé à cancer non.

51 **Er** : Donc c'est un truc très présent dans ton esprit mais ...

52 **Natacha** : Mais pas pour moi ! Tu vois j'ai peur pour Jean-François.

53 **Er** : Du coup tu le pousses à aller se faire dépister ?

54 **Natacha** : J'aimerais qu'il y aille, je le charrie car il n'a pas fait son test colorectal, là il a eu ses
55 résultats d'un bilan complet, ça faisait 5 ans qu'il avait pas vu le médecin ! Même pas la
56 médecine du travail parce qu'ils ont paumé son dossier et puis comme il est jamais malade.
57 C'est vrai que comme la nôtre est partie à la retraite, il a fallu changer de médecin traitant
58 donc j'en ai profité, je l'ai même accompagné pour être sûre qu'il lise bien tout ! [Rires] Donc
59 là il a fait une écho de la thyroïde plus un dosage derrière et tout va bien. Il lui a même fait
60 un test de PSA pour voir si sa prostate ça allait, il a son test pour le cancer colorectal il faut
61 qu'il le fasse mais je suis mal placée pour lui dire de le faire parce que j'ai le mien aussi faut
62 que je le fasse. Bon mais ça y est, il a fait sa prise de sang je suis rassurée.

63 **Er** : C'était le plus important à court terme ?

64 **Natacha** : Oui et là tout est bon, tout va bien.

65 **Er** : Et tu as peur pour d'autres personnes proches, moins proches ?

66 **Natacha** : J'ai pas peur de la maladie pour mes enfants parce que je sais qu'ils ont leurs
67 petites fragilité des machins des trucs mais c'est pas ... ça m'inquiète pas. Je me bile pas
68 facilement. Là je sais que le mari de maman vient de refaire des ... il a été très malade il y a 2
69 ans, il avait fait une anémie et là il vient de refaire un épisode. Il est rentré, il est revenu mais
70 il est quand même resté un mois. J'ai ça dans la tête mais j'attends d'en savoir plus pour
71 m'inquiéter. Je me dis que ça sert à rien de se mettre la rate au court bouillon. Il a 81 ans,
72 oui ok il a son taux qui a grimpé bon bah il doit avoir une insuffisance rénale, ils vont lui
73 donner des cachetons et ça va passer. Je sais qu'il y a le cancer et c'est tout a fait possible
74 qu'il en ait mais c'est pas le truc auquel je vais penser en 1^{er}. J'essaie de pas paniquer. Je
75 veux pas paniquer. De toute façon si tu dois avoir un cancer tu le sauras, tu l'auras et puis
76 soit t'en guériras soit t'en guériras pas. Ça sert à rien de le mettre en 1^{er} mais je pense pas du
77 tout aux maladies cardio-vasculaires, aux AVC, pourtant on a perdu une amie d'un AVC,
78 même Michel avant d'avoir son cancer il a eu un problème cardiaque, il a eu un pontage, on
79 a le mari de la tante de Jean-François à 50 ans il a fait une attaque plus une hémorragie des
80 méninges mais ... Vraiment moi la maladie qui me fait peur c'est le cancer.

81 **Er** : Est-ce que vu le contexte dans lequel tu es aujourd'hui¹, ça te fait plus penser à la mort,
82 à ta mort ou à celle des gens que tu aimes ?

83 **Natacha** : Oui bah dans ce contexte forcément. J'ai perdu mon père en avril, Michel en août,
84 Régis en septembre, ma grand-mère en 2012 et là on a eu pas mal de décès donc forcément
85 tu y penses, mais ... je pense pas à la mienne parce que c'est pas le moment. Je suis assez
86 statistiques : dans les stats tu meurs pas à 50 ans quoi ! Je me poserais la question quand
87 j'arriverai à 80 quoi ! Tant que je suis pas arrivée à la moyenne statistique y a pas de raison
88 quoi. Tu vois mes parents, mes beaux-parents qui arrivent à l'âge statistique, à la fin de leur
89 espérance de vie. On a nos 4 parents qui sont arrivés à la moyenne, on se dit le contrat est
90 rempli : t'es arrivé à la moyenne. C'est un peu comme ça que je réfléchis : maintenant que le
91 contrat est rempli, que t'es arrivé à la moyenne, qu'est-ce que tu vas pouvoir gratter.

92 **Er** : Et ça t'inquiète ?

93 **Natacha** : T'as envie qu'ils grattent le plus possible mais m'inquiéter ... je dirais pas que ça
94 m'inquiète. Parce que j'y peux rien, tu vois ce que je veux dire ? Je peux rien faire contre ça
95 donc ça m'inquiète pas. Je m'inquiète quand je sens que je peux agir si tu veux. Si je peux
96 agir pour faire quelque chose à ce moment-là, oui j'ai une raison d'être inquiète je fais pas.
97 C'est pas de ma faute, ça dépend pas de moi donc j'ai pas de raison de m'inquiéter et puis
98 aussi je sais que c'est les prochains. C'est malheureusement comme ça. Ils sont suivis, ils ont
99 leurs problèmes de santé oui Maurice il a fait un cancer de la prostate il y a 10 ans et là
100 rechute donc il est en hormonothérapie, ma belle-mère elle fait de l'hypertension
101 régulièrement elle chute, on n'est pas à l'abri d'un pépin sérieux, elle a un peu l'épée de
102 Damoclès au-dessus de la tête. Maman qui a fait une rechute de son cancer qui a fini ses
103 rayons et qui est de nouveau en hormonothérapie. Jean-Pierre c'est au niveau des reins
104 donc si tu veux ... Mais ils vont chez le médecin, ils s'occupent d'eux, ils surveillent leur
105 alimentations, ils vont faire leurs prises de sang, ils sont suivis. Donc j'ai pas à m'inquiéter car
106 leur santé est aux mains des médecins.

107 **Er** : Tu as confiance en eux ?

108 **Natacha** : Oui ! Il y a des ânes, partout mais je pars du principe que tout va bien.

109 **Er** : Tu les laisses gérer ?

110 **Natacha** : Oui parce que ce sont des gens qui sont intellectuellement capables de le faire. Ce
111 sont des gens qui ... ils savent très bien ce qu'ils ont à faire. Après mes beaux-parents ils sont
112 un peu démunis face à tout ce qui est vocabulaire médical, ils comprennent pas toujours ce
113 qu'on leur dit mais ils ont pas de sensibilité à ça. Moi j'ai aucune connaissance médicale
114 particulière mais c'est un domaine qui me fait pas peur et qui ... bon si tu veux si on me
115 donne un terme et que je le connais pas je vais le chercher ou carrément je vais demander
116 au médecin qu'il m'explique et je sors pas tant que j'ai pas compris. Mais je comprends
117 rapidement parce que c'est quelque chose qui me parle quoi. Bon c'est peut-être parce que
118 j'ai pris option science nat jusqu'au bac aussi. C'est pas quelque chose qui est étranger à ma
119 pensée. Ma mère c'est pareil elle a des intuitions et puis elle a des connaissances de culture
120 sur la santé. Mes beaux-parents c'est ... ça leur est étranger. Donc ma belle-mère elle est
121 incapable d'expliquer ce qu'elle a donc je sais même pas si elle sait. Elle prend des
122 médicaments je sais pas si elle sait réellement à quoi ça sert.

¹ Dans l'espace de 2 semaines la famille a perdu 3 membres à cause de différents cancers.

- 123 **Er** : Elle le fait parce que le médecin lui a dit que ?
- 124 **Natacha** : Oui et puis elle sait qu'elle a de l'hypertension. Mais ce qui en découle etc. c'est
125 plus ...
- 126 **Er** : Et tu fais plus attention pour eux ?
- 127 **Natacha** : Non parce que c'est pas mon rôle.
- 128 **Er** : Et tu demandes à Jean-François de le faire ?
- 129 **Natacha** : Bah lui il s'en occupe pas non plus ... j'écoute et par hasard je leur dit « vous
130 devriez aller chez le médecin » ou « pourquoi vous êtes pas allé chez le médecin ! »
- 131 **Er** : Donc la santé par rapport à la génération d'au-dessus tu les laisses plutôt gérer et pour
132 tes filles ?
- 133 **Natacha** : Alors j'allais dire que Camille elle est grande elle gère et puis de par ses études elle
134 sait, elle peut se débrouiller toute seule. Marie, je suis assez laxiste avec elle parce qu'il y a
135 plein de trucs qui ... En fait c'est toute la partie administrative autour de la santé qui me
136 saoule tellement qu'à cause de ça je fais pas les choses. Là par exemple je sais que Marie, je
137 ne sais pas si on a un jour touché un remboursement de la sécu pour ses soins et ses
138 médicaments. Donc là si tu veux avec le changement de médecin traitant elle a été voir le
139 médecin, elle a son analyse de sang à faire et plein de radios, de clichés de ses genoux. Mais
140 là comme elle est plus étudiante elle n'a plus de mutuelle et je n'ai pas fait les démarches
141 pour qu'elle retrouve la sécu de son père. Donc on attend. C'est vraiment un laxisme
142 administratif qui fait qu'on se soigne pas.
- 143 **Er** : C'est parce que c'est trop compliqué ?
- 144 **Natacha** : Parce que c'est chiant ! Là je viens de changer de médecin donc il faut que je
145 refasse ma déclaration de médecin traitant mais j'attends parce qu'il faut que je change de
146 régime de sécu en tant que travailleur indépendant. Je vais passer sous le RSI. Donc si j'avais
147 envoyé tout de suite mon changement de médecin traitant j'aurais dû y retourner pour
148 refaire cette déclaration au moment de passer au RSI. Donc j'attends de passer au RSI et je
149 ferais mon changement de médecin traitant à ce moment-là. Pour le faire qu'une fois. Je vais
150 pas y retourner pour un bout de papier ! Après c'est pareil, la mutuelle ... Là j'ai été chez
151 l'orthodontiste avec Théa. Faut envoyer la prise en charge à la mutuelle sauf que j'arrive pas
152 à les avoir au téléphone et c'est 10 minutes d'attente pour savoir si je mets des bagues
153 blanches ou des bagues métalliques pour savoir le remboursement, pour savoir combien ça
154 coûte. J'ai autre chose à faire que d'attendre 10 minutes pour ça. Les codes internet tu les as,
155 tu les perds tu les as plus, c'est d'un chiant ! Ça me saoule ! Donc je le fais pas.
- 156 **Er** : Que ce soit pour toi ou pour elles ?
- 157 **Natacha** : Pour tout le monde ! J'ai des feuilles qui sont là, des trucs à traiter, qui sont
158 périmés que j'ai jamais envoyé à la sécu. Je sais je suis grave mais ça me fait chier, vraiment.
- 159 **Er** : Et tu penses que c'est juste toi ou que c'est tout le monde à cause du système français ?
- 160 **Natacha** : Alors je pense que moi je suis particulièrement laxiste mais je pense que c'est
161 quand même très pénible de manière générale. Jean-François c'est pareil : la dernière fois il
162 ne retrouvait pas sa carte vitale quand il est allé chez le médecin et bah il a sa feuille de
163 soins, sa truc de médecin traitant et c'est en haut depuis 15 jours ça n'a pas bougé ! Il faut

164 remplir les machins il faut trouver une enveloppe il faut trouver un timbre, c'est super
165 chiant !

166 **Er** : Est-ce que ton rapport au temps a été modifié ?

167 **Natacha** : Oui on n'a moins de temps mais besoin de plus de temps.

168 **Er** : Et c'est de manière générale ou que pour la santé ?

169 **Natacha** : De manière générale, mais la santé aussi. Quand tu vois que tu veux un rendez-
170 vous chez un spécialiste qu'il faut t'y prendre 3 ou 4 mois à l'avance ... Et encore nous on a
171 de la chance on est en bonne santé on n'a pas besoin de spécialistes sauf pour les lunettes et
172 les dents. Mais c'est pareil un rendez-vous en urgence chez le dentiste c'est la croix et la
173 bannière ! A chaque fois c'est un vrai problème. Là j'ai dû me faire une infiltration pour mon
174 épine calcanéenne, j'ai eu du bol le dermatologue qui avait un rdv qui s'était annulé et j'ai eu une
175 place en 2 jours sinon il fallait que j'attende et c'était quand même 2 jours pour une urgence
176 donc ça c'est vrai que c'est très pénible.

177 **Er** : Et si vous étiez en mauvaise santé ?

178 **Natacha** : Bah je pense que je m'adapterai parce que je m'adapte facilement aux trucs. Je
179 me ferais soigner mais je sais pas si je ferais plus l'administratif malgré les coûts. Et pareil tu
180 vois les histoires de tests et de dépistages c'est une galère ça me fatigue. Faut remplir les
181 papiers. Bon j'exagère c'est quand même assez simple mais ça prend du temps. Ça prend
182 beaucoup de temps.

183 **Er** : Tu as vu qu'il y avait beaucoup de campagnes de prévention contre les cancers en ce
184 moment dans les actualités ?

185 **Natacha** : Euh oui, j'ai vu les bandeaux roses sur Facebook pour le cancer du sein et j'ai vu
186 aussi, parce que j'ai un copain qui est acuponcteur, médecin chinoise etc. qui lui est anti-
187 dépistage. Parce que en fait son truc c'est on dépiste trop de choses et on intervient trop
188 alors qu'il y aurait pas eu besoin.

189 **Er** : Comment ça ?

190 **Natacha** : Du genre des gens qui se sont faits opérés, qui se sont faits retiré des tumeurs
191 alors qu'il y aurait pas eu besoin.

192 **Er** : En prévention ?

193 **Natacha** : En préventif oui. Il y a toute une campagne aussi contre la prévention. Moi je vois
194 passer plein de trucs aussi contre les vaccinations.

195 **Er** : Et c'est une mode, c'est dans l'ère du temps ?

196 **Natacha** : Oui mais plus que ça, j'ai l'impression que c'est tout un courant de pensée. Parce
197 que ce sont des gens qui sont écolos, végétariens, médecines parallèles et tout ça. Et alors
198 j'ai l'impression que ça va avec, que ces gens-là, le bio le végétarien, les médecines douces
199 bah c'est contre la vaccination et contre les dépistages.

200 **Er** : Et donc ces gens c'est tous les mêmes ?

201 **Natacha** : Ceux que je connais ouai. Ils font tout. Moi je suis la méchante du groupe : j'ai fait
202 vacciné mes enfants je suis méchante, je leur donne à boire du lait de vache je suis
203 méchante ! Oui je vaccine mes gosses moi j'ai confiance en la médecine normale. Mais moi
204 niveau médecine j'aime bien bouffer à tous les râteliers si je puis dire. Je vais aller chez le

205 médecin je vais faire une fibroscopie, je vais aller faire des radios et des examens pour savoir
 206 et d'un autre côté je vais prendre de l'homéopathie pour mes bouffées de chaleurs parce
 207 que je veux pas bouffer d'hormones et puis je vais aller faire de l'acuponcture quand j'ai une
 208 sciatique parce que pour ça c'est ce qui marche bien, je vais aller voir un ostéopathe quand
 209 j'ai mal un peu partout. Moi j'aime bien, je bouffe à tous les râteliers. J'ai aucun état d'âme !

210 **Er** : T'es très flexible en fait par rapport à ça ?

211 **Natacha** : Ah oui.

212 **Er** : Parce que tu penses que certaines spécialités marchent mieux pour certains trucs ?

213 **Natacha** : Bah oui, si ça ça marche pourquoi pas utiliser ça ? Les grosses maladies, les gros
 214 trucs sérieux pour moi c'est la médecine classique : le médecin, les scanners, les radios,
 215 les IRM, les opérations, la chimio, les pontages. Après pour ce qui est plus ... différent ... Si tu
 216 peux soigner moins fort genre les bouffées de chaleur, là en ce moment je suis en plein
 217 dedans, je préfère très nettement les médecines douces : je préfère prendre des plantes, je
 218 préfère prendre de l'homéopathie plutôt que je m'avalais des hormones. Parce que je me dis
 219 que les hormones vont peut-être me provoquer d'autres choses.

220 **Er** : Des effets secondaires ?

221 **Natacha** : Voilà. Si je peux éviter le fameux traitement substitutif hormonal je l'éviterai parce
 222 que je sais que hormonalement pour l'instant mon corps il va très bien j'ai pas de problème
 223 de sein, de problème d'utérus, d'ovaires, j'ai pas quoi que ce soit, tout s'est toujours très
 224 bien passé de ce côté-là et j'ai surtout pas envie d'aller emmerder la nature qui marche. Si ça
 225 marche on n'y touche pas ! D'un autre côté on me dit aussi que les femmes qui perdent trop
 226 tôt leurs hormones peuvent avoir des problèmes d'ostéoporose donc comment on fait
 227 sachant que j'ai déjà beaucoup d'arthrose ... Donc là j'ai vu avec la sage-femme qui me suis
 228 en gynéco, tu vois c'est plus une gynéco qui me suit, qui m'a dit « Bah c'est simple : les
 229 bouffées de chaleurs, tant que socialement vous les supportez » Parce qu'en fait c'est un
 230 problème social, si tu te mets à devenir toute rouge, à transpirer etc., si tu dors plus, voilà
 231 mais tant que t'arrives à vivre avec, avec des plantes avec de l'homéo, tout va bien et
 232 l'ostéoporose on va la combattre comment ? Bah avec de la vitamine D pour essayer de
 233 continuer à fixer le calcium. Et à ce moment-là y a pas besoin d'hormones. Banco j'achète !
 234 Parce que si tu veux c'est un raisonnement qui me plait. Après quand j'ai une sciatique :
 235 mettre des petites aiguilles sur les terminaisons nerveuses qui font mal c'est un
 236 raisonnement qui me plait : dans ma tête c'est logique. Après quand j'ai mal à l'estomac, que
 237 j'ai essayé les médicaments, que j'ai essayé le plâtre etc. et qu'on en est toujours au même
 238 point, on passe la seconde : on va faire une fibro. Tu vois j'essaie de graduer en fonction de
 239 la gravité. Tu vois mon épine calcanéenne bah j'ai été chez un médecin qui a commencé à
 240 me donner des anti-inflammatoires par-là [montrant sa bouche], bon ça n'a rien donné à part
 241 me faire mal à l'estomac, c'est tout ce que j'ai gagné. Après on m'a dit les semelles
 242 orthopédiques ça marche très bien, bon bah je me suis dit on va faire des semelles ça paraît
 243 cohérent : j'ai mal au pied j'ai un problème au talon, si on modifie ma posture, ok.

244 **Er** : Mais il a commencé par les médicaments avant de te proposer les semelles.

245 **Natacha** : Bah en fait il voulait me faire des infiltrations mais j'ai eu un peu peur de faire ça
 246 dans le pied. Donc j'ai fait des semelles et ça marchait pas. Mon copain acuponcteur me dit
 247 « Viens donc me voir je règle ça » donc j'y vais ça n'a pas marché. Après on me dit le kiné :
 248 les ondes de choc. Bon on va voir le kiné pour faire des ondes de chocs. Entre temps j'ai été

249 voir un ostéo. J'ai vraiment essayé toute la panoplie des choses qu'on me proposait et au
 250 bout du compte j'ai commencé à avoir mal en août et en janvier je me suis dit « bon c'est
 251 bon, basta on va aller voir le rhumato et la faire cette infiltration ». J'en ai fait une en janvier
 252 et une en février et j'ai été tranquille jusqu'au mois d'août. Donc là j'ai de nouveau mal et là
 253 direct infiltration mais le rhumato m'a dit « Non, non semelles mais vos semelles sont nazes
 254 donc des vraies semelles ». Donc j'ai été voir quelqu'un d'autre pour me refaire des semelles
 255 et je les aurais jeudi. Donc voilà en santé je bouffe à tous les râteliers. C'est peut-être aussi
 256 parce qu'on a eu un médecin traitant pendant des années qui était très ouvert, qui hésitait
 257 pas. Je me souviens Théa quand elle était toute petite je m'inquiétais pour sa tête qui était
 258 plate, elle m'a envoyé son mari qui faisait de l'ostéo crânienne. Bon ça lui a pas remis, mais
 259 moi ça m'a rassuré. Elle avait des érythèmes fessiers du nourrisson à répétition avec des
 260 mycoses on n'arrivait pas à s'en sortir, elle m'a dit « moi la médecine classique elle peut rien
 261 pour vous, allez voir l'homéopathie » on a fait la cure et elle n'a plus eu de problème avec
 262 ses fesses. C'est un médecin qui n'hésitait pas. Et j'ai eu l'habitude d'un médecin qui dosait,
 263 elle savait que les traitements au long cours c'est pas pour moi parce qu'au bout de 15 jours
 264 je prends plus rien. Donc si tu veux j'ai, je suis très opportuniste.

265 **Er** : Et pourquoi au bout de 15 jours du prends plus rien ?

266 **Natacha** : Bah parce que prendre un traitement antibiotique jusqu'au bout ça me saoule !

267 **Er** : Même si tu sais que ça peut avoir des effets négatifs par la suite ?

268 **Natacha** : J'ai beaucoup de mal à prendre des médicaments, je les prends vraiment que si je
 269 sais que je vais avoir un résultat net et immédiat. J'aime pas prendre des médicaments. C'est
 270 pour ça les antibiotiques c'est la plaie parce que tu les prends au bout de 3 jours ça va mieux
 271 et tu te demandes s'il faut en avaler pendant encore 5 jour supplémentaires quoi. Quand je
 272 suis plus malade j'y pense plus ! Là mon traitement pour les bouffées de chaleur je les
 273 prends parce que je me suis caler des jours : les petites capsules c'est une le mercredi et une
 274 le samedi. Et là j'ai pris un cachet de plantes en plus et c'est 3 par jour. J'ai beau en avoir un
 275 sur la table de la cuisine, un dans la salle à manger pour essayer de l'avoir sous les yeux au
 276 moment du repas, même comme ça j'arrive à pas le prendre. Parce qu'il suffit que pendant 2
 277 jours j'ai pas été trop embêtée par mes bouffées de chaleur et je vais oublier de le prendre.
 278 Ensuite je vais en avoir 2-3 qui vont bien m'avoir pris la tête et je vais bien reprendre mes
 279 cachets 3 fois par jour, ça va se calmer et je vais re-oublier. J'ai vraiment du mal à prendre un
 280 traitement. Dès que ça a fait son effet ... Par contre tous les soirs je prends religieusement
 281 mon petit cachet pour dormir parce que sinon je sais que si je le prends pas je dors moins
 282 bien. Mais j'ai peut-être un problème d'organisation aussi. Là comme ça m'embête j'y pense.
 283 C'est cyclique, je jongle pour trouver un équilibre. Et j'essaie de pas prendre trop de
 284 médicaments parce qu'en plus j'ai été élevée, ma mère prendre un paracétamol 500 c'est
 285 beaucoup quoi ! Faut surtout pas s'y habituer car après ça fait plus effet.

286 **Er** : Tu penses qu'il y a une éducation qui est faite par rapport à ça ? Tu vas faire comme ta
 287 maman faisait ?

288 **Natacha** : Euh non parce que moi quand j'ai mal je m'avale direct 1 gramme de paracétamol
 289 parce que c'est ça qui marche pour moi. Elle peut garder son cachet de 500 si elle veut mais
 290 moi je prends 1 gramme et 3 fois par jour s'il le faut. Mais j'ai ça dans un coin de ma tête,
 291 que les médicaments faut pas en prendre de trop. Si on peut faire sans médicaments c'est
 292 mieux.

293 **Er** : Et ça marche pour tout ce qui t'a été enseigné quand tu étais petite ?

294 **Natacha** : Je pense que je fais comme c'est le mieux pour moi, par exemple j'ai été élevée
295 avec « le psy ça sert à rien » tout ce qui est psychologique c'est de la bêtise, pour mes
296 parents si tu veux tu peux. Or moi je sais que j'ai besoin de soutien psychologique et je vais
297 le chercher. Ça me pose aucun problème je sais que quand t'en as besoin tu y vas et puis ça
298 fait du bien. Alors que ma mère c'est jamais, tu te débrouille tout seul. C'est une de mes
299 filles qui me dit « tu sais papy il était pas bien à l'enterrement de Michel, il avait l'air touché,
300 fatigué ». Donc je l'appelle pour savoir comment ça va et il me dit « oui, oui et toi ? » « Bah
301 bof quoi » « Non mais la santé ça va ? » « Euh oui mais je reste c'est dur » « Ah mais le reste
302 c'est rien ça va passer ».

303 **Er** : C'est dur à entendre.

304 **Natacha** : C'est pas faux, c'est même totalement vrai mais wow ... Moi j'ai été élevée comme
305 ça mais j'en fait qu'à ma tête. Marie elle était pas bien et j'ai profité du changement de
306 médecin traitant, on y était allé pour son genou, à la fin je lui dis « Tu lui dis quand au
307 médecin que tu manges plus et que tu dors plus ? ». On est resté quasiment une heure et à
308 la fin elle est ressortie avec une adresse pour aller voir un psychiatre. Elle a accepté d'y aller
309 alors qu'elle était complètement anti-ça. Même pas la peine de lui en parler « ouai je suis
310 pas folle » et tout. Et la le fait que ça soit un médecin qui s'inquiétait du fait qu'elle ne
311 mangeait pas, il avait peur qu'elle se fasse vomir mais non c'était juste qu'elle était
312 tellement nouée que ça passait pas. Moi je savais mais il ne voulait pas lui donner de
313 médicaments pour ça sans avoir un avis. Elle n'a pas besoin de médicaments en effet, elle a
314 juste besoin de digérer. D'ailleurs c'est très marrant comme les expressions « avoir une
315 épine dans le pied » « avoir un nœud à l'estomac » « ne pas digérer quelque chose » y a
316 plein d'expressions de la vie courante qui font référence à des problèmes physiques. Donc
317 ouai je passe au-dessus de mon éducation en termes de santé. Eux ils étaient plutôt anti-
318 médicament, anti-soins, pas aller chez le médecin.

319 **Er** : Mais c'est un acte de rébellion contre tes parents ou ?

320 **Natacha** : Ouai y a peut-être un peu de ça mais c'est surtout que je vois pas pourquoi je
321 m'en priverai si ça peut me faire du bien. Je fais ce qui me convient à moi.

322 **Er** : Par rapport à tes expériences ?

323 **Natacha** : Oui. La 1^{ère} fois que j'ai été voir un psy c'était après la naissance de Marie parce
324 que je voulais perdre du poids et comme je compensais tout par la bouffe je voulais
325 comprendre pourquoi pour arrêter de le faire. Après j'y suis retournée avant la naissance de
326 Théa. J'ai besoin de comprendre, de me comprendre. Là j'y suis retournée à la mort de ma
327 grand-mère. Là tu te dis « je suis arrivée à la moitié de ma vie, j'ai 45 ans, 90 c'est bien
328 90 ans. Donc je suis à la moitié de ma vie et il me reste combien de beau devant, à
329 profiter ? ». Jusqu'à 75 peut-être, après c'est du bonus, ça sera si tu es en bonne santé.
330 Maintenant je me dis merde j'ai plus que 25 ans et ça me panique le peu d'années qui me
331 reste à vivre bien. Et j'ai envie de vivre bien, d'en profiter et j'ai envie qu'elles soient pleines
332 ces années qu'il me reste à vivre en bonne santé. C'est ça qui m'importe. Ce sentiment de
333 me dire que ça va tellement vite qu'il faut vraiment être capable d'avoir des années bonnes.
334 C'est pour ça que j'ai choisi de faire un régime aussi, pour ma santé.

335 **Er** : C'était une prise de conscience ?

336 **Natacha** : Oui, c'était de me dire « oulala tu files un mauvais coton, faut que tu te prennes
 337 en main ! » que je fasse en sorte que ma santé soit bonne. Parce que si ma santé est pas
 338 bonne je pourrais pas profiter comme je veux de ce qu'il y a devant. Donc je dois me prendre
 339 en main et mon gros problème c'est mon poids. Pour moi ça a été une démarche santé. C'est
 340 de me dire que j'ai tellement peur de ne pas avoir assez de bonnes années devant moi qu'il
 341 faut que je fasse quelque chose pour avoir une chance qu'elles soient les meilleures
 342 possibles et qu'il y en ait le plus possible. Donc je vais agir dans l'immédiat le plus évident
 343 c'est de perdre du poids pour soulager les articulations pour ne pas se faire mal au genou ou
 344 ne pas se retrouver coincée comme ça dans le canapé comme une petite vieille avec son
 345 tricot. Mais j'en étais là ! Quand tu n'arrives plus à sortir de chez toi à cause de tes douleurs,
 346 tu cogites, t'es pas bien. Tu te dis « Merde si à 50 ans je suis coincée dans mon canapé à
 347 cause des couleurs je vais être comment dans 20 ans ?! » Je veux pas ça ! Donc je vais
 348 essayer de me remobiliser. Là j'essaie de gagner des bons points quoi. J'essaie de mettre le
 349 karma de mon côté [*Rires*]. Non mais c'est vrai, à quoi ça sert de vivre jusqu'à 90 balais si tu
 350 peux rien faire derrière ? Et j'ai envie de pouvoir faire des choses. Ne serait-ce que là pouvoir
 351 aller promener mon chien en forêt, je suis au 36^{ème} dessous parce qu'à cause de mon pied je
 352 peux pas aller en forêt promener mon chien. C'est con mais c'est important. Là j'ai repris le
 353 yoga, je vais reprendre la marche à pied, on a regonflé le vélo. Moi je pense que la santé ça
 354 passe aussi beaucoup par le physique. Le fait de vieillir ... Là j'en ai pris conscience en
 355 vieillissant tu vois. C'était un truc qui m'était complètement étranger quand j'étais plus
 356 jeune. Pour moi tu étais en bonne santé ou tu étais pas en bonne santé et si tu l'étais pas
 357 tant pis pour toi. Maintenant je suis plus dans l'optique : je suis en bonne santé, je veux
 358 continuer à l'être longtemps mais je sens bien qu'aujourd'hui je fais des bêtises et si je
 359 continue je vais pas le rester longtemps.

360 **Er** : Et comment tu te rends compte que tu fais des bêtises ?

361 **Natacha** : Bah je vois que mon corps se dégrade. Je vois les douleurs qui augmentent. Moi
 362 mon signal d'alerte c'est les douleurs. Quand je vois que j'ai mal au genou, que j'ai mal au
 363 pied, que j'ai mal aux hanches, que l'ai les cervicales qui se bloquent, que j'ai mal
 364 à l'estomac, que je dors mal. Je me dis que mon corps n'est pas content donc il va falloir que
 365 je change quelque chose quoi. Faut que j'arrête mes bêtises pour la même raison que j'ai
 366 arrêté de fumer à 40 ans. Je me suis dit « C'est bon t'es grande, tu arrêtes tes conneries là ! »
 367 Parce qu'avant pour moi ça n'avait pas d'importance, le tabac ça n'était pas grave. Et puis un
 368 jour tu commences à tousser beaucoup. Ça c'était la prise de conscience à 40 ans et là c'est
 369 « Va falloir que tu te prennes en main si tu veux emmener ta carcasse au bout » : qui veut
 370 voyager loin ménage sa monture ! [*Rires*] Et moi je veux voyager loin ! Voilà mon rapport à la
 371 santé !

372 **Er** : C'est super intéressant ! J'apprends plein de choses ! Moi je pensais surtout que la
 373 ménopause c'était hyper prégnant et en fait dans ton discours c'est revenu un peu mais c'est
 374 pas ce qui te préoccupe le plus quoi.

375 **Natacha** : Nan alors ça me prenait la tête à 40 ans parce que je me disais « comment je vais
 376 le vivre, cette perte de maternité ? » c'est quelque chose qui m'inquiétait énormément.
 377 Mais en fait la vie est très bien faite parce que t'as plus envie d'enfant quand tu arrives à
 378 50 ans. Parce que tes enfants sont grands, parce que tu sens que t'as plus la patience.
 379 Quand tu vois les petits, j'adore les bébés, je craque sur les bébés olala qu'est-ce que c'est
 380 mignon, j'adore les avoir dans les bras, j'adore les regarder et j'adore les rendre à leur mère
 381 et bien dormir la nuit ! [*Rires*] Et c'est pour ça que je trouve que la nature est très bien faite :

382 quand tu peux plus être mère t'as plus envie de l'être. Donc du coup déjà ça t'oublie donc
 383 c'est déjà ça parce que je pense que psychologiquement ça pourrait être très difficile à vivre.
 384 Moi je sais que ce côté-là ça m'a inquiété, ça m'a longtemps inquiété, d'autant plus que pour
 385 moi la maternité ça me touchait beaucoup et ce côté être femme et avoir la possibilité de
 386 donner la vie c'était vraiment quelque chose qui me ... très important ... je conçois pas mon
 387 être sans ça, c'est quelque chose qui est très fort en moi. Et j'ai été ravie de donner 3 fois la
 388 vie, j'ai adoré être enceinte, je les ai allaitées toutes les 3, c'est vraiment tu vois, c'est
 389 quelque chose qui est très, qui me touche et j'aurais pas pu concevoir ma vie sans ça. Donc
 390 du coup je m'inquiétais beaucoup de me rendre compte que « Je suis plus féconde, je vais
 391 plus pouvoir donner la vie ! Comment je vais le vivre ? » Bah écoute franchement j'en ai rien
 392 à battre parce que franchement je veux plus d'enfants. Après je pense qu'il y a aussi des
 393 femmes qui peuvent peut-être le voir différemment au niveau de la sexualité, de la
 394 contraception, de la peur d'être enceinte, de plus l'être etc. Moi ça fait tellement longtemps
 395 que j'ai des stérilets si tu veux que ma contraception c'est quelque chose qui ... je m'en
 396 occupe pas quoi, le stérilet ça te libère complètement. Je recommande le stérilet parce que
 397 tu n'as plus à y penser, c'est royal. Donc ça au niveau de la ménopause pour moi ça rentre
 398 pas en ligne de compte, y a rien qui change au niveau du risque d'être enceinte. C'était pas
 399 un problème avant c'est plus un problème après. Parce que pour certaines femmes ça peut
 400 être une libération de ne plus s'occuper de la contraception au moment de la ménopause.
 401 Moi comme s'en n'était pas un avant ... Après moi la seule chose qui m'embête c'est les
 402 bouffées de chaleur. C'est vraiment typiquement le seul truc qui m'enquiquine. Combien de
 403 temps je vais avoir à supporter ça mais c'est tout. Alors il y a peut-être un truc qui fait que je
 404 le vis plutôt bien c'est le fait que comme j'entame un régime à la période où les femmes
 405 prennent du poids ... Tu vois généralement toutes les femmes disent à la ménopause il y a la
 406 prise de poids. Moi j'attaque 50 ans et paf je perds 13 kilo donc du coup ... alors que sur le
 407 papier je m'étais dit ça y est c'est foutu tu es grosse et tu le resteras toute ta vie quoi. C'est
 408 pas maintenant que tu vas perdre du poids, bah si c'est maintenant et puis voilà. Quand tu
 409 entends parler les gens et quand tu vieillis et que tu vois les femmes autour de toi il y avait
 410 vraiment une image de la femme ménopausée qui était vieille, c'était ... Maintenant tu
 411 regardes dans la rue entre une femme de 45 et une femme de 55 y a pas de différence, c'est
 412 vraiment que dans la tête. Moi ça me voilà ... Ce côté perte de fécondité, plus être femme,
 413 non plus être mère ! Oui bah plus être mère, bah je serais plus mère mais tant mieux. Et puis
 414 femme toute façon t'es une femme du jour de ta naissance au jour de ta mort et c'est pas
 415 parce que t'as plus tes règles que t'es plus une femme hein. C'est autre chose.

416 **Er** : Et au niveau de la sexualité ça change quelque chose ?

417 **Natacha** : Non.

418 **Er** : Parce qu'on entend parler de baisse de libido

419 **Natacha** : Oh bah nous tu sais la libido est en baisse depuis 10 ans alors ... Donc si tu veux je
 420 vois pas vraiment de différence ! [Rires] Là t'as un vieux couple usé ... Bon bref. Là-dessus je
 421 suis pas la bonne personne pour te répondre. Mais dans la tête si tu veux ça me change rien.
 422 Je pense que je serais beaucoup plus perturbée si je perdais un sein. La maman qui a eu une
 423 ablation d'un sein à cause d'un cancer je pense que c'est beaucoup plus perturbant dans son
 424 truc de femme que de plus avoir ses règles.

425 **Er** : Parce que ne plus avoir ses règles c'est commun ?

426 **Natacha** : Non et puis parce que c'est comme ça quand tu arrives à cet âge-là tu as la
427 ménopause, tu n'as plus tes règles et c'est comme ça quoi. J'ai envie de dire c'est un peu
428 inéluctable voilà quoi. Donc t'y passes et puis c'est pas grave. Et puis je crois que
429 profondément dans la tête j'ai pas envie qu'il y ait un avant et un après. Je crois que c'est
430 beaucoup dans la tête. C'est beaucoup dans la tête des gens la barrière de la ménopause.
431 C'est la puberté, la ménopause, c'est le cycle. Moi j'ai la ménopause pendant que ma petite
432 elle a sa puberté ! Et puis c'est peut-être aussi parce que ma mère elle a pas eu de vraie
433 ménopause dans la mesure où on lui a retiré ses ovaires elle avait 44 ans à cause de
434 problèmes de santé. Du coup après elle a eu des traitements hormonaux jusqu'à plus de
435 70 ans donc si tu veux elle a pas eu vraiment de ménopause classique donc j'ai pas ce
436 repère. Et ma grand-mère pareil. Donc si tu veux moi les histoires que j'ai, je suis la première
437 femme, la première génération de femme à avoir un cycle gynéco sans histoire, à pas avoir
438 de problèmes pour avoir des bébés, pas avoir de problème de seins et j'ai la ménopause. Je
439 suis la première à avoir un truc normal donc c'est peut-être ça aussi dans mon histoire qui
440 fait que je prends ça plutôt bien. Je crois que quelque part je suis très fière que tout aille
441 bien et de pas avoir de problème de ce côté-là. Là bah j'ai la ménopause, c'est normal et je
442 prends pas de traitement substitutif, je me débrouille avec mes petites hormones euh non
443 au contraire, mes petits trucs en homéo et puis ça passera comme ça. Dame Nature elle est
444 bien foutue et on doit pas l'enquiquiner. Pour l'instant elle m'a bien servie de ce côté-là
445 donc on va la laisser tranquille.

446 **Er** : Bah écoute merci c'est vraiment super intéressant ! J'ai quand même gratté 3 pages ! Tu
447 penses à autre chose sur la santé ?

448 **Natacha** : Euh bah non pas là ! Est-ce que j'ai bien répondu ?

449 **Er** : Ah non y a pas de bonne ou de mauvaise réponse ! D'autant plus que moi je sais pas où
450 ça va me mener et je suis vraiment dans une approche inductive où je teste des hypothèses
451 qui vont se révéler vraies ou pas vraies on sait pas. Donc là on est dans « qu'est-ce que les
452 gens nous disent, qu'est-ce qu'on peut en retirer ? ». Donc il ne peut pas y avoir de mauvaise
453 réponse.

454 **Natacha** : Non mais la discussion aurait pu aller dans un sens qui n'aurait pas eu d'intérêt
455 pour toi.

456 **Er** : Comme dirait ma prof y a pas de mauvais enquêté, y a que des mauvais enquêteurs ! Si
457 la discussion ne va pas où on veut c'est qu'on n'a pas réussi à la faire aller là où on voulait. Et
458 c'est aussi pour ça que je voulais faire ce 1^{er} entretien parce que je sais que quand je sais que
459 tu es à l'aise pour parler et tu vas au bout des choses et ça c'est un truc que typiquement
460 j'aurais pas pu avoir avec mes parents. Là certaines fois j'ai pas parlé pendant 5-10 minutes
461 parce que tu m'expliquais un truc et tu l'as fait de A à Z, bien, en détail. Et j'ai pas eu à te
462 demander toutes les 5 secondes pourquoi. Et ça c'est vraiment très agréable.

463 **Natacha** : Bon bah écoute tant mieux.

464 **Er** : Merci beaucoup !

465 **Natacha** : De rien et puis n'hésite pas.

Entretien n°2/10 - Jojo <i>« C'est comme la chanson de Brel : mourir c'est rien mais vieillir ... »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, gestionnaire national de la flotte automobile à l'Office Nationale des Forêts, Fonctionnaire – cadre sup, 56 ans, Deug géologie – formation scientifique, banlieue parisienne, marié, 4 enfants (2 garçons et 2 filles), origine corse très marquée
Date de l'entretien	26 octobre 2016
Lieu de l'entretien	Travail
Ville	Paris
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	84 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son bureau, enquêteur et enquêté seulement
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien non directif – exploratoire
Résumé de l'entretien	Jojo commence notre entretien sur son rapport au corps et notamment aux méfaits d'une mauvaise alimentation. Ce thème sera d'ailleurs récurrent sur toute la durée de l'entretien. L'enjeu pour lui étant de pouvoir bien vieillir. Il fait une forte critique du système de santé qu'il juge inapproprié. Il a par ailleurs une attirance pour les médecines parallèles qui fonctionnent tout aussi bien, voire mieux, sur certaines pathologies. Ceci est certainement dû à son éducation en matière de santé qui a toujours été très ouverte car ses parents étaient des individus curieux sur tout ce qui touchait à la science. Sujet à de nombreux problèmes de santé il ne se sent pourtant pas vieux ni en état de décrépitude avancé. Il en a marre de toutes ces campagnes de préventions et lettres de la sécurité sociale qui lui disent comment il doit se comporter. En fait, il y en a tellement qu'il n'y fait plus attention bien qu'il sache faire partie d'une population à risques. Il refuse le terme de « séniors » et les qualificatifs vieillissants. Il s'empêche de faire des activités dites « de vieux » et a un profond attachement à son travail. Il est donc dérangé par l'idée qu'il sera bientôt à la retraite car il ne sait pas ce qu'il pourra faire alors.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

1 **Er** : Donc les 50-60 sur le thème de la santé donc on se demandait ce que la cinquantaine a
2 changé pour vous en matière de santé. Grande question oui !

3 **Jojo** : Qu'est-ce que ça a changé pour moi en matière de santé. Et bien par exemple on
4 constate qu'on prend beaucoup plus de poids et qu'on a du mal à en perdre beaucoup plus
5 difficilement. Euh après on est beaucoup plus suivi au niveau médical puisque maintenant
6 quand vous passez 50 ans vous recevez un tas de courrier tu es caisse de maladie et de la
7 sécurité sociale vous enjoignant de faire la coloscopie à partir de la cinquantaine, ce que
8 d'habitude tous les hommes qui ont 50 ans font 4 ou 5 ans après parce que franchement on
9 n'a pas envie d'y aller fin quelque part quand je l'ai fait heureusement que je l'ai faite.
10 Comme quoi ça a du bien ensuite au niveau médical on est beaucoup plus suivi c'est vrai. Ça
11 nous fait faire des analyses fin moi je vais faire des analyses tous les 6 mois pour des
12 histoires de cholestérol qui n'existent pas, qui ont heureusement disparues mais pour
13 surveiller les triglycérides d'autant plus quand on a des métiers statiques. On est plus sujet
14 au surpoids et quelques ennuis de santé comme j'ai eu il y a 3 semaines par exemple j'ai fini
15 aux urgences, à l'hôpital privé Paul Degines je suis allé.

16 **Er** : Qu'est-ce qui vous est arrivé ?

17 **Jojo** : Un AIT. Ça c'est le truc qui arrive après la cinquantaine même on peut l'avoir même à
18 45 ans. Un accident ischémique transitoire c'est avertissement à attention à ce que vous
19 faites attention à ce que vous mangez vous êtes en train de préparer un AVC. En gros ya de
20 ça. Donc vous passez toute une suite d'exams : IRM, électrocardiogramme, voltaire, ECG
21 etc. Mais ce sont des choses oui c'est vrai, qui arrivent après la cinquantaine et on est sujet à
22 ce genre de problème médical. Après niveau alimentaire il faut commencer à faire attention
23 à ce qu'on mange parce que c'est toujours le problème avec l'âge c'est la prise de poids. La
24 prise de poids chez tous les hommes, la graisse abdominale bien entendu, ce qu'on appelle
25 communément la bedaine.

26 **Er** : La petite bedaine !

27 **Jojo** : La petite bedaine qui est très nocive il paraît. Après on a peut-être un petit peu moins
28 de patience avec ses enfants. C'est la cinquantaine parce que pff les questions qui n'en
29 finissent plus c'est assez agaçant. Sinon on est beaucoup plus zen dans le travail parce qu'on
30 a une assise professionnelle bien établie, plus d'expérience et ça ne pose pas trop de
31 problème là-dessus quoi. Qu'est-ce que je peux vous dire ? Après moi j'ai une maladie
32 génétique qui est la spondylarthrite ankylosante mais je l'ai depuis l'âge de 30 ans. D'ailleurs
33 le frère aîné d'Emilie l'a également, il a été dépisté à 28 ans. Là aussi ça vous oblige, passé un
34 certain âge, puisqu'on a quand même des difficultés à faire du sport, c'est une maladie
35 inflammatoire rhumatismale chronique qui ne se guérit pas mais se soigne, se soulage mais
36 par des médicaments des anti-inflammatoires en cortisone, donc on privilégie le régime
37 alimentaire.

38 **Er** : D'accord.

39 **Jojo** : Il y a 3 ans quand j'avais donc 51 ans et demi, j'ai décidé de supprimer les viandes, les
40 laitages, les charcuteries pour quand même essayer d'avoir moins de douleurs et c'est très
41 efficace.

42 **Er** : D'accord, ok.

43 **Jojo** : Sinon passé un certain âge on a la fâcheuse tendance à s'endormir mollement dans
44 son canapé devant la télé, comme un vieux couillon. Si je puis me permettre le terme.

- 45 **Er**: Et c'est parce qu'il y a un état de fatigue est plus important ?
- 46 **Jojo** : Oui il y a un état de fatigue qui est un peu plus, on est plus sujet à se fatiguer, je
47 trouve, plus vite. Mais s'il faut, s'il y a des sorties, là il n'y a pas de problème. Mais si on se
48 pose moi je trouve que bon ... Veiller le soir chez soi autant se coucher. Mais sinon non, s'il
49 faut sortir y a pas de problème là on est même pire que les autres, peut-être que c'est
50 psychologique.
- 51 **Er** : Je sais pas, peut-être.
- 52 **Jojo** : Mais sinon la santé oui quand même, le corps, on sent que passée la cinquantaine
53 quand on a quand on a un métier statique je dis bien quand on a un métier sédentaire on
54 sent quand même que bon il faut prendre des mesures, prendre des mesures.
- 55 **Er** : Et les mesures vous les prenez individuellement vous êtes allé voir un diététicien ou ?
- 56 **Jojo** : Non individuellement, non on le sent honnêtement le sent, on le sent.
- 57 **Er** : ça vous arrive souvent d'aller voir le médecin ?
- 58 **Jojo** : Bah moi je suis obligé.
- 59 **Er** : Pour la maladie chronique ?
- 60 **Jojo** : Pour des problèmes de tension, j'ai aussi des problèmes de tension, mais ça c'est de
61 famille, c'est héréditaire donc tous les 4 mois je vais voir mon médecin qui j'ai prescrit des
62 analyses pour vérifier les triglycérides, la glycémie, le cholestérol etc etc.
- 63 **Er** : Donc vous êtes assez
- 64 **Jojo** : On est très suivis. On est très suivis, c'est vrai qu'on est très suivis. Ce qui n'était pas le
65 cas dans le temps, les gens de mon âge dans le temps, on mourrait beaucoup plus jeune.
66 C'est vrai hein.
- 67 **Er** : C'est pas rassurant !
- 68 **Jojo** : Nan mais c'est vrai hein, c'est pas ...
- 69 **Er** : Donc vous pensez que vous êtes le suivi maintenant qu'avant ?
- 70 **Jojo** : Oh oui oui oui largement ! et même peut-être même trop, trop suivis. On a une
71 fâcheuse tendance à nous coller des médicaments pour un oui ou pour un non. Dès qu'on a
72 le moindre gramme de cholestérol car on a eu la bêtise de, comme j'ai fait moi, de faire des
73 analyses sanguine où le soir d'avant on s'était goinfrer de charcuterie du pays. Non mais
74 après "blah" et pendant 3 ans "krcht" du crestor pour le cholestérol pour après s'apercevoir
75 qu'on en n'a pas. Donc après le supprime mais c'est pas évident. Le corps médical et très
76 pourvoyeur de médications, de remèdes divers et variés, dont certains ... en fait à partir d'un
77 certain âge il faut avoir, largement avant 50 ans, il faut avoir une hygiène alimentaire comme
78 on n'a pas forcément.
- 79 **Er** : On s'en rend compte après ?
- 80 **Jojo** : On se rend compte après et on le paye !
- 81 **Er** : On le paye, oui j'ai bien l'impression que c'est ça, ce n'est pas la première fois que l'on
82 me le dit.
- 83 **Jojo** : Oui on le paye, on le paye.

84 **Er** : Et vous trouvez que mise à part les médicaments il y a d'autres, d'autres institutions ou
85 d'autres choses qui sont promues par tous les métiers de santé, qui sont trop promues en
86 fait ?

87 **Jojo** : Oui la vaccination contre la grippe ! je trouve ça ridicule puisqu'on sait que
88 scientifiquement, a priori c'est le vaccin concernant le virus de l'année précédente. Après
89 c'est ce qu'on me dit il y a peut-être plusieurs polémique là-dessus. Non moi je me ferais
90 jamais vacciner contre la grippe ça c'est hors de question.

91 **Er** : Et pourquoi ?

92 **Jojo** : Je ne pense pas que ce soit vraiment efficace. Je n'ai rien contre les vaccinations je ne
93 fais pas partie de ce lobby anti-vaccination, je tiens à le préciser. Parce que ça c'est à la
94 mode, mais celui-là non ça fait un peu trop commercial.

95 **Er** : Il y a une mode anti-vaccination en ce moment ?

96 **Jojo** : Oh oui il y a une mode anti-vaccination oui.

97 **Er** : Chez les personnes de votre âge ou chez tout le monde ?

98 **Jojo** : Non tout âge confondu.

99 **Er** : Ah je ne savais pas.

100 **Jojo** : L'histoire de l'aluminium dans les vaccins.

101 **Er** : Ah oui c'est vrai.

102 **Jojo** : Tout est parti de là, on ne vaccine pas les gamins contre la rougeole. C'est ridicule,
103 personne n'est mort d'avoir eu le vaccin contre la rougeole fin pardonnez-moi je caricature
104 un peu. A 50 ans ce qu'on apprécie beaucoup plus c'est d'être au calme. Et j'ai un vieil ami
105 qui comme moi qui a 3 filles, lui, et qui comme moi à un moment donné on demande du
106 silence du calme n'a pas envie de ... moins de bruit, moins de brouhaha.

107 **Er** : Et c'est dû à quoi ?

108 **Jojo** : Parce qu'on a envie d'être un peu au calme tout bêtement. Dès que les gamins, les
109 enfants grandissent, là je suis, on a des enfants jeunes, arrivé à la cinquantaine ils
110 commencent à être largement adolescents, c'est vivant ça bouge c'est très bien, on est tous
111 passés par là, mais en tant que parent on a envie de dire on peut pas être un peu tranquille,
112 au calme ? "Moins de bruit", "moins de brouhaha", "parlez moins fort", des choses comme
113 ça. On apprécie beaucoup de calme voilà sans sombrer dans le gagatisme précoce. faut pas
114 sombrer dans le "tais-toi, ta gueule" Non non non. On se calme on apprécie le silence fin le
115 silence, le calme, la tranquillité.

116 **Er** : C'est à cause de la fatigue dont vous me parliez tout à l'heure ?

117 **Jojo** : Oui quand on vieillit on est plus fatigué on a du mal à démarrer le matin. Moi je
118 démarre plus lentement qu'avant !

119 **Er** : C'est tous les jours, c'est plus en début de semaine ?

120 **Jojo** : Non ça dépend des jours parce qu'il y a aussi autre chose qu'il faut coupler avec ça
121 c'est qu'en prenant de l'âge au niveau professionnel vous prenez plus de responsabilités
122 vous avez une évolution de carrière donc vous n'êtes plus soumis au stress comme vous
123 l'étiez avant. Fin dans mon cas c'est comme ça. On a des promotions en avance dans le

124 métier on a beaucoup plus de responsabilités et donc bon on arrive le soir, on a des horaires
125 aussi qui sont beaucoup plus longs, on a des envies de travail beaucoup plus longues
126 qu'avant toujours liées à cette évolution professionnelle. Il faut toujours quand même les
127 coupler avec ça. Du moins dans le public après dans le privé je ne sais pas trop parce que
128 dans le privé dès que tu es senior il paraît que c'est beaucoup plus dangereux.

129 **Er** : Qu'est-ce que vous appelez les seniors ?

130 **Jojo** : Bah 50 ans et plus parce qu'à l'ONF maintenant chez nous ils ont décrété que passé 50
131 ans on reçoit un mail nous annonçant que nous sommes senior et que nous avons le droit,
132 moi quand ils m'ont envoyé le mail je leur ai répondu que, de façon très courtoise est très
133 polie, que c'est le premier et le dernier mail sur le sujet que je veux recevoir. Je me sens pas
134 du tout, j'ai pas besoin d'une aide, je trouve ça ridicule.

135 **Er** : C'était une aide sur quoi ?

136 **Jojo** : Si on avait besoin d'un soutien ou si vous avez besoin d'avoir des activités, des séances
137 de massage enfin des trucs ridicules.

138 **Er** : Des séances de massage wow !

139 **Jojo** : A croire que certains métiers y en a qui cherche du boulot, ils se l'inventent.

140 **Er** : Mais est-ce que justement c'est pas dans une optique où ils se sont rendu compte que il
141 y avait besoin de faire plus de sport.

142 **Jojo** : Non.

143 **Er** : C'est pas des activités physiques pour se dépenser dans la journée ?

144 **Jojo** : Non. Vous pouvez pas en faire dans la journée, vous voulez en faire quand ? On a une
145 pause méridienne de 35 euh de 45 minutes.

146 **Er** : Ah oui c'est pas énorme.

147 **Jojo** : Le matin vous arrivez vous faites votre pause et puis le soir vous partez tard, la
148 dernière chose qu'on a envie c'est d'aller dans un club de sport, se retrouver en plus avec
149 des gens du même âge non mais vous plaisantez ! La déprime !

150 **Er** : Etre avec des gens du même âge ça vous déprime ?

151 **Jojo** : Ah si c'est pas des vieux amis oui ! Ouai ouai vaut mieux être avec des gens plus jeunes
152 plus vivants hein !

153 **Er** : Mais avec les vieux amis ça vous dérange pas ?

154 **Jojo** : Non ce sont des amis c'est différent donc c'est pas la même chose. J'ai des amis de
155 tous âges fin moi personnellement j'en ai un grand panel. Y a mes anciens collègues avec qui
156 je travaillais, on est toujours en relation on se voit régulièrement le soir, on se fait quelques
157 sorties y a pas de soucis. C'est pas l'âge qui fait c'est surtout le mental. Parce que quoi qu'on,
158 enfin dans mon cas, dans le cas des vieux amis que je connais on a toujours l'impression
159 d'avoir 20 ans dans notre tête. Bon le corps il suit pas mais ça c'est un autre sujet mais, le
160 corps ne suit pas. Mais on a toujours l'impression d'avoir 20ans dans la tête.

161 **Er** : C'est bien c'est ce qu'il faut.

162 **Jojo** : C'est peut-être lié au fait que avançant en âge on sent que la date fatidique approche
163 et que si on prend une courbe de Gauss on se dit que mais je suis plus là, je suis plus en haut,

164 je suis en train d'amorcer la pente descendante donc on a beaucoup plus le besoin de
165 bouger de faire autre chose que ce qu'on avait avant mais avant faut dire aussi qu'on avait
166 aussi les enfants à s'occuper car ils étaient en bas âge et on n'avait pas le temps. Tout est lié
167 en fait. Tout est lié, ça c'est mon opinion mon expérience après d'autres peuvent voir les
168 choses différemment hein.

169 **Er** : Donc c'est vraiment un état global en fait.

170 **Jojo** : Oui.

171 **Er** : Et qu'est-ce que vous avez contre le terme de sénior ?

172 **Jojo** : Parce que pour ma génération à moi les séniors c'est, déjà ça existait pas c'était le 4^{ème}
173 âge ! Et je sais pas je trouve que c'est, je trouve ça péjoratif. Ça veut rien dire, regardez la
174 pub ridicule à la tv sur les sénioriales, mais c'est quoi ça ? Voilà on est bien, en gros c'est
175 achetez chez nous on est bien entre vieux. Non mais justement [inaudible] à 65 ans dans une
176 maison avec des personnes âgées non mais on va chanter du Claude François non mais
177 quelle horreur mon dieu ! Non mais n'importe quoi, non non c'est du marketing tout ça. Non
178 j'aime pas le terme sénior, j'aime pas du tout.

179 **Er** : Est-ce qu'il y a un autre terme qui vous viendrait à l'esprit pour qualifier justement bah
180 les séniors mais autrement ?

181 **Jojo** : Je vais me le péter : les gens d'expérience !

182 **Er** : Les gens d'expérience, ça me plait !

183 **Jojo** : On a acquis une certaine expérience, une maturité, fin pas forcément, mais bon
184 professionnellement on a plus d'expérience dans le domaine dans lequel on est.

185 **Er** : Dans le domaine de la santé aussi vous avez plus d'expérience ?

186 **Jojo** : Oui, oui si on accepte de faire son autocritique sur son passé alimentaire et diététique
187 en particulier on s'aperçoit que bon on le savait. Parce qu'on le sait, c'est pas bien, faut pas
188 trop fumer, faut pas trop boire en sorties, faut pas trop se gaver de certains aliments. Bon ça
189 c'est humain hein on n'y peut rien. C'est humain.

190 **Er** : Vous trouvez qu'on a beaucoup de messages sanitaires qui nous sont envoyés « manger,
191 bouger » ...

192 **Jojo** : Oui, ça tient pas compte des réalités. C'est bien, elles sont nécessaires, c'est sûr, ça fait
193 progresser c'est très bien mais ils tiennent pas compte des réalités. Quand on dit manger 5
194 fruits et légumes par jour ok d'accord mais les gens quand ils rentrent le soir avec la famille
195 tout ça, qui a, de moins en moins, on n'a plus le courage de cuisiner en rentrant le soir.

196 **Er** : Oui ...

197 **Jojo** : Merci St Picard ! Avec tes plats plein de sel mais merci quand même ! C'est vrai ou pas
198 vrai ?

199 **Er** : Ah si, si, je suis totalement d'accord !

200 **Jojo** : Vive le micro-onde !

201 **Er** : Bah oui maintenant malheureusement, c'est pas forcément bon mais ...

202 **Jojo** : C'est pas forcément bon après il faut savoir choisir dans les plats c'est sûr. A 20 ans on
203 mange ce qu'on veut, à 30 ans on l'ange ce qu'on veut, à 40 ans on commence déjà à se dire
204 ouille aie aie ! Et puis à 50 ans oulala qo sé qu'ça ?

205 **Er** : Et vous avez quel âge, là exactement ?

206 **Jojo** : 56, je vais sur mes 57.

207 **Er** : Ca va c'est pas très vieux encore. Vous avez plein de temps.

208 **Jojo** : C'est gentil ! Non c'est pas encore très vieux, j'ai encore 11 ans à travailler, merci à la
209 réforme des retraites mais c'est comme ça. Je sais pas dans quel état je serais dans 11 ans.
210 Non mais il faut travailler c'est important pour le mental. Et pour l'entretien.

211 **Er** : Et ça vous fait peur d'arrêter de travailler dans 11 ans?

212 **Jojo** : Oui. J'ai pas envie. Non mais sérieux hein. Je me vois pas me retrouver du jour au
213 lendemain à la maison. Les premiers temps je vais faire quoi, on va repeindre ci on va ranger
214 ça et après ? Je vais chercher mon pain, mon journal ? Il va y avoir quoi, des bêtises à la
215 télévision ? Quelle horreur ! Non non non, j'ai toujours dit, même à mes enfants, même à
216 Emilie, même à ma femme : je voudrais continuer de travailler après. Pas faire du social ou
217 des machins comme ça non, travailler pour de bon. Du vrai boulot, du contact. Moi j'ai un
218 métier où j'ai quand même beaucoup de contact et ça me manquerait beaucoup de me
219 retrouver du jour au lendemain assis dans le fauteuil à attendre je sais pas ... Non non. Je
220 connais pas mal de collègues qui n'envisagent pas une retraite classique comme ils faisaient
221 dans le temps. Non non, non non non non.

222 **Er** : Parce que ce serait une dégradation de l'état mental si on arrêtais ?

223 **Jojo** : Je pense qu'il y a une dégradation de l'état mental et puis les montants de retraites il
224 faut voir aussi, avec l'âge quand même on se rend compte également que le montant des
225 retraites ne sera pas ce qu'on avait espéré quand on est rentré dans le monde du travail
226 puisque tout a bien changé. Et puis en plus que bon c'est bien gentil de nous dire que oui
227 bon vous allez être à la retraite mais j'ai pas suffisamment de quoi faire je fais quoi ? Même
228 si on peut avoir de très bonnes situations mais bon c'est pas, ça ne veut plus rien dire
229 maintenant. C'est très aléatoire donc. Donc une retraite je pense qu'il faut commencer à la
230 préparer vers 45 ans fin on commence à y penser à 20 ans. C'est triste hein. C'est
231 malheureux. Nous les générations qui étaient avant nous elle n'y pensaient pas à ça mais
232 nous on y pense. Bah oui parce que tout est en train d'évoluer à une telle vitesse c'est pas
233 garanti que les retraites continueront à exister telles qu'elles existent. Et c'est important
234 parce que, imaginez, vous partez avec une petite retraite, vous pouvez rien faire, vous
235 restez chez vous, vous mangez mal. Ah la mal bouffe ça touche toutes les tranches d'âge,
236 toutes les classes de la société, enfin toutes les tranches d'âge surtout.

237 **Er** : vous trouvez que le changement entre avant et maintenant il est vachement important ?

238 **Jojo** : Oui y a pas photo, y a pas photo.

239 **Er** : Et c'est à cause de quoi selon vous ?

240 **Jojo** : Trop cher on paye trop on passe son temps à payer. Simple exemple réaliste quand par
241 exemple en 2002, on est en location à Paris euh on habite à Saint-Maur, le loyer est en
242 location. Le loyer n'a pas évolué on va dire. Depuis 2002 il a pris quoi 50 € d'augmentation,
243 les charges n'ont pas beaucoup évoluées. On est une famille on a 4 enfants, à l'époque on

244 avait pu acheter une maison chez moi en Corse donc on a profité pendant 10 ans pour les
 245 vacances etc. Et ça nous faisait pas de problème pour avoir une propriété d'un côté et une
 246 location et de payer les charges des deux côtés parce que il y a les impôts locaux, fonciers
 247 etc et un moment donné on s'est aperçu que ça commençait à être un peu lourd alors que
 248 nos situations personnelles, professionnelles évoluaient. On est fonctionnaire d'État on
 249 monte par échelon donc c'est vrai que des fonctionnaires comme nous bientôt on est en
 250 disparition bientôt ça va être supprimé, il n'y aura plus que des contractuels. on s'est aperçu
 251 que la vie était trop cher que la nourriture a ... ils ont veu dire le panier y a pas d'inflation
 252 c'est pas vrai ! La nourriture à augmenter les fluctuations du carburant les voyages prendre
 253 le train prendre l'avion prendre le bateau ça devient très cher. En plus les enfants
 254 grandissant on s'aperçoit que s'ils veulent faire des études particulières on ne peut pas leur
 255 dire non mais il faut ...

256 **Er** : Il faut mettre les sous derrière.

257 **Jojo** : Voilà. Et ça on le prévoit pas forcément avant. Je trouve que la vie est beaucoup plus
 258 chère parce que même à l'époque Emilie, elle prenait des cours de musique : de guitare, sa
 259 sœur après les cours de piano pendant 11 ans il y avait ... mais on s'en sortait bien.
 260 Maintenant on s'aperçoit qu'il ne faut pas, tous les à côté deviennent chers : les impôts ont
 261 augmenté fin tout quoi. Et on n'a pas d'aides parce qu'on fait partie de ses classes moyennes
 262 qui n'ont le droit à aucune aide. Donc on paye tout cash.

263 **Er** : Entre les deux quoi.

264 **Jojo** : Voilà on est entre les deux. Et on relativise un peu. On a un travail c'est déjà pas mal,
 265 moi qui ai connu le chômage en étant jeune c'est pas marrant pas du tout.

266 **Er** : Est-ce que justement matière de relativisme, est-ce que vous relativisez les types de
 267 soins ?

268 **Jojo** : Oui mais est-ce que je comprends bien.

269 **Er** : Dites-moi à quoi vous pensez je vous dirais si c'était ça.

270 **Jojo** : Non dites-moi plutôt vous parce que j'ai un doute sur ma réponse.

271 **Er** : Ah mais n'y a pas de mauvaise réponse !

272 **Jojo** : Qu'est-ce que vous appelez types de soin ?

273 **Er** : Ben il y a la médecine qui est dit classique avec les médicaments ...

274 **Jojo** : Ah oui oui je vois l'homéopathie et tout ça là.

275 **Er** : Oui.

276 **Jojo** : Alors l'homéopathie j'y crois pas. J'y crois pas parce que rien que le nom « dose
 277 homéopathique » faut que ça soit pris sur tellement longtemps et puis je pense que
 278 personne, enfin j'ai deux collègues qui prennent tout et n'importe quoi, bon c'est peut-être
 279 pas bon non plus. Faire de l'automédication ce n'est peut-être pas non plus la meilleure des
 280 choses. Après adopter un régime, moi je pense que c'est le régime alimentaire qui peut
 281 limiter la casse. Je m'en suis aperçu peut-être un peu trop tard ça c'est sûr. La charcuterie
 282 étant une institution j'ai mis très longtemps à m'en séparer. J'ai mis quand même 52 ans
 283 avant de m'apercevoir que ce n'était pas bon pour moi. Mais je pense que c'est plutôt la
 284 diététique qui peut être un plus passé un certain âge. Après c'est des habitudes qu'on

285 devrait prendre beaucoup plus jeune. Quand on est jeune quand on a votre âge on mange
286 tout ce qu'on veut on s'en fiche.

287 **Er** : Oui.

288 **Jojo** : Voilà. Dans 20 ans vous direz pas la même chose. Après vous pensez à quoi d'autre
289 l'acupuncture des choses comme ça ?

290 **Er** : Oui par exemple.

291 **Jojo** : Ah oui ça j'y crois, ça par contre pour moi c'est très sérieux. J'ai des amis qui l'ont fait
292 qui m'ont dit, je pense que c'est quelque chose de très sérieux.

293 **Er** : Et pourquoi ça plus qu'autre chose ?

294 **Jojo** : Parce que c'est une assise scientifique, d'origine asiatique, c'est une pratique
295 scientifique qui est quand même assez posée quoi. C'est pratiqué dans les hôpitaux, il y a
296 maintenant des médecins acupuncteurs. C'est pas du gadget on constate les bienfaits. Pas
297 dans tous les cas il n'y a pas de remède miracle à toutes les maladies on est bien d'accord.

298 **Er** : Est-ce qu'il y a des médecine comme par exemple la médecine chinoise, l'acupuncture
299 que vous allez privilégier dans certains cas et que vous n'allez pas du tout privilégier dans
300 d'autres ? Vous allez directement me diriger vers les médicaments dans certains cas ?

301 **Jojo** : Oui je pense, oui oui si on me dit que j'ai le sida j'ai pas envie d'aller me faire piquer. Je
302 caricature hein ! J'ai une fâcheuse tendance à caricaturer soyons clairs.

303 **Er** : Non mais c'est très bien.

304 **Jojo** : Mais c'est sûr, si j'ai mal au dos et que j'ai pas envie de prendre de la cortisone parce
305 que mon rhumatologue me bourre de cortisone à chaque fois que je le vois quand j'ai le dos
306 coincé, non non je préfère essayer l'acupuncture. Et là j'ai trouvé j'ai supprimé les laitages
307 puisque il a été prouvé par des études américaines ou suédoises je sais plus que les laitages,
308 le lait de vache en particulier provoque, accentue les inflammations pour les gens comme
309 moi qui a une spondylarthrite ou polyarthrite. Donc j'ai supprimé et ça va mieux.

310 **Er** : Mais vous mangez plus rien du coup !

311 **Jojo** : Mais si il y a plein d'autres trucs bizarroïdes comme des algues. Mais là j'ai vu mon
312 cardiologue il n'y a pas longtemps il m'a dit bon vous avez perdu du poids par rapport à la
313 dernière fois que je vous ai vu c'est bien. Il m'a dit vous avez supprimé quoi je lui ai dit je ne
314 bois plus de lait il m'a dit moi non plus. Il s'est mis au lait d'avoine et moi je m'étais mis au
315 lait de soja mais il m'a dit non non c'est trop gras prenez du lait d'avoine. Et ça passe mais
316 parfumé à la vanille sinon c'est pas bon !

317 **Er** : Vous allez voir beaucoup de spécialistes ? Parce que le cardiologue le rhumatologue ...

318 **Jojo** : Non ça c'est suite à l'AIT sinon le cardiologue je ne le vois qu'une fois tous les 3 ans
319 voilà c'est tout. Le rhumato j'y vais plus parce que à part me coller de la cortisone et des
320 anti-inflammatoires qui vous mettent KO qui vous détruisent l'intestin ça sert à rien. A mes
321 yeux, parce que ma maladie évolue lentement pas ma sœur aînée qui a 2 ans de plus que
322 moi qui est un stade très avancé mais ça c'est du aussi à son métier. Elle était infirmière,
323 cadre infirmier. Tout le temps de beau et que les infirmières sont les premiers à courir chez
324 les médecins quand ils ont le moindre truc. Le cordonnier mal chaussé c'est pas faux au
325 contraire.

326 **Er** : Et tout à l'heure vous me parliez du dépistage. Que vous aviez des lettres, que vous aviez
327 reçu une lettre.

328 **Jojo** : Oui oui, tout le monde la reçoit. Les femmes c'est la mammographie et le côlon et les
329 hommes c'est le côlon, le cancer du côlon. Je trouve ça personnellement très bien. Je trouve
330 que c'est une bonne chose. Après c'est sûr que l'examen de la coloscopie pose, on n'a pas
331 envie d'y aller. Parce qu'on perd quand même une journée de travail donc il faut poser une
332 journée de congé, bon ça, ça va c'est pas méchant mais c'est pas un truc qu'on a envie de
333 faire parce qu'on sait qu'il y a la purge avant parce que ci parce que ça mais il faut le faire.
334 Moi je regrette pas, j'ai tardé mais je regrette pas.

335 **Er** : Vous l'avez fait 5 ans après vous m'avez dit ?

336 **Jojo** : 4 ans après. Et mon médecin il me disait « tu l'as pas fait ? » je disais « non je l'ai pas
337 fait ». « Il faut le faire » « non je le fait pas ». Et jusqu'au moment où ... et puis bah ouai je
338 l'ai fait et heureusement.

339 **Er** : Vous avez trouvé quelque chose ?

340 **Jojo** : Ils m'avaient trouvé un ... bon tout le monde, on a des polypes, tout le monde tout le
341 monde. Même quelqu'un de végétarien a des polypes. Mais il y a polype et polype. Et sur les
342 5 polypes qu'ils avaient trouvé et qu'ils ont enlevé il m'a dit « celui-là vous l'auriez gardé il
343 aurait évolué ». Et c'est à parti de ce moment-là que j'ai décidé de supprimer charcuterie et
344 viandes. Parce que dans la famille il y a une tante qui était morte du cancer du côlon il y a
345 très longtemps et bien on nous avait raconté, c'était resté dans la mémoire familiale qu'elle
346 avait énormément souffert. A l'époque, c'était pas ... puisque c'était de l'opium qu'on leur
347 donnait. Dans les années 70 y avait pas d'autres solutions. Et ça force un peu à réfléchir
348 quand on dit « il y a ça, faites quelque chose ». Comme le gars à qui on dit t'a un cancer du
349 poumon faut que tu arrêtes de fumer et qu'il continue à fumer.

350 **Er** : Et malgré le fait qu'il y ait eu un décès du cancer du côlon dans votre famille ça vous a
351 pas poussé à aller le faire plus tôt ?

352 **Jojo** : Non. Non. Non. Non ...

353 **Er** : Pourquoi ?

354 **Jojo** : Je sais pas. Honnêtement j'en sais rien. Je sais ... non.

355 **Er** : Sur le moment ça vous a pas paru ...

356 **Jojo** : Non ça m'a pas paru ... c'était la sœur de ma grand-mère donc j'ai pas ... Vous savez
357 quand on est jeune y a des trucs « mais non ça n'arrive qu'aux autres, n'importe quoi ». Et
358 puis c'est peut-être le fait de ce rabâchage aussi c'est un peu agaçant.

359 **Er** : Par les publicitaires etc ?

360 **Jojo** : Oh oui oui parce qu'on a l'impression par moment que c'est du, fin c'est un peu du
361 business aussi. C'est l'impression que ça donne, ça peut être faux, on est bien d'accord.

362 **Er** : Et ça vous énerve du coup ?

363 **Jojo** : Ca peut être agaçant parce qu'on se dit c'est pas parce qu'on a tel âge qu'on va se
364 dépiauter de tous les côtés, à se détruire. Quoi qu'un petit peu quand même, mais bon c'est
365 difficile à admettre qu'on vieillit. C'est pas évident. Si vous avez des parents, je sais pas
366 qu'elle tranche d'âge ils ont mais.

- 367 **Er** : Oui mais ils ont pas encore 50 ans ils sont pas dans la tranche d'âge.
- 368 **Jojo** : Ils sont pas dans la tranche d'âge et zut ! Sinon « papa, maman au pied ! »
- 369 **Er** : Non en plus c'est pas bon [**Jojo** : Non c'est pas bon.] de faire avec ses propres parents
370 mais j'aurais pu les donner à des collègues de classe et ça aurait été pratique mais bon bah
371 non.
- 372 **Jojo** : Bon en fait là, vous déterminez une tranche d'âge à partir de 50 ans mais ça aurait
373 plutôt dû être une tranche d'âge, parce que là c'est aussi, le mental y fait beaucoup. Moi je
374 vois la différence entre les amis qui ont de enfants et ceux qui ne sont pas mariés, qui n'ont
375 pas d'enfants, même s'ils sont plus jeunes par moment je leur dit « non mais t'as l'air un
376 vieux quoi ! » Nan mais c'est une mentalité de vieux. J'ai un très bon ami qui n'a pas d'enfant
377 parce qu'il s'est pas marié, pourtant c'est pas faute d'avoir eu des connaissances des
378 aventure malgré son âge, mais lui son corps, la nourriture, tous les matins à 7h30 il est en
379 salle de sport et ça y va hein ! Parce que pour lui, il faut, il faut ne pas vieillir, il faut rester ...
380 Bon c'est bien mais bon y a pas que ça quoi, y a le mental aussi. Parfois il a des
381 raisonnements, mais je lui dis « mais Paul t'es un vieux garçon de 65 ans là ! » Ces neveux
382 vont le voir chez lui « oh ils sont bruyants tu te rends compte ? » Ils sont bruyants et tout
383 nan mais attend [**Er** : C'est des enfants ?] ils ont quinze ans ! C'est des enfants !
- 384 **Er** : C'est étonnant qu'il y ait comme ça une dualité entre le corps et l'esprit. Qu'il ait un
385 esprit très vieux alors qu'il se force à avoir un « corps jeune ».
- 386 **Jojo** : Ah oui oui le corps, le sport et tout ça. Là en plus il a été muté en corse à son grand
387 bonheur. Il est en salle de gym, mais en salle de gym à 7h du matin à Ajaccio il doit être le
388 seul ! Il est tout seul et puis il continue à marcher et tout ça. Il marche énormément, il fait
389 des randonnées et c'est bien. Mais bon il a pas de charge de famille aussi. Y a ça, quand vous
390 avez une charge de famille, prendre soin de sa santé physique, suivant le métier que l'on fait
391 c'est pas évident. Le gars, les personnes qui font comme nous, qui ont des horaires fixes
392 dans une journée, qui s'étale ... On se lève le matin, on quitte l'appartement et on rentre le
393 soir, ça fait du 8h-19h hein. On peut pas faire du sport, moi j'admire ceux qui, on les voit ils
394 sont en train de faire du jogging au boulot ou le matin, mais ils le font dans la journée leur
395 sport c'est pas possible sinon. Vous pouvez pas ! Enfin y a peut-être une histoire de volonté
396 hmm hmm mais en semaine non vous pouvez pas, vous pouvez pas. Fin moi je trouve que.
- 397 **Er** : C'est difficile, avec le temps de transport qu'on a c'est compliqué.
- 398 **Jojo** : Voilà c'est compliqué, c'est compliqué.
- 399 **Er** : Et vous me parliez des responsabilités familiales.
- 400 **Jojo** : Oui.
- 401 **Er** : Est-ce que vous estimez avoir aussi des responsabilités en matière de santé par rapport à
402 vos enfants et à votre femme ?
- 403 **Jojo** : Oui bien sûr oui là ça fait depuis 6 ans que ma femme fait des analyses c'est jamais là
404 ça y est au bout de 6 ans elle est enfin allée chez le médecin pour qui lui fasse sa piqure et
405 ses prélèvements mais elle a attendu, elle a 52 ans. Elle a quand même attendu un sacré
406 bout de temps avant de se décider à faire des analyses mais je veux dire de contrôle. Mais
407 dans un système de santé qui est quand même pas mal mets un peu cher parce qu'entre les
408 remboursements, les mutuelles qui sont pas données et les comment on appelle ça les
409 montants hors, aidez-moi les montants ... comment ils appellent ça ?

410 **Er** : Les montants qui sont pas remboursés par la sécu ?

411 **Jojo** : Ça un nom : les montants hors tarif oui un truc comme ça. Ça a un nom.

412 **Er** : Je chercherai.

413 **Jojo** : Il faut quand même être franc il faut quand même avoir il faut quand même être à
414 l'aise financièrement pour se soigner maintenant je trouve de plus en plus et ça je trouve ça
415 va être un problème. Ça va être un problème parce que le souci que l'on a c'est de pouvoir
416 vieillir mais c'est de pouvoir bien vieillir ! Parce qu'ensuite passer un certain stade dès qu'on
417 devient handicapé ou une charge familiale avec par exemple Alzheimer ma mère avait eu
418 Alzheimer et financièrement dès que le médecin ordonne le placement parce que là il ne
419 peut plus être prise en charge par le mari. C'est plus possible chez soi parce que c'est comme
420 ça mais si on a pas de revenus conséquents c'est un drame. J'en connais qui sont obligés de
421 mettre leurs parents très très loin dans des maisons de retraite qui sont même pas en Île-de-
422 France et ça coûte 1000 à 1200 € moins cher qu'en Île-de-France. Et ensuite ça pose
423 problème le weekend c'est des trucs de ouf. Et le problème c'est ça c'est pouvoir bien vieillir.
424 Mieux vaut mourir jeune fin j'ai pas envie de mal vieillir c'est une angoisse aussi puisqu'on
425 voit de plus en plus de gens qui vivent vieux. C'est un sujet d'actualité : mais dans quel état ?

426 **Er** : Ça vous angoisse vous personnellement ?

427 **Jojo** : Ça m'angoisse pas ça m'inquiète parce que je ne tiens pas à être une charge pour la
428 famille. Ça c'est hors de question.

429 **Er** : C'est plus par rapport aux autres que par rapport à vous-même ?

430 **Jojo** : Ah oui c'est par rapport aux autres, pour les enfants c'est une telle charge, j'ai vu ma
431 mère Alzheimer ah non un cauchemar. Et tous ceux qui sont confrontés à Alzheimer le disent
432 : c'est dur de voir le malade comme ça mais et puis après quand il faut passer aux choses
433 plus malheureusement terre-à-terre, financièrement, ça devient très lourd. Alzheimer à
434 s'occuper c'est dur, c'est dur hein. C'est un poids mort 24 heure sur 24 c'est un légume. C'est
435 horrible donc ça c'est une angoisse, enfin c'est pas une angoisse pour certains collègues ça
436 peut être une angoisse mais pour moi c'est un souci. Il faut commencer à prévoir au cas où.

437 **Er** : Donc il faut faire attention pour les autres ?

438 **Jojo** : Il faut faire attention pour les autres absolument. C'est pour les autres, en fait il faut
439 commencer à prendre soin de soi pour les autres. Soit on se dit maintenant c'est bon
440 j'explose en vol c'est sorties tous les soirs et je crame tout l'alcool et nananah, et on sait que
441 normalement suivant son passé héréditaire c'est petit infarctus avant de prendre sa retraite.
442 Si c'est pas l'arrêt cardiaque salvateur pour éviter le reste. Soit on dit non, comme les
443 enfants ont encore besoin donc je fais attention et ensuite on verra. Mais c'est vrai que
444 votre question est intéressante parce que c'est vrai que quand on discute avec des gens de
445 mon âge quand on se met à parler d'Alzheimer on se dit c'est un truc qu'on tient pas du tout
446 à avoir. Comme la chanson de Brel mourir c'est rien mais vieillir ...² c'est ça en fait c'est ça.
447 Après ce qui est bien quand on a des enfants c'est que ça vous booste. Vous oblige à sortir
448 d'une grosse routine et puis ça vous empêche de penser qu'à vous d'être un peu égoïste
449 égocentrique. Enfin normalement après il y en a.

² « Mourir cela n'est rien. Mourir la belle affaire. Mais vieillir... ô vieillir. » Jacques Brel : Vieillir, 1977

- 450 **Er** : J'ai pas encore assez d'expérience pour le dire mais j'imagine que oui.
- 451 **Jojo** : Voyez vos parents.
- 452 **Er** : Ah oui mes parents sont très très dévoués à mon frère ma sœur et moi.
- 453 **Jojo** : Voilà ! C'est tout et ça occupe énormément. Quand on prend ça après sa retraite et
454 qu'on voit qu'ils commencent à vouloir partir ... Il y a 2 mois avec mon épouse on s'est
455 retrouvé un dimanche tout seuls.
- 456 **Er** : Sans aucun des 4 enfants ?
- 457 **Jojo** : Merde oui c'était ça « oh merde ! » Bon ben on va au ciné, au ciné comme des vieux ?
458 Bof. En plus on va au ciné à Saint-Maur-des-Fossés au Lido il y avait que des vieux j'ai dit à
459 ma femme on revient plus jamais ! Je veux plus, je veux plus y mettre les pieds ! Mais c'est
460 vrai hein !
- 461 **Er** : Voir des vieux ça vous fait vous sentir vieux ?
- 462 **Jojo** : Ah oui parce que attends ... Ouai ouai ouai alors que je vous dis dans la tête on est,
463 enfin moi dans ma tête j'ai toujours l'impression d'avoir 18 ans. Enfin 18 ans j'exagère mais
464 25 ans 30 ans on est toujours aussi débile. Il y a que le matin en se regardant dans la glace
465 qu'on se dit oula Mancini, le ventre que tu as pris ! Oula va prendre ta douche là ça va pas !
466 Mais je ne mets pas de crème hein !
- 467 **Er** : Pas de crème hydratante sur le visage ?
- 468 **Jojo** : Non oula non quelle horreur ! Pourquoi pas un peu de concombre le soir non mais
469 c'est horrible ! Non non il faut porter son âge. Mais je me souviens qu'en Corse, enfin chez
470 moi au pays, il y a enfin j'ai connu des beaux vieux comme il y a des moches les vieux.
- 471 **Er** : Et il y en a plus desquels ?
- 472 **Jojo** : Qui vieillissent mal. Plus de mauvais oui. Je sens que la vie sur le boulot les a marqué
473 parfois, les gens qui étaient artisan des artisans des paysans ça les a marqué et puis aussi le
474 fait que le boulot qu'ils avaient fait que bon bah niveau alimentaire. Il y a aussi le poids des
475 coutumes, de l'habitude.
- 476 **Er** : Malheureusement les coutumes changent pas alors que la vie change et ça se calle pas
477 bien.
- 478 **Jojo** : Je trouve que tu as le niveau alimentaire ça progresse mine de rien, depuis que je
479 m'intéresse au sujet je trouve que ça progresse.
- 480 **Er** : les mentalités des gens qui progressent ?
- 481 **Jojo** : Ah oui oui on commence à se rendre compte que la viande c'est bien mais bon. Moi
482 quand j'étais jeune il y avait quasiment il y avait de la viande tous les jours parce que c'était
483 une marque de réussite sociale. On mangeait de la viande tous les jours ce qui est fortement
484 déconseillé depuis toujours. Avant on n'en mangeait pas tous les jours c'est un phénomène
485 d'après-guerre.
- 486 **Er** : Et à cause de quoi selon vous que les mentalités elles ont changé comme ça ?
- 487 **Jojo** : Ben déjà mais quand même on a l'avantage d'être dans une société qui communique
488 beaucoup. Pour les gens qui peuvent s'intéresser à l'information et qui regardent autre
489 chose que les chtis vs je sais pas quoi là.

490 **Er** : Marseillais ?

491 **Jojo** : Oui ou je sais pas quoi ou l'amour est dans le pré et autres conneries du genre. C'est
492 un sujet d'engueulade à la maison.

493 **Er** : Ah !

494 **Jojo** : Ces demoiselles aiment bien avec leur mère regarder cette émission, même des
495 collègues de travail. Je les chambre à chaque fois "mais tu comprends pas". Même un
496 collègue un forestier à 58 ans regarde ça avec sa femme je lui dit "arrête Hervé mais enfin" il
497 me dit mais il vient d'un monde comme ça et il me dit "mais ça existe !" mais enfin mais c'est
498 pitoyable ils se mettent, je sais pas moi.

499 **Er** : Ils se mettent en vente à la télé ?

500 **Jojo** : Ils se mettent en vente à la télé. Mais fais un loto ! Enfin bref je sais pas c'est peut-être
501 un. Je trouve que quand on prend la peine de se renseigner on peut être très bien informé
502 comme très mal informé par ce qu'internet c'est très bien mais ça peut également être très
503 dangereux parce qu'on trouve tout et n'importe quoi, faire le tri c'est pas évident. Ça c'est
504 un autre sujet sur les jeunes générations. On peut être très bien informé sur les risques
505 potentiels de telle ou telle nature. J'ai peut-être pas bien répondu j'ai peut-être répondu à
506 côté. C'était quoi la question vous pouvez répéter la question ? Mémoire ! Oui aussi
507 mémoire, parfois elle lâche un petit peu !

508 **Er** : Je demandais pourquoi les mentalités avaient évolué, à quoi c'était du.

509 **Jojo** : Ouais ben c'est ça l'information est qu'on va ... Le réchauffement climatique qui n'est
510 plus niable, on a Donald Trump bien entendu mon Dieu mon Dieu et on s'aperçoit que
511 niveau alimentaire, la norme alimentaire, pendant des décennies on s'est bien empoisonné
512 tranquillement. Si on daigne quand même écouter se renseigner ne pas balayer, une
513 collègue qui est là elle me dit "mais j'y crois pas moi à toutes ces histoires tu le sel ça fait du
514 mal" je lui dis "mais enfin madame Dubois revenez sur terre !" par exemple elle me dit "vous
515 pensez vraiment que le gras ça fait du mal pour le cœur, fumer ça fait du mal parce que moi
516 je connais des personnes âgées, (une personne âgée) de 90 ans qui fume et qui boit". Je lui
517 fais "une sur combien madame Dubois, une sur 100000 ? Les autres sont morts avant !"

518 **Er** : Vous croyez beaucoup dans la science enfin tout ce qui est une preuve scientifique.

519 **Jojo** : Oui j'ai une formation scientifique c'est pour ça. Je suis un intello notoire mais un
520 scientifique convaincu et un laïc convaincu.

521 **Er** : Vous avez fait quoi comme études ?

522 **Jojo** : Géologie, rigolez pas ! Pour finir où je suis ... Enfin c'est en dent de scie c'est comme
523 ça. La vie a toujours des surprises. Toujours.

524 **Er** : Toujours.

525 **Jojo** : Toujours. Oui, oui et puis même mes parents ma mère était institutrice et mon père
526 était aiguilleur du ciel. Ils avaient 18 ans quand la deuxième guerre a été déclarée donc leurs
527 études ont été comme des générations : intercassées. Mais ils ont toujours gardé cette
528 ouverture d'esprit cette culture scientifique qu'ils nous ont inculqué à moi et à mes deux
529 sœurs. On était très jeunes et j'étais abonné à Science et Vie, on achetait des trucs comme
530 ça. Ma mère achetait des encyclopédies moi-même j'ai conduit dans cette voie, que les filles,
531 enfin les enfants n'ont jamais ouvert. Le Littré, comme il a été livré ! C'est toujours la même

532 chose il y a que moi qui le regarde de temps en temps. Peut-être vous aussi les Larousse
533 vous connaissez ?

534 **Er** : Oui

535 **Jojo** : Ah vous l'ouvrez c'est bien vous êtes rare ! Vous allez pas sur internet, regarder sur
536 Wikipédia ?

537 **Er** : Non je trouve que c'est très mal renseigné sur Internet les dictionnaires je préfère les
538 bons vieux dictionnaires papier.

539 **Jojo** : Une bonne vieille encyclopédie c'est pas mal ! Nous on avait que ça de toute façon on
540 n'avait pas autre chose. Il y avait une chaîne télé noir et blanc et c'est tout pas de jeux vidéo
541 rien de tout ça. Donc je pense qu'on est bien renseigné si on prend conscience de l'état du
542 monde. Ils se rendent pas compte comme j'essaie d'expliquer à mes gamins je leur dit "vous
543 êtes sur un globe un monde fermé donc il serait temps de réfléchir à des changements
544 d'habitudes alimentaire comme d'habitudes de vie etc, on n'a pas le choix. Là je pense à
545 moins d'être complètement obtus et pourri il faut bien se rendre à l'évidence. On va pas
546 dans le mur, on est déjà dans le mur. Mais c'est vrai moi j'estime qu'on est déjà, on a connu
547 la période faste et on s'aperçoit maintenant qu'on est dans le mur. Mais d'un autre côté il y a
548 aussi certains comportements qui me choquent. Les Allemands ont fermé le nucléaire c'est
549 bien. Ils se chauffent au charbon c'est con !

550 **Er** : Ah oui un peu.

551 **Jojo** : Tu balances du CO2 mais le CO2 il ne reste pas au-dessus de l'Allemagne il va partout.
552 C'est ridicule quand les écologistes, des gens que quand j'étais jeune étudiants, on était les
553 premiers en quelques sortes. On en parlait on en parlait, maintenant quand on les voit se
554 déchirer pour le pouvoir politique à dire le nucléaire c'est pas bon. Mais tu mets quoi à la
555 place ? On achète dernièrement, on achète de l'électricité aux Allemands mais ils produisent
556 avec des centrale au charbon : tu as fumé la moquette ou quoi ! Il y a des incompréhensions
557 euh c'est peut-être hors sujet ça !

558 **Er** : Y a pas de hors sujet !

559 **Jojo** : Ah ya pas de hors sujet.

560 **Er** : Faut vraiment pas penser ça toutes les réponses sont bonnes à prendre. Moi je verrai
561 après ce qui me sert pas parce que il faudra que je recentre à propos de mon sujet.

562 **Jojo** : Sur la santé ? Mais c'est un tout disons que moi je trouve qu'en prenant de l'âge,
563 même avec tes collègues qui sont à côté. C'est dommage que madame Dubois soit partie
564 vous auriez pu l'interroger. Je vais lui en parler. Ayant des enfants, peut-être aussi parce
565 qu'on est dans un milieu, comment dire ça sans être caricatural. Dans un milieu où on a été
566 habitué quand on était jeune à avoir une curiosité entre guillemets scientifiques mais une
567 curiosité voir un peu ce qui se passe, ouvrir un livre. Ce qu'on ne sait plus faire maintenant.
568 Je sais pas vous si vous lisez ?

569 **Er** : Moi je lis beaucoup.

570 **Jojo** : ah vous commencez à être la perle rare ma pauvre femme ! Ma pauvre dame ah parce
571 que mon dieu ... Il y a eu un gros trou chez les jeunes générations avec le livre.

572 **Er** : Ça va peut-être revenir. On espère.

573 **Jojo** : C'est à espérer quand même mais bon.

- 574 **Er** : Ils liront peut-être sur tablette mais ils liront.
- 575 **Jojo** : Qu'ils lisent sur tablette qu'ils lisent devant leur écran mais qu'ils lisent ! Et pas
576 n'importe quoi si possible mais ça c'est un autre sujet. Je pense que les parents de ma
577 génération qui avons grandi dans l'opulence, il ne faut pas l'oublier on a grandi dans
578 l'opulence, dans les années 80 en fait nous parlait de l'écologie mais enfin on regardait ça un
579 peu comme les ovnis. Attends c'est bon quoi on rigolait c'était rigolo. Maintenant on se rend
580 compte non c'est pas rigolo du tout, les choses sont sérieuses et il faut s'ouvrir au monde.
581 Ne pas suivre BFMTV aux informations ni Euronews mais éventuellement d'autres chaînes
582 télé plus sérieuse. Enfin je sais pas ce que vous en pensez.
- 583 **Er** : Après reste à déterminer lesquelles sont les plus ...
- 584 **Jojo** : Après il y a de tous de boire et à manger. Il y a ARTE et la 5 pour les chaînes nationales
585 ouverte à tout le monde en gratuit. Après il y a les autres mais bon il faut toujours avoir un
586 esprit critique. C'est peut-être ça qu'on acquiert aussi avec l'âge l'impression d'être un peu
587 plus dans un esprit critique simplement bah que les jeunes générations qui ont un peu de
588 certitude, parfois assez obtus. Vous avez quel âge ?
- 589 **Er** : 21.
- 590 **Jojo** : Ah vous êtes jeune !
- 591 **Er** : Emilie n'est pas beaucoup plus vieille !
- 592 **Jojo** : Si elle a 23.
- 593 **Er** : C'est pas beaucoup plus vieux.
- 594 **Jojo** : Si si si.
- 595 **Er** : Oui mais moi je suis la fin de l'année je vais sur mes 22. On n'a qu'un an d'écart.
- 596 **Jojo** : Ah vous trichez déjà vous faites déjà la coquette ! Et vous avez que 22 qu'est-ce que ça
597 va être à 50 ! Non je rigole.
- 598 **Er** : Bientôt 22.
- 599 **Jojo** : Ben voilà c'est peut-être ça : la prise de conscience que nous sommes dans un état de
600 pollution avancé à tous les niveaux et que si on veut faire quelque chose pour les
601 générations futures on se bouge maintenant sinon c'est trop tard quoi. C'est une prise de
602 conscience. Ça j'en discute avec les autres les gens de ma génération qui également le
603 conçoivent et l'admettent mais ça ça dépend des milieux, ça dépend des milieux. Nous on
604 travaille à l'Office national des forêts mais certains forestiers pour eux non. [**Er** : Ah bon !]
605 Même certains collègues, moi j'ai un collègue forestier avec qui je travaille beaucoup il s'est
606 acheté un BMW X5 petit exemple on va dire : pour polluer il y a pas mieux. Je lui dis "Hervé
607 franchement tu as besoin de ça ? Il y a plus que toi et ta femme" bon c'est un bon gabarit
608 mais bon la pollution et tout ça oui mais tu es forestier tu sais très bien que X5 il pollue ! Tu
609 as vu le gros diesel que tu as dessus ? Et il a d'autres collègues d'autres amis à lui qui m'a
610 présenté même topo ! C'est pas leur problème, eux c'est pas leur problème.
- 611 **Er** : C'est étonnant pour des gens qui travaillent avec la nature toute la journée.
- 612 **Jojo** : Le Forestier de l'ONF travaille dans la nature mais le forestier de l'ONF est là pour faire
613 pousser du bois comme on fait pousser des poireaux. Sauf que le poireau pousse en une
614 saison et le bois pousse en 40 ans. Et ça se passe comme ça ils n'ont pas forcément tous

615 conscience de l'état ... Les mentalités changent depuis 10 ans parce qu'on a varié le
616 recrutement mais il y en a encore qui, pour qui le confort personnel prime sur l'intérêt
617 général. Et ça c'est quelque chose qu'on a du mal à faire comprendre même aux jeunes
618 générations car on peut pas faire tout le temps que penser à soi et ne pas penser à l'intérêt
619 général. C'est un problème également de différentes sociétés : les chinois sont en pleine
620 extension automobile ils polluent à tout-va et les Chinois commencent à en prendre
621 conscience. Il commence à prendre des mesures draconiennes. Enfin ! Parce qu'il paraît que
622 Pékin quand on voit c'est pas triste mais ... comme nous on est d'une génération qui a vu
623 passer l'évolution c'est vrai que les choses ont changé. D'où, passé un certain âge, la
624 nostalgie. La nostalgie c'est une maladie pire que le mal d'amour. C'est la pire des maladies
625 mais c'est vrai quand je rentre chez moi en Corse les jeunes ont une mentalité qu'on n'avait
626 pas nous a leur âge ce qui est normal, ça change. Mais on regrette. On se dit qu'est-ce qu'ils
627 sont cons.

628 **Er** : Est-ce que tout le monde se dit pas ça de génération précédente ?

629 **Jojo** : Oui oui oui. Mais c'est normal et naturel après on discute ils sont comme tout le
630 monde l'espèce humaine n'évolue pas suffisamment vite pour changer aussi vite.

631 **Er** : Et quand vous me disiez, ça m'a fait tilt, quand vous me disiez que vos parents avaient
632 une culture scientifique qu'ils vous avaient transmise.

633 **Jojo** : Oui l'amour de la curiosité scientifique de la curiosité intellectuelle. Ma mère était
634 institutrice déjà c'est un métier où on est obligé de se tenir à jour et qu'il avait la vocation à
635 l'époque il faisait l'école normale. Je vais être très cru mais on ne devenait pas instituteur
636 parce qu'on sortait avec un master et « ah tiens je vais faire quoi tiens je vais faire instit »
637 enfin professeur des collèges maintenant euh non professeur des écoles. Il fallait passer un
638 examen je crois que c'était en 3e à l'époque et après le bac et intégrer les écoles normales,
639 donc il y avait une vocation.

640 **Er** : Donc il y avait vraiment une vraie culture depuis longtemps.

641 **Jojo** : Oui la culture qui était issu de la mentalité du serf de la république ce qu'on appelait, à
642 la fin du 19e ceux qui était partis dans les campagnes très catholiques très bretonnes se
643 prendre des bains de la part du curé et du maire. Je suis caricatural mais un peu ça. Et mon
644 père lui il avait fait matelem et puis on a toujours eu, il a toujours acheté le dernier gadget
645 au niveau de la technologie, il aimait ça. On était abonné à Science et Vie alors qu'on était
646 encore en seconde au lycée. Il n'y avait pas de problème on pouvait demander n'importe
647 quel livre. Aucun souci. Il nous acheter des revues d'histoire on pouvait. Moi j'ai continué
648 d'acheter des revues d'histoire, des Sciences et Vie, je les lis aux toilettes, en me disant qu'il
649 y a bien quelqu'un qui les lit de temps en temps. Je trouve que c'est important en vis-à-vis
650 de ses gamins après il accroche les accroche pas. Et même pour nous, même en tant que
651 parents te dire que bon puisque j'ai les moyens puisque je le peux autant essayer de leur
652 donner les moyens d'acquérir une vision différente de celle qui peut être livrée actuellement
653 par les médias. Parce que les médias actuels franchement ça devient inquiétant. Non on a
654 connu quand j'avais 20 ans on lisait le monde qu'on appelait la pravda. C'était un surnom
655 avant que Mitterrand passe. Mais le monde c'était quelque chose vous appreniez plein de
656 trucs. Il y avait le monde diplomatique je crois que ça existe encore je crois.

657 **Er** : Je sais pas du tout je connais pas du tout les journaux.

658 **Jojo** : Même pas le courrier international ?

659 **Er** : Non juste le 20 minutes. C'est tout ...

660 **Jojo** : De quoi ? Le 20 minutes ? C'est comme corse-matin quoi on l'ouvre et on regarde qui
661 est mort ! C'est dommage de tuer la presse écrite comme ça. [téléphone portable sonne] ça
662 va ça par contre 50 ans je suis accro. Mais c'est une horreur je le lâche pas. Dès qu'il tombe
663 en panne je cours vite en acheter un autre. Ah ça c'est un truc ... Par contre j'ai des collègues
664 pas du tout. Ma femme par contre je l'ai obligée à en acheter un. Elle utilise quasiment pas
665 mais moi je suis complètement accro. J'ai tout foutu dessus.

666 **Er** : Parce qu'il y a toutes les informations justement ?

667 **Jojo** : Parce qu'il y a toutes les informations email numéros des potes enfin il y a tout quoi.
668 C'est un instrument dont on rêvait quand on était gamin vous vous rendez pas compte. Vous
669 vous rendez pas compte, mais nous on n'avait pas le téléphone début. Donc il fallait se
670 prendre rendez-vous quand on était au lycée ou des trucs comme ça.

671 **Er** : Est-ce que ça participe pas selon vous à la détérioration de la mémoire le fait qu'on ait
672 tout de stocké ?

673 **Jojo** : Ça ? ça nous permet d'aller ... Là avec ça je vais pas mal sur youtube et je fais des
674 recherches de musique de différents pays j'en ai mis dans les favoris donc j'ai 675 favoris et
675 j'ai un peu de tout. Et puis au contraire je trouve que ça permet de s'ouvrir un peu au
676 monde. De découvrir un tas de choses, des sons nouveaux.

677 **Er** : Au niveau d'internet c'est sûr mais au niveau de la capacité ... C'est vrai qu'on ne tape
678 plus les numéros de téléphone.

679 **Jojo** : C'est vrai je suis d'accord avec vous je vois que maintenant, ma grand-tante de 89 ans
680 elle tape tous les numéros de tout le monde de mémoire. Alors moi déjà le nom de portable
681 j'ai mis au moins 6 mois oh non un an à le mémoriser. Là c'est vrai vous avez raison.

682 **Er** : Est-ce qu'il y a ce nouveau des matières déconnecté en matière de santé qui pourraient
683 avoir des effets contraires à ceux qu'ils prônaient au début ?

684 **Jojo** : Oui la télévision. Quand j'étais jeune j'ai connu la télé avec une chaîne qu'est-ce que
685 mon père dès 62 il a acheté une télé airphone. Quand on est né il a acheté une télé noir et
686 blanc. Les une seule chaîne mais la télé c'était, ils passaient à l'époque beaucoup de théâtre.
687 Je me souviens il y avait des pièces de théâtre, c'était très différent de ce que c'est
688 maintenant. Maintenant c'est beaucoup de chaînes mais quand vous voyez certaines choses
689 nous vous dire que c'est lamentable : NRJ12, Hannouna mais flinguez-le lui ! Faites un
690 contrat envoyez-lui des russes, faites le disparaître. C'est devenu divertissement continu.
691 Moi j'ai grandi avec la télévision ça permettait de découvrir un autre monde, d'autres
692 cultures, d'acquérir des connaissances nouvelles, de s'ouvrir l'esprit. Puisque ma génération
693 les années 60 quand on est né il n'y avait plus d'horizon, le monde était quasiment tout
694 connu. Ne pouvait plus s'engager à partir explorer le français du monde c'était terminé tout
695 était découvert. Donc la télévision c'était une ouverture sur le monde : découvrir le monde
696 tel qu'il était. Maintenant c'est devenu un peu trop du divertissement donc il faut ... Je
697 trouve qu'il y a beaucoup de gens qui regardent beaucoup de conneries. Je ne veux pas faire
698 le mec il élitiste parce que je ne suis pas du tout mais je trouve que quand même ...
699 [sifflement] ça plonge ! Manon rigoler en regardez jamais ARTE et maintenant on se
700 demande qu'est-ce qu'il y a ce soir sur ARTE tiens on va regarder ça parce que quand même
701 ARTE il y a la 5 ... Nous on a pris pas mal de chaînes de cinéma parce qu'on a dans le cinéma,
702 ça permet de voir plein de choses.

703 **Er** : Sans voir les vieux au cinéma ?

704 **Jojo** : Oui sans voir les vieux qui me dépriment ! Ça me déprime non mais attendez, merde !
705 Prenez vos médicaments je sais pas moi. Un samedi après-midi à 14h30, non mais ils font
706 pas la sieste ces cons la ? Non je rigole ! Enfin voilà je sais pas si ça répond à vos questions.
707 Oui la détérioration de la mémoire c'est un souci donc c'est pour ça il faut bien dormir. Moi
708 j'aime bien les revues d'histoire, les revues scientifiques. Bon maintenant la télévision c'est
709 un incontournable, mais il faut acheter des blu-ray pour faire des vieux films de dvdthèque
710 en évitant les blockbusters qui sont un peu rasoirs : j'ai toujours l'impression de revoir la
711 même chose. C'est horrible le cinéma américain c'est pas évident de trouver ... C'est vrai
712 qu'il y en a encore des grands cinéastes américains qui font des excellents films mais il faut
713 les trouver sinon c'est des blockbuster avec des nanars. Et puis ce qu'on a remarqué quand
714 même avec l'âge c'est qu'un film, comme par exemple j'étais allé voir il y a 2 ans avec mes
715 fils transformers je sais pas le numéro combien, j'arrivais pas à suivre à l'écran c'était trop
716 rapide. Je leur ai dit « écoutez j'ai rien suivi moi ça me donne mal au crâne ». Cette cascade
717 d'images continueuse ... C'est comme cette façon de filmer maintenant mais ça ils en ont
718 parlé dans la presse spécialisée. Cette façon de filmer certains cinéastes maintenant pour
719 les films d'action ou la caméra bouge en même temps on voit rien on voit plus l'action. On
720 voit tiens un bras il tombe. Mais ça il y a pas que les anciens qui commencent à râler là-
721 dessus.

722 **Er** : Les anciens ?

723 **Jojo** : Bah oui les anciens on a commencé à nous traiter de vieux nous-mêmes. Vous devez
724 de temps en temps dire à vos parents non mais vous êtes vieux.

725 **Er** : Moi ça va j'ai pas trop d'écart avec eux ils m'ont eu jeunes : je m'ont eu à 23.

726 **Jojo** : Ah d'accord. Bah l'aîné, ma femme et moi on l'a eu elle avait 25 ans moi j'avais
727 27. Après il y a eu un creux ça coûte cher d'avoir des enfants ! C'est pas un problème mais
728 quand même. Mais c'est vrai que le dernier que j'ai eu à 38 ans on l'a pas élevé de la même
729 façon que le premier. C'était beaucoup plus, on fatigue plus vite, c'était une forme de
730 lassitude.

731 **Er** : Vous étiez plus laxiste ?

732 **Jojo** : Oui. Oui plus laxiste oui, surtout ma femme avec le petit dernier. Vous êtes quel
733 numéro vous ?

734 **Er** : La première.

735 **Jojo** : Vous êtes l'aîné, à ma pauvre fille vous avez morflé. Quel âge ils ont vos frères et
736 sœurs ?

737 **Er** : ont 3 ans de moins mon frère et ma sœur ils sont jumeaux.

738 **Jojo** : Ils sont jumeaux en plus !

739 **Er** : Donc mes 4 premières années de vie mes parents il manquait oublié ils avaient pas le
740 temps.

741 **Jojo** : Mais depuis ils se sont attrapés ?

742 **Er** : Oh oui !

743 **Jojo** : Vu où vous en êtes de vos études c'est pas loupé au contraire.

744 **Er** : Ah non moi je me plains pas j'ai été bien élevée, mes parents ont toujours été derrière
745 moi.

746 **Jojo** : Ça se voit de suite. Ça se sent de suite c'est pas de la flatterie parce que je suis corse et
747 je flatte pas j'ai horreur de ça, les flatteurs ... J'aime pas les gens qui se prennent au sérieux
748 et les gens qui flattent. C'est ça aussi avec l'âge il y en a plein qui se prennent trop au
749 sérieux. Ils sont là oui j'ai réussi atteint tel niveau donc je me prends au sérieux maintenant.
750 Toute façon ça sert à rien tu vas mourir ducon, comme les autres. Moi j'ai toujours travaillé
751 dans la bonne humeur et en faisant, il faut il y a de l'humour et de la bonne humeur dans le
752 travail. J'ai la chance de travailler dans un milieu où on peut se le permettre. Bon c'est sûr si
753 on est dans une usine du genre *Les temps modernes* de Charlot c'est sûr que ça serait mal
754 barré. Mais bon tant qu'on peut, autant le faire c'est quand même plus agréable.

755 **Er** : C'est sûr oui.

756 **Jojo** : C'est important. On dérape là ?

757 **Er** : Non j'étais juste en train de me dire que j'avais pensé à quelque chose et que j'avais
758 oublié ...

759 **Jojo** : Vous avez déjà des troubles de la mémoire ? ! Niark niark niark !

760 **Er** : Non on disait il y en a qui se prennent trop au sérieux ...

761 **Jojo** : Oui il y en a qui se disent j'ai de l'expérience j'ai vécu toi t'as pas encore vécu. Mais
762 après si tu as vécu une vie de merde excusez-moi, dans ta routine. Ah oui ça je suis rentré
763 dans le monde du travail il y avait à Ajaccio, parce que je travaillais à Ajaccio à l'ONF, ma
764 cheffe m'a dit, monsieur Mancini, parce qu'on se vouvoyait, elle disait monsieur l'ingénieur,
765 on rigolait pas. Maintenant tout le monde se tutoie. Elle m'avait dit « votre pire ennemi ça
766 sera la routine ». C'est vrai moi je vois des collègues depuis 30 ans, 35 ans qu'ils font le
767 même boulot, ils sont excellents hein mais faire pendant 35 ans la même chose dans un
768 bureau, à traiter le même genre de dossier, la gestion RH qui évolue le plus souvent très
769 lentement, ils sont dans une routine. Ça fait combien 30 ans que je travaille ici enfin à l'ONF,
770 et j'ai changé de métier 6 fois. En faisant des choses complètement différentes parce qu'un
771 moment on épuise le poste. C'est-à-dire qu'on a du mal à renouveler le poste. Là ça fait 12
772 ans que je suis sur le même poste mais il a évolué.

773 **Er** : C'est quoi exactement l'intitulé du poste ?

774 **Jojo** : Moi je suis acheteur véhicules, gestionnaire nationale du parc auto.

775 **Er** : Ah c'est long comme titre.

776 **Jojo** : Ah c'est pompeux ! J'ai des cartes, je me la pète ! Ah c'est beau hein à chaque fois que
777 je les donne à des commerciaux je leur dis. Rigolez pas, c'est pompeux mais ça veut pas dire
778 grand-chose.

779 **Er** : J'en veux bien une, si vous en avez une pour moi.

780 **Jojo** : Pas la grande ?

781 **Er** : Oh bah comme vous voulez.

782 **Jojo** : Bon bah une de chaque. L'adresse mail est fautive, ils se sont foutu dedans quand ils
783 ont imprimé. Et j'aime bien parce que quand je suis arrivé ici c'était uniquement du
784 comptage de voitures écrire des cartes vertes. Des cartes d'assurance qu'on écrivait à la

785 main. Et puis j'ai de la chance de tomber sur un chef qui est devenu un ami, avec qui j'ai
786 déjeuné hier vendredi qui a un ami, un très grand ami. Et qui m'a dit « tu veux pas t'occuper
787 des voitures ? » C'était il y a 9 ans de ça. Est-ce que les trois premières années c'était
788 vraiment du travail routinier. J'ai fini et puis là ça fait une dynamique. Et puis maintenant j'ai
789 créé, j'ai pu faire grâce à lui, faire évoluer le poste. Gestionnaire de parc auto/acheteur de
790 véhicule ça me permet de faire des essais, de rencontrer plein de gens différents, d'avoir un
791 contact extérieur, déjeuner avec des commerciaux, négociier. Et ça c'est génial.

792 **Er** : C'est important pour vous d'avoir du contact ?

793 **Jojo** : Ah oui oui oui, je suis Corse, on est des bavards. Oui oui, c'est très important, je suis
794 méditerranéen. Rester comme ça toute la journée. Mais il y en a, j'ai une collègue très
795 gentille qui est partie dans la Creuse, elle m'a téléphoné aujourd'hui, elle m'a dit « sors-moi
796 de là je meurs ! » « T'as voulu suivre ta femme maintenant tu te démerdes ! » Mais le
797 pauvre, le matin il disait bonjour ensuite il allait à son bureau et si on n'allait pas le voir il ne
798 bougeait pas. Il travaillait tout le temps. Comme ça devant l'écran [tape tape tape]. Enfin
799 c'est pas possible mais ... Mon épouse elle fait ça le matin elle arrive et puis parfois le midi
800 elle ne mange pas elle bosse. Ouh ouh aère-toi !

801 **Er** : C'est important de faire des pauses.

802 **Jojo** : C'est important et puis on est pas dans un milieu où on est en stress permanent on a
803 cette chance, on a cet avantage, c'est pas donné à tout le monde. Parce que bien qu'on soit
804 fonctionnaires, on fonctionne comme une entreprise à l'ONF. Les gens ne le savent pas mais
805 nos salaires c'est nous qui les payons par notre vente de bois. Y en a qui vont dire à vous
806 êtes fonctionnaires, c'est l'état, c'est nous qui vous payons. Non, je leur dit les eaux et forêts
807 on vend et nos salaires sont payés par les ventes de bois. Si on vend pas de bois ... Nos
808 primes représente 33 % de notre salaire et ça fait quand même depuis 7 ans qu'elles
809 stagnent. Il y a pas cette pression, on n'a pas la pression comme dans le privé, on n'a pas
810 cette pression. Donc on a la de chance de pouvoir agrémenter les journées de petites pauses
811 qui permettent de se détendre et ensuite de repartir. Et de partir le matin sans avoir la boule
812 au ventre, sans se dire qu'est-ce qui va m'enquiquiner aujourd'hui. Non mais ça peut arriver.
813 Je sais qu'il y a beaucoup de famille dans le privé. Mon fils le frère aîné d'Emilie il a travaillé
814 dans le privé chez Ubisoft, il y a pas longtemps il a démissionné, il en pouvait plus. Ce sont de
815 vrais d'esclavagistes. Là il est passé dans une autre boîte et il est très content. Il est très
816 content ça se passe beaucoup mieux. Il faut découvrir le monde du travail. Mais vous, votre
817 master ...

818 **Er** : Nous on est en alternance. Moi je suis à La Fabrique c'est une école de la cci.

819 **Jojo** : La CCI ?

820 **Er** : Chambre de commerce et d'industrie.

821 **Jojo** : Ah vous êtes sérieuse vous !

822 **Er** : Non c'est une école de mode et design.

823 **Jojo** : Et dans vos UV vous pouvez faire mode et design ?

824 **Er** : Dans nos UE ?

825 **Jojo** : Ah oui UE ça a changé c'est là qu'on se rend compte qu'on est vieux ... Ça veut dire
826 quoi ?

- 827 **Er** : Les unités d'enseignement.
- 828 **Jojo** : Ah ça c'est bien l'éducation nationale : c'est plus unité de valeur, c'est unité
829 d'enseignement, waouh grande réforme !
- 830 **Er** : Moi j'ai choisi la CCI mais on en a un qui est à la FDJ, un à l'OFEM ...
- 831 **Jojo** : Ça, ça paye très très bien.
- 832 **Er** : Oui c'est le mieux payé de toute la classe.
- 833 **Jojo** : Ah oui ça fait très très bien avec tout ce qu'il pense à tout le monde avec leurs trucs là
834 ! Vous avez pas vu sur les pubs sur le tiercé en ce moment ça m'énerve.
- 835 **Er** : Ah si, d'un coup devient riche d'un coup tous l'argent leur tombe dessus comme au
836 Monopoly !
- 837 **Jojo** : Ça m'énerve tout le monde perd au jeu toute façon on ne peut que perdre de l'argent,
838 c'est le but. Bon revenons à notre sujet je crois qu'on digresse là !
- 839 **Er** : A peine ! Qu'est-ce que je me suis notée ? Plein de choses, plein de choses
840 passionnantes d'ailleurs ! Euh oui je me demandais samedi tout à l'heure il y en a qui se
841 prennent trop au sérieux ah, il y en a qui se prennent trop au sérieux parce qu'ils se sentent
842 au top de leur expérience et qui se disent ce qu'ils sont après moi, ils ont régressé déjà. Les
843 plus vieux ils ont régressé et moi je suis au top niveau.
- 844 **Jojo** : Oui il y a cette mentalité là aussi. De considérer qu'à partir d'un certain âge si on n'est
845 pas arrivé si on n'a pas progressé dans sa carrière ça veut dire qu'on est à la ramasse oui il y
846 a cette mentalité vous avez raison.
- 847 **Er** : Est-ce qu'ils sont comme ça parce qu'ils ont peur de devenir vieux et de passer à la phase
848 d'après ?
- 849 **Jojo** : Non c'est de la prétention, de l'orgueil, de la vanité. Alors peut-être qu'il y a de la peur
850 après pour certains de se dire de se retrouver dans la même situation un jeune qui arrive et
851 qui monte et on veut faire évoluer son poste ... Il y a déjà eu des conflits là-dessus. Des
852 collègues d'un certain âge avec qui on a fait travailler des nouveaux arrivants, des jeunes qui
853 sortaient des concours, qui avait une expérience, qui apportaient des idées et c'est très mal
854 passé. La possibilité de voir évoluer le poste et le métier, le travail parce que c'est ça qui
855 prime, on devrait pas voir la personne comme quelqu'un qui va me planter.
- 856 **Er** : Ils se sentaient obsolètes ?
- 857 **Jojo** : Oui ils se sentaient obsolètes et dépassés. Après ça dépend aussi comment la
858 personne en face présente la chose. Parce qu'il y a aussi des jeunes requins, c'est vieux
859 comme le monde. Moi je suis jeune j'ai des idées, toi tu es là depuis 30 ans donc tu ne peux
860 être qu'un vieux con. On trouve les extrêmes des deux côtés.
- 861 **Er** : D'accord.
- 862 **Jojo** : C'est dramatique.
- 863 **Er** : Ça vous inquiète pas vous ?
- 864 **Jojo** : Non, moi à chaque fois qu'il y a quelqu'un qui vient, je le préviens. C'était le collègue
865 qui était là qui est arrivé il avait 25 ans, on est devenus amis aussi, il arrive « je te préviens tu
866 marches sur mes plates-bandes je t'explode la tête contre le bureau ». Il l'a cru. Et au bout de

867 6 mois il me dit « tu l'aurais fait ? » « Bien sûr ! Mais non je l'aurais pas fait, on en aurait
868 parlé entre quatre z'yeux ». On en discute, on échange des idées pour se faire évoluer, un
869 travail en collaboration. Mais pas l'un contre l'autre, c'est ridicule, c'est d'un ridicule. Mais
870 pas dans le privé il y a pas de voilà. Mais ça se passe pas forcément bien entre des jeunes
871 générations qui arrivent et des gens de ma génération. Après, passé un certain âge, quand le
872 gars il reste que 2 ans à faire, là il s'en fiche complètement, il est dans sa routine et bien
873 content d'y être. Il y en a beaucoup qui fonctionnent comme ça. Enfin, c'est les observations
874 que j'ai pu faire, ça vaut ce que ça vaut.

875 **Er** : Justement moi c'est votre vision des choses qui m'intéressent là. Je cherche pas à faire
876 des généralités et les globalités.

877 **Jojo** : Ah non, ne faut jamais faire des généralités avec les propos d'une personne.

878 **Er** : Non mais je dis ça parce qu'il y en a beaucoup qui veulent donner la bonne réponse par
879 rapport à tout le monde et nous c'est pas ce qu'on cherche. Nom de la vérité propre à
880 quelqu'un.

881 **Jojo** : Après c'est à vous d'analyser d'étudier et de rendre un message général. Et c'est très
882 bien vous avez raison.

883 **Er** : Là c'est le premier entretien on sait pas trop vers quand on va.

884 **Jojo** : Vous devez en faire combien des entretiens ?

885 **Er** : 10.

886 **Jojo** : C'est pas beaucoup.

887 **Er** : Mais on est quand même par groupe de trois.

888 **Jojo** : Ah oui ça en fera quand même 30. Et ensuite il va falloir dépouiller la ...

889 **Er** : Oui, la voilà on est à 1h15 d'entretien, quand on sait que 1h c'est 8h de retranscription,
890 quand on sait qu'on en fait 10, voilà.

891 **Jojo** : Ah ben là on va peut-être arrêter !

892 **Er** : Ah non au contraire il faut. Il faut avoir de la matière et nous on est très content d'en
893 avoir. C'est vrai qu'après quand on a fini entretien on est là ah c'est super j'ai eu un entretien
894 qui était vraiment génial ah mais maintenant il faut que je le retranscrive oh ...

895 **Jojo** : Ah oui avec votre petite machine.

896 **Er** : Donc là on met les écouteurs dans le train le matin et puis on copie. Enfin, on tape à
897 l'ordi.

898 **Jojo** : Vous avez pas un truc qui fait ça tout seul vous avez 21 ans, vous êtes jeune, il faut
899 être au top de la technologie à votre âge !

900 **Er** : Oui mais ça marche pas très bien les logiciel il capte pas tout et nous on sait que par
901 exemple à tel moment les mmh les euh.

902 **Jojo** : Ah, à cause du correcteur orthographique.

903 **Er** : Et puis on a des règles de typographie, quand il y a des chevaux chemin de paroles si
904 vous me coupez, si je vous coupe, il faut qu'on les écrive d'une certaine manière. Et le
905 correcteur ça il peut pas le faire tout seul donc forcément ça prend du temps.

- 906 **Jojo** : Mon dieu.
- 907 **Er** : Mais bon, c'est un mal pour un bien.
- 908 **Jojo** : Non mais c'est bien comme étude, c'est super.
- 909 **Er** : Là on parle d'un sujet qui a jamais été étudiée donc c'est intéressant.
- 910 **Jojo** : Bon bah je crois qu'on a fait le tour.
- 911 **Er** : Et sinon je vous rappelle ?
- 912 **Jojo** : Oh oui pas de problème. Si ça peut aider des gens, moi ça me gêne pas et les
913 questions sont pas, c'est intéressant à votre truc.
- 914 **Er** : Moi je pense à rien d'autre pour le moment on a déjà parlé de tout ce sur quoi j'avais
915 déjà un peu réfléchi en fait. Il y a d'autres trucs que j'avais pas pensé qui sont venus donc
916 c'est super je trouve ça très intéressant.
- 917 **Jojo** : Si à l'issue de votre cogitations avec vos trois autres lascars, larrons, vous avez une
918 émergence d'autres questions, moi je suis pas opposé à ce qu'un de vos larrons ou larrone je
919 sais pas. Je me poser des questions ça me gêne pas. Si ça peut vous rendre service.
- 920 **Er** : Je ne voudrais pas abuser de votre temps c'est pour ça.
- 921 **Jojo** : Vous savez, mon temps, je suis fonctionnaire d'état. [Rires] je vais pas mourir. C'est
922 une période calme. Le temps ça se gère.
- 923 **Er** : Enfin, c'est pas toujours évident.
- 924 **Jojo** : Non c'est vrai qu'à votre âge en faisant des études et de l'alternance, où travailler le
925 weekend non ?
- 926 **Er** : Je donne des cours d'escrime.
- 927 **Jojo** : Ah bon je vais pas vous embêter alors [Rires] des cours d'escrime !
- 928 **Er** : Oui je suis prof d'escrime maintenant.
- 929 **Jojo** : Ah bon !
- 930 **Er** : Oui, enfin il me reste un module à valider.
- 931 **Jojo** : Et vous allez où, dans un centre particulier ?
- 932 **Er** : Non dans le gymnase de ma ville il y a un maître d'armes qui ne peut pas toujours être là
933 à cause des compétitions. Donc moi je fais des remplacements.
- 934 **Jojo** : Vous habitez où ?
- 935 **Er** : À Chatou, c'est à coté de Saint-Germain-en-Laye. De l'autre côté du RER A.
- 936 **Jojo** : C'est bien ça l'escrime.
- 937 **Er** : Moi ça fait longtemps que j'en fais, j'adore ça !
- 938 **Jojo** : Ah bah vous m'étonnez. Vous pouvez taper tranquillement avec toute la légitimité.
939 Légitimité, ah bah ça alors.
- 940 **Er** : Légitimité.
- 941 **Jojo** : Vous voyez, ça c'est l'âge. Toute la légitimité possible sur l'autre larron en face dont on
942 voit pas la tête d'ailleurs. Ça aide de pas voir sa tronche.

- 943 **Er** : C'est ça le vendredi soir ça permet de se défouler.
- 944 **Jojo** : C'est bien tant que vous avez pas d'enfant c'est bien parce qu'après pff.
- 945 **Er** : A 2h ça va, ils pourront survivre 2h.
- 946 **Jojo** : Non c'est vous qui pourrez pas. Vous allez être inquiète, vous allez les confier à qui ?
947 Votre mari ? « ah non chérie je peux pas j'ai du travail » [rires] non je déconne. Non mais
948 c'est bien d'avoir un truc comme ça si vous avez de l'énergie et du temps. Si vous avez de
949 l'énergie du temps il faut pas hésiter. Au contraire il faut le faire. Et je vous le redis si l'un de
950 votre groupe ou vous, voulez, moi ça me gêne pas. Si c'est dans ces eaux-là enfin, peut-être
951 que vous habitez loin. Mais si on peut rendre service il faut rendre service.
- 952 **Er** : Bah merci c'est déjà très gentil d'avoir accepté parce que c'est vrai qu'on a eu un
953 ultimatum temporel là pour faire nos entretiens.
- 954 **Jojo** : Vous avez jusqu'à quand pour rendre vos mémoires ?
- 955 **Er** : Ah non là c'était juste notre premier entretien on devait les avoir fait d'ici vendredi
956 prochain. Si jamais vous en parlez et qu'il y en a qui sont intéressés.
- 957 **Jojo** : Ah oui je peux en parler à ma collègue, mais elle n'est pas là demain, et puis on est
958 fermé lundi.
- 959 **Er** : Ah non mais pour des entretiens ultérieurs. On en a à faire là pour vendredi mais euh.
- 960 **Jojo** : Ah oui bien sûr, bah ma collègue, Danielle je suis sûre qu'elle accepterait. Pas de
961 soucis, elle a 60 ... Je vais pas dire une connerie.
- 962 **Er** : Faudra pas lui demander c'est pas une bonne idée. [Rires]
- 963 **Jojo** : Je crois qu'elle a 59. Mariée, 2 enfants.
- 964 **Er** : Bah c'est très bien du coup.
- 965 **Jojo** : Oui bah faut pas hésiter. Mais de toute façon je pense que quand vous allez vous
966 réunir tous les trois avec vos questionnaires, vous allez peut-être mettre en commun des
967 choses qui vous apparaissent pas au début parce que ... Je vous dis, si on peut rendre
968 service. Et puis c'est intéressant même pour moi. Et c'est amusant ! C'est comme tout : on
969 m'a toujours appris également que le travail faut que ça soit un jeu, si c'est pas un jeu on
970 s'emmerde. C'est vrai en plus. Quand on peut hein, ça dépend des métiers hein. Et des
971 hiérarchies qu'on a au-dessus aussi. Ça vous découvrirez ... ils font quoi vos parents en étant
972 très indiscrets, niark, niark, niark.
- 973 **Er** : Ils sont aussi dans la fonction publique. Ils travaillent à Orange.
- 974 **Jojo** : Il n'y a pas de fonctionnaires à Orange, il n'y en a plus ! C'est les derniers ?
- 975 **Er** : Bah si, tous les anciens fonctionnaires le sont toujours, ils ont toujours ce statut-là,
976 même depuis que ça a été racheté en privé.
- 977 **Jojo** : On en a récupéré des gens d'Orange à l'ONF hein !
- 978 **Er** : C'est vrai ?
- 979 **Jojo** : C'est pas des cadeaux ...
- 980 **Er** : [Rires] Pas tous non !

981 **Jojo** : Je sais pas si nous on nous a pas fourgué les plus retors ! Ah donc il y a encore des
982 fonctionnaires à Orange. Je pensais qu'on leur avait donné le choix ... donc ils ont gardé le
983 statut de fonctionnaire.

984 **Er** : Bah ils ont gardé le statut de fonctionnaire et la sécurité de l'emploi qui va avec.

985 **Jojo** : Oui ça c'est bien ça. C'est bien ça. Qui va disparaître malheureusement. Prenez, votre
986 temps, ne vous inquiétez pas je suis pas.

987 **Er** : Je marque juste la date pour ne pas oublier.

988 **Jojo** : On est le 26 novembre, pff, octobre !

Entretien n°3/10 - Fabien	
<i>« Le meilleur âge c'est à partir de 40 ans, parce qu'on a encore pas mal de choses à regarder devant et on a un peu de recul pour savoir ce qu'il faut faire et pas faire. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, Agriculteur éleveur, 45 ans, Bac option agriculture, campagne, divorcé, en couple, 4 enfants (1 garçon et 3 filles dont une d'une précédente union), travailleur handicapé à 30 %
Date de l'entretien	11 mars 2017
Lieu de l'entretien	Domicile
Ville	Lieudit Les Forges, Saint Germain Beaupré
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	99 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, enquêteur et enquêté seulement. Son fil lui passe un coup de téléphone pour lui signaler un problème. Son fil rentre et passe dire bonjour mais ne s'attarde pas. Sa compagne et l'une de ses filles rentrent de courses et cela met plus ou moins fin à la discussion.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'enquêté n'est pas très intéressé par la santé à titre personnel malgré différents problèmes. Il a été en arrêt de travail pendant 2 ans et a 30 % d'invalidité suite à un accident du travail. Sa famille a également des antécédents qui font de lui un sujet à risque. Pour autant il ne va pas voir le médecin et anticipe très peu dans sa vie personnelle (contrairement à sa vie professionnelle). D'ailleurs il n'a pas très confiance dans le système de santé/pharmaceutique Il s'occupe cependant de l'administratif dès que ça arrive pour ne pas oublier. Il préfère laisser venir et prendre les problèmes quand ils se présentent. En revanche il fait très attention à celle de ses enfants et se préoccupe de celle de sa compagne. J'ai appris une fois rentrée chez moi, que l'enquêté avait un frère, mort de la leucémie à 17 ans, qu'il n'a jamais évoqué. Il m'a pourtant parlé de la mort accidentelle de son père et des différents décès dus à des maladies dans la famille.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

J'arrive chez Fabien et le trouve dans sa cours, s'occupant du jardin. Nous échangeons quelques mots puis il me reçoit dans son salon.

- 1 **Er** : Donc tout d'abord merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi. Je te rappelle
2 qu'il va être enregistré et retranscrit. Il va être anonymisé donc je vais te donner un autre
3 nom. Si tu en veux un en particulier dis le mois ou sinon je choisirai moi-même. C'est comme
4 tu veux. Ensuite ça sera utilisé uniquement dans le cadre de recherches universitaires. Si tu
5 veux apporter des corrections ou des ajouts je t'enverrai la retranscription par mail.
- 6 **Fabien** : D'accord.
- 7 **Er** : Donc on va parler de la santé chez les cinquantenaires. Alors en arrivant tu me disais que
8 c'était plutôt des faits et des conclusions que des idées sur le sujet ?
- 9 **Fabien** : Oui parce que des idées sur le sujet y en n'a pas puisqu'on n'a pas l'impression que
10 ça va nous arriver, mais on se rend compte tous les matins des douleurs, de la vue ... La vue
11 surtout en ce qui me concerne. On se rend compte qu'on vieillit, que c'est notre tour qui
12 arrive.
- 13 **Er** : A ce point-là ?
- 14 **Fabien** : Oui.
- 15 **Er** : Ça veut dire quoi ?
- 16 **Fabien** : Ah non mais je suis vachement optimiste hein !
- 17 **Er** : Ah bah je sais pas parce que « c'est notre tour » c'est un peu ... ça veut dire quoi, vous
18 êtes les prochains à mourir ?
- 19 **Fabien** : Non on n'est pas les prochains à mourir mais on se rend compte que la roue tourne,
20 les enfants grandissent, nos parents vieillissent. Et puis on se rend compte, moi je vois que
21 sur les 2 dernières années : des gens de mon âge, il y en a un qui a fait un AVC, un autre ... on
22 se rend compte qu'à partir de 40-45 ans les problèmes de santé arrivent. Chez tout le monde
23 différemment mais y a un petit truc chez tout le monde. Y en n'a pas beaucoup qui sont
24 épargnés. Par qu'on observe, chez tout le monde pareil, que les bras sont pas assez longs
25 pour lire ! Voilà c'est que des constatations hein.
- 26 **Er** : Et donc tu me disais que toi c'est la vue : mais elle a baissé drastiquement d'un coup ?
- 27 **Fabien** : Bah j'ai eu un accident il y a 2-3 ans et j'ai eu 3 grosses interventions au bloc
28 opératoire de 5-6h à chaque fois.
- 29 **Er** : Pour les yeux ?
- 30 **Fabien** : Non pour le genou, j'ai une luxation du genou. Et c'est ça qui a déclenché. Alors
31 peut-être que c'est qu'une coïncidence, peut-être que c'est toutes ces anesthésies, je sais
32 pas.
- 33 **Er** : Et c'est vraiment à partir de cet événement-là ou il y avait déjà des trucs avant ?
- 34 **Fabien** : Oh il y en avait peut-être un peu avant mais on s'en apercevait pas et avant j'étais
35 encore jeune !
- 36 **Er** : Ah donc à 45 ans c'est bon on est vieux ?

37 **Fabien** : Non mais c'est peut-être qu'une coïncidence, c'est peut-être une conséquence, je
38 sais pas.

39 **Er** : Et la luxation du genou c'était à cause de quoi ?

40 **Fabien** : Eh bah accident du travail. Au bois, j'étais en train de faire du bois. Donc voilà je me
41 suis retrouvé avec le genou à l'extérieur ...

42 **Er** : Urgences directement ?

43 **Fabien** : Ah oui, oui, 3 semaines d'hosto, 3 interventions. J'étais en arrêt de travail de mars
44 2014 à novembre 2016. Et là je viens encore de recevoir des papiers ce matin, je me
45 retrouve avec 30 % d'invalidité suite à ça.

46 **Er** : 30 % ça fait beaucoup quand même !

47 **Fabien** : En termes de capacité oui c'est énorme. Je sais même pas comment je vais faire. Là
48 j'ai pris des RDV avec des organismes pour les travailleurs handicapés pour voir s'il y a des
49 agencements ou s'il n'y en a pas par rapport au bouleau quoi. Parce que ça me reste que
50 20 ans à travailler.

51 **Er** : Quand même ! C'est pas rien 20 ans, surtout avec une invalidité. Ça t'angoisse ?

52 **Fabien** : Je sais pas ... non, non. Non en fait je le prends bien parce que par rapport au jour
53 où j'ai eu mon accident, je suis arrivé au CHU, ils m'ont dit que ma jambe, il y avait peu de
54 chance qu'ils puissent la sauver. Je risquais de plus marcher. Je boite mais je marche donc
55 bon. Et puis j'ai été dans les centres de rééducation et quand on voit tout ce qu'il y a autour
56 je me dis qu'on n'a pas le droit de se plaindre

57 **Er** : Qu'est-ce qu'il s'est passé pour qu'ils disent que tu allais perdre ta jambe ?

58 **Fabien** : Ben comme j'avais le genou qui, par rapport à l'axe de la jambe, allait à l'extérieur,
59 ils ne sentaient plus le pouls dessus. Et comme il y aurait pu avoir un problème d'irrigation
60 pendant x temps, et si ma jambe avait pas été irriguée pendant ce temps eh bah ils
61 pouvaient pas me ... Et puis ils m'ont emmené au bloc en me disant « soit on vous réveille et
62 vous avez un plâtre, ce qui est la bonne opportunité parce que ça se sera bien passé, soit
63 avec des broches et puis on essaiera de sauver ce qui est sauvable. » Et quand je me suis
64 aperçu que j'avais un plâtre, au réveil, j'étais super content !

65 **Er** : Et depuis c'est pas trop ... mis à part que tu boites ?

66 **Fabien** : Bah je vois que je me fais chier beaucoup pour travailler, surtout sur un terrain pas
67 stable ça va pas. Pour marcher c'est pas terrible. Pour changer les vaches, sur les routes,
68 c'est plus possible. Elles vont plus vite que moi ces bêtes ! Non mais y a plein de choses que
69 je sais que c'est fini hein.

70 **Er** : Il y a des choses que tu ne pourras plus du tout faire tu penses ?

71 **Fabien** : Ou à mon rythme mais certaines je pourrais pas. Et tout ça sans les problèmes d'âge
72 qui arrivent naturellement.

73 **Er** : Comme ?

74 **Fabien** : La vue, l'arthrose. Je suis précoce là sur ... pour mon âge au niveau de l'arthrose.
75 J'en ai partout, toutes les articulations. Je passe toutes mes nuits sans dormir, les épaules,
76 les coudes, les doigts. Je peux plus fermer les mains la nuit. Et mon médecin traitant me qu'il
77 n'y a rien à faire.

- 78 **Er** : Même pas pour soulager ?
- 79 **Fabien** : Oh elle m'a donné du *voltarène* là depuis 15 jours, je prends ça le soir, mais ça me
80 fait rien. Oh si ça me fait pas de bien pour l'estomac, mais sinon pour l'arthrose non ... Et ça
81 c'est héréditaire par contre.
- 82 **Er** : Et est-ce que tu penses que c'est dû aussi au métier que tu fais ?
- 83 **Fabien** : Peut-être. Ça pourrait être lié, je sais pas je suis pas médecin, ça pourrait être lié au
84 fait qu'on travaille dehors avec les intempéries et tout ça, les changements de température,
85 l'humidité ...
- 86 **Er** : Et les charges aussi ?
- 87 **Fabien** : Oui peut-être les charges aussi, y a peut-être une relation mais c'est de l'hérédité
88 sur l'arthrose, je pense que c'est reconnu ça l'arthrose que ça se transmet non ? Et je sens
89 bien les changements de temps, je pourrais me faire embaucher par les météorologues !
90 [*Rires*]
- 91 **Er** : Donc là tu me parles de la santé au niveau physique mais est-ce que ça a changé des
92 trucs plus au niveau mental ? Est-ce que tu te sens plus fatigué, plus las ? T'as peut-être
93 envie de faire moins de choses, ou au contraire ça te booste et tu te dis je suis à 45 ans et
94 maintenant j'ai envie d'y aller quoi ! Et profiter.
- 95 **Fabien** : Oui ... ben ... je sais pas ... je vois les choses avec beaucoup plus de philosophie, si
96 c'est le bon terme. Maintenant je me dis que tout ce qui n'est pas fait le jour même je le fait
97 le lendemain et puis je m'aperçois qu'on arrive à Noël comme les autres et que je suis pas en
98 avance pour Noël.
- 99 **Er** : C'est un peu au jour le jour quoi ?
- 100 **Fabien** : Oui je me fais plus chier. Quand on commence à avoir un peu de choses dans le
101 rétroviseur on voit les choses différemment. Je prends les moments comme ils viennent et
102 j'essaie pas de réfléchir ou d'anticiper, j'attends les problèmes au fur et à mesure qu'ils
103 arrivent. S'il viennent pas tant mieux et s'il viennent faut s'adapter.
- 104 **Er** : T'attends que les problèmes ?
- 105 **Fabien** : Ah ben c'est ce qui pose le plus de difficultés à résoudre. Les trucs agréables, quand
106 c'est agréable on s'en aperçoit pas.
- 107 **Er** : Même après coup ?
- 108 **Fabien** : Peut-être après coup mais c'est trop tard on n'a pas pris le plaisir de le voir passer
109 comme il faut. Tellement qu'on est dans l'anticipation, dans le ... tout, disons pas le tout qui
110 fait chier mais disons qu'y a rien qui va. En étant défaitiste, en regardant partout autour,
111 nous on est dans un métier où c'est pas bien joli, mais c'est comment ailleurs ? Et quand on
112 regarde les infos ça nous remonte pas le moral hein ! Vaut mieux regarder Gulli ! C'est plus
113 réjouissant !
- 114 **Er** : D'ailleurs tu as des enfants ? Parce que Gulli je me dis que peut-être ...
- 115 **Fabien** : Oui ! J'en ai 4.
- 116 **Er** : Des filles, des garçons ?

- 117 **Fabien** : J'ai une fille que j'ai eu avant de me marier qui a, faut que je calcule, 21, elle est de
118 96 donc je sais même pas combien ça fait ... 21 ans oui. Elle est du mois de juin elle va avoir
119 21 cette année. J'ai un garçon qui va en avoir 18. Une autre fille 16 et une autre fille 14.
- 120 **Er** : Et ça se passe bien ? A gérer je veux dire, parce que là ils arrivent tous dans des âges où
121 on est un peu turbulent quoi.
- 122 **Fabien** : La grande je la vois très très peu parce qu'elle vit avec sa mère en région parisienne.
123 Je l'ai pas vue depuis le mois d'août. Mais bon j'ai du SMS, j'ai du machin ça va pas mal. Au
124 début on se fréquentait pas du tout.
- 125 **Er** : Parce que vous vous entendiez pas ou parce que c'était pas pratique ?
- 126 **Fabien** : Non parce que, elle quand elle est née, j'avais déjà laissé sa mère, on s'était déjà
127 laissé. Et puis je la re-fréquente ça fait 7-8 ans, depuis ses 14 ans. De 0 à 14 ans je m'en suis
128 pas occupé.
- 129 **Er** : Et c'est elle qui est revenue ou ?
- 130 **Fabien** : Oui c'est celle qui est revenue.
- 131 **Er** : Ça t'a fait plaisir ?
- 132 **Fabien** : Ah bah oui ! Mais voilà c'est des circonstances de la vie qui font que c'est comme
133 ça. C'est pas tout le temps bien mais c'est comme ça.
- 134 **Er** : Et les autres ils sont là c'est ça ?
- 135 **Fabien** : Bah les autres ... je suis divorcé, comme tout le monde ! Comme une grande partie
136 des Français. Donc ben j'ai un week-end sur 2, la moitié des vacances, tarif syndical quoi !
137 Bah c'est tout comme ça hein !
- 138 **Er** : Pour les 3 ? Tu vois les 3 une semaine sur deux ?
- 139 **Fabien** : Oui fin j'ai mon, le grand là ça fait un mois qu'il a décidé de plus aller chez sa mère.
140 Donc lui ça fait un mois qu'il est là. Enfin le week-end puisqu'il est à l'internat. Sinon les 2
141 sœurs c'est un week-end sur 2.
- 142 **Er** : Donc ils sont au lycée et collège.
- 143 **Fabien** : 2 au lycée et la petite dernière au collège oui.
- 144 **Er** : Et ça se passe bien ?
- 145 **Fabien** : Ouai pas mal ouai.
- 146 **Er** : Ils savent vers où ils vont ?
- 147 **Fabien** : Oui ça à l'air de se diriger. A part la petite dernière qui a encore un doute mais elle a
148 encore le temps de réfléchir. L'an prochain elle fera le stage là, le stage je sais même pas
149 comment ça s'appelle, de découverte. Ensuite on verra bien, elle fera ce qu'elle pourra !
- 150 **Er** : Ce qu'elle pourra ?
- 151 **Fabien** : Non mais elle fera ce qu'elle voudra ! Ah moi ils font ce qu'ils veulent, je leur donne
152 mon avis, je leur dit que je suis d'accord. Je suis d'accord avec tout. Je leur dit que je suis là
153 s'ils ont besoin, maintenant ils font ce qu'ils veulent, c'est leur vie.
- 154 **Er** : Et alors le plus grand il est en internat de quoi ?

- 155 **Fabien** : Il est dans un lycée d'agriculture !
- 156 **Er** : C'est vrai ?
- 157 **Fabien** : Oui.
- 158 **Er** : Oh bah c'est chouette !
- 159 **Fabien** : Ah oui je suis un petit peu content ! Mais je le fais encore pas trop voir parce que je
160 voudrais pas l'influencer. Mais n'empêche que ça fait vachement plaisir ! Moi je suis la 3^{ème}
161 génération dans la ferme donc ça serait quand même ... C'est quand même une petite fierté.
- 162 **Er** : Et il a choisi parce que ?
- 163 **Fabien** : Ça lui a tout le temps plu depuis qu'il était petit.
- 164 **Er** : Il a toujours aidé, filé un coup de main ?
- 165 **Fabien** : Oui, oui.
- 166 **Er** : Bon du coup qu'est-ce que tu fais exactement ?
- 167 **Fabien** : Comment ça ?
- 168 **Er** : Dans ton métier ? Les différentes tâches que tu dois faire pendant une journée.
- 169 **Fabien** : Et bien les différentes tâches euh déjà la surveillance des animaux. Surveillance et
170 puis les nourrir. Bon l'hiver c'est en stabulation donc on leur donne à manger, l'été c'est un
171 peu plus tranquille parce qu'elles mangent l'herbe toutes seules, mais faut quand même les
172 changer de parcelle, vérifier les enclos, les clôtures. De l'eau, emmener de l'eau : quand elles
173 ont pas d'eau il faut en emmener. Tout tourne autour des vaches chez nous !
- 174 **Er** : Vous avez que des vaches ?
- 175 **Fabien** : Ouai.
- 176 **Er** : Et donc tu me parlais du bois, c'est un truc en plus ?
- 177 **Fabien** : Ben c'est ...
- 178 **Er** : Pour le plaisir ?
- 179 **Fabien** : Ah non non, aller boire l'apéro c'est du plaisir mais pas faire du bois.
- 180 **Er** : Je note : boire l'apéro !
- 181 **Fabien** : Ah ouai je trouve que c'est vachement important.
- 182 **Er** : Au niveau de la sociabilisation ?
- 183 **Fabien** : Ouai.
- 184 **Er** : Du coup c'est un petit coup chez tout le monde ...
- 185 **Fabien** : Non, non c'est pas tous les soirs ! C'est le week-end, mais c'est vachement
186 important. J'appelle ça faire du relationnel. Moi je préfère me déplacer chez les gens un soir
187 à une heure intelligente plutôt que d'envoyer un SMS. Les SMS c'est pratique, surtout pour
188 des gens divorcés, ça permet de garder le contact mieux qu'un coup de téléphone, mais ça
189 tue un peu tout aussi hein.
- 190 **Er** : Maintenant on est vraiment dans une ère très électronique.

191 **Fabien** : Bah je m'y suis habitué depuis le temps, mais les 1^{ers} que je recevais des jeunes ...
192 faut les lire 3 fois avant de comprendre et de décrypter !

193 **Er** : Maintenant c'est moins vrai quand même puisqu'on n'a plus de limite de SMS.

194 **Fabien** : Oui et puis on s'est habitué. Maintenant les portables on commence à taper le mot
195 et ça nous le propose. Ça c'est extraordinaire mais avant il fallait taper 2 fois sur le A 3 fois
196 sur le B et ... Bah là l'informatique je commence à m'y faire un peu : envoyer des mails,
197 mettre des pièces-jointes, scanner et tout. Ça va mais c'est chaud ! Et puis en plus ça me
198 plait pas spécialement. En plus chez nous y a rien qu'est fait pour que ça plaise. Parce que le
199 matin de bonne heure ça va pour trainer sur internet, mais le soir c'est pas la peine. Ça
200 rame on n'a pas de débit du tout.

201 **Er** : Y a une différence entre le matin et le soir ?

202 **Fabien** : Ah oui ! Ah y a une différence entre le matin et le soir oui ! Je pense, je sais pas si
203 c'est un problème d'encombrement, du nombre de gens qui s'en servent ou ... Ah bah le soir
204 on va sur n'importe quel site, on clique et puis on voit le petit truc qui tourne là, ça peut
205 durer 10 minutes et parfois ça vient pas ! Le matin ça va quand même un peu plus vite. Ah
206 bah moi tout mon administratif, parce qu'on en fait pas mal par internet, je fais tout le matin
207 de bonne heure.

208 **Er** : Du coup ça marche comme coopérative c'est ça ?

209 **Fabien** : Non mais nous on est relié à la MSA, l'équivalent de la Sécu, à la chambre
210 d'agriculture, presque tout maintenant ça se fait tout par internet. La version, comme pour
211 déclarer les vaches. A chaque fois qu'on a une vache qui fait un petit, on déclare ce que
212 c'est, la date de naissance, le poids, fin ... Parce qu'après ils me renvoient les cartons roses,
213 c'est comme le carnet de santé, chaque animal a son carton rose et on déclare tout le
214 temps, tous les mouvements qu'il y a sur l'exploitation : les entrées, les sorties, une vente, un
215 décès ... c'est tout, on déclare tout. Et maintenant ça se fait tout par internet. Il y a même, ça
216 fait pas longtemps que ça existe, je l'ai depuis 3 mois, moi, ça s'appelle *Boviclic*. On le fait par
217 téléphone directement dans la stabulation si on a du réseau, ou au milieu du champ. On
218 arrive dans le champ, on voit que la vache elle a vêlé, comme on a téléchargé l'application
219 sur notre portable eh bah on fait tout de là.

220 **Er** : C'est vachement bien !

221 **Fabien** : Bah oui c'est vachement bien oui ! Je vais te faire une démonstration, je sais
222 comment on fait ! Bon mais faut avoir du réseau, si on n'a pas de réseau ...

223 **Er** : Et donc tous les vaccins sont répertoriés sur le carnet aussi ?

224 **Fabien** : Les vaccins non.

225 **Er** : Et donc il sert à quoi ce carnet mis à part ...

226 **Fabien** : Bah c'est pour notre inventaire.

227 **Er** : Donc tu as un paquet comme ça de petits carnets roses ?

228 **Fabien** : Ah oui, j'en ai un par animal, donc si t'as 100 vaches avec les génisses et les
229 taureaux, si t'as 160 bêtes t'as 160 cartons.

230 **Er** : Mais ça sert à quoi, si elles sont malades tu le répertorie dedans ?

- 231 **Fabien** : Non t'as rien su tout au niveau sanitaire dessus c'est plus une carte d'identité en
232 fait. Et le jour où tu vends le bovin, soit dans une autre ferme soit pour l'abattoir, tu le
233 redonnes. Quand le bovin part, il part avec son carton. Et les bouchers ou n'importe qui
234 n'ont pas le droit de transporter des bêtes sans ce carton dans le véhicule. Ça s'appelle un
235 passeport en fait. Mais ouai c'est plus une carte d'identité qu'un carnet de santé.
- 236 **Er** : D'ailleurs les carnets de santé on les utilise plus !
- 237 **Fabien** : Oui on les utilise plus. Les pédiatres les utilisent un peu, mais après une fois que les
238 enfants ont 8-10 ans c'est fini. Une fois que les vaccins sont faits.
- 239 **Er** : Bah y en a toujours à refaire.
- 240 **Fabien** : Boh les vaccins y a pas beaucoup de monde qui doit être à jour ...
- 241 **Er** : t'es à jour toi ?
- 242 **Fabien** : Je pense pas ! Bah ils m'ont mis à jour pour mon accident le tétanos tout ça, du
243 coup ça a permis de tout mettre en ligne.
- 244 **Er** : Ce serait bien en fait qu'ils fassent la même appli pour nous rappeler nos vaccins.
- 245 **Fabien** : Mouai boh ...
- 246 **Er** : Tu la mettrais pas c'est ça ?
- 247 **Fabien** : Non.
- 248 **Er** : Pourquoi ?
- 249 **Fabien** : Je sais pas.
- 250 **Er** : C'est important quand même les vaccins non ?
- 251 **Fabien** : Oui mais on n'est pas malades !
- 252 **Er** : Bah c'est pour empêcher d'être malade.
- 253 **Fabien** : Tous les vaccins obligatoires on les a bien faits pour les vieux il y a quoi comme
254 vaccin après ?
- 255 **Er** : La grippe ?
- 256 **Fabien** : Oui bah moi je le fais pas.
- 257 **Er** : Pourquoi ?
- 258 **Fabien** : Je sais pas. Pourquoi je le ferais ?
- 259 **Er** : Pour pas avoir la grippe ?
- 260 **Fabien** : Oui mais bon. [Rires]
- 261 **Er** : C'est parce que tu prends pas le temps d'aller à la pharma ?
- 262 **Fabien** : Non j'ai jamais eu le problème. Je me suis jamais bien penché sur le problème. Peut-
263 être qu'un jour je l'aurais et que je me dirais l'an prochain je le ferai.
- 264 **Er** : T'attends d'être devant le fait accompli.
- 265 **Fabien** : Ouai un peu. Non et puis par mon boulot on a l'exemple des vaccins qui ... pour les
266 vaches on n'aurait tendance à se demander si c'est pas un truc commercial que au niveau
267 santé animale. Tous les 4 matins, quand ça va un peu mieux au niveau commerce, ils nous

268 sortent quelque chose. Là en ce moment ils sont en train de s'occuper de la volaille. Et les
269 producteurs de canard ou de n'importe quoi, dans les régions ... ils doivent pas être à la noce
270 en ce moment. Mais est-ce qu'il y a vraiment de la maladie comme ils nous disent ? Et si
271 c'est notamment les oiseaux migrateurs, faut peut-être plutôt tuer les oiseaux migrateurs,
272 plutôt que de tuer les commerces ou les pas sauvages. Comment ça s'appelle les pas
273 sauvages ?

274 **Er** : Les domestiques ?

275 **Fabien** : Voilà !

276 **Er** : Est-ce que du coup ça te rends méfiant des vaccins chez les humains, de te dire que c'est
277 aussi commercial ?

278 **Fabien** : Je sais pas, ça peut être inconsciemment ... Non ça me rend pas méfiant. Je me suis
279 jamais, j'ai pas bien réfléchi là-dessus. Je me fais pas vacciner, je me fais pas vacciner c'est
280 tout. Mais je pense que le vaccin, notamment de la grippe c'est plus un truc de vieux. A
281 partir du moment où c'est gratuit à partir de 70 ans ça doit être ça non ? 70 un truc comme
282 ça. Donc on se pose pas la question, fin je sais pas. Je me suis jamais posé la question.

283 **Er** : Mais du coup tout à l'heure tu me disais qu'à 45 ans on était vieux et maintenant c'est à
284 70 ans ?

285 **Fabien** : Oui mais y a vieux et vieux !

286 **Er** : Alors dis-moi la différence !

287 **Fabien** : Je me contredis beaucoup.

288 **Er** : Alors qu'est-ce que tu voulais dire ? Vieux par rapport à toi ?

289 **Fabien** : Oui mais attention, 25 quand j'étais à l'école, je trouvais que les gens de 40 ans
290 c'étaient des vieux et des vrais ! Aujourd'hui je trouve qu'à 40 ans rien du tout ! [*Rires*] Alors
291 tout dépend comment on se place. Et donc plus nous on avance, plus on recule la limite du
292 « vieux ».

293 **Er** : Parce qu'on veut pas être vieux ?

294 **Fabien** : Pas trop. Ça dépend, moi j'attends avec impatience, sachant que je pourrais pas les
295 supporter mes petits-enfants.

296 **Er** : Pourquoi tu pourrais pas les supporter ?

297 **Fabien** : Parce que je serais impatient de les voir arriver mais au bout d'une demie heure
298 qu'ils vont être là à courir autour de moi, ils vont me casser les pieds quoi. Je leur dirais
299 « cassez-vous » mais 2h après je me dirais « quand est-ce qui reviennent ? »

300 **Er** : Et donc tu en auras marre parce qu'ils feront du bruit, des choses comme ça, mais est-ce
301 que c'est pas pareil avec tes enfants des fois ?

302 **Fabien** : Bah si ! Oh mais ça c'est le fait d'être divorcé.

303 **Er** : Ah bon ?

304 **Fabien** : Bah oui parce que tu te retrouves quand même, à moi et puis à tous ceux à qui ça
305 arrive, du jour au lendemain la maison est vide. Et les soirs sont longs ... Alors l'été pas trop
306 parce que tu vas bosser jusqu'à la nuit, l'hiver au mois de novembre notamment où ça fait
307 froid, ça caille et y a un temps de merde et qu'à 5h ça fait nuit, et nous on travaille en

308 fonction du jour et de la nuit, ben ça fait long. Alors après on prend l'habitude d'être tout
309 seul, on prend nos petites habitudes. Elles sont bonnes, elles sont pas bonnes ça après c'est
310 un autre sujet. Mais quand ils arrivent, alors je suis très content de les voir à chaque fois, ils
311 peuvent venir la porte est tout le temps ouverte et puis si elle l'est pas, ils passent par la
312 fenêtre ils le savent ! Mais y a des fois ça m'énerve ouai, le bruit le ... on a nos habitudes tout
313 seul.

314 **Er** : Et tu penses que c'est que à cause de tes habitudes que tu as tout seul ou c'est aussi
315 parce que tu as moins de patience ?

316 **Fabien** : Ah bah peut-être les 2 je sais pas. Peut-être qu'y a la patience aussi ouai. C'est
317 possible, je sais pas. Mais quand je les ai un week-end et que le dimanche soir je leur dit
318 « vous me faites chier », lundi matin je les emmène à l'école et quand je rentre de l'école à
319 9h, je rentre et la maison est vide et je me dis « putain ils sont encore partis » et juste avant
320 je les ai fâché. Enfin fâché je leur ai dit « arrêtez vos conneries ça suffit ! ». On sait pas ce
321 qu'on veut : quand ils sont pas là on les veut et quand ils sont là on les veut pas. Mais on
322 prend des habitudes. Tout changement est dur de toutes façons.

323 **Er** : Et c'est dur des fois d'être tout seul ?

324 **Fabien** : Oui ça dépend, il y a des moments durs mais y a des moments biens. Y a le bien :
325 t'as de comptes à rendre à personne ! Tu t'en vas, tu veux aller en soirée à 10h et rentrer à
326 5h du matin bah tu te barres, t'y vas. Tu sais que personne t'attend. Et puis y a le moment où
327 tu te fais chier, que la maison est grande et que toutes les pièces sont vides.

328 **Er** : Est-ce que le fait de pas avoir tes enfants tout le temps, ils ne sont pas là pour te dire ce
329 que tu n'as pas fait, est-ce que tu oublies des choses ?

330 **Fabien** : Ah non.

331 **Er** : Tu es organisé ?

332 **Fabien** : J'essaie.

333 **Er** : Vu que tu es organisé, est-ce que tu fais les dépistages ?

334 **Fabien** : Ah non non moi je dépiste rien.

335 **Er** : Comme les vaccins, rien du tout ?

336 **Fabien** : Rien !

337 **Er** : Tu attends d'y être confronté ?

338 **Fabien** : Ah bah oui et puis quand on a le nez dedans on dit que ça en est ! Mais il faut peut-
339 être attendre d'avoir le nez dedans ... Non mais je dépiste rien car je prends les problèmes
340 au fur et à mesure qu'ils arrivent.

341 **Er** : Vu que tu attends que ça te tombe dessus ...

342 **Fabien** : J'attends que ça me tombe dessus au niveau privé je dirais, parce qu'au niveau
343 boulot, ça tourne tout le temps, jour et nuit. Je suis tout le temps en réflexion, tout le temps
344 en train d'anticiper. [*Téléphone sonne*]

345 **Er** : Si tu as besoin d'y aller ...

346 **Fabien** : Non, non, je lui ai fait couper l'eau du compteur. Y a un veau qui a mis le pied dans
347 l'abreuvoir. Et l'abreuvoir fuit.

348 **Er** : Et bah !

349 **Fabien** : C'est mon chien qui a dû lui faire peur. Il n'est pas encore habitué.

350 **Er** : Tu as un chien ?

351 **Fabien** : Oui j'ai pris un chien suite à mon accident. Je me suis dit pour m'aider aux vaches,
352 mais bon le chien n'est pas bon, moi non plus ... je pense que ça vient de moi. J'ai fait des
353 stages et des formations pour mettre toutes les chances de mon côté mais je suis pas bon,
354 dans mon intonation, dans ma façon de parler au chien. Et quand ça va pas à mon idée, ça va
355 pas. Donc je me suis rendu compte que ça n'allait pas ...

356 **Er** : C'est quoi comme chien ?

357 **Fabien** : Un border.

358 **Er** : Oh !

359 **Fabien** : Ce qui va pas mal aux vaches, ce qui est à mon idée, c'est le quad.

360 **Er** : Ah ouai, ça leur fait pas peur ?

361 **Fabien** : Au début mais n'importe quel animal s'habitue à tout. La 1^{ère} fois qu'on arrive au
362 milieu des vaches avec un quad et qu'elles savent pas ce que c'est elles regardent ça
363 bizarrement mais après quand elles me voient tous les jours sur le quad, on passe à côté
364 comme si ... Nous on s'habitue bien à tout.

365 **Er** : C'est marrant je m'imaginai les vaches partir en courant parce que ça fait du bruit
366 quand même.

367 **Fabien** : Bah oui mais c'est comme les animaux sauvages, les chevreuils notamment, nous on
368 passe dans les champs avec les tracteurs, ils ne bougent plus, ils sont en train de brouter de
369 l'herbe on les gêne plus. Ils savent que c'est un bruit qui passe et qu'ils ne sont pas en
370 danger. Par rapport à la chasse où ... fin nous je sais qu'avec les tracteurs on les fait plus
371 bouger. On fait partie du paysage.

372 **Er** : C'est sympa ça ... j'aimerais bien pouvoir en profiter plus souvent mais ...

373 **Fabien** : La roue tourne c'est comme ça. C'est comme mes enfants, j'aimerais les voir plus
374 souvent mais c'est comme ça. Toute façon on n'a pas le droit de vouloir garder les siens,
375 c'est égoïste de vouloir les garder. Ça fait chier qu'ils viennent pas mais c'est comme ça.

376 **Er** : Mais tes enfants sont pas si loin.

377 **Fabien** : Non 20 minutes, une demi-heure.

378 **Er** : S'ils veulent passer un soir ...

379 **Fabien** : Ah bah non ils ont pas le permis et puis non, le problème c'est que je fais partie des
380 gens pour qui le divorce se passe mal. Mal, mal, mal, très mal. On n'a pas de relation. Donc y
381 a pas d'échange. Les quelques fois où on se téléphone ça se finit toujours mal. C'est des
382 coups de juge, des coups d'avocats des coups de ... ça fait 9 ans que c'est comme ça.

383 **Er** : C'est dur ?

384 **Fabien** : Ah oui, c'est vachement dur oui. Oui et puis je pense que ça doit être vachement
385 dur pour les gamins de voir même que leurs parents ont arrêté leur chemin ensemble et
386 qu'ils n'arrivent pas à se parler pour eux.

- 387 **Er** : Et ils t'en parlent un peu des fois ?
- 388 **Fabien** : Non on n'en parle pas. Non mais moi ils savent qu'il n'y aura pas de ... je suis
389 portant vachement souple mais là y aura pas de marche arrière possible.
- 390 **Er** : Non mais sans parler de marche arrière peut-être que des fois ils te disent qu'ils sont
391 tristes.
- 392 **Fabien** : Ah non mais pas de marche arrière même pour de la communication !
- 393 **Er** : Mais est-ce qu'ils te font pas de réflexion ?
- 394 **Fabien** : Non, non ils savent que c'est pas la peine d'amener le sujet. Non on n'en parle pas.
- 395 **Er** : Et de quoi vous parlez, de leurs études ?
- 396 **Fabien** : Ah bah oui, les études oui, on parle de tout sauf de leur mère. Et puis chez leur
397 mère ils parlent de tout sauf de leur père.
- 398 **Er** : Et donc est-ce qu'il y a une répartition un peu tacite des tâches qui s'est faite ? Par
399 exemple, est-ce que tu t'occupes plus des devoirs, est-ce que c'est plus ton ex-femme ?
- 400 **Fabien** : Non bah je sais pas, bah de toute façon pour les devoirs quand ils ont besoin ils me
401 demandent et s'ils demandent pas c'est qu'ils ont pas besoin. Et puis bon je les suis car je
402 suis à tous les conseils de classe, je suis représentant des parents d'élèves partout où ils
403 passent donc je suis au courant de tout ce qu'il se passe, partout. En plus le grand c'est un
404 peu particulier : il est au lycée agricole à Châteauroux, où j'ai été, il a 3 profs que j'avais,
405 donc ils le surveillent peut-être d'un petit peu plus près je pense. Le prof de phyto à chaque
406 fois il lui demande « et alors le paternel comment ça va ? ». Et j'ai conseil de classe mardi là
407 encore, on discute encore tout un moment après.
- 408 **Er** : Bah c'est chouette.
- 409 **Fabien** : C'est vachement bien ouai. Et puis la 2^{ème} qui est à Châteauroux aussi, je me suis
410 retrouvé un peu indépendamment de ma volonté, j'ai pas compris, je suis au conseil
411 d'administration du lycée là-bas. Donc représentant des parents, et je me suis retrouvé
412 embringué, c'est moi, je suis le parent qui fait les conseils de discipline. Ça fait 2 que j'ai fait
413 là depuis le mois de septembre. C'est vachement dur ça par contre.
- 414 **Er** : J'imagine que ça doit pas être facile, en plus ça doit être de grosses bêtises.
- 415 **Fabien** : Bah là sur les 2 qu'on a eu, d'un côté c'étaient des problèmes d'internat : des
416 garçons qui ont enfermé des filles dans les chambres, donc après c'est la parole de l'un
417 contre la parole de l'autre. Donc ils font parler les témoins, ensuite les accusés, ensuite des
418 victimes, c'est pire qu'à la télé hein ! Et qui croire, qui ... trancher pour l'un ou pour l'autre je
419 trouve que c'est vachement dur.
- 420 **Er** : Surtout avec des enfants, ils n'ont peut-être même pas pensé à mal.
- 421 **Fabien** : Ce sont des gamins de 15 ans ! Et celui de mardi dernier, là c'est pareil : un gamin de
422 15 ans encore qui a des problèmes de violence. C'était pas la 1^{ère} fois. C'est quelqu'un qui est
423 tout seul, qui vit avec son frère de 18 ans à Châteauroux, dans un appart. Il a perdu sa
424 maman et son papa suit ses études depuis le Maroc. Donc il a des problèmes de violence à
425 l'école, il a des problèmes de violence le week-end. Il a failli perdre son bars parce qu'ils lui
426 sont tombés dessus à plusieurs. Et la question c'était le renvoi définitif ou pas le renvoi
427 définitif. Quand on entend le déroulement des faits on aurait tendance à se dire qu'il faut le

428 renvoyer définitivement car de toute façon il fera rien et puis après quand on entend que le
429 père s'en n'occupe pas, que y a plus de mère ... donc on se dit que ... Ça a été exclusion avec
430 sursis. Donc la prochaine connerie il est parti. Là ils lui laissent le choix de pouvoir aller
431 jusqu'au mois de juin. Parce que c'est exclusion avec sursis avec recherche d'un autre lycée
432 pour l'an prochain. C'est le lâcher sans le lâcher quoi, ils essaient de pas le mettre à la rue
433 comme ça. Mais prendre la ... voter c'est pas facile. Je pensais pas que c'était ... j'avais pas vu
434 ça comme ça. Je sais pas si je recommencerais l'an prochain mais faut essayer. Toutes les
435 expériences sont bonnes à essayer. Tant qu'on n'a pas essayer on ne sait pas ce que c'est.
436 On verra mais là c'est fait, j'ai essayé.

437 **Er** : Et il y a d'autres choses que tu voudrais essayer ?

438 **Fabien** : Euh je sais pas, je me suis pas posé la question. Je réfléchis au fur et à mesure que
439 ça vient. Là en 2014 j'ai eu la chance de pouvoir essayer le conseil municipal, d'être élu donc
440 je trouve que c'est vachement bien. Y a plein de choses dont on se rend pas compte ! les
441 problèmes financiers, plein de choses que j'imaginai pas. Quand on voit dans nos petites
442 communes, fin dans les grandes ça doit bien être pareil, que pour faire 1km de route, ce qui
443 est rien 1km de route en longueur, sur une route communale qui fait un petit 3m de large, il
444 faut 30 000 euros. Ça c'est des choses qu'on ... parce qu'on est tout le temps là à critiquer
445 « putain le conseil il fait chier, la route est pas bonne et il la répare pas ! ». Seulement à
446 30 000 euros le kilomètre quand on en a fait 1 dans l'année c'est déjà pas mal.

447 **Er** : J'aurais jamais cru !

448 **Fabien** : Bah moi non plus donc maintenant, je suis dans les chiffres depuis 2014, d'un peu
449 plus près voilà. Ça fait partie des choses que je pense qu'il faut essayer. Je pense que pour
450 essayer ça il faut un peu de ... on peut pas essayer ça à 20 ans à mon avis. Bon d'abord on
451 s'en fou parce qu'on a d'autres priorités peut-être.

452 **Er** : Et tu penses que tu avais déjà cette curiosité avant ?

453 **Fabien** : Non je l'avais pas avant. Là j'ai plein de choses ... avant les émissions politiques à la
454 télévision ça me faisait chier. Maintenant j'aime bien regarder.

455 **Er** : Oh bah là c'est l'époque avec les campagnes présidentielles.

456 **Fabien** : Non mais là c'est autre choses, c'est du foutage de gueule ça. Là j'ai essayé, ça fait
457 1 an, l'associatif. Je suis président d'une association, bah j'aime bien aussi.

458 **Er** : Une association de quoi ?

459 **Fabien** : L'école de musique.

460 **Er** : Tu fais de la musique ?

461 **Fabien** : Oui.

462 **Er** : Tu fais quoi ?

463 **Fabien** : De l'accordéon. Et la boucle est ronde parce qu'il y a 20 ans j'ai fait de la musique et
464 la prof qui vient faire les cours à St Sébastien j'ai pris les cours en même temps qu'elle. On a
465 eu les mêmes profs. Donc la boucle s'arrondi quoi. On revient au départ, tout en sachant
466 qu'on n'est pas arrivé encore à la fin. Et c'est pareil l'associatif, y a 10 ans, 15 ans ça
467 m'intéressait pas du tout.

468 **Er** : Et y a pas des associations d'agriculteurs ?

469 **Fabien** : Ah si, y a des associations ! Des CUMAC³ on appelle ça, où on arrive à acheter du
470 matériel en commun. Bah là je suis vice-président.

471 **Er** : Et tu en faisais partie avant ?

472 **Fabien** : Bah avant je faisais partie de ça de loin. J'étais juste adhérent, aux assemblées
473 générales j'y allais même pas parce que je m'en foutais. Mais maintenant c'est moi qui
474 envoie les lettres pour dire qu'il y a l'assemblée générale.

475 **Er** : Et du coup ça t'intéressait pas du tout avant ?

476 **Fabien** : Non je me posais pas la question.

477 **Er** : C'est en avançant en âge que la curiosité est arrivée quoi ?

478 **Fabien** : Toute façon je trouve que, pour moi, toute façon ce qui est pas vécu on peut pas en
479 parler mais le meilleur âge c'est à partir de 40 ans.

480 **Er** : Pourquoi ?

481 **Fabien** : Parce qu'on a encore pas mal de choses à regarder devant et on a un peu de recul
482 pour savoir ce qu'il faut faire et pas faire. On en a dans le rétroviseur et on en a devant.
483 Parce qu'avant on est tous à attendre les 20 ans, les 20 ans, les 18 même. Le cap des 18 on
484 croit qu'on va révolutionner le monde. Puis on s'aperçoit que les 18 sont passés, les 18 et 1
485 jour, et 2 jours et 3 jours et puis que y a rien qui change, mais bon c'est normal. Et bah là
486 pour moi la 40aine c'est, je trouve que c'est vachement bien.

487 **Er** : Malgré les problèmes de santé qui arrivent ?

488 **Fabien** : Ah bah ça on n'y peut, on fait pas d'omelette sans casser d'œufs. Ça en fait partie.

489 **Er** : C'est ni du moins bien, ni du mieux ?

490 **Fabien** : Non c'est comme ça.

491 **Er** : Et tu t'adaptes ?

492 **Fabien** : Ah moi je m'adapte, je suis content de tout. Tout me fait plaisir. Je m'adapte à tout.
493 Maintenant je m'emmerde plus : je pars du principe que celui à qui ça ne plait pas, il n'a qu'à
494 pas regarder. Ou il me fréquente pas, c'est pas grave. Toute façon je ne changerais plus
495 maintenant. Je le fais à mon idée et j'emmerde tout le monde. Quand je téléphone à une
496 administration je dis ce que j'ai à dire, si je suis désagréable je m'en fou. Complètement. Et
497 puis même je prends un peu de plaisir à être un peu désagréable.

498 **Er** : Pourquoi ?

499 **Fabien** : Je sais pas, du vice ? Des fois je trouve que ça fait du bien. C'est beaucoup de
500 satisfaction de savoir qu'on a été un peu désagréable.

501 **Er** : Ça te permet de refouler ce qu'il s'est passé dans la semaine.

502 **Fabien** : Ouai c'est peut-être ça. Je sais pas mais je trouve que c'est bien.

503 **Er** : Et alors tu appelles qui pour râler quand ça va pas ?

504 **Fabien** : Moi ce qui me fait marrer c'est toutes les administrations. Déjà quand faut
505 démarrer par un 08 ou un 09 ... le pire c'est chez Orange : quand on a attendu 30 minutes, là

³ Coopérative d'Utilisation de Matériel Agricole en Commun

506 je suis pas agréable. Alors je parle au répondeur parce qu'on tombe sur un répondeur qui
507 nous dit « vous êtes susceptible d'être enregistré » alors je lui réponds, je lui dis « tu peux
508 m'enregistrer ça me gêne pas ». il me répond pas le répondeur bien sûr.

509 **Er** : Du coup est-ce que le fait que l'administration soit longue et casse pieds ç pourrait être
510 un truc qui t'empêcherait de faire ? Par exemple les papiers pour l'assurance maladie.

511 **Fabien** : Ah bah non ça m'empêche rien parce qu'on n'a pas le choix. Tout l'administratif on
512 est obligés de le faire.

513 **Er** : Oui mais y en a qui trainent plus ou moins longtemps pour le faire.

514 **Fabien** : Oui m'enfin bon ... Non là-dessus je le fais, quand je reçois quelque chose à faire en
515 courrier je le fais tout de suite. D'abord ça peut m'éviter de l'oublier et faut le faire de toute
516 façon. On le reçoit, on le fait, c'est chaud, on le traite pendant que c'est chaud. Et après
517 voilà. Parce que ça sert à rien d'attendre.

518 **Er** : Pourquoi ?

519 **Fabien** : Parce qu'après on peut l'oublier et puis faut le faire, c'est obligé. Quand c'est obligé,
520 c'est obligé. Ça nous fait pas tout le temps plaisir mais ...

521 **Er** : Et les trucs qui sont non obligatoires mais conseillés, dans ce cas-là qu'est-ce que tu
522 fais ?

523 **Fabien** : Qu'est-ce que tu appelles du non obligatoire mais conseillé ?

524 **Er** : Alors, je vais prendre un exemple très ciblé parce que c'est mon sujet mais ... Par
525 exemple vers 50 ans, tu l'as pas encore eu donc, mais on reçoit un papier de la sécu disant
526 qu'il faut faire le dépistage du cancer du côlon.

527 **Fabien** : Ah bah ça je sais pas mais c'est possible que je traine pour des trucs comme ça ouai
528 je sais pas. Je me suis pas posé la question. Et comme je prends les problèmes au fur et à
529 mesure qu'ils arrivent, je verrais le jour où j'ouvrais le courrier.

530 **Er** : Tu m'enverras un petit mot pour me dire « bah en fait je l'ai pas fait ! »

531 **Fabien** : Je peux pas te dire. Je pense que vu que c'est pas agréable on laissera trainer oui.

532 **Er** : Et tu me disais que l'arthrose c'est héréditaire, ça veut dire que tes parents en avaient.

533 **Fabien** : Ouai la grand-mère, et puis elle en avait beaucoup.

534 **Er** : Et tu t'es pas dit « je risque de » ... tu y as pensé ?

535 **Fabien** : J'y ai pas pensé, je me suis aperçu que c'était héréditaire et que j'avais bien mangé
536 quand ça s'est déclaré. Par contre ce qui m'inquiète beaucoup, mais ça je le dis pas, je le
537 garde pour moi, je voudrais pas l'avoir refilé à un de mes gamins. Parce que là je leur
538 souhaite pas les nuits que je passe. Pas du tout.

539 **Er** : Ça t'inquiète leur santé ?

540 **Fabien** : Ah bah oui ! Ah bah à la rigueur je suis plus inquiet pour la leur que pour la mienne.
541 Moi maintenant je suis dans la 2^{ème} moitié.

542 **Er** : Et du coup tu les pousses, tu leur dis « toi tu dois faire ton vaccin ! » « faut que tu fasses
543 ton machin » « faut que tu prennes tes médicaments jusqu'au bout » ?

544 **Fabien** : Ah bah un peu oui ! Le grand il me dit qu'il voit pas bien donc je lui dit que je vais lui
545 prendre RDV et il veut pas il me dit « tu me fais chier » mais bon je sais bien que je le fais
546 chier mais je vais prendre RDV quand même.

547 **Er** : est-ce que tu as une idée de pourquoi tu le fais plus pour tes enfants que pour toi ?
548 Parce que c'est tout aussi important.

549 **Fabien** : Oui mais moi je me dis que moi ma vie elle est à peu près faite maintenant. Je me
550 dis que le plus dur est passé et que c'est que du bonus qui reste. Et je vis comme ça vient, je
551 m'inquiète plus pour moi. Je prends les problèmes au fur et à mesure. Moi je m'en fou
552 maintenant, j'ai fait ce que j'avais à faire. Je vais essayer de les élever le temps qu'ils auront
553 besoin de moi et puis voilà, ils vont faire leur vie.

554 **Er** : Mais tu veux qu'ils aient le plus de chance possible.

555 **Fabien** : Ah bah je veux que ça soit le mieux possible oui oui.

556 **Er** : Et donc, je parle des médicaments donc j'y pense, est-ce que, parce que je vois mes
557 grands-parents quand ils sont malades ils ont plus tendance à aller directement à la
558 pharmacie acheter ce qu'il leur faut parce qu'ils savent ce qu'il leur faut plutôt que de dire
559 « je vais aller embêter le médecin qui a déjà 15 000 patients » et perdre du temps à prendre
560 un RDV, y aller etc. Est-ce que tu vas souvent chez le médecin ?

561 **Fabien** : Non déjà j'y vais pas souvent et j'attends même. Ente le moment où je me dis,
562 « faut que j'y aille » et le moment où j'y vais, je peux laisser passer 2-3 mois.

563 **Er** : Ah quand même ! Pourquoi ?

564 **Fabien** : Parce que ... là j'y suis allé il y a 10 jours quand il m'a donné le *voltarène* et ça faisait
565 6 mois que je disais à ma copine « faut que j'y aille, faut que j'y aille, faut que j'y aille » mais
566 je sais qu'il y a pas grand-chose à faire donc c'est peut-être pour ça que j'y allais pas. Bon et
567 puis tout compte fait j'y suis allé et tout le monde était content. Mais c'est pas pour ça que
568 ça m'a donné la solution. Moi j'aimerais ne plus avoir de douleurs.

569 **Er** : Et elle, elle te pousse à faire ...

570 **Fabien** : Bah quand elle voit que la nuit je dors pas ...

571 **Er** : Et toi tu la pousses à aller chez le médecin si quelque chose ne va pas ?

572 **Fabien** : Ah oui, mais moi c'est différent. Je la pousse bien sûr, tant qu'elle a pas été je suis
573 très désagréable.

574 **Er** : Ça la force à y aller plus vite [*Rires*]

575 **Fabien** : Ça anticipe beaucoup. Et tu sais je m'en rends compte mais c'est hors de question
576 que je change.

577 **Er** : Et tu penses que tu te préoccupe autant de sa santé que de celle de tes enfants ?

578 **Fabien** : Ah non quand même moins : mes enfants c'est mes enfants et personne passera
579 devant. Je me préoccupe de sa santé mais pas de la même façon. Je sais pas, c'est pas pareil.
580 Et puis bon elle est adulte aussi, elle est grande. Mais non mais ... mes enfants c'est mes
581 enfants !

582 **Er** : Moi c'est pareil, j'ai beau avoir 22 ans quand j'ai pas fait un truc mes parents ils savent
583 me le rappeler !

584 **Fabien** : Et puis mes enfants ils sont vachement reconnaissants ! le grand il a quasiment 18
585 ans là et ... bon je les ai élevé aux bisous hein. Des bisous, des câlins, tous les 4 dans le lit à
586 me sauter dessus, ça a tout le temps été. Depuis qu'on est divorcé c'est comme ça. Amis là je
587 vois, devant les copains de son âge ... qu'il y ait des copains, pas de copains c'est le bisou et
588 le câlin ça le gêne pas ! La 2^{ème} c'est pas pareil, c'est moins. Devant la porte de l'école y a
589 plus de bisou là. Et j'arrive à comprendre que des fois devant les copains on fasse pas trop
590 de bisous. Mais alors le grand ça le gêne pas du tout. Pour un garçon c'est même surprenant,
591 mais je m'en plain pas tant mieux.

592 **Er** : Vous êtes très fusionnels tous les 2 ?

593 **Fabien** : Ah oui. Tous les matins c'est le câlin ! Il me saute au cou tous les matins !

594 **Er** : C'est chouette ça.

595 **Fabien** : Ah c'est bien. C'est extraordinaire mais bon c'est une habitude, fin c'est ... je leur ai
596 donné l'habitude comme ça et j'y tiens de toute façon. Et puis le soir, passage dans le lit,
597 d'ailleurs ma copine c'est pas facile parce que je leur ai donné l'habitude de passer dans le lit
598 faire la câlin donc bah faut qu'elle attende qu'ils soient passés dans le lit faire le câlin pour
599 qu'elle vienne ! Et je veux pas que ça change !

600 **Er** : Bah c'est normal elle n'est pas à 5 minutes près si ?

601 **Fabien** : Non elle a bien le temps. Mais non ça il est hors de question que ça change. Je
602 pense que c'est important pour tout le monde.

603 **Er** : Et c'est un moment où vous discutez aussi ?

604 **Fabien** : Ah non non c'est le câlin. Parce que quand ils étaient petits, maintenant ils sont plus
605 grands et à 4 dans le lit c'est un peu ... c'est moins facile. Non c'était un peu le moment
606 à chahuter. Alors ils essayaient de me pousser, je les poussais, alors ils arrivaient jamais à me
607 faire tomber du lit et puis moi, ils tombaient tout le temps enfin bon. C'est plus la déconne,
608 non c'est pas la discussion. D'abord c'était notamment le dimanche soir de 8h à 8h30 devant
609 Zorro. Oh bah c'est toute une histoire quand le dimanche soir on regardait Zorro. Et ils me le
610 rappellent d'ailleurs parce que je regarde encore Zorro moi et puis eux bah ils aiment plus.
611 Mais alors c'est encore moi qui prends la télécommande le dimanche soir et qui mets la 3 !
612 ils savent qu'ils ont pas le choix. On connaît les épisodes, y a longtemps, c'est tout le temps
613 les mêmes. Mais voilà c'est des coutumes. C'est des conneries en fait. C'est des habitudes,
614 des bonnes habitudes, faut les garder le plus longtemps possible.

615 **Er** : Et vous avez des petits rituels comme ça au niveau de la nourriture aussi ou pas du tout ?

616 **Fabien** : Ah oui, on a le lundi matin, avant d'aller à l'école, c'est les pains précuits là. Donc le
617 lundi matin je leur fais cuire les petits pains là et beurre jambon blanc.

618 **Er** : Le matin, au petit dej ?

619 **Fabien** : Ah oui, le lundi, que pour aller à l'école. Et puis le jus d'orange le vrai. Et ça je me
620 lève une heure plus tôt tous les lundis matins pour préparer et il est même hors de question
621 que ça soit eux qui préparent.

622 **Er** : Pourquoi ?

623 **Fabien** : Bah parce que y a que moi qui sais ! Non mais c'est une habitude, j'aime bien le
624 faire et ça je le fais encore. Je veux que personne d'autre n'y touche. C'est moi qui fais

625 chauffer leur lait. Ah bah j'aime bien. Mais je pense que c'est le fait d'avoir divorcé ça que ...
626 fin c'est même sûr sinon on n'en serait jamais arrivé là.

627 **Er** : Tu leur ferais pas leur petit dej ?

628 **Fabien** : Je sais pas ce que je leur ferais, ce que je leur ferais pas mais moi mon divorce par
629 rapport à mes enfants m'a rendu vachement service.

630 **Er** : Pourquoi ?

631 **Fabien** : Parce que j'étais pris par le boulot. Je me levais le matin pour le boulot ils étaient au
632 lit, ils se levaient ils allaient à l'école. Ça m'arrivait de rester 3 jours sans les voir. Je rentrais
633 le soir du boulot ils étaient recouchés, le lendemain je partais ils étaient pas levés. Tandis
634 que du jour où je me suis retrouvé divorcé bah là on n'a pas le choix donc les semaines où ...
635 J'ai eu 2 vies, j'avais pour coutume de dire que j'avais une double vie : ma vie tout seul sans
636 mes enfants où je rentrais tard ou je rentrais pas. Et la semaine où je les avais, ou le week-
637 end où je les avais j'organisais tout mon travail, j'ai organisé ma vie autour d'eux. Quand je
638 les avais, au niveau des vaches je faisais le minimum syndical : l'eau, la bouffe et je faisais
639 rien d'autre dans les champs. Si j'avais une semaine de vacances pendant la semaine de
640 février, je passais une semaine avec eux. On allait à la piscine, à la patinoire, au MacDo ... et
641 puis après quand je les avais pas, c'était le boulot, il fallait rattraper. Et ça m'a permis, je me
642 suis rendu compte que j'ai changé ma façon de travailler complètement et tous comptes
643 faits j'étais ni en retard ni avance, ça se fait tout pareil. Alors ça m'a permis de passer du
644 temps avec eux. Quand je les avais je les avais et quand je les avais pas c'était travail. Oh
645 travail et puis j'en ai profité un peu aussi.

646 **Er** : quand tu dis profiter c'est des loisirs ? Comme quoi ?

647 **Fabien** : Bah je me suis remis au rugby, à jouer. Enfin je faisais parce que là je suis dans un
648 état ... Mais ouai ouai je m'étais remis au rugby donc les ... il y avait 2 clients : les matchs où
649 j'avais les gamins où on prenait la douche, on buvait la moitié d'une bière et je rentrais le
650 soir à 6h les dimanches. Et puis y a le dimanche d'après où j'avais pas de gamins où je
651 rentrais à 3h du matin bien fatigué.

652 **Er** : Bien alcoolisé aussi ?

653 **Fabien** : Bien alcoolisé oui. Donc voilà ça a été 2 vies.

654 **Er** : Du coup le fait de pas avoir tes enfants, tu te lâches, plus, tu prends plus de plaisir pour
655 toi ?

656 **Fabien** : C'est complètement différent.

657 **Er** : Mais tu te permets pas de boire autant quand tes enfants sont là.

658 **Fabien** : Ah bah pas question qu'ils me voient comme ça ! Ah non et puis je les avais pour
659 conduire et tout ! Moins maintenant parce que je vieillis mais j'ai eu 2 vies complètement
660 différentes ou ça c'est sûr. Et j'ai bien aimé les deux. [*Rires*]

661 **Er** : Mais tu dis que tu vieillis, c'est-à-dire que maintenant tu vas plus rentrer à 3h du mat' ?

662 **Fabien** : Bah rentrer à 3h du matin, fait, ça m'intéresse plus. Enfin c'est pas que ça
663 m'intéresse pas mais il me faut 2 jours pour m'en remettre quoi.

664 **Er** : Donc tu fais plus attention ?

665 **Fabien** : Non, je mets 2 jours à m'en remettre ! [*Rires*] Non parce que je commence la soirée
666 en me disant « sois sérieux » et puis au bout d'un moment je perds la raison. Fin l'ambiance
667 est bonne et toutes les circonstances font qu'on peut continuer la soirée, y a aucun obstacle.
668 Juste celui du lendemain matin mais c'est celui auquel on pense pas ! Donc on y va.

669 **Er** : Donc en fait t'as quasiment rien change que ce soit dans tes habitudes alimentaires ?

670 **Fabien** : Par rapport ?

671 **Er** : Bah je sais pas, par exemple après ton accident t'aurais pu te dire « faut que je fasse
672 gaffe, faut que je prenne plus de calcium » ...

673 **Fabien** : Ah non je m'en fou de ça. Faudrait que je fasse gaffe oui, parce que faudrait que je
674 perde un peu de poids mais non, non. Je trouve le relationnel trop important.

675 **Er** : Et le relationnel ça passe par la bière c'est ça ?

676 **Fabien** : Ça passe par la bière et l'apéro oui. C'est les clés, c'est le maître mot de la vie ça si
677 on veut pas être des sauvages.

678 **Er** : Tu me dis que t'as rien changé mais qu'il faudrait que tu fasses attention, mais est-ce
679 que tu t'es dit qu'il faut que tu fasses attention pour toi pour être en meilleure santé ?

680 **Fabien** : Oui et puis je le sens. Fin on sent, moi je sais que si j'avais une dizaine de kilos de
681 moins ça pourrait être que mieux. Pour le souffle, pour me baisser, pour ... Je dis tout le
682 temps en déconnant « je peux pas me baisser j'ai le ventre qui me gêne ! » [*Rires*] et
683 pourtant bon les faits sont là.

684 **Er** : Tu te dis qu'il faudrait mais pourquoi tu le fais pas du coup ?

685 **Fabien** : Parce que j'ai pas assez de volonté.

686 **Er** : Malgré tous les trucs qui passent à la télé : faites attention à ne pas manger trop salé ...

687 **Fabien** : Ah non mais c'est des conneries ça. Je pense que c'est du foutage de gueule.

688 **Er** : Pourquoi ?

689 **Fabien** : Non mais je le sais pas mais ... bon je sais ce qu'il faut faire mais je sais pas le faire.
690 Je reste persuadé que pour maigrir ou pour arrêter de fumer parce que ça m'est arrivé, on
691 n'a besoin de rien, il faut juste être prêt dans sa tête. Et bien prêt même ! J'ai fumé pendant
692 30 ans, j'ai tout le temps dit que j'arrêterai pas parce que j'avais pas envie et je me suis fait
693 prendre sur un pari. Un pari au mois de février, on s'est dit « on arrête de fumer pour le 1^{er}
694 janvier ». Je me suis dit « on est bon on a 10 mois devant nous, je peux dire ou ça risque
695 rien ». Donc j'ai dit oui et puis le mois de janvier est arrivé, il avait arrêté de fumer, j'ai été
696 acheter mes 2 paquets comme si j'avais pas envie d'arrêter et c'est avec une copine on a été
697 voir un magnétiseur à Limoges, bon il nous a soulagé de 50€ au passage, et puis j'ai arrêté de
698 fumer depuis le 4 février 2011, sur un pari. Mais je regrette pas c'est bien ! Et je me dit que
699 pour faire un régime ou n'importe quoi, faut juste être prêt quoi. Et là pour l'instant je suis
700 pas prêt. Malgré que je sache que ça ne soit pas bon.

701 **Er** : Et donc les pubs à la télé, mis à part t'agacer ça sert à rien ?

702 **Fabien** : Oh c'est pas que ça m'agace, ils font ce qu'ils veulent, ils ont le droit, mais quand on
703 voit tous les régimes, tous les patchs pour arrêter de fumer ou les cigarettes électroniques,
704 c'est de la connerie ça, c'est de l'enfumage. On peut acheter tout ce qu'on veut, si dans la
705 tête on l'a pas décidé ça marchera pas. Enfin pour moi ça marcherait pas.

- 706 **Er** : A ton avis quel est l'intérêt de faire autant de pub si ça n'influence pas les gens ?
- 707 **Fabien** : Le commerce ! Tu te rends compte de tous les gens qui ont acheté pour arrêter de
708 fumer la cigarette où tu mets des parfums là ?! Au niveau commercial c'est vachement bien !
709 C'est comme le gouvernement qui te dit « faut pas fumer parce que pour la santé c'est pas
710 bon » mais pour le gouvernement faut que les gens continuent de fumer car faut voir le
711 pognon qu'ils ramassent.
- 712 **Er** : Mais ils augmentent les paquets et il mettent des photos absolument dégueues sur les
713 paquets neutres.
- 714 **Fabien** : Ouai ça je suis d'accord mais ils augmentent pas les paquets, ils font semblant de les
715 augmenter. Si le motif d'augmenter le paquet c'était pour faire arrêter les gens, ils le
716 mettent à 20 ou 30€ et ça résout le problème. C'est pas en augmentant de 30 centimes que
717 ça va changer quelque chose. Le mec qui veut fumer il fume, t'aura tout le temps les moyens
718 de trouver. Moi quand j'ai commencé à fumer, que j'étais à l'école je payais je paquet de
719 cigarettes 8 Francs aujourd'hui il est à 7 ou 8€ pas loin. 1€ c'est 6,5 Francs. Et après ça
720 augmentait petit à petit. J'avais toujours pour objectif de pas dépasser 10 Francs pour
721 acheter un paquet de clopes donc 10 Francs ça faisait 1,5€. Donc j'ai fumé des *Malboro*,
722 après j'ai fumé des *Lucky Strike*, après j'ai fumé des *Gauloises Blanches*, des *Gitanes*
723 *Blanches*, des machines sans filtre et puis après je me suis mis aux roulées. Et je dépassais
724 jamais les 10 Francs. A chaque fois qu'il y avait une augmentation qui dépassait les 10
725 Francs, je baissais de gamme. Mais je dépassais pas 1,5€, aujourd'hui 7.
- 726 **Er** : Du coup à un moment t'as bien été obligé d'augmenter ton budget.
- 727 **Fabien** : Bah oui mais après on vieillit et on travaille alors on a peut-être un peu plus de, on
728 est plus à l'aise. Et l'aspect financier pour moi c'est un faux problème. D'abord le
729 gouvernement ou je sais pas qui n'ont aucun intérêt à ce que les gens ne fument plus. Parce
730 que tous ceux qui fument toute leur vie : ils ont dépensé beaucoup de sous pour fumer et
731 bien souvent ils sont pris d'un cancer donc ils cotisent pour la retraite, qu'ils ne touchent
732 pas. C'est vachement bon ça pour le gouvernement.
- 733 **Er** : Et tu trouves pas que la santé ça coûte super cher ?
- 734 **Fabien** : C'est affreux, pour les examens et tout ... alors toutes leurs pub à la télé pour moi
735 c'est pas sérieux. Mais bon il faut bien que tout le monde travaille. Ça fait de l'emploi ceux
736 qui font de la pub.
- 737 **Er** : Et est-ce que le fait que les examens soient chers tu pourrais et dire « bah non là j'ai pas
738 les moyens je le fait pas » ?
- 739 **Fabien** : Oh non non, la santé ça reste assez important, on s'occupe pas de l'aspect financier.
740 J'y pense parfois par rapport à l'accident que j'ai eu. J'ai quand même fait 3 semaines
741 d'hosto, des scanners, des IRM, j'ai eu 3 grosses opérations dont 2 de 5-6h, je me dis que s'il
742 avait fallu que je paye tout ça ... on peut pas. Et après le kiné. Comme c'était un accident du
743 travail, d'ici à La Souterraine il y a quand même 40 bornes aller-retour. J'ai fait quand même
744 120 séances de kiné, bon réparties sur le temps, avec un taxi à chaque fois. Donc la kiné
745 prenait 13€ quelque chose pour elle par ½ heure mais le taxi coûtait une 40aine d'euros
746 donc ça fait entre 55 et 60€ à chaque séance. Donc 55 fois 120 ... et un aller-retour pour aller

- 747 au CHU à Limoges pour toutes mes visites en taxi ou en VSL⁴ c'est 200€. Donc quand on
748 essaie d'additionner, parce qu'on fait semblant, on dit qu'on pourrait pas se soigner du tout.
- 749 **Er** : Même pour les petits trucs ?
- 750 **Fabien** : Les petits trucs ?
- 751 **Er** : Bah je sais pas si tu as besoin d'une boîte de médicaments, te dire que ça va passer tout
752 seul plutôt que d'aller mettre 5€ dans du *Lisopaine*.
- 753 **Fabien** : Ah non je pense pas non. Mais non quand on veut une boîte de *Doliprane* ou
754 *d'Effergal* on va à la pharmacie et s'il nous dit que c'est 6€, on donne 6€ et puis on se
755 barre quoi. Quand c'est occasionnel on ... fin on regarde pas, moins. C'est quand on reçoit
756 tous les décomptes. Quand on reçoit tous les décomptes et que ça a pas tout logé sur le
757 recto, qu'il faut regarder la fin au verso, on se dit « ça pique ». D'ailleurs je pense même que,
758 au niveau, tout ce qui est, pas courant mais occasionnel, c'est très rare qu'on aille chercher
759 une liste de médicaments que le médecin nous a mis sans qu'il y ait quelque chose à payer.
760 Avant il y avait presque rien à payer. Maintenant on se retrouve pour 2-3-5-6-7€
761 systématiquement. Et puis c'est rentré dans les mœurs on n'y fait plus attention. Toute
762 façon on n'a pas le choix. Moi on me dit « c'est 5€ » je donne 5€ puis je dis merci parce que
763 je suis poli et je m'en vais.
- 764 **Er** : Tu me disais que tu avais été voir un magnétiseur pour arrêter de fumer. Tu es allé voir
765 d'autres médecines non classiques ?
- 766 **Fabien** : Oui. Enfin je sais pas si c'est classique ou pas classique mais je suis allé voir un
767 acuponcteur. Boh ça m'a rien fait.
- 768 **Er** : C'était pour quoi ?
- 769 **Fabien** : Bah pour maigrir notamment. Y a longtemps, c'étaient mes parents qui m'avaient
770 fait faire ça quand j'étais à l'école, il y a plus de 30 ans. Qu'est-ce que j'ai essayé d'autre ? Un
771 fascia-thérapeute⁵.
- 772 **Er** : C'est quoi ?!
- 773 **Fabien** : Alors ça c'est un mec qui te prend des pieds jusqu'à la tête sans forcément te
774 toucher. Enfin il te touche, il te remet les nerfs, un peu genre ostéo. Tu chercheras sur
775 internet. Pas sur le dictionnaire ça n'existe plus !
- 776 **Er** : Et ça c'était y a longtemps ?
- 777 **Fabien** : Bah quand j'ai eu des problèmes d'articulation. Je me souviens, je pouvais pas lever
778 les épaules, il m'a décoincé et après la séance je pouvais lever les bras bien plus haut.
- 779 **Er** : Et tu n'as pas eu besoin de le refaire ?
- 780 **Fabien** : Bah il faudrait que j'y retourne parce qu'il avait donné plein d'exercices à faire le
781 matin 5 fois pour dérouiller à droite à gauche et tout. Et puis on le fait la 1^{ère} semaine, on
782 démarre la 2^{ème} et puis après on reprend les vieilles habitudes.
- 783 **Er** : C'est comme les bonnes résolutions du début d'année c'est ça ?

⁴ Véhicule Sanitaire Léger : pour transporter des patients qui ne peuvent pas se déplacer seuls.

⁵ La fascia thérapie est une thérapie manuelle qui agit sur les fascias : de fines membranes qui enveloppent et relient toutes les structures du corps comme une toile d'araignée.

784 **Fabien** : Oui mais ça j'en fait pas ! Comme ça je passe pas pour un con. J'ai pas de regret
785 après puisque je me suis rien promis.

786 **Er** : Donc là tu me dis que tu as arrêté le traitement qu'il t'avait donné pour les exos le matin.
787 Est-ce que si le médecin te prescrit 3 semaines d'anti inflammatoire, tu vas arrêter au bout
788 de 2 si tu trouves que ça sert à rien.

789 **Fabien** : Oui. Et le mec là, le fascia-thérapeute il travaillait beaucoup avec, parce que j'avais
790 des douleurs déjà de partout, des cures homéopathe. Pendant 5 jours 3 cures homéopathie
791 et des traitements de 1 semaine chaque après 3 semaines de vide après 3 semaines comme
792 ça. Et il travaillait avec le chaud, le froid au niveau des lombaires. C'est-à-dire soit du machin
793 glacé ou soit une bouillote. Et puis de la pommade d'argile. De l'argile verte à mettre.

794 **Er** : Et ça fait du bien ?

795 **Fabien** : Ouai, et il travaillait que comme ça : le chaud, le froid, l'argile et l'homéopathie

796 **Er** : Donc les ostéo, les kinés ...

797 **Fabien** : Les ostéo c'est vachement bien. C'est extraordinaire. Il y en a un à côté de chez tes
798 grands-parents d'ailleurs.

799 **Er** : Ah oui, faudrait que j'aille le voir.

800 **Fabien** : J'y suis allé moi.

801 **Er** : Il est bien ?

802 **Fabien** : Pas mal ouai. Mais moi j'aime bien les ostéo qui travaillent à l'ancienne : qui font
803 craquer. C'est ce qui détend le plus. Y en a ça marche pas du tout mais ça vient pas du mec
804 ça vient du client ! Il y en a un à Limoges, mais bon c'est loin et puis c'est 50€ à chaque fois
805 et moi ma complémentaire ils remboursent que 2 séances dans l'année.

806 **Er** : Ah ils en remboursent ?

807 **Fabien** : Ouai moi je suis à Groupama et c'est 2 séance d'ostéopathe dans l'année. Et celui-ci
808 de Limoges donc on est allongé sur sa table, lui il est derrière, il pose les 2 mains autour du
809 cou et on sent des effets de chaleur dans le corps sans qu'il nous touche. C'est
810 impressionnant. Là on pourrait se demander s'il est pas ... comment je dirais ... magicien.
811 Parce que le mec a juste les 2 mains au cou et tu sens la chaleur au niveau des genoux qui
812 remonte au bassin, qui redescend machin. C'est impressionnant l'effet que ça fait. Le
813 premier ostéo que j'ai vu c'était à St Sulpice les Feuilles et j'avais des problèmes, c'était
814 avant de me faire opérer du carpien donc c'était en 2005-6 et donc je disais « j'ai mal aux
815 mains, je peux plus fermer les mains ». il me fait assoir sur sa table, il me pose le doigt au
816 milieu du dos je sais pas où et ça m'a remonté tout le canal nerveux jusqu'à la main. Le gars
817 tu lui dit que t'as mal à la main et il te dit je vais de te regarder le dos tu te dis oula qu'est-ce
818 qu'il raconte ! Et ça m'avait impressionné le système. Il n'a pas titillé hein, tout de suite clac.
819 C'est une médecine qui est de plus en plus en vogue ça.

820 **Er** : Ouai, je sais pas si c'est un peu une mode ou ... la sophrologie ça se développe beaucoup
821 aussi en ce moment ! Je sais pas trop ce que c'est mais ...

822 **Fabien** : Non, moi non plus ; ça ressemble un peu à un psy non ? Je pense que c'est plus par
823 le discours et l'écoute que par toucher physiquement les gens.

824 **Er** : Donc l'acuponcture, le magnétiseur, l'ostéo, qu'est-ce qu'il y a d'autre ?

825 **Fabien** : Il y a tous les gens qui ont des dons entre guillemets, genre les coupeurs de feu. J'ai
826 ma copine qui le fait là chez notre voisine. Ma copine je lui dit que c'est pas vrai et elle se
827 fâche mais elle a raison [*Rires*]

828 **Er** : T'y crois pas toi ?

829 **Fabien** : Bah je crois que ce que je vois mais je me suis fait couper le feu. J'ai ma voisine qui
830 le fait, bénévolement à chaque fois, mais qui a une grosse clientèle. Et ça m'est arrivé de me
831 brûler 3 bouts de doigts en sortant les cendres de la chaudière et du coup « aïe » et je me
832 suis dit « c'est bon ça va se passer ». Puis une demi-heure après tu as la peau qui est toute
833 recroquevillée tu te dis bon ... Alors je monte la voir, elle me traite 2 fois donc entre la 1^{ère} et
834 la 2^{ème} fois, le voisin me dit « allé viens on va boire l'apéro » alors je lui dis oui. Donc j'ai bu 2
835 petits whisky, elle m'a retraité une 2^{ème} fois et je suis revenu de chez elle, je savais même
836 pas pourquoi j'y avais été. Plus de douleur, plus rien. C'est fou. Et elle est rien, elle a fait
837 aucune étude de rien. Ce qui est sûr c'est qu'une fois qu'elle t'a traité elle se lave les mains
838 parce qu'elle a les mains toutes rouges. Elle a l'intérieur des mains qui sont rouges écarlate
839 et elle les passe sous l'eau froide parce qu'elle a le feu dans les mains qu'elle dit. Alors tu as
840 beau ne pas le croire quand ça a marché sur toi, tu es obligé de ... Ma fille de Paris qui était
841 venue passer une 10aine de jours avec une petite copine, le soir à 10h elle se tord le pied en
842 chahutant en faisant je sais pas quoi. Donc les pleurs entorse machin, on a été passer la nuit
843 aux urgences à Guéret donc ils ont fait une radio, il y avait rien donc ils ont conclu légère
844 entorse mais rien de ... et la gamine elle pleurait et puis à 4h du matin elle pleurait et puis le
845 lendemain je l'ai emmené voir ma voisine. Donc elle a mis une espèce de pommade, d'huile
846 je sais pas quoi donc elle lui a dit « oui tu as une petite entorse » donc un petit peu de
847 sorcellerie et puis la gamine elle pleurait plus et elle l'a jamais ressenti. Donc on a beau se
848 dire « je le crois pas » quand ça marche tu es obligé de ... Les verrues ! C'est pareil, il y a des
849 gens qui traitent les verrues. Bah nous il est plus de ce monde mais il y avait un vieux qui les
850 traitaient. Il nous faisait ramasser de la mousse dans les rivières. Des fois il y a de la mousse
851 blanche dans les rivières, bah il nous faisait aller mettre les mains la dedans. Alors t'y crois,
852 t'y crois pas, fin ça fait partie des mystères de la vie. Si on n'avait plus d'intrigue ça serait pas
853 bien. Mais voilà je peux pas dire que ça marche pas parce que j'ai vu du mieux sur moi. C'est
854 bizarre.

855 **Er** : Et du coup instinctivement tu irais plus vers quoi ?

856 **Fabien** : Pour une brulure j'irais plus voir ma voisine que mettre de la *biafine*.

857 **Er** : Et du coup comment tu fais le distinguo entre les médecines alternatives et la médecine
858 classique avec médicaments etc ? Qu'est-ce qui te fait pencher plus vers l'un ou plus vers
859 l'autre ?

860 **Fabien** : Bah tout dépend de l'objet de la question. Si c'est une brulure tu vas voir le voisin, si
861 tu te coupes et qu'il faut des points tu vas voir le médecin.

862 **Er** : Ça dépend de la gravité ?

863 **Fabien** : Ouai, fin ça dépend des faits quoi.

864 **Er** : Donc si t'as un cancer tu vas aller voir le médecin ?

865 **Fabien** : Bah oui, oui, oui. Disons qu'on s'adapte en fonction de ce que c'est. Je sais pas ... Ce
866 que je sais par rapport à mon boulot, sur un veau qui souffre, je vois au 1^{er} coup d'œil sans
867 réfléchir si je peux le soigner moi-même ou s'il faut que j'aille au véto. Tout dépend de l'état

868 physique de l'animal, tout dépend de ... et puis on commence à avoir un peu d'expérience. Y
 869 a des fois je sais que ça va marcher, que y a pas besoin du véto, d'autres fois je sais qu'il faut
 870 pas essayer, il faut aller au véto directement. Maintenant te dire ce qui me fait prendre
 871 plutôt une décision que l'autre j'aurais tendance à dire l'expérience. C'est peut-être un peu
 872 prétentieux je sais pas. Ou l'instinct, ou la chance ! [Rires] Te dire pourquoi je me suis jamais
 873 poser la question du pourquoi je prenais cette décision ... je la prends et puis voilà. Et quand
 874 tu t'aperçois que la décision est pas la bonne bah ça te sert beaucoup parce que la fois
 875 d'après tu le fais différemment.

876 **Er** : Et du coup dans ton travail est-ce que tu as plus ou moins des collègues, même si tu
 877 travailles sur ton exploitation ? Je connais pas trop la moyenne d'âge mais j'imagine que
 878 c'est plutôt autour de 40 ans que de 20.

879 **Fabien** : Oh bah moi dans la région à 3 ans près je fais partie des plus jeunes.

880 **Er** : Est-ce que tu te compares aux autres ?

881 **Fabien** : Je pense qu'il faut pas avoir peur de se dire les uns les autres « j'ai vendu comme si
 882 comme ça ». Parce que d'abord je ne vois pas l'intérêt de ne pas le dire et puis ça peut aider.
 883 On se rend service dans les deux sens mais le problème c'est que on est dans une région ...
 884 Le creusois a une ouverture d'esprit étroite et chez nous les gens ont pas compris qu'on
 885 avait plus d'intérêt à mettre tous les œufs dans le même panier plutôt que de faire chacun
 886 de son côté. On le voit bien sur l'achat de terrain. Sur l'achat de terrain, le terrain coute trop
 887 cher seulement il y en a toujours un qui est là pour mettre un petit truc au-dessus en disant
 888 « moi j'ai les moyens ». Or si tous les paysans se disaient, je sais pas moi si le mec veut
 889 vendre son terrain 2500 ou 3000€ de l'hectare ; si tous les acheteurs potentiels disaient au
 890 vendeur « écoute à 3000€ c'est trop cher tu vas te faire foutre je t'en donne 1500 et ça vaut
 891 pas plus ». Si on laissait mijoter tous les vendeurs pendant 2 ans comme ça bah le prix
 892 descendrait et on achèterait tout à 1500. Seulement quand il y en a tout le temps un qui est
 893 là pour dire « bah écoute lui il a mis 2000, moi je vais mettre 2200 parce que c'est mon
 894 voisin puis je l'aime pas et puis je veux l'emmerder ». On se tue nous-mêmes. Et tant que les
 895 gens auront pas compris ça : qu'il faudrait laisser mijoter les vendeurs et qu'après on en
 896 ferait ce qu'on voudrait. C'est bien dommage, ça tue tout. Au lieu de dépenser 2000€ on
 897 pourrait mettre 1000 et ça nous resterait 1000 pour mettre à côté mais ça y en n'a pas un
 898 qui l'a compris, c'est une catastrophe. Et puis au bout d'un moment on est obligé de rentrer
 899 dans le jeu. Parce que si on garde cette politique là tout le temps, tout nous passe sous le
 900 nez, le train passe et puis on n'est jamais monté dedans.

901 **Er** : Ça t'inquiète pas un peu pour ton fils ?

902 **Fabien** : Ah bah si, ça m'inquiète beaucoup pour mon fils. Mais ça serait tout rose toute la
 903 vie, la France roulerait sur le travail avec une économie extraordinaire avec ... je rêve là hein,
 904 je dirais à mon fils « écoute tu vas pas te faire chier à être paysan parce que c'est une
 905 catastrophe » mais je lui dis pas parce que pour aller où, faire quoi, où et comment ? Quel
 906 secteur va bien ? Donc ben il me dit qu'il veut faire paysan bah je me dis pourquoi pas. Je le
 907 suis, je leur dit qu'ils font ce qu'ils veulent ça me regarde pas. Quelle que soit la décision
 908 qu'ils prendront je serais là pour les aider. Maintenant ils feront ce qu'ils voudront.

909 **Er** : Et ne serait-ce par ce que toi tu as vécu au niveau de la fatigue, faut se lever tôt, faut
 910 prendre soin des bêtes donc t'as pas de vacances etc. T'as pas peur que sa santé en prenne
 911 un coup ?

912 **Fabien** : Euh ... Si peut-être mais j'y pense pas parce que bon sinon on ferait rien. Si on devait
913 avoir peur de se casser un ongle, on bougerait même pas du lit. Mais bon tu sais, tu prends
914 un boulanger qui travaille le week-end, fin tous les métiers de la restauration c'est beaucoup
915 d'horaires aussi, les métiers de l'artisanat c'est des heures aussi et je sais pas, je connais pas
916 mais je me dis que le mec qui est 8h derrière une machine c'est pas bien joli non plus. Ou
917 enfermé dans un bureau c'est peut-être pas terrible.

918 **Er** : À mon avis c'est pas la même fatigue. Il doit y avoir de la fatigue physique d'un côté et
919 de la fatigue mentale de l'autre.

920 **Fabien** : Moi je vois bien le peu d'administratif qu'on a à faire devant l'écran d'ordi, ça
921 m'explode les yeux. Bon y a un manque d'habitude aussi et un manque d'envie d'y aller. A
922 partir du moment où on fait ce qui nous plaît, le reste c'est ... Vaut mieux avoir de la fatigue
923 sur un métier qui nous plaît que pas de fatigue sur un métier où on se fait chier à mon avis !

924 **Er** : Et toi tu la sens cette fatigue au quotidien ?

925 **Fabien** : Ah moi c'est une catastrophe.

926 **Er** : A cause de ton accident ou ?

927 **Fabien** : Ah non ... bah y a l'accident qui n'a pas arrangé les choses mais même. Moi si tu me
928 laisses le choix entre le repas du midi et la sieste sur le canapé, je prends la sieste sur le
929 canapé ! Je préfère ne pas manger et puis dormir une demi-heure. Je trouve que c'est
930 vachement réparateur.

931 **Er** : Est-ce que tu as l'impression que c'est la même chose pour tous les agriculteurs ?

932 **Fabien** : Ah bah, non chacun fait comme il veut.

933 **Er** : Tu penses pas que le métier pourrait avoir une influence sur la fatigue ?

934 **Fabien** : Peut-être, ça a certainement une influence oui. Comme on est de mauvaise foi, on
935 dit qu'on a un métier fatiguant et que tous les gens de l'éducation nationale ils branlent rien
936 et qu'ils sont jamais fatigués. C'est de la mauvaise foi ça ! Quand on voit les profs qui se
937 plaignent alors qu'ils ont 17 ou 18h de cours dans la semaine, on se dit « pourquoi ils se
938 plaignent ? ». Mais bon moi je voudrais pas faire ce qu'ils font ! Parce que des gamins de 12
939 à 18 ans, je pourrais pas ... je serais déjà en prison, j'en aurai déjà assommé 2 ou 3 !

940 **Er** : C'est ce que tu me disais : tant que tu fais un truc qui te plaît c'est pas grave. Et quand tu
941 dis fatiguant c'est que de la fatigue physique ?

942 **Fabien** : Bah c'est que de la fatigue physique. On fait pas attention et puis on sait que ça fait
943 partie de ... c'est le jeu.

944 **Er** : T'aimes toujours ce que tu fais ? tu te dis jamais « ah j'ai envie de faire autre choses » ?

945 **Fabien** : Non. Parce que je me dis que ce que je fais, je le fais peut-être pas bien mais c'est la
946 seule chose que je sais faire.

947 **Er** : Donc en plus de « j'aime ça » il y a la dimension de « je sais faire ça ».

948 **Fabien** : Ah bah oui.

949 **Er** : Et tu veux pas apprendre quelque chose de plus pour savoir faire autre chose et peut-
950 être changer ?

951 **Fabien** : Non. C'est vachement intéressant ce que je fais ! A partir du moment où on aime ce
952 qu'on fait on reste on s'en fou. Moi ce que je trouve de bien c'est qu'on travaille quand
953 même avec de l'être vivant. Et tu attends tout le temps, tu achètes un nouveau taureau, tu
954 le mets avec les vaches et tu attends 9 mois pour voir le produit, après t'attends 9 autres
955 mois pour voir comment il va se comporter et ensuite il faut attendre 3 ans si c'est une
956 femelle ce produit pour qu'il fasse un veau. Et puis quand un truc était pas terrible il y a un
957 objectif de corriger. On parlait tout à l'heure entre le vaccin ou le médicament, dans les
958 animaux, moi et puis je pense pas mal dans la profession on travaille pas mal, énormément
959 avec le vaccin. Moi je vaccine 100 % des animaux.

960 *Son fils rentre pour prendre un verre d'eau et l'enquête lui demande comment se passent les*
961 *choses avec l'abreuvoir.*

962 **Er** : Est-ce que tu as le choix ?

963 **Fabien** : Ah bah oui, c'est pas obligé. Je parle du vaccin pour la grippe et pour la chiasse
964 hein ! Enfin la diarrhée pardon, je suis malpoli. Ah bah oui tu peux prendre l'option de pas
965 vacciner contre la grippe et d'avoir une épidémie. Parce que financièrement on gagne pas de
966 sous hein. Parce que quand tu vaccines tous les produits de l'année ... mais on a une qualité
967 de travail derrière qui est beaucoup mieux. Un passage où ça tousse, on met un peu
968 d'aspirine dans l'alimentation puis ça se passe, c'est un confort de travail extraordinaire,
969 comme l'hiver à la période des diarrhées, si tu vaccines la vache pour que quand le veau il
970 naisse, il y ait de l'immunité dans le colostrum pour pas que le veau ait la diarrhée c'est
971 beaucoup mieux. Parce que ton veau quand il a 10 jours et qu'il a la diarrhée, il faut
972 l'emmenner au véto et lui mettre des perf, le séparer de la vache pendant 2 jours donc le faire
973 boire toutes les 3h, le mettre sous un radiateur. Tu passes toute ta journée à soigner un veau
974 et que 2 fois sur 10 ça fini mal. Il vaut mieux dépenser la même somme pour vacciner toutes
975 les vaches le même jour et puis après tu rigoles. Mais financièrement on n'a rien gagné.
976 Enfin si parce qu'en confort de travail on gagne beaucoup.

977 **Er** : Et donc travailler avec le vivant, finalement c'est s'adapter au jour le jour ?

978 **Fabien** : Ah bah oui.

979 **Er** : Il n'y a pas de monotonie en fait, tu ne fais jamais la même chose.

980 **Fabien** : On fait toujours la même chose sans jamais faire la même chose. Bon et y a un truc
981 qui est aussi chiant que pas chiant : c'est la météo. Genre en juin et mai dernier au moment
982 de faire les semis de maïs où il faut que ça soit sec on a eu de l'eau tous les jours. On est
983 vachement tributaires de la météo. Pour faire les foins il faut du soleil pour faire sécher
984 l'herbe, sinon on n'en fait jamais.

985 **Er** : Mais du coup vu que tu sens bien la météo tu peux anticiper ! [*Rires*]

986 **Fabien** : Oui j'anticipe bien ! Mais l'inconvénient c'est que quand à la météo ils te disent qu'il
987 va y avoir 5 jours de beau, notamment pour les foins ou les gros travaux, fait pas s'occuper si
988 c'est dimanche, lundi, le 14 juillet ou le 15 août. T'as 5 jours de beau tu y vas. Par contre t'as
989 l'avantage que si la semaine d'après tu veux aller te balader pendant 2 jour le mardi et le
990 mercredi tu prends ta bagnole et tu te casses, t'as pas de compte à rendre à personne. Bon
991 faut pas faire que ça sinon ça dure pas longtemps. Bon après c'est des habitudes, ça fait 45
992 ans que je suis élevé comme ça donc ... toute façon je connais rien d'autre, je connais que ça.
993 Aller vivre en ville je sais pas ce que c'est hein. Amis ça m'intéresse pas, j'aime bien entendre
994 les oiseaux au lever du jour, quand ils chantent. Moi j'aime bien être dehors le matin, juste

- 995 au lever du jour pour écouter la nature. C'est calme, c'est vachement bien. Il y a le calme du
996 soir aussi vers 10h mais c'est pas le même. Celui du matin est extraordinaire. Et avec le
997 printemps c'est très agréable. Enfin voilà !
- 998 **Er** : Est-ce que tu penses à quelque chose d'autre à la santé la 50aine ?
- 999 **Fabien** : [*me coupant*] Non, non, non, je pense plus moi. [*Rires*] Est-ce que ça a répondu à tes
1000 attentes ?
- 1001 **Er** : Bah écoute oui ! Après il y a sûrement des choses auxquelles j'ai pas pensé mais si j'ai
1002 une question je te la poserai peut-être.
- 1003 **Fabien** : Oui, oui.
- 1004 **Er** : Mais c'était très intéressant. Ah si j'ai oublié de te demander un truc important.
- 1005 **Fabien** : Dis-moi tout !
- 1006 **Er** : Tu m'as dit que tes parents étaient aussi agriculteurs/éleveurs, les deux ?
- 1007 **Fabien** : Oui.
- 1008 **Er** : Donc ils travaillaient tous les 2. Et quelles études tu as fait ?
- 1009 **Fabien** : Bac. Option élevage.
- 1010 **Er** : Au même endroit que ton fils.
- 1011 **Fabien** : Oui, là il est en train de passer le Bac, option élevage, mais j'aimerais bien qu'il fasse
1012 un BTS.
- 1013 **Er** : Et ils ont travaillé jusqu'à quel âge tes parents ?
- 1014 **Fabien** : Bah ma mère jusqu'à la retraite, jusqu'à 60-62, puis mon père a eu un accident qui
1015 lui a coûté la vie à 50 ans.
- 1016 **Er** : C'est jeune ... Qu'est-ce qui lui est arrivé ?
- 1017 **Fabien** : Il est tombé du grenier. J'étais juste installé, ça faisait 2 ans que je démarrais le
1018 métier.
- 1019 **Er** : Ça a dû être dur ...
- 1020 **Fabien** : C'est terrible parce que tu t'installes avec ton père, tu te laisses un peu guider à
1021 20 ans. Et puis à 22 tu es tout seul pour prendre toutes les décisions. Donc c'est là que
1022 quand tu t'es piqué une fois, la fois d'après tu t'y prends bien différemment.
- 1023 **Er** : Et ça te fais pas peur de te dire qu'il pourrait t'arriver la même chose ?
- 1024 **Fabien** : J'y pense, mais bon, sans y penser. Je me dis que c'est une éventualité.
- 1025 *Sa compagne et les enfants rentrent des courses.*
- 1026 **Er** : Bah écoute c'est super, merci beaucoup !

Entretien n°4/10 - Luc <i>« Moi à 50 ans je croyais que j'étais immortel »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, Ostéopathe ancien kinésithérapeute, 58 ans, Ecole de kinésithérapie puis formation d'ostéopathie, 3 jours à Joinville-le-Pont puis 4 jours à la campagne, divorcé, en couple, 2 enfants (1 garçon et 1 fille), origine polonaise
Date de l'entretien	12 mars 2017
Lieu de l'entretien	Domicile
Ville	Lieudit Proges, Saint Germain Beaupré
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	146 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, enquêteur et enquêté seulement. Sa compagne fait quelques passages dans la pièce sans parler et nous apporte un café.
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'enquêté est très scientifique et pourtant il remet beaucoup en cause le système médical et sanitaire institutionnel qui manque d'humanisme (peut-être à cause de sa profession qui est en recherche de légitimité face à la médecine classique). Sa culture scientifique et sa curiosité l'on amené à chercher et à penser qu'il faut changer de méthode pour soigner et se soigner. Il prône une prise de conscience des gens car ils sont trop paternalisés et aveuglés par le système. Pour lui, il faut surtout être à l'écoute de soi car chacun est unique et aura donc des réceptions différentes à un même stimulus. Le tout est de connaître ses limites et de s'y adapter. La fin de l'entretien est consacrée à son travail de manière personnelle et à la formation d'ostéopathie (forces et faiblesses des profs et des pros). Cette partie n'a pas été retranscrite.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

1 **ER** : Bonjour, merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi. Je vous rappelle que
2 l'entretien va être enregistré et retranscrit donc si vous voulez, je prendrais votre adresse
3 mail et je vous enverrai la retranscription comme ça vous pourrez me dire s'il y a des choses
4 que vous voulez changer ou apporter. Et ce sera anonyme donc vous me donnerez ou je
5 choisirais un surnom, et ce sera uniquement dans le cadre de recherches universitaires.

6 **Luc** : Très bien.

7 **ER** : Donc notre sujet c'est la santé à 50 ans. Est-ce que pour vous, le fait d'avoir passé la
8 50aine, ça a changé quelque chose pour vous en termes de santé ?

9 **Luc** : Non, c'est juste qu'à partir de 50 ans, on est un peu sur le déclin. C'est-à-dire que les
10 maladies qui peuvent survenir peuvent me concerner, voilà. Et puis, pour mon compte
11 personnel, on s'approche de la fin de vie quelque part, même si à 50 ans ou 58 ans comme
12 j'ai, on est jeune, on pense comme ça m'arrive, on pense à la mort quoi. Voilà !

13 **ER** : C'est régulier ?

14 **Luc** : Occasionnellement. Après, la santé, c'est la physiologie humaine, les tissus se
15 dégradent, les fonctions sont moins performantes et on est amené je dirais ... l'homme a ses
16 fragilités, que nous connaissons, comme la femme a ses fragilités, ou peut les avoir.

17 **ER** : Là, vous me parlez de votre expérience j'imagine quand vous me parlez de la
18 dégénérescence des tissus. C'est parce que vous avez fait des études qui vous font connaître
19 la physiologie, l'anatomie humaine ?

20 **Luc** : Oui, le corps et ses dysfonctions liés au phénomène de vieillissement.

21 **ER** : Donc à 50 ans, pour vous, on vieillit, on n'est plus dans de la maturité.

22 **Luc** : Les systèmes sont moins performants.

23 **ER** : Vous l'avez constaté dans vos consultations ? Ou personnellement ?

24 **Luc** : Personnellement, et dans les consultations. Je suis moins résistant, je suis moins fort,
25 j'ai plus de fatigabilité. C'est déjà beaucoup, c'est déjà bien. Je récupère moins vite. Je suis
26 plus capable, fin quand je fais Paris-La Creuse en voiture, j'arrive, je suis rincé, alors qu'il y a
27 10 ans, 15 ans, je faisais ça facilement. Aujourd'hui, c'est plus difficile quoi, physiquement.

28 **ER** : Et mentalement, il n'y a pas de fatigue ?

29 **Luc** : Non parce que mentalement, je parle pour moi, je me régénère ici. Parce que ça va
30 moins vite, il y a plus de douceur. Parce qu'il y a une sérénité qu'il n'a pas en ville,
31 notamment en région parisienne, où ça va trop vite pour moi. Et comme je ne peux pas
32 m'adapter à cette comment dire, à cette agitation, je viens là me ressourcer, pour me faire
33 plaisir.

34 **ER** : C'est important ?

35 **Luc** : C'est fondamental. C'est justement ... on parlait de cancer tout à l'heure. Le cancer
36 c'est pour moi une réponse du cerveau à quelque chose qui ne va pas. La maladie, c'est une
37 réponse du cerveau à quelque chose qui ne va pas. Tous les hommes ou toutes les femmes
38 ne font pas de cancer. Bon je dévie sur mon outil ostéopathique, c'est une question de
39 terrain, d'hygiène de vie, de mental. La superposition de tout ça va permettre de garder le
40 100 % du potentiel de santé qu'on a à la naissance.

41 **ER** : Sans vouloir être ironique, vous dîtes qu'il faut faire attention à ce qu'on fait et vous
42 êtes en train de fumer ...

43 **Luc** : Je fume, mais comme je considère que mes poumons sont capables d'éliminer 5 clopes
44 par jour, je fume. Après c'est combien ? On peut boire un verre de vin, mon foi est capable
45 de digérer 2 verres de vin, si j'en bois 3, peut-être pas.

46 **ER** : C'est quelque chose qu'on acquiert par l'expérience ?

47 **Luc** : Qu'on découvre ... C'est des croyances. Moi, j'ai envie de vivre longtemps et en bon
48 état. Donc je me donne les moyens. C'est pas parce que ... tous les fumeurs font pas un
49 cancer du poumon, tous les gens qui picolent font pas un cancer du foie. Après, si on
50 optimise le terrain, forcément le terrain va capable de supporter je dirais, ce que j'appelle
51 moi des variables d'entrées : l'alcool, le tabac, et puis des autres informations, des douleurs
52 comme la perte d'un proche, des messages. Pour moi c'est une question de terrain.

53 **ER** : Est-ce que vous pensez que les maladies ou les accidents que les proches peuvent avoir
54 ça peut jouer sur notre santé personnelle ?

55 **Luc** : Oui. Je m'appuie sur une phrase qui est assez simple : « Le message n'est rien, la cible
56 est tout ». Les gens qui sont rentrés d'Auschwitz, ils ont géré. Il y a des gens qui se sont
57 suicidés quand Claude François est mort. Vous êtes trop jeunes, vous n'avez pas connu ça !
58 Les hystériques, fans de Claude François sont tombés malades, parce que l'information n'est
59 pas gérée par le terrain. Tout le monde ne tombe pas malade.

60 **ER** : Donc, finalement la maladie, c'est surtout quelque chose qui se passe dans la tête ?

61 **Luc** : Dans la tête et peut-être dans l'énergie qui circule dans le corps. J'ai perdu ma mère le
62 jour de la Fête des mères, il y a 2 ans. Je suis triste, mais je ne souffre pas. J'ai transformé la
63 douleur en peine, mais d'avoir de la peine, c'est normal. Souffrir de perdre sa mère qui a
64 87 ans, c'est je dirais les suites logiques de la vie. C'est une question de terrain et de gestion
65 de l'information. Tout ce que les gens appellent stress/stressé, stressé de quoi ? C'est juste
66 qu'on gère pas l'info ... le partiel quand on est étudiant, le départ d'un proche, une
67 contrariété. C'est après une question de message et une question de cible.

68 **ER** : Vous parliez juste à l'instant de l'énergie qui circule dans le corps : c'est quoi comme
69 énergie ? Comment ça fluctue ?

70 **Luc** : Je n'ai pas de réponse, c'est ce qui se passe à l'intérieur de soi.

71 **ER** : Et vous pensez qu'à partir de 50 ans, cette énergie elle diminue ou c'est la manière de la
72 gérer qui n'est plus la même ?

73 **Luc** : C'est la gestion de l'énergie ! Si vous avez 4 millions d'euros sur votre compte et que
74 tout le monde dans votre famille est en santé, heureux et serein, tout va bien. Mais si vous
75 êtes à moins 5 000 et que vous vous faites virer de votre boulot et que votre chéri vous
76 quitte et que les 4 pneus crevés, l'ensemble de l'accumulation des infos va un peu miner le
77 terrain. Après quand on parle de ça à un scientifique, c'est compliqué.

78 **ER** : Donc en fait ce qu'on appelle l'énergie c'est pas ce qu'on appelle l'inverse de la
79 fatigue finalement ?

80 **Luc** : Non, c'est de l'énergie vitale que chacun a à l'intérieur de lui quoi.

81 **ER** : Un peu le chakra quoi ?

82 **Luc** : Peut-être ou pas ! Ou bon ! Nous avons un système de santé exceptionnel avec des
83 outils d'investigation. En extrême orient, ils vont essayer d'optimiser le terrain,
84 préventivement.

85 **ER** : Nous, on fait plus du soin que de la prévention ?

86 **Luc** : Carrément. On ne fait que ça. Nous, on rend les gens malades. Mais carrément, moi
87 mon père est mort du traitement de sa maladie. Il n'est pas mort de sa maladie, il est mort
88 du traitement. C'est la cortisone qui l'a tué, c'est pas sa maladie. Parce que les effets de
89 cette molécule ça l'a dégradé plutôt que de le soigner. Quand vous allez voir le médecin avec
90 un bobo à l'épaule, il ne vous touche même pas, il vous dit que c'est une tendinite. Et puis, il
91 traite avec des anti infl, anti douleurs, anti spasmodiques... anti, anti, anti ! On ne va pas
92 essayer de comprendre pourquoi. Quand le pneu de la voiture est à plat et que vous
93 remettez de l'air à la fin de la semaine pour le regonfler, on met de l'air dedans, on
94 traite le symptôme, pas la cause. L'aiguille qu'il y a, le petit caillou, ou ce qui a percé la
95 structure, on s'en occupe pas. Dans notre système de santé, on ne s'occupe pas du terrain.

96 **ER** : Est-ce qu'on ne s'occupe que de la maladie, sans s'occuper de l'individu ?

97 **Luc** : Oui, c'est notre problématique, ici. Vous connaissez Usain Bolt ? Il est jamaïcain, il n'a
98 pas bu un demi-litre de lait depuis qu'il est né. Il est médaillé olympique 4 fois, 5 fois. Nous,
99 on file nos excédents de lait en Afrique où ils n'ont pas la chimie digestive pour digérer le
100 lait. On pense leur rendre service, mais on les rend malades. Alors, Monsieur *Danone* va
101 vous dire que c'est bon, *Activia*, *Actimel*, tout ça ! Sauf que peut-être que c'est bon pour
102 vous et pas pour moi. Ou bon pour moi et pas pour vous.

103 **ER** : Donc, finalement, toutes ces campagnes de prévention et d'incitation alimentaire, il faut
104 manger 5 fruits et légumes par jour, c'est n'importe quoi ?

105 **Luc** : Pour moi, oui. Peut-être que vous, l'acidité des agrumes vous ne la digérez pas. Sauf
106 qu'on va vous dire que le jus d'orange Tropicana, le matin, c'est excellent. Ça vous apporte
107 des vitamines, et autre oligoéléments, nutriments et compagnie, mais ça c'est mon point de
108 vue. Et puis mentalement, on fragilise les gens quoi.

109 **ER** : Pourquoi ?

110 **Luc** : Il faut que les gens prennent conscience qu'ils détiennent leur santé, leur capital pour
111 vieillir en bon état.

112 **ER** : On les culpabilise en fait ?

113 **Luc** : Peut-être pas. Enfin on les aide pas pour, je dirais pour, trouver d'autres moyens,
114 d'autres outils pour les optimiser.

115 **ER** : Est-ce qu'il faudrait être plus à l'écoute de son corps personnellement ?

116 **Luc** : Oui, je pense que c'est fondamental. Le 1^{er} cours de la 1^{ère} année de kiné, c'était une
117 dame d'un âge respectable qui nous dit : « Le mouvement, c'est la vie ». Le jour où vous êtes
118 dans le mouvement, vous stimulez le terrain, et puis le jour où vous ne bougez plus, vous
119 êtes mort. En fait, plus on vieillit, moins on a du potentiel, mais l'objectif, c'est se rapprocher
120 du 100 % du potentiel qu'il reste. C'est ce qui est fondamental pour moi. Vous vous tordez le
121 pied, le médecin vous dit « repos » : l'attèle, trois semaines. On va fragiliser encore plus.
122 Après bon, ça reste mon approche. C'est comme ça que j'ai ... mes enfants ont été élevés
123 avec cette philosophie-là.

- 124 **ER** : Par exemple, qu'est-ce que vous leur avez-vous inculqué ?
- 125 **Luc** : Que le problème est à l'intérieur de soi et pas chez l'autre. Quand ça ne va pas, ce n'est
126 pas à cause des autres, c'est à cause de ... il faut trouver ce qui ne va pas chez soi.
- 127 **ER** : Donc, vous ne leur avez pas dit, il faut que tu manges comme ça, que tu boives comme
128 ça ? Il faut que tu fasses tant d'exercices ...
- 129 **Luc** : Non. Quand mon même a eu un peu d'acné, je lui ai dit « Au lieu de mettre 3 cm de
130 fromage râpé sur tes pâtes, tu n'en mets qu'1 cm », au moins comme ça, tu réduis de 2/3
131 l'agression de la protéine laitière. Et il a moins de boutons, voilà !
- 132 **ER** : Mais ce sont des savoirs que tout le monde n'a pas.
- 133 **Luc** : Oui, mais moi quand j'ai besoin de savoir, on a des moyens aujourd'hui de recherche et
134 d'investigation ... quand j'ai besoin de faire quelque chose, je vais sur YouTube, je regarde
135 comment je peux souder, comment je peux avoir une info pour l'électricité, est-ce qu'il faut
136 arroser les pommes de terre ou pas. Quand on ne sait pas, on essaye d'aller chercher
137 quelques infos.
- 138 **ER** : Maintenant, on est capable de trouver les infos, alors qu'avant non ?
- 139 **Luc** : Oui, avant, on ne les trouvait pas, il n'y avait pas ces moyens-là. Aujourd'hui, il y a tout
140 ce qui faut pour récupérer des infos. Après, chacun sa vie, chacun son chemin. Ah « le
141 médecin m'a dit » ... Si le médecin vous dit de sauter du 2^e étage, vous sautez ? Sous
142 prétexte qu'il est médecin, qu'il a une blouse et qu'il a fait des études. Le médecin n'a pas
143 toujours raison hein.
- 144 **ER** : Le fait d'avoir cette croyance dans les médecins est-ce que vous pensez que ...
- 145 **Luc** : Je ne dis pas que les médecins ne servent à rien. Je dis simplement que quand le
146 médecin ne sait pas, il ne vous le dit pas. Alors je suis kiné de formation, ostéo ensuite,
147 quand vous recevez la prescription du médecin pour de la kiné, le médecin il se débarrasse ...
- 148 **ER** : Parce que lui c'est pas son domaine de compétences ?
- 149 **Luc** : Non, il tape en touche. Il envoie chez le kiné, il se débarrasse. Il prend la consulte ...
150 C'est du business la santé aujourd'hui. C'est mon point de vue, je suis un peu un cash. Je ne
151 dis pas que ça ne sert pas. Quand on a une pathologie bien sévère, oui, on des moyens pour
152 essayer d'optimiser, de soigner les gens. Après, la question que je me pose, c'est pourquoi la
153 personne a cette maladie. Pourquoi elle tombe malade ? Pourquoi vous avez un rhume
154 l'hiver ? Pourquoi vous avez de la sinusite ? Pourquoi vous êtes allergique au pollen ? Ah oui
155 Paris ... la pollution ? Oui, mais tout le monde n'est pas atteint par la pollution. Tout le
156 monde n'est pas mort de la peste, il y a 1000 ans. Il y a des gens qui sont sortis de ça, qui
157 avaient une immunité qui s'est bagarrée contre les agresseurs. Aujourd'hui, on a tous une
158 immunité, sauf qu'il faut des fois la stimuler, l'optimiser. Et que ce n'est pas seulement,
159 comment dire, physique, c'est aussi mental.
- 160 **ER** : Alors, du coup finalement est-ce que faire de la prévention, c'est bien ? Pour motiver les
161 gens ...
- 162 **Luc** : Oui, c'est bien. Pas forcément en leur disant qu'il faut manger 5 fruits pas jour.
- 163 **ER** : En faisant quoi par exemple ?
- 164 **Luc** : Peut-être par des lectures, de la méditation. Par ... changer de point de vue quoi.

- 165 **ER** : Il faut aider les gens à s'ouvrir, à chercher à comprendre et à savoir ?
- 166 **Luc** : Bah ouai. Il faut que le gens se bougent le cul. Pour éviter de se plaindre. Eviter de dire
167 que c'est la faute de la pollution, la faute de l'autre. Donc moi j'applique ces principes pour
168 ma santé, même si je fume un peu. Je fume un peu, je bois un verre de vin mais pas ... c'est
169 pire de manger une raclette que de boire un verre de vin.
- 170 **ER** : Les deux vont ensemble, généralement.
- 171 **Luc** : Oui, après on peut faire un peu d'excès et le lendemain, manger une tranche de
172 jambon, une salade et un verre d'eau. On peut compenser, on adapte.
- 173 **ER** : On a dit que la prévention, c'était plus quelque chose du domaine de l'Orient et que
174 nous étions plus dans le traitement ...
- 175 **Luc** : Fin de l'Orient ou d'autres ...
- 176 **ER** : Je pense à l'Orient spécifiquement parce qu'ils ont d'autres méthodes de traitements
177 que les médicaments. Est-ce que ça vous paraît plus juste des fois ?
- 178 **Luc** : Oui, ça me semble plus adapté.
- 179 **ER** : Dans quel cas par exemple ?
- 180 **Luc** : Pour freiner, je prends l'exemple de la personne âgée qui a des phénomènes de
181 vieillissement sur les articulations. Ça s'appelle l'arthrose. Il y a des plantes qui existent
182 depuis des centaines d'années qui permettent de freiner l'usure ou d'adapter pour
183 justement rester proche du 100 % du potentiel qui reste à 50, 60, 70 ou 80. Moi ma mère
184 avait une colonne vertébrale pourrie de chez pourri, jamais je ne l'ai entendue se plaindre de
185 son dos. Et vous avez la petite secrétaire un peu flippée-là qui a pris un courant d'air dans le
186 cou, qui a un torticolis aigüe, ou le type qui ramasse la savonnette dans le bac à douche et
187 qui se faire un lumbago ... pas cohérent hein ... si vous portez je sais pas 200 parpaings,
188 comme votre grand-père qui porte des charges, s'il a un lumbago aigüe, ça sera cohérent.
189 L'idée, c'est de oui, s'appuyer sur d'autres outils.
- 190 **ER** : Des méthodes plus naturelles ?
- 191 **Luc** : Oui, plus naturelles, douces. Oui, d'autres outils.
- 192 **ER** : Et donc, par exemple, l'ostéopathie ou la kinésithérapie, ça joue sur les structures, donc
193 il n'y a pas de traitement médicamenteux dans ces cas-là ?
- 194 **Luc** : Pas que sur les structures. Ça joue aussi sur le message qu'on véhicule.
- 195 **ER** : Ça marche mieux ?
- 196 **Luc** : Je ne sais pas !
- 197 **ER** : Les patients vous disent qu'ils sentent bien à la fin ?
- 198 **Luc** : Quand les gens ils reviennent, ça veut dire que l'outil est performant. Parce que la
199 finalité, c'est l'efficacité. Mais, ça fait 20 ans que je fais de l'ostéopathie, je n'ai pas 100 % de
200 résultats, sinon je serai à Lourdes ! Je me méfie des miracles surtout quand c'est moi qui les
201 fais ! Quand il faut juste dégripper une zone, libérer, redonner un peu de jeu, d'élasticité,
202 c'est possible. Mais, si derrière, le sujet ne comprend pas qu'il faut entretenir ça, il va revenir
203 1 an après, avec la même plainte. L'ostéopathe va traiter le symptôme qui va libérer,
204 dégripper, redonner un peu de jeu, d'élasticité et de souplesse, sauf que si la personne ne

205 comprend pas qu'il faut qu'elle modifie son comportement, mais sa façon d'aborder, ça ne
206 changera rien.

207 **ER** : Et ça c'est quelque chose qui s'apprend ?

208 **Luc** : Qu'on découvre, plutôt qu'on apprend. L'ostéopathie, ça ne s'apprend pas. On le
209 devient, avec le temps. Quand je suis sorti de l'école, je pensais que j'allais sauver la terre
210 entière ! Je me suis trompé. Dès fois l'outil est génial, des fois, ça ne marche pas. Quand le
211 type vient avec un diabète pas traité, pas équilibré, quand il vient avec des pathologies
212 organiques ... mon approche par rapport à mes consultations, c'est faire prendre conscience
213 que les gens, on les garde en main. Mes séances, c'est exclusivement ça. « Docteur, je me
214 suis tordu le pied », bon ok, on va appeler ça une entorse, mais c'est pas pareil si l'entorse
215 c'est un parachutiste vient vous voir, qu'il a atterri à 40 km/heure et qu'il s'est tordu le pied,
216 ce n'est pas pareil que le mec qui bosse à la mairie de Saint-Germain-Beaupré qui se lève de
217 sa chaise et qui s'est tordu le pied. Dans les deux cas, c'est une entorse de cheville, mais la
218 façon dont ça arrive, c'est pas la même.

219 **ER** : Et donc, vous leur donnez des conseils pour vivre plus sainement ?

220 **Luc** : Eh ben ouai pour qu'ils comprennent que l'entorse du fonctionnaire de la mairie, c'est
221 une entorse, sauf qu'il faut avoir un capital plutôt faible et pas suffisant pour se tordre la
222 cheville sur un petit caillou dans la rue. L'objectif, c'est d'optimiser le terrain, donc physique,
223 mental et on va dire physiologique. Si vous pochtronnez comme certains, si vous fumez
224 comme certains, si vous vous goinfrez comme certains, c'est sûr que les structures sont
225 sollicitées, les structures se mettent dans le rouge quoi. L'idée est de trouver le juste milieu
226 pour que ça fonctionne à 100 % ou un peu moins, plutôt qu'à 110.

227 **ER** : Et ça c'est nous tout seul qui pouvons le trouver ?

228 **Luc** : Oui. Peut-être par une rencontre, par des lectures, par se poser des questions. Moi
229 j'applique ces principes à ma santé. Je partage ce que je peux, je partage mon point de vue.
230 Après on écoute, mais on n'entend pas. Mais après chacun son chemin. Chacun son
231 approche. Chacun sa route.

232 **ER** : Vous avez dit que c'est quelque chose que vous transmettez à vos enfants ?

233 **Luc** : Je partage avec mes enfants, je ne transmets pas, je partage. « Ah oui, la prof de
234 français, elle m'énerve », gère le message : laisse couler au lieu de rebondir et de polluer par
235 des réactions, un peu de colère, d'énervement, laisse filer, ça ne sert à rien, la prof, tu l'as
236 une année, bon t'as pas de feeling, t'as pas de feeling, ça ne sert à rien de se rendre malade.
237 Les couples : « Ah ouai Paris ... On n'est pas bien, on va partir en Province ». Quand ils
238 partent en Province, ils ne règlent pas le problème. Le problème, ce n'est pas Paris, c'est eux
239 qui ne vont pas. C'est une espèce de philosophie qui est la mienne, celle que j'ai reçue,
240 qu'on m'a ... que j'ai entendue.

241 **ER** : Par vos parents ?

242 **Luc** : Non, par les stages, les séminaires que je suis allé faire, pour essayer de découvrir
243 d'autres messages. Je vais vous donner un exemple : quand mon enfant avait 3 ans, je
244 voulais qu'il soit comme j'avais envie qu'il soit, sauf que cet enfant-là, c'est que la moitié de
245 moi. Il ne peut pas être comme j'ai envie que ça soit. Et un jour, dans une cassette audio,
246 vous vous avez pas connu, mais avant il y avait des cassettes audio dans des lecteurs. Et un
247 jour j'avais enregistré un cours, et le type, un moment j'entends, il dit : « il ne faut pas

248 induire dans l'évolution de l'autre, son propre rythme à soi ». Moi, je voulais que mon fils
249 soit comme ça, comme ça, comme ça ! Non ! Le jour où j'ai compris ça, j'ai laissé filer. Ça ne
250 pas être comme j'ai envie que ça soit.

251 **ER** : Chacun est unique et évolue à sa manière en fait.

252 **Luc** : Eh ben ouai. Chacun son potentiel, chacun ses compétences, chacun ses forces, chacun
253 ses faiblesses. Je prends l'exemple de mes enfants à l'école. On a le droit de rater, on a le
254 droit de passer à côté, « J'ai eu 8 » « 8 sur 10 ou 8 sur 20 » « Ah euh 8 sur 20 » « Tu as
255 travaillé ? » « Non » « Génial, c'est super ! Tu n'as pas travaillé et tu as 8, qu'est-ce qu'on
256 peut faire pour gratter un point ou deux pour basculer ». C'est comme ça. Et la santé, c'est
257 ça ! Les gens ont un potentiel qu'il faut essayer d'optimiser pour être proche de ce potentiel-
258 là tout au long de sa vie. Forcément, le potentiel d'une personne à 80 ans n'est pas le même.
259 Sauf que si cette personne à 80 ans reste, est toujours proche de son potentiel, c'est génial.
260 Il n'a plus le potentiel qu'elle avait à 20 ans, mais elle a à 80 ans, quand même un potentiel
261 qu'il faut essayer de travailler pour être proche de son maximum, sans se mettre dans le
262 rouge.

263 **ER** : Quelle différence vous faites entre transmettre et partager ? Parce que quand je vous ai
264 dit « vous transmettez » vous m'avez dit « non je partage ».

265 **Luc** : J'exprime. Après les gens ont après la liberté de recevoir ou pas. Ils entendent, ils
266 n'entendent pas.

267 **ER** : Vous ne vous placez pas comme quelqu'un qui sait.

268 **Luc** : Oh non, oh non. Moi dans mes consult', je me mets toujours à la portée de gens. Que
269 ce soit un président directeur général d'une société de 1 000 personnes que la femme de
270 ménage portugaise. Quand les mecs sont un peu corticalisés, on peut utiliser une certaine
271 terminologie, un vocabulaire, et les gens vont comprendre, et puis quand on a affaire à la
272 portugaise qui fait des ménages, on va se mettre à son niveau. C'est le reproche que je fais
273 aux ostéopathes, ils se la jouent un peu ! Ils se la jouent ! Ils se la jouent trop ! Ils se la jouent
274 trop ! Comme on est dans le business, la santé, c'est du business. Je prends l'exemple des
275 ostéos : Moi j'ai été formateur pendant 8 ans dans une école, je suis prof, j'ai 2 certificats de
276 compétences, je suis formateur, je peux être prof dans n'importe quelle école d'ostéo, pas
277 parce que mon cabinet ne tourne pas, il y a plein de profs qui sont dans les écoles parce que
278 leur cabinet ne travaille pas. Je suis un syndicaliste dans l'ostéopathie, parce qu'on est dans
279 le business, le business de la santé.

280 **ER** : Ce n'est peut-être pas le cas pour tout le monde.

281 **Luc** : Peut-être pas, non ! Le médecin, vous allez le voir pour, je ne sais pas ! Vous avez un
282 petit souci. Vous amenez le petit et vous lui dites « « Docteur, regardez le petit, il tousse », il
283 va vous prendre 2 consult'. Il ne va pas donner, il va vendre. La santé c'est un peu ça quoi.
284 C'est mon point de vue de ma santé. Et puis de la santé, en général les gens, le monde. En
285 France, les gens seraient en meilleure santé, dans une meilleure dynamique de vie. « Ah
286 docteur, je déprime un peu » « ah ok » un peu d'anti-déprimant là-dedans, au lieu d'inviter
287 les gens à comprendre pourquoi ils sont dans cet état-là, on les fragilise en mettant des anti-
288 déprimants dans lesquels on peut pas se sortir. Quand la personne va voir le docteur parce
289 qu'elle déprime un peu, elle est un peu en dépression, on va avoir du mal à lui dire : « eh
290 bien, écouter, il faudrait peut-être travailler sur vous, pour comprendre ». Non, on va lui filer

291 un traitement, on va lui filer de la chimie, on va expliquer aux gens que c'est mieux que
292 d'aller comprendre les raisons pour lesquelles les gens sont dans cet état-là.

293 **ER** : Est-ce que, à votre avis c'est pour cela qu'on voit une émergence des nouvelles
294 médecines douces ?

295 **Luc** : Mais oui.

296 **ER** : Les gens sont en rébellion par rapport à ça ?

297 **Luc** : Certains sont en rébellion. C'est une minorité. C'est pas majorité. Quand on a un
298 symptôme bien précis, une pathologie émergente, d'accord. On va voir le docteur, il prescrit
299 les examens complémentaires. Bon on est d'accord, je ne critique pas ça. Juste ce qui me
300 dérange, c'est qu'on n'aide pas les gens à comprendre la ou les raisons pour lesquelles ils
301 sont dans cet état-là.

302 **ER** : Il y a des gens qui veulent se rapprocher d'eux, d'être à l'écoute de leur corps qui vont
303 aller plus vers des médecines douces et y en a d'autres qui vont se dire, quand ce sont des
304 petits trucs, je vais aller vers des médecines douces, mais si j'ai un cancer, je ne vais pas aller
305 voir un acupuncteur ...

306 **Luc** : [*me coupant*] Et pourquoi pas ! La femme a deux seins. Quand vous faites une pêche
307 dans le cancer euh dans le sein pourquoi c'est l'un et pas l'autre ? Ça ne vous interroge pas
308 ça ? Vous savez dans quelle catégorie de femmes il y a plus de cancer du sein ? Chez les
309 bonne sœurs, parce qu'il ne faut pas se toucher. C'est pas bien.

310 **ER** : Du coup il n'y a pas de dépistage.

311 **Luc** : Il n'y a pas d'énergie. Ça ne vibre pas, ça meurt. Une voiture, ça roule. Une voiture que
312 vous laissez 10 ans dans le garage, elle s'abîme parce que les joints et la tuyauterie se
313 dessèchent. Il faut que ça vive. Le corps, il faut qu'il vive, c'est mon point de vue. Le corps, il
314 faut qu'il soit caressé, il faut qu'il soit stimulé : le sport, le mental, par des lectures.

315 **ER** : Est-ce que vous, vous pratiquez des médecines douces quand ça va pas ?

316 **Luc** : Je m'appuie sur la phytothérapie, les plantes. Je consomme des plantes tous les jours.

317 **ER** : Donc pas seulement quand ça va pas.

318 **Luc** : C'est vraiment un travail de terrain. J'optimise le terrain pour pas tomber en panne.

319 **ER** : Ce n'est même plus de la prévention en fait, c'est une habitude de vie ?

320 **Luc** : C'est de la prévention ... j'ai une voiture, je ne vais pas chez le garagiste quand tous les
321 voyants sont allumés. J'anticipe, je vérifie l'huile. Quand c'est le moment, je vais chez le
322 garagiste. Moi ma phytothérapie, c'est ça, je draine mon foie, ma vésicule deux fois par an.
323 Je suis un homme, la fragilité chez l'homme c'est la sphère prostatique, j'optimise ma sphère
324 génitale par des plantes qui ont toujours existé. Moi j'invente rien. Je m'appuie sur ce qui
325 existe.

326 **ER** : On appelle un peu ça des remèdes de grand-mère et ça revient au gout du jour.
327 Pourquoi ça s'est perdu finalement ?

328 **Luc** : Parce qu'on est rentré dans un monde de technicité, de mécanisation, d'investigation.
329 Les antibiotiques, c'est Flemming en 44. Avant, les gens vivaient ! La première prothèse de
330 hanche, c'est 1945 avec les frères Judet à Paris. On mettait à la personne, une hanche en
331 alliage, elle ne m'était pas le pied avant trois mois. Aujourd'hui, on vous met une prothèse

332 de hanche, le lendemain, vous marchez, parce qu'on s'est rendu compte que la sollicitation
 333 optimisait la sécrétion des cellules osseuses constructrices. C'est ça le monde qui va vite, à la
 334 fois c'est bien, si la hanche est cassée, on change, c'est génial. L'ensemble du terrain des
 335 tissus mous, il faut en prendre soin, il faut s'en occuper. C'est la phyto, aujourd'hui c'est les
 336 médecines plus ou moins douces, c'est la réflexo-plantaire, c'est le shiatsu, le massage de
 337 bien-être, de confort. Les gens acceptent de se faire toucher aussi. C'est ça aussi qui fait
 338 circuler ce que je vais appeler, l'espèce d'énergie, ce qui se passe dans le corps.

339 **ER** : Est-ce que le fait d'avoir médicalisé la vie, on est plus beaucoup plus dans une
 340 technique, avec médicaments, des trucs chimiques, mais ça a apporté une longévité qui est
 341 plus grande. Est-ce que c'est pas un mal pour un bien ?

342 **Luc** : Oui, mais après, c'est de voir comment on vieillit. Ma mère avait 3 grammes de
 343 cholestérol. Le médecin lui a prescrit un anti cholestérolémique ou un anti
 344 cholestérolémiant. Et elle me dit, « Olala j'ai mal, j'ai des douleurs articulaires et tout ça ». Bah
 345 ouai c'est des effets secondaires. Alors il y a 15 ans, c'était très à la mode de prendre un
 346 extrait de ... Ça va me revenir. Bon bah je lui ai dit « ralentis le traitement, arrête-le ». Elle
 347 avait toujours 3 grammes, elle est morte à 87 ans, puis elle ne se plaignait pas quoi ! Le
 348 médecin prescrit, c'est son job, il est médecin, il prescrit. Cholestérol, on est au-dessus,
 349 forcément on prescrit, au bout de 3 mois, 6 mois, le mec revient, on prescrit, et c'est du
 350 business. Les esquimaux ont 5 grammes, ils ont un peu de cholestérol. Après, il en faut.
 351 Combien ? Bon, là, on se rend compte que les diabétiques, faut qu'ils fassent du sport, c'est
 352 ça qui va les tenir en vie. Faites du sport ! Il faut s'appuyer sur d'autres outils plutôt que se
 353 goinfrer. Les personnes âgées ont 10 médicaments le matin, 5 le soir ...

354 **ER** : Est-ce que dans la santé, il n'y a pas beaucoup d'effets de mode juste ?

355 **Luc** : Certainement. C'est dans le monde dans lequel on vit qui est comme ça quoi. Moi je me
 356 bagarre, je suis pas d'accord avec cette approche-là. Ma santé ! Je suis un peu rebelle, j'ai
 357 pas envie de ... on a ce qui faut pour se bagarrer. Tout le monde ne chope pas un cancer.
 358 Tout le monde ne tombe pas malade.

359 **ER** : C'est de la responsabilité individuelle ?

360 **Luc** : Je pense, il faut que les gens se prennent en charge. Les gens sont acculés. Les gens
 361 vont travailler pour gagner l'argent, pour payer le loyer, la bagnole, le crédit, le machin
 362 « Bah, j'ai pas le choix ! » « mais si tu as le choix » « ouais mais le patron » « change ! » « ah
 363 oui mais... » « oui, mais... » « oui mais... ferme ta gueule, change et puis te plains pas, change
 364 de point de vue » ; c'est une des caractéristiques de l'intelligence, c'est être capable sur
 365 point de vue de voir les choses autrement.

366 **ER** : Ça manque aujourd'hui ?

367 **Luc** : Mais carrément ! Enfin je trouve. Peut-être que je vieillis mal, que je ne m'adapte pas.
 368 Mais on est dans un monde, c'est irréel quand même. Je ne parle même pas de l'éducation,
 369 de la courtoisie, de la douceur, d'un peu de gentillesse. Au volant, c'est le Bronx, c'est le
 370 Bronx ! « Ah j'ai perdu trois points parce que j'ai roulé » « Ben ouais, tu le sais, donc tu n'es
 371 pas obligé de rouler ». La route est mouillée, ben oui, mais l'adhérence n'est pas la même,
 372 c'est juste un peu de bon sens.

373 **ER** : Est-ce que maintenant on se repose trop sur ce que la science nous dit qu'on ne
 374 réfléchit plus par nous-même ?

375 **Luc** : Oui on est allé trop vite trop loin. Moi je suis là 4 jour par semaine, j'ai pas internet, ça
376 me manque pas, c'est pas fondamental. Faut s'adapter.

377 **ER** : Est-ce que vous vous dites parfois que c'était mieux avant ?

378 **Luc** : Pas mieux, différent. Y avait moins de gens malades et puis les faibles ils partaient.

379 **ER** : C'était Darwin c'est ça ?

380 **Luc** : Bah oui c'était comme ça. Pour entretenir la santé il faut que chacun prenne
381 conscience. L'alimentation, quand on voit les caddies des gens, quand on voit la merde que
382 les gens achètent : les plats, les trucs, faut le digérer tout ça. Notre organisme est pas
383 toujours fait pour digérer ça. Alors quand on a 20 ans, 30 ans ça se voit pas, mais après.

384 **ER** : Est-ce qu'il n'y a pas une question de : on achète des trucs tout prêt parce qu'on a moins
385 le temps ?

386 **Luc** : On a moins le temps ouai ... mais le temps faut le prendre. Vous prenez bien du temps
387 pour ce que vous aimez faire. Enfin moi je prends du temps pour ce que j'aime faire. Y a
388 forcément pas du temps pour tout, notamment pour faire un petit peu de cuisine le soir
389 quand vous rentrez. Mais le weekend quand vous avez un peu de temps vous achetez des
390 légumes et vous faites de la soupe et le soir quand vous rentrez vous manger de la soupe !
391 Plutôt que des merdes sous cellophane. Ça dépanne. Moi je vais au McDo hein parce que je
392 me suis vacciné au McDo, je suis allé quelques fois pour préparer mon organisme. Quand je
393 vais au McDo, mon organisme est habitué à manger ça. Bah les enfants je les ai emmené au
394 McDo quand ils étaient petit pour que le corps se bagarre contre ça quand il est attaqué par
395 une alimentation trop lourde pour certaines chimies digestives.

396 **ER** : Donc ça reste dans un registre de prévention et d'anticipation.

397 **Luc** : Bah oui.

398 **ER** : Et est-ce que la prévention, au sens institutionnel du terme, comme le dépistage, est-ce
399 que ça paraît important ?

400 **Luc** : Oui c'est important parce que justement notre technicité médicale pour moi elle sert à
401 ça.

402 **ER** : Et pourtant même si on sait que c'est bien, il y a quand même beaucoup de gens qui ne
403 font pas le dépistage parce que ça leur fait peur, parce qu'ils ont pas envie ...

404 **Luc** : Oui bah après chacun est libre de sa santé. Chacun est libre de choisir son chemin. Pour
405 moi la médecine ça sert à ça : anticiper par rapport à ces problématiques ennuyeuses. Mais
406 ça n'empêche pas qu'on ne se pose pas la question du pourquoi on tombe malade. Pourquoi
407 vous avez un rhume et moi non ? Pourquoi vous avez une expression cutanée et votre
408 cousine elle l'a pas ? « oh j'ai un psoriasis, oh j'ai un eczéma ! » A la naissance ou c'est venu
409 à 12 ans, ou c'est venu quand le grand-père il est mort ... ah bah ça n'a pas géré la
410 séparation ; il faut se poser ces questions-là. Moi ma mère elle a fait un cancer du sein
411 quand mon père est mort. Le facteur déclenchant c'est ça.

412 **ER** : Et on se pose pas assez ces questions ?

413 **Luc** : Moi je trouve qu'on est trop cartésien et scientifique et y a pas de place pour ça. C'est
414 quand même fou que le médecin il meurt d'un cancer quoi. Que même lui il n'arrive pas à se
415 soigner.

- 416 **ER** : On dit souvent que c'est les cordonniers les plus mal chaussés.
- 417 **Luc** : Que le médecin il fume comme un pompier. Amis pourtant il sait que c'est pas bon le
418 tabac. Il y aurait des choses à voir et à revoir.
- 419 **ER** : A votre avis pourquoi même s'ils savent ils ne le prennent pas en compte ?
- 420 **Luc** : Parce qu'ils sont scientifiques les médecins : pour être médecin faut être bon en maths
421 et en physique. Celui qui n'est pas bon en maths et en physique il peut pas être médecin
422 alors qu'il serait peut-être un bien meilleur médecin. Le médecin, avec tout le respect que je
423 lui dois, il a une bonne mémoire, c'est tout. C'est pour ça qu'il est médecin. Parce que
424 qu'une fois qu'il a franchi grâce à la physique et aux maths la barrière de la 1^{ère} année il faut
425 de la mémoire. On apprend une tonne de symptômes qui nous donnent des syndromes. Et
426 quand vous venez en consult' il procède par élimination. Y a pas ça, y a pas ça, y a pas ça bon
427 bah c'est pas ça, ah bah c'est peut-être ça. C'est comme le diagnostic d'une appendicite : on
428 va chercher toutes les autres pathologies digestives et si on trouve pas c'est appendicite.
429 C'est par élimination. Le médecin c'est un scientifique un cartésien « oh l'expression cutanée
430 ça peut venir de ... » oulala mais il déconne lui.
- 431 **ER** : Ils ne sont pas du tout dans l'affect ?
- 432 **Luc** : Mais non. Les médecins, ça n'existe plus les médecins de famille. Le médecin de famille
433 il vous a connu comme ça [*montre un petit espace avec ses mains correspondant à la taille*
434 *d'un bébé*] puis aujourd'hui et demain. Il faudrait qu'il y ait des médecins humanistes, qui
435 aiment l'homme. Mais les médecins c'est business. Il y a même des gynécologues
436 obstétriciennes qui font les enseignements d'échographie à la fac de Créteil, pour poser la
437 sonde sur le ventre d'une femme c'est 15 000€, rien que la sonde ! C'est-à-dire qu'il faut en
438 faire derrière ! Pour opérer c'est 15 000€ c'est l'assurance. Sans avoir rien commencé c'est
439 30 000 ! Faut en abattre derrière ! La responsabilité civile professionnelle, les charges, les
440 machins ... le médecin il ne prend plus sa voiture pour aller vous voir la nuit hein ! Alors vous
441 appeler le médecin de garde, vous appelez le SAMU tout ça les interventions, c'est génial
442 mais c'est pas comme ça que je conçois l'optimisation de la santé. Le médecin il traite la
443 maladie mais il se pose pas la question du pourquoi. Il y a quelqu'un là à 15km qui enlève les
444 verrues comme ça. Et ça marche. Alors ça marche hein ! Alors bon il y a quelque chose qui
445 fait que ... Vous avez un chéri vous, eh bah il y a quelque chose qui se passe entre vous, qui
446 fait que vous êtes attirés et bah c'est pas que pour la relation humaine. Moi je suis ici car il y
447 a quelque chose qui se passe dans cette maison qui fait que je m'y sens bien. Quand je vais
448 au resto et qu'on me dit « mettez-vous là » bah non, non, non moi je me mets pas là parce
449 que « là » c'est pas bon. J'ai eu plusieurs voitures et il y en a dans lesquelles je me sentais
450 pas chez moi. Avec votre chéri vous allez dans une soirée, bon 23h, ok on s'en va et puis
451 d'autres il est 2h et vous êtes bien. Bah pour moi c'est ça, et le corps le sait. Quand je prends
452 ma phyto le matin, mon corps sait que c'est bon pour lui. Je dis pas que c'est pas de la
453 poudre de perlinpinpin mais il y a quelque chose qui se passe. Alors que quand vous êtes
454 médecin cartésien c'est de la flute.
- 455 **ER** : Mais là il y a aussi une histoire de motivation parce que prendre la phyto tous les matins
456 c'est quelque chose que vous avez choisi de faire et vous vous y tenez.
- 457 **Luc** : Mais après c'est à chacun de ... c'est ma façon de vivre, j'éprouve le besoin. Ça me
458 coute pas et j'oublie pas parce que c'est important pour moi. Et peut-être que les plantes
459 vous, vous allez les prendre et il n'y aura pas de réponse parce que la cible n'aura pas les

460 capteurs pour enregistrer ça. Voilà mon point de vue sur la santé. Chacun a les moyens de
461 vieillir en bon état.

462 **ER** : Et du coup vous avez fait, vous les différents dépistages qui sont proposés/obligés ?

463 **Luc** : Eh bah à 50 ans j'ai reçu le papier de la coloscopie et je l'ai mis de côté.

464 **ER** : Pourquoi ?

465 **Luc** : Parce qu'on pense qu'on est plus fort. Moi à 50 ans je croyais que j'étais immortel. Et
466 donc à 53 je ressens une petite sensation dans le bas ventre et je me suis dit « merde putain
467 j'ai déconné ». Donc je suis allé faire la coloscopie et c'est négatif.

468 **ER** : Et il y avait une appréhension ?

469 **Luc** : Pas l'appréhension pour l'examen mais d'avoir une réponse, le diagnostic. Eh bah non
470 et puis tout d'un coup ça va mieux. Ça sert à ça le dépistage. Alors moi il y a 20 ans j'ai eu
471 une crise de sinusite et mois quand j'ai une sinusite je travaille plus, et puis je vais partir à
472 l'étranger ... d'habitude je prends de *l'arnica* mais comme j'étais tamponné je prends
473 *efferalgan* et puis ça passe normalement et ça passait pas là. Donc je fais un scan de cerveau
474 et il y avait rien, enfin j'avais un peu d'infection de l'ethmoïde, l'os à l'arrière du nez, que
475 l'on ne voit pas à la radio à rayon X, à la radio classique quoi. C'est rassurant puisque c'est
476 parce que c'est un peu infecté là, c'était cohérent. Et sur le scan on voit pas d'anévrisme, pas
477 de possibilité d'AVC et ça, ça m'a rassuré quoi. Donc ça sert à ça le dépistage : à rassurer les
478 gens.

479 **ER** : Alors pourquoi vous l'avez pas fait avant ?

480 **Luc** : Parce que je pensais que j'étais immortel et ...

481 **ER** : Donc vous aviez pas besoin d'être rassuré.

482 **Luc** : Oui. Et là je vieillis. Et même avec mes idée, je m'appuis sur un bilan sanguin tous les
483 2 ans pour voir le sucre, le gras, les SGOT, les SGAT le foie, l'AVS, l'inflammation. Donc je fais
484 ça, et la prostate. La prostate je m'en suis occupé, je suis allé voir un urologue pour
485 m'assurer que tout est ok. Pas pour me rassurer. On a la chance dans notre médecin d'avoir
486 ça donc profitons-en ! En ce qui me concerne, les problèmes qui surviennent chez les gens
487 c'est des questions que je me pose.

488 **ER** : Et vous faites réfléchir vos patients sur le sujet ?

489 **Luc** : Mais oui ! Et moi c'est ça mes soins ! Faire prendre conscience ! Quand le type vient
490 pour une rachialgie : une douleur vertébrale. Mon leit motiv c'est comment c'est arrivé ?
491 « Je suis tombé de mon escabeau de 3m de haut » bah c'est cohérent mais « j'ai éternué et
492 puis j'ai une douleur exquise » ça veut dire que le mec est pas solide quoi. Alors si en plus je
493 sais qu'il a une discopathie donc il a déjà une souffrance discale donc le mec il est pas en
494 forme ! Donc s'il est fonctionnaire à la Mairie de Paris dans un bureau boh bah ça me donne
495 déjà un aperçu du terrain. Bon s'il est maçon à pousser, porter bon bah c'est cohérent et
496 qu'il a une souffrance structurelle bah c'est cohérent. Ou quand le déclencheur c'est un
497 « faux mouvement » alors je demande aux gens ce que c'est « faites-moi un faux
498 mouvement ! » ça existe pas ! On fait que des vrais mouvements ! On peut faire un
499 mouvement et si l'articulation n'a pas été explorée à 100 % de son potentiel au cours de sa
500 route, forcément si vous ne levez plus le bras, l'articulation n'est plus nourrie en synovie et
501 forcément la seule fois où vous allez essayer d'aller chercher le plafond vous allez vous

502 bloquer parce que l'épaule ne travaille pas. C'est dans ce sens-là que j'explique aux gens que
 503 c'est important d'être dans le mouvement et de faire un peu de sport. Moi je perds des gens
 504 comme ça. Je vois toutes les nanas qui viennent ... une femme qui arrive toute enroulée
 505 parce qu'on lui a jamais expliqué qu'elle avait une paire de seins, elle avait 18, 20 ans et elle
 506 a pas confiance en elle, elle est comme ça [*mime une personne timide et fermée*]. Forcément
 507 toute la mécanique vertébrale ne travaille pas dans sa fonction, ça modifie le centre de
 508 gravité de la tête. Je lui dis « faut faire du stretching, faut changer ça, c'est vous qui allez
 509 travailler ça » donc je lui dit « faites une heure de stretch par jour » « ah mais j'ai pas le
 510 temps » « ah bah venez pas vous plaindre, prenez-vous en charge, prenez-vous en main ».
 511 Une heure de stretch ou de gym douche pour ouvrir, détendre, stimuler, bah non ... Faut que
 512 les gens ils comprennent ça hein. « Ah docteur j'ai de l'arthrose dans le cou » ah mais oui
 513 mais la tête elle n'est plus sur les épaules, elle est en avant ! Alors j'explique : la tête ça
 514 représente 7 % du poids du corps et ça repose sur 7 cervicales, ça pèse 15 grammes : moins
 515 lourd qu'une lettre qu'on met dans la boîte aux lettres ! Ça veut dire que, on fait un peu e
 516 physique, si la tête elle est comme ça forcément les muscles ils en ont marre. Quand vous
 517 allez au supermarché, le pack d'eau on le prend pas comme ça, on le prend au moins comme
 518 ça. Ou vous le faites porter par votre chéri ! C'est que du bon sens. Moi quand je scie une
 519 planche je me mets dans le plan de l'épaule, pas comme ça ! C'est juste logique. Quelqu'un
 520 qui me dit : « depuis que j'ai changé mon matelas, sur les conseils du médecin, j'ai mal au
 521 dos. C'est vrai qu'avant j'avais des Citroën, c'était très mou, donc j'ai changé, j'ai acheté
 522 allemand, BMW amis là c'est trop dur ! » mais le problème il est pas si c'est trop mou ou
 523 trop dur, c'est un problème de terrain. « J'ai acheté un matelas super qui épouse les formes,
 524 ça m'a coûté 2500, j'ai toujours mal », le problème c'est pas le matelas, c'est le terrain. Moi
 525 je mange de la tomate, je la digère bien mais vous, vous la mangez et vous avez la diarrhée.
 526 C'est pas la tomate, c'est le terrain. Moi mes consult' c'est pas ce que je fais, c'est ce que je
 527 dis. Je fais l'ostéo mystique qui met ses mains sur le sacrum, sur l'occiput en espérant que le
 528 liquide céphalorachidien ... non ! Y en a plein des ostéo comme ça, gélatineux qui mettent
 529 les mains là. Non, moi j'exprime comment optimiser la mécanique pour lui redonner de
 530 l'élasticité de la souplesse. Moi mes soins c'est ça. Je travaille à Joinville le Pont, à côté de
 531 l'INSEP : Institut National des Sports et de l'Education Physique. J'ai de temps en temps des
 532 athlètes de très très haut niveau qui ont fait les jeux. Un jour, en 2007, j'ai un garçon qui
 533 s'appelle Benjamin Darbelet qui a été médaillé d'argent à Pékin en moins de 73kg en judo,
 534 mal au dos, ok. Athlète mal au dos ok. Il me dit « je suis allé chez le podologue et il m'a mis
 535 des semelles » donc le podologue s'il peut balancer 150€, il paie. Je lui dis « Benjamin, tu es
 536 combien d'heure sur le tatami ? » il me répond « au moins 5h ». Donc sur le tatami il met pas
 537 les semelles hein, il est nu pieds. Ça veut dire que son cerveau, il a des semelles un peu dans
 538 la journée donc son cerveau il enregistre ça. Mais le matin quand il se lève, pendant 1h il est
 539 nu pieds et ensuite pendant 5h il est nu pieds. Comment voulez-vous que le cerveau il
 540 réagisse à ça ? De quelle façon il réagit ? Il peut pas être clair ! L'être humain il commence à
 541 marcher il a 1 an, 15 mois. L'équilibre se fait dans une certaine posture. Et puis un jour y a un
 542 mec qui décide de changer. Ça peut pas aller quoi. Quand vous vous faites opérer de la
 543 hanche et qu'il vous manque 2cm, on compense, mais pas quand il y a 12mm.

544 **ER** : C'est de plus en plus courant ça.

545 **Luc** : C'est systématique ! Mais moi je fais enlever les semelles à tous les gens qui viennent.
 546 Mais déjà les gens ils gardent les semelles 1 an, au bout de 6 mois elle a déjà un coup dans le
 547 nez la semelle. Ça veut dire que c'est modifié ! Les gens je leur exprime ce que je ferais moi :

548 je serais vous, je ferais du sport. « Vous faites quoi comme sport ? » « Du golf », bon c'est
549 pas du sport ! Le mec il court il fait 90kg, pas bon. Moi j'invite beaucoup les gens à faire du
550 stretching, du yoga, des activités où on va essayer de redonner un peu d'élasticité. On fait ça
551 en priorité et si on a du temps, on peut courir, on peut aller à la piscine, faire de la boxe, tout
552 ça quoi.

553 **ER** : Quelles pathologies et quelles tranches d'âges vous voyez le plus globalement ?

554 **Luc** : Des problématiques vertébrales. Les gens ils viennent pour mal au dos : en haut, en bas
555 global.

556 **ER** : Et c'est des gens de quel âge ?

557 **Luc** : Tous les âges.

558 **ER** : Pour le dos ?

559 **Luc** : Mais oui ! Tout le monde. Mais déjà la nana elle vient en pleine transformation 15 ans,
560 16 ans et puis des sédentaires, pas que des gens qui font du travail physique artisan quoi.

561 **ER** : D'ailleurs est-ce qu'il n'y a pas plus de personnes sédentaires que celles qui portent des
562 charges etc. ?

563 **Luc** : Peut-être qu'on peut dire ça ouai. J'ai pas de statistiques mais ... celui qui travaille, qui
564 bouge il s'entretient, mais celui qui est sédentaire ... « J'ai une tendinite de coude à cause de
565 ma souris » bah je trouve ça triste. Mais je leur dit aux gens « heureusement que vous faites
566 pas des compotes, que vous épilchez pas les pommes parce que là ... ». « C'est le docteur
567 qui m'a dit ça » bah forcément, le docteur il bouge pas de sa chaise « j'ai mal là docteur »
568 « ok tendinite » ! La prescription elle est toute prête, il appuie sur le bouton ça sort, il a
569 rajouté le nom et voilà. On se repose, on traite le symptôme mais pas la cause.

570 **ER** : C'est toujours le même problème.

571 **Luc** : Donc si un jour il y avait une modification de l'approche, moi je militerais pour ça.

572 **ER** : Donc il faudrait que ça vienne des gens ou de la société pour que ça marche ?

573 **Luc** : Un peu des 2 quoi. Regarder Bachelot avec la grippe H1N1, médecin et ministre, c'est
574 des belles économies qu'on a fait là. L'hépatite B. Y a que mon carnet de santé qui est
575 vacciné, moi je suis pas vacciné. Pourtant je suis personnel soignant entre guillemets quoi.
576 Quand on parle des effets secondaires de l'hépatite B, c'est statistique, bien sûr qu'il y a eu
577 des scléroses, ok. Si le terrain réagit pas bien vous vous chopez une merde. Enfin bon, il y
578 aurait des choses à modifier. Dans mes consult' c'est pas ce que je fais qui est important
579 parce que ce que je fais on peut le refaire mais ce qu'il faut c'est faire prendre conscience
580 aux gens de se prendre en charge pour éviter d'aller voir l'ostéo et les soignants. Mais c'est
581 pas diffusé ça que les patients ils ont la clé de leur bien-être.

582 **ER** : Le carnet de santé c'est quasiment plus utilisé en fait. Et le carnet de santé étant
583 individuel, les médecins avaient le parcours des gens qu'ils avaient en face d'eux. Est-ce que
584 ce carnet il permettait pas d'être plus à l'écoute et plus dans le relationnel avec la personne.

585 **Luc** : Oui sauf que le carnet de santé tel que moi je l'imagine aujourd'hui, ce dont je me
586 souviens c'est les vaccinations quoi.

587 **ER** : Et pas autre chose ?

588 **Luc** : Non. Et puis les vaccinations c'est très à la mode.

- 589 **ER** : Très à la mode ?
- 590 **Luc** : Oui y a plein de gens qui sont contre. Les Suisses, les Allemands ne vaccinent pas contre
591 le BCG et nous oui encore.
- 592 **ER** : Sur quoi on se base le plus pour autoriser ou non un vaccin ? Est-ce que c'est des
593 histoires représentations ou c'est scientifique ?
- 594 **Luc** : Il y a un côté scientifique important. Bon moi je suis, on va dire ce qui me gêne dans la
595 vaccination c'est le fait de vacciner en mettant tout dans la même ampoule. De pas séparer
596 quoi. Et puis l'âge où on vaccine aussi. Votre enfant il naît et puis dans le mois qui suit sa
597 naissance déjà on lui inocule des tas de merdes, à peine arrivé quoi. Moi mon aîné il a été
598 vacciné pour le BCG et il avait 1 an et il était prévu qu'il aille en crèche donc il est allé en
599 crèche et il y avait la tuberculose en crèche à Paris. Mais s'il avait pas été en crèche il aurait
600 pas été vacciné. Et s'il doit aller en Russie bah on le vaccine quand c'est le moment. Je suis
601 pas contre mais c'est juste : à quel moment ? ça devrait être spécifique à chacun. Après voilà
602 c'est comme ça que je conçois les soins moi, ce qui est bon pour moi. Je vais pas dire que j'ai
603 raison, c'est juste mon avis, mon approche. Je vis avec quoi.
- 604 **ER** : Qu'est-ce qui vous a donné cette curiosité puisque vos parents ne l'avaient pas ?
- 605 **Luc** : Mon chemin, mon cursus. Je suis allé dans des séminaires, dans des stages différents
606 un peu sectaires là. J'ai entendu des types parler, j'ai lu des trucs.
- 607 **ER** : C'étaient quoi leur métier à vos parent ?
- 608 **Luc** : Ma mère était infirmière.
- 609 **ER** : Donc c'était quand même dans le domaine de la santé.
- 610 **Luc** : Oui mais c'était à l'ancienne.
- 611 **ER** : C'est-à-dire ?
- 612 **Luc** : Infirmière de guerre en Indochine. Elle est devenue infirmière libérale quand je suis né.
613 Elle stérilisait les seringues en verre, les aiguilles, pas du tout fait comme aujourd'hui quoi.
614 Donc c'était moins technique, il y avait moins de malades
- 615 **ER** : Pourquoi il y a plus de malades aujourd'hui ?
- 616 **Luc** : Parce que je pense qu'on fragilise les gens. Quand la personne elle a un souci elle va
617 voir le médecin. Comme le médecin c'est dieu, il a raison et les gens ils obéissent. Le
618 médecin il se trompe pas. Quand il sait pas il tape pas en touche. La santé pour moi d'est
619 une hygiène de vie.
- 620 **ER** : Du coup est-ce que vous avez changé des habitudes ?
- 621 **Luc** : Ouai, comme l'alimentation. Moi j'ai fait des tests qui sortent de l'ordinaire, j'ai
622 découvert que j'étais intolérant, pas allergique hein, intolérant à la farine de blé.
- 623 **ER** : Au gluten de manière générale ?
- 624 **Luc** : Non, non : à la farine de blé, aux champignons, au blanc d'œuf et au malt. Depuis que
625 je suis né je n'ai pas bu 1L de bière ou de whisky parce que je ne le digère pas. En vin je ne
626 bois quasi jamais de Bordeaux parce que le tanin du Bordeaux je le digère pas. Ça m'arrive ici
627 quand Alice elle vient 2 weekend sur 2 donc quand je viens là et que je me fais midi pain

628 fromage. Je suis un peu laborieux quand même. Donc je mange plus de pâtes ou une fois par
629 semaine, je suis vigilant voilà.

630 **ER** : Et c'est quelque chose dont vous vous êtes rendu compte au cours du temps ?

631 **Luc** : Oui.

632 **ER** : Et c'est ça qui a fait que vous avez changé vos habitudes ?

633 **Luc** : Un peu ouai. En fait je sais ce qui est pas bon pour moi globalement. Si je me fais un
634 plat de pâtes le soir, je sais que je vais être un peu, je vais pas être très en forme le
635 lendemain matin, pas comme d'habitude. Voilà quand je fais des excès de pain, comme
636 quand Alice me fait des croques monsieur excellent hein j'adore sauf que ça me réussit pas
637 bien. Par contre quand je mange du potage le soir tout va bien. Donc la bouffe, le repos,
638 parce que le repos fait partie des soins et puis l'activité physique. Quand je dis activité
639 physique je parle pas que du sport, être amené à porter, à être actif. Et puis après c'est pas
640 matériel mais c'est, je ne vais pas où ça me pollue, où c'est pas bon pour moi.

641 **ER** : Et donc du coup vous m'avez pas dit pour votre papa.

642 **Luc** : Mon papa il était, comment dire ... on appelait ça préparateur en fabrication, il faisait
643 des pièces quand il bossait à la Thomson, il faisait du câblage, un peu du câblage électrique
644 quoi.

645 **ER** : Et vous m'avez dit que vous avez deux enfants, un garçon, une fille c'est ça ?

646 **Luc** : Ouai. Le choix du roi.

647 **ER** : Ils ont quel âge ?

648 **Luc** : 20 et 17.

649 **ER** : Ils vivent encore avec vous ?

650 **Luc** : Non eux ils vivent chez leur mère à Paris. Moi je suis ici 4 jours et le reste de la semaine
651 chez Alice donc ils sont chez leur maman. Ce qui est normal quand c'est leur maman.

652 **ER** : Pourquoi ?

653 **Luc** : Parce que les enfants ils ont besoin de leur mère parce que c'est comme ça, parce que
654 c'est la mère qui met au monde. Il y a une relation qui est pour moi celle-là ?

655 **ER** : Vous les voyez pendant les vacances du coup ?

656 **Luc** : Je les vois tous les mercredis. Parce que j'ai besoin de les embrasser. J'ai besoin de 5
657 minutes, de les sentir. Je suis, comment dire ... et puis ils viennent là une semaine pendant
658 les vacances, ils débarquent souvent avec des potes. C'est la smala quand ils débarquent là.
659 Ils vivent leur jeunesse quoi, avec un peu de bière un peu de fumette comme tous les jeunes
660 quoi ! On peut pas ne pas les voir donc je les vois très régulièrement. J'ai un ainé qui est en
661 prépa art, il a envoyé son dossier à Art Déco Paris. Donc il est plutôt artiste quoi, ou il le sera.
662 Et l'autre semaine, il est admissible à Caen donc je vais l'emmener, passer 2 jours avec lui,
663 pour être avec lui. Il me l'a demandé donc je suis heureux de l'accompagner pour faire les
664 épreuves écrite et orale pour voir si éventuellement il peut être accepté là. C'est vibratoire
665 aussi ça, c'est inexplicable. Moi je fonctionne que comme ça. En soin c'est mon nez. C'est
666 pour ça que être ostéo, diplômé, après c'est poser la bonne question et pas passer à côté
667 d'un problème qui est médical, taper en touche quand c'est pas pour vous plutôt que de
668 penser que vous êtes le roi du pétrole. Donc c'est beaucoup au feeling. C'est comme ça que

669 je travaille et c'est comme ça que je vis aussi par rapport à l'espace, à la pierre, à la terre, au
670 bois, c'est comme ça.

671 **ER** : Comme le fengshui ?

672 **Luc** : Oui par exemple ! Ouai. C'est le soleil se lève à l'est, c'est peut-être mieux d'avoir la
673 tête à l'est que les pieds, peut-être pas avoir son téléphone à côté. C'était la mode il y a
674 quelques années les montres à quartz donc on les laissait sur la table de nuit, mais peut-être
675 que c'est mieux le réveil à l'ancienne tic tac tic tac, qu'on remonte croc croc croc. Peut-être
676 ça se découvre ça, pour moi ça fait partie de moi. Je prends l'exemple et je reviens sur quand
677 j'étais formateur à l'école d'ostéo. Moi j'étais cobaye, je me mettais sur la table et le jeune,
678 enfin le jeune dans la formation, il met les mains sur vous et il se rend pas compte de l'excès
679 de présence qu'il met. C'est des gens qui n'ont rien à faire ici, rien. Quand j'étais jury
680 d'examen dans une autre école, technique cervicale assise le mec il est dangereux quoi ! Je
681 lui dis « Stop carton rouge dehors ! » Moi j'ai une ostéopathie structurelle, mécanique donc
682 le geste il doit être parfait et indolore. Je suis d'une exigence extrême. Quand je suis cobaye
683 que le mec il me touche et que le geste me dérange on arrête. Il y a une femme qui est allée
684 voir dans Paris, le mec il en voit 3 en même temps. Le mec il est passé à côté, elle a fait une
685 hémiplégie dans le métro. UN AVC parce que le mec il lui a mis un parpaing dans les
686 cervicales. C'est carton rouge ça !

687 **ER** : C'est dangereux ! Il n'y a personne, pas d'ordre qui peut rayer ceux qui font n'importe
688 quoi ?

689 **Luc** : Non. Qui peut le faire ?

690 **ER** : Il y a un ordre des médecins, il pourrait y avoir un ordre des ostéos.

691 **Luc** : Même, qui peut le faire ? Jusqu'où on s'arrête. Vous avez votre permis ?

692 **ER** : Oui.

693 **Luc** : L'adhérence dans le virage, les conditions climatiques, est-ce que les pneus sont
694 chauds, est-ce que ... quand on est à la limite un moment on dépasse on quitte la route.
695 Toutes ces techniques là c'est ça quoi. Alors des accidents il n'y en a pas beaucoup hein. Très
696 peu mais bon c'est ... Tous les ostéo qui disent « Les techniques structurelles ça craque c'est
697 dangereux ». C'est pas dangereux, c'est le praticien qui est dangereux. C'est toujours pareil
698 c'est comme la voiture, c'est pas la voiture qui est dangereuse c'est celui qui conduit. Bon
699 moi c'est ma sensibilité. Les soins c'est pas ... est-ce que c'est réversible et quel est le travail
700 que la personne doit faire pour elle pour optimiser son terrain, sa santé. Si l'organe
701 fonctionne à 100 % tout va bien mais s'il fonctionne à 60 ça s'encrasse donc c'est cet
702 ensemble là qu'il faut ... Mes soins c'est pas ce que je fais hein, je le fais les yeux fermés, j'ai
703 tellement l'habitude, je réfléchi plus, c'est inné on se pose pas question. Je ne doute pas de
704 mon outil. Après est-ce que la personne va supporter la séance, dans quel état elle est,
705 combien je peux en faire combien je peux en mettre dans ce que je fais, quelle présence. Ça
706 c'est tout un travail de terrain. C'est ça qu'il faut développer. Faut changer d'état quand on
707 soigne. La molécule d'eau c'est H2O. Quand on met H2O au congélateur c'est dur. Quand on
708 met H2O dans la casserole et qu'on met le feu dessous : la vapeur. Quand on met H2O dans
709 le verre c'est liquide sauf que c'est toujours H2O c'est l'état qui n'est pas le même. Et dans le
710 soin il faut se mettre dans un état de soin qui ne s'apprend pas, il faut le devenir. C'est ça la
711 difficulté de l'ostéopathie. Des fois moi je fais qu'une manip et puis après je brode. Parce
712 que après quand on n'en fait trop le patient peut ne pas le supporter et après il nous appelle

713 « ah je sais pas ce que vous avez fait mais c'est pire ! ». Faut essayer de se mettre dans un
714 état de soin et pas un état de technicien. C'est ça qui est fondamental. C'est la présence qu'il
715 faut avoir par rapport à la personne qui vient avec une plainte. J'ai une anecdote : un
716 pompier de Paris qui vient 1m80, 90kg, du muscle partout. J'ai juste pas posé la question s'il
717 avait perdu quelqu'un la semaine dernière. Il était en état de fragilité et j'ai juste fait une
718 manip en trop quoi. Donc au lieu de lui apporter du bien je l'ai plutôt défait. Le terrain était
719 ce jour-là pas disponible et j'ai pas posé la bonne question. Après moi je vois sur Joinville les
720 gens ils viennent voir Marc ils viennent pas voir l'ostéopathe.

721 **ER** : Faut vraiment chercher à comprendre les gens en fait.

722 **Luc** : C'est fondamental ! L'humanisme, aimer les gens et avoir le petit mot qui fait que la
723 personne est soulagée. C'est pas grand-chose quoi. C'est un peu d'ostéopathie et beaucoup
724 de relationnel. L'ostéo qui parle pas, qui fait le mystique, les gens ne viennent pas chercher
725 ça. Ils viennent trouver quelque chose, un peu de réconfort, d'être rassuré.

726 **ER** : Ça me fait penser au médecin de famille qui est un peu psychologue quoi.

727 **Luc** : C'est exactement ça ! Le médecin de famille c'est pas un technicien qui prescrit. Quand
728 je faisais des domiciles quand j'étais kiné, c'était pas ce que je faisais. C'est de venir, de
729 prendre le pépé ou la mémé sous le bras, de marcher un peu, de parler de la pluie, du beau
730 temps, des oiseaux et si le jardin ça allait être bon et puis accessoirement on fait un peu de
731 rééducation, de prise en charge technique. Mais c'est pas l'important.

732 **ER** : C'est pour ça que la sophrologie c'est très à la mode ?

733 **Luc** : Oui. A condition que la personne accepte de se soigner.

734 **ER** : Il y a une recherche d'écoute finalement ?

735 **Luc** : Oui. Mais il faut qu'elle accepte d'être dérangé.

736 **ER** : Et du coup vous n'êtes plus kiné ?

737 **Luc** : Non je suis déconventionné.

738 **ER** : Pourquoi ?

739 **Luc** : Parce que mes croyances sont celles que j'exprime là et le kiné quand il reçoit une
740 prescription avec 20 séances pour lombalgie. Je l'ai fiat : masser des km carrés de chair pour
741 traiter une lombalgie mais ... Après je vais revenir ici définitivement, d'ici peut-être 1 année,
742 je me reconventionne ici mais juste pour faire des domiciles et faire marcher nos aînés. Je
743 serais utile pour ça. C'est ce que j'aime dans la kiné mais pas en cabinet. Je vais développer
744 là un peu l'ostéo mais je ressens le besoin aussi d'aider nos aînés. Mais c'est aussi pour
745 bouffer. [Rires] Mais quand je me suis déconventionné en 2002 peut-être 2003 c'était clair
746 quoi. J'ai basculé. Parce que faut avoir des, je vais être un peu grossier mais un peu de
747 couilles parce que quand on est kiné les prescriptions ça dégringole et on travaille mais
748 ostéo faut faire ses preuves hein. Il faut être efficace parce que les gens ils ont plus de sous
749 comme avant. Faut être efficace au bout d'une séance. Aujourd'hui la conjoncture n'est plus
750 la même. Pour fidéliser il faut être efficace.

751 **ER** : J'ai l'impression que les médecins sont pas encore très amènes avec les ostéopathes.

752 **Luc** : Ah mais pas du tout. Très peu ... Est-ce que tu as encore des questions ? On dévie un
753 peu là.

754 **ER** : Si tu devais me résumer la santé à 50 ans en 3-4 mots, qu'est-ce que ce serait ?

755 **Luc** : Hygiène de vie. Ça fait 3 mots !

756 **ER** : C'est de la triche ! [Rires]

757 **Luc** : Alors dans hygiène de vie il y a de l'activité physique pour pas dire sport, y a
758 alimentation, il y a le repos et puis le ... une prise en charge personnelle de l'état dans lequel
759 on voudrait être. Comment voulons-nous vieillir, dans quel état. C'est ça qui est ... ça se
760 résume à ça. Ça pour moi c'est le grand principe de ma pratique professionnelle. C'est
761 l'objectif.

762 **ER** : Et c'est plutôt le personnel qui s'applique au professionnel ou le professionnel qui
763 s'applique au personnel ?

764 **Luc** : Le professionnel qui s'applique au personnel. C'est les messages que j'ai écouté,
765 entendu qui m'ont orienté vers cette approche-là. Moi l'ostéo ça m'a changé la vie. Je trouve
766 aujourd'hui ma sérénité dans cette philosophie-là, de m'occuper de moi avant de m'occuper
767 des autres. Parce que c'est essayer d'apporter un peu de bien, un peu de meilleur confort. Je
768 m'appuie sur ce que j'ai reçu, sur ce que je fais, moi. Je donne toujours l'exemple aux gens
769 « je vous dis ce que je fais, moi ». Comment j'essaie de continuer mon chemin sans être
770 pollué par ces stress ou messages. Je fuis ce qui est pas bon pour moi. Je vais pas où c'est
771 pas bon pour moi. Donc voilà mon expérience professionnelle et perso enfin plus
772 professionnelle que perso mais moi je vis ostéopathe. C'est mon quotidien c'est ça qui m'a
773 fait bouger dans ma vie. Après c'est aussi les personnes qu'on a côtoyé. Je suis syndicaliste,
774 je milite pas pour l'ostéo. J'en casse certains qui n'ont rien à faire là qui sont des technicos.
775 Vaut mieux moins de technique et une présence de soignant que l'inverse. C'est pas que la
776 technique, c'est ce qu'on sent.

777 **ER** : Il faut mettre un système de relation quoi ?

778 **Luc** : Mais oui. Moi y a des gens je leur dis « écoutez je suis pas content, pas satisfait,
779 repassez » c'est la même séance entre 2, 5 minutes une bricole mais les gens ils sont
780 contents. Plutôt que de dire « Très bloqué. Bah écoutez-moi je suis là le jeudi, bah venez
781 jeudi à 18h ». Y en a beaucoup des ostéo qui font ça mais ils donnent une séance parce que
782 ça les arrange eux. Est-ce que le corps est capable d'encaisser une séance 8 jours après à
783 18h ? Et pourquoi pas le vendredi matin à 9h ? On n'en sait rien. C'est ça rentrer dans cette
784 systématisation ... Faut pas être dans le business. Bon aller on arrête parce que moi je
785 parlerais de ça pendant des jours. Non mais c'est passionnant, moi j'ai tellement plaisir avec
786 des rencontres. C'est la relation quoi. Y a des gens qui ne voient que par moi. Et je dois leur
787 dire « là c'est pas pour moi c'est pour le médecin » y a une relation de confiance quoi. Parce
788 que des liens se sont tissés. C'est ça les soins, le petit mot, le petit truc, sans rentrer mais
789 pour avoir 2-3 infos en périphérie. Donc voilà.

790 **ER** : Bah merci beaucoup.

791 **Luc** : C'est moi qui te remercie, fais en bon usage si tu peux en faire bon usage.

Entretien n°5/10 - Carole <i>« Mais bon si tu veux j'ai pas le mode d'emploi de la vieillesse ! »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, Professeur de mathématiques au collège et lycée, 50 ans, DEA chimie analytique, mariée, 3 garçons, catholique pratiquante, fort impact de la science
Date de l'entretien	15 mars 2017
Lieu de l'entretien	Domicile
Ville	Chatou
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	110 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son salon, enquêteur et enquêté seulement L'enquêtée n'est pas gênée pour parler de son intimité malgré la présence de ses proches dans les pièces alentours (portes ouvertes) Elle n'hésite d'ailleurs pas à les apostropher pour confirmer ses dires ou leur demander leur avis L'entretien est poussé à sa fin par le mari qui regarde l'heure et l'enquêtée comprend qu'il est l'heure de manger
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'entretien a beaucoup tourné autour du cancer du sein que l'enquêtée a eu il y a une dizaine d'années. C'est le point central qui a fait basculer sa vie, bien plus que la cinquantaine qu'elle vient tout juste d'avoir. Ayant une curiosité scientifique, elle s'intéresse beaucoup à toutes ses pathologies et est donc capable de me faire un compte rendu précis de ce qu'elle a et de ce que cela implique dans sa vie quotidienne. Elle a heureusement la chance d'avoir un très bon médecin traitant qui la suit depuis 21 ans. Pour Carole, la famille est quelque chose de très important, et les relations humaines aussi. Elle en parle d'ailleurs très régulièrement même si ce n'est pas une thématique abordée en tant que telle.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

1 **Er** : Donc, nous on est cette année en train de faire un mémoire à trois sur la santé chez les
2 45-60 ans. Et du coup, donc en master de sociologie appliquée, c'est pour ça qu'on
3 s'intéresse aux gens. Et donc notre mémoire, nous si on a choisi de l'axer sur la santé c'est
4 parce que on avait une population définie qui était les 45-60 ans, puisque finalement c'est
5 une population dont on ne parle quasiment jamais. Nous on s'est dit « pourquoi est-ce qu'on
6 n'en parle pas » et donc on s'est demandé si on pouvait lui attribuer des caractéristiques
7 spécifiques du point de vue de la santé. Dans notre classe certains travaillent sur la
8 consommation, sur la conjugalité, l'amitié, les nouvelles technologies. Donc il y a vraiment
9 de tout et puis bah nous on avait des affinités pour ça et on a choisi la santé. Donc, comme
10 tu vois, l'entretien est enregistré.

11 **Carole** : Pas de problème.

12 **Er** : Je vais le retranscrire, donc si tu veux la retranscription pour apporter des modifications
13 ou compléter certaines choses, je te l'envoie et puis bah tu me donneras les modifications et
14 je les rajouterai. Et donc l'entretien va être anonymisé, donc si tu veux un prénom
15 particulier dans la retranscription j'en mets un, sinon je le choisirai.

16 **Carole** : Aucune importance.

17 **Er** : Et donc ça sera utilisé uniquement dans le cadre de nos recherches universitaires, donc
18 pas de publication prévue ... Mis à part si c'est vraiment très bon mais [*Rires*]

19 **Carole** : Vas savoir ! C'est ce que je te souhaite !

20 **Er** : Sait-on jamais ! On va donc commencer par un sujet un peu large : qu'est-ce que c'est
21 pour toi que la santé passé une cinquantaine d'année ou autour d'une cinquantaine
22 d'années ?

23 **Carole** : [*Grande inspiration*] La santé autour de 50 ans ... bah c'est là où tu commences à
24 avoir tout, comment dirais-je, tous les petits bobos : mal au dos, mal à dormir, pré
25 ménopause [*Rires*], voilà ! Donc en fait, non, tu te rends compte en fait à l'âge de 50 ans, que
26 t'as l'impression d'être toujours jeune mais que ton corps il commence à plus suivre. Voilà,
27 c'est comme ça que moi je vois la santé à 50 ans.

28 **Er** : Et donc tu m'as dit ça se traduit par le mal de dos, le fait de mal dormir ...

29 **Carole** : Douleurs, bah tu commences à te rendre compte que il y a des choses que tu faisais
30 sans trop de problème, par exemple gravir les escaliers 4 à 4, et puis, et puis là je peux plus
31 parce que je suis essoufflée en arrivant en haut. Alors qu'en fait c'est des trucs que je fais
32 tout le temps.

33 **Er** : Donc même avec l'exercice ...

34 **Carole** : Même avec l'exercice, bah on se rend compte quand même que le corps il
35 commence à vieillir tout simplement !

36 **Er** : Et donc pour toi l'essoufflement est-ce que c'est de la fatigue physique ? Est-ce que c'est
37 quelque chose qui est normal ou ?

38 **Carole** : Qui est normal, je pourrais te dire ça mercredi prochain quand j'aurais vu mon
39 pneumologue ! [*Rires*] Voilà. Mais bon pour parler de choses un peu plus normales, t'as la
40 ménopause, avec les bouffées de chaleur, les troubles du sommeil, la sècheresse vaginale
41 donc problème pour les rapports. Qu'est-ce que je peux te dire d'autre ... Bon mal au dos
42 mais ça quand je vais marcher avec Natacha, avant ça allait puis maintenant on fait moitié

43 moins de chemin et on est complètement courbaturées quoi. Mais bon ça j'ai envie de dire,
44 ça me paraît normal et naturel.

45 **Er** : C'est ça, c'est pas dû à des difficultés particulières, c'est un processus qui est totalement
46 naturel.

47 **Carole** : Non, non pour moi je trouve que c'est un processus naturel, oui.

48 **Er** : Et tu situerais le déclenchement de ce processus quand ?

49 **Carole** : Mmmmmh, aïe aïe aïe ... Si j'écoute mon mari, il te dirait qu'on commence à vieillir à
50 partir de 25 ans [*Rires*] donc euh ... Non moi en fait si tu veux ça s'est accéléré, tout ça s'est
51 vraiment déclenché après mon cancer. Donc je pense que c'est quand même lié en partie
52 aux traitements que j'ai eus. Chimio, radiothérapie tout ça, c'était en 2004.

53 **Er** : C'était un cancer du sein c'est ça ?

54 **Carole** : Oui cancer du sein. Cancer du sein et ganglions. Sein gauche plus ganglions.

55 **Er** : Et du coup qu'est-ce que tu as fait en fait, par rapport à ça ?

56 **Carole** : Du coup par rapport à ça j'ai eu chimiothérapie, opération, re-chimiothérapie,
57 radiothérapie, et bon ce traitement m'a guérie mais en fait m'a complètement détraqué.
58 C'est-à-dire que à partir de ce moment-là j'ai été en pré-ménopause alors que j'avais 38 ans.
59 C'est un peu jeune. Et du coup, là à 50 ans ça fait 3 ans que je suis totalement ménopausée.

60 **Er** : Et tu le vis bien ?

61 **Carole** : Bah écoute ma foi oui ! [*Rires*]

62 **Er** : Je sais pas, parce que ça peut être quelque chose qui peut être stressant avant de l'avoir.
63 Et du coup qu'est-ce qu'il en est finalement que c'est passé ?

64 **Carole** : Bah il en est que déjà on est bien tranquille ! [*Rires*] Mais non en fait ce qui est
65 gênant c'est les bouffées de chaleur et les troubles du sommeil mais ... pas plus qu'autre
66 chose quoi.

67 **Er** : Et il y a des choses que tu prends, que tu fais pour soulager ça ?

68 **Carole** : Non. Non du tout ! Du fait de mes antécédents, j'ai le droit à rien.

69 **Er** : Même pas des plantes ?

70 **Carole** : Même pas des plantes, rien.

71 **Er** : Et quand tu as mal ou quoi que ce soit, tu peux quand même prendre un antidouleur ?

72 **Carole** : Ah oui oui oui ! Bah tout à fait ! Quand j'ai mal au dos par exemple, j'ai mon
73 traitement à base d'anti-inflammatoire et de, comment on appelle ça, 'fin d'antidouleur,
74 assez violent d'ailleurs. Un Efferalgan codéine. Donc comme ça, ça marche, ça marche très
75 bien.

76 **Er** : Si ça, ça marche pas, ça devient grave quand même !

77 **Carole** : Non, mais par contre c'est vrai, je n'ai pas le droit de prendre des médicaments à
78 base d'hormones. Tout ce qui est gel hormonaux, tout ce qui est euh comment on appelle ça
79 ... les médicaments pour justement retarder les effets de la ménopause fin tout ça. Bah tout
80 ça j'y ai pas le droit.

81 **Er** : Parce que ça risquerait de re-déclencher quelque chose ?

82 **Carole** : Oui.

83 **Er** : D'accord.

84 **Carole** : Parce qu'il se trouve que le cancer que j'ai eu, qui a priori n'était pas hormono-
85 dépendant, mais c'est génétique. J'ai un des gènes, un des deux gènes qui dans le corps
86 combattent le cancer qui est muté. Donc je suis plus sensible à ça c'est-à-dire que ... Comme
87 on m'a expliqué à l'époque, tout le monde dans sa vie fabrique tous les jours des cellules
88 cancéreuses. Sauf que notre système immunitaire est totalement efficace et détruit tout ce
89 qui est anormal. Sauf que le mien, comme j'ai un gène de muté, il est beaucoup moins
90 efficace. D'où le cancer que j'ai eu assez jeune finalement, à 38 ans. Et du coup je suis, j'ai
91 envie de dire, suivit comme le lait sur le feu alors qu'habituellement au bout de 10 ans le
92 suivit s'arrête et on n'en parle plus. Et donc je continue à être suivie parce que on sait que
93 du fait que j'ai cette mutation génétique, je suis plus ... apte n'est pas le terme.

94 **Er** : Sensible ?

95 **Carole** : Sensible et je peux ravoir un cancer n'importe quand, n'importe où. Tu vois là par
96 exemple j'ai passé un bilan de routine le mois dernier et comme ils avaient un doute, ils
97 m'ont fait passer un scanner. Et au scanner ils ont détecté un nodule suspect au sein gauche.

98 **Er** : Il n'y a pas eu d'ablation du sein ?

99 **Carole** : Non. Uniquement tumorectomie. Moi je vouais l'ablation mais ils ont pas voulu.
100 Parce que c'était pas esthétique ! Je leur ai dit que l'esthétique, personnellement ça m'était
101 royalement égal [*Rires*] mais ...

102 **Er** : Bah ouai, je pense que quand la santé est en jeu, l'esthétique ...

103 **Carole** : Voilà, mais bon ils ont pas voulu donc j'ai juste eu une tumorectomie. Et donc
104 justement là je rentre de l'Institut radiologique de Paris et en fait c'est pas un nodule suspect
105 du tout, c'est ma cicatrice. Yes ! [*Rires*]

106 **Er** : C'est rassurant ! M'enfin s'ils sont pas capables de distinguer une cicatrice d'un nodule
107 c'est ...

108 **Carole** : Bah en fait si tu veux la cicatrice, j'ai été opérée maintenant en 2005, donc elle a 12
109 ans et elle est calcifiée donc c'est vrai qu'au scanner ça pouvait passer pour bizarre on va
110 dire. [*A l'un de ses fils qui vient de rentrer*] Salut Pierre⁶ ! Donc du coup voilà c'est vrai que
111 moi la santé je suis un peu plus suivie que, j'ai envie de dire, que les gens habituellement à
112 mon âge.

113 **Er** : Donc il y a beaucoup de spécialistes que tu dois aller voir ?

114 **Carole** : Oui. Bon déjà il y a mon médecin généraliste donc qui a tout le dossier. Donc je suis
115 suivie par un oncologue à l'hôpital XXX, qui me suit depuis 13 ans maintenant. Je suis suivie
116 donc là par un pneumologue justement pour voir si les problèmes d'essoufflement sont
117 vraiment liés à l'âge, au surpoids, ou s'il n'y a pas autre chose derrière. Sinon à priori c'est
118 tout. J'ai plus de gynécologue puisque la mienne a pris sa retraite et que j'en n'ai pas trouvé
119 d'autre ! [*Rires*] Mais bon je me dis que vu que je suis ménopausée j'ai peut-être plus besoin
120 d'y aller ! [*Rires*]

⁶ Les prénoms des enfants et amis ont été changés

121 **Er** : Ben justement c'est une question que je me pose parce qu'effectivement on a
122 tendance à dire que quand on est ménopausée on n'en n'a plus besoin mais il y a quand
123 même des maladies qui peuvent continuer à être transmissibles malgré la ménopause.

124 **Carole** : Oui.

125 **Er** : Donc est-ce que c'est pas quand même important d'être suivie finalement ? C'est vrai
126 que beaucoup disent que c'est plus la peine mais

127 **Carole** : Normalement c'est la peine. C'est surtout que je vois tellement de toubib que enfin
128 bon je suis quand même très souvent chez mon médecin généraliste qui gère tout. Dès qu'il
129 a un doute il m'envoie chez le spécialiste idoïne mais après honnêtement, pour la gynécologie
130 c'est de la négligence. C'est parce que j'ai pas envie d'y aller c'est tout soyons honnêtes.
131 [Rires]

132 **Er** : C'est pas envie ou c'est pas le temps ?

133 **Carole** : Pas envie. Honnêtement pour être tout à fait franche, pas envie.

134 **Er** : Et pourquoi ?

135 **Carole** : Parce que j'aime pas du tout être les 4 pattes en l'air et qu'on m'examine c'est tout.
136 Bon même si je sais que normalement il faut le faire mais ... Bon sachant que la tu vois j'ai eu
137 une échographie pelvienne très récemment et il n'y a rien.

138 **Er** : Et l'écho avait été demandée ?

139 **Carole** : L'écho avait été demandée par l'oncologue.

140 **Er** : Au cas où il y aurait eu une métastase ?

141 **Carole** : Simplement parce que comme je suis ménopausée, en fait parce que les risque de
142 cancer du sein soit récidive très rapide : poumon, cerveau, foie ; ce qui n'a pas été mon cas.
143 Soit à partir de la ménopause, il peut y avoir cancer de l'utérus ou cancer des ovaires.

144 **Er** : Parce que c'est toute la zone hormonale ?

145 **Carole** : Oui. Mais là si tu veux ça serait différent sur 1^{er} cancer que j'ai eu mais ça serait un
146 risque qu'ont toutes les femmes qui arrivent à la ménopause, dû au bouleversement
147 hormonal qui se déclenche à ce moment-là.

148 **Er** : Raison de plus d'être suivie à ce moment-là.

149 **Carole** : D'où l'échographie qu'elle m'a fait passer et qui est totalement négative.

150 **Er** : Et donc ça c'est un suivi qui doit être fait tous les combien de temps ?

151 **Carole** : Écoute des échographies pelviennes elle m'en fait passer à peu près tous les 3 ans.
152 Et il me semble avoir lu aussi quelque part que normalement tout ce qui est frotti et tout ça
153 c'est à peu près tous les 3 ans.

154 **Er** : J'aurais dit 2 mais peut-être 3.

155 **Carole** : Alors c'est peut-être 3 du fait que je suis ménopausée.

156 **Er** : Ah peut-être ! Il me semblait que c'était 2 à partir de 25 mais je suis pas sûre.

157 **Carole** : Enfin bref. Donc je suis bien suivie.

158 **Er** : Bah tant mieux non ?

- 159 **Carole** : Ah oui oui ! Tout à fait.
- 160 **Er** : Et donc on est parties sur ça mais tu me disais que tu étais essoufflée en montant les
161 escaliers.
- 162 **Carole** : Oui.
- 163 **Er** : Et tu penses que ça aussi c'est arrivé à cause de ton cancer ou il y a déjà eu des choses
164 avant ?
- 165 **Carole** : Non, non, non c'est que depuis l'année dernière. Donc 49 ans, là j'en ai 50 ans
166 puisque je suis du 19 décembre 56.
- 167 **Er** : Donc il y a peu de chances que ça soit lié ?
- 168 **Carole** : Comme c'est depuis l'année dernière je suis pas sûre que ça ait un rapport avec mes
169 antécédents on va dire. Mais bon du fait de mes antécédents on va dire, j'ai un médecin très,
170 comment dirais-je, méthodique, pointilleux et il préfère tout vérifier quoi. Tout simplement.
- 171 **Er** : On n'est jamais trop prudents.
- 172 **Carole** : En fait l'année dernière, j'ai fait une pneumonie. Et c'est vrai que depuis ma
173 pneumonie bah je suis toujours plus ou moins essoufflée. Donc est-ce que c'est un reste de
174 ça ... on sait pas.
- 175 **Er** : Et c'était une pneumonie due juste au froid ?
- 176 **Carole** : Ah oui oui oui, une cochonnerie que j'avais attrapé. Et puis comme d'habitude,
177 c'est-à-dire que j'attends toujours d'avoir 40 depuis 3 ou 4 jours avant d'aller voir le
178 médecin. C'est-à-dire que ça a eu le temps de bien s'aggraver ; que si j'y avais été tout de
179 suite ça aurait peut-être été une simple bronchite !
- 180 **Er** : Et pourquoi tu as attendu ?
- 181 **Carole** : Pourquoi j'ai attendu ... Parce que en fait depuis que je suis enseignante, j'aime pas
182 lâcher mes élèves. Voilà.
- 183 **Er** : C'est des mathématiques c'est ça ?
- 184 **Carole** : Des maths ouai.
- 185 **Er** : Au lycée ?
- 186 **Carole** : Alors ouai, l'année ... En fait je suis en collège et en lycée. L'année dernière j'étais en
187 lycée et cette année je suis en collège et lycée. Je suis professeure principale d'une classe de
188 5^{ème}, j'ai une classe de 3^{ème}, j'ai 2 classes de 1^{ère} ES/L, j'ai une classe de 1^{ère} STMG et une
189 classe de T^{ale} ES, en spécialité maths.
- 190 **Er** : Et donc ça fait combien de classes tout ça ?
- 191 **Carole** : 6 sur 2 établissements et je travaille du lundi au samedi matin.
- 192 **Er** : Super ... J'aimais pas avoir cours le samedi matin moi !
- 193 **Carole** : Et moi donc ! [Rires] L'année dernière c'était cool j'avais que 4 euh 3 classes ...
- 194 **Er** : Ah oui ça a doublé du coup.
- 195 **Carole** : J'étais à mi-temps l'année dernière, en fait j'avais que 3 classes et en plus si tu veux
196 mon emploi du temps était bien fait. C'est-à-dire que je travaillais sur 3 jours et puis le reste

197 du temps j'étais tranquille. Je me suis dit bon je faisais 14h l'année dernière, le maximum
198 c'est 18, je me suis dit bon ça va me rajouter une classe. Bah non parce que non seulement
199 ils m'ont rajouté des classes mais en plus ils m'ont mis sur 2 établissements et ils m'ont mis
200 des heures supplémentaires.

201 **Er** : C'est pas toi qui choisis ?

202 **Carole** : Non. Non parce que je suis simplement contractuelle. Professeur contractuel c'est
203 remplaçant.

204 **Er** : Vacataire c'est ça ?

205 **Carole** : Oui c'est ça, donc on t'envoie là où il y a besoin c'est tout. Donc c'est pas vraiment
206 vacataire car vacataire on ne peut faire que 200h par an. Là je suis vraiment professeur
207 contractuel en CDD. Donc j'ai un CDD renouvelable tous les ans pendant 6 ans.

208 **Er** : Donc c'est que pour l'année scolaire c'est ça ?

209 **Carole** : C'est ça.

210 **Er** : Et du coup tu as le droit aux mêmes vacances ?

211 **Carole** : Ah euh tout à fait ! J'ai le droit aux mêmes vacances, j'ai droit aux formations des
212 enseignants mais par contre j'ai pas le droit à tout ce qui est mouvement ancienneté et tout
213 ça puisque ...

214 **Er** : Le système de points c'est ça ?

215 **Carole** : Oui le système de points ça j'y ai pas le droit puisque n'ayant pas passé le concours,
216 et comme j'ai pas du tout envie de le passer ... Donc voilà, je ne suis pas en CDI donc je n'ai
217 pas le droit à tout ça.

218 **Er** : Du coup tu me parles d'un concours, mais qu'est-ce que tu as fait comme études avant ?

219 **Carole** : Qu'est-ce que j'ai fait comme études avant, ça va te faire beaucoup rire. Donc j'étais
220 embauché comme prof de maths car j'ai un DEA de chimie analytique.

221 **Er** : Logique.

222 **Carole** : N'est-ce pas ? Et après en fait j'ai fait 2 ans en alternance pour avoir un diplôme
223 interne chez Thales en informatique. C'est-à-dire qu'à l'époque c'était le niveau ingénieur
224 c'est-à-dire que j'étais embauchée comme un ingénieur en informatique mais le diplôme
225 n'était pas reconnu par l'éducation nationale.

226 **Er** : Et du coup pourquoi tu t'es pas penchée vers ...

227 **Carole** : La physique-chimie ?

228 **Er** : Ou l'informatique car aujourd'hui il y a des cours d'informatique.

229 **Carole** : Oui mais je m'étais dit que les maths c'était plus facile parce que j'ai toujours plus
230 ou moins donné des cours de maths et à l'époque je me disais je suis tranquille : j'ai pas de
231 salle informatique, j'ai pas de TP à préparer, j'ai pas de ci, j'ai pas de ça. Grave erreur ! Parce
232 que maintenant il faut savoir jouer avec les tablettes, il faut apprendre le logiciel scratch,
233 faut faire de l'algobox, faut faire ... alors maintenant on est en train de se former à python
234 parce qu'en maths il va falloir donner des cours d'informatique donc python. Et puis qu'est-
235 ce qu'ils nous ont balancé encore ...

236 **Er** : Oh bah il doit y avoir encore des trucs du genre géogébra non ?

237 **Carole** : Oui géogébra et le tableur mais enfin bon ça c'est du classique. En fait ce que j'ai
238 beaucoup aimé c'est le scratch, quand on balance aux collégiens, sachant qu'ils en ont
239 jamais eu, que c'est la 1^{ère} année qu'ils en ont, que ça tombe au brevet.

240 **Er** : Ah bon ça tombe au brevet ?!

241 **Carole** : Ah oui oui !

242 **Er** : Mais pourtant, dis-moi si je me trompe, scratch c'est un logiciel pour apprendre à coder.

243 **Carole** : C'est ça.

244 **Er** : Qui est à la base prévu pour des tout-petits.

245 **Carole** : Oui, donc ils en ont fait une version pour collège. En fait il y a une version pour
246 [Bruit de déglutition]

247 **Er** : Si tu veux aller boire un truc vas-y hein !

248 **Carole** : Non, c'est mon hernie hiatale, c'est pas grave. C'est passé. Donc comment dirais-je,
249 ils avaient un petit truc en primaire, ils ont balancé ça au collège et pour forcer les profs à
250 l'enseigner aux élèves du coup ils l'ont mis au brevet. Bon les élèves, c'est assez facile, ils
251 jouent beaucoup avec, c'est ludique donc ça va ça marche quand même plutôt bien. Donc
252 sinon, oui hernie hiatale, donc ça c'est ce qu'on vient de me découvrir parce qu'en fait ça fait
253 2 ans que j'ai un reflux gastro-œsophagien, on savait pas trop d'où ça venait et le scanner
254 que j'ai passé en même temps pour les poumons a détecté la hernie hiatale.

255 **Er** : Et donc c'est quoi exactement ?

256 **Carole** : Eh bah la hernie hiatale en fait, c'est une dilatation de l'œsophage et c'est l'estomac
257 qui remonte dans l'œsophage. Bah en fait ce que tu manges le midi tu le mange toute la
258 journée parce que ça remonte.

259 **Er** : Et y a rien à faire ?

260 **Carole** : Bah écoute pour l'instant on m'a donné un traitement médicamenteux que je teste
261 donc depuis hier donc bah pour l'instant on va laisser le temps au temps !

262 **Er** : Donc ça consiste en quoi ?

263 **Carole** : Un médicament anti-reflux gastrique et si ça passe pas bah c'est une opération.

264 **Er** : Pour resserrer le hiatus gastrique ?

265 **Carole** : Tout à fait.

266 **Er** : Eh bah ! ça fait beaucoup !

267 **Carole** : Oui ces derniers temps je trouve que ça commence à faire beaucoup. Alors je sais
268 pas si c'est la vieillesse ou le stress. [Rires]

269 **Er** : Parce que tu es beaucoup stressée ?

270 **Carole** : Pas mal, pas mal ouai quand même.

271 **Er** : A cause de ?

272 **Carole** : En fait, l'année dernière ça c'est très bien passé. Et cette année le fait d'être sur 2
273 établissements donc d'avoir plein de niveaux d'avoir plein de classes, des collègues pas
274 toujours très agréables ... oui je suis stressée. Surtout qu'on m'avait dit que j'aurais jamais

275 de T^{ale} et on m'a donné des T^{ale}, donc moi mon but c'est qu'ils aient leur bac hein donc voilà.
 276 Bon les 3^{èmes}, le brevet bon ça, ça va, si tu veux ça me stressait pas trop mais c'est vrai que
 277 du coup je suis tout le temps à droite, à gauche ... Par exemple le lundi, le mardi et le
 278 vendredi, comme je cours d'un établissement à l'autre, j'ai pas le temps de manger entre les
 279 2 donc souvent je mange un sandwich tout en conduisant dans ma voiture si tu veux, le
 280 temps d'aller d'un établissement à l'autre. Donc je pense que ça non plus ça n'aide pas pour
 281 la digestion ! [Rires] Donc oui je suis quand même assez stressée mais bon c'est mon
 282 tempérament qui est comme ça hein. Je veux toujours donner le meilleur de moi-même et
 283 des fois trop. Bon en fait dans l'établissement où j'étais l'année dernière, j'ai eu la chance de
 284 tomber sur des collègues sympa qui m'ont filé tous leurs cours en me disant « tiens voilà
 285 potasse ça, comme ça t'as pas les cours à préparer » 'fin voilà j'avais qu'à juste bien les
 286 assimiler et puis à les ressortir mais tu vois ils m'avaient tout donné : les diaporamas, les
 287 cours, les machins. J'avais clé en main, là j'ai tout à préparer et évidemment c'était des
 288 niveaux que j'avais pas. Sachant que je m'étais dit : collègue cool ! Je prends les cours des
 289 gamins ! Mais non parce que les programmes ont changé ! Evidemment ! Bon ça m'aide
 290 quand même mais ... Parce que là tout a changé donc ...

291 **Er** : Parce que là Pierre il est en quoi ?

292 **Carole** : Terminale.

293 **Er** : Ça leur fait quel âge à tous ? Jean-Baptiste 23 ...

294 **Carole** : Christophe aura 21 au mois de juin et Pierre a eu 17 au mois d'octobre donc ça lui
 295 fait 17 ans et demi. 3 garçons ... et j'ai fait 3 fausses couches et c'était 3 garçons aussi. Je sais
 296 pas faire les filles ! Je sais faire que les garçons et de toute façon depuis mon cancer je suis
 297 ligaturée donc ... y a plus de soucis. Parce que le gynécologue de l'hôpital avait dit à mon
 298 mari « c'est 3 avec votre femme ou 4 sans vous choisissez ». Il a dit « c'est bon, 3 garçons ça
 299 me va ! Je garde ! ». Ça avait été la douche froide. Il avait dit [*prend une petite voix*]
 300 « J'espère que vous voulez plus parce que ... on tente pas le diable, c'est fini là ! Hop, aller
 301 on, ferme la boutique ! » Moi ça me va, très bien.

302 **Er** : Et donc ça c'était à une quarantaine d'année à peu près c'est ça ?

303 **Carole** : Bah écoute là c'était, en 2005, voilà j'avais 39 ans. Oui boh en même temps c'est
 304 bon hein. Pierre à l'époque il avait 5 ans quand j'ai commencé mon cancer donc il était pas
 305 élevé encore. Vous je vous avais encore au cathé.

306 **Er** : Est-ce que tu as encore le temps de faire des activités extra-professionnelles ?

307 **Carole** : Honnêtement cette année non. L'année dernière oui j'avais encore des activités
 308 extra-professionnelles parce qu'en fait le suis sur 2 associations. Dons l'association Avenir
 309 Dysphasie France et l'association Dyspraxie France Dys. Parce que Christophe est
 310 dysphasique et dyspraxique et Pierre est dyslexique tout simplement. Donc c'est vrai que
 311 j'avais quand même pas mal d'activités. Là c'est-à-dire qu'en guise d'activité je fais une
 312 permanence téléphonique, je réponds aux parents je les conseille sur quel bilan faire quand
 313 ils découvrent que leur enfant est soit dysphasique soit dyspraxique, vers qui se tourner,
 314 quel genre d'adaptation demander pour tout ce qui est brevet, bac et cours ... courants quoi.
 315 Je m'occupais aussi de retranscrire la Journée des Dys qui a lieu une fois par an. Et j'ai été au
 316 conseil d'administration de Avenir dysphasie France mais bon l'année dernière j'ai donné ma
 317 démission, fin là au mois de septembre, du conseil d'administration parce que j'arrivais pas à
 318 tout suivre. Plus le temps non plus d'être parent d'élève. Plus de cathé, par contre je

319 continue un peu à mettre à jour le site internet de la paroisse. C'est beaucoup la secrétaire
320 qui s'en occupe mais je l'ai formé en partie pour me décharger de la mise à jour du site et
321 moi je mets uniquement les éditos toutes les semaines. Ou alors quand il y a des choses un
322 peu particulières à ce moment-là elle me les envoie et je le fais. Mais pour l'instant en fait
323 c'est tout, j'ai plus le temps de rien. J'ai même plus le temps d'aller marcher avec Natacha !
324 Et alors ça je peux te dire que j'en souffre parce que ça j'aimais bien

325 **Er** : Parce que ?

326 **Carole** : Parce que ça me faisait du bien d'être avec une copine, de marcher en forêt. Ecoute
327 à la grande époque tu vois, on partait de Chatou à pied et on allait jusqu'au lac de Saint
328 Cucufa et puis on rentrait à pieds ! On faisait le tour et puis on rentrait à pied donc on faisait
329 quoi ... ça faisait bien 10-15km ! Donc c'était quand même assez sympa. Donc ça
330 honnêtement ... c'est pour ça que j'ai décidé avec mon mari que l'année prochaine je
331 repasse à mi-temps. Parce que 1) mi-temps c'est censé être 9h et tu vois l'année dernière
332 j'en avais 14, mais bon même sur 14 ça e laisse de la marge quoi. Après ça me laisse le temps
333 de faire autre chose.

334 **Er** : Et de faire autre chose, reprendre ce que tu faisais avant ou de faire autre chose, de
335 tester de nouvelles choses ?

336 **Carole** : Peut-être de tester de nouvelles choses, je sais pas, je suis pas ... Tu vois par
337 exemple, il y a 2 ans, ah non c'était avant que je reprenne mon boulot, je m'étais inscrite
338 pour faire du scrapbooking, pour tester. Et puis c'est vrai que ça m'a beaucoup plu et tout
339 mais là c'est pareil j'ai plus le temps. Or c'est sympa moi j'adore ça ! Donc bon pourquoi pas
340 ça ou c'est pareil j'avais l'habitude d'aller fouiner chez Gilbert Joseph à Paris, ça c'est un de
341 mes antres, j'ai plus le temps. Enfin j'y suis juste allée en début d'année pour chercher des
342 livres parce que les lycées où je suis allée ils n'ont pas de livre ! Il n'y en n'a pas assez pour
343 les élèves donc il n'y en a pas pour les profs, donc j'ai acheté mes livres.

344 **Er** : C'est assez étonnant !

345 **Carole** : N'est-ce pas hein ? Et puis là en fait je suis au collège/lycée international à XXX et au
346 lycée le Corbusier à XXX

347 **Er** : C'est pas tout près !

348 **Carole** : Ouai il y a bien 20 minutes de voiture entre les deux donc quand tu finis à 12h à l'un
349 et que tu reprends à 12h55 à l'autre, donc cours qui débute à 12h55, ben il faut courir un
350 peu quoi ! Donc du coup c'est forcément en voiture on peut pas faire autrement.

351 **Er** : Et le fait de manger dans la voiture, quelque chose que tu ne faisais pas avant du coup

352 **Carole** : Ah bah non ! Ça c'est sûr !

353 **Er** : Est-ce que ça te pose des problèmes ?

354 **Carole** : Ben c'est surtout que j'arrive pas à digérer mais bon. Est-ce que ça vient de là ou
355 est-ce que ça vient pas de là ? Maintenant j'en sais rien.

356 **Er** : Mais je veux dire, en termes de bien-être et de confort.

357 **Carole** : Ah bah évidemment, évidemment ! Si tu veux habituellement ce que je fais ... Enfin
358 bon, il y a une salle des profs avec le micro-onde et tout ce qu'il faut là où il faut. Donc
359 habituellement je m'apporte soit un plat micro-onde quand j'ai vraiment pas le temps soit
360 j'ai toujours des restes : ma salade mes trucs mes machins et puis je peux faire réchauffer au

361 micro-onde, on s'installe autour d'une grande table, on discute. Enfin bon c'est sûr qu'on a le
 362 temps de souffler et de décompresser. Quand tu cours d'un établissement à l'autre en
 363 mangeant dans la voiture, tu n'as pas le temps de décompresser.

364 **Er** : Et est-ce que ne pas avoir le temps de passer du temps avec les collègues ça influe sur
 365 les relations qu'on peut avoir avec eux ?

366 **Carole** : C'est possible. Je sais qu'on communique par mail quand on a besoin d'un autre
 367 côté je pense aussi que c'est surtout un état d'esprit parce que tu vois par exemple en ZEP,
 368 au moment où ils ont su que j'arrivais, le responsable, oui parce que dans chaque
 369 établissement tu as un responsable d'équipe au niveau des enseignants. Donc tu as un
 370 responsable pour l'équipe des profs de maths, un responsable pour l'équipe des profs de
 371 français etc. Et tout de suite le responsable des profs de maths de Le Corbusier m'a
 372 téléphoné en me disant « bienvenue dans l'équipe, demain on fait un repas chez une
 373 collègue (c'était la veille de la rentrée) ça serait sympa si tu pouvais venir. Donc si tu veux
 374 avant de les connaître, j'étais déjà invité. Donc je suis allée au repas, on a discuté, on s'est
 375 présentés donc si tu veux déjà je connaissais toute l'équipe de maths. On s'est tout de suite
 376 échangé nos mails, nos numéros de portable et tout ça. Donc ils savent que je suis que 8h
 377 sur leur établissement mais voilà je suis au courant de tout, je suis dans la liste de diffusion,
 378 quand j'ai besoin de quelque chose, j'hésite pas à demander. Y a pas de soucis de ce côté-là
 379 même s'ils savent que je ne suis pas souvent sur l'établissement. De l'autre côté où donc je
 380 suis 13h, c'est totalement différent parce que déjà les heures de cours c'est 50 minutes. T'as
 381 50 minutes, 5 minutes de repos, 50 minutes, 5 minutes de repos, 50 minutes, 5 minutes de
 382 repos et c'est ce rythme-là tout le temps. Y a pas de récré par exemple. Y a pas de récré ni
 383 pour les collégiens, ni pour les lycéens. Ça fait de grosses journées qui pour certains
 384 commencent à 8h et se terminent à 18h. En ayant 50 minutes pour manger. Parce qu'en plus
 385 du programme j'ai envie de dire « normal » de l'éducation nationale, ils ont le programme
 386 de section donc ils ont 8h de cours en langue étrangère en plus. Bah ça faut les caser. Donc si
 387 tu veux c'est un établissement où 1) on est tout le temps en train de courir. Mais même je
 388 veux dire en temps normal parce que quand t'as 50 minutes, le temps que tous tes élèves
 389 sortent, que tu fermes la salle, que tu cours, que tu ailles dans l'autre, que tu ouvres, que tu
 390 allumes tout enfin voilà. Donc 1) on est tout le temps en train de courir et 2) le fait que ça
 391 soit un établissement international il y a quand même des personnes qui sont assez imbu
 392 d'eux-mêmes. Sans être médisante ou quoi que ce soit, qui sont vraiment imbu de leur
 393 personne et alors moi je ne suis qu'une remplaçante donc tu comprends ... voilà. Donc c'est
 394 vrai que de ce côté-là l'ambiance est pas top. Maintenant bah voilà, on s'y fait hein. Toute
 395 façon quand on travaille il y a toujours des gens qu'on apprécie et des gens qu'on apprécie
 396 moins c'est tout.

397 **Er** : Et du coup le problème il vient de ton statut plus du fait que tu sois nouvelle dans la
 398 profession ?

399 **Carole** : Non je pense pas que ce soit un problème de ... bah non surtout vu mon âge, à 50
 400 ans si tu veux, je passe très bien, ils se posent pas de question. Par rapport à des petits
 401 jeunes qui eux sortent du concours et qui eux sont surveillés ... Tu vois c'est un
 402 établissement où dès qu'il y a quelque chose qui va pas les parents contactent tout de suite
 403 la direction. Ils ne contactent pas les profs ou le prof principal, ils appellent la direction.
 404 Donc, moi j'ai eu un souci avec un collègue mais bon ça c'est voilà. Et donc au bout d'un
 405 moment j'ai craqué et j'ai voulu donner ma démission et partir. Je suis allée voir la principale
 406 pour la partie collègue et la proviseure pour la partie lycée end demandant si les parents

407 s'étaient plaint de moi et ils m'ont dit absolument pas. Et ça je peux te dire que c'est un
 408 signe parce que je connais plein de collègues qui ont les parents sur le dos. Et quand je leur
 409 ai expliqué un peu ce qu'il se passait avec un des fameux collègues elles m'ont dit « oh mais
 410 laissez tomber, glissez, on connaît très bien monsieur machin et non, non vous inquiétez pas,
 411 restez, il fait ça à tout le monde. » C'est-à-dire que comme je suis arrivée, il a voulu me
 412 prendre sous son aile très gentiment donc je me suis dit tiens pourquoi pas. Et il m'a dit
 413 « moi aussi j'ai des 1^{ères} ES/L je vais te donner mon cours. » Donc il me donne le 1^{er} cours,
 414 bon très bien, sauf que moi avec ma classe j'avais fini le cours qu'il n'en avait pas fait la
 415 moitié ! Donc au départ il me dit « On fait contrôle commun ? » Je lui ai dit que moi j'avais
 416 contrôle la semaine prochaine, ça y est le chapitre est terminé. « Ah non mais non c'est pas
 417 possible, c'est pas comme ça qu'il faut que tu fasses, il faut faire ci, il faut faire ça. » Fin voilà.
 418 Et je l'ai eu comme ça sur le dos pendant 15 jours jusqu'à venir m'engueuler en classe
 419 devant mes élèves. Donc quand j'ai vu que ça commençait à tourner au vinaigre devant mes
 420 élèves, parce qu'il a commencé à fin bon bref, que je savais pas, que j'étais pas une bonne
 421 enseignante, que ci que ça. Donc j'en sentais 2 ou 3 qui bouillaient là devant parce que mine
 422 de rien mes élèves m'aiment bien donc j'ai attrapé les 2 délégués et je leur ai dit « bon je
 423 vous nomme responsables de la classe, je sors 10 minutes, entre temps vous me faite tel et
 424 tel exercice. Et je vérifie. » Je suis sortie avec mon collègue et là je lui ai dit ma façon de
 425 penser. Disons que 1) il était bien gentil mais j'avais 50 ans et c'était pas à lui de me dire
 426 comment je devais faire que 2) c'était très gentil d'avoir voulu m'aider mais que j'allais pas
 427 me retarder spécialement parce que lui n'avance pas à la même vitesse que moi et que 3) il
 428 est bien gentil mais maintenant il a ses élèves qui l'attendent et les miens qui m'attendent !
 429 Alors j'ai été moins gentille que ça. Autant dire que je lui ai sorti ma façon de penser. Et en
 430 fait depuis, après il a fait courir tout un tas de bruits sur moi, les parents qui se plaignaient
 431 de moi et tout et tout. Donc au bout d'un moment je suis allée voir la principale et puis la
 432 proviseure adjointe en leur disant « écoutez, s'il y a des parents qui se plaignent de moi,
 433 dites le moi. » Moi les parents je peux les appeler, je les contacte, enfin je veux pas rester
 434 sur un malentendu quoi ! Et elles m'ont dit « Mais pas du tout ! Personne ne s'est plaint de
 435 vous ! Vous inquiétez pas, on vous l'aurait dit s'ils s'étaient plaints de vous ! » [A son mari qui
 436 vient de rentrer] Bonsoir Pascal ! Ah ouai mais y a des trucs enfin bon ... Donc oui l'ambiance
 437 du lycée international me stresse. Enormément ...

438 **Er** : Et donc avant tu n'étais que à Le Corbusier ?

439 **Carole** : Alors en fait, avant, l'année dernière j'étais au lycée Pierre Corneille à XXX. Où
 440 c'était super !

441 **Er** : Et donc comment ça se passe, c'est en fin d'année que tu sais si tu restes ou si tu vas
 442 ailleurs ?

443 **Carole** : C'est ça. Absolument. En fait dès le mois de juin je sais par les proviseurs s'ils ont
 444 leur équipe complète ou non. Donc s'ils ont leur équipe complète bah voilà au revoir
 445 madame et s'ils ont pas leur équipe complète et que je suis satisfaisante, en fait c'est au
 446 proviseur d'appeler le rectorat pour dire qu'il va manquer une personne l'année prochaine
 447 et j'aimerais bien conserver madame machin. C'est comme ça que ça se passe. Et donc moi
 448 j'ai un entretien en mai, enfin c'est comme ça que ça s'était passé l'année dernière, avec le
 449 proviseur qui en fait, fait un bilan sur moi au rectorat. Est-ce que je suis ponctuelle, est-ce
 450 que mes cours sont biens, est-ce que mes élèves se plaignent de moi, est-ce que je suis assez
 451 ferme avec mes élèves ... enfin voilà, il m'a montré la fiche il y a tout un tas de remplir et
 452 donc il te convoque après pour en discuter avec toi. Moi l'année dernière c'était très bien,

453 très bien, très bien, très bien, très bien ... Cette année je sais pas mais [Rires]. Bon on verra
 454 bien. Voilà donc c'est un peu comme ça que ça se passe. Donc si tu veux ça me stresse pas
 455 de changer d'établissement ou tout ça, c'est mon choix. Mais ce qui me stresse c'est le lycée
 456 international parce que c'est quand même quelque chose de très particulier et une
 457 ambiance très particulière à laquelle ... j'ai pas l'habitude c'est tout.

458 **Er** : C'est très compétitif en fait.

459 **Carole** : Oui et ça je supporte pas ! Alors que inversement au lycée Le Corbusier je suis plus
 460 dans la gestion des cas sociaux. C'est pas du tout la même approche, il faut être à la fois
 461 psychologue, grande sœur, maman, accessoirement prof de maths !

462 **Er** : Accessoirement ?!

463 **Carole** : Honnêtement pour certains oui. Tu vois dans ma classe de STMG par exemple, j'ai
 464 une gamine qui a 18 ans et qui a déjà un môme de 2 ans. J'en ai un qui est suivi car il a été
 465 jeté dehors par ses parents. Fin voilà donc c'est des cas lourds quoi. Y a des cas lourds ...
 466 Donc ils sont pas du tout attentifs, les maths ils s'en foutent ça j'ai bien compris donc on fait
 467 au mieux quoi. C'est pas du tout la même approche. Un c'est compet compet compet
 468 compet et l'autre c'est plus dans la gestion du quotidien.

469 **Er** : Et du coup tu es professeure principal où ?

470 **Carole** : Au collège international, pour des 5^{èmes}. C'est tout mignon à cet âge-là. Un autre
 471 truc tout bête : il y a eu une journée déguisée pour mardi gras. Sur 50 profs on a été 3 à être
 472 déguisés ! Et moi j'étais déguisée évidemment [Rires]. Et t'en as qui m'ont regardé comme
 473 ça de la tête aux pieds en disant « Pff comment tu te décrédibilise envers les élèves ». Moi je
 474 pense que pas du tout. On s'est pris en photo avec les gamins, ils étaient trop contents
 475 « Madame madame on peut se prendre en photo avec vous ? » et je leur disais « Bien sûr
 476 mais tu me les envoies les photos ! » et hop voilà on s'est pris en photo, on a gagné le
 477 concours avec ma classe de 5^{ème}. J'ai pas eu du tout l'impression de me décrédibiliser si tu
 478 veux, au contraire. Et donc j'avais un costume d'*assassin's creed*. Parce que le thème c'était
 479 jeux de société et jeux vidéo.

480 **Er** : Oh c'est cool ! Nous en 1^{ère} on a gagné en étant déguisés en Schtroumpfs !

481 **Carole** : [Rires] Pas mal ! Qu'est-ce que je peux te dire d'autre, je sais pas ...

482 **Er** : Oh t'inquiètes pas j'ai plein de questions, moi, si tu veux !

483 **Carole** : Bah vas-y, vas-y. Aller pose moi plein de questions.

484 **Er** : Je vais revenir sur le fait que, tout à l'heure tu m'as dit que en début d'année tu avais
 485 commencé à être essoufflée et tu me parlais de petits bobos : mal de dos etc. Est-ce que
 486 suite à ça tu as changé des habitudes ? Alors que ce soient des habitudes alimentaires, de
 487 pratiques ...

488 **Carole** : Euh ... Oui. Absolument, j'ai changé des habitudes. En habitudes alimentaires on a
 489 pas mal diminué tout ce qui était sucre et graisses. Au niveau pratique, normalement, je
 490 devrais aller à la piscine, je n'y suis jamais allée. En fait mon médecin m'avait conseillé d'aller
 491 à la piscine mais j'ai peur de l'eau.

492 **Er** : Arf c'est pas terrible !

493 **Carole** : Donc voilà. En théorie j'aurais dû aller à la piscine. Nan mais ce que je fais par
 494 exemple, j'évite de porter trop de choses lourdes. Parce que du coup je sais que ça agit sur

495 mes lombaires et que mes lombaires n'aiment pas ça. Donc par exemple quand je vais faire
496 les courses à carrefour ou n'importe où, y a les gamins soient ils m'accompagnent pour
497 m'aider à porter, je me débrouille pour que ça soit un jour où ils soient là, soit je laisse tout
498 dans le coffre à part le frais et quand ils sont là, ils sortent et c'est eux qui s'en occupent
499 quoi. Donc je me fais plus aider.

500 **Er** : Et donc ça c'est vraiment dû à l'avancée en âge ?

501 **Carole** : Au vieillissement oui oui oui. Absolument.

502 **Er** : Donc tu me disais, moins de sucre et moins de graisse c'est pour ...

503 **Carole** : Alors ça c'est pour moi, c'est pour mon mari, mais c'est surtout qu'avec la
504 ménopause on a tendance à prendre du poids du fait de la réorganisation des graisses, des
505 trucs et des machins. Et au vu de mes antécédents on va dire que c'est quelque chose auquel
506 on fait un peu plus attention. D'autant plus que c'est quand même bien connu que une
507 alimentation riche en fruits et en légumes diminue les risques de cancer.

508 **Er** : Donc là ça va être un peu cliché mais c'est ce qu'on entend à la télé finalement ? c'est les
509 pubs de prévention ?

510 **Carole** : Oui mais c'est ce que m'a dit aussi mon oncologue.

511 **Er** : Donc ça c'est quelque chose à laquelle tu fais attention ?

512 **Carole** : J'essaie de faire attention ouai. Tout à fait. On mange quand même pas mal de
513 légumes et de fruits.

514 **Er** : Et entre le médecin qui dit qu'il faut faire ça et les différentes pubs qu'on peut voir,
515 quelle importance tu attaches à l'un et à l'autre ?

516 **Carole** : Honnêtement la publicité 0 et mon médecin 100 % !

517 **Er** : Et est-ce que le médecin il n'est pas influencé par, parce que toutes les pubs qu'on voit
518 ce sont les institutions de santé qui les donnent, donc c'est des choses qui sont aussi dites
519 aux médecins en parallèle. Est-ce que finalement ça revient pas au même ?

520 **Carole** : Oui peut-être. Alors ce que je sais aussi c'est que entre autres, mon oncologue fait
521 des recherches sur certains aliments, certains médicaments même tout bêtes du genre
522 aspirine enfin tout ça pour éviter les récurrences donc j'ai quand même plus tendance à croire
523 mon médecin même si je sais qu'il est sûrement influencé par l'ARS⁷.

524 **Er** : Tu as quand même une culture scientifique développée !

525 **Carole** : Oui ! J'ai une bonne culture scientifique parce que bon pas avec mon DEA de chimie
526 analytique mais en fait les 4 années que j'ai fait avant la maîtrise. A l'époque ça s'appelait
527 maîtrise de science et technique en chimie appliquée à la biologie donc c'était beaucoup de
528 biologie et de chimie. Donc c'est vrai que je sais décoder à peu de choses près un bilan
529 médical. Je sais lire entre les lignes. Et quand je sais pas, je sais sur quel site aller chercher et
530 c'est pas *allo docteur* que je prends comme site ! Je suis assez attentive à tout ça.

531 **Er** : Et c'est une curiosité scientifique ou plus de manière générale ?

532 **Carole** : Surtout de la curiosité scientifique mais je suis aussi quelqu'un de très curieuse donc
533 en tout. Je m'intéresse à tout, je m'intéresse aux trains, je m'intéresse aux voyages, je

⁷ Agence Régionale de Santé

534 m'intéresse à plein de choses. Mais ça peut être un intérêt ponctuel c'est-à-dire sur le coup
535 on parle d'un truc je vais aller rechercher, regarder et tout et puis au bout d'un moment ça
536 m'intéresse plus et je passe à autre chose. Il y a certains trucs tu vois je zappe beaucoup. Par
537 contre tout ce qui est au niveau scientifique oui ça m'a toujours intéressé.

538 **Er** : Du coup, alors je veux pas rentrer dans un débat théologique mais je sais que tu es très
539 croyante et là tu me dis que tu crois beaucoup en la science. Est-ce que ces deux facteurs ils
540 t'aident à relativiser la mort, la maladie ...

541 **Carole** : Ah tout à fait ! Absolument !

542 **Er** : Comment l'un et l'autre t'aident par rapport à ça ?

543 **Carole** : bah si tu veux, ma foi m'aide à supporter le fait que ... euh ... je suis pas éternelle,
544 que je peux mourir n'importe quand et que comme je crois en la vie éternelle, je sais que
545 c'est qu'un passage. Après je dis pas que j'ai pas peur ! [Rires] Mais bon, ça m'aide. Ça
546 m'aide énormément et ça m'a énormément aidé quand j'ai eu mon cancer. Maintenant mon
547 côté curiosité scientifique fait que quand j'ai quelque chose, je veux savoir exactement ce
548 que c'est. Et ça mon médecin l'avait parfaitement compris donc tout de suite il m'a donné
549 tous les bilans et qu'est-ce que ça voulait dire et j'ai besoin de discuter pour apprivoiser la
550 maladie si tu veux. Quand on veut pas me dire j'ai l'impression qu'on me cache des choses et
551 du coup ça me panique beaucoup plus que le fait de savoir. Pour le cancer bah tout de suite
552 j'ai employé le mot cancer et j'ai expliqué aux gamins, à leur niveau ce que c'était un cancer.
553 Mais moi j'ai voulu savoir c'était quel type de cancer, comment ça se propageait et est-ce
554 que si et est-ce que j'avais des gènes mutés. Au bout d'un moment le toubib a dit « Ok je
555 vous dis tout ! ». Mais sinon, si tu veux, ça me permet de, comment dirais-je, d'avoir
556 l'impression de maîtriser quelque chose. J'ai envie de dire que plus tu apprends à connaître
557 ton ennemi moins tu en as peur.

558 **Er** : Donc la maladie c'est un ennemi ?

559 **Carole** : Oui.

560 **Er** : Pourquoi ?

561 **Carole** : Le cancer c'était un ennemi car ça pouvait me tuer. Après la maladie en elle-même
562 non. Faut pas croire, c'est pas parce que je suis croyante et que je crois en la vie éternelle
563 que ça veut dire que je suis pas attachée à ma vie terrestre ! [Rires] Donc tout ce qui peut
564 me raccourcir ma vie terrestre c'est un ennemi. [Rires] Voilà.

565 **Er** : Donc tu me disais que tu te rends compte que tu n'es pas éternelle, c'est un truc général,
566 on dit à 50 ans qu'on se rend compte qu'on n'est pas éternels ...

567 **Carole** : Bah moi je m'en suis rendue compte à 38 ans.

568 **Er** : Avec le cancer ?

569 **Carole** : Avec le cancer. C'est là que raiment j'ai fait mon deuil de ça. Mais c'est vrai que, je
570 suis d'accord avec toi, y a beaucoup de personnes qui, quand on discute avec elles, arrivées
571 à 50 ans, paniquent. Fin je vois par exemple ma maman me raconter que voilà, arrivée à
572 50 ans elle avait complètement paniquée parce que qu'elle me disait « voilà je suis arrivée à
573 la moitié de ma vie et qu'est-ce que j'ai fait ? »

574 **Er** : Et c'était quoi ?

575 **Carole** : Elle avait fait une sorte de bilan en fait, et ça l'a énormément paniqué et stressée.

576 **Er** : Et donc toi la maladie t'a fait faire ton bilan plus tôt ?

577 **Carole** : Plus tôt oui. Tout à fait.

578 **Er** : Et ça consiste en quoi ce bilan à ce moment-là ?

579 **Carole** : Ben à ce moment-là ce bilan c'est que j'avais accepté le fait que j'allais mourir.

580 **Er** : C'était que du présent, tu t'es pas retournée sur le passé, tu t'es pas penchée vers
581 l'avenir ?

582 **Carole** : Non. Je ne me penchais plus du tout sur l'avenir. Pour moi je vivais au jour le jour,
583 j'arrivais pas à me projeter dans l'avenir. Je vivais vraiment au jour le jour. Et j'avais accepté
584 le fait que je pouvais mourir. Donc j'avais fait si tu veux mon, comment on dit ça, j'étais allée
585 voir à l'époque le Père Valentin et Benoit Chevalier, ce sont les 2 qui m'ont suivi pendant
586 toute la durée de ma maladie. Donc j'ai reçu le sacrement des malades et ils étaient
587 prévenus au cas où que j'avais envie de recevoir l'extrême onction si nécessaire. Donc j'ai
588 fait tout un bilan sur ma foi, ils m'ont énormément accompagné à ce niveau-là d'où le fait
589 que à l'époque j'avais accepté que je pouvais mourir.

590 **Er** : Et là maintenant est-ce que ton bilan est différent ?

591 **Carole** : Oui ! [*Rires*]

592 **Er** : Oui, d'accord question bête réponse bête !

593 **Carole** : Bah attend ! J'ai plus envie de mourir !

594 **Er** : Nan mais je voulais dire, est-ce que maintenant tu te penches sur l'avenir ? Tu me disais
595 que tu ne t'étais pas penchée sur ton avenir ce que je peux comprendre mais que tu te
596 n'étais pas penchée sur ton passé et est-ce que maintenant c'est le cas ? Est-ce que tu te dis
597 « boh j'ai fait ça, j'aimerais bien faire ça » ?

598 **Carole** : En fait j'ai pas vraiment tendance à me pencher trop sur mon passé, je préfère
599 regarder devant moi en fait. Ce qui est passé est passé ! Ce que j'ai fait, je l'ai fait et ce que
600 j'ai pas fait bah tant pis et puis de toute façon je peux rien y changer. En fin, quand je dis je
601 peux rien y changer, si il y a des attitudes qu'on peut changer ou des comportements ou etc.
602 le fait d'être passée par le cancer, oui ça m'a fait énormément changer au niveau de mes
603 relations avec les gens et au niveau surtout de mes priorités. Ça, ça m'a énormément
604 changée, il y a des choses qui m'importaient à l'époque mais alors depuis ça me ... ça m'est
605 royalement égal quoi ! Donc oui, c'est vrai qu'on change énormément.

606 **Er** : Et donc là tes priorités c'est quoi ?

607 **Carole** : Là ma priorité c'est ma famille, mes enfants, ma famille. C'est-à-dire ma priorité
608 c'est que les 3 monstres là ils trouvent tous un boulot qui leur convienne, ma priorité c'est
609 d'essayer de tenir assez longtemps, parce que moi je me verrais bien en petite vieille avec
610 des petits enfants ! Nan mais si tu veux la maladie te fais découvrir les gens différemment et
611 il y a des gens auxquels j'étais très attachée avant, qui tu sais, pendant la maladie se sont
612 totalement détournés de moi ... Donc du coup j'ai changé de regard sur les personnes de
613 mon entourage proche ou moins proche. Et j'essaie maintenant de ne pas trop juger les gens
614 même si c'est difficile, m'enfin voilà on en est tous là, et je parle pas de ma foi, bon je me dis
615 après tout, on connaît pas tout d'eux, on ne sait pas ce qu'ils vivent et finalement il y a des
616 gens qui étaient très proches qui pendant ma maladie m'ont complètement tourné le dos et
617 à qui j'aurais donné le bon Dieu sans confession si tu veux ! Et d'autres qui finalement

618 n'étaient pas forcément très proches qui m'ont soutenu et se sont rapprochés. Donc
619 voilà, ça te, je me dis que la maladie c'est quand même une chose assez intéressante pour
620 que tu puisses voir autour de toi qui tient vraiment à toi ou non. Bon même si faut dire que
621 tu prends quand même une belle claque, mais c'est bien aussi. Ça permet de faire un bilan
622 des gens, sur les gens qui sont autour de toi.

623 **Er** : Donc autant un bilan personnel que sur les autres finalement.

624 **Carole** : Tout à fait. Parce qu'en fait tu vois comment agissent les autres vis-à-vis de toi. Et
625 finalement, qu'est-ce que ces gens que tu considères comme des amis, tu te rends compte
626 qu'en fait ces gens-là, non ! C'est simplement qu'ils avaient besoin de toi et puis c'est tout
627 quoi. Maintenant que tu peux plus rien leur offrir... c'est tout.

628 **Er** : Ça doit faire drôle quand même.

629 **Carole** : Ça fait un drôle d'effet oui. Surtout qu'il y en a vraiment 2-3 là je ... j'en suis tombée
630 de haut ... mais bon, pensons, soyons positifs : je pense à tous les autres gens avec qui je me
631 suis rapprochée comme Natacha, où à l'époque on était moins proches et puis là on est plus
632 proches et puis d'autres et puis voilà quoi ! C'est comme ça c'est pas grave, la roue tourne !

633 **Er** : Heureusement qu'on reste pas bloqué à des stades désagréables parce que sinon ... Et
634 donc les changements que tu as eu, soit à cause de ton cancer, soit parce que tu t'es rendue
635 compte qu'il y avait des choses que tu ne pouvais plus faire physiquement, est-ce qu'on te
636 les as fait ressentir. C'est-à-dire même sur le ton de la blague, est-ce que ton mari, tes amis,
637 tes enfants t'ont dit « ah tu vieillis ! » ?

638 **Carole** : Non.

639 **Er** : Y a rien qui t'en as fait prendre conscience mis à part ton propre corps ?

640 **Carole** : Non rien mis à part mon propre corps. Je vois par exemple un truc que j'ai pas dit
641 tout à l'heure : mon jardin j'y arrive plus donc bah j'ai pris une entreprise qui vient s'occuper
642 de mon jardin. Bon là je fais juste la tonte et puis c'est tout. Tout le reste, tout le gros du
643 jardin que je faisais avant, je le fais plus. Et je ne peux pas demander à mes brillants fils
644 malgré leurs muscles parce que Jean-Baptiste est allergique comme pas deux donc il peut
645 pas, lui [*désignant son mari*] c'est pareil. Mais non personne m'a dit « ah tu vieillis ! » c'est
646 moi qui en blaguant dis « olala je vieillis j'y arrive plus » mais non, non, non personne m'a
647 fait la remarque.

648 **Er** : Et en se comparant avec les copines ? Est-ce que parfois tu te dis « oh la vache elle
649 vieillis, on a le même âge est-ce que je suis pareille ? »

650 **Carole** : Non, en fait non. C'est vrai que c'est un truc qui me vient pas à l'idée, honnêtement
651 non.

652 **Er** : Donc pour toi finalement le vieillissement c'est de la continuité, il n'y a pas de rupture ?

653 **Carole** : Non, non, non y a pas de rupture. Je crois que ça vient petit à petit et petit à petit tu
654 te rends compte qu'il y a des choses qui te sont plus difficiles et c'est tout quoi.

655 **Er** : Et donc il y a nécessité de s'adapter ?

656 **Carole** : Nécessité d'accepter surtout je pense.

657 **Er** : Parce que sinon ?

658 **Carole** : Parce que sinon, si tu n'acceptes pas ton vieillissement, je pense que c'est pire !
659 Parce que de toute façon le vieillissement il est là, le corps ... il est là donc après si tu
660 l'acceptes pas je pense que 1) ça doit être déprimant 2) pff je pense que tu peux faire des
661 conneries, peut-être, bon je sais pas j'invente mais peut-être prendre des stupéfiants ou des
662 trucs pour te soutenir, pour te dire bah si j'étais capable de le faire je dois encore être
663 capable de le faire. Je pense que c'est pas une bonne solution

664 **Er** : Et est-ce qu'il faut être à l'écoute de certaines choses pour avoir un vieillissement le
665 meilleur possible en fait ? Est-ce que déjà c'est important d'avoir le vieillissement le meilleur
666 possible ?

667 **Carole** : Bah oui ! Bien-sûr ! Puisque déjà de toute façon, le vieillissement tu t'en rends
668 compte avec les douleurs, donc si tu essaies d'avoir le moins de douleurs possible, bah c'est
669 toujours bon. Parce que quand je dis les douleurs, bah t'as les articulations qui sont,
670 comment dirais-je, j'allais dire moins huilées, c'est pas moins huilées mais ... bon qui
671 fonctionnent quand même plus mal, moi je sais que j'ai les vertèbres qui se tassent, j'ai de
672 l'arthrose. Bon bah tout ça c'est dû au vieillissement donc bah faut faire attention à soi, faire
673 attention à tout ça.

674 **Er** : Faire attention à soi ça passe par quoi ?

675 **Carole** : Bah par exemple ... pff ... qu'est-ce que je peux te donner comme exemple ? Je sais
676 pas.

677 **Er** : C'est suivre des indications, c'est être à l'écoute de son corps ?

678 **Carole** : Moi je dirais plus être à l'écoute de son corps, après, ne pas hésiter à parler à
679 quelqu'un de confiance, bon moi je sais que j'ai 100 % confiance en mon médecin
680 généraliste donc quand j'ai le moindre doute je lui en parle. Bon d'un autre côté je suis aussi
681 une tête de mule et quand je me dis « oh bah non ça c'est rien, ça c'est rien » et puis quand
682 ça revient bon je vais me décider à lui en parler. Mais bon c'est parce que si tu veux on a, j'ai
683 pas le mode d'emploi de la vieillesse ! Donc, comme on n'a pas le mode d'emploi pour être
684 parent quand on a les gamins, donc voilà j'ai envie de dire que on essaie de faire au mieux
685 en fonction de nos connaissances et euh ... Parce que au départ quand tu as un peu mal à la
686 hanche tu te dis « bon bah c'est normal j'ai un peu forcé » ou « je me suis mal couchée » ou
687 « je me suis mal mise » ou enfin voilà etc. Et puis quand ça revient souvent tu te dis « tiens
688 c'est bizarre quand même, bon faudrait peut-être que j'en parle au docteur » et puis voilà
689 quoi. Alors bon des fois c'est rien du tout, des fois ça passe tout seul, puis des fois ça passe
690 pas.

691 **Er** : Et là ?

692 **Carole** : Là tu y cours chez ton docteur ! [Rires]

693 **Er** : Et c'est toujours chez le médecin généraliste ?

694 **Carole** : Ouai moi je vais toujours chez mon médecin généraliste.

695 **Er** : Y a pas d'ostéo, de kiné, de sophro, d'acuponcteur ?

696 **Carole** : Non. C'est vrai que l'ostéo j'y suis jamais allée, le kiné non plus.

697 **Er** : Pourquoi ?

698 **Carole** : Pas dans mes habitudes, je sais pas. J'ai pas été conseillée.

- 699 **Er** : Pas conseillée, c'est-à-dire ? On t'a déconseillé ça ?
- 700 **Carole** : Ah non non pas du tout ! Mais jamais personne m'a dit « tiens tu devrais aller voir le
701 kiné pour telle ou telle chose ou l'ostéo pour telle ou telle chose » donc voilà quoi. Et donc
702 pour l'instant j'en n'ai pas encore ressenti la nécessité si tu veux. J'aurais plus tendance par
703 exemple si j'étais vraiment gênée par mon arthrose, ce qui pour l'instant n'est pas le cas,
704 j'aurais plus tendance à la rigueur à aller voir un rhumatologue plutôt qu'un ostéo ou un
705 kiné.
- 706 **Er** : Tu restes dans les médecines on va dire très classiques et très scientifiques.
- 707 **Carole** : Oui je préfère.
- 708 **Er** : De par ta culture scientifique ?
- 709 **Carole** : Je pense que c'est de par ma culture scientifique oui. C'est vrai que je suis très peu
710 dans les médecines douces ou les médecines parallèles. Pour moi l'homéopathie, même si
711 tout le monde m'en dit énormément de bien, vu ma culture de chimiste, les quantités
712 infinitésimales qui changent quelque chose ça m'a toujours parut un peu aberrant.
713 Maintenant je sais qu'il y en a sur qui ça marche. Mais d'un autre côté, c'est pareil : mon
714 esprit critique scientifique me dit « si on leur donnait de l'eau est-ce que ça marcherait pas
715 aussi ? »
- 716 **Er** : Effet placebo ?
- 717 **Carole** : Placebo ouai. Peut-être que non peut-être que oui, voilà je ne sais pas. Je me suis
718 jamais penchée sur la question.
- 719 **Er** : Et donc si tu avais des preuves de l'efficacité scientifique est-ce que ça te pousserait à y
720 aller ?
- 721 **Carole** : Peut-être. Si j'avais une preuve de l'efficacité scientifique pourquoi pas, mais
722 pousser à y aller ... si vraiment je pouvais pas faire autrement. Mais je suis plus en médecine
723 classique.
- 724 **Er** : Du coup si les médecines non classiques ça s'apparente à ... c'est pas croyances le bon
725 terme ... mais de l'ordre de ce que l'on pense être possible, est-ce que ça rentre en
726 interaction avec ta foi par exemple ?
- 727 **Carole** : Je pense pas non. Je pense pas non parce que si tu veux ma foi m'a permis de ... Bon
728 j'ai vécu quelque chose quand j'ai eu mon cancer : à la deuxième série de chimio j'ai failli
729 mourir parce que ça m'avait détruit tous mes globules blancs, j'étais monté à plus de 40 de
730 fièvre et j'ai failli ne pas passer la nuit ... Donc je m'étais faite à l'idée que ça y est c'était le
731 moment et que bon j'allais mourir. Et j'ai prié. Et en priant j'ai ressenti une grande chaleur et
732 le lendemain c'était fini. Je dis pas que j'ai été guérie mais quasiment. Donc si tu veux je suis
733 capable d'accepter des choses inexplicables. Maintenant j'ai quand même un esprit
734 scientifique plus terre à terre.
- 735 **Er** : Donc sur les trucs plus généraux, ça va être du doute ?
- 736 **Carole** : Ouai. Je suis toujours en train de douter.
- 737 **Er** : Et on va prendre l'exemple de tout ce qu'on va appeler les remèdes de grands-mères, ce
738 qui est d'utiliser la nature finalement pour se soigner...
- 739 **Carole** : Attends ça c'est différent !

- 740 **Er** : Justement !
- 741 **Carole** : Ça c'est différent parce que utiliser la nature pour se soigner, j'ai envie de dire, c'est
742 la base des médicaments.
- 743 **Er** : Oui sauf qu'ils sont synthétisés donc c'est plus tout à fait la même chose.
- 744 **Carole** : Oui maintenant ils sont synthétisés mais à l'époque ils l'étaient pas. Par exemple
745 pour faire tomber la fièvre, j'avais ma grand-mère qui me faisait des infusions de fleurs
746 d'orties, d'orties blanches, et ça marchait. Pourquoi, parce que dans la plante il y a un
747 principe actif qui fait baisser la fièvre. Mais alors attends, ça ça ne me gêne pas du tout ! Au
748 contraire !
- 749 **Er** : Donc quelles différences tu fais ? Parce que pour moi les médecines douces, la
750 naturopathie en fait partie.
- 751 **Carole** : Bon la naturopathie je suis d'accord. Moi c'est l'homéopathie qui me chagrine
752 particulièrement si tu veux, voilà. Mais tout ce qui est plantes et produits naturels oui.
753 Attends ça peut être aussi dangereux voire plus dangereux qu'un médicament synthétique.
754 Parce qu'il faut quand même se dire que toute la base elle vient de là hein.
- 755 **Er** : Donc du coup les plantes pas de soucis, parce que c'est scientifiquement prouvé.
- 756 **Carole** : Oui. Mais je veux dire, dès le départ, tu as plein de cultures qui ne se soignent que
757 par les plantes.
- 758 **Er** : Il y a aussi des cultures qui se soignent que par des croyances.
- 759 **Carole** : Aussi, mais après j'en suis pas là. Moi tu vois quand on me parlait d'antibiotiques
760 homéopathiques ça me faisait un peu hurler. Quand je vois des gens qui veulent soigner des
761 cancers par l'homéopathie, vu ce par quoi je suis passée, permet moi de douter ! [Rires]
762 Peut-être que ça marche, je ne sais pas, mais j'aurais pas tenter le diable tu vois ! [Rires]
- 763 **Er** : Et du coup tu vas beaucoup être dans tout ce qui est prévention ?
- 764 **Carole** : Qu'est-ce que tu appelles prévention ?
- 765 **Er** : Alors ... par exemple avec l'âge tu me disais qu'on peut prendre du poids, sachant que
766 c'est quelque chose qui a été généralisé parce que c'est quelque chose qui arrive à tout le
767 monde.
- 768 **Carole** : Donc je fais attention à mon poids oui tout à fait.
- 769 **Er** : Donc à ce que tu manges, à faire de l'exercice et tout ça ?
- 770 **Carole** : Oui, voilà c'est ça, tout à fait ça oui.
- 771 **Er** : Et donc tout ce qui va être, parce que là en plus tu as 50 ans pile donc tu as dû recevoir
772 la fameuse lettre pour le dépistage du cancer colorectal ...
- 773 **Carole** : Absolument, que je vais faire.
- 774 **Er** : Bientôt, pas bientôt ?
- 775 **Carole** : Euh quand j'aurais 5 minutes ! [Rires] Pour l'instant je m'occupe d'autres choses
776 avant mais oui, oui c'est prévu. Bon par contre de toute façon je ne participe pas à la
777 prévention pour le cancer du sein vu que j'ai eu un cancer du sein. Donc je suis en dehors de
778 cette feuille de prévention. Mais oui, oui, oui le cancer colorectal absolument. Surtout que
779 j'ai une de mes tantes qui a un cancer du côlon.

- 780 **Er** : Donc en plus population potentiellement à risque.
- 781 **Carole** : Voilà. Bon y en n'a qu'une mais on sait jamais. Donc je le ferais
- 782 **Er** : Et tu n'as aucune appréhension vis-à-vis de ça ?
- 783 **Carole** : Non.
- 784 **Er** : Tu te dis que de toute façon il faut que tu le fasses et point barre ?
- 785 **Carole** : Voilà. C'est ça. Non non j'ai pas d'appréhension, tu sais j'ai accepté. Je te dis hein, il
786 y a 12 ans j'ai accepté le fait que bon bah voilà ... Au contraire j'ai envie de dire que ... c'est
787 comme j'accepte aussi le fait que je voulais plus aller voir mon oncologue et j'ai accepté le
788 fait que si, je vais aller le voir tous les ans même si les 10 ans sont passés. Parce que je sais
789 que une fois par an j'ai un bilan complet et donc une fois par an je sais où j'en suis. Donc oui,
790 ça j'accepte sans problème.
- 791 **Er** : Je me posais la question parce que des fois tu pouvais attendre 3-4 jours avant d'aller
792 chez le médecin.
- 793 **Carole** : Oui quand j'ai un rhume ou quand j'ai une bronchite ou quand j'ai un machin parce
794 que bon j'aime pas rater. D'un autre côté quand c'est quelque chose d'un peu plus, enfin
795 quand je sens que c'est quelque chose de différent, bon c'est vrai que je me soigne
796 beaucoup toute seule. Quand j'ai un rhume je vais pas forcément courir chez mon médecin
797 parce que j'ai un rhume. Ou quand je tousse bah au départ, bah voilà je cours pas forcément
798 chez mon médecin parce que je tousse. Bon par contre quand je vois que je commence à
799 avoir un peu de fièvre, que je tousse et que ça se passe pas, à ce moment-là j'y vais. Et en
800 général il sait que quand j'y vais, j'y vais jamais pour rien. C'est « mais vous pouviez pas venir
801 plus tôt ! » en général c'est plutôt ça, mais bon. Mais parce que si tu veux 1) j'aime pas
802 déranger 2) si c'est pour me dire que j'ai rien ... Tu sais, moi on m'a toujours dit on attend 2
803 jours et puis on voit au bout de 2 jours et puis des fois ça se passe tout seul et puis si ça se
804 passe pas bah à ce moment-là on prend RDV et puis voilà. C'est vrai que je suis plus dans
805 cette culture-là.
- 806 **Er** : Et quand tu me disais que tu te soignais toute seule c'est de l'automédication ?
- 807 **Carole** : Oui. Alors quand je dis automédication ça se limite à ibuprofène et à mon anti-
808 inflammatoire pour mon dos. Ça j'ai ma dose d'anti-inflammatoire et je sais le gérer. Et le
809 docteur sait que je sais le gérer.
- 810 **Er** : Et dans tes attitudes de prévention, donc tout ce qui va être notamment faire les
811 dépistages, est-ce que tu es attentive aux campagnes de sensibilisation qu'il peut y avoir ?
- 812 **Carole** : Tout ce qui est truc à la télé honnêtement non, j'y suis pas très attentive. Par contre
813 c'est vrai que le fait d'avoir été quand même, pendant plusieurs années, dans les
814 associations dont je t'ai parlé tout à l'heure, on avait quand même un certain contact avec
815 l'ARS. Donc oui du coup on est plus sensible à certains trucs que d'autres.
- 816 **Er** : Et est-ce que tu as l'impression que les 50naires, parce qu'ils sont au début du
817 vieillissement et donc une population plus à risque potentiellement, ils sont particulièrement
818 ciblés par ces campagnes ?
- 819 **Carole** : En fait j'aurais pas mis la barre à 50, j'aurais mis la barre plus haut moi. Parce que
820 honnêtement à 50 ans tu te sens pas vieux, t'as pas l'impression [*Rires*] donc tu peux te dire :
821 « tout ça c'est pas pour moi ». Bon c'est vrai que moi du fait de mes antécédents j'y fais plus

822 attention, mais j'aurais pas eu ces antécédents, honnêtement, franchement je sais pas si
823 j'aurais fait attention.

824 **Er** : Donc si je résume : on sait qu'on n'est plus éternelle parce qu'on se rend compte qu'on
825 est à la moitié de sa vie mais par contre, c'est pas pour autant qu'on fait attention parce que
826 ça nous ferait nous sentir vieux ?

827 **Carole** : Peut-être bien. J'avais pas vu la chose sous cet angle là mais peut-être. C'est qu'en
828 fait tu te rends compte que dans ton esprit tu te sens pas vieux. Moi j'ai toujours
829 l'impression de toujours avoir mes 15 ans, mes 20 ans, enfin de pas avoir évolué à ce niveau-
830 là tu vois. Mais après c'est ton corps qui te dit que non il y a des choses que t'arrives pas à
831 faire mais ... tu vois par exemple mon grand-père, 2-3 ans avant sa mort, il avait 80 ans je lui
832 disais, à l'époque j'étais jeune, « mais grand-père pourquoi tu vas pas dans les clubs du 3^{ème}
833 âge pour discuter avec des gens de ton âge ? » et il me disait « mais y a que des vieux là-
834 dedans ! » « bah grand-père ils ont ton âge ... ». Je crois que même à 73 ans on se sent pas
835 vieux. Le corps vieilli, donc ça bah tu l'accepte, y a des choses que tu peux plus faire, mais tu
836 te sens pas vieux.

837 **Er** : En fait la barre de la vieillesse elle avance en même temps que nous c'est ça ?

838 **Carole** : J'ai l'impression oui. C'est un peu ça ouai. Parce tu vois moi ma mère elle a 73 ans et
839 elle se sent pas vieille. Alors évidemment y a des choses qu'elle peut plus faire : elle a du mal
840 à marcher, elle a du mal à faire de choses mais pour elle, elle est pas vieille tu vois. Donc
841 ouai je crois que moralement, mentalement on se sent pas vieux, c'est le corps qui nous
842 rappelle qu'on n'a plus 20 ans. Et je crois que du coup on a tendance à tout faire pour
843 améliorer notre condition de vie et essayer de limiter la vieillesse de notre corps, ou au
844 moins les douleurs. Je crois si tu veux qu'on accepte que le corps vieillisse, on n'est pas
845 éternel, mais je crois qu'on n'accepte pas d'être traité de vieux. J'ai 50 ans, je me sens pas
846 vieille, même si ça fait 15 ans que j'ai les cheveux blancs, donc que je me colore, et ça c'est
847 un signe.

848 **Er** : Parce que se sentir vieux ça passe par le regard des autres ? Ou par ton propre regard ?

849 **Carole** : Par son propre regard d'abord. Fin en tout cas pour moi ça serait par mon propre
850 regard oui.

851 **Er** : Mais du coup ta comparaison, tu la fais avec qui ?

852 **Carole** : Ben vis-à-vis de ce que j'étais il y a quelques années.

853 **Er** : Est-ce que tu te dis « ah c'était mieux avant » ?

854 **Carole** : Je sais pas, j'ai pas l'impression. Faut s'adapter à son temps et puis c'est tout hein.
855 Je crois que tout ça c'est une question d'adaptation, après soit on est capable de s'adapter
856 soit on n'est pas capable de s'adapter mais c'est vraiment lié à une question d'adaptation.

857 **Er** : A une adaptation uniquement physique ou mentale aussi ?

858 **Carole** : En première physique, le mental vient après. Parce que mentalement tu te sens pas
859 vieux.

860 **Er** : Et est-ce que des fois il n'y a pas une prise de conscience où tu te dis « j'ai plus 20 ans » !

861 **Carole** : Ah si, oui, oui tout à fait ! Ah bah par exemple là quand je cours et quand j'ai mes
862 6h de cours dans la journée et que je passe d'un niveau à l'autre, d'un établissement à

863 l'autre et que j'arrive au bout de mes 4 étages haletante, à la fin de la journée je suis crevée
864 et oui je me dis que j'ai plus 20 ans !

865 **Er** : Donc c'est toujours une prise de conscience par le corps ?

866 **Carole** : Oui.

867 **Er** : Et il n'y a pas de baisse de moral ?

868 **Carole** : Non. Non, je suis pas du genre dépressive.

869 **Er** : Non mais sans aller jusque-là des fois se dire « j'ai plus le temps de rien ».

870 **Carole** : oui alors c'est vrai que des fois je me dis que j'ai plus le temps de rien et que
871 j'aimerais bien faire autre chose, mais d'un autre côté, j'adore tellement enseigner que c'est
872 pas si pesant. Bon ce qui est pesant en fait c'est toute la préparation que j'ai à faire à la
873 maison. Mais bon ça je sais que si tu veux, je me suis donnée 3 ans pour préparer tous les
874 niveaux. Une fois que j'aurais au moins les niveaux de prêts, bon après ça se modifie s'il y a
875 des changements de programme ou des trucs mais j'aurais une base. Pour l'instant cette
876 base je l'aie pas. Donc c'est vrai que voilà, en ce moment c'est un boulot énorme.

877 **Er** : Et ça fait combien de temps que tu enseignes ?

878 **Carole** : 1 an et 1 mois, voilà 13 mois. J'ai commencé à enseigner le 1^{er} février 2016.

879 **Er** : Et avant tu avais été ...

880 **Carole** : Avant j'ai été pion pendant 18 mois. Enfin surveillante, toujours dans le même
881 établissement, le lycée Corneille. Et en fait il s'est trouvé qu'un professeur est parti en milieu
882 d'année et du coup le proviseur, bon moi aussi j'en avais un peu marre d'être surveillante, et
883 j'avais passé un entretien pour en fait, voilà, pour devenir professeur contractuel parce que
884 j'ai plein de collègues qui me disaient « mais attends t'es bonne en maths, il manque plein
885 de profs de maths, pourquoi t'essayes pas contractuel en maths ? ». Alors au départ je leur
886 ai dit que je saurais jamais « mais si, mais si tu sauras ! » et puis bah voilà. Donc au bout d'un
887 moment je me suis dit pourquoi et pas et sans rien dire à personne je suis allée passer, donc
888 j'ai envoyé ma candidature, ils m'ont convoqué, j'ai passé l'entretien et puis voilà quoi
889 j'attendais un poste. Donc ça, ça s'est passé un mercredi après-midi donc le jeudi matin
890 quand même, je suis honnête, je téléphone à mon proviseur pour le prévenir que voilà d'un
891 jour à l'autre on peut m'appeler pour partir quoi. Et du coup il m'a dit « Partez pas, partez
892 pas partez pas ! Il y a Monsieur machin qui s'en va le 31 janvier, vous ne voulez pas
893 reprendre ses classes ? » J'ai dit « Euh vous croyez ? » « Oui, oui, oui ! Pourquoi vous voulez
894 pas rester chez nous ? » « Ah bah si, si, si, si moi je veux bien rester chez vous ! » et c'est
895 comme ça que je suis devenue prof de maths. Alors ça a commencé par 2 classes de 2^{nde} et
896 puis on m'a balancé une classe de T^{ale} STMG. Parce qu'il y a une prof qui était limite
897 dépression parce qu'ils étaient épouvantables. Mais du coup c'est bien, ça m'a bien formé
898 parce que ceux de cette année ... je me dis que finalement les T^{ales} STMG de l'année dernière
899 ils étaient vachement sympa ! [*Rires*] Nan mais bon j'adore le contact avec les jeunes moi de
900 toute façon. Là-dessus j'ai pas changé et je changerai pas.

901 **Er** : Que avec les jeunes ?

902 **Carole** : Non pas que avec les jeunes, j'adore le contact humain en général. C'est pour ça que
903 après avoir arrêté de travaillé et comme les enfants étaient grands et que je m'ennuyai à la
904 maison je me suis dit « je vais reprendre quelque chose ». Donc c'est là que j'ai choisi

905 surveillante. Je me suis dit « tiens après tout pourquoi pas surveillante comme ça je suis
906 dans un lycée avec des jeunes et tout c'est sympa ». Et puis de là ça m'a amené prof de
907 maths.

908 **Er** : Et tu es restée combien de temps femme au foyer ?

909 **Carole** : 20 ans.

910 **Er** : Et donc c'était un choix ?

911 **Carole** : Oui pour m'occuper de mes enfants et je me suis jamais ennuyée je peux te dire !
912 [*Rires*] c'est passé trop vite ! Quand on voit leur taille !

913 **Er** : Et donc en parlant de tes enfants : est-ce que tu fais attention à leur santé ou est-ce que
914 tu estimes qu'ils sont assez grands pour s'en occuper eux-mêmes ?

915 **Carole** : Deux choses : je fais attention à leur santé du point de vue handicap. Parce que j'ai
916 quand même Pierre et Christophe, en tant que dys, qui ont un handicap. Donc c'est vrai que
917 ça j'y fais très attention. Bon évidemment quand ils sont malades je les emmène chez le
918 médecin, tout ça. Bon par contre Jean-Baptiste à 23 an je juge qu'il est quand même assez
919 grand pour s'occuper de sa santé, se brosser les dents et son hygiène et j'en passe et des
920 meilleures. [*Voyant son mari qui regarde l'horloge*] Oui, oui mon chéri il est l'heure !

921 **Er** : C'est l'heure de manger ?

922 **Carole** : Oui désolée ... Tu as d'autres questions à me poser ?

923 **Er** : Juste 2 !

924 **Carole** : Alors vas-y.

925 **Er** : Est-ce que ce que toi tu transmets à tes enfants par rapport aux bonnes pratiques de
926 santé c'est quelque chose que t'ont transmis tes parents ?

927 **Carole** : Non. Je dis non au niveau de mes parents parce que déjà 1) mon père est mort très
928 jeune d'une cirrhose du foie : alcoolisme ; et on avait plutôt tendance à se nourrir de bifteck-
929 frites et de choses bien grasses. Donc au niveau santé c'est quand même pas top.

930 **Er** : Et il est décédé à quel âge ?

931 **Carole** : 45 ans.

932 **Er** : Et ils étaient quoi respectivement ?

933 **Carole** : Mon papa était électricien et ma maman était vendeuse dans le domaine du jouet.

934 **Er** : Et donc eux, ils n'avaient pas du tout la même approche que toi tu peux avoir de la
935 santé maintenant ?

936 **Carole** : Non, non du tout.

937 **Er** : Et est-ce que, de par tes proches, car tu m'as dit que tu avais une tante qui avait un
938 cancer, est-ce que ce risque te pousse à avoir des habitudes et des attitudes spécifiques en
939 termes de santé ?

940 **Carole** : Bah je pense oui. Bon par exemple, je sais si tu veux quand je dis que je vais pas chez
941 mon toubib tous les 4 matins c'est que je sais quand même reconnaître une angine, une
942 bronchite, voilà quelques pathos. Par contre quand j'ai eu vraiment des troubles intestinaux
943 importants, là j'en ai tout de suite parlé à l'oncologue qui m'a fait passer, fibroscopie,

944 coloscopie tout ça, bon finalement il n'y avait rien. Mais oui du fait des antécédents
945 familiaux il y a quand même certains points où je fais plus attention que d'autres
946 absolument.

947 **Er** : Et question par laquelle j'aurais peut-être dû commencer : tu me parlais d'essoufflement
948 au début mais est-ce que tu as constaté une baisse de la vue, de l'ouïe ?

949 **Carole** : Oui, la vue oui.

950 **Er** : Ça date de quand ça alors ?

951 **Carole** : Les lunettes ? Les lunettes pour voir de près ça date de mes 40 ans [Mari : Depuis
952 que t'es vieille !]

953 **Er** : [Au mari] Alors c'est quand être vieux ?

954 **Pascal** : Quand on n'y voit plus rien c'est un bon indice.

955 **Carole** : [Rires] Si tu veux ça fait un an que j'ai des lunettes pour voir de loin et de près, mais
956 ça fait une dizaine d'année que je mets des lunettes pour lire. L'ouïe, non, j'ai pas constaté
957 de baisse. J'entends très bien.

958 **Er** : Ah oui tu me disais que le vieillissement on s'en rendait compte avec les douleurs, donc
959 s'il n'y avait pas de douleurs on ne se rendrait pas compte qu'on vieillit ?

960 **Carole** : Non. Les douleurs et aussi les raideurs. Quand je dis les raideurs, c'est par exemple
961 quand je reste trop longtemps assise, après j'ai du mal à me redresser, mais c'est pas une
962 douleur ça. C'est vrai qu'on s'en rend compte parce qu'on a beaucoup plus de douleurs,
963 enfin c'est mon cas.

964 **Er** : Alors du coup, dernière petite question : j'ai vu aujourd'hui qu'ils allaient mettre une
965 pastille sur la nourriture de la même manière que sur la pollution des voitures, comme aussi
966 sur les frigidaires il y a un truc A+ etc. Est-ce que c'est quelque chose à laquelle tu vas faire
967 attention ?

968 **Carole** : Oui parce que dans les aliments qu'on achète il y a beaucoup de sucres cachés, de
969 gras, de trucs qu'on connaît pas. Quand tu vois que ne serait-ce que sur une confiture, par
970 exemple de la marmelade d'orange amère, simplement c'est parce qu'on l'a regardé samedi
971 dernier, on est allés à Monoprix. Tu compares les marmelades et t'en as ou tu as des listes
972 d'ingrédients comme ça ! [Montre une grande mesure entre ses mains] Et tu te dis pourtant
973 la marmelade c'est des oranges et du sucre, enfin voilà, tu t'attends pas à trouver une liste
974 grande comme ça ! Donc oui je trouve que c'est bien.

975 **Er** : je vais juste prendre ton mail pour pouvoir t'envoyer la retranscription.

976 **Carole** : [Ecris son adresse mail] Tu arrives à me relire ?

977 **Er** : Oui parfait ! Merci de m'avoir accordé un peu de ton temps.

978 **Carole** : Bah je t'en prie.

Après que l'entretien ait été écourté j'ai posé mes dernières interrogations par e-mail.

979 **Er** : Merci encore pour le temps que tu m'as accordé c'était vraiment très enrichissant ! Une
980 petite question avant que je n'oublie : Il y a souvent des polémiques voire des scandales

981 lorsque des nouveautés médicales ou de nouvelles mesures arrivent. On peut citer le vaccin
 982 contre le cancer du col de l'utérus par exemple. Il y a même des retraits de certains
 983 médicaments comme les pilules de 3ème génération ou de certaines pratiques comme les
 984 dentifrices au fluor. Ces "erreurs" ne te font elles pas remettre en cause ou douter de la
 985 validité scientifique ? Et du coup : suis tu les recommandations de vaccination ? Si oui
 986 directement ou seulement parce que ton médecin te le dit ? Désolée ça fait beaucoup de
 987 questions d'un coup mais tant que j'y pense ^^ Merci encore !

988 **Carole** : Désolée pour hier soir : Hervé est plutôt du genre "ours" ! Pour répondre à ta
 989 première question : personne n'est parfait, encore moins les scientifiques. En général, si un
 990 médicament ou un vaccin sort sur le marché c'est qu'il a été testé par de nombreuses
 991 équipes scientifiques avant et validé par l'ARS. Maintenant, tu sais comme moi que chaque
 992 personne est unique et ne réagit pas de la même façon à un "produit". Par exemple, la
 993 première fois que j'ai été opérée (j'avais 10 ans et demi) de l'appendicite, mon médecin
 994 généraliste de l'époque (qui a assisté à l'opération) m'a dit que je me réveillais au milieu de
 995 l'opération et qu'on a été obligé de m'injecter rapidement une autre dose d'anesthésiant !
 996 Depuis, je préviens les anesthésistes ! J'élimine très rapidement les médicaments et parfois,
 997 un traitement antibiotique "normal" ne suffit pas. Mon médecin généraliste me connaît et
 998 sait qu'il faut me donner des doses massives tout de suite. Mais s'il n'y avait pas eu cette
 999 première fois, je ne le saurais pas ! La validité scientifique est pour le plus grand nombre et il
 1000 y a des cas particuliers : tant que tu n'as pas essayé, tu ne le sais pas ! C'est un risque à courir
 1001 ! Autre exemple : J'ai eu une septicémie 3 semaines après la naissance de Patrick (infection
 1002 nosocomiale) et aucun médicament ne faisait effet. Les médecins ont donc testé sur moi un
 1003 antibiotique en phase de test qui a très bien fonctionné. Ils ont dit à ma Maman qu'à 24 h
 1004 près, j'étais morte ! Du coup, je suis les conseils de mon médecin qui me connaît bien
 1005 (depuis 21 ans) et qui a tout mon dossier médical. Je lui fais entièrement confiance même si
 1006 je sais aussi qu'il est humain et susceptible de faire des erreurs, comme tout le monde mais il
 1007 m'a déjà sauvé la vie (réellement) deux fois et ce n'est pas vain ! Autre exemple : je n'ai
 1008 jamais été vaccinée, ni les enfants contre l'hépatite B car mon oncle et mon cousin germain
 1009 sont morts de la sclérose en plaque. Sachant que nous ne sommes pas des personnes "à
 1010 risques" dans notre comportement (sexuel, pas de drogues etc.), mon médecin me l'a
 1011 fortement déconseillé. En fait, tout est une question d'expérience personnelle et de
 1012 confiance.

1013 **Er** : Aucun soucis je peux comprendre qu'il avait faim ! Ton médecin généraliste est un peu
 1014 comme un médecin de famille ? Quelqu'un qui te suit, qui te connaît et qui t'écoute ? Est-ce
 1015 que c'est important d'avoir ce lien avec un professionnel de santé ?

1016 **Carole** : Oui, c'est très important pour moi d'avoir une relation de confiance totale avec un
 1017 professionnel de la santé. Car il faut pouvoir tout lui dire honnêtement sans rien cacher
 1018 sinon, on fausse le diagnostic ! En effet, mon médecin généraliste est comme un médecin de
 1019 famille "de campagne" ! Il me connaît bien, il m'écoute.

Entretien n°6/10 – Anne-Sophie	
La santé vers 50 ans c'est « <i>Continuer de faire les mêmes choses qu'à 40</i> »	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, Responsable promotion et événementiel, 47 ans, Bac économique, Maîtrise de géographie, mariée, 3 enfants (2 filles et 1 garçon), catholique pratiquante, littéraire et campagnarde d'origine
Date de l'entretien	22 mars 2017
Lieu de l'entretien	Lieu de travail
Ville	Paris
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	88 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son bureau, enquêteur et enquêté seulement
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'enquêtée ne s'intéresse pas à la santé de manière scientifique. Elle fait entièrement confiance à son médecin et fait le nécessaire obligatoire mais pas de prévention car elle estime que les autorités peuvent nous tromper. D'ailleurs elle n'est pas du tout scientifique et n'y comprends rien donc elle ne s'intéresse pas aux informations qu'on peut trouver en ligne. Ses origines rurales lui font « croire » en les médecines alternatives bien qu'elle n'en use que peu. Elle a une très bonne santé. Sa religion lui donne de l'optimisme face à la vie et elle essaie de faire tout le plus simplement possible dans ses pratiques. Son entourage a été beaucoup touché par le cancer donc cette maladie lui fait peur mais elle ne veut pas se renseigner sur le sujet de peur de vivre dans l'angoisse constante.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

- 1 **Er** : Bonjour, merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi. Je te rappelle qu'on fait
2 un mémoire à 3 sur la santé chez les 45-60 ans parce qu'on a remarqué qu'on en parlait très
3 peu. Je te rappelle également que cet entretien est enregistré mais il va être anonymisé et je
4 vais te faire une retranscription donc si tu la veux je pourrais te l'envoyer par mail et tu
5 pourras y apporter des modifications.
- 6 **Anne Sophie** : Je suis tout à fait d'accord pour l'enregistrement et je veux bien faire des
7 corrections si besoins.
- 8 **Er** : Les corrections c'est surtout si tu vois que « ah bah c'est pas exactement ce que je
9 voulais dire ». C'est pas obligatoire.
- 10 **Anne-Sophie** : Ah d'accord.
- 11 **Er** : Du coup on se demande si la cinquantaine change quelque chose dans la vie.
- 12 **Anne-Sophie** : Je ne sais pas. J'ai 47, du coup je ne sais pas. [*Rires*]
- 13 **Er** : Oui enfin de manière plus générale, plus ou moins 50 ans.
- 14 **Anne-Sophie** : Alors, ce que j'imagine de la 50aine c'est qu'il y a énormément de
15 changements physiques chez une femme à la 50aine, mais je les imagine pour le moment,
16 des expériences que j'ai côtoyé : de bouffées de chaleur, de poids, de transformations et
17 d'apparitions d'inconvénients qu'il n'y avait pas avant.
- 18 **Er** : Il n'y a que des inconvénients, il n'y a pas de plus ?
- 19 **Anne-Sophie** : Non parce que tu ne peux plus avoir de bébé et ça va être une catastrophe de
20 se dire que c'est fini. [*Rires*] J'en ai 3 et je n'en aurais plus mais se dire que je ne peux plus
21 c'est compliqué.
- 22 **Er** : Pourtant tu n'en veux pas d'autres ?
- 23 **Anne-Sophie** : Oui mais on ne sait jamais, j'ai le droit de changer d'avis. Pour le moment
24 non.
- 25 **Er** : Tu te définis comme une femme parce que tu peux avoir des enfants ?
- 26 **Anne-Sophie** : Pas seulement parce que j'ai des amies qui n'ont pas d'enfants et qui sont des
27 femmes aussi. Pour moi c'est très important, j'ai eu mes enfants très jeunes, j'avais 25 ans
28 donc je concevais pas la vie sans enfants et j'en aurais adopté si je n'avais pas pu en avoir.
29 C'est très important pour moi. Je suis une mère poule.
- 30 **Er** : Ils ont quel âge tes enfants ?
- 31 **Anne-Sophie** : 21, 18 et 10.
- 32 **Er** : Il y a beaucoup d'écart avec le petit dernier.
- 33 **Anne-Sophie** : Oui je savais pas faire les garçons alors une fois que j'ai appris. Et j'ai pas
34 changé de papa !
- 35 **Er** : Tu es mariée ?
- 36 **Anne-Sophie** : Oui. Ça fera 24 ans. Oui il y en a qui résistent. On n'est pas nombreux dans
37 mes amis mais y en a qui résistent.
- 38 **Er** : Je touche du bois mes parents aussi.
- 39 **Anne-Sophie** : Les miens aussi ! Non mais c'est que ½ hein ...

40 **Er** : Donc tu me dis que la 50aine c'est surtout des changements physiques négatifs. Enfin
41 c'est comme ça que tu l'imagines. Et donc au niveau de la santé est-ce qu'il peut y avoir des
42 changements ?

43 **Anne-Sophie** : Oui parce que tous les contrôles obligatoires commencent à 40, 45 et 50 ans.
44 La mammographie tous les 2 ans, par exemple, mais c'est pas la seule. Je me dis
45 qu'effectivement il y a plus de risque après 50 ans puisqu'on nous demande de faire des
46 examens, plus réguliers, plus rapprochés. Même si c'est préventif, il y a quand même plus de
47 risque sinon on ne nous les ferait pas faire.

48 **Er** : Tu accordes beaucoup d'importance à ce que disent les institutions sanitaires ?

49 **Anne-Sophie** : Oui parce que je suis d'une famille où il y a eu beaucoup de cancer donc je
50 pense qu'il faut faire attention. J'ai fait vacciner mes enfants contre tout ce qui pouvait
51 exister comme vaccin [*Rires*] malgré la polémique de la sclérose en plaque. Plus grandes mes
52 filles me l'ont reproché. Je les ai vacciné toutes les 2 au *Gardasil*.

53 **Er** : Dans ta famille, c'étaient des cancers plutôt féminins, plutôt masculins ?

54 **Anne-Sophie** : Il y avait de tout : colon, sein, col de l'utérus, cancer de la peau pour papa. On
55 est sujet à ... moi je suis suivie car je suis femme à risque, j'ai été détectée, ça y est je le sais.
56 Donc oui je suis sensible à tout ce qui peut sortir sur la santé parce qu'on est une famille à
57 risque.

58 **Er** : Et du coup tu es suivie par qui ?

59 **Anne-Sophie** : Alors je vois ma gynéco très régulièrement, une fois par an, qui me fait tous
60 les bons examens qui vont bien. Mammographie et puis la série tous les 2 ans là. Et puis mon
61 médecin je le vois bien 2 ou 3 fois par ans.

62 **Er** : C'est pas excessif.

63 **Anne-Sophie** : Ah non c'est pas malade ! Bon là je le voyais plus souvent parce que je me
64 suis cassé l'épaule et du coup il y avait des points réguliers à faire et comme c'était un
65 accident de travail il fallait que je fasse prolonger les arrêts. Mais en dehors de ces périodes-
66 là. J'ai eu une période où je faisais pas mal de cholestérol donc là aussi c'était régulier.

67 **Er** : C'est apparu quand ça ?

68 **Anne-Sophie** : C'est apparu très tôt ça. J'ai eu un traitement *Roycutane*, contre l'acné quand
69 j'étais jeune et les gens qui sont susceptibles de faire du cholestérol en font pendant la
70 période du *Roycutane* et j'en ai fait. C'est un des risques, je l'ai eu. Et effectivement ça s'est
71 révélé vrai, quand je me suis cassée l'épaule et que je suis restée 2 mois à ne faire que
72 manger sur mon canapé parce que je ne pouvais rien faire d'autre j'ai refait du cholestérol.
73 Quand je fais plus attention, boum ça repart.

74 **Er** : Donc tu attention à ce que tu manges de manière générale ?

75 **Anne-Sophie** : Oui j'ai arrêté les doses de beurre sur mes tartines le matin, je suis une
76 normande donc je mets du beurre et de la crème partout !

77 **Er** : Tu as arrêté la crème aussi ?

78 **Anne-Sophie** : J'ai réduit.

79 **Er** : Les changements d'alimentation que tu as fait tu les as commencé quand finalement ?

80 **Anne-Sophie** : Alors je me suis cassée l'épaule en 2015, il y a 2 ans. J'avais pris 10 kg en 2
81 mois quand même. J'avais fait fort, mais je souffrais tellement. J'avais les côtes cassées et
82 l'épaule cassée, je ne pouvais rien faire j'étais comme ça dans un canapé nuit et jour
83 pendant 2 mois. Donc je faisais que manger, tout ce qui passait. Donc oui il a fallu perdre les
84 10 kg et faire attention et surtout retrouver un taux de cholestérol normal. Il a fallu faire
85 attention. Je dis pas que j'ai perdu les 10 hein ... Mais j'ai bien perdu 5-6kg.

86 **Er** : Donc c'était uniquement dû à l'accident ?

87 **Anne-Sophie** : Ah oui parce qu'une général je suis quelqu'un d'actif donc j'essaie de perdre
88 plus régulièrement.

89 **Er** : Tu penses que c'est important de faire attention à son poids pour quelles raisons ?

90 **Anne-Sophie** : Déjà pour me sentir bien.

91 **Er** : Mentalement tu veux dire ?

92 **Anne-Sophie** : Oui et puis physiquement : je rentre dans les pantalons et dans mes jupes et
93 ça me va ! Donc ça c'est déjà me sentir bien. Et comme je fais de la gym, quand je prends du
94 poids je sens que c'est moins facile pour bouger. Je fais els exercices moins vite, moins bien
95 donc il y a plein d'inconvénient quand tu grossis.

96 **Er** : Tu fais de la gym toutes les semaines ?

97 **Anne-Sophie** : Oui le mardi soir ou si je peux pas le vendredi soir. Mais au moins une heure
98 par semaine. Pendant que je re-peux.

99 **Er** : Et tu le fais uniquement pour te sentir bien dans ton corps et dans ta tête ou est-ce que
100 tu le fais aussi pour quelque chose d'autre ?

101 **Anne-Sophie** : Bah je me muscle, je le sens. J'ai retrouvé mes abdos donc ça c'est plutôt
102 sympa. Et je fais du jogging je week-end donc je me sens mieux le dimanche une fois que j'ai
103 éliminé toutes ces vilaines toxines. Je suis une grignoteuse donc si je faisais pas un minimum
104 de sport ça serait une catastrophe. Donc je fais attention je suis au pain azim mais le reste du
105 temps ça peut être du chocolat, des bonbons, tout ce qui passe. Donc oui c'est pour me
106 sentir bien, pour rentrer dans mes vêtements, pour être plus svelte et pour me muscler. Dès
107 que j'arrête je sens bien qu'ils sont beaucoup moins tendus quoi ... Mais j'avais plus le droit
108 pendant 1 an donc quand tu reprends tu sens bien que ... j'avais le droit qu'à la piscine mais
109 c'était compliqué.

110 **Er** : Mais tu y allais ?

111 **Anne-Sophie** : Oui une fois par semaine, et pourtant je suis pas du tout piscine, en plus je
112 chope une verrue à chaque fois que je mets le pied dans l'eau mais il fallait pour remuscler
113 mon bras. Mais je déteste ça, je me suis forcée pendant un an à y aller toutes les semaines.
114 Et puis ça fait du bien quand même malgré tout comme je pouvais rien faire d'autre.

115 **Er** : Du coup tu fais pas du sport parce qu'on dit qu'il faut faire du sport. Tu en fais parce que
116 ça t'apportes quelque chose personnellement.

117 **Anne-Sophie** : Ah bah oui il faut aire du sport ça j'en suis convaincue. Je vois bien mon mari
118 qui n'en fait pas. Je cherche les plaquettes de chocolat ... Bon il ne peut plus en faire à cause
119 d'un accident au foot et c'était un sportif pourtant. Il y a un des genoux qui suit plus donc ça
120 élimine beaucoup de sports.

121 **Er** : Tu as toujours fait du sport ?

122 **Anne-Sophie** : Oui, petite j'ai fait de la danse et ensuite j'ai toujours fait de la gym. Je suis
123 passée par le yoga, par la gym douce, du step, là c'est les abdos-fessiers.

124 **Er** : T'as pas fait de volley ou ...

125 **Anne-Sophie** : Non j'aime pas les sports co. J'ai pas l'esprit de compétition. Donc j'y vais
126 pour moi mais de là à gagner un match.

127 **Er** : Tu fais du sport pour te sentir bien, tu te fais des vaccins car tu as un terrain à risque
128 mais est-ce que tu fais les dépistages ?

129 **Anne-Sophie** : Oui dans les 2 obligatoires par ma gynéco tous les 2 ans.

130 **Er** : Et les non obligatoires ?

131 **Anne-Sophie** : Non je fais pas les non obligatoires, j'en n'ai pas connaissance et je cherche
132 pas à savoir. A partir du moment où ni la gynéco ni le médecin me disent qu'il faut le faire
133 pouf. Je cherche pas les complications en fait.

134 **Er** : Tu fais pas de recherches et tu suis ce que les professionnels disent.

135 **Anne-Sophie** : Oui. Dans les mots clés que je frappe il n'y a jamais rien en lien avec la santé.

136 **Er** : Il y a une raison à ça ?

137 **Anne-Sophie** : Non euh ... là j'ai une collègue qui a attrapé la maladie de Lyme, sur les tiques,
138 que je ne connaissais pas et j'ai pas eu envie de chercher. Je pense que ça m'aurait fait
139 flipper en plus donc c'était bien que j'y aille pas. Elle m'a expliqué ce que c'était, d'où ça
140 venait et comment on pouvait l'attraper à ça me suffit largement.

141 **Er** : Donc pour toi la santé c'est quelque chose qui est important mais qui n'est pas
142 forcément très investi ?

143 **Anne-Sophie** : Non, non. J'ai des collègues beaucoup plus investies.

144 **Er** : Sachant que tu as un terrain à risque ça te donne pas envie de chercher pour mieux te
145 protéger ?

146 **Anne-Sophie** : Bah le terrain à risque en fait je fais entièrement confiance aux 2 qui me
147 suivent. Et puis à part les bonbons et le chocolat j'ai plutôt une alimentation saine.

148 **Er** : Ça veut dire quoi saine ?

149 **Anne-Sophie** : Alors on a beaucoup réduit tout ce qui consommation de viande. Parce qu'on
150 l'a pas mal entendu au moment de la sortie de tous ces cancers que la viande était un
151 facteur de risque, j'ai jamais habitué mes enfants. Donc ça fait 25 ans qu'on n'en mange
152 jamais le soir, on n'en mange que le midi, tous. Viande et poisson hein on est d'accord. Mes
153 2 filles sont, du coup, entièrement végétariennes ! Moi j'aurais plutôt tendance à juste
154 réduire. Je pense que je garde la viande et le poisson de manière conventionnelle. Parce que
155 dans les repas c'est compliqué de dire que tu ne manges ni poisson ni viande. Je le vis avec
156 mes enfants ça me suffit ! J'ai le copain de ma fille est qui carrément vegan et du coup c'est
157 vrai que l'alimentation à la maison se complique parfois, surtout pour une normande, mais
158 je me suis mise à la crème de soja et tous les substituts possibles et imaginables. J'arrive
159 même à faire des tartiflettes sans tout ça, ça ressemble plus à des tartiflettes mais bon.
160 *[Rires]* Donc je fais quand même très attention à ce qu'on mange. Et quand on mange de la

161 viande ou du poisson c'est de chez le poissonnier et le boucher en supermarché ou en
162 barquette. Mais on a quand même une alimentation grasse malgré le fait de faire attention.
163 On mange beaucoup de fromage, ça personne n'a réduit chez nous et le week end, moi je
164 suis une pâtissière, donc je fais un gâteau. D'ailleurs mes enfants sont plus à la maison mais
165 ils rentrent le week end parce qu'ils savent qu'ils vont bien manger et des gâteaux.

166 **Er** : Les deux grandes sont plus chez toi donc ?

167 **Anne-Sophie** : L'année vit depuis 8 ans avec son copain sur Paris mais ils rentrent le week
168 end chez leurs parents l'un et l'autre. Et la deuxième elle a quitté la maison en début
169 d'année parce qu'elle fait une prépa mais elle rentre le week end pour faire laver son linge ...
170 Donc je fais attention à l'alimentation mais malgré tout on n'est pas une famille à manger
171 des légumes verts tout le temps.

172 **Er** : Tu crois qu'elles sont végétariennes par conviction ou c'est parce que tu les as habituées
173 à manger peu de viande ?

174 **Anne-Sophie** : C'est les 2. Elles ont été habituées par moi et plus elles se sont posées la
175 question, plus elles ont eu de conviction. Mais je peux le comprendre, je pense que j'ai induit
176 ces convictions. Et pourtant je suis une fille d'agriculteurs donc les animaux étranglés
177 pendant des heures dont le sang coule, j'ai vu. Mais je crois que justement j'ai trop vu.
178 Heureusement mes enfants n'ont pas vu. C'est quand même pas sympa. J'ai des souvenirs ...
179 j'ai été bien marquée et je pense que j'ai transmis ça aux enfants.

180 **Er** : Après tu leur en a quand même fait manger.

181 **Anne-Sophie** : Oui, peu mais oui. Mais par convention ! Mes parents c'était même pas
182 imaginable de ne pas manger de viande. J'avais gagné le soir mais j'ai jamais gagné le midi.
183 Pourtant quand on va manger chez eux maintenant mes enfants ont un plat végétarien à
184 chaque fois. Pour leurs petites filles ça ne pose aucun problème ! Pour le moment mon fils
185 mange encore une sorte de poisson, parce qu'il n'aime que le saumon, et de la viande. Je
186 sais pas si ça durera mais ... parce qu'elles lui en parlent pas mal quand même.

187 **Er** : Donc tu n'as pas le même régime alimentaire que tes parents mais tu as changé ça pour
188 quoi ?

189 **Anne-Sophie** : Bah je travaillais à Paris, j'avais des enfants, j'avais pas beaucoup de temps,
190 que j'arrivais à préparer des trucs pour le lendemain, des petits gratins mais la viande de la
191 veille c'était juste pas possible. Donc c'était le côté pratique. J'avais pas de tendance à
192 manger de la viande, ça me dégoutait donc j'ai vite réduit. Mon mari en mangeait le midi
193 donc il m'a très vite dit « t'inquiète pas si on n'en mange pas le soir, pas de soucis » donc
194 même à 2. Parce qu'on n'avait pas encore les enfants qu'on ne mangeait déjà plus de viande
195 le soir. Mais il y avait un aspect pratique et un aspect j'aime pas ça.

196 **Er** : Et tu me disais que tu avais entendu que c'était bien de réduire l'apport en viande, mais
197 tu l'as entendu où ?

198 **Anne-Sophie** : Oh ... à l'époque ... il y a 25 ans ... on le lisait un peu partout que la
199 surconsommation de viande, de poisson et de protéines du coup, pouvait induire des
200 cancers. C'était déjà écrit et relaté dans les journaux à l'époque.

201 **Er** : Donc pas les media généralistes pas forcément la presse spécialisée ?

202 **Anne-Sophie** : Non parce que je ne lis pas la presse spécialisée sur la santé.

203 **Er** : Tu aurais tendance à suivre les conseils donnés par le médecin généraliste et la gynéco
204 parce que tu leur fais confiance mais aussi les media ?

205 **Anne-Sophie** : Bah si plusieurs media se mettent à le dire ensemble oui. Je vais finir par le
206 croire. Peut-être pas au 1^{er} mais si le lis plusieurs fois je vais finir par me dire que oui il y a
207 peut-être une cause à effet.

208 **Er** : Donc juste parce que plusieurs personnes le disent ?

209 **Anne-Sophie** : Oui ça me convainc.

210 **Er** : Donc tu as changé tes habitudes mais pas parce qu'avec l'âge il faut faire plus attention ?

211 **Anne-Sophie** : J'ai toujours fait attention et comme j'ai un mari qui a fait du cholestérol dès
212 l'âge de 30 ans, on a tous fait attention très tôt.

213 **Er** : Donc tu as adapté pour tout le monde ?

214 **Anne-Sophie** : Oh oui ! Je suis une femme qui travaille avec 3 enfants et un mari et je
215 travaille à plus d'une heure de chez moi donc oui ! C'est le côté pratique quoi. Quand je
216 rentre et qu'il est plus de 20h je fais pas 3 repas différents. Quand les filles sont devenues
217 végétariennes ça posait pas de soucis puisqu'on mangeait déjà que des légumes. Mais quand
218 je fais des légumes le week end il y a souvent 2 choix, 2 légumes. En général je m'arrange
219 pour que chacun y trouve son compte.

220 **Er** : Et tu penses que les pratiques alimentaires que tu as toi, tes enfants vont les respecter ?

221 **Anne-Sophie** : Ah c'est clair. Je vois ce que les filles se font déjà chez elles la semaine et puis
222 les goûts de Paul iront certainement dans le même sens. Quand tu lui demande ce qu'il aime
223 c'est surtout des trucs que je fais.

224 **Er** : Et ça marche pour autre chose que l'alimentation ?

225 **Anne-Sophie** : Oh bah oui ils sont de vraies éponges. Ça reproduit ! Après il y a sûrement des
226 choses qui les intéresse moins que moi et qu'ils feront pas pareil. Mais sur l'alimentation
227 c'est beaucoup.

228 **Er** : Tu me disais que tu n'allais pas faire de recherches sur la santé.

229 **Anne-Sophie** : Elle non plus. Je les ai jamais vu faire parce que à 20 ans ...

230 **Er** : Et tu as les même pratiques que tes parents ? Mis à part sur l'alimentation.

231 **Anne-Sophie** : Bah je peux pas vraiment comparer ... Ils ont 90 ans donc il y a un fossé entre
232 leurs pratiques et les miennes. De manière alimentaire, à part l'aspect viande et poisson je
233 pense qu'on a les mêmes menus. Moi je fais beaucoup de quiches, ce genre de choses et
234 maman fait beaucoup de quiches aussi.

235 **Er** : Tu me disais que tu vas chez le médecin 3 ou 4 fois par an, est-ce que eux aussi ils y vont
236 peu souvent ?

237 **Anne-Sophie** : Alors eux ils ont des traitements depuis très longtemps, pour le cholestérol
238 donc ils vont chez le médecin tous les mois pour renouveler les médicaments.

239 **Er** : Et avant d'être malade ?

240 **Anne-Sophie** : Moi je les ai toujours connu avec du cholestérol. J'ai 47 ans et ça doit faire
241 50 ans qu'ils en font ! [Rires] Non ils ont toujours été comme moi, réguliers dans leurs
242 rendez-vous chez le médecin.

- 243 **Er** : La famille a toujours été très médicalisée.
- 244 **Anne-Sophie** : Je sais pas si 3 ou 4 fois par an c'est très médicalisé mais ...
- 245 **Er** : Non mais parce qu'il y a des antécédents et des maladies chroniques.
- 246 **Anne-Sophie** : Mais papa son cancer de la peau a été diagnostiqué super tard parce qu'il
247 était déjà en retraite.
- 248 **Er** : Et ça t'a pas donné envie d'en savoir plus à ce moment-là ?
- 249 **Anne-Sophie** : Non.
- 250 **Er** : Parce que ça s'est bien terminé ?
- 251 **Anne-Sophie** : Ah ben tu n'en guéri jamais. Là ils ont même pris un morceau de peau de la
252 fesse pour lui mettre sur la joue. Vers 70 ans ils ont dit que ça n'évoluait plus beaucoup mais
253 il a quand même une opération de prévue cet été. Là c'est de la surveillance tous les 6 mois.
254 Mais c'était un agriculteur il a été au soleil toute sa vie donc on connaît les risques, mais ils
255 s'en sont rendus compte que quand il est tombé à la retraite, il n'a jamais été voir un
256 dermatologue avant. Je pense qu'il a attendu que ça grossisse, grossisse et que le médecin mette
257 le nez dessus pour voir qu'il y avait quelque chose. Donc là il vit avec son cancer de la peau
258 depuis 30 ans.
- 259 **Er** : Donc il n'était pas du tout dans la prévention.
- 260 **Anne-Sophie** : Mais un agriculteur ça met pas de crème solaire. Ni mon père ni les copains
261 de mon père, je les ai jamais vu mettre de la crème solaire ! ça se faisait pas à la campagne il
262 y a 30 ans. Et puis ça se savait pas.
- 263 **Er** : Tu penses qu'il y a une connaissance médicale plus accrue maintenant ?
- 264 **Anne-Sophie** : Ah oui, oui, oui ! Parce qu'il y a plus de media et qu'on en parle plus dans les
265 media. Il n'y avait que la télé de mon temps. Oh ce que ça fait vieille ! Il y avait la télé mais il
266 n'y avait pas les réseaux sociaux, il n'y avait pas internet. Et puis moi à la campagne je ne
267 lisais pas les journaux. J'ai dû lire mon premier magazine j'avais 18 ans.
- 268 **Er** : Et tu penses pas que les gens sont peut-être plus intéressés ?
- 269 **Anne-Sophie** : Non parce qu'ils se posaient aussi la question de leur santé mes parents mais
270 comme ils étaient ignorants de ce genre de choses ils pouvaient pas le deviner.
- 271 **Er** : Donc c'est une médiatisation qui s'est développée.
- 272 **Anne-Sophie** : Oui.
- 273 **Er** : Et tu penses à quelque chose dont on parle plus aujourd'hui ?
- 274 **Anne-Sophie** : Hum on parle toujours autant des cancers. On parle moins du SIDA qu'à une
275 époque. Dans ma promo à Science Po j'ai un médecin qui est très investi dans la recherche
276 contre le cancer du sein et il en parle beaucoup donc je sais pas si j'en entendais autant
277 parler avant ou pas.
- 278 **Er** : C'est vrai qu'on entend beaucoup parler du cancer.
- 279 **Anne-Sophie** : Bah vu le nombre de gens qui en meurent ...
- 280 **Er** : Mais parallèlement il y en a plus qui vivent longtemps avec un cancer.

281 **Anne-Sophie** : Oui mais c'est toujours pareil, ça dépend duquel. Si c'est un cancer du foie tu
282 sais que c'est irréversible et que tu feras pas longtemps. il y a toujours ces 2 types de cancers.
283 Fin moi j'avais des amies de mon âge qui sont déjà mortes depuis longtemps parce qu'elles
284 avaient des cancers. Je sais pas ce qu'on disait tu temps de mes parents quand quelqu'un
285 mourrait à 40 ans mais je trouve qu'il y en a de plus en plus qui n'atteignent pas l'âge de la
286 retraite. Moi je passe pas une année sans que quelqu'un qui n'ait pas atteint l'âge de la
287 retraite décède. J'ai encore perdue une amie au mois de décembre. Elle aurait été en
288 retraite dans 2 ans. Ça ne touche pas que les personnes âgées malheureusement. J'ai pas de
289 statistiques mais on entend aussi parler de cancer chez les enfants. Alors il y a quand même
290 un truc qui fait que je ne regarde jamais les sites, les forums, les trucs. C'est que j'ai perdu
291 ma meilleure amie de fac, qui était mon témoin de mariage, d'une crise d'asthme et elle
292 avait même pas 30 ans à l'époque puisqu'elle est décédée l'année de naissance de ma 2^{ème}
293 fille. Je crois que ça, ça marque quand on a 26 ans ... Donc je fais attention mais j'ai pas envie
294 d'en savoir plus. J'ai un mari asthmatique et 3 enfants asthmatiques, donc je surveille et je
295 fais très attention. Ça marque, on n'imaginait pas pouvoir mourir d'une crise d'asthme à
296 28 ans.

297 **Er** : Pourquoi c'est pas l'inverse ?

298 **Anne-Sophie** : Parce qu'après on a diagnostiqué mon mari et mes enfants. Donc j'ai voulu
299 vivre normalement et arrêter de m'angoisser, arrêter d'imaginer le pire. Mon mari et mes
300 enfants auraient pas été asthmatiques j'aurais peut-être fait plus de recherches mais le fait
301 qu'ils le soient c'était même pas en rêve.

302 **Er** : C'est génétique l'asthme ?

303 **Anne-Sophie** : Oui. Ma fille te dirait que tout ce qu'il y a de mauvais chez elle, c'est son père
304 qui lui a transmis ! Elle l'a redit ce week-end d'ailleurs.

305 **Er** : Et c'est quoi ce qu'il y a de mauvais ?

306 **Anne-Sophie** : Bah elle fait de l'asthme, ce qui enclenche des allergies, ce qui enclenche des
307 problèmes de peau dans le cuir chevelu et partout, des plaques. Qu'est-ce qu'elle nous a dit
308 d'autres ... Alors évidemment elle est allergique aux acariens donc dès qu'on va en week-
309 end chez des amis, des trucs c'est une cata donc elle est sous *ventoline*. Et c'est vrai que
310 c'est elle qui en a chopé le plus. C'est l'ainée qui a tout pris. L'hiver c'est une horreur pour
311 elle ... et puis dans le cuir chevelu tu peux rien faire !

312 **Er** : Elle lui en veut pas trop à son papa ?

313 **Anne-Sophie** : Non elle le disait gentiment, même si elle a raison !

314 **Er** : C'est la petite pique.

315 **Anne-Sophie** : Oui

316 **Er** : Tu me disais que tu avais fait Science Po ?

317 **Anne-Sophie** : Je suis en train de faire Science Po. Ça fait 1 an, c'était en janvier l'année
318 dernière, j'ai commencé un master 2 de communication à Science Po, sur 2 ans.

319 **Er** : Et tu avais fait quoi comme études ?

320 **Anne-Sophie** : J'ai une maîtrise de géographie, ce qui n'a strictement rien à voir ! Entre
321 temps j'ai fait un stage en communication à l'ESCP mais rien de diplômant. Donc j'avais

322 envie, en cette période de licenciement, d'avoir sur mon CV un diplôme en comm. Parce que
323 je fais quand même de la comm depuis 25 ans.

324 **Er** : Et qu'est-ce qui t'as fait passer de la géographique à la comm ?

325 **Anne-Sophie** : Pour financer mes études je travaillais à la Chambre dans un service de comm
326 évènementiel, ça me plaisait bien. A la fin de ma maîtrise j'avais qu'une heure de cours alors
327 ils m'ont embauché à temps plein et ils m'ont titularisé parce que j'aimais ça. J'ai quand
328 même passé ma maîtrise pour l'avoir. J'ai tenté de repasser l'année de congé parental de ma
329 petite, le concours pour être prof, parce que c'était quand même le but au départ, que j'ai
330 pas eu bien évidemment parce que j'ai pas fait l'IUFM. Parce qu'en fait tu peux le faire en
331 candidat libre mais quand tu arrives à l'oral on te demande de parler du dossier que tu as
332 fait tout au long de l'année à l'école. Donc tu te fais repérer direct et j'ai bien compris que
333 c'était quasiment éliminatoire. Je l'ai passé 2 fois et je l'ai jamais eu donc j'ai arrêté parce
334 que ça suffit les conneries. Comme je voulais pas m'arrêter de travailler parce que j'avais
335 déjà des enfants et un appart à rembourser j'ai jamais repassé le concours via l'IUFM. Et ka
336 comm me plaisait tellement que la question ne s'est plus posée.

337 **Er** : Et tu n'as plus envie de retourner vers ça ?

338 **Anne-Sophie** : Non. Pour le moment non. Et puis avec le diplôme de com à Science Po ça m'a
339 redonné envie. C'est 2 jours par mois de cours, donc là j'y vais jeudi, vendredi. C'est une
340 étude de cas à rendre avec un voyage d'une semaine en Chine avec un rapport
341 d'étonnement, parce que moi je suis tombée sur la Chine, c'est 1 année sur 2 sinon c'était
342 les Etats-Unis. C'est un mémoire à rendre au 15 septembre et une soutenance en octobre.

343 **Er** : C'est dense comme planning.

344 **Anne-Sophie** : Un peu. En plus du job, des enfants, du truc ...

345 **Er** : Est-ce que dès fois tu as l'impression de manquer de temps ?

346 **Anne-Sophie** : Ah tout le temps. Ici on te dira que je suis la seule à qui il manque du temps
347 tout en arrivant tôt et en repartant tard. En sachant que le soir je travaille sur mon mémoire.
348 Et le week-end quand il n'y a pas de salon. Je m'accorde les samedi soirs, devant la télé, pour
349 faire un gâteau pour le lendemain.

350 **Er** : Tu t'accordes des temps de loisir ?

351 **Anne-Sophie** : Mon heure de gym je la fais pas sauter. Il y a un soir avec mon mari où je
352 m'autorise à regarder un série et en général le samedi soir j'ai les enfants, j'ai tout le monde
353 donc j'en profite. Puis septembre ça va, je prends une semaine de vacances en avril, je vais
354 l'écrire ce mémoire ! Ça me booste.

355 **Er** : Tant mieux !

356 **Anne-Sophie** : Mais j'ai une copine de Science Po à qui on a diagnostiqué un cancer, c'est
357 reparti ... ça s'arrête jamais ce truc.

358 **Er** : Et donc malgré tout ça tu t'interroges pas ? Tout le monde autour de toi est touché et
359 t'as pas envie de te renseigner ?

360 **Anne-Sophie** : ça fera quoi ? c'est pas parce que je vais me renseigner que soit je l'attraperai
361 ou que je l'attraperai pas !

362 **Er** : C'est pas faux.

363 **Anne-Sophie** : Je préfère profiter du moment présent moi. Sinon je vais finir comme Linda,
364 hypocondriaque ! Je ne veux pas finir comme elle, je préserve ma santé justement. Je fais
365 attention certes, mais je vis. Et on ne vit qu'une fois donc. On ne m'interdira pas mes
366 gâteaux !

367 **Er** : Pour profiter de l'instant présent est-ce que tu as des astuces ? Des petits plaisirs pour
368 ne pas t'angoisser ?

369 **Anne-Sophie** : Ne pas aller voir internet déjà c'est une solution. Quand quelqu'un est
370 malade ... bon déjà je suis pas scientifique du tout, donc quand on m'explique les trucs en
371 scientifique de A à Z ça ne me parle pas. La biologie ça a toujours été ma matière détestée.
372 Ça tombe bien ma 1^{ère} fille est littéraire aussi, ça m'a bien aidé, mais la 2^{ème} est scientifique,
373 mais pas biologie donc ça va. Je ne comprends pas les termes, ça ne me parle pas c'est du
374 chinois pour moi. J'ai fait un bac économique donc ça n'a rien à voir. Du coup ça m'oblige
375 pas à questionner et écouter trop longtemps parce que je ne comprends pas. Quand on me
376 dit cancer ça me suffit. Du coup j'ai l'impression de me protéger. Je m'angoisse pas. Je sais le
377 strict minimum. Quand il y a des bonnes astuces comme ne pas manger trop de viandes, je
378 ne mange pas trop de viande. Je m'adapte mais c'est ma manière à moi de me protéger et
379 de protéger ma famille aussi.

380 **Er** : Tes bonnes astuces c'est des remèdes de grand-mère ?

381 **Anne-Sophie** : Il y en a ! Aller je te raconte ça : mes filles avaient attrapé des verrues, comme
382 moi, en revenant de la piscine à l'école. Et j'avais lu qu'il fallait aller attraper de l'herbe un
383 soir de pleine lune en lui tournant le dos. Donc on habite en ville dans un appartement alors
384 j'ai fait descendre mes 2 filles en pleine nuit sur une pelouse en les faisant ramasser comme
385 ça sans regarder et en la jetant comme ça. Des trucs de grand-mère ... elles en parlent
386 encore en se foutant de moi je te raconte pas ! Mon mari il était mort de honte. Bon là ça n'a
387 pas marché en plus Mais moi quand je n'arrivais pas à m'en débarrasser j'allais voir un
388 toucheur. Bon je sais pas si c'est ça mais au bout de 6 mois elles ont disparues. J'ai quand
389 même été le voir pendant 6 mois. C'est assez particulier, être allongée sur une table pendant
390 ½ heure avec un mec qui te parle ou pas d'ailleurs. Je saurais jamais si c'est ça qui a marché
391 mais ça a fini par partir. Donc oui il y a des remèdes de grand-mère mais c'est normal je
392 viens de la campagne.

393 **Er** : Tu crois que c'est lié ?

394 **Anne-Sophie** : Ah bah oui chez moi tout le monde allait chez le toucheur. C'était banal : on
395 allait plus voir le toucheur que le médecin. Le toucheur résolvait plus de choses que le
396 médecin. Alors j'étais petite donc je sais pas si c'était vrai parce qu'il y avait des gens qui
397 mourraient. Mais pour mes parents c'est vachement concret. Maman quand il se passe un
398 truc elle se pose pas la question. Dès que je lui raconte un truc elle me dit « tu devrais aller
399 voir le toucheur ». Donc oui des remèdes de grand-mère, même si j'en ai éliminé beaucoup,
400 il en reste. Ce que conçoit pas du tout mon mari qui est de la ville, qui n'en avait jamais
401 entendu parler avant. Qui savait même pas ce que c'était qu'un toucheur.

402 **Er** : Et est-ce que lui il est plus scientifique ?

403 **Anne-Sophie** : Ah oui.

404 **Er** : Est-ce que tu penses pas que c'est lié ?

- 405 **Anne-Sophie** : Je sais pas parce qu'il en avait jamais connu avant mais il ira pas voir pour lui.
406 Il y croit pas si c'est ta question.
- 407 **Er** : Peut-être qu'il croit plus à ce qui a été prouvé scientifiquement ?
- 408 **Anne-Sophie** : En même temps je suis croyante et pas lui donc je sais pas s'il croit à un truc.
- 409 **Er** : Tu crois qu'il est purement hâté ?
- 410 **Anne-Sophie** : Sauf pour le foot ! [Rires] Là je crois qu'on pourrait lui faire croire pas mal de
411 choses sur le foot.
- 412 **Er** : Tu es pratiquante ?
- 413 **Anne-Sophie** : Oui. Pas très intégriste non plus. Là depuis 2 ans j'y vais plus du tout mais ça
414 reviendra. Là j'ai plus le temps de rien.
- 415 **Er** : Quelle religion ?
- 416 **Anne-Sophie** : Catholique. Ça c'est mes parents qui m'ont transmis aussi. Du côté de mon
417 mari c'est pas du tout.
- 418 **Er** : Et tu habites où ?
- 419 **Anne-Sophie** : Le Chesnay. A côté de Parly 2, on connaît plus facilement.
- 420 **Er** : Mis à part le toucheur tu vas voir l'acuponcteur ou d'autres choses comme ça ?
- 421 **Anne-Sophie** : Non mais j'ai une copine acuponctrice donc si j'avais besoin j'irais volontiers.
- 422 **Er** : Tu n'as pas de barrière par rapport à ça ?
- 423 **Anne-Sophie** : Ah non pas du tout ! Je suis du genre à tester. Ça peut pas faire de mal donc ...
- 424 **Er** : Ah ça t'en sais rien !
- 425 **Anne-Sophie** : Bah c'est elle qui me le dit ! Et puis elle a fait de longues études quand même.
426 Moi je suis admirative de tous ces gens scientifiques, moi ça me dépasse.
- 427 **Er** : Pour toi les médecines alternatives ça reste de la science ?
- 428 **Anne-Sophie** : Ah bah oui, vu le nombre d'années qu'elle y a passé oui ! Elle est même allée
429 se former en Inde car ils étaient pros sur une technique qu'on n'avait pas ici.
- 430 **Er** : Et tu en testes des médecines alternatives mis à part le toucheur ?
- 431 **Anne-Sophie** : Pas en ce moment mais ... L'homéopathie nous on en a beaucoup, bien que
432 les médecins n'y croient pas, surtout avec mes asthmatiques. Mais j'ai pas eu l'occasion en
433 fait. J'ai une copine qui est hypnotiseur et si j'avais un besoin pourquoi pas.
- 434 **Er** : Et tu te tournerais vers quoi par reflexe ?
- 435 **Anne-Sophie** : Ah bah j'irais voir mon médecin généraliste dans un 1^{er} temps ça c'est sûr,
436 pour avoir le diagnostic.
- 437 **Er** : Et tu le laisserais t'orienter ?
- 438 **Anne-Sophie** : J'ai un médecin généraliste qui oriente facilement vers ce genre de
439 médecines.
- 440 **Er** : Pour ton épaule tu as dû faire du kiné ?

- 441 **Anne-Sophie** : Oui pendant 1 an et demi. Toutes les semaines pendant 1 an et demi. Au
442 début je progressais donc c'était sympa mais les 6 derniers mois ...
- 443 **Er** : Bah ça te faisait faire du sport.
- 444 **Anne-Sophie** : Gentil le sport hein ! Rien à voir avec ma gym !
- 445 **Er** : Et l'ostéo ?
- 446 **Anne-Sophie** : J'ai jamais eu besoin.
- 447 **Er** : Y en a qui y vont pour voir ce que c'est.
- 448 **Anne-Sophie** : Alors non.
- 449 **Er** : T'es pas curieuse ?
- 450 **Anne-Sophie** : Pas la dessus. Je vais aller voir une expo et être curieuse mais pas sur la
451 pratique d'une spécialité que je ne connais pas. Et même si c'est une copine. Sauf si elle a
452 besoin d'un cobaye.
- 453 **Er** : Moi j'irais bien tester par curiosité.
- 454 **Anne-Sophie** : Oui m'enfin s'il me détraque je suis mal !
- 455 **Er** : Y a pas de raison qu'il te détraque !
- 456 **Anne-Sophie** : Mmmh je préfère pas tester. Surtout si tu sers de cobaye, c'est qu'elle
457 démarre !
- 458 **Er** : Ah oui dans ce sens-là. Et donc tu m'as dit que tu prenais de l'homéopathie.
- 459 **Anne-Sophie** : Mes filles oui.
- 460 **Er** : Pourquoi toi non ?
- 461 **Anne-Sophie** : Parce que j'en n'ai pas l'utilité. J'ai rien qui va se soigner avec ça.
- 462 **Er** : C'est pour l'asthme c'est ça ?
- 463 **Anne-Sophie** : Oui. Je suis saine comme fille en fait, j'ai besoin de rien.
- 464 **Er** : Même pas des petits rhumes l'hiver ?
- 465 **Anne-Sophie** : Même pas. Mais j'ai des enfants qui ne sont pas excessivement malades non
466 plus. Mes jours enfants malades je les posais jamais.
- 467 **Er** : Tout à l'heure tu m'as dit un truc du genre « à mon époque, olala ça fait vieux ! » Est-ce
468 que t'as déjà eu des réflexions comme ça par tes collègues ou tes enfants ?
- 469 **Anne-Sophie** : Oh oui ! Régulièrement ! On parlait d'APB et je lui disais « de mon temps ça
470 s'appelait Ravel et c'était sur le minitel » et j'aime bien leur dire ça parce que le mot minitel
471 les fait sourire tout de suite. Vis-à-vis de mes enfants oui souvent. Et je vois ici Sylvie et Linda
472 elles sont plus jeunes que moi et ça se sent. Alors pas sur les nouvelles technologies parce
473 que comme je suis dans la com et que je touche à tout de ce côté-là ça va mais dans les
474 manières de ... et je suis l'une des seules à avoir des enfants et ça vieillit. Parce qu'on pense
475 pas la vie de la même façon. Voilà quand j'en parle j'ai pas la même vision et je parais plus
476 vieille.
- 477 **Er** : Mais donc c'est elles qui te font te sentir plus vieille ou c'est toi qui te sens plus vieille
478 par comparaison ?

479 **Anne-Sophie** : Ah bah elles font des soirées que je ne fais plus avec des enfants. J'ai pas la
480 liberté de sortir le soir comme tu l'as quand tu es célibataire. Elles me le font remarquer et je
481 le sens. On a eu cette conversation ce midi : elles arrivent tout juste à la quarantaine et moi
482 je suis plus proche de la 50aine.

483 **Er** : Et du coup avec les copines de ton âge, est-ce que le fait de les voir vieillir ... est-ce que le
484 fait de les voir te fait sentir paraître de la même manière ?

485 **Anne-Sophie** : Oui y a des comparaisons entre copines du même âge ça c'est sûr. Après sur
486 les autres parents d'élèves elles sont toutes plus âgées que moi, elles ont toutes passé la
487 barre des 50 ans donc je suis la petite jeune, ça rassure. Ça fait du bien. Tant que j'ai pas
488 passé cette barre des 50 tout va bien. C'est ce qu'on disait au début, tout ce qu'elles m'ont
489 raconté sur cette barre, ça me fait pas peur mais ... J'aimerais que ça se passe comme
490 certaines, bien et c'est pas la majorité celles pour qui ça s'est bien passé. Elles ont toutes eu
491 des inconvénients physiques à un moment. Donc c'est là où je vieilli et je le sens bien que je
492 m'en rapproche.

493 **Er** : Comment ça ? Physiquement, mentalement ?

494 **Anne-Sophie** : Physiquement non et mentalement non mais je sens bien que cette barre des
495 50 se rapproche.

496 **Er** : Comment tu le sens alors ?

497 **Anne-Sophie** : Bah parce que j'ai 47 donc dans 3 ans j'aurais 50 !

498 **Er** : Ah c'est juste une histoire de maths !

499 **Anne-Sophie** : Ah oui c'est pas physique et c'est pas mental parce que je me sens pas
500 larguée. C'est sûr que par rapport à mes copines qui sont en province et qui sont pas dans la
501 comm, il y en a qui ne connaissent pas Facebook, qui ne le pratique pas. Elles sont plus
502 larguées que moi d'une manière technologique. Le fait d'être sur Paris ça joue aussi ! Donc il
503 y a plein de choses qui maintiennent jeune, certes, mais je sens que la barre fatidique
504 approche quand même.

505 **Er** : C'est angoissant ?

506 **Anne-Sophie** : Non mais je voudrais juste que ça se passe bien. Mais je vais rien faire pour et
507 je vais laisser venir mais j'en ai plus entendu où ça se passait mal et un vrai passage que de
508 gens qui m'ont dit « je m'en suis pas aperçu ».

509 **Er** : Pourquoi tu dis que tu vas rien faire pour que ça se passe bien ?

510 **Anne-Sophie** : Parce qu'il existe des traitements de pré-ménopause.

511 **Er** : Et tu vas pas en faire ?

512 **Anne-Sophie** : Non.

513 **Er** : Mais quelque part tu te donnes quand même les chances que ça passe bien : tu fais
514 attention à ce que tu manges, tu dors ...

515 **Anne-Sophie** : Je fais ce que je peux, ce que je sens mais je sais pas s'il y a des astuces. Et
516 puis tous les cas sont différents.

517 **Er** : Tu pourrais les chercher ses astuces.

518 **Anne-Sophie** : Non parce que chacun adapte les astuces en fonction de sa personnalité. Ce
519 qui a marché sur une copine marchera sur une copine marchera peut-être pas sur moi, je
520 peux pas savoir à l'avance. Et puis les bouffées de chaleur par exemple je les ai pas encore.

521 **Er** : En fait c'est de l'adaptation ?

522 **Anne-Sophie** : Oui.

523 **Er** : Mais au jour le jour, c'est pas ...

524 **Anne-Sophie** : C'est pas du préventif.

525 **Er** : Pourtant t'as fait les vaccins, tu fais les dépistages donc tu es quand même dans la
526 prévention.

527 **Anne-Sophie** : J'ai fait les vaccins obligatoires, sûr, et en plus des vaccins obligatoires j'ai fait
528 ceux qui peuvent toucher à un cancer. Je sais même pas s'il en existe d'autres.

529 **Er** : J'étais en train de me demander !

530 **Anne-Sophie** : Je sais qu'il y en a un à 22 ans à faire.

531 **Er** : Oui ça me dit quelque chose, ça doit être un rappel ROR.

532 **Anne-Sophie** : Parce que j'ai fait le point avec mon médecin la dernière fois en lui disant
533 « quand est-ce que vous voulez revoir les enfants » et je sais que l'ainée c'est l'année
534 prochaine et le petit aussi. Donc je vais les emmener en même temps.

535 **Er** : Du coup même pour la grande tu fais encore, c'est encore toi qui gère sa santé ?

536 **Anne-Sophie** : Ah mais elle a une telle horreur des vaccins que si c'est pas moi qui lui prend
537 rendez-vous et qui lui dis « tu y vas » elle le fera pas. C'est quand même idiot d'être allée
538 jusqu'à maintenant, de pas faire le rappel !

539 **Er** : Et pour ton mari aussi c'est toi qui prends les rendez-vous ?

540 **Anne-Sophie** : Alors lui il fait plus de vaccin, plus rien mais non, ah bah si cette fois ci j'ai pris
541 le rendez-vous c'est vrai ! Mais je prends beaucoup de rendez-vous. Alors le dentiste on y va
542 tous, tous les 6 mois. Juin et décembre je prends rendez-vous pour les 5. Sauf si le dentiste
543 m'a dit « eux j'ai pas besoin de les revoir parce que tout va bien ». Mon mari et moi c'est sûr
544 on y va tous les 6 mois pour un détartrage et les enfants suivent quand il y a besoin.

545 **Er** : Et pourquoi ?

546 **Anne-Sophie** : Parce que j'ai trop vu mes grands-parents qui se faisaient pas soigner et qui
547 perdaient leurs dents leur truc leur machin donc ... Mon père a des difficultés pour manger
548 parce qu'il n'a plus assez de dents et il supporte pas le dentier. Il a beau avoir 90 ans avec un
549 cancer de la peau, il ne peut pas manger ce qu'il veut. C'est pas possible ça ! Et il est censé
550 vivre vieux.

551 **Er** : C'est quoi vivre vieux, jusqu'à quel âge ?

552 **Anne-Sophie** : Je sais pas. Le plus vieux chez moi c'était mon grand-père, 92. On verra si mon
553 père les atteint.

554 **Er** : Et toi t'as envie de vivre aussi longtemps ou ?

555 **Anne-Sophie** : Oh bah oui, ça me permettra de voir mes enfants plus longtemps. Voir ce
556 qu'ils vont devenir donc j'aimerais bien.

- 557 **Er** : Donc vieillir ça te fait pas peur ?
- 558 **Anne-Sophie** : Bah non. On fait des plans : « alors quand on sera à la retraite ... »
- 559 **Er** : Ils sont en route ?
- 560 **Anne-Sophie** : Non pas encore, je suis encore en âge d'en avoir je te signale !
- 561 **Er** : Bah ça, ça veut rien dire !
- 562 **Anne-Sophie** : Non c'est vrai.
- 563 **Er** : Est-ce que pour toi il y a une condition à vieillir ?
- 564 **Anne-Sophie** : Une condition à vieillir ?
- 565 **Er** : Ben je voudrais pas t'influencer ... Tout le monde aurait envie de vivre longtemps mais
566 on vieillit plus ou moins bien.
- 567 **Anne-Sophie** : Oh bah moi malade ou pas malade j'ai envie de vieillir. Ça c'est sûr.
- 568 **Er** : Donc c'est pas un choix entre vieillir en bonne santé ou mourir plus jeune ...
- 569 **Anne-Sophie** : Oh bah si tu me donnes le choix je préfère vieillir en bonne santé mais même
570 si je le suis pas je préfère voir le plus loin possible.
- 571 **Er** : Et pour en revenir à ce qu'on disait avec tes enfants et ton mari, est-ce que tu fais
572 attention à leur santé plus ou moins ?
- 573 **Anne-Sophie** : Pareil. Je fais tout pareil. Je les prends groupés les rendez-vous donc.
- 574 **Er** : Tu aurais pu te dire que le petit il avait plus besoin alors que la grande elle est en âge de
575 le faire toute seule.
- 576 **Anne-Sophie** : Bah non je prends les rendez-vous de tout le monde.
- 577 **Er** : pourquoi ?
- 578 **Anne-Sophie** : Parce que c'est plus facile, je fais ça dans le train le matin sur doctissimo
579 machin. Ils sont encore en études donc ils sont encore sous ma responsabilité et c'est moi
580 qui paye donc je gère encore.
- 581 **Er** : Ils sont pas autonomes ? Pourtant Coralie habite toute seule.
- 582 **Anne-Sophie** : Oui mais c'est moi qui paye le loyer, elle est étudiante donc. Financièrement
583 personne n'est autonome.
- 584 **Er** : Et quand ils seront autonomes tu les lâcheras dans la nature ?
- 585 **Anne-Sophie** : Ah oui. Y a plein de chose que je lâcherai très facilement. Je dis que je suis
586 une mère poule mais en fait pas tant que ça. Elles ont été très vite autonomes, la preuve
587 c'est qu'elles sont toutes les 2 parties à 18 ans de la maison. Elles s'autogèrent très bien sur
588 tout mais c'est vrai que sur la partie rendez-vous médicaux c'est encore moi qui gère.
- 589 **Er** : Mais elles sont assez autonomes pour savoir bien manger ...
- 590 **Anne-Sophie** : Ah oui ah oui ça j'ai plutôt bien réussi.
- 591 **Er** : Et au niveau des médicaments est-ce que tu pratiques l'automédication ?
- 592 **Anne-Sophie** : Oui avec l'homéopathie beaucoup.
- 593 **Er** : Mais c'est pas pour toi.

- 594 **Anne-Sophie** : Ah oui je me dis que j'ai tout ce qu'il faut dans le tiroir et si j'ai un souci je
595 prends avant que ça prenne des proportions trop importantes. Et je fais la même chose avec
596 les enfants.
- 597 **Er** : Donc tu vas pas aller voir le médecin.
- 598 **Anne-Sophie** : Pas tout de suite, chez le pharmacien pour racheter ce qu'il faut.
- 599 **Er** : Mais pas pour demander des conseils ?
- 600 **Anne-Sophie** : Non.
- 601 **Er** : Qu'est-ce qui te décide à aller chez le médecin du coup ?
- 602 **Anne-Sophie** : Si au bout de 2 jours c'est pas résolu, qu'il y a de la fièvre ou un symptôme
603 nouveau là on y va. Mais les petits rhume d'une journée ... *Homéogène* fonctionne très bien
- 604 **Er** : Et tes filles ont pris cette habitude aussi ?
- 605 **Anne-Sophie** : Elles en ont oui. Dans leur appart toutes les 2 et quand elles en ont plus elles
606 se servent à la maison je pense.
- 607 **Er** : Et est-ce qu'elles t'appellent encore « Maman j'ai ça ... » ?
- 608 **Anne-Sophie** : Oui c'est arrivé la semaine dernière « comment je sais que j'ai de la fièvre ? »
609 c'est vrai qu'elle n'a pas de thermomètre là-bas.
- 610 **Er** : Il faut trouver des petites astuces.
- 611 **Anne-Sophie** : Il ne faut pas qu'on tarde parce qu'après ils ferment les portes !
- 612 **Er** : Okey. Qu'est-ce que toutes les campagnes de prévention qui peuvent être diffusées dans
613 les bus, à la télé, dans le métro à la radio ? Il y en a beaucoup qui ciblent les 50naires, est-ce
614 que ça influe sur tes comportements ?
- 615 **Anne-Sophie** : Alors je les vois mais il va falloir que les entende plusieurs fois pour que je
616 commence à me poser des questions.
- 617 **Er** : Là je te parle pas des media mais des affiches de l'INPES ou du ministère de la santé.
- 618 **Anne-Sophie** : Il faudra que je lise sur le sujet, que j'entende un professionnel ou un
619 spécialiste ou que j'interroge mon médecin pour que ça soit plus prégnant pour moi. Je suis
620 dans la com, la pub je sais en faire pour vendre des choses.
- 621 **Er** : Au-delà de vendre, si c'est la Haute Autorité de Santé qui le fait est-ce que ça aura plus
622 de poids que si c'est une pub ?
- 623 **Anne-Sophie** : Non parce qu'il y a des choses qui ont été révélées par les pubs. Par exemple
624 pour la sécurité routière c'est les pubs qui ont commencé à nous sensibiliser aux risques
625 d'accidents de la route.
- 626 **Er** : Donc les institutions ont pas plus de poids que ton médecin ? Si ton médecin te le dit ça
627 aura plus de poids ?
- 628 **Anne-Sophie** : C'est ça, oui. Ça reste une pub ou un affichage avec aucun contrôle. Media
629 transport ne vérifie absolument pas les contenus. En dehors du pornographique tu peux
630 écrire ce que tu veux sur une affiche. Il n'y a pas d'autorité qui va vérifier.
- 631 **Er** : Donc c'est pour ça que tu leur fait moins confiance ?

632 **Anne-Sophie** : Oui.

633 **Er** : Pourtant je vais te donner un contre-exemple : quand j'étais petite on me donnait des
634 granulés de fluor et il s'est avéré que en fait il faut pas en donner autant que moi j'en ai
635 reçu. Maintenant c'est plus précis dans le dosage en fonction de l'âge. Sauf que quand j'étais
636 petite on le savait pas. Donc même quelque chose qui a été vérifié et qui a une valeur
637 scientifique aujourd'hui, on ne sait pas si dans 10 ans on ne vas pas nous dire c'est
638 complètement débile ce que vous faites.

639 **Anne-Sophie** : Complètement d'accord.

640 **Er** : du coup est-ce que tu as une distance critique ?

641 **Anne-Sophie** : Oui c'était ce qui c'était posé pour le *Gardasil*. Ma pédiatre de l'époque
642 m'avait dit qu'il y avait plus de gens qui meurent du cancer du col de l'utérus que de gens
643 qui meurent de sclérose en plaque. Donc la question ne se posait même pas. J'avais un choix
644 à faire et j'ai protégé mes enfants. Le plus gros risque c'était le cancer donc je les ai fait
645 vacciner.

646 **Er** : C'était un choix très rationnel. Est-ce que tu as constaté une baisse de certaines
647 capacités physiques ?

648 **Anne-Sophie** : Chez moi ? Alors oui quand je sors en semaine je mets beaucoup plus de
649 temps à récupérer. Ça c'est sûr. Ce soir je vais me coucher tôt car hier je me suis couchée
650 beaucoup trop tard. Nous sommes sortis et c'était dur ce matin. Mais je suis pas quelqu'un
651 qui s'écoute donc même si c'est dur les 5 premières minutes je suis au boulot à 8h30 comme
652 d'habitude. J'aurais pu décaler mon arrivée mais même pas.

653 **Er** : Et est-ce que tu fatigue plus vite aussi ?

654 **Anne-Sophie** : Pas encore. Je fais toujours le même tour de footing le dimanche.

655 **Er** : A ton avis quand est-ce qu'on est vieux ?

656 **Anne-Sophie** : Quand on est vieux dans sa tête.

657 **Er** : ça passe d'abord par le mental ?

658 **Anne-Sophie** : Oui, mais je suis convaincue que tout passe par le mental. Mon père est passé
659 à la retraite et on lui a découvert un cancer. C'était fini, il pouvait lui arriver quoi que ce soit
660 c'était plus grave. Je pense qu'on est conditionné, qu'il se passe un truc là-haut d'abord. Et
661 bizarrement, j'ai pas fait de stats hein mais les femmes que j'ai connu qui ont fait un cancer
662 du sein correspondaient toujours à un divorce qu'elles avaient eu avant. Malheureusement.
663 Et ça se révèle vrai à chaque fois. Tu interrogés la personne et il y a eu un choc
664 psychologique avant. C'est quand même bizarre. C'est pas instantané ça peut mettre 1 an 2
665 ans 3 ans mais il y a eu un choc avant.

666 **Er** : Et donc tu penses que devenir vieux ça se passe dans sa tête avant de se voir dans le
667 corps.

668 **Anne-Sophie** : J'en suis persuadée. D'où toutes ces médecines alternatives auxquelles je
669 crois quand même.

670 **Er** : Et pourtant physiologiquement on voit qu'on vieillit.

671 **Anne-Sophie** : oui on vieillit c'est inéluctable mais il y a des chocs qui ont qu'on vieillit encore
672 plus vite. On voit bien les gens qui sont aigris c'est des gens qui ont été malheureux dans
673 leur vie.

674 **Er** : Tu pars d'une constatation personnelle ?

675 **Anne-Sophie** : Oui c'est mon entourage. Je l'ai pas lu et je l'ai pas vérifié.

676 **Er** : et si je te dis maladie à quoi tu penses en 1^{er} ?

677 **Anne-Sophie** : Se soigner. Je suis positive, je suis optimiste ! C'est pour ça que je veux pas
678 voir ou savoir, je veux garder mon optimisme.

679 **Er** : Et est-ce qu'il y a une maladie qui te fait peur ?

680 **Anne-Sophie** : Oui le cancer.

681 **Er** : Juste celle-là ?

682 **Anne-Sophie** : Oui parce que quand elle te tient en général ...

683 **Er** : Parce que tu as beaucoup de personnes de ton entourage qui ont été touchées ?

684 **Anne-Sophie** : C'est du cancer qu'on meurt le plus, c'est plus le SIDA, et dont on parle le plus
685 aussi. Assez pour que ça soit celle qui me fasse le plus peur.

686 **Er** : Et tout à l'heure on parlait de tes collègues plus jeunes, est-ce qu'elles ont des
687 appréhensions par rapport au vieillissement ?

688 **Anne-Sophie** : Ah oui, elles se sentent vieilles alors qu'elles ont 40 ans !

689 **Er** : Et toi tu te sens pas vieille alors que t'en as plus.

690 **Anne-Sophie** : Voilà. Mais moi je pense que je suis déformée quelque part ! Là je travaille sur
691 la génération Z et plus on m'en parle plus j'ai l'impression d'être Z ! Digital native avec le
692 téléphone dans la main H24. Je suis pas Z mais j'en ai toutes les caractéristiques : le fait de
693 faire passer sa vie perso avant sa vie pro, de changer de boulot si ça nous plait plus. Tout ce
694 que je vois sur les Z j'ai l'impression d'être Z donc dans ma tête je me sens moins vieille que
695 certaines qui sont plus jeunes que moi !

696 **Er** : Est-ce que tu peux me donner le titre exact de ton métier ?

697 **Anne-Sophie** : Responsable promotion et mon chef rajoute pour les 21 écoles de la
698 chambre.

699 **Er** : Et donc tes 2 parents étaient agriculteurs ?

700 **Anne-Sophie** : Ils étaient tous les 2 agriculteurs avant de se rencontrer même s'ils ne
701 voulaient faire ça ni l'un ni l'autre, mais on se passait de père en fils et de père en fille à
702 l'époque. Donc ils ont pas eu le choix, mais ma mère s'occupait de la partie élevage et mon
703 père de la partie agriculture. Mais le chef d'exploitation c'était mon père. Au niveau de la
704 retraite ça se sent bien d'ailleurs.

705 **Er** : Et ils ont pas des retraites faramineuses ... Est-ce que tu penses que le fait d'être
706 catholique pratiquante ça a un impact sur ta vie en générale ?

707 **Anne-Sophie** : L'optimisme. Mon mari qui est hâté est un pessimiste de nature c'est
708 épuisant. J'optimisme tout à 200 % à cause de lui.

709 **Er** : Pour contrer ?

710 **Anne-Sophie** : Bah oui vis-à-vis des enfants j'étais obligée ! Une de mes filles demande à
711 sortir il imagine déjà l'accident qu'elle rentrera pas qu'il va lui arriver des choses alors qu'elle
712 a 18 ans faut arrêter ! Moi je trouve ça génial qu'elle sorte le samedi soir. Faut arrêter de la
713 couvrir ! Il est plus père poule que je ne suis mère poule.

714 **Er** : Et donc cette force tu la tire de ta foi ?

715 **Anne-Sophie** : Oui parce que ... j'y vais plus en ce moment mais l'heure de messe du
716 dimanche matin me ressource, ça me fait du bien. Parce que c'est vrai que c'est très positif
717 en général. C'est moralisateur certes mais c'est positif.

718 **Er** : Donc du coup en fait la santé c'est un bénéfice que tu tires de ça ? Sous tous rapports ?

719 **Anne-Sophie** : Oui.

720 **Er** : Pour toi la santé vers 50 ans c'est quoi ?

721 **Anne-Sophie** : C'est continuer de faire les mêmes choses qu'à 40.

722 **Er** : Et donc c'est essayer de faire les mêmes choses ou se donner les moyens de faire les
723 mêmes choses ?

724 **Anne-Sophie** : C'est vouloir faire les mêmes choses mais je veux pas faire de préventif, je
725 veux que ça se passe naturellement.

726 **Er** : Bah écoute merci beaucoup !

727 **Anne-Sophie** : Mais je t'en prie.

Entretien n°7/10 – Frédéric	
<i>« Et la vie étant faite comme elle est, on a une grande probabilité quand même qu'il se passe moins de temps après qu'avant. Donc si on veut que ça dure le plus longtemps, il faut aussi faire un peu attention. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, Analyste en statistiques écoute client, 57 ans, Bac E, Licence en télécommunications, marié, 2 filles, très sportif, curieux et attentif aux informations/actualités, originaire de Corrèze, bientôt en temps partiel sénior
Date de l'entretien	5 avril 2017
Lieu de l'entretien	Lieu de travail, dans son bureau
Ville	Paris
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	84 minutes
Conditions de l'entretien	Dans son bureau, enquêteur et enquêté seulement. Le dictaphone a eu un problème et je n'ai que les 2 premières minutes puis un trou de 10 minutes avant de relancer l'enregistrement. Nous avons dû quitter le bâtiment car il fermait pour la nuit mais l'enregistrement a tourné jusqu'à ce que l'enquêté monte dans son train. J'ai d'ailleurs appris des choses importantes sur cette partie moins formelle.
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Cet entretien a été assez peu instructif car l'enquêté fait toujours des généralités. Il adore le sport et c'est pour lui un moyen de rester en forme pour aller le plus loin possible. Il est cependant très gourmand et grâce à cette activité physique il s'autorise des « écarts ». il fait également du yoga pour son bien-être mental. Il a un regard assez critique sur le système de santé de manière générale (prix, méthode de soin, prévention). Il trouve que le système occidental a des manques comparé à d'autres pays. Il n'utilise pourtant pas les médecines alternatives car il n'en ressent pas le besoin et que ça ne marche pas sur lui pour celles qu'il a testé. Pour lui la cinquantaine n'est pas un cap, ce sont les enfants qui font que les gens se responsabilisent. (J'ai appris par la suite que la dépression qui paraissait assez peu importante dans son discours a en fait été très intense.)
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

1 **Er** : Merci de me recevoir aujourd'hui pour faire cet entretien. Je te rappelle qu'il va être
2 retranscrit donc je vais tout écrire à l'ordinateur et je t'enverrai ça pour que tu puisses me
3 dire si tu as des modifications à apporter ou si jamais tu veux préciser un propos dont on a
4 parlé. Ce sera complètement anonyme et utilisé dans le cadre de recherches universitaires
5 seulement.

6 **Frédéric** : Ok ça marche. [...]

[Dysfonctionnement du dictaphone : une dizaine de minutes]

7 **Er** : Donc tu me disais que tu faisais beaucoup de sport mais pas forcément dans un souci de
8 santé. Est-ce que du coup il y a des choses que tu fais réellement dans un souci de santé ?

9 **Frédéric** : Bah comme tout le monde on fait attention à ce qu'on mange et j'ai cet avantage
10 par rapport à d'autre, comme le sportifs ont un avantage par rapport à d'autres c'est qu'on
11 peut se permettre de petits écarts sans qu'il y ait de conséquences très importante parce
12 qu'on va perdre assez rapidement les calories en trop qu'on va avaler. Par exemple moi
13 j'adore le sucre au sens la confiture, la glace et c'est quand même hautement calorique et si
14 tu fais rien derrière t'as un peu de mal. J'ai du mal à sucrer moins et les jours où je fais moins
15 de sport ... c'est difficile ça mais c'est de la gourmandise. C'est difficile de réguler en fonction
16 des besoins du corps.

17 **Er** : Et dans les faits quand tu dis que tu fais attention à ton alimentation c'est quoi ?

18 **Frédéric** : Ah bah concrètement je fais en sorte que les sports que je pratique ... si on passe
19 son temps pour retrouver la forme ... supposons que quelqu'un soit en surpoids ça va lui
20 porter préjudice dans le sport parce qu'il faut les porter les kilos en trop. Donc le souffle est
21 moins bon, plus de difficulté pour monter les côtes. Donc je fais attention pour rester tout le
22 temps en forme.

23 **Er** : Donc tu fais quoi ? Tu as supprimé ou rajouté des choses dans ton alimentation ?

24 **Frédéric** : Alors y a aucun lien avec l'âge-là c'est permanent depuis toujours pour rester un
25 minimum en forme. Je ne citerais personne mais moi j'adore les frites, j'en mange une fois
26 par semaine et c'est déjà pas mal mais moi justement en principe je peux l'éliminer. Le
27 vendredi c'est mon jour de tolérance ! De façon concrète aussi, c'est pas que j'aime le thé
28 plus que ça mais en fait je m'oblige depuis plusieurs années à en boire régulièrement, à la
29 place de mon chocolat du matin traditionnel, parce que c'est beaucoup moins calorique. T'as
30 la même dose de liquide dans le corps mais c'est beaucoup moins calorique. Par exemple
31 jeudi soir j'ai été voir une présentation de naturopathie, moi je fais du yoga depuis
32 longtemps et c'est la fille de l'animatrice qui nous a fait cette présentation. Elle a 2 ans de
33 métier donc elle est toute jeune. Elle a présenté ce truc que j'ai découvert complètement et
34 elle était vraiment sur ce genre de chose. Et comme il y a une majorité de dames c'était un
35 peu axé sur la quête de la minceur et le truc qu'elle défendait c'était arrêter de boire du lait
36 de vache, plutôt du lait de chèvre parce que notre corps l'assimile mieux et de lutter contre
37 les sucres rapides pour avoir un petit déjeuner qui tient mieux au corps. Beaucoup de dames
38 ont le problème de prendre beaucoup de sucre au départ mais comme ce sont des sucres
39 rapides ils ont un effet très court et il y a un petit creux à 10h. Les gens ils sont en manque
40 donc ils se rajoutent une dose de sucre qui va les faire tenir 2h de plus mais c'est tout. Donc
41 tu recommences comme ça plusieurs fois dans la journée mais le problème c'est que les
42 calories tu les avales ! Alors que si tu as une autre façon de vivre ça peut être plus sain.

43 **Er** : Et qu'est-ce qui te fais choisir de manger telle ou telle chose alors ?

44 **Frédéric** : Le goût !

45 **Er** : Juste ça ?

46 **Frédéric** : Le goût la qualité. Ça revient à ça en fait : je me suis battu pour qu'ils changent le
47 pain à la cantine parce que ce qu'ils nous servaient c'était vraiment un truc sans goût rien du
48 tout. Et puis quand tu es en couple tu fais aussi pour le conjoint. [...] Après on peut aussi se
49 permettre des choses comme un petit bonbon de temps en temps ! Et du chocolat !
50 Beaucoup de chocolat !

51 **Er** : Il paraît que c'est bon pour le cerveau en plus !

52 **Frédéric** : Oui pour le magnésium entre autre. Hé tu sais que je me suis posé la question, j'ai
53 eu des périodes délicates, et il se trouve que pendant cette période je n'ai pas mangé de
54 chocolat. Est-ce que tout d'un coup le manque de magnésium a eu un impact sur mon
55 moral ?

56 **Er** : T'as fait une petite déprime ?

57 **Frédéric** : Oh oui peut-être même plus que ça.

58 **Er** : C'était à cause de quoi ?

59 **Frédéric** : Si on savait ... c'est ça le problème. Même le médecin est bien incapable
60 d'expliquer les états d'âmes de mon cerveau ... S'il y a bien un domaine où la science a
61 encore des progrès à faire c'est bien sur le cerveau, parce qu'il y a plein de maladies,
62 d'ailleurs toutes ne sont pas reconnues comme maladies, qui sont liées au cerveau et qu'on
63 n'explique pas. Parce qu'en fait les médecins ils soignent les symptômes mais pas le mal. On
64 a trouvé plein de solutions pour que le malade s'en sorte et se stabilise mais on ne sait pas
65 pourquoi ça se produit et donc on ne sait pas comment tuer le mal à la racine pour éviter
66 que ça se produise. Donc il y a des gens sous traitement permanent pour rester stable. Le
67 traitement il te sort du trou et il te maintient mais c'est tout. [...] Après on est très inégaux
68 face à la maladie, par exemple mon grand-père il a fumé comme un pompier toute sa vie et
69 ça l'a pas empêché de vivre jusqu'à 87 ans quand y en a qui, avec les mêmes doses,
70 dépasseront pas 50 ans. On est très très très inégaux devant la maladie.

71 **Er** : Et tu penses que de changer la pièce sans comprendre pourquoi la machine a cassé c'est
72 pas bien ?

73 **Frédéric** : Bah je pense que les chercheurs ils cherchent mais c'est bien le souci c'est que
74 dans certains domaines ça n'a pas encore abouti pour savoir ce qui va pas. Après c'est aussi
75 un des thèmes de la naturopathie et d'autres médecines, c'est que la méthode occidentale
76 c'est qu'on corrige et qu'on n'est pas assez dans la prévention et trouver d'autres méthodes
77 de vie pour éviter les problèmes. J'ai eu la chance d'aller en Inde et il y a pas mal d'écrits là-
78 dessus, la médecine chinoise elle est assez particulière : tout ce qui est acuponcture et autre
79 tout ce qui est médecines douces c'est pas la médecine qu'on connaît et qu'on utilise quand
80 on va chez notre médecin traitant. Les méthodes sont différentes. [...] Pour la mécanique les
81 techniques sont les mêmes et les techniques les plus modernes sont produites en Occident
82 mais pour de petites maladies on voit que les plantes sont beaucoup plus présentes. Parce
83 qu'elles ont des propriétés scientifiques qui marchent. [...] Mais après tout ça c'est une
84 question d'éducation.

85 **Er** : Qu'est-ce que tu veux dire ?

86 **Frédéric** : Bah on a quand même été alerté, on peut pas dire qu'on n'a pas été alerté sur les
87 dangers de tel ou tel mode de vie. Alors oui on est passé par plusieurs phases, même toi qui
88 es très jeune, tu te souviens peut-être il y a 15 ans les considérations n'étaient pas les même
89 qu'aujourd'hui parce que personne n'y pensait, on savait pas. On évolue au fil du temps. Nos
90 parents dans notre jeunesse, la façon dont on se conduisait n'était peut-être pas bonne par
91 rapport à ce qu'il aurait été bien de faire mais personne ne savait qu'il fallait faire
92 autrement. Mais j'ai quand même quelques doutes. Parce qu'on avait ... là on redécouvre le
93 bio et tout mais attends quand on était jeune on avait des fruits et légumes du jardin du
94 potager donc nous le bio on connaissait ! Donc nous on vivait beaucoup moins en théorie
95 avec les trucs industriels d'aujourd'hui. Et finalement revivre comme nous on a vécu c'est
96 plus le même prix.

97 **Er** : Et tu penses que cette redécouverte elle est due à quoi ?

98 **Frédéric** : Je sais pas où j'ai entendu ça mais ils parlaient de la nourriture de demain où tout
99 serait liquide [...] ils disaient que ça serait très bien pour les gens qui n'ont pas de temps à
100 consacrer à manger. Qui mangent sur le pouce devant leur bureau. Et la convivialité dans
101 tout ça ? Aux Etats-Unis en fait ils en sont arrivés à cuisiner uniquement pour les fêtes. Tout
102 le reste c'est du acheté et réchauffé. C'est sûrement caricatural mais apparemment il y a au
103 moins une partie de la population qui vit comme ça. [...] Enfin on peut réchauffer autre
104 chose que de l'industriel, on peut avoir des plats traiteurs, mais ça doit pas être donné. Je
105 pense que si aujourd'hui on n'en est pas encore là chez nous c'est parce que ça coûterait
106 trop cher. Et on a quand même encore un plaisir de manger. Et la télé y est pour beaucoup
107 sans doute puisque les émissions de cuisine il y en a en gros sur toutes les chaînes. [...]

108 **Er** : Après c'est vrai qu'en France on a aussi une culture de la cuisine qui nous est enviée par
109 d'autres pays aussi.

110 **Frédéric** : Moi tu vois dans mes projets de retraite, j'ai envie de me mettre à la cuisine parce
111 que ça fait envie des plats comme ça. [...]

112 **Er** : Donc tu me disais que les américains ne cuisinaient plus par manque de temps ?

113 **Frédéric** : Par fainéantise ! Moi je pense que c'est de la fainéantise quelque part. D'une
114 façon générale on fait toujours des choix. Si tu préfères regarder la télé, ton feuilleton favori
115 pendant une heure au lieu de passer le même temps à faire un repas amélioré bah c'est ton
116 problème. Je pense que les gens qui disent qu'ils n'ont pas le temps, ne veulent pas prendre
117 le temps. Ma mère dans ma jeunesse elle a toujours fait à manger ! Bon aussi parce qu'il n'y
118 avait pas tout le tout près de maintenant. C'était pas le même mode de vie. Après ici aussi
119 on a l'avantage d'avoir une cantine d'entreprise. C'est bien pratique. On a la chance de
120 pouvoir, on n'a pas la contrainte de penser à faire à manger. On arrive et on met les pieds
121 sous la table. Enfin on choisit et c'est pas toujours évident mais c'est moins compliqué. Bon
122 après le soir, moi j'ai plus d'enfant à la maison, quand on est plus que 2 on a le temps de
123 cuisiner, c'est qu'on veut pas prendre le temps. Personnellement moi je serais plus dans le
124 plaisir de fabriquer mais si c'est pour la routine parce qu'il faut manger donc il faut faire
125 quelque chose et là ça m'embête.

126 **Er** : Tout à l'heure tu me disais que tu avais l'impression qu'on faisait pas assez de
127 prévention en France.

128 **Frédéric** : En même temps on est noyé par la prévention. Le problème est quand même pris
129 en charge donc on n'en est pas au même point que certains pays. Si tant est qu'on ait les
130 informations correctement. [...]

131 **Er** : Si je prends l'exemple des campagnes de santé publique entre les arrêts de bus, la télé,
132 toutes les 5 minutes j'ai l'impression de voir « ne pas manger trop gras trop sucré trop
133 salé ».

134 **Frédéric** : C'est vrai. Après moi, on a vécu avec ça avec mes filles. Elles ne sont absolument
135 pas McDo ni l'une ni l'autre et c'est parce que c'est comme ça qu'on les a élevées. [...] C'est
136 une façon de vivre. On est dans un système où avec mon épouse on évite de faire les
137 magasins le dimanche. On est orienté très sport donc on fait autre chose, on préfère. [...]
138 Moi ce qui me dérange c'est que la sortie familiale est devenue sortie magasin au lieu d'aller
139 encourager ses gamins sur le terrain de sport ou d'aller faire une sortie en forêt, dans les
140 bois ... Même si c'est parce qu'ils ont pas le temps de faire ça en semaine ce qui me gêne
141 c'est que ça soit ça qu'ils proposent à leurs enfants. Cet environnement. Après c'est une
142 question de dosage : s'il a été au centre aéré tout le mercredi après-midi, s'il s'est occupé à
143 des choses le samedi, mais s'il est resté posé devant la télévision en attendant la sortie
144 dominicale avec les parents au magasin.

145 **Er** : Ils font de grands centres commerciaux avec des activités pour les enfants maintenant !

146 **Frédéric** : Oui mais c'est commercial tout ça. C'est pour que les parents soient tranquilles
147 pour aller dépenser leur fric !

148 **Er** : Et tu penses que le système de santé il est commercial comme ça aussi ?

149 **Frédéric** : Faut préciser la question, là.

150 **Er** : Tu me dis qu'on fait du commerce en attirant les parents et en leur disant qu'on
151 s'occupe de tout alors je pense aux industries pharmaceutiques qui font beaucoup de lobby.

152 **Frédéric** : Ah là on est plus sur de l'économique. C'est un vaste sujet. On voit bien où ça nous
153 a mené les récentes affaires. Il y a sans doute des économies à faire de manière considérable
154 pour la sécu. A force de rembourser des trucs dont le prix n'est pas justifié ... On voit bien
155 malheureusement, je prends l'exemple du SIDA, on a réussi à faire baisser un peu les prix
156 dans les endroits où on en a le plus besoin. Le cout de fabrication est le même alors qu'est-
157 ce qui explique que ça soit 10 fois plus cher ici que dans un autre pays ? Il y a bien des
158 marges colossales quelque part. Ou alors c'est un autre raisonnement c'est de se dire qu'on
159 fait payer beaucoup plus là où ils peuvent et qu'en moyenne ça équilibre. [...] Après pour
160 revenir à la question des 50 ans il est clair que nous on n'est plus dans le « on verra bien, les
161 problèmes ça m'arrivera pas » ben nous on se rapproche, on voit nos parents qui,
162 malheureusement pour certains, sont partis et on voit bien pourquoi, dans quelles
163 conditions. Et la vie étant faite comme elle est, on a une grande probabilité quand même
164 qu'il se passe moins de temps après qu'avant. Donc si on veut que ça dure le plus longtemps,
165 il faut aussi faire un peu attention. Après c'est une question individuelle aussi. Par exemple
166 mon père et mon beau-frère sont morts d'avoir trop fumé et ma sœur ça ne l'a même pas
167 fait essayer d'arrêter de fumer. Et elle sait très bien qu'elle réduit ses chances mais c'est
168 comme ça.

169 **Er** : Et pour toi ça passe par quoi faire attention ?

170 **Frédéric** : Ce qu'on disait tout à l'heure : être le plus en forme possible. Ou plutôt retarder
171 l'échéance d'être, de devenir une loque et dépendant par rapport à ceux qui devront
172 s'occuper de nous : les enfants d'abord et la société aussi.

173 **Er** : Tu me disais que ton père était décédé d'avoir trop fumé.

174 **Frédéric** : D'un cancer du poumon.

175 **Er** : A quel âge ?

176 **Frédéric** : Très jeune, 63 ans. Son père à peu près pareil, 62 je crois.

177 **Er** : Et ta maman ?

178 **Frédéric** : Elle est toujours là, elle.

179 **Er** : Elle a quel âge ?

180 **Frédéric** : 80 bientôt.

181 **Er** : Et ils faisaient quoi comme métier ?

182 **Frédéric** : Ma mère elle était couturière une partie de sa vie et puis elle a terminée comme
183 femme à tout faire dans la cité universitaire au CROUS de Limoges. Mon père lui était maçon
184 jusqu'à ce qu'il rentre aux ponts et chaussées. [...]

185 **Er** : Je vais revenir sur la naturopathie et les médecines douces, est-ce que c'est quelque
186 chose que tu expérimentes ?

187 **Frédéric** : Effectivement dans une période un peu délicate j'ai testé l'acupuncture mais ça a
188 été très limité, quelques séances. Je me souviens qu'en sortant de là j'avais une sensation de
189 chaleur comme c'était pas permis. Je sais pas si ça a aidé quand même. De la même façon
190 j'ai testé le magnétiseur, pareil quelque séances seulement parce que pareil c'est pas pris en
191 charge tout ça. J'ai essayé mais à part la sensation de chaleur qui est réelle, moi j'ai rien
192 ressenti. Comme c'est très compliqué, comme dans tout, de vérifier que ça marche. Mais en
193 général ces genres de solutions elles sont complétées ou elles complètent une autre façon
194 de soigner qui est en général médicamenteuse. Donc tu n'arrives pas à faire la différence et
195 savoir si tu vas mieux grâce à ça ou non. Surtout si c'est disproportionné. Après tu as
196 d'autres techniques comme le chi-kung qui sont considéré comme un acte thérapeutique,
197 c'est même prescrit. Ça commence. Moi je l'ai pratiqué en loisir un petit peu mais j'ai pas
198 trop aimé. Je l'ai pratiqué dans le cadre du yoga. C'était l'animatrice d'avant qui nous a fait
199 découvrir ça en alternance avec les séances de yoga. Et donc tu peux trouver ça comme
200 technique médicale même prescrite en France. Le yoga c'est beaucoup plus ... la différence
201 c'est que c'est beaucoup moins debout. [...] Moi j'en ai besoin ça me repose beaucoup. On
202 en retire quelque chose au niveau de l'esprit, pour le calme, des choses comme ça. C'est pas
203 mécanique comme intérêt mais plutôt psychique.

204 **Er** : Et t'as déjà essayé d'avoir voir un ostéopathe, un kiné, une sophrologue ?

205 **Frédéric** : Ben en théorie j'ai pas besoin de ça donc j'ai vu un ostéo une fois parce que j'avais
206 un mal de dos qui passait pas. Donc il a fait son truc, j'ai eu super mal et ça a pas marché
207 donc j'y suis pas retourné ! Après on y a vu que si y a besoin et là j'ai pas besoin. Enfin on
208 peut faire du préventif dans ce domaine mais c'est pas mon idée. Et l'immense majorité des
209 gens comme c'est pas pris en charge ils y vont plutôt en curatif. Donc en plus ceux qui en
210 auraient vraiment besoin et qui peuvent pas y aller c'est vraiment dommage. Ce qui serait
211 bien c'est que, pour en revenir à la prévention, les trucs hyper importants soient pris en

212 charge et un peu obligatoire pour les enfants. Ça nous habituerait. Les dents par exemple, en
 213 France en tout cas, il y a 2 ou 3 fois où la consultation est obligatoire et gratuite pour vérifier
 214 que tout va bien. L'état devrait organiser des séances comme ça pour d'autres choses. Pour
 215 prévenir avant que le mal ne soit fait. Si on dit aux gens attention vous avez des risques,
 216 après les gens ils font ce qu'ils veulent, mais si on les prévient comme je prends un exemple
 217 « si vous continuez votre activité sportive comme vous la faites votre genoux il va casser »
 218 bah les gens prennent moins le risque. Parce que aujourd'hui ce qu'il se passe c'est qu'on a
 219 des certificats médicaux bidon : on prend la tension à la rigueur mais sinon c'est une
 220 question « est-ce que tout est ok ? » et puis tu es aptes à faire du vélo parce que tu en as
 221 toujours fait. Alors ça ne sera peut-être pas pareil sur un patient qu'il ne connaît pas, c'est à
 222 espérer, mais c'est récurrent. Après le problème c'est qu'on s'adresse à des cas du domaine
 223 sportif, un domaine de loisir. Pour les professionnels du sport c'est autre chose mais la
 224 personne lambda on s'en fou un peu et si les conséquences ne sont que sur son corps on
 225 peut comprendre que la société s'en fou mais le problème c'est que d'une façon
 226 probablement indirecte ça aura une conséquence sur sa vie et donc sur son boulot. Parce
 227 qu'on prend un exemple tout bête : si ça casse c'est un arrêt de travail donc c'est la sécu qui
 228 paye, c'est la société qui paye. Donc après c'est combien on met pour payer les séances,
 229 mais je pense qu'il y a un manque à gagner. Combien on met sur la table pour la
 230 prévention ? C'est toujours une question d'argent.

231 **Er** : Pour toi la prévention en France elle est suffisante ?

232 **Frédéric** : Bah il y a toujours des choses à améliorer. Faut la comparer or on sait pas
 233 comment ça se passe ailleurs.

234 **Er** : Non mais je veux dire qu'est-ce que tu en penses toi intrinsèquement ? Par exemple : il y
 235 a tellement de pubs à la télé que j'y fais même plus attention.

236 **Frédéric** : Ah dans ce sens-là. Ben tu as les clips de prévention qui passent le plus pour moi
 237 ce sont pour la prévention routière. Donc le danger de oui on en voit trop c'est un petit peu
 238 mais c'est pas pour rien qu'ils changent leur mode de campagne régulièrement. Il y a eu une
 239 période où ils montraient les gens à l'hôpital, ça a pas duré longtemps parce que les gens
 240 regardaient pas. Ils vont peut-être même dire aux enfants de détourner les yeux parce que
 241 c'est trop violent. Les images font trop peur. Mais il faut se renouveler parce qu'on
 242 s'habitue à tout. Malheureusement le temps fait son œuvre et il faut sans arrêt tout
 243 remettre en question sinon ... Alors il y a un critère qu'on pourrait peut-être utiliser pour
 244 répondre à la question : c'est que aujourd'hui l'espérance de vie est quand même assez
 245 conséquente. Elle est certainement due pour une bonne part à ce qui est fait pour allonger
 246 la vie scientifiquement. Donc s'il n'y avait pas toutes les actions de prévention, et si ça ne
 247 marchait pas bah les gens ils vivraient peut-être moins longtemps qu'aujourd'hui. Quand le
 248 mal est fait il est fait alors que si on a fait de la prévention ... à 2 individus égaux avec un qui
 249 aura fait de la prévention et bien il va probablement retarder le moment où quelque chose
 250 de néfaste va lui arriver. Celui qui n'aura pas fait de prévention, cet événement grave va
 251 arriver plus tôt et peut-être que le médicament, le même pour les 2, va mieux marcher sur le
 252 1^{er}. Quelqu'un qui a un cancer à 30 ans, même s'il en guérit il a quand même moins de
 253 chance de vivre jusqu'à 90 ans. Je me dis que si on prévient on a plus de chance qu'on
 254 influence la durée de la vie dans le bon sens, normalement ça devrait arriver plus tard.

255 **Er** : Encore faut-il que les gens suivent les recommandations.

256 **Frédéric** : Bien entendu on part du principe qu'on écoute et qu'on applique.

257 **Er** : Et justement est-ce qu'on applique ?

258 **Frédéric** : Bah c'est pour ça que ... on a probablement tendance a ... mais ça dépend de
259 tellement de choses. Si tu as une énorme trouille de la mort je pense que tu vas quand
260 même essayer de prolonger ta vie donc de faire quelques petites choses pour retarder
261 l'échéance mais si pour toi ça n'est pas un problème que tu t'en fiches et que tu veux vivre
262 ta vie sans te poser de question bah ça dépend. Le problème du jeune et de l'ado en
263 particulier c'est qu'il est intouchable, invincible donc ces considérations pour la plupart des
264 jeunes cette angoisse de la mort ils l'ont pas et donc ils sont casse-cou au possible. Pour eux
265 ça concerne que les autres. Et plus on vieillit plus c'est différent. Tu verras quand tu auras des
266 enfants tu arrêteras tes conneries ! Ce sera « non attention ils comptent sur moi ».

267 **Er** : Donc pour toi ce sont les enfants qui changent la donne ? C'est plus une histoire de
268 responsabilités qu'une histoire d'âge ?

269 **Frédéric** : Ah oui les enfants se sont des responsabilités. Etre responsable d'autres c'est
270 important. Celui qui vit en solo est sûrement moins attentif à tout parce que ... Si tu fais des
271 conneries tu deviens une charge pour ta famille, pour ton conjoint, même sans que ça soit
272 grave si tu te casses une patte qui est-ce qui va devoir s'occuper de tout ? Tu dépends de ta
273 famille dans des situations comme ça. Le prototype type c'est le père de famille, une fois
274 qu'il a des enfants il conduit moins vite et il respecte le code de la route parce qu'il y a les
275 enfants derrière. Et que s'il y avait un accident tout le monde pourrait y rester.

276 **Er** : Et est-ce qu'au-delà de se responsabiliser a un moment on fait une sorte de bilan sur sa
277 vie ?

278 **Frédéric** : Si tu as bien un moment où tu dois faire ça c'est ben le moment de la retraite, qui
279 approche pour moi, parce que moi je suis fonctionnaire je vais pas faire de rab ! Après il y a
280 d'autres trucs qui font que tu fais un bilan, si tu as un accident, si tu perds ton travail,
281 changement familial divorce et autres machins. Mais y a un moment où tout le monde passe
282 par là c'est la retraite. C'est le moment de savoir ce qu'on veut faire parce qu'on a plus de
283 temps et que le temps qu'il reste va être plus court que celui qu'on a déjà vécu. En fait le
284 passage à la cinquantaine comme une étape c'est ce que nous racontent les livres et les
285 médias, la crise de la cinquantaine tout ça. [...] Le problème c'est que le physique étant ce
286 qu'il est, il y a un besoin de plaire encore et donc ... parce qu'on est dans une société où y a
287 que ça qui compte. En tout cas c'est ce qu'on nous fait croire. Il faut plaire dans tous les
288 domaines : au chef, aux amis, à la société, aux femmes ... Et ceux qui partent avec des petites
289 jeunettes c'est pour ça ! Donc au-delà de considération purement de vieillissement qui fait
290 que la durée de la vie pourrait être impactée, on fait plus attention. [...] Il y a la ménopause
291 chez les femmes et il y a le même pendant chez les hommes qui fait qu'on a une baisse de
292 libido et physiquement le mec il assurera pas ; on perd partout.

[Le gardien du bâtiment appelle pour nous demander de sortir]

293 **Er** : Très vite donc. Au tout début tu me parlais de ton médecin traitant, ça fait longtemps
294 que tu l'as ?

295 **Frédéric** : Oh oui ça fait, c'est le même depuis 26 ans et il est pas content parce qu'il va partir
296 en retraite bien après moi. Par contre tu vois ce médecin c'est pas celui de ma femme, ça l'a
297 été pendant un moment mais c'est plus le cas parce que ça s'est mal passé et elle l'aime pas.
298 Mes filles étaient avec lui au départ et maintenant comme elles habitent plus là elles sont
299 avec quelqu'un d'autre. Mais moi j'ai pas éprouvé le besoin parce qu'il répond à tous mes

300 petits bobos, et il est de bons conseils. Bon il a fait des erreurs comme tout le monde mais
301 comme tout le monde il apprend. L'erreur est humaine.

302 **Er** : Et tu estimes qu'il est assez à l'écoute pour être un bon médecin ?

303 **Frédéric** : En tout cas moi j'en connais pas d'autre donc chacun a sa façon d'appréhender les
304 choses. En urgence j'en ai vu d'autres mais celui-là me convient bien. Mais c'est très
305 compliqué en urgence : tu le connais pas il te connais pas. Mais moi j'ai la chance de pas
306 avoir à fréquenter les urgences ! Je vais chez le médecin une fois par an et y en a peu qui
307 peuvent se targuer de ça. Et si c'est comme ça c'est parce que je fais partie des gens qui ont
308 une vie relativement saine sous tous points de vue. Je vois par exemple jeudi dernier on va
309 au théâtre, le train entre en gare, je trotte pour pas le rater, on a fait quoi, 100m, et une
310 fois dans le wagon je vois ma femme haleter alors qu'on avait fait que trotter. Moi
311 j'entretien ça en permanence, même le médecin d'entreprise il comprend pas comment j'ai
312 autant de souffle. Moi j'ai 40 ans de vélo derrière moi donc.

313 **Er** : Et du coup si ton médecin te conseille quelque chose tu le suis aveuglément ou tu vas
314 faire des recherches ?

315 **Frédéric** : Bah ça tombe très bien que tu poses la question parce que la semaine dernière j'y
316 suis allé parce que ça fait 3 mois que je traîne un mal au bras et à la jambe. Le genou gauche
317 j'ai une vague idée de où ça vient, en courant au mois de décembre mais le bras aucune
318 idée. Donc il m'a prescrit une quinzaine chez le kiné, moi qui ne suis jamais allé chez le kiné.
319 Mais je me suis pas pressé pour l'instant. Ça va trainer probablement avant que je me
320 décide.

321 **Er** : Et les dépistages c'est quelque chose que tu fais assez facilement ?

322 **Frédéric** : Oh bah oui parce que nous les plus de 50 on est concernés par le colorectal là ? je
323 l'avais fait une fois et olala ... en plus faut le refaire ! [...] Pour ça peut-être que le médecin a
324 un pouvoir de conviction plus important que la autorités sanitaires. Y a peut-être plus de
325 chance que ça soit fait si c'est demandé par le médecin.

[Il monte dans son train]

326 Si tu veux des compléments d'information n'hésites pas.

327 **Er** : Ben merci beaucoup et puis à la prochaine !

328 **Frédéric** : Sur ce, bonne soirée.

Entretien n°8/10 – Thomas <i>« Ma génération c'est la génération nutella. Donc on est mort. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, Conseiller bancaire, 46 ans, Bac comptabilité, célibataire sans enfant (mais une filleule de 18 ans qu'il considère comme sa fille), grand marcheur
Date de l'entretien	15 avril 2017
Lieu de l'entretien	Au domicile d'un ami commun
Ville	Armentières
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	135 minutes
Conditions de l'entretien	Dans la chambre d'un enfant de la famille. L'entretien commence après une demi-heure d'appel téléphonique avec la filleule de l'enquêté, qui est dans une situation familiale difficile et qui a besoin d'aide. La maitresse de maison nous coupe pour nous apporter de l'eau.
Type de Retranscription	Partielle
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'enquêté a une énorme culture générale donc il lui arrive souvent de diverger vers d'autres sujet comme la politique, le système capitaliste, l'éducation et surtout son travail car cela se passe mal en ce moment (c'est une grosse source de stress). Sa critique principale est un manque d'humanisme, d'écoute et d'individualité. Un autre de ses sujets de prédilection est sa filleule qui a de gros soucis de famille et pour qui il est devenu un père adoptif. Cela a marqué un tournant important dans sa vie. Etant en bonne forme physique, il ne pense pas ni à la maladie, ni au vieillissement, bien que cela se fasse sentir dans le corps de temps en temps. Très ouvert d'esprit et curieux il teste tout ce qu'il peut quand il en a besoin. Malgré un environnement très touché par le cancer et bien que cette maladie lui fasse peur, il n'est pas plus porté sur la prévention car il se dit qu'il faut bien mourir un jour. Il trouve que les campagnes sont d'ailleurs assez peu utiles car il faut avant tout être à l'écoute de son corps pour savoir ce qu'il faut faire et bien vieillir.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

- 1 **Er** : Donc merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi.
- 2 **Thomas** : Mais de rien.
- 3 **Er** : Je te rappelle donc que l'entretien va être enregistré et que je vais le retranscrire. Si tu
4 veux la retranscription pour apporter des modifications ou faire des ajouts je te l'envverrai.
- 5 **Thomas** : Très bien.
- 6 **Er** : Donc ça va être anonyme donc on peut choisir a un prénom s'il te conviendra. Donc nous
7 on est un groupe de 3 on travaille sur les 45-60 ans. Et on travaille notamment sur la santé.
8 Donc est-ce qu'il y a quelque chose qui te vient spontanément quand on parle de la santé ?
- 9 **Thomas** : Je fais de la randonnée pour justement l'entretenir. Je pense que sinon il y a
10 longtemps que j'aurais ... Parce que je suis un bon vivant aussi donc la marche me fait du
11 bien. Que j'aime parce qu'elle n'est pas contraignante : on mets des chaussures et on va ou
12 on veut. Contrairement à d'autres activités sportives où il faut tout de suite beaucoup de
13 matériel. Ça me correspond bien. Je peux le faire quand j'en ai envie. Demain je vais faire 20
14 km avec mes amis et ensuite on va au restaurant. C'est très convivial.
- 15 **Er** : Ça fait longtemps que tu en fais ?
- 16 **Thomas** : Depuis l'âge de 20 ans. Avec plus ou moins d'assiduité ça va dépendre des
17 moments. Globalement je fais faire à peu près 100 km par mois. Ça peut aller très vite s'il
18 fait beau. [...] Marcher c'est un bon support pour découvrir une région. [...]
- 19 **Er** : T'as besoin de nature en fait ?
- 20 **Thomas** : Bah voilà.
- 21 **Er** : Et tu te déplace comment pour aller travailler ?
- 22 **Thomas** : En voiture, pas de bol. Moi en plus qui est écolo dans l'âme ... Mais j'ai pas le choix
23 car je travaille en caisse locale et je suis obligé de me déplacer. [...] Pendant 20 ans dans
24 notre travail on avance et ensuite t'as la crise de la 40aine qui dit « qu'est-ce qu'on fait
25 après ? » Enfin soit tu te la pose soit on te la pose et donc tu te remets en question. Ça te fait
26 réfléchir sur ton avenir parce qu'il reste quand même 15 ans avant la retraite. [...]
27 Maintenant mon travail c'est une chaine de production de traitement de l'information.
- 28 **Er** : Y a plus d'aspect humain en fait ?
- 29 **Thomas** : Oui il est complètement édulcoré par nos chefs alors que ma génération elle a été
30 éduquée avec de l'humain dans le travail. Et le milieu bancaire a énormément de gens
31 malades, qui ont besoin d'un psy, qui ont des burn-out parce qu'il y a un écart entre ton
32 apprentissage et cette nouvelle génération de chefs qui vient nous demander d'être un
33 ouvrier industriel pour être clair. [...] Pour moi on est entre 2 générations : la tienne et ceux
34 qui sont en retraite. Votre monde il est plus international, mais la génération était très
35 familiale et même dans l'entreprise. Et nous on est entre les deux. Et je suis sûr qu'il y a des
36 bonnes choses à prendre de votre génération mais dans le travail on a perdu le côté humain,
37 c'est devenu inhumain et industriel. Alors qu'il y a 20 ans quand j'y suis rentré on avait le
38 temps de voir les gens, de voir les enfants grandir, on avait vraiment un rôle de conseil et
39 d'accompagnement. Aujourd'hui nos chefs sont des contrôleurs, des gens qui pressent et qui
40 mettent la pression. Il peut y avoir une bonne pression, de l'adrénaline qui te pousse vers
41 l'avant et à atteindre un but mais là on te dit « tu fais ça » et tu sais même plus pourquoi. J'ai
42 un collègue qui est en burn-out et moi j'ai failli en avoir un l'année dernière. Mais y a pas de

43 honte à avoir, ça fait partie de tout le monde aujourd'hui. Et quel que soit le métier, on a
44 tous la même impression : le travail c'est l'usine, c'est que du traitement d'information.
45 Aujourd'hui on est que des variables d'ajustement et c'est clairement le mal être de notre
46 génération. En fait le problème c'est que tu n'as plus de finalité dans ton travail et les chefs
47 qui te critiquent en face de toi et qui sont plus jeunes ne savent rien faire. [...]

48 **Er** : Est-ce que quand tu vas chez le médecin il y a aussi ce manque d'écoute que tu peux
49 constater toi en entreprise ?

50 **Thomas** : Je vais très peu chez le médecin. J'y vais même jamais ! Parce que j'ai pas besoin
51 en fait. A 50 ans oui j'irais parce que je sais qu'il faudra commencer à se poser des questions
52 puisque je suis un homme mais là je n'y vais jamais. J'ai dû y aller il y a 6 ans pour faire mon
53 rappel pour le DT Polio parce que j'avais oublié mais le médecin m'a posé quelques
54 questions m'a dit que j'étais en grande forme que mon organisme était très bien donc voilà.
55 Par contre j'ai été voir 2 fois des psychologues. Tu vois je préfère la psychologie que les
56 traitements. Pour éviter justement la dépendance. Et puis c'est hyper intéressant la
57 psychologie. Moi j'ai besoin de parler et qu'on m'écoute. Tu ressors de là gonfler à bloc. Je
58 trouve qu'on donne pas assez de place à la discussion dans notre monde, tout est fermé, on
59 ne doit pas laisser sortir nos sentiments, alors que c'est peut-être ça qu'il manque
60 justement. On devrait pouvoir évacuer en parlant et ne pas garder en soi. Ça nous abime.

61 **Er** : T'as peur de la dépendance des médicaments ?

62 **Thomas** : Bah oui je suis pas très chaud pour tout ce qui est chimique. L'homéopathie ça me
63 dérangerait pas par exemple mais j'en n'ai pas eu besoin. Je vais croiser les doigts mais je
64 n'ai pas eu de soucis de santé. J'espère ne pas en avoir, je vais continuer la marche et la
65 natation mais comme je suis un bon vivant il se peut qu'un jour ... Mon père a eu un cancer
66 de la prostate donc à 50 ans oui je vais aller voir le médecin. Là il y aura une obligation de
67 suivi mais pour le moment j'en n'ai pas senti le besoin, je fais pas de prise de sang alors que
68 je devrais peut-être le faire plus souvent. Je me sens pas fatigué, j'ai pas eu utilité à y aller
69 pour l'instant.

70 **Er** : Donc l'homéopathie, la naturopathie, tout ce qui est par les plantes ?

71 **Thomas** : Ah bah oui carrément. Bah de toute façon un médicament pour moi c'est des
72 plantes avec du chimique hein. Alors autant prendre des plantes. Sauf si on m'explique que
73 c'est plus efficace, encore une fois je suis ouvert à tout mais j'ai toujours l'impression ... avec
74 le milieu bancaire j'ai vu l'aspect financier des groupes pharmaceutique, c'est peut-être pour
75 ça aussi. J'ai vu certaines choses qui m'ont pas plu dans la façon de faire. Mais à titre perso
76 aujourd'hui j'estime que les plantes suffisent. C'est ce qu'ils utilisaient au moyen-âge hein. Si
77 tu prends une infusion de verveine ça va te détendre tu vas dormir et t'as pas besoin de
78 médicaments avec une accoutumance qui peut être assez forte aussi ! Il me faudrait des
79 arguments pour que je pense à prendre que du chimique. Aujourd'hui on nous donne
80 d'office le médicament, sans raison apparente. Maintenant les médecines parallèles, ça
81 commence à venir, on commence à parler de l'acupuncture, j'en ai d'ailleurs fait suite à mon
82 premier braquage. Je suis assez ouvert à comprendre ce qui m'entoure. C'est pas parce que
83 j'ai eu une éducation que je vais dire que j'ai raison, j'ai eu une éducation mais je suis ouvert
84 au débat et c'est un partage intellectuel passionnant de voir d'autres éducations. [...] Même
85 à l'école : on parle du QI mais on parle jamais du QE. [...]

86 **Er** : Bon recentrons-nous un peu sur notre sujet, tu m'as parlé de la crise de la 40aine, mais
87 on parle aussi de la crise de la 50aine ...

88 **Thomas** : C'est pas le même genre de crise. Honnêtement la crise de la 40aine c'est lié à ton
89 activité, ta vie, est-ce que tu l'as réussie. [...] La 50aine c'est différent t'approche de 60 en
90 fait. Mon pote de 50 ans, il voit approcher ce chiffre de 50 et il voit la fin de sa vie en fait,
91 c'est comme ça que je l'ai senti ! Pour moi la 40aine c'est une étape, c'est un bilan qui dure
92 10 ans quoi. Pour lui c'est la fin de sa vie, c'est la retraite. T'as fait plus de la moitié de ta vie
93 quoi, c'est un autre spleen.

94 **Er** : Et toi t'as pas ces questions-là ?

95 **Thomas** : Bah pour le moment non mais je suis bien dans ma tête en ce moment, je me sens
96 libre et indépendant. Plus jeune j'étais dans le moule, on a été éduqués à rentrer dans le
97 moule. Hiérarchie parent-enfants point. Maintenant je suis plus contestataire ! Dans le bon
98 sens hein, constructif ! [...] Encore une fois on sait pas où on va, on n'a plus de direction. [...] Notre société elle est malade, tout est mise en scène tout est spectacle.

100 **Er** : Tu me disais que tu travaillais dans une association ?

101 **Thomas** : Oui *Espoir et Amitié* qui vient en aide aux handicapés mentaux. C'est pour trouver
102 de l'humain à l'extérieur de mon travail. J'ai découvert un monde très attachant et un vrai
103 clan. On passe des moments sympas et ça permet d'avoir des relations et en associations
104 elles sont très fortes. [...] Les loisirs et le sport ça permet souvent de construire des relations
105 mais souvent avec des personnes du même âge. Après moi c'est pas le cas parce que j'aime
106 confronter les points de vue entre générations. On voit comment évoluent les gens pour ne
107 pas rater des choses.

108 **Er** : Et donc tu fais du sport pour rencontrer des gens ou pour être en forme ou ?

109 **Thomas** : Pour être en forme, pour libérer le stress, pour passer du temps entre amis et puis
110 le contact avec la nature. Mon moment préféré de la journée c'est de voir le soleil se lever.
111 Je pars une demi-heure avant le lever du soleil pour le voir.

112 **Er** : Ça fait tôt l'été !

113 **Thomas** : Oui mais je suis un adepte de la sieste. Je préfère ça à la grasse mat ! C'est un
114 moment serein et gratuit. Ça c'est la liberté. Moi j'ai besoin de ce moment de solitude.

115 **Er** : Pourquoi tu fais la sieste ?

116 **Thomas** : Pour récupérer en cours de journée. Que le week-end parce qu'ai boulot ils
117 comprennent pas. Je travaille mieux après, mais elle doit pas durer longtemps, pas plus
118 d'une demi-heure. Moi je fais 20 minutes et sans réveil. Mon organisme est habitué.

119 **Er** : Tu le fais parce que tu en ressens le besoin ?

120 **Thomas** : Oui mais c'est un plaisir aussi ! Tu mets les doigts de pieds en éventail sur ton
121 canapé c'est un moment de bonheur. [...] Je respecte mes horaires de sommeil et c'est pour
122 ça que je récupère assez vite. J'ai pas de sensation de fatigue mais après je me sens mieux.

123 **Er** : Est-ce que tu es à l'écoute de ton corps ?

124 **Thomas** : A quel niveau ?

125 **Er** : Bah dis-moi.

126 **Thomas** : Niveau physique, mental ?

127 **Er** : Tout.

128 **Thomas** : Je pense que je marche pour pouvoir manger des trucs gras. Mon père a été en
129 surcharge pondérale, il a fait quand même 149kg donc quand t'as vécu la dedans, j'ai vu
130 mon père qui était handicapé par son physique et ça laisse des traces. Donc je fais attention.
131 Je suis pas maigre et je le serais jamais mais ... j'ai une petite bouée mais à mon âge c'est
132 correcte. J'ai pas trop à me plaindre pour l'instant. Mon père il ne faisait vraiment aucun
133 sport et du coup je pense que c'est ça qui m'a poussé. [...] En fait la crise de la 40aine je l'aie
134 résolue en achetant ma maison. En parlant avec toi en fait ça m'a permis de trouver cette
135 réponse tu vois ! Finalement tu me fais parler et c'est un peu comme d'aller chez le psy !
136 Parce que tu me demande de raconter ma vie, de me situer. Maintenant je sais que je suis
137 en phase avec qui je suis.

138 **Er** : Est-ce que tu as constaté de gros changements entre ton enfance et maintenant ?

139 **Thomas** : J'étais très timide, très réservé, je restais dans mon coin. [...]

140 **Er** : Tu me disais tout à l'heure que tu étais très dans le débat et que ça t'aidait à te
141 construire un point de vue. Que tu pouvais changer d'avis sur certaines choses si on
142 t'expliquait. Je vais prendre l'exemple des médecines parallèles dont on parlait tout à
143 l'heure : est-ce que certains de tes proches te l'ont conseillé ou déconseillé ?

144 **Thomas** : L'acupuncture c'est le médecin qui me l'a proposé et comme je suis curieux de
145 nature j'ai essayé et ça m'a bien convenu en fait. Je suis très ouvert à essayer des choses que
146 je ne connais pas. J'ai essayé le magnétiseur aussi. Après un peu de naturopathie et
147 homéopathie j'en ai fait un peu mais tout le reste ...

148 **Er** : Et chiropracteur, ostéopathe ... ?

149 **Thomas** : Non pas encore parce que j'en n'ai pas encore eu besoin. J'ai des fois eu mal au
150 dos mais avec un peu de natation ça repart. Je pense que si ça durait je testerais l'ostéo. En
151 plus on a des séances gratuites au travail dans l'année. Donc ça sera l'occasion de tester.
152 Mais pas la peine de consommer un truc qu'on n'a pas besoin tu vois. Je pense qu'il n'y a pas
153 de solution parfaite. Il faut peut-être un mix de tout ça pour avoir la solution à notre
154 organisme ou à notre vie personnelle.

155 **Er** : Tu me disais aussi que tu préférerais te soigner par les plantes mais si tu as une maladie
156 grave, tu te soignerais par les plantes ?

157 **Thomas** : Ah bah non.

158 **Er** : Qu'est-ce qui fait la balance entre les deux en fait ?

159 **Thomas** : Qu'on me prouve que c'est nécessaire. C'est vraiment les arguments scientifiques.
160 On a eu récemment des échos comme quoi la chimiothérapie ce serait finalement pas
161 efficace. Je suis pas contre d'avoir un avis sur ces questions. Et pourquoi il n'y a que ça qui
162 peut marcher. On a des médecins, des profs, des spécialistes donc avant de prendre une
163 décision comme celle-là pour perdre tes cheveux ou quoi vaut mieux être au courant. Parce
164 qu'il y a des conséquences qui te pèsent. Moi j'ai perdu ma cousine d'une leucémie à 14 ans
165 donc le cancer c'est pas un sujet qu'on a beaucoup abordé en famille. Comme le cancer de la
166 prostate de mon père, je l'ai minoré. C'était « bah ça va c'est qu'un cancer de la prostate ».

167 Pour moi par rapport à la leucémie de ma cousine c'était pas grave parce que ça pouvait se
168 soigner.

169 **Er** : Est-ce que ces expériences que tu as eu avec le cancer te rendent plus prudent et plus
170 préventif par rapport à ça ?

171 **Thomas** : Franchement ... qu'est-ce qui donne le cancer ? Bah tout. Si faut changer son
172 alimentation ok mais la pollution par exemple on en est entouré. Et tant qu'ils n'auront pas
173 compris l'ensemble de ce qui donne le cancer bah je me dis qu'on en aura forcément un
174 donc pour le moment c'est la notion de plaisir qui prime. Il y a des risques dans tout donc je
175 ne vois pas pourquoi on se priverait. Les cancers ça peut venir de tout c'est tellement vaste.
176 Même le stress.

177 **Er** : J'ai l'impression que pour toi la médecine et la science médicale ne sont pas gage de
178 vérité.

179 **Thomas** : Ah non parce que personne n'a la science infuse ! A titre perso c'est en échangeant
180 que je m'enrichi. J'imagine que le docteur il en sait beaucoup sur sa discipline mais il n'a
181 qu'une vision : la sienne ! il ne connaît pas forcément les autres possibilités. Et ça ça me gêne
182 dans le milieu médical. C'est pas parce que c'est un prof que c'est un saint qui sait tout !
183 Donc c'est pour ça que je vais pas prendre pour argent comptant ce que me dit la science.

184 **Er** : Et donc les campagnes de prévention tu les suis ?

185 **Thomas** : Ça dépend lesquelles. Ma génération c'est la génération nutella. Donc on est mort.
186 c'est très instructif ça. Ils nous ont empoisonné quand on était jeunes et maintenant ils
187 viennent nous dire qu'il faut pas manger gras et sucré. Sauf que c'est leur faute, c'est eux qui
188 ont laissé faire les industriels. Et je suis en colère contre eux parce que c'est trop facile.
189 « Manger 5 fruits et légumes par jour » ok pas de problème mais nous on a été élevé dans le
190 sucre. Regarde les pubs de l'époque des années 70. Tout est démesuré de sucre et de gras.
191 En fait notre génération elle a été éduquée au consumérisme de masse. Les 30 glorieuses au
192 niveau économiques, les parents avaient tellement manqué que pour leurs enfants ils n'ont
193 pas voulu que ça soit le cas et donc en fait on a consommé énormément. Et après on est
194 revenu à l'envers en disant attention y a des problèmes d'obésité. Mais le corps est habitué
195 à une dose de sucre. Moi je suis un tempérament sucré : je me fais des overdoses de sucre
196 quand je vais pas bien. Et le sucre c'est une drogue hein ! C'est une drogue légale. Je pense
197 franchement que c'est hypocrite. Il y a peut-être des campagnes qui sont plus juste comme
198 la prévention routière et c'est bien de montrer la vérité des proches autour qui sont blessés
199 dans l'accident. Je suis tout à fait convaincu que cette campagne-là est claire et utile. Ce sont
200 des pubs pour sauver des gens. Mais tout ce qui est médical ou sur l'alimentation on se fou
201 de nous. On nous a pas dit ça à l'époque. Ils nous ont rendus dépendants et maintenant il
202 faudrait qu'on change nos habitudes.

203 **Er** : Et pratiquer une activité physique régulière ?

204 **Thomas** : Je l'ai fait pour le plaisir d'abord de voir la nature mais après tu te rends compte
205 qu'il y a des bienfaits pour ta santé et tu continues. C'est pas pour la santé d'abord que moi
206 je l'ai fait. Donc c'est bien tombé parce que mon plaisir est efficace pour réduire les
207 maladies cardio-vasculaires. C'est pas la priorité dans la marche, c'est bien tombé, c'est du
208 bonus. Du coup tous les trucs marcher au minimum par jour je m'en fiche. Je marche 2h50
209 quand je suis lancé alors. Par contre au travail comme je suis assis, j'essaie toujours de me

210 lever, de faire attention à bouger un peu pour la circulation du sang mais le week end je suis
211 dehors de toute façon.

212 **Er** : Et les campagnes qui vont toucher au dépistage par exemple ?

213 **Thomas** : Du SIDA ou ?

214 **Er** : Tu me parles de ça parce que c'est apparu quand tu étais jeune ?

215 **Thomas** : Oui. Mais pour tout ça, cancer du sein, de la prostate etc. c'est important ça.

216 **Er** : Est-ce tu te fais dépister à cause de tes antécédents ?

217 **Thomas** : Ah oui je le ferais parce que c'est mon père qui me l'a dit. Mon père m'en a parlé
218 tout de suite, il m'a dit « mon médecin m'a dit qu'il fallait que tu te dois aller voir ». Donc je
219 l'ai fait mais de toute manière pour le principe de l'âge à 50 ans je l'aurais fait. Parce que les
220 hommes à partir de 50 ans il faut faire plus attention et faire un bilan un peu régulier. Et là je
221 le ferais. Parce que là je vieillis. Le passage entre ma liberté totale et ça c'est parce que je
222 vieillis. Et moi je tiens à avoir une bonne retraite et pas me retrouver grabataire parce que
223 j'ai pas fait attention à ma situation personnelle. Mais jusque 50 ... Mon ami-là qui pense que
224 c'est la fin de sa vie bah moi ce sera pas le cas mais je dirais seulement « maintenant je vais
225 être un peu plus prudent » parce que mon organisme il faut l'entretenir. Et là je ferais plus
226 attention, prise de sang pour voir s'il y a des soucis. Mais je vais pas faire ça par obligation
227 mais par souci pratique, pour bien vieillir. Parce que je le sens quand même, on a beau dire,
228 mes genoux craquent, l'organisme il récupère moins bien donc il faut bien en tenir compte.
229 C'est mon corps qui va me faire sentir les choses. Quand je marche je peux avoir mal à la
230 plante des pieds donc je dois faire attention et je marche moins vite. Donc j'écoute mon
231 corps. J'ai eu mal cette semaine donc j'ai ralenti. [...] J'écoute pas mon corps par rapport à
232 l'alimentation mais j'écoute mon corps par rapport à ce que je ressens. Ce sera beaucoup
233 plus les douleurs que je vais ressentir ou la fatigue morale aussi.

234 **Er** : A cause du travail ?

235 **Thomas** : Oui ça fait un an déjà qu'on me mène la vie dure. [...]

236 **Er** : Et concernant la transmission, est-ce que tu fais comme tes parents en matière de
237 santé ?

238 **Thomas** : Ah non, je pense que ça vient de ça aussi le fait que j'y aille pas mais ils ont une
239 sacro-sainte horreur des médecins ! Parce qu'ils y a des gens dans leur entourage qui sont
240 morts d'erreurs médicales donc ça leur a laissé de mauvais souvenirs. Sauf que mon père il y
241 a 2 ans, son médecin lui a dit d'aller aux urgences et il n'a pas voulu donc il a signé une
242 décharge de responsabilité pour le médecin. Moi j'arrive le soir je le vois blanc comme un
243 linge donc je lui dis « c'est quoi cette histoire » « ouai je veux pas aller à l'hôpital ». Je l'ai
244 emmené tout de suite même s'il m'a disputé dans la voiture mais heureusement parce que
245 le médecin de garde a dit « s'il vous avait pas amené vous étiez mort cette nuit ». Ah ce qui
246 est marrant c'est que je suis Sauveteur Secouriste du Travail mais je vais pas voir le
247 médecin ! Je pense que le milieu médical j'ai été éduqué en en ayant peur.

248 **Er** : Et tu penses que tes expériences de la maladie comme ta cousine ou ton papa ça a
249 influencé ton comportement ?

250 **Thomas** : Pas spécialement mais je sais que le sport va m'être utile.

251 **Er** : Et est-ce que c'est une maladie qui te fait peur le cancer ?

- 252 **Thomas** : Oui par le vécu bien sûr. J'ai perdu ma cousine quand j'avais 12 ans donc oui.
- 253 **Er** : Et il y en a d'autres ?
- 254 **Thomas** : Non c'est celle-là parce qu'elle m'a touché le plus. Ça te frappe. Et en plus on en
255 parlait pas, c'était enfoui.
- 256 **Er** : Et ça a touché des gens parmi tes amis aussi ?
- 257 **Thomas** : Oui j'ai une collègue qui est morte à 39 ans. C'est vraiment très dur. En quelques
258 mois elle était plus là. C'est une maladie qui me tourne autour. Y a toujours une part
259 d'inquiétude au fond de moi je vais pas le cacher mais ça donne encore plus envie de vivre à
260 fond. Soit tu te lobotomise devant la télé soit tu t'assumes et tu profites de ce que tu es. [...]
- 261 **Er** : Comment tu vois ton avenir aujourd'hui ?
- 262 **Thomas** : Il est sombre, pas forcément pour moi mais de manière général avec le contexte
263 géopolitique actuel. Il y a des gens bien qui donnent envie de croire en l'avenir. [...] Tout est
264 standardisé. [...] Tous les métiers quels qu'ils soient : faux être rentable. Même dans la santé,
265 les infirmiers ils doivent être rentables !
- 266 **Er** : Est-ce qu'il manque de l'écoute dans la relation avec les professionnels de santé ?
- 267 **Thomas** : C'est standardisé : « t'as un rhume ? tu prends ça ». [...] Pour les années qu'il me
268 reste moi je veux profiter des relations humaines qui sont pour moi des rayons de soleil. [...]
269 On dit toujours qu'on atteint la sagesse en vieillissant.
- 270 **Er** : Pour toi la vieillesse c'est plus synonyme de sagesse que de déclin ?
- 271 **Thomas** : Alors la vieillesse forcément tu accuses un coup sur l'organisme mais je me sens
272 plus apaisé aujourd'hui qu'il y a 20 ans. Les bonnes comme les mauvaises expériences ça
273 t'apporte quelque chose qui fait que tu es toi aujourd'hui. [...] Les cheveux gris aussi ça
274 donne une certaine sagesse. Parce que quand t'es jeune t'es pas cru ! Quand t'es plus âgé
275 c'est là qu'on t'écoute.
- 276 **Er** : Donc t'as pas peur de décliner en vieillissant ?
- 277 **Thomas** : Y a une partie de moi qui le pense comme 30 % mais il y a un enthousiasme qui me
278 permet d'avancer, de ne pas m'ankyloser et de ne pas avoir peur de vieillir mal.
- 279 **Er** : Pourquoi c'est important pour toi de bien vieillir ?
- 280 **Thomas** : Pour que je puisse faire plein de choses. Avoir des moments de plaisir, de bonheur,
281 de partage et puis des moments de calme aussi.
- 282 **Er** : Si tu devais me résumer en 3 mots la santé à cette époque de ta vie ?
- 283 **Thomas** : Bienfaits, avancer, ne pas être bloqué en fait et ... c'est pas évident ! Et ressentir,
284 se sentir vivant.
- 285 **Er** : Et pourquoi avancer ?
- 286 **Thomas** : C'est le côté marcheur mais aussi le côté réflexion : si t'es pas en bonne santé tu
287 peux pas réfléchir.
- 288 **Er** : Et bienfait ?
- 289 **Thomas** : Bah la santé et ses bienfaits : pouvoir faire ce que t'as envie de faire.
- 290 **Er** : Bah super.

291 **Thomas** : C'est enrichissant ?

292 **Er** : Oui très ! Merci.

293 **Thomas** : [...]

Entretien n°9/10 – Catherine	
<i>« A la ménopause on a le corps qui flanche, qui lâche surtout pour les femmes, et vas-y sur les hanches, le ventre, les fesses ! La peau qui se distant et puis on perd plus comme quand on avait 20 ans. »</i>	
Description signalétique de l'enquête :	Femme, Assistance Comité d'Entreprise 55 ans, Bac+3, Bac littéraire en traduction, divorcée mais récemment remariée, 2 enfants (1 fille et 1 garçon), catholique mais en conflit avec la religion en ce moment
Date de l'entretien	12 mai 2017
Lieu de l'entretien	Au domicile
Ville	L'Etang la ville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	82 minutes
Conditions de l'entretien	Dans le salon, sur les canapés en face à face. L'ambiance était très professionnelle, elle voulait répondre à des questions et m'apporter du contenu à tout prix. L'entretien n'a pas duré longtemps mais a été très riche en informations.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Il n'y avait pas de réflexion préalable sur le sujet mais la discussion l'a fait cogiter et elle a fini par faire des liens pertinents sur les différents aspects de sa vie. Son environnement familial assez secret et dur l'a rendu forte et indépendante. Elle a, et sa famille au sens large aussi, connu de nombreuses maladies, ce qui fait d'elle une fervente défenseuse de la prévention. Sa famille est pour elle une source de soutien dans les épreuves mais aussi une source d'inquiétude, elle se sent responsable d'eux. Dans ses relations avec les professionnels de santé elle a besoin d'écoute et de confiance. Elle s'inquiète d'ailleurs beaucoup du départ en retraite de son généraliste car elle ne sait pas comment elle va pouvoir retrouver la même qualité de relationnel. Elle trouve le système de soins mal organisé, cher et trop complexe ce qui la brime dans ses besoins/envies. Elle ressent aussi une problématique de temps au quotidien, que ce soit en matière de santé ou dans son travail.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

1 **Er** : Bonjour, merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi ! Donc je vous rappelle
2 que l'entretien est enregistré, il sera retranscrit et je pourrais vous envoyer la retranscription
3 si vous voulez pour faire des modifications, des ajouts ou vérifier ce qu'on a dit.

4 **Catherine** : Si vous voulez y a pas de problème.

5 **Er** : L'entretien sera complètement anonyme donc je changerai le prénom et donc nous
6 notre sujet c'est la santé chez les cinquantenaires. Donc on se demande quel rapport ils ont
7 à la santé parce qu'on se dit que c'est peut-être un âge où il y a des choses qui arrivent et
8 qui changent ce qu'on en pense et comment on la vit. Est-ce qu'il y a des choses qui vous
9 viennent spontanément par rapport à ça ?

10 **Catherine** : Euh bah oui c'est vrai ce que vous dites parce qu'on reçoit tous les papiers les
11 trucs de le DMI⁸ pour les contrôles et tout ça. Donc ça vous rappelle bien l'âge que vous avez
12 et on sait bien que la cinquantaine il faut commencer à faire des contrôles. Enfin moi je me
13 suis toujours fait contrôler pour tout : les yeux, enfin tout ça donc j'ai pas de ... C'est un suivi
14 régulier donc même si on sait qu'à cet âge il y a plus de chance que quelque chose arrive.
15 Pour moi c'est le cas, j'ai eu des problèmes de santé très graves entre autres à la naissance
16 de mon fils et après pour le coup je suis restée incontinente un long moment. J'ai eu une
17 fistule vésico-vaginale à sa naissance et donc après j'ai eu ma fille Julie 5 ans après, à 37 ans,
18 et fallait pas que j'ai ... J'ai dû subir une intervention et fallait pas que j'ai d'enfant après.
19 Donc de toute façon le 3^{ème} il n'en était pas questions parce que je risquais d'y passer.
20 C'était très compliqué, les grossesses ont été très compliquées, très lourdes et ont posé
21 beaucoup de problèmes. De ce fait là je me suis faite opérer en 2000, j'ai eu une
22 intervention mais qui n'a pas fonctionné et j'ai eu une autre intervention en 2002 : une
23 greffe de moi-même à moi-même. Donc suite à ça, moi j'ai eu des problèmes de santé très
24 tôt et j'ai pu vivre normalement, parce que j'ai été incontinente pendant pratiquement
25 10 ans, donc j'ai pu vivre comme tout le monde : les problèmes de santé en les mettant de
26 côté et tout ça. Et puis y a aussi l'atavisme des parents qui fait que quand on sait que les
27 parents ont tel ou tel problème et que ça peut être congénital, on se fait suivre. Entre autres
28 le cholestérol : je dois prendre un médicament depuis 8 ans en gros. Bon là je vous parle que
29 de la santé mais vous me dites s'il faut dévier ou pas hein ! Et qu'est-ce que j'ai d'autre ... Ah
30 bah si on a un truc qui s'appelle l'otospongiose dans la famille donc quelque chose qui est
31 transmis par les parents et qui agit sur les oreilles. C'est-à-dire c'est une calcification des
32 osselets dans l'oreille donc on entend moins bien. J'ai une de mes sœurs plus jeune qui s'est
33 faite opérée et qui est appareillée et moi je suis appareillée depuis 1 mois.

34 **Er** : Ah c'est tout récent !

35 **Catherine** : Oui c'est tout récent parce que justement j'étais gênée et d'autant plus qu'au
36 niveau du travail là on a des bureaux et puis tout ça mais je travaille dans un labo
37 pharmaceutique et on déménage sur des plateaux. C'est-à-dire tous les uns à côté des
38 autres. Or moi dès qu'on me parle à voix basse j'entends pas donc je me suis dit « là ça va
39 me poser un vrai problème au niveau du bureau et du travail » et donc je l'ai fait en urgence
40 puisqu'on déménage au 1^{er} juillet. Qu'est-ce qu'il y a autrement sur la santé ... Ah bah si moi
41 j'ai eu un autre problème : un mélanome en 2013 sur la jambe. C'était un tout petit truc qui
42 faisait 7mm, on me l'a enlevé parce qu'il était pas bon et du coup j'ai subi une intervention

⁸ Dossier Médical Informatisé

43 dans un protocole de cancer entre guillemets, comme pour le cancer du sein, donc on m'a
44 enlevé 1,5cm tout autour et donc sur la jambe gauche j'avais 18 ou 19 points de suture.

45 **Er** : Et vous n'avez pas eu le choix ?

46 **Catherine** : Non là j'ai pas eu le choix, on m'a téléphoné et on m'a dit « vous allez d'urgence
47 à l'hôpital c'est pas bon » et tout ça. Moi j'ai vu la dermato en juin elle m'a dit « je sais pas
48 trop ce que c'est je vous l'enlève en septembre je vous laisse l'été » et il était déjà mauvais
49 en septembre. Et du coup on fait aussi une analyse des ganglions donc ce qu'on appelle les
50 ganglions sentinelles donc ce sont les proches, c'était dans l'aine. On m'en a enlevé 1 et il n'y
51 avait pas de soucis. Donc là j'ai dû faire pendant 3 ans des scanners pour vérifier que tout
52 était ok. Donc là du coup comme j'avais plein de grains de beauté je me faisais suivre avant
53 mais là je dois y aller tous les 6 mois. Du coup on m'enlève un truc sur la jambe début juin et
54 on va m'en renlever un sur la poitrine avec chirurgie esthétique dans l'hiver ! Donc voilà moi
55 les cumuls de santé c'est bon.

56 **Er** : Et tout ça c'est en prévention où ils sont détectés comme mauvais ?

57 **Catherine** : Non là c'est une suspicion. J'ai comme une tâche et elle l'enlève parce qu'en fait
58 maintenant quand on a eu un truc comme ça les médecins essaient d'éviter tous les
59 problèmes quoi.

60 **Er** : Et vous trouvez ça bien ?

61 **Catherine** : Bah toute façon y a pas le choix. Le médecin m'a dit « on l'enlève ».

62 **Er** : Et donc vous n'avez aucun choix la dessus ?

63 **Catherine** : Bah euh si mais je prends un risque ! Si elle pouvait faire un prélèvement mais
64 après ça veut dire que si c'est pas bon faut revenir et tout ça. Elle me dit « pour un tout petit
65 truc vous allez avoir 2 points de suture, et puis on n'est plus gênées et puis voilà. » Parce que
66 sinon après il faut regarder si ça évolue et compagnie. Et donc le but c'est d'éviter tout
67 problème et dans le dos ils mesurent mais ça fait des années et y en a qui n'ont pas bougé.
68 Mais comme j'ai eu ce problème, maintenant et en prévention et de toute façon en dermato
69 c'est ça : ils enlèvent le maximum de ceux qui sont éventuellement à risque. Bien sûr sur
70 quelqu'un qui a rien eu ils vont le suivre et mesurer mais ils vont pas l'enlever d'office. Mais
71 moi vu que j'ai eu quelque chose on le fait. Donc bah voilà faut vivre avec ça et puis après y a
72 tous les problèmes de l'âge. On a un vieillissement sur la vue comme tout le monde, on a la
73 presbytie comme tout le monde et on est obligé de se faire suivre quoi. Moi les dents les
74 tous. Moi je me fais suivre tous les ans. Ah non j'ai fait une grave erreur : je faisais la
75 mammographie tous les ans mais j'avais oublié d'aller faire le frottis, je l'avais pas fait depuis
76 2 ans et demi et j'y suis allée et j'ai le résultat : mauvais ! Donc y a 1 mois j'ai dû faire une
77 colposcopie, c'est qu'on prélève au niveau de l'utérus des trucs et là c'était bon y avait rien
78 mais je dois refaire un frottis dans 3 mois. Donc là vous avez la totale ! Toute la liste de ce
79 que tout le monde peut avoir, j'ai tout fait ! Donc voilà faut relativiser parce que de toute
80 façon on est obligé de vivre avec et de faire avec et puis voilà. Donc l'esthétique sur la
81 jambe, tant pis j'aurais une cicatrice de plus mais je préfère ça que de me prendre un cancer
82 et de me retrouver avec d'autres choses. Quand j'ai annoncé le truc en 2013 aux enfants,
83 Maxime était dans un vent de panique. Il a un rapport à la maladie qui est très spécial, il a du
84 mal à prendre du recul et il ne supporte pas de me voir malade. Déjà il a tendance à être en
85 état de panique et là il ne me supporte pas. Je peux avoir une migraine ou des vertiges ou je
86 me mets à vomir, il me téléphonera et il prendra plein de nouvelles mais s'il est ici, quand ils

87 étaient plus jeunes c'est sa sœur qui montait voir mais lui ne le supporte pas du tout. Et
 88 quand j'ai annoncé en 2013, évidemment ils étaient évidemment sous le choc mais quand je
 89 l'ai annoncé à mes sœurs elles m'ont dit « oh bah t'as pas tant l'air stressée que ça » et
 90 c'était dans les temps où justement j'avais rencontré celui qui est maintenant mon mari et je
 91 pense que ça m'a apporté un apaisement par rapport à tout ça et à prendre du recul. Parce
 92 qu'avant comme j'étais toute seule avec mes enfants si j'étais malade si j'avais un truc ça me
 93 stressait ! Parce que je me disais « olala mais Julie a une compétition de gym, comment je
 94 vais faire pour l'emmener si je suis malade » et si et ça. Le fait d'être toute seule, parce que
 95 leur père il y a eu une rupture complète, il les voit pas et tout ça, faisait que ça me stressait
 96 de pas pouvoir assumer par rapport à mes enfants. Mais maintenant ils sont plus grands ils
 97 ont avancé ils sont dans les études et je sais qu'ils peuvent se débrouiller sans moi, bon il y a
 98 aura l'aspect financier mais ils sont autonomes et de ce fait là j'ai pris plus de recul et je suis
 99 plus apaisée par rapport à ça.

100 **Er** : Parce que c'est un soutien en fait votre mari ?

101 **Catherine** : Oui voilà parce que c'est un soutien et que je sais que les enfants sont plus
 102 grands, qu'ils sont autonomes. Maintenant s'il m'arrivait quelque chose ou si j'étais bloquée,
 103 eux ils ont leur vie et le fait d'être malade ça les empêcherait pas de faire des choses. Et eux
 104 ils sont rassurés parce que j'ai quelqu'un. Ils se disent « elle est pas toute seule » et même
 105 s'il y avait un problème de santé, ils ne vont pas se sentir dans une culpabilité. Ils savent
 106 qu'ils peuvent mener leur vie et ils ont toute confiance en lui aussi. Je pense que voilà je
 107 serais toute seule il m'arriverait un truc je serais beaucoup plus stressée mais je me dirais
 108 bon mes enfants sont plus grands. Le but c'est que je puisse aller le plus loin avec eux pour
 109 qu'ils soient entièrement autonomes. Mais je pense que ça c'est le but des parents en
 110 général : que vous soyez autonomes, que vous soyez sortis d'affaires, que vous puissiez vivre
 111 votre vie et être indépendant. Ça c'était vraiment mon but, qu'ils puissent aller au bout de
 112 leurs études, au bout de tout et qu'ils n'aient pas de problèmes financiers. Après euh je sais
 113 pas comment ça doit se passer, vous devez me poser des questions ?

114 **Er** : Il faut vraiment que ce soit une discussion, je vais pas vous faire un questionnaire.

115 **Catherine** : Ah d'accord.

116 **Er** : Tout à l'heure pour me parlez de chirurgie esthétique pour le sein, est-ce qu'on vous l'a
 117 proposé d'office ou est-ce que vous l'avez demandé ?

118 **Catherine** : Non non c'est la dermato qui m'a dit « je l'enlève pas ». Parce que comme ça
 119 touche à la malléole c'est plus délicat donc ça dépend de la chirurgie esthétique. Je suppose
 120 qu'elle va me donner le numéro d'un médecin. Après c'est un petit truc donc je suis moins
 121 stressée. Je sais pas comment ça va se passer pour la cicatrisation mais ... Sur la jambe alors
 122 est-ce que c'est que j'avais un appui plus important donc je me suis faite opérée en octobre,
 123 j'ai eu des soins, des changements de pansement jusqu'à début janvier parce que ça a mis
 124 du temps à se refermer. Par contre là c'est impeccable, la cicatrice je suis même pas sûre
 125 qu'on la voit à travers mon collant. C'est vraiment hyper léger. Pourtant elle est grande
 126 comme ça [*montre environs 12 cm*] donc c'est que ça a bien cicatrisé. C'est vrai qu'au début,
 127 comme je me mettais très rarement en pantalon, je le vivais très mal. Je ne voyais que ça ; et
 128 puis plus le temps a passé plus la cicatrice j'ai appris à vivre avec et j'y pense plus. Après il y
 129 en aura une autre devant et puis voilà mais ... Comme j'ai pas le choix. C'est comme ça et
 130 puis c'est tout.

131 **Er** : Pour vous, ce que vous dit le médecin c'est très important ?

132 **Catherine** : Ah bah il y a une confiance je pense oui. En fait là j'ai changé de dermato parce
133 que quand ça s'est passé ça j'ai téléphoné à ma dermato et impossible de la joindre et tout
134 ça et je voulais avoir un rendez-vous avant les vacances parce que je trouvais que c'était
135 bizarre ce petit bouton qui poussait. Donc j'ai pris rendez-vous avec l'autre dermato d'ici et
136 la seule chose c'est que c'est une femme qui est plus âgée, bientôt proche de la retraite.
137 Donc c'est elle qui a prélevé mais après le médecin qui m'a opéré m'a dit « oh bah dis donc
138 c'est comme si vous aviez été mordue par un requin ! » Donc je me suis dit « d'accord elle a
139 peut-être trop creusé ... ». Et après quand je suis retournée la voir parce que j'avais à
140 nouveau un grain de beauté qui repoussait sur la cicatrice, mais il était rond, parfait donc ça
141 me disait rien. Elle m'a dit qu'elle allait l'enlever aussi parce que c'était pas bon que ça
142 repousse sur la cicatrice. Tant et si bien que quand je suis retournée voir, Camille avait un
143 rendez-vous de dermato avec la mienne en 1^{er} lieu et puis je lui dis « vous pourriez regarder
144 juste celui-là ? » et elle me dit « oh bah écoutez il a rien de spécial ». « Donc vous
145 l'enlèveriez pas ? » « Ah non pas du tout ». De ce fait là je l'ai repris elle parce que je pense
146 que l'autre elle est en état de panique avec moi. Elle a tellement eu peur avec ce truc-là,
147 parce que je pense que ça leur arrive pas souvent, que ... et puis fin de carrière je pense
148 qu'elle est beaucoup plus inquiète. Donc moi ça me convient pas parce que si c'est pour
149 qu'elle m'enlève tout voilà ! Par contre celui du sein elle me dit « oh bah non y a rien » donc
150 en plus les avis sont différents mais moi en le voyant tous les jours je pense qu'il est plus à
151 risque. Donc celle que j'ai revu elle est plus jeune et je pense plus performante. Mais un
152 moment donné on est obligés d'avoir un lien de confiance avec les médecins. Nous avec
153 notre généraliste on a un vrai vrai lien. Moi ça fait 25 ans que je l'ai. Mais le gros problème
154 c'est qu'il a 10-11 ans de plus que moi et il a dit qu'il arrêterait l'année prochaine et le
155 problème c'est qu'on arrive à des âges où les médecins soit ils ont commencé en même
156 temps que nous à cause des études et tout ça ... on se retrouve tous, je me rappelle c'est
157 arrivé la même chose à mes parents, on se retrouve au moment où on doit avoir le plus de
158 contrôle et de trucs comme ça, où notre généraliste il peut plus nous suivre parce qu'il part à
159 la retraite. Et on doit retrouver un jeune médecin, enfin un autre médecin. Et c'est embêtant
160 parce qu'arrivé à notre âge, notre généraliste il a tous les antécédents, il sait comment on
161 réagit. Moi je l'appelle je lui dis j'ai si j'ai ça et il me fait l'ordonnance et je vais la chercher.
162 Pour Maxime et Julie c'est pareil ! Je suis pas obligée d'aller passer une visite, il me
163 dépanne ! Julie a eu des soucis de santé à Lyon bah il lui a faxé une ordonnance ! Donc il y a
164 un rapport proche qui est hyper important et donc là c'est vrai que ça va poser un problème.
165 D'autant plus qu'il dit que son cabinet va pas être repris car il y a une pénurie de médecin en
166 région parisienne, comme partout ailleurs, c'est pas que dans la Creuse, et les nouveaux
167 médecins vont plutôt se rassembler par maison, mais ils veulent plus prendre des cabinet
168 tout seuls. Donc pour l'instant on est quand même dans un milieu ... et il m'a cité trois de ses
169 collègues qui n'étaient pas repris non plus. Et on n'est quand même pas dans un contexte ...
170 On est plutôt aisé quoi. Donc j'ai vu que Maxime en avait consulté une qui vient de s'installer
171 il y a un an ou deux donc bon bah je vais lui demander ce qu'il en pense. Le problème c'est
172 qu'il y en a un autre ici mais il est jamais à l'heure, on attend une demie heure. Le nôtre il
173 était à l'heure on prenait rendez-vous et si j'avais un problème le matin même il me disait de
174 passer et je pouvais emmener les enfants avant d'aller au travail quoi. Donc il avait une
175 disponibilité vraiment super et on va vraiment perdre quelqu'un de bien. Ça le rapport de
176 confiance avec les médecins c'est vraiment très important. Là quand j'ai été voir un
177 chirurgien esthétique pour ma jambe à l'hôpital. J'ai dû faire confiance hein parce que je le

178 connaissais pas mais il m'avait été conseillé par ma dermato. Bon après j'ai vu des trucs
 179 aberrants : j'ai fait une coloscopie pour la DMI il y a 2 ans, on m'a endormie pour soi-disant
 180 20 minutes donc c'était le matin et à 8h du soir j'étais toujours pas réveillée. Donc j'ai passé
 181 la nuit à l'hôpital. En fait je dois faire une réaction au truc et puis ... Donc je sais que quand
 182 on m'endort je dois prévenir les médecins. Je sais que je dois pas prendre un sirop pour la
 183 toux parce que sinon je dors pendant 10 heures ou 12 heures. Donc tout ce qui est la
 184 codéine et tout ça moi ça me rend malade et en plus il y a des médicaments que je supporte
 185 pas, qui me font vomir etc. donc bon.

186 **Er** : Ce sont des antécédents qui sont perdus en fait.

187 **Catherine** : Oui ça va être une source de stress et de confiance à réinstaller; le généraliste
 188 c'est quand même celui à qui on peut poser toutes les questions sur nos inquiétudes. La
 189 dernière fois j'ai eu une douleur à la poitrine quand je nageai, je suis allée lui poser la
 190 question et il m'a dit « non non vous avez trop forcé c'est tout c'est pas un problème
 191 cardiaque ». J'avais besoin d'être rassurée et voilà. Parce que la semaine dernière j'ai une
 192 voisine qui a eu un problème elle avait une artère bouchée et on a dû lui mettre un stent
 193 donc moi [*fait signe que ça a travaillé dans sa tête*]. Quand ça m'est arrivé à la piscine j'étais
 194 inquiète. Et puis c'est vrai que ces petits maux on n'y fait pas attention à 20 ans mais moi je
 195 vais avoir 56 ans et je me pose des questions. Après je dis pas qu'il faut s'écouter non plus
 196 mais bon.

197 **Er** : Y a plus de sujets d'inquiétude ?

198 **Catherine** : Ouai il faut être plus vigilant. Le rapport à la santé bon je me dis chacun son
 199 métier, c'est pas moi qui vais dire comment opérer ou faire ceci, on est obligés de faire
 200 confiance. Alors c'est vrai que je peux poser beaucoup de questions !

201 **Er** : C'est par curiosité ?

202 **Catherine** : Oui pour savoir. Para rapport à un médicament pour savoir s'il est fort ou si je
 203 peux l'arrêter comme je veux. Par exemple, tous les ans on fait une prise de sang et j'avais
 204 plus de cholestérol donc je suis arrivée toute contente chez le médecin en lui disant « j'en
 205 n'ai plus c'est bon je peux arrêter ! » et il m'a dit « ah non cholestérol le médicament il est à
 206 vie ». Comme c'est un cholestérol congénital l'arbre généalogique a été fait et c'est comme
 207 ça quoi. Me mère elle a perdu un cousin plus le fil du cousin brutalement à 40 ans. Donc on
 208 nous a tous dit « faites-vous surveiller ». Donc après quand on le sait, on le fait.

209 **Er** : Vous m'avez dit que vous avez fait beaucoup de prévention, que vous faisiez vos
 210 mammo régulièrement et tout ça, pourquoi vous avez eu cette habitude de bien suivre ?

211 **Catherine** : Bah parce que j'avais une forte poitrine et que une ou deux fois on m'a fait
 212 revenir car on n'était pas sûr. Donc maintenant je le fais tous les ans parce ça me rassure.
 213 Maintenant que j'ai eu ce truc de cancer j'ai quand même un pti truc qui me dit « c'est
 214 rentré par un côté, est-ce que ça pourrait rentrer par un autre ? ». Bien qu'on dise que le
 215 mélanome est un cancer à part. C'est pas la même chose qu'un autre cancer, ça restera
 216 plutôt que sur les grains de beauté.

217 **Er** : Et de manière plus générale dans la prévention ?

218 **Catherine** : Euh bah non typiquement la coloscopie là je vais attendre.

219 **Er** : Normalement ça se fait tous les combien ?

220 **Catherine** : Bah j'en ai reçu un là ... je crois que ça se fait tous les 2 ans mais moi je vais
221 attendre 5 ans.

222 **Er** : Pourquoi ?

223 **Catherine** : Parce qu'il y avait rien et que j'ai pas envie de repasser une nuit à l'hôpital ! Un
224 moment on va pas non plus tout faire sinon on n'arrête pas ! Moi pendant 2 mois là j'ai fait
225 les yeux les oreilles les dents donc ça prend du temps aussi. Quand on bosse il faut courir à
226 droite à gauche, sortit plus tôt pour avoir des rendez-vous donc c'est bon quoi.

227 **Er** : Donc ça prend du temps quoi ?

228 **Catherine** : Oui, bon après moi j'essaie toujours de les prendre en sortant du bureau pour
229 être tranquille pendant le week end mais voilà. Souvent les médecins ils finissent à 19h donc
230 vous êtes obligés d'avoir une journée plus courte par rapport à votre emploi du temps et le
231 boulot que vous avez c'est pas évident. Des fois vous êtes obligés d'annuler un rendez-vous
232 parce que vous avez une réunion imprévue et c'est comme ça, ce qui prime c'est le boulot.
233 Donc moi j'ai pris des médecins autour de chez moi pour pas avoir à courir à l'autre bout de
234 Paris. Ça aussi c'est important : de pas avoir des médecins au bout du monde. Après la kiné
235 c'est quelqu'un que Maxime a rencontré qui fait de la kiné Mézières. J'avais tendance à me
236 bloquer le dos en faisant n'importe quoi et j'ai mon beau-frère qui est kiné-ostéopathe et il
237 m'a dit que je devrais faire ça. En fait elle fait toute la chaîne musculaire. Du coup j'y vais
238 tous les 2 ou 3 mois. Et depuis je me bloque plus. Les kinés pendant qu'ils vous massent ils
239 vous posent des questions pour savoir comment vous êtes dans votre travail, où il peut y
240 avoir des points qui vont être plus tendus et l'air de rien ils s'infiltrent dans votre vie et ils
241 arrivent à remettre les choses en place. Après sur la santé je ne sais pas que vous dire ... Ah
242 si du temps de mes parents ils ne disait pas les choses pour les problèmes de santé.

243 **Er** : Ah oui ? pourquoi ?

244 **Catherine** : Parce que je pense que la communication n'est pas la même.

245 **Er** : C'était pas pour ne pas vous inquiéter ?

246 **Catherine** : Peut-être mais c'était aussi on n'exprime pas ses ressentis. Moi j'ai un père qui a
247 89 ans c'est la vieille génération tradi où on dit pas les choses. On ne dira pas à ses enfants
248 « je vous aime » même si c'est vrai et que dans les faits c'est une évidence. Les rapports sont
249 différents. Nous on a appris à plus communiquer à nos enfants. Je dis pas que je dirais tout,
250 bon déjà pour mon frottis j'en n'ai pas parlé à Maxime parce que c'est plutôt un truc de fille,
251 mais je suis même pas sûre d'en avoir parlé à Julie. Il me semble que j'ai dit à mon mari « on
252 n'en parle pas pour ne pas les stresser ». mais bon je trouve que vous êtes une génération
253 qui communique énormément déjà beaucoup plus que nous. Moi je suis pas du tout
254 Facebook et ces trucs-là mais vous, vous vivez que par ça. Donc nous on est l'entre-deux
255 avec la génération de nos parents où on communiquait pas donc la santé c'est aussi ça. Je
256 pense qu'il y a un problème de génération où ça évolue très vite et on le voit dans le travail.
257 Après la santé au travail c'est autre chose. Tous les burn out qu'on voit, moi j'ai eu des
258 copines où j'ai été témoigné auprès de l'infirmierie ... d'ailleurs on n'en a plus. On voit des
259 gens qui sont sur le fil du rasoir. C'est hyper délicat. Moi aussi j'ai eu plein de problèmes au
260 boulot et ça m'a créé des problèmes d'estomac et du stress. La santé a aussi un lien avec le
261 travail. Forcément. On peut pas dire que ça déclenche tout mais les burn out ils sont bien
262 présents même si ils sont pas reconnus ... Quand je vois ce qu'il se passe c'est affolant quoi.
263 De toute façon après ces gens ils s'arrêtent 15 jours puis ils reprennent 1 semaine puis ils

264 repartent etc. C'est pas bon. Et puis on sait pertinemment que ce sont des gens qui sont
265 surchargés. Et autrement la relation de la santé avec les copains ... Oui peut-être avec ceux
266 de la même génération, les très proches on en discute et puis voilà mais moi je discute plus
267 de ça avec mes deux sœurs qui sont de la même génération et on échange sur ces choses-là.
268 Pas forcément avec les parents parce qu'ils ont déjà leurs problèmes et puis ils sont plus
269 âgés.

270 **Er** : C'est important pour vous de pouvoir parler avec d'autres personnes de vos problèmes
271 de santé ?

272 **Catherine** : Avec mes sœurs oui parce que c'est un peu des miroirs quoi, qui ont le même
273 sang et peuvent avoir les mêmes ressentis. Après oui avec d'autres amis personnels, on peut
274 discuter oui ...

275 **Er** : C'est pourquoi ?

276 **Catherine** : C'est un soutien.

277 **Er** : Des conseils ?

278 **Catherine** : Oui c'est un soutien moral, pas pour des conseils mais pour un soutien moral ou
279 bien si les personnes, comme moi, qui a été absente bah on va vers elle, on s'inquiète, c'est
280 un rapport d'amitié soit au travail soit en dehors. Prendre des nouvelles, on s'intéresse aux
281 autres sinon on vit dans une bulle sans personne. C'est vrai que moi par exemple par rapport
282 à David je l'ai poussé parce qu'il fait son vélo il fait ses trucs mais il va jamais chez le
283 médecin. Je me suis mise en colère je lui ai dit « Ecoute il faudrait quand même que tu ailles
284 voir un cardiologue » et tout d'un coup on s'est rendu compte qu'il faisait de la tension mais
285 il se faisait pas suivre. Alors je lui ai dit « bah fais-le au moins pour moi » et puis là il prend un
286 médicament pour la tension. Là on est allé chercher des lunettes parce que justement il avait
287 pas vu l'ophtalmo depuis 5 ans. Je lui ai dit « a ton âge quand même ! » et il m'a dit « oui oui
288 je pense que j'ai une correction que je vais mieux y voir parce que je commençais à être
289 gêné. » Donc moi je l'ai poussé parce que ça me rassure de savoir qu'il est suivi. Je trouve ça
290 normal de commencer à faire attention et aussi pour l'autre. Pour être un peu comme vous
291 l'avez dit dans la prévention et pas se retrouver, faire l'autruche et d'un coup le truc vous
292 tombe sur la tête. Moi je suis dans l'organisation et le prévisionnel plus. Moi comme les
293 enfants qui font tous à la dernière minute, qui ne sont pas organisés et qui sont tête en l'air.
294 Moi j'aime bien être organisée et savoir où je vais. Pour m'organiser dans ma tête.

295 **Er** : C'est vous qui prenez les rendez-vous médicaux du coup ?

296 **Catherine** : Ah ça oui je l'ai fait, mais là Maxime il a bien fallu qu'il se débrouille tout seul.
297 Qu'il prenne les choses en main. Mais c'était il y a pas très longtemps et puis c'est vrai
298 qu'avec les horaires de bureau c'est plus facile. Et comme il n'a pas son permis de conduire,
299 bah je prends pour que ça m'arrange aussi pour la conduite. Ce sont des questions
300 pratiques.

301 **Er** : Est-ce qu'il y a une raison pour laquelle vous vous faites beaucoup suivre et pas votre
302 mari ?

303 **Catherine** : Mmmmh ... Certainement parce que j'ai un profil plus inquiet et que j'ai eu plus
304 de problèmes de santé.

305 **Er** : Donc c'est parce qu'il y a eu plus d'antécédents ?

306 **Catherine** : Je pense que ouai. J'ai eu des antécédents familiaux donc ouai.

307 **Er** : Et lui non ?

308 **Catherine** : Si, si sa mère avait de la tension mais je pense que quelques fois il est sur une
309 autre planète et il fait un peu l'autruche en attendant que ça lui tombe dessus. Je pense que
310 c'est un peu une force tranquille et qu'il va pas se faire non plus de soucis là où il faut pas
311 s'en faire quoi. Moi ça me rassure de faire un examen et de partir sur une base réelle ne pas
312 me dire peut-être, peut-être pas. Le fait d'être allée voir la dermato ça me rassure. Le fait
313 qu'il y ait un spécialiste qui a regardé et que je vais pas avoir tout d'un coup ... ça met pas à
314 l'abri mais à priori c'est leur métiers.

315 **Er** : Ils sont censés savoir ce qu'ils font.

316 **Catherine** : Bon l'erreur est humaine aussi. Humaine mais bon quand je vois ce que j'ai vécu
317 pour Maxime, je sais que c'était une erreur de la part du médecin et j'ai eu du mal à la
318 digérer mais j'allais pas porter plainte parce que j'aurais passé plus de temps dans ma vie à
319 faire des examens qu'autre chose et puis bah quelques fois il y a la chance et la malchance
320 quoi. Pour Julie, au moment de la césarienne j'ai failli avoir un problème parce que la
321 personne qui devait me, donc j'avais 37 ans, pas 45 donc c'est hors process, mais la
322 personne qui devait me faire la péridurale pour la césarienne je le trouvais bizarre et puis
323 j'étais anxieuse parce que j'étais un sujet à risque. Du coup le gynécologue a regardé, il est
324 sorti et il est revenu et il a dit à la personne « bon vous sortez, il y a quelqu'un qui arrive »
325 l'autre lui a répondu « non mais je la pique et je vais déjeuner après ». Et là il lui a dit « vous
326 sortez, vous allez déjeuner maintenant et il y a quelqu'un d'autre qui arrive, je vous
327 l'ordonne ». Et du coup en fait j'ai appris par la suite, 4 ans plus tard par le médecin qui m'a
328 dit « vous n'aurez plus d'enfants, j'ai été obligé de mettre un avertissement à cette
329 personne, c'était le 1^{er} en 20 ans, elle avait pris un médicament avec de l'alcool ». Comme
330 quoi la mauvaise ... 2 enfants j'ai frôlé le truc pour le 2^{ème} mais voilà c'est la vie, je regrette
331 pas d'avoir mes enfants et même si les grossesses étaient compliquées.

332 **Er** : Chance et malchance ça me fait penser qu'on est tous différents, on a tous notre
333 personnalité, est-ce que vous pensez qu'il y a un manque de prise en compte de la spécificité
334 de chacun dans la médecine ?

335 **Catherine** : De la spécificité des personnes c'est-à-dire ?

336 **Er** : Tout le monde ne réagit pas de la même manière à un médicament par exemple.

337 **Catherine** : Ah bah ouai et surtout face à des grands pontes on n'est rien du tout. C'est clair.
338 Quand moi j'ai été prise en charge suite à la naissance de Maxime, suite aux interventions
339 que j'ai eu en 2000 et 2002, comme j'avais un cousin qui était patron urologue à Grenoble et
340 qu'il n'opérait pas la famille, il m'a donné le numéro d'un de ses copains qui était patron à la
341 Salpêtrière à l'époque. Et donc du coup j'ai été prise en charge par relation par quelqu'un
342 qui était spécialiste et qui a fait plus attention à moi. J'avais une chambre seule grâce à lui et
343 tout ça. Mais quand même ces grands patrons ils sont là et ils restent pas 3h dans votre
344 chambre, ils sont là tac tac tac et en plus ils sont entourés de jeunes et comme moi j'étais un
345 cas pas courant ils vous regardent de tous les côtés et c'est pas très agréable, vous êtes un
346 peu une bête de Foire. C'est clair que justement sinon ils font pas très attention aux
347 personnes et c'est vrai qu'à l'heure actuelle quand on a des relations dans ses domaines-là il
348 faut les utiliser. Je pense qu'on est à 2 vitesses pour les soins : et pour avoir les moyens de se
349 faire les soins et si on a des relations c'est plus facile.

350 **Er** : Vous trouvez que c'est trop cher de se soigner ?

351 **Catherine** : Ah bah les implants et tout ça quand c'est pas remboursé par la sécu ou même la
352 mutuelle ... Je crois que nous on a le droit à un seul implant par an. Moi mon appareil auditif
353 il coûte 2100 €, j'avais le droit en fait à un global donc je me suis dit que j'allais me faire
354 appareiller qu'une oreille et si j'avais besoin pour l'autre j'attendrais l'année prochaine.

355 **Er** : Il y a des calculs en fait ?

356 **Catherine** : Bah ouai. Et puis c'est pas ... si on n'a pas de mutuelle c'est compliqué ! Moi en
357 plus quand je suis dans des réunions je devais faire les procès-verbaux, donc c'est faire les
358 comptes-rendus et quand on était plus de 18 dans une salle ou 20 ben ceux-du fond
359 quelques fois je les entendais moins bien et ça me demandais beaucoup d'effort. Et ça j'ai
360 lutté parce que depuis 2013 je voyais que ça allait pas mais bon j'ai bon j'ai refusé de devoir
361 porter ... j'ai acheté l'appareil en 2010 et je m'y suis jamais fait. En fait il fallait aller à des
362 rendez-vous régulièrement et moi avec le boulot, les enfants et puis c'était pas la porte à
363 côté, il me fallait facilement 1h30 parce qu'il fallait se garer et tout ça. Donc c'était très
364 compliqué et j'ai pas eu les bonnes personnes. Et ça c'est très important. Après quand ma
365 sœur s'est fait appareillée elle m'a dit « il faut que ça fasse tilt, que tu sois à l'aise avec la
366 personne sinon tu tiendras pas » et en fait je pense que c'est ce qui s'est passé. Du coup j'ai
367 pas porté l'appareil, je pense que je refusais ce problème. Du coup il a fallu que ma sœur
368 s'appareille, qu'on échange énormément par rapport à ça pour que je me dise que ma vie
369 sera meilleure. J'étais vraiment en panique et vraiment très très inquiète par rapport au fait
370 de déménager sur ces plateaux parce que je savais que j'entendais pas quand on me parlait
371 à voix basse et ça pour moi c'était pas ... donc je l'ai fait et en fait ce qui m'a fait décoller très
372 vite c'est qu'il y a un truc qui s'est installé sur mon chemin pour rentrer du bureau donc pas
373 de perte de temps pour tous les essais et en 1 mois et demi c'était fait. Parce qu'il faut faire
374 plein d'essais : le son, voir si d'une semaine à l'autre si ça convient ou pas et le fait de savoir
375 que si ça va pas je peux passer, il me reprends et puis j'ai bien accroché avec ce jeune donc
376 voilà je l'ai accepté et maintenant je le porte tout le temps. Je le porte pas qu'une heure,
377 chose que je faisais avant en me disant « si je le porte pas je fais des efforts et je serais
378 moins sourde » mais en fait ça sert à rien c'est une calcification des osselets et moi je voulais
379 pas ... Ma sœur s'est faite opérer et elle n'a pas retrouvé toute son audition et elle s'est
380 quand même faite appareiller. Du coup moi je voulais pas me faire opérer parce que ça peut
381 donner des vertiges et comme moi j'ai déjà cette tendance sans me faire opérer, je veux pas
382 tomber dans cette situation. Mais l'appareil se voit pas. *[tourne la tête pour me montrer*
383 *l'appareil]*

384 **Er** : Très vaguement.

385 **Catherine** : Vous voyez pas ?

386 **Er** : Oula oui ça se voit à peine !

387 **Catherine** : Alors ma sœur elle a un truc directement dans l'oreille parce que elle a souvent
388 les cheveux attachés et elle voulait pas que ça se voit parce que moi j'ai un petit fil qui passe
389 derrière mais comme moi je m'attache pas les cheveux.

390 **Er** : C'est pas gênant avec les lunettes ?

391 **Catherine** : Ah non, il y a vraiment aucun désavantage. Même la pile, à un moment donné on
392 entend « pile usée » ou je sais pas quoi et on a une heure pour changer. Ce sont de toutes
393 petites piles microscopiques. Et bon c'est vrai que faut acheter les piles mais c'est 5€ par

394 mois et c'est pas dramatique et ça permet d'avoir un confort de vie voilà ! David a des
395 enfants qui s'exprimaient sans articuler et avec des sons de voix que je n'entendais pas et
396 c'était pour moi un effort de discuter comme ça je sentais que c'était un effort quoi. Et puis
397 tout le temps dire « ah pardon tu as dit ? ». Mes enfants me disaient que je les faisais
398 répéter tout le temps et ça ne faisait que s'accentuer donc. Donc à un moment donné, il y a
399 3 semaines je crois, il a essayé d'améliorer quelque chose et moi j'ai trouvé que je perdais de
400 l'audition et j'ai dit « j'ai l'impression de faire répéter » et on m'a dit « oui ça fait 1 semaine
401 que tu fais répéter, il a dû faire quelque chose qui ... » en voulant faire mieux ben pour moi
402 ça n'allait pas donc il y avait un problème de réglage.

403 **Er** : Donc c'est important d'avoir quelqu'un avec qui il y a le tilt comme vous disiez ?

404 **Catherine** : Oui, oui, oui. Oui, oui, oui. Pour dire ben non là ça va pas.

405 **Er** : Je repense aux médecins généralistes, ils ont un rôle de psy presque quand on les
406 connaît bien.

407 **Catherine** : Oui.

408 **Er** : Très à l'écoute de ce qu'on leur dit, ils nous connaissent bien.

409 **Catherine** : Oui, oui tout à fait. Il me dit « vous inquiétez pas, je vous connais et pour vous
410 c'est pas ça ». Maxime il a tout de suite vu que ça n'allait pas et il lui a donné quelque chose
411 d'adapté à lui.

412 **Er** : Est-ce que pour vous les parents dans le développement d'un individu ?

413 **Catherine** : Oui. Très.

414 **Er** : Et est-ce qu'ils avaient les mêmes pratiques de santé que vous ?

415 **Catherine** : Mes parents ?

416 **Er** : Oui. Ou vous avez les mêmes qu'eux plutôt ?

417 **Catherine** : Bah comme on en discutait pas je sais pas trop ... Je sais qu'ils allaient chez le
418 généraliste mais ... Mes parents habitent pas ici, ils sont en province donc mes sœurs sont
419 beaucoup plus au courant parce que maintenant c'est elles qui les accompagnent dans leur
420 rendez-vous. Donc je ne suis pas très au courant. Mais ils se sont toujours fait suivre mais
421 par le généraliste. Ma mère a une peur maladive des médecins. Elle a dû être hospitalisée
422 une ou deux fois pour des trucs pas très graves mais même pour une coloscopie elle allait
423 mourir quoi. Elle a un rapport ... elle fait de l'automédication.

424 **Er** : Et vous ?

425 **Catherine** : Non. Enfin si, sur le général, je prends un *doliprane* mais elle c'est pour tout, elle
426 fera tout pour éviter et ne pas aller chez le spécialiste. Elle va chez le généraliste mais il faut
427 la forcer. Mon père il était pas du tout comme ça : quand il avait besoin d'y aller il y allait, il
428 attendait pas d'être ... mais ma mère a une phobie du médecin alors qu'elle a jamais eu de
429 problème de santé quoi ! Je sais pas elle aurait pu avoir une mauvaise image de par son vécu
430 mais même pas. Alors moi avec tout ce que j'ai vécu ... faut relativiser quoi. Il y a un moment
431 donner il faut arrêter. Et ça c'est un problème pour nous enfants parce qu'elle veut pas aller
432 chez le médecin et qu'elle fait de l'automédication. C'est d'ailleurs pour ça qu'elle a fait un
433 truc, elle s'est mal soignée, elle avait une infection urinaire et à force de mal se soigner au
434 bout d'une semaine elle est tombée dans les pommes et elle a été hospitalisée quoi. Donc
435 un moment donné faut aller voir le médecin peut-être prendre un antibiotique ! Donc le

436 rapport ... ma mère elle est phobique dans un sens, moi je suis pas phobique dans l'autre
 437 sens mais je me fais suivre depuis mes problèmes de santé pour éviter d'en avoir d'autres en
 438 plus qui me tombent sur la tête. Donc c'est peut-être pour ça que je suis plus dans la
 439 prévention. Et j'ai mis mes enfants au courant, je leur ai dit « les grains de beauté vous devez
 440 être dans la prévention » et je leur ai parlé de la prévention aussi.

441 **Er** : Et ils sont où vos parents ?

442 **Catherine** : A Grenoble.

443 **Er** : Donc ils sont en province mais quand même en ville.

444 **Catherine** : Ah non ils sont pas à Grenoble même, ils sont à 20km. Autrefois là où on habitait
 445 il n'y avait pas grand-chose autour. Il n'y avait que 700 habitants et fallait faire les 20km.
 446 Maintenant y a beaucoup plus de ... y a des médecins qui sont à 7-8km. C'est pour ça que se
 447 sont mes sœurs qui les emmènent des fois car ils sont plus âgés et que ma mère aime pas y
 448 aller. Mais je vois ma mère elle a mal au dos et c'est vraiment quand elle est trop mal qu'elle
 449 essaie de voir un kiné mais c'est compliqué.

450 **Er** : Est-ce que vous avez essayé autre chose que le kiné et l'ostéopathe ? Par exemple
 451 l'acupuncture ...

452 **Catherine** : Euh je fuis l'acupuncture parce que ça me fait peur ! J'ai essayé une fois mais ça
 453 m'a stressé plus qu'autre chose. J'ai une de mes sœurs qui fait de l'homéopathie mais c'est
 454 vrai que moi j'y crois pas vraiment, ça m'a pas fait des trucs quand j'ai essayé donc voilà.
 455 Peut-être que ma fille sera plus dirigée là-dessus.

456 **Er** : Et qu'est-ce que vous avez fait comme études ? Parce qu'on se demande si ceux qui ont
 457 fait des études scientifiques sont plus enclins à ne pas aller vers ces médecines-là.

458 **Catherine** : Moi j'ai pas du tout fais des études scientifiques, j'ai fait des études de
 459 traduction. C'était un Bac A4 c'était L avec maths à l'époque. Et après j'ai vécu à l'étranger
 460 donc j'ai vu aussi la médecine à l'étranger à l'époque, en Angleterre c'était un sirop qui
 461 guérissait tout, bref c'était n'importe quoi. Et puis après j'ai vécu en Espagne et c'était 10
 462 ans après la mort de Franco donc c'était assez médiéval et j'ai aussi vécu à Berlin Ouest
 463 pendant le mur donc là aussi c'était assez ... Mais j'ai pas le souvenir d'avoir pris beaucoup
 464 de médicaments en Allemagne ... Donc je suis vraiment pas scientifique mais je fais
 465 confiance au médecin en estimant que lui il est scientifique et qu'il connaît son métier. Mais
 466 en fait je demande toujours à mon généraliste la ramification. Je lui demande de m'orienter
 467 vers un spécialiste, je lui demande un conseil sur ce que j'ai et c'est lui qui me donne les
 468 noms des personnes.

469 **Er** : Donc c'est lui qui centralise tout et qui réparti ?

470 **Catherine** : Bah il centralise tout, c'est lui qui m'a donné les adresses des gens qu'il
 471 connaissait et après moi je lui fais un retour ou les médecins lui font un retour. Mais pour
 472 moi c'est le rôle du généraliste.

473 **Er** : Il a un rôle de conseil en fait.

474 **Catherine** : Oui oui et puis ben moi il m'a toujours accompagné tout le long donc ... Un
 475 moment je lui dit « vous croyez pas que je suis dépressive » et puis un moment je lui dit « je
 476 perds la mémoire je dois avoir de gros problèmes » et il m'avait dit « non, non vous n'avez
 477 pas de problèmes de mémoire c'est que pour survivre dans le monde dans lequel vous êtes,

478 vous ne pouvez pas tout vous rappeler ». Donc il savait exactement ce qu'il se passait à ce
479 moment-là et voilà.

[Pause]

480 Ah et puis vous savez on arrive dans une 2^{ème} partie de vie et c'est ... Pour moi comme j'ai eu
481 la chance de me remarier j'ai envie de la vivre plus longtemps et de refaire des choses. Et
482 comme les enfants quittent le nid donc on peut se projeter sur autre chose et j'ai aussi envie
483 d'en profiter. Se projeter pour un avenir ... Ah voilà mon nouveau mari ! Je finis et j'arrive.
484 Donc oui du coup c'est de se projeter et de se dire qu'on a quand même un temps plus limité
485 donc on veut éviter d'en perdre notamment en étant malade. On veut aller à l'essentiel et
486 on sait ce qu'on veut et on sait ce qu'on veut pas donc on fait nos choix de vie et ...

487 **Er** : Et du coup est-ce que le fait de savoir ce que vous voulez et de vouloir vieillir en bonne
488 santé ça vous a fait changer des habitudes ?

489 **Catherine** : Ah oui j'ai fait un gros effort ! Bon aussi pour me marier je suis allée voir une
490 diététicienne ! Bon j'avais pas une vie spécifiquement déséquilibrée elle m'a dit ce que je
491 savais : on a une alimentation équilibrée on mange sainement et tout ça mais à la
492 ménopause on a le corps qui flanche, qui lâche surtout pour les femmes, et vas-y sur les
493 hanches, le ventre, les fesses ! La peau qui se distend et puis on perd plus comme quand on
494 avait 20 ans. A 20 ans on arrêtait un truc et tout de suite on perdait et là non. Du coup la
495 diététicienne m'a pesé et en plus elle pouvait voir la graisse sur les viscères avec un appareil
496 et elle m'a dit « vous avez aucune graisse sur les viscères c'est vraiment top, vous avez un
497 corps de 47 ans » alors je lui ai dit « ah mais ça m'avance à rien votre truc parce que moi j'ai
498 un petit ballon là et puis j'en n'ai rien à faire de rien avoir sur les viscères » elle m'a dit « bah
499 si parce que c'est quand même très sain et donc la graisse en surface vous pouvez la faire
500 disparaître en supprimant des trucs ». Elle voulait me faire manger des trucs salés le matin
501 mais je lui ai dit que moi ça marchait pas, fallait que je mange des yahourts parce que j'en
502 mangeais pas donc elle m'a remis un peu en place certains trucs d'alimentation et puis en
503 fait par la force des choses j'ai repris le sport que j'avais arrêté. J'ai repris la piscine, j'en
504 faisais plus depuis un ou deux ans. J'avais dit que je reprendrais mais la piscine s'est trouvée
505 en travaux donc j'avais pas repris. Donc je suis allée à la piscine de Saint Germain et puis j'ai
506 des enfants et un conjoint qui m'ont bien entraînée ! J'y allais 2 à 3 fois par semaine et avec
507 David on s'est mis en place un truc : on y va le samedi tous les deux. Comme ça c'est une
508 activité qu'on a tous les deux.

509 **Er** : Ça motive d'y aller ensemble ?

510 **Catherine** : Ah bah on se motive oui, même si on n'a pas envie on y va quand même ! Parce
511 que moi je voulais faire du rock ou un truc comme ça mais comme David rentre tard le soir
512 on pouvait pas donc la piscine on le fait et puis moi j'essaie d'y aller une fois de plus dans la
513 semaine parce que après tout ça fait du bien.

514 **Er** : Ça fait du bien au corps et au moral aussi ?

515 **Catherine** : Ouai je pense que ça fait les deux. Bon faut se pousser un peu pour y aller quoi.
516 Et la piscine de St Germain va fermer là donc va falloir que je retourne à la piscine de Marly
517 pendant la semaine ça sera un peu plus proche mais on ira peut-être à Versailles après
518 pendant le week-end parce qu'elle fait 50m et c'est quand même plus agréable de nager et
519 de pas tourner en rond. La seule chose c'est que là je suis très brimée comme je me fais
520 enlever le truc c'est 3 semaines sans piscine ! Donc la santé fait que le sport ... mais j'ai pas le

521 choix. Elle a vu que je bataillais un peu la dermato elle m'a dit « bon telle date telle heure ça
522 vous va ? » je voulais pas avant fin mai et elle m'a dit « ok on fait ça la 1^{ère} semaine de juin ».
523 A un moment donné elle m'a bien fait comprendre qu'il fallait arrêter de tournicoter et elle
524 m'a imposé entre guillemets.

525 **Er** : Le fait que ça vous soit imposé, y a pas de révolte par rapport à ça ?

526 **Catherine** : Bah non parce qu'elle a vu que moi ... A un moment donné stop quoi sinon il y
527 aura toujours une excuse pour pas le faire. Et puis du coup aussi j'ai quand même une leçon
528 parce que l'autre quand en juin on a dit qu'on l'enlevait pas et qu'en septembre il était déjà
529 pas bon avec que 7mm ... donc je veux pas me retrouver dans cette situation donc autant le
530 faire tout de suite.

531 **Er** : Du coup quand vous devez aller chez le médecin c'est pareil vous n'y allez pas tout de
532 suite ?

533 **Catherine** : Ouai. En principe oui.

534 **Er** : Pourquoi ?

535 **Catherine** : Parce que ça me rassure, ou bien sinon si j'y vais pas ou si j'ai une inquiétude et
536 je l'appelle. Et quand je peux avoir une inquiétude par rapport à mes enfants ou à David. Il
537 suffit que je l'appelle, il me donne le conseil ou il me dit « je vous fais l'ordonnance et vous
538 passez » mais au moins je suis tranquille.

539 **Er** : Est-ce qu'il y a d'autres choses qui vous viennent à l'esprit ?

540 **Catherine** : Bah non je sais pas si ça été productif pour vous ou pas ?

541 **Er** : Oui ! Alors on va faire un petit exercice : si je vous dis de me décrire la santé en 5 mots.

542 **Catherine** : Oula ! mais moi je suis pas du style à résumer ! La santé en 5 mots ... Bien. Vivre
543 ... non c'est ...

544 **Er** : C'est pas obligé d'être une phrase ça peut être des mots clés.

545 **Catherine** : Vivre, bien, longtemps, heureux, sans problème de santé.

546 **Er** : Est-ce que la santé c'est d'abord une absence de maladie ou le fait d'être heureux
547 mentalement ?

548 **Catherine** : Vous voulez dire l'esprit ou le corps ?

549 **Er** : Les deux !

550 **Catherine** : Ça va ensemble.

551 **Er** : Y a pas l'esprit qui empiète sur le corps ou le corps qui empiète sur l'esprit ?

552 **Catherine** : Bah quand c'est le corps, pour ça on n'a pas le choix : si y a un truc il faut agir
553 mais souvent ça joue sur le moral parce qu'on est en attente des résultats et ça faut
554 attendre 3 semaines le temps des analyses. Donc pour moi les examens gynécologiques y a
555 des fois où j'y pensais pas mais quand j'y pensais ça me revenait en pleine face, comme une
556 épée au-dessus de ma tête. Et quelques fois je m'endormais pas parce que, je suis pas du
557 style à faire une fixation nuit et jour mais l'attente du résultat elle est là. Dès qu'il y a une
558 analyse qui peut être porteuse de quelque chose, le temps est pensant dans l'attente de
559 résultats. Quand on sait que ça peut être ... Moi je sais que là quand je vais attendre le

560 résultat je serais pas tranquille parce que c'est un truc dans le coin de la tête « est-ce que j'ai
561 cette espèce de crabe qui va revenir ? »

562 **Er** : Du coup la prévention ça sert à rassurer ?

563 **Catherine** : Oui, oui, oui ! Et par rapport à l'esprit c'est par exemple quelqu'un qui voit un
564 enfant qui va pas bien bah en tant que parents on est des éponges et ça prend la tête et on
565 va pas bien.

566 **Er** : Et est-ce qu'on s'en rend compte dans le corps ?

567 **Catherine** : Oui je pense que moi en plus je me suis aperçue avec l'âge que quand j'ai des
568 coups de stress comme ça souvent ça me donne des vertiges. 2 jours après j'ai une tendance
569 au vertige, j'ai des tournis. Avant c'était pas à ce point-là. Mais maintenant j'ai beaucoup
570 plus de réactions. J'ai dû encaisser tellement de choses dans la vie que j'ai plus de réactions
571 et pour moi ça se voit sur les faiblesses du corps. Je peux me choper une diarrhée ou un
572 vertige. Et on le voit tous les gens qui disent « oualala j'ai hyper mal au dos et tout ça » c'est
573 en fait un « j'en ai plein le dos, j'en peux plus de mon travail, je suis crevé » et je pense que
574 aussi on arrive à un moment où le corps dit qu'il n'en peut plus quand la tête ne va pas. Mais
575 oui c'est très lié.

576 **Er** : Vous vous comparez avec vos amis ?

577 **Catherine** : Avec mes sœurs mais avec les amis non parce que d'office il y a une différence.
578 Alors que mes sœurs c'est les mêmes racines.

579 **Er** : Mais vous n'avez pas le même âge.

580 **Catherine** : Mais on est très proches, on a 2 ans, on est de 2 en 2 on est assez proches. J'ai
581 18 mois d'écart avec ma 2^{ème} sœur et 4 ans avec la dernière, fin à peine.

582 **Er** : C'est de la comparaison parce qu'elles ont le même sang.

583 **Catherine** : Oui.

584 **Er** : C'est parce que c'est plus facile d'établir des comparaisons quand vous pouvez
585 potentiellement être touchées par les mêmes problèmes c'est ça ?

586 **Catherine** : Oui on peut avoir peut-être plus les mêmes problèmes, la racine est la même
587 pour moi. Mais mes amis non.

588 **Er** : Et même sur le plan physique du genre lui il vieillit bien lui il vieillit mal ?

589 **Catherine** : On peut se faire des réflexions comme ça mais vraiment moi c'est avec mes
590 sœurs. J'en ai une qui fait 1m72 et l'autre 1m63 et moi je fais 1m66 donc voilà quoi. Non bah
591 les amis ils sont différents et on les choisit par pour ça, c'est le hasard.

592 **Er** : Et ça vous arrive de vous faire des vanes avec vos sœurs pour dire que vous vieillissez
593 pas bien ?

594 **Catherine** : Oh bah oui ! On parle pas de la vieillesse mais ... Par exemple mes sœurs elles se
595 teignent les cheveux ! Elles ont des cheveux blancs donc elles se teignent. Moi je commence
596 à en avoir mais j'ai jamais fait de shampoing. Et je suis moins marquée du visage c'est
597 l'avantage d'être petite et grosse ! Voilà c'est des trucs entre nous parce qu'on vient du
598 même endroit. Après si j'avais des frères peut-être que le comparatif serait pas le même ou
599 peut-être que je me comparerais à quelqu'un d'autre ou d'une autre façon.

- 600 **Er** : Donc vous avez que 2 sœurs c'est ça ?
- 601 **Catherine** : Oui.
- 602 **Er** : Et vos parents ils faisaient quoi ? Parce que j'imagine qu'ils sont à la retraite maintenant.
- 603 **Catherine** : Oh bah oui ! Mon père il a 89 ans. Il était ingénieur et ma mère femme au foyer.
- 604 **Er** : Euh et j'y repense, est-ce que vous seriez-prête à faire l'impasse sur des dépenses de
605 santé si c'était trop cher ?
- 606 **Catherine** : Oh bah oui.
- 607 **Er** : Comme quoi par exemple ?
- 608 **Catherine** : Là j'ai la mutuelle et tout ça mais les dents ça coûte une fortune. Même mon
609 oreille je sais pas comment je vais faire. Ou j'aurais dû épouser un plus jeune comme ça il
610 l'aurait couvert jusqu'à bien plus tard ! [*Rires*]
- 611 **Er** : Est-ce qu'à tout hasard vous pratiquez une religion ?
- 612 **Catherine** : Euh je suis croyante mais là je pratique plus trop parce que j'ai un problème avec
613 la religion en ce moment. Justement j'ai rencontré le prêtre hier et il faut que j'aille le voir !
614 Mais oui je suis catholique.
- 615 **Er** : Et est-ce que ça influe sur votre vie ?
- 616 **Catherine** : Certainement.
- 617 **Er** : Mais vous le ressentez pas, ça vous paraît pas très apparente ?
- 618 **Catherine** : Non j'aurais peur de mourir pareil si j'étais pas croyante. Mais je pense que la Foi
619 c'est quelque chose de propre à chacun. Pour moi c'est un petit moteur qui m'a fait avancer
620 sur des choses et qui m'a permis de traverser des épreuves ça je pense oui.
- 621 **Er** : Au travers du prêtre qui était un soutien ou au travers de la Foi ?
- 622 **Catherine** : Au travers de la Foi et puis si, si le prêtre en question a été un vrai soutien au
623 moment de ma séparation. Et j'ai élevé mes enfants dans la Foi catholique et ils ont pratiqué
624 et ils ont fait le catéchisme jusqu'en 1^{ère}. Et là à mon mariage il y avait beaucoup d'amis que
625 j'ai connus via la paroisse. Là je suis peut-être un peu plus en dehors du fait du remariage
626 mais j'ai beaucoup d'amis pratiquants qui ne m'ont pas jugé. Mais par rapport à la santé je
627 sais pas ... je dis pas comme certains amis « le Seigneur va me sauver » j'ai pas non plus un
628 bandeau, il ne faut pas exagérer.
- 629 **Er** : Bah écoutez c'est super, vous avez quelque chose à ajouter ?
- 630 **Catherine** : Je sais pas j'ai un peu l'esprit d'escalier. Donc après je vais me dire « oh mince je
631 lui ai pas parlé de ça ! » parce que souvent après je ré-analyse et on se rend compte qu'on
632 aurait dû dire d'autres choses.
- 633 **Er** : C'est pour ça qu'on vous envoie les entretiens. Comme ça si vous pensez à quelque
634 chose que vous vouliez vraiment nous dire sur un sujet vous pouvez nous l'envoyer par
635 retour de mail. Et nous dire « au fait ça, ça me semblait super important ! »
- 636 **Catherine** : Ah ok bah super ! Donc je vous donne mon adresse mail ?
- 637 **Er** : Oui s'il vous plaît. Bah en tout cas merci beaucoup !
- 638 **Catherine** : Mais merci à vous c'était très intéressant.

Entretien n°10/10 – Gilles	
<i>« Quand je suis malade par exemple je suis un lion en cage, faut que je bouge moi, j'arrête pas ! »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, responsable d'équipe pour la gestion de pipeline, 48 ans, Bac professionnel MSMA, marié, 1 garçon
Date de l'entretien	31 mai 2017
Lieu de l'entretien	Au domicile
Ville	Sartrouville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	87 minutes
Conditions de l'entretien	Dans le salon de l'enquêté. Sa famille circulait dans la maison mais n'ont fait aucun bruit et n'ont pas participé à la discussion. Le fait que ce soit le dernier entretien et que je sache déjà ce que je cherchais l'a rendu assez artificiel : cela ressemblait à un questionnaire.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	L'entretien a été assez court mais riche en informations. L'enquêté est très en forme et n'a aucun soucis de santé. Il adore le sport et pense beaucoup à travers cela. Tout son mental est centré autour de cela. Il estime que les choses/maladies qui arrivent sont inéluctables et qu'il n'y peut rien. Il est donc assez zen vis-à-vis de son avenir et ne se lamente pas sur les décès familiaux. Il n'est pas spécialement attentif aux injonctions des autorités de santé car pour lui il faut être à l'écoute de soi tout simplement. Il est cependant très attentif aux conseils et recommandations de son médecin traitant. Pour lui le corps est une machine qu'il faut entretenir et parfois, réparer. Et pour cela il s'en remet toujours à son médecin généraliste qui l'oriente ensuite vers des spécialistes de santé classique. Il n'est pas du tout adepte des médecines alternatives car cela ne lui apporterait rien de plus.
Enquêteur	Marie-Eugénie Grelaud

- 1 **Er** : Tôt d'abord merci d'avoir accepté de faire cet entretien avec moi !
- 2 **Gilles** : Mais de rien.
- 3 **Er** : Donc je vous rappelle que cet entretien est enregistré, je vais le retranscrire, si vous
4 voulez je pourrais vous l'envoyer pour une relecture.
- 5 **Gilles** : Y a pas de soucis.
- 6 **Er** : Donc je prendrais votre adresse mail à la fin pour pouvoir vous envoyer tout ça. Donc
7 nous on est un groupe de 3 qui travaille sur un mémoire sur la santé chez les 45-60 ans à
8 l'Université Paris Descartes. Du coup on se demande si l'approche de la cinquantaine a
9 changé quelque chose en termes de santé chez vous ?
- 10 **Gilles** : D'accord ! Alors pour moi non. [*Rires*] Je dirais que non parce que depuis que je suis
11 jeune je fais du sport donc j'ai pas de soucis de santé particuliers. J'ai jamais été hospitalisé,
12 j'ai pas de carences donc pour le moment ça va. Après j'ai pas encore 50 mais ...
- 13 **Er** : Vous avez combien ?
- 14 **Gilles** : 48.
- 15 **Er** : Et est-ce qu'il y a des maladies qui vous font peur ?
- 16 **Gilles** : Non pas forcément. Non j'ai pas de ... cancer ou des choses comme ça non ... j'ai pas
17 de peurs par rapport à ça.
- 18 **Er** : Est-ce que c'est parce que vous n'avez pas eu d'antécédents dans la famille qui font que
19 vous êtes zen par rapport à ça ?
- 20 **Gilles** : Bah si moi j'ai ma mère qui est décédée quand j'étais jeune, j'avais 30 ans, parce
21 qu'elle était dialysée, elle avait donc un problème dans les reins. Donc depuis que je suis
22 jeune j'ai toujours eu de la maladie via ma mère mais j'ai pas de relecture là-dessus. Ça me
23 gêne pas en tout cas. J'ai ma tante et mon parrain qui sont décédés d'un cancer ... je dirais
24 que j'ai une philosophie de vie qui est que si ça doit arriver ça arrivera et puis c'est comme
25 ça.
- 26 **Er** : Et du coup est-ce que par rapport à votre âge c'est parce que vous êtes encore jeune
27 que vous ne vous inquiétez pas des maladies ?
- 28 **Gilles** : C'est plus une philosophie de vie peu importe l'âge que je pense avoir par la suite.
29 J'ai vraiment pas cette mentalité là en fin de compte c'est vraiment si ça doit arriver ça
30 arrivera. J'ai pas de but en disant je préfère être en bonne santé. Alors bon évidemment on
31 préfère toujours être en bonne santé le plus tard possible on est bien d'accord. Mais j'ai pas
32 de recul là-dessus en me disant « tiens je vais avoir 50 ans oulala je dois faire attention » je
33 fais du sport et tout depuis petit donc si ça doit arriver ça arrivera mais je m'inquiète pas.
- 34 **Er** : Vu que c'est quelque chose qui vous angoisse pas, vous allez faire tous les dépistages ?
- 35 **Gilles** : Etant donné que je fais du sport je suis suivi. A la différence des personnes qui ne
36 font pas d'activité physique qui ne sont pas suivies donc on ne peut pas savoir s'ils ont
37 quelque chose mais moi je suis suivi chaque année donc je sais où j'en suis.
- 38 **Er** : Suivi par un généraliste ?
- 39 **Gilles** : Par un généraliste oui.
- 40 **Er** : Qui vous suit depuis combien de temps ?

41 **Gilles** : Oui.

42 **Er** : C'est votre médecin de famille.

43 **Gilles** : Non, non c'est juste pour moi. Non parce que mon médecin de famille ça fait
44 longtemps qu'il n'exerce plus ! Non c'est pour moi et le médecin de la famille entre
45 guillemets. Comme j'ai tendance à faire un sport assez violent : le badminton donc on est
46 encore plus suivi qu'un sport standard. Electrocardiogramme j'en fais tous les ans donc voilà.

47 **Er** : Donc vous êtes bien au courant de votre état de santé ;

48 **Gilles** : Oui voilà. On est jamais à l'abri mais j'ai pas de soucis là-dessus.

49 **Er** : Je pensais en fait à la fameuse lettre dont nous ont parlé certaines personnes pour le
50 dépistage du cancer colorectal. Et certains nous ont dit qu'ils ne voulaient pas le faire car
51 c'était très désagréable.

52 **Gilles** : Non bah quand je ça arrivera on prendra la lettre mais maintenant paraît-il qu'il y a
53 une nouvelle méthode. Mais s'il faut aller voir le médecin parce qu'il y a quelque chose bah
54 on ira voir le médecin. Après au moins c'est un poids qui est retiré de savoir que tout va
55 bien.

56 **Er** : Du fait que vous soyez suivi est-ce que vous avez acquis une certaine connaissance
57 médicale ?

58 **Gilles** : Aucune. C'est mon médecin qui va me dire si je suis en forme ou pas, c'est lui qui fait
59 foi. Quand on fait une prise de sang et que je vois les chiffres pour moi ça veut rien dire.
60 C'est que des chiffres mais lui va dire s'ils sont bons ou pas bons. Un électrocardiogramme
61 c'est joli mais c'est lui qui va me dire s'il est bien ou pas bien. Je fais des tests à l'effort donc
62 voilà.

63 **Er** : Et vous êtes suivi uniquement par ce médecin-là ? Vous n'allez pas voir le médecin du
64 sport ?

65 **Gilles** : Non par contre depuis, à 45 ans j'ai fait mon 1^{er} test à l'effort pour savoir où j'en
66 étais, pour avoir une base, là je devrais bientôt en refaire un. Donc là c'est suivi par un
67 cardiologue mais sinon non. J'ai pas de ... des fois j'ai des petits soucis de tendons donc je
68 vais voir un kiné mais rien de spécial.

69 **Er** : Et vous allez voir par exemple un ostéopathe ou ...

70 **Gilles** : Ça m'est arrivé, parce que la dernière fois je me suis bloqué le dos donc voilà. Mais
71 sinon ... il a débloqué tout ça et puis ça repart.

72 **Er** : Et c'est quelque chose dont vous avez l'habitude ?

73 **Gilles** : Non c'est la dernière fois je me suis bloqué le dos en faisant un faux-mouvement.
74 Donc on a laissé un peu patienter et puis on est allé voir un ostéopathe et puis il m'a
75 débloqué. Il m'a signalé que si ça revenait assez souvent là il faudrait faire une radio ou un
76 IRM pour vérifier. Comme je le rappelle le badminton est un sport violent niveau cardio et
77 niveau dos parce qu'on fait des mouvements amples. Donc si j'ai toujours mal au dos dans
78 quelques temps peut-être que je ferais une radio pour voir où ça en est.

79 **Er** : Donc vous êtes plus dans des médecines qu'on appellerait classiques ?

80 **Gilles** : Tout à fait.

81 **Er** : Et est-ce que ça vous arrive d'aller voir d'autres médecines dites alternatives, pas encore
82 reconnues comme l'acuponcture ?

83 **Gilles** : Non pas du tout. Du tout du tout.

84 **Er** : Donc là c'était exceptionnel ?

85 **Gilles** : On dit que l'ostéopathe fait des miracles parce que le kiné s'arrête à du massage
86 tandis que l'ostéo a tendance à faire craquer à remettre en place, à jouer sur la structure.
87 Mais sinon ...

88 **Er** : Là vous m'avez dit que vous aviez attendu un petit peu, est-ce que de manière générale
89 vous avez tendance à attendre avant d'aller chez le médecin.

90 **Gilles** : Si je suis vraiment malade ... bah pour un rhume ou des petites choses comme ça on
91 va patienter un peu oui. Je suis pas dès que j'ai le nez qui coule à aller voir le médecin. Je vais
92 plutôt attendre un peu. Faut que ça me bloque dans mes actions pour que j'y aille. Si ça me
93 perturbe dans mes activités sportives ou au travail là je vais me dire « il faut que j'aille voir
94 ce qui se passe ».

95 **Er** : Et j'imagine que quand vous êtes bloqué vous appelez le médecin mais il ne peut pas
96 vous prendre dans la seconde.

97 **Gilles** : Euh souvent non mais comme on est bloqué on va pas au travail donc on est plutôt
98 libre dans la journée et c'est plus facile d'avoir un rendez-vous rapidement je dirais. La
99 dernière fois quand j'étais bloqué il m'a pris tout de suite. Parce que j'ai la faisabilité d'aller
100 sur n'importe quel horaire pour lui contrairement à quelqu'un qui sort du travail parce que
101 la tranche horaire 18h30-19h elle est assez pleine pour un médecin. A 2h de l'après-midi il y
102 a quand même moins de monde chez le médecin. Ou même le matin donc c'est quand
103 même plus facile. Donc quand je suis bloquée ça a été plus rapide. Mais j'ai tendance à pas
104 aller voir le médecin de suite. Faut que ça me perturbe physiquement : quand je peux plus
105 faire une activité que j'ai trop mal, j'irais comme tout le monde dans des horaires où ce sera
106 difficile d'avoir un rendez-vous mais donc je vais arrêter de faire ce qui me fait mal.

107 **Er** : Et est-ce que vous pratiquez l'automédication en attendant ?

108 **Gilles** : Euh oui. *Doliprane* des trucs pour faire descendre la douleur.

109 **Er** : Est-ce que vous avez remarqué des changements d'ordre physique et corporel ?

110 **Gilles** : C'est-à-dire ?

111 **Er** : Plus de difficultés à faire certaines choses, plus de fatigue, des rides ! [*Rires*]

112 **Gilles** : Alors ça non pas vraiment. Si je fais plus de sport ça m'embête, il faut que j'évacue
113 physiquement et moralement donc si je fais pas de sport je suis pas bien.

114 **Er** : Se libérer moralement c'est par rapport à quoi ?

115 **Gilles** : Au travail. Ça permet de se libérer et de repartir l'après-midi en ayant le poids du
116 matin ... on a refait ... c'est de se dire on recommence un autre truc. Et si j'ai pas ça ... Quand
117 je suis malade par exemple je suis un lion en cage, faut que je bouge moi, j'arrête pas !

118 **Er** : Et qu'est-ce que vous faites professionnellement ?

119 **Gilles** : Je suis responsable de la maintenance des pipelines. Pour envoyer des engins dedans
120 et vérifier l'état du tube. On se déplace un peu partout en France parce qu'il y a

121 énormément de pipe à hydrocarbure en France pour éviter un geyser ce qui serait pas
122 terrible. Donc mon métier c'est de voir avec les clients, de gérer les techniciens, de tout
123 planifier. C'est de l'organisation pure.

124 **Er** : Et du coup c'est par rapport à cela que vous avez besoin de décompresser ?

125 **Gilles** : Oui parce qu'on est jamais à l'abri d'un changement de dernière minute donc c'est
126 assez stressant. Du jour au lendemain on peut très bien nous dire que l'engin arrivera à 10h
127 du matin et nous appeler à 6h en disant « bah il sera là dans 2h » quoi. On doit savoir
128 s'adapter. C'est des horaires assez long avec parfois du travail de nuit donc c'est pas évident.

129 **Er** : Physiquement c'est pas éprouvant ?

130 **Gilles** : Bah si je ne faisais pas de sport après c'est le mental qui joue.

131 **Er** : Vous pensez que c'est important le mental ?

132 **Gilles** : Ah oui si on n'a pas le mental ça va pas après.

133 **Er** : Et qu'est-ce qui peut influencer ça mis à part le sport ?

134 **Gilles** : Bah euh pour moi le sport parce que après niveau famille tout se passe bien et le
135 travail est bien et les gens sont intéressants donc c'est juste qu'il y a une charge qu'il faut
136 libérer et pour moi ça passe par le sport.

137 **Er** : Et y a rien d'autre ? Parce que quand vous avez eu des décès j'imagine que ça n'a pas été
138 facile à vivre. Ça ne vous a pas miné le moral ?

139 **Gilles** : Bah non. C'est sûr que sur l'instant c'est dur parce qu'on perd des gens qu'on aime
140 bien mais après non ça passe c'est comme tout. En général j'ai cette tendance, peut-être à
141 cause de avec ma mère très jeune j'ai été confronté là-dessus mais je me dis que les gens
142 s'ils doivent partir ils doivent partir. Généralement c'est plus violent pour ceux qui restent
143 que pour ceux qui partent.

144 **Er** : Oui c'est pour ça que je vous demandais si c'était pas dur pour le moral.

145 **Gilles** : Oui bah le moral est atteint le jour où ça se passe mais ça c'est normal. Même si on
146 va se libérer on y pense de toute façon mais c'est souvent une libération pour la personne et
147 derrière il faut faire face, la vie continue et puis il faut avancer. Et c'est pour ça qu'après
148 pour se libérer moi c'est le sport. Y en a c'est de la peinture après voilà.

149 **Er** : Et donc vous ne faites que du badminton ?

150 **Gilles** : Non je fais de la course à pieds, du vélo, et au travail on a une salle de sport. Donc le
151 midi généralement je vais aller courir dans la forêt d'Achères soit je vais dans la salle de
152 sport avec du matériel de muscu. Et puis des fois j'y vais en vélo.

153 **Er** : Et c'est un moment où vous préférez être tout seul ou être avec des gens ?

154 **Gilles** : Moi je préfère être avec des gens mais les deux. Quand on court on est dans une
155 bulle donc généralement on préfère être tout seul mais on va aussi être plus fatigué tout
156 seul, le mental nous signale « faut peut-être que t'arrête » alors que quand on est en groupe
157 l'émulsion fait qu'on a plus du poil de la bête. Donc moi seul ou ensemble ça me dérange
158 pas.

159 **Er** : Et généralement les sportifs font très attention à leur alimentation.

160 **Gilles** : Oh oui ça se voit ! [*Rires*] Non je fais pas vraiment attention.

- 161 **Er** : Vous n'avez pas changé d'habitudes alimentaires ?
- 162 **Gilles** : Ah non. Du tout.
- 163 **Er** : Alors vous avez toujours mangé sainement ou jamais mangé sainement ?
- 164 **Gilles** : Moyennement on va dire ! De temps en temps sainement et de temps en temps
165 moins sainement ! Non mais j'ai pas de ... je pense qu'on n'a pas une hygiène super peut-
166 être très bien mais ça nous convient comme ça en tout cas.
- 167 **Er** : On voit que maintenant il y a des produits qui sont moins bons pour la santé selon les
168 dernières actualités et ...
- 169 **Gilles** : Alors on a tendance à ne pas utiliser tout ce qui est premier prix parce qu'on sait que
170 qualitativement on sait qu'il y a plus de E-X machin et dans une tranche de jambon il ne doit
171 pas rester beaucoup de jambon. Mais non y a pas de ... je vais pas manger, et puis je suis pas
172 gourmand, j'aime pas les desserts, j'adore le sucre mais je déteste les desserts ! Donc je fais
173 les gâteaux mais je les mange pas !
- 174 **Er** : Est-ce que vous suivez, au sens écouter, les différentes campagnes d'information ou de
175 prévention ? Comme manger 5 fruits et légumes par jours etc.
- 176 **Gilles** : Oui je les écoute mais je les suis pas forcément plus que ça.
- 177 **Er** : Parce que vous estimez que c'est pas nécessaire ou parce que c'est pas vrai ?
- 178 **Gilles** : Ah non y a sûrement une part de vérité mais c'est pas dans ma mentalité, dans mon
179 choix de vie en tout cas mais par contre de fais du sport. Le reste de l'actualité comme quoi il
180 faut boire beaucoup d'eau tout ça bah ... en plus moi je bois pas beaucoup je suis un
181 chameau. Je n'y arrive pas ... et on m'embête avec ça. J'essaie mais j'ai du mal.
- 182 **Er** : Donc est-ce qu'on peut dire que vous êtes à l'écoute de votre corps plutôt que des
183 campagnes ?
- 184 **Gilles** : Oui. Dès qu'il va pas ... pour moi c'est la machine donc on le sait automatiquement si
185 ça va pas.
- 186 **Er** : Il y a des signaux ?
- 187 **Gilles** : Oui. Déjà si je fais pas de sport déjà ça va pas 1 pour le mental et 2 parce que je ... on
188 va pas dire s'encrouter mais je sors pas et j'ai du mal à externaliser. Faut que je bouge moi
189 parce que si je bouge pas y a quelque chose qui va pas aller.
- 190 **Er** : Et s'encrouter c'est quoi, avoir des douleurs ?
- 191 **Gilles** : Euh je peux avoir des douleurs ou musculairement ça va se relâcher et le corps a
192 cette rapidité à s'encrouter entre guillemets. On met beaucoup de temps à perdre du poids
193 et on gagne beaucoup moins musculairement et d'un autre côté on reprend du poids et on
194 perd du muscle beaucoup plus facilement. C'est là où c'est l'inverse.
- 195 **Er** : Vous avez pris du poids ?
- 196 **Gilles** : Non je suis toujours stable. Je me maintiens, j'ai un poids constant mais je suis pas un
197 adepte de la balance mais je le ressens physiquement. Je sens quand j'ai un peu pris.
- 198 **Er** : Et dans ce cas-là vous faites quoi ?
- 199 **Gilles** : Si la machine va bien on va reprendre un peu de sport parce que je sais qu'avec le
200 boulot j'ai plus autant de temps de faire du sport que je veux par exemple. Parce qu'en

201 déplacement c'est difficile. Mais quand la charge de travail est plus faible je vais reprendre
202 du sport. Mais je le sens sans avoir besoin de me peser. Je me pèse une fois par an chez le
203 médecin pour le contrôle quoi.

204 **Er** : Et donc j'imagine qu'il faut l'entretenir cette machine ?

205 **Gilles** : Ah oui !

206 **Er** : Et mis à part le sport ça passe par quoi ?

207 **Gilles** : Bah pour moi à part le sport pas grand-chose ... bon c'est pas forcément du sport
208 mais c'est de l'activité physique : de la marche, prendre les escaliers plutôt que l'ascenseur,
209 des choses comme ça. C'est pas forcément aller courir ou faire du badminton. Même se
210 balader, aller chercher le pain à pieds plutôt qu'en voiture. C'est de l'entretien courant quoi.
211 Par exemple si je dois aller au siège social de l'entreprise je vais descendre à la gare à pieds
212 pas prendre le bus. Parce que je trouve ça plus sympathique.

213 **Er** : Et c'est parce que vous avez été élevés comme ça ?

214 **Gilles** : Ah je sais pas peut-être. Au fond de moi peut-être mais j'ai toujours fais du sport.

215 **Er** : Vos parents vous ont encouragé à faire ça ?

216 **Gilles** : Bah je sais pas mais en vacances on bougeait on n'était pas du genre à faire à faire le
217 grille-pain sur la plage. On allait se promener, visiter, j'ai peut-être été éduqué à bouger oui.

218 **Er** : Et c'est un apport de la nature ?

219 **Gilles** : Pas forcément, alors oui la nature c'est toujours plus sympathique. C'est mieux de
220 marcher à la montagne ou en forêt qu'en ville c'est plus agréable c'est sûr. C'est peut-être
221 un appel de la nature je sais pas.

222 **Er** : Je vais un peu changer de sujet mais c'est comme ça me vient. Votre médecin
223 généraliste il vous suit depuis un certain moment ?

224 **Gilles** : Oh ça fait pas très longtemps, ça doit faire 6 ans maintenant. Avant c'était un autre
225 médecin qui est parti à la retraite.

226 **Er** : Ça vous a pas posé de problème de changer de médecin ?

227 **Gilles** : Euh non.

228 **Er** : Dans le sens où l'ancien médecin il vous connaissait bien j'imagine.

229 **Gilles** : Oh bah je le connaissais depuis une vingtaine d'année, un truc comme ça. Son
230 remplaçant était là on a pris le remplaçant c'est tout.

231 **Er** : Quand on connaît un médecin depuis longtemps on a une certaine proximité avec lui.

232 **Gilles** : Tout à fait oui.

233 **Er** : Et le fait de passer de l'un à l'autre ça vous a pas ?

234 **Gilles** : Sans plus, et puis comme c'était une reprise il avait les dossiers donc c'était plus
235 facile que de changer radicalement de médecin. Il avait déjà notre antériorité médicale donc
236 c'était plus facile. Après on aurait pu ne pas adhérer mais il était bien donc on a continué.

237 **Er** : Et vous avez retrouvé cette relation ?

238 **Gilles** : Ah oui j'ai pas de soucis avec lui on parle de tout on rigole même. Et il sait que pour
239 me faire arrêter le sport c'est que ça va pas. Il le sait. Il sait que je vais lui dire que je veux
240 reprendre.

241 **Er** : Est-ce que c'est important d'avoir un médecin qui vous connaît bien ?

242 **Gilles** : C'est même très important. Parce que ça permet de pouvoir échanger plus
243 facilement si on a des soucis plutôt que de devoir aller voir un autre médecin et de refaire
244 plein d'analyses alors que lui va déjà savoir si on a déjà eu ça ou non, quelles sont nos
245 allergies. C'est plus facile à gérer. Après faut avoir un feeling avec son médecin.

246 **Er** : Et est-ce que vous suivez à la lettre ses conseils et ses préconisations ?

247 **Gilles** : Ah bah généralement il m'en fait peu et c'est plus de ne pas faire de sport mais ...

248 **Er** : Vous n'allez pas l'écouter ?

249 **Gilles** : Non mais il le sait !

250 **Er** : Et s'il vous donne un traitement pour 8 jours et que vous vous sentez mieux au bout de 3
251 vous l'arrêtez ?

252 **Gilles** : Ça m'arrive oui.

253 **Er** : Pourquoi ?

254 **Gilles** : Parce qu'on se sent bien on se sent plus malade. Alors souvent oui pas tout le temps
255 mais souvent je suis pas allé jusqu'au bout quoi. Ou alors trop loin parce que j'ai fini la boîte
256 avant de me rendre compte.

257 **Er** : C'est de l'inattention quoi ?

258 **Gilles** : Ah oui c'est pas une volonté de pas continuer. C'est juste que là je suis bien et en
259 pleine forme alors pour une journée ou deux de traitement bon ...

260 **Er** : Il n'y a aucune inquiétude ?

261 **Gilles** : Ah non bah déjà si je vais voir le médecin c'est que je suis pas bien donc c'est pas
262 pour contester ce qu'il dit quoi.

263 **Er** : Donc s'il vous donne un conseil vous le suivez quoi ?

264 **Gilles** : Oui oui !

265 **Er** : Et pour la vaccination ?

266 **Gilles** : Je suis à jour. Ça m'est arrivé qu'il me l'ai rappelé d'accord mais sinon.

267 **Er** : Mais vous êtes pas opposés à ça ?

268 **Gilles** : Ah non pas du tout ! C'est plutôt un rappel parce qu'on aurait oublié la date mais
269 sinon non. C'est juste que c'est parce que c'est très étalé dans le temps donc on oublie.

270 **Er** : Et en termes de suivi médical beaucoup plus large. Il vous oriente pour aller voir des
271 spécialistes ?

272 **Gilles** : En fonction de la pathologie que je vais avoir, c'est lui qui va me dire faut peut-être
273 aller voir le kiné quand mes tendons sont déchirés pour réparer les dégâts ou avec mon
274 activité physique aller voir un cardio pour faire un test à l'effort.

275 **Er** : Quand vous vous claquez un muscle vous le sentez, est-ce que vous allez voir
276 directement le kiné ou vous allez voir le généraliste ?

277 **Gilles** : Ah non je vais voir mon généraliste ! pour savoir si ce que j'ai c'est bien ce que je
278 pense. Souvent c'est le cas mais je peux pas faire la différence entre une déchirure et une
279 élongation, il y a des étapes dans la hiérarchie des blessures. Et nous on sait pas donc c'est
280 quand même important d'avoir un avis médical. Pour savoir si ça ira avec une pommade ou
281 s'il faut autre chose. Généralement j'aurais mis la pommade avant mais.

282 **Er** : Parce que la pommade vous en avez l'habitude ?

283 **Gilles** : Oui quand j'ai un tendon qui commence à chauffer je vais mettre de la pommade et
284 le masser et puis ça va repartir. On va attendre un peu et repartir derrière.

285 **Er** : C'est vraiment dans une idée de confirmation du diagnostic quoi.

286 **Gilles** : Oui parce que si j'ai besoin d'un IRM ou de choses comme ça. Et de me dire si je dois
287 arrêter le sport aussi. Faut l'écouter aussi parce que si ça lâche après c'est plus long à
288 réparer. C'est pour savoir où ça en est en fait, et savoir si ça va se réparer rapidement avec
289 une crème ou pas.

290 **Er** : Et c'est pas du tout dans l'aspect du parcours de soin pour le remboursement des
291 mutuelles ?

292 **Gilles** : Ah non pas du tout.

293 **Er** : Vous n'y pensez pas ?

294 **Gilles** : Je ne vais pas beaucoup chez le médecin donc je ne pense pas être un fort
295 consommateur mutuelle ou médicaments donc non j'ai pas trop ça dans la tête en me disant
296 « oulala ça va coûter cher ».

297 **Er** : Vous ne vous occupez pas du prix de la santé ?

298 **Gilles** : Non.

299 **Er** : Pourquoi ?

300 **Gilles** : Peut-être parce que j'ai les moyens de le faire et puis le moindre mal peut aller loin.
301 Un petite chose peut en entrainer une grande plus grave donc faut attaquer ça rapidement
302 et ne pas laisser trainer en se disant « on verra ça plus tard ».

303 **Er** : C'est un peu contradictoire avec le fait d'attendre d'être bloqué pour aller voir le
304 médecin non ?

305 **Gilles** : Oui mais c'est pas la même chose puisque je me connais niveau physique. C'est pas
306 comme d'avoir mal aux dents ou de ne pas vouloir faire d'analyse « non non je veux pas
307 voir ». Je pense que physiquement je me connais assez pour savoir où j'en suis et si vraiment
308 j'ai mal c'est que ... Donc voilà le curseur il est pas à 0 je vais voir le médecin mais il est pas
309 au maximum où pour le moindre petit truc j'y vais. Je pense avoir un système où je me
310 connais et à force quand j'y vais j'y vais pour quelque chose.

311 **Er** : Tout à l'heure vous me disiez que vous ne saviez pas lire les examens et je me demandais
312 ce que vous aviez fait comme études ?

313 **Gilles** : Alors j'ai fait un bac pro en MSMA c'est maintenant les systèmes mécaniques
314 automatisés c'est l'hydraulique la pneumatique mécanique. Mais ça fait longtemps que c'est
315 plus la même chose.

316 **Er** : Et alors quand on parle de temps de vie vous vous situez où ?

317 **Gilles** : Oh bah à la moitié quoi. Enfin après la vie nous le dira quoi. Si ça devait s'arrêter
318 demain, on sait jamais, on peut pas prévoir. Je dirais que le plus tard sera le mieux mais ...

319 **Er** : Et alors le plus tard en meilleure santé possible ?

320 **Gilles** : Toujours. Si possible.

321 **Er** : Par du sport ?

322 **Gilles** : Pas forcément, santé et mental. De pas avoir je dirais des maladies comme Alzheimer
323 où on est physiquement apte mais mentalement c'est plus difficile. Les deux sont
324 dissociables. Côté physique si on est tordu, cassé de partout, si on n'arrive plus à marcher et
325 avoir besoin d'une cane tout le temps ou bien être en super forme mais ne plus pouvoir se
326 rappeler où on a mis ses clés ou où on est. Donc le plus longtemps possible en pleine forme
327 ça serait le mieux.

328 **Er** : Et comment vous vous comparez aux autres ? Amis, collègues, famille ?

329 **Gilles** : Alors mes collègues sont plutôt jeunes mais par rapport aux amis je suis pas trop mal.

330 **Er** : C'est-à-dire ?

331 **Gilles** : Bah physiquement j'ai encore du répondant donc je suis pas encore à l'article de la
332 vieillesse patente.

333 **Er** : Vos collègues sont plus jeunes donc et comment vous êtes par rapport à eux ?

334 **Gilles** : Je pense être à peu près dans la même forme physique qu'eux. Même mieux que
335 certains. Je m'en aperçois quand je fais du sport quand j'arrive à répondre à plus jeune que
336 moi au badminton. Donc c'est que ça se passe bien.

337 **Er** : Et c'est bien pour le moral ?

338 **Gilles** : Ah bah oui on est toujours content quand on remporte un match ou quand on a
339 battu un record personnel ou d'avoir fini une course devant des jeunes.

340 **Er** : C'est une forme de fierté ?

341 **Gilles** : Non c'est pas ... je suis pas forcément fier mais de voir qu'on tient toujours la route.
342 Je suis pas très compétition même si on en a toujours dans la tête quand on fait du sport
343 mais c'est de se dire que j'ai mieux fait que la dernière fois. Si je suis fière c'est pour moi par
344 contre les autres.

345 **Er** : C'est une satisfaction personnelle donc.

346 **Gilles** : Tout à fait.

347 **Er** : Et est-ce que vous vous comparez à des gens de votre âge ?

348 **Gilles** : Non.

349 **Er** : Même au travail ?

350 **Gilles** : Non, bon ça nous arrive de faire de la boutade, des taquineries de se dire « t'y
351 arrivera pas » c'est de l'envoi de piques en disant « ah tu vas pas finir la semaine » des
352 choses comme ça donc après on surenchérit au-dessus « moi j'arrive encore à marcher ».
353 mais c'est plus à la rigolade que vraiment une comparaison. Et c'est surtout pas une
354 compétition. C'est plus en déconnant.

355 **Er** : Et ça arrive en famille ?

356 **Gilles** : Non très peu.

357 **Er** : Votre fils qui vous dirait par exemple « non mais papa de toute façon tu comprends rien
358 t'es vieux ! »

359 **Gilles** : Non je pense pas qu'il m'ait déjà dit ça. Après ça m'arrive d'être largué sur certains
360 domaines mais pas plus que ça. Et je sais que les dernières générations sont plus calées que
361 nous c'est comme ça. Nous on a connu les débuts de l'ordinateur. Eux ils sont beaucoup plus
362 à l'aise mais c'est bien tant mieux.

363 **Er** : Vous ne vous sentez pas en conflit avec les plus jeunes ?

364 **Gilles** : Bah non au boulot ça se passe bien, je suis pas dans un rapport hiérarchique. Je sais
365 pas faire ça. Pour moi c'est une équipe pas quelqu'un du haut qui donne les ordres. C'est
366 l'ensemble des gens qui fait que ça marche. Après quand il faut dire les choses je le fais mais
367 je trouve cette cohésion plus sympathique. J'essaie au maximum que les gens soient
368 contents d'être au travail. Ça doit pas être un frein pour eux, qu'ils viennent pas à reculons.

369 **Er** : Ça vous arrive de vous voir en dehors du coup ?

370 **Gilles** : Très peu avec mes techniciens, plus avec les collègues autres qui sont de la même
371 génération. Mais quand on est en déplacement on va au restaurant ensemble mais je sors
372 avec des gens de la même génération que moi. Même si l'éventail est assez grand, certains
373 ont 40 et d'autre 60.

374 **Er** : Et pourquoi vous sortez avec les personnes de votre génération ?

375 **Gilles** : Parce que je les ai côtoyé depuis très longtemps. Ça fait plus de 35 ans que je les
376 connais donc c'est un autre rapport c'est plus collègues en fin de compte ce sont des amis
377 c'est plus qu'une relation de travail.

378 **Er** : Et dans le sport vous êtes aussi dans des équipes avec des plus vieux et des plus jeunes.

379 **Gilles** : Oui après le sport c'est un milieu sympathique, on se côtoie, on fait la fête du club
380 mais on se voit pas forcément en dehors. Quand on se croise dans la ville on se dit bonjour,
381 on discute, des choses comme ça y a pas de soucis mais ça reste une relation sportive.

382 **Er** : Pourquoi ?

383 **Gilles** : Bah c'est le temps. Généralement c'est le soir donc chacun vaque à ses occupations
384 et moi le premier je rentre déjà tard alors si en plus je sors trop après ça va être un peu
385 difficile à la maison. J'essaie d'être un peu là pour ma famille aussi.

386 **Er** : Et qu'est-ce que vous faites en famille ?

387 **Gilles** : Plein de choses, on va se promener ... c'est des temps où on fait pas forcément des
388 choses on est ensemble quoi, on se voit.

389 **Er** : Vous avez l'impression de manquer de temps ?

- 390 **Gilles** : On manque toujours de temps. Toujours.
- 391 **Er** : Pourquoi ?
- 392 **Gilles** : Parce qu'on en fait de trop. Au travail en personnellement partout. Le week-end on
393 se repose pas. On se dit pas à un certain moment stop. Mais on moi il va falloir que j'aïlle me
394 promener que je bouge que je marche. Me poser je sais pas faire. Mais ça va toute la famille
395 est pareille. De temps en temps ça arrive qu'on se pose un peu mais ... Donc c'est pour ça
396 que je dis qu'on n'a jamais le temps. C'est pas un manque de temps en fait parce que si on
397 en avait plus on en ferait autre chose. Si on avait plus de temps on en ferait encore plus. On
398 est dans un monde où on veut aller plus vite encore. On devrait parfois s'arrêter, se poser
399 mais la vie fait que ça va vite et qu'on se pose rarement.
- 400 **Er** : Est-ce que ça vous arrive de faire un bilan et de vous demander ce que vous voulez faire
401 pour la suite ?
- 402 **Gilles** : Oula ce que je veux faire ? Plein de choses ! Alors j'ai pas de vision à long terme ni
403 fait de bilan. J'y ai pas réfléchi, ça se fera, ça se fera pas. Le passé est fait et l'avenir on
404 verra.
- 405 **Er** : Vous n'avez pas de regrets ?
- 406 **Gilles** : Non aucun. Ce que j'ai fait je l'ai fait avec joie et si c'était à faire je referai la même
407 chose je ne changerai rien du tout. Après j'aurai préféré que ma mère ma tante ou mon
408 parrain vivent plus longtemps mais c'est fait c'est fait quoi. Ça fait partie de ma construction
409 aussi, si j'avais pas été assez jeune confronté à ma mère malade peut-être que j'aurais pas
410 eu la même philosophie.
- 411 **Er** : Vous avez l'impression de suivre les mêmes pratiques de santé que vos parents ?
- 412 **Gilles** : Pratiquement sauf pour le côté sport. Souvent on dit qu'on est le reflet de ses
413 parents et de mon cote c'est une grande partie où je reflète ce que faisaient mes parents
414 oui. Et puis mon fils il est comme ça aussi.
- 415 **Er** : Est-ce que vous avez l'impression de pouvoir discuter de tout avec vos parents ?
- 416 **Gilles** : Oh oui sans aucun souci. Y a avait pas de blocage ni de tabou.
- 417 **Er** : Du coup comment vous vous voyez dans 20 ans par rapport à aujourd'hui ?
- 418 **Gilles** : Oulala ma ptite dame ! C'est dur comme question ! Je sais pas, en pleine forme, peut-
419 être en retraite, je préférerais !
- 420 **Er** : Et alors qu'est-ce que vous prévoyez pour la retraite ? Parce que vous aurez plus de
421 temps, vous aurez 8h de plus par jour !
- 422 **Gilles** : Alors non ça c'est faux ! Tous les gens en retraite que je côtoie ils n'ont jamais le
423 temps. Et pourtant ils sont en retraite mais quand on les écoute ils n'ont pas le temps. Parce
424 que leur temps a changé. Ils sont régulier : on va chercher le pain à telle heure, faire ça à
425 telle heure et si on est hors cheminement ça va pas donc forcément c'est « j'ai pas le
426 temps ». Pour voir les personnes, comme mon père, l'engrenage de leur vie quotidienne est
427 fait sur un temps qui n'est pas le même que le nôtre et donc si on les dérange ça va pas.
- 428 **Er** : Et est-ce que votre temps est aussi différent de celui de ceux qui sont plus jeunes que
429 vous ?

430 **Gilles** : Je sais pas je dirais qu'il y a les deux. Ça dépend des gens. J'ai pas remarqué de
431 différence fondamentale. Tout le monde n'a pas le même mode de vie.

432 **Er** : Est-ce que vous trouvez qu'il y a des choses qui font paraître vieux ?

433 **Gilles** : Des choses qui font paraître vieux ... Généralement on va dire le visage, l'apparence,
434 la prestance. Il y a des gens à 80 ans ils se tiennent droits sans aucun souci, ils ont de l'allure.
435 Mais oui on va dire que des gens âgés ils ont des cheveux blancs des choses comme ça.

436 **Er** : Donc c'est surtout physique ?

437 **Gilles** : Oui principalement. Même si des fois il y a des jeunes vieux, qui physiquement n'ont
438 pas l'air vieux mais mentalement ce sont des faux vieux !

439 **Er** : Est-ce qu'il y a une phrase typique qui vous fait penser « ah lui il est vieux » ?

440 **Gilles** : « t'as pas connu » « de notre temps c'était pas comme ça » des choses comme ça.
441 Mais qu'on reproduit hein ! C'est une phrase type. Quelque part on vit avec son époque
442 aussi et forcément ceux qui sont plus jeunes n'ont pas connu les mêmes choses. Quand je
443 prends l'exemple des tablettes je dis à mon fils « de mon époque il n'y avait pas ça » et
444 pourtant je suis pas vieux.

445 **Er** : Et le fait de dire ça, ça vous fait vous sentir vieux ?

446 **Gilles** : Non pas me sentir vieux. Parce que c'est généralement souvent sous le ton de
447 l'humour, c'est pas ... C'est pas un « oula je deviens vieux faut que je me mette à la page ».
448 Peut-être des fois on me le dit mais pas moi.

449 **Er** : Et pour vous c'est quoi devenir vieux ?

450 **Gilles** : C'est en fonction du niveau où on se trouve par rapport à quelqu'un d'autre mais
451 c'est sur le moment, c'est à l'instant t. C'est pas d'un seul coup je deviens vieux. C'est
452 l'instant présent qui fait qu'on se sent vieux. C'est sûr que si je vois quelqu'un aller plus vite
453 que moi je vais me dire que je me fais vieux. Après c'est aussi une comparaison physique.

454 **Er** : Et en termes d'âge c'est quoi ?

455 **Gilles** : On va se rapporter souvent au système du 3^{ème} âge, quand on dit que les gens sont
456 vieux c'est qu'ils ont 70 ou 80 ans. Pour moi c'est ça être vieux.

457 **Er** : Donc c'est après la retraite.

458 **Gilles** : Oh bah bien après la retraite même. Si on remonte à 50 ans plus tôt c'était avant
459 qu'ils étaient vieux mais c'est parce que le travail était pas le même physiquement parlant,
460 des gens qui sont dehors toute la journée vont être plus marqué. Et puis il y a des types de
461 peau qui marquent moins. Certaines personnes de couleur c'est difficile de leur donner un
462 âge. Peut-être que c'est parce que je vieilli mais quand j'étais jeune des gens qui avaient 50-
463 60 ans ça se voyait et maintenant quand on voit certains acteurs et qu'on nous dit qu'ils vont
464 avoir 66-70 ans on n'y croit pas, on leur donne 50 ans quoi !

465 **Er** : Est-ce que c'est pas parce qu'on a développé la chirurgie plastique ?

466 **Gilles** : Ça ou on a un mode de vie différent et pas les mêmes contraintes.

467 **Er** : On vit mieux ?

468 **Gilles** : Quand on peu oui. Et puis pas forcément du plastique mais on a maintenant des
469 produits de beauté qui n'existaient pas dans le temps. Maintenant que ça soit homme ou

470 femme il existe des produits d'entretien pour la peau. Et les gens font peut-être plus
471 attention qu'à une certaine époque parce que quand la journée de travail était finie on
472 sortait peut-être pas faire du sport.

473 **Er** : Et pourquoi on s'entretient plus maintenant selon vous ?

474 **Gilles** : Bah peut-être qu'on a un peu plus de temps qu'avant. Et puis c'est un mode de vie.

475 **Er** : Est-ce que c'est parce qu'on dit qu'il faut faire du sport que les gens font plus de sport ?

476 **Gilles** : Peut-être, j'en suis pas tout à fait sûr. En tout cas c'est pas ma philosophie à moi.
477 mais je pense que c'est une question de génération aussi. Et puis je pense que dans le temps
478 il n'y avait pas non plus toute cette facilité : les salles de sport et les magasins de sport
479 n'existaient pas. Après moi j'ai pas l'impression d'une imposition parce que je fais du sport
480 depuis tout petit. Je suis pas arrivé à 40 ans où j'ai vu une émission et je me suis dit « faut
481 que je me mette à courir »

482 **Er** : Et est-ce que justement le sport c'est pas pour bien vieillir ?

483 **Gilles** : Je sais pas si le sport ça fait bien vieillir. Moi je le fais parce que ça me procure
484 quelque chose mais est-ce qu'en faisant du sport on vieillit mieux, je ne sais pas. Moi je le fais
485 pas pour l'entretien c'est parce que j'en ai besoin. J'ai des collègues qui n'ont jamais fait de
486 sport et ils se portent très bien. On nous fait croire que ça va nous faire vieillir bien mais je
487 sais pas si c'est la réalité.

488 **Er** : Vous avez pas confiance ?

489 **Gilles** : Je sais pas ça dépend des gens. Y a des gens qui font du sport et manque de pot, ils
490 décèdent. J'ai vu des gens courir et finir dans une ambulance donc là on se demande si faire
491 du sport c'est bien. Pour moi le sport c'est l'énergie qu'on y met dedans, pour certains c'est
492 une hygiène de vie mais pour moi c'est, il me le faut. C'est dans mes chromosomes quoi. J'ai
493 besoin de ça.

494 **Er** : Justement vous le parlez de l'humain, de la spécificité des gens. Est-ce que selon vous il y
495 a une globalisation des choses qu'on doit faire sans en tenir compte ?

496 **Gilles** : Je pense qu'on est dans un système où c'est « tout le monde pareil » et pas
497 forcément au cas par cas mais tant que ça m'atteint pas j'y ai pas réfléchi plus que ça.

498 **Er** : En tant que sportif vous avez pas des attentes particulières de la part de votre médecin ?

499 **Gilles** : Non j'ai pas d'attentes particulières selon que je sois sportif ou pas. Je ferais pas de
500 sport c'est pas pour ça que j'irais voir plus ou que j'irais voir moins mon médecin.

501 **Er** : Malgré le fait que vous avez un suivi par an pour les check-up ?

502 **Gilles** : Bah j'en n'aurais pas j'en n'aurais pas ! Donc j'en ai un bah j'en ai un. On s'aperçoit
503 que la médecine du travail avant c'était tous les 2 ans maintenant c'est tous les ans, je
504 trouve que c'est un peu dommageable. Ça permettait à des gens qui se sentaient pas malade
505 de voir s'ils avaient des problèmes.

506 **Er** : C'était un peu de la prévention ?

507 **Gilles** : Oui il y a des gens qui se disent en pleine forme mais est-ce qu'ils le sont réellement ?

508 **Er** : Est-ce que ça vous semble important la prévention ?

509 **Gilles** : Bien sûr au moins de temps en temps oui. Après c'est une manière de vivre, moi je ne
510 fume pas je ne bois pas donc je suis moins à risque mais faire un bilan un peu de tout c'est
511 pas mal. Parce que derrière on n'est jamais à l'abri de quelque chose même si on se sent
512 bien. C'est toujours une petite sonnette d'alarme qui peut sonner trop tard.

513 **Er** : Tiens en parlant de bilan est-ce que vous avez remarqué une baisse de l'audition ou de la
514 vue ?

515 **Gilles** : Baisse de la vue oui, à force d'être sur un PC oui ma vue est descendue. Bon je
516 m'estime heureux parce que le médecin m'avait dit que j'aurais des lunettes à 30 ans et j'en
517 ai eu à 47 ans donc. Alors baisse de l'audition je pense avoir perdu un petit peu après aussi le
518 travail faisant j'étais dans un métier où le bruit était relativement assez fort à des moments
519 donc il est possible qu'il y ait de ça. Bon ça va j'arrive encore à répondre à ce qu'on me
520 demande donc ça va ! Bon les yeux c'est sûr que maintenant je peux plus lire de près. Là
521 c'est fini, fini, fini, il me faut des lunettes.

522 **Er** : Ça vous paraît courant la presbytie ?

523 **Gilles** : Alors je sais pas si c'est la vieillesse ou l'environnement qui fait ça. Parce qu'on est de
524 plus en plus sur de l'écran et nos yeux ont des fois du mal à s'acclimater.

525 **Er** : Donc pour vous c'est pas associé au vieillissement ?

526 **Gilles** : Je pense pas.

527 **Er** : Alors euh dernière petite question.

528 **Gilles** : Pas de soucis.

529 **Er** : Pour vous en 3 mots, synthèse, qu'est-ce que la santé à 50 ans ?

530 **Gilles** : Oula ! Oui. Qu'est-ce que la santé à 50 ans ... Bonne question ! En 3 mots c'est dur !
531 C'est être en forme, bah être en forme ça fait trois mots hein !

532 **Er** : Non mais c'est de la triche ça ! [*Rires*]

533 **Gilles** : Etre en forme, vieillir en bonne harmonie, que ça soit pas brutal. Je serais plutôt dans
534 ce cas-là : l'âge venant on a plus de mal à marcher, des choses comme ça mais que ça soit
535 progressif et non pas brutal. Donc plutôt ça et puis sinon se connaître, s'écouter.

536 **Er** : Uniquement physiquement ?

537 **Gilles** : Ah non que ça soit mental, moral, physique, c'est de s'apercevoir des changements
538 quoi. On voit plus on entend plus on perd la mémoire ...

539 **Er** : Et dans ce cas le soutien de la famille est important ?

540 **Gilles** : Ah je pense oui. Je pense que c'est relativement très physique pour l'entourage aussi
541 en fonction du niveau de la maladie.

542 **Er** : Est-ce que entre vous 3 vous faites des rappels du genre « ah t'as pas fait ça » ?

543 **Gilles** : Non mais c'est plus « il faudrait que tu ailles voir le médecin parce que ça fait un
544 moment que tu n'es pas bien ». Comme « t'as plus de difficultés à marcher il faudrait peut-
545 être que tu ailles voir ce que tu as ».

546 **Er** : C'est eux qui font prendre conscience ?

547 **Gilles** : Peut-être. C'est plus parce que j'ai mal et que je le dis pas et que ça se voit.

- 548 **Er** : Vous n'aimez pas être malade ?
- 549 **Gilles** : Ah je déteste être malade ! Des gens qui disent qu'ils aiment ça j'en connais pas trop.
- 550 Je déteste vraiment ça !
- 551 **Er** : Parce que vous pouvez plus faire ce dont vous avez envie ?
- 552 **Gilles** : Bah oui il y a du sable dans l'engrenage et ça va pas.
- 553 **Er** : D'accord ! Bah écoutez merci beaucoup c'était très enrichissant.
- 554 **Gilles** : Bah de rien c'était avec joie !

Entretien n°1/10 - Manu	
<i>« Je n'ai pas basculée dans «J'ai 50 ans, à partir de maintenant, je m'attends au pire». Absolument pas. Mais absolument pas. Et je te dis, ce qui m'aide dans la vie, c'est qu'à chaque fois que j'ai un renoncement à quelque chose, finalement ça rentre dans ma vie. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, Conseillère pédagogique pour les enseignants et maitres de conférences dans l'enseignement supérieur – cadre de la fonction publique, 50 ans, Bac+5 en histoire de l'art, mariée (en instance de divorce), 4 enfants.
Date de l'entretien	31 octobre 2016
Lieu de l'entretien	Domicile de l'enquêtée
Ville	Saint-Nazaire-les-Eymes
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	120 minutes
Conditions de l'entretien	Entretien réalisé dans la cuisine de l'enquêtée. Enquêtée seule à son domicile. Pas de contrainte de temps. Très bon
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien non directif
Résumé de l'entretien	Pour Manu, le passage à la cinquantaine n'apparaît pas comme un moment de rupture, marquant le début d'une phase de dégradation progressive et inéluctable (de l'état de santé) jusqu'à la fin de la vie. Cette « étape » est certes vécue comme une « perte légère », mais elle s'inscrit finalement dans une continuité heureuse, tournée vers l'avenir et le champ des possibles. Loin de notre enquêtée l'idée de vieillesse ou de régression. Pas d'inquiétude ni de fatalisme quant à l'état de santé. Le passage à la cinquantaine est en fait l'occasion d'un retour réflexif sur soi, passant par le corps, et visant à construire une nouvelle forme d'harmonie avec soi-même.
Enquêteur	Matthieu Pace

- 1 **ER** : Alors bonjour Manu (Rire)... alors je ... l'entretien va être enregistré, entièrement
2 retranscrit, es-tu d'accord pour que l'entretien soit enregistré ?
- 3 **Manu** : Je suis d'accord.
- 4 **ER** : Et entièrement retranscrit ?
- 5 **Manu** : D'accord.
- 6 **ER** : Je t'enverrai la retranscription par la suite pour que tu puisses vérifier que voilà, c'est
7 bien conforme à ton intention, à ce que tu voulais dire etc.
- 8 **Manu** : (Signe d'acquiescement).
- 9 **ER** : Et tu pourras faire des modifications si tu le souhaites.
- 10 **Manu** : D'accord.
- 11 **ER** : Du coup je fais un mémoire sur les 45-65 ans et notamment leur rapport à la santé. Et là
12 il va s'agir d'un entretien exploratoire, c'est-à-dire que je suis au début de mon mémoire et
13 je n'ai donc pas de questionnaire avec des thèmes etc. Parce que je veux laisser l'enquêter
14 justement, me suggérer ses propres thèmes ...
- 15 **Manu** : (Signe d'acquiescement).
- 16 **ER** : Afin de pouvoir avoir des pistes de recherche à approfondir par la suite. Le but c'est de
17 ne pas imposer ses thèmes.
- 18 **Manu** : D'accord.
- 19 **ER** : Et du coup, en fait j'ai une question.
- 20 **Manu** : (Signe d'acquiescement).
- 21 **ER** : Ça serait de savoir ce que le passage à la cinquantaine - à peu près parce que c'est entre
22 45 et 65 ans la population que j'étudie – mais ce que le passage à la cinquantaine a changé
23 pour toi du point de vue de la santé et du point de vue de ton rapport à la santé.
- 24 **Manu** : D'accord. Donc moi je peux dire ... Mais déjà j'ai jamais eu un rapport à la santé
25 avec ... enfin j'ai jamais euh ... utilisé beaucoup les médicaments allopathiques traditionnels,
26 c'est-à-dire que me rend compte que c'est ... mmh ... que ce sont des médicaments dont je
27 me suis toujours plus ou moins méfiée, et c'est vrai qu'en arrivant à la cinquantaine c'est
28 encore plus fort. C'est-à-dire que je cherche aujourd'hui, et ça c'est vraiment flagrant chez
29 moi, à explorer au maximum la médecine naturelle, différents types de médecine naturelle
30 plutôt que de me ... plutôt que d'aller chez un médecin et prendre des antibiotiques ou des
31 choses comme ça, des médicaments allopathiques traditionnels, chimiques. Tout ça pour
32 plusieurs raisons. D'abord, parce que je pense qu'avec les ... j'ai toujours eu une certaine
33 sensibilité au fait qu'on pouvait très bien se soigner très naturellement avec des tisanes,
34 avec... avec RIEN. Parce que la majorité des petites maladies, elles passent spontanément
35 toutes seules et puis aussi parce qu'avec tous les scandales sanitaires qui ont éclaté ces
36 dernières années, que ce soit le sang contaminé, que ce soit les hormones de croissance,
37 que ce soit le médiateur, les prothèses de sein en silicone de mauvaise qualité etc. etc.
38 J'avoue que globalement le monde pharmaceutique, en tous cas les grands laboratoires
39 pharmaceutiques manquent cruellement d'éthique. Ensuite, je suis particulièrement
40 sensible au fait qu'on fait payer horriblement cher certains médicaments et pour des
41 maladies graves, alors que ce n'est pas justifié, que le rapport... enfin que l'accès aux

42 médicaments des peuples les plus défavorisés est franchement catastrophique puisque
43 encore aujourd'hui en Afrique, on meurt de la... enfin on est victime de la polio alors que
44 nous elle est éradiquée depuis je sais plus combien d'années. Donc il me semble que
45 privilégier au maximum la médecine naturelle, sachant que ne nombreuses recherches
46 peuvent étayer l'efficacité de certaines molécules de plantes, d'animaux, de minéraux etc.
47 etc. bah dans la mesure du possible je me soigne comme ça.

48 **ER** : D'accord. Et en fait pourquoi tu dis que ça s'est accentué ...

49 **Manu** : Avec les années ?

50 **ER** : Ouais, à la cinquantaine. Enfin à partir de quand du coup ?

51 **Manu** : Ça s'est accentué parce que je pense que vraiment ma prise de conscience est à la
52 hauteur de la prise de conscience du monde entier, en tous les cas d'un certain monde ...
53 d'un certain type de population dont je fais partie, c'est-à-dire des gens qui ont un certain
54 niveau intellectuel ou qui ont fait des études supérieures, ont vraiment aujourd'hui
55 conscience de ce que l'on a fait de notre planète et je pense que, aussi bien en termes
56 d'alimentation qu'en termes d'environnement et de santé, on est en train de prendre
57 conscience des excès absolus dans lesquels on est tombé. On se rend compte aujourd'hui –
58 et ça c'est vraiment quelque chose qui me choque beaucoup – que les petites filles ont leurs
59 règles à 8 ou 9 ans parce qu'on les a... parce qu'elles ont bouffé de l'hormone depuis qu'elles
60 sont toutes petites, en mangeant des poulets aux hormones, et que, du coup, ben le poulet il
61 a de l'hormone en lui, il la transmet à la petite fille, elles se met à avoir ses règles, des seins,
62 des poils à 8 ou 9 ans, alors que ma génération c'était jamais avant... enfin beaucoup de filles
63 avaient leurs règles entre 13 et 14 ans et on se retrouve aujourd'hui avec des tas de petites
64 filles qui ont leurs règles à 8/9 ans... Qu'il y avait une très forte baisse de la fertilité chez les
65 hommes et chez les femmes, notamment chez les hommes. Que, je sais pas, qu'il y avait une
66 explosion des cancers. Et je pense que quand on arrive à mon âge où on a une acuité par
67 rapport à ça parce qu'on sait qu'on est, qu'on a BASCULE dans un âge où tout est possible,
68 où tout est envisageable par rapport à ce type de maladies. Bah voilà alors soit on s'en fout,
69 on n'en n'est pas conscient, soit on est comme moi et on se dit « bah tiens peut-être que ça
70 peut passer par le soin de soi autrement ».

71 **ER** : D'accord.

72 **Manu** : Donc le soin de soi par la méditation, par la nature, par les plantes, par euh...par
73 RIEN. Parce que moi je fais RIEN. Donc euh... je ne prends de médicaments ou très très peu
74 ou le moins possible et vraiment c'est vraiment quand j'ai très très très très très mal et
75 que j'arrive pas à m'en sortir que je vais prendre quelque chose.

76 **ER** : D'accord.

77 **Manu** : Voilà. Et quand t'arrives à un certain âge tu ... t'es plus souvent euh ... victime de
78 douleurs ...on va dire de douleurs de façon générale, et on commence à te parler d'arthrose,
79 à te parler de choses comme ça et voilà... je pense que t'as une plus grande sensibilité par la
80 force des choses.

81 **ER** : D'accord. Donc en fait il y a déjà aussi l'effet du contexte, donc une prise de
82 conscience...

83 **Manu** : Oui.

84 **ER** : Qui s'est faite à ce moment-là, mais c'est aussi lié à ton âge parce que tu as conscience
85 aussi que tu es peut-être dans une population qui est plus à risque par rapport à certaines
86 maladies.

87 **Manu** : Oui.

88 **ER** : Mais aussi parce que toi, dans ton expérience personnelle, il y a des choses aussi qui
89 changent. Tu as plus de douleurs etc.

90 **Manu** : Un petit peu ! Alors c'est vrai que... un petit peu et que tu vois bien que l'on peut
91 avoir une insouciance absolue à un certain âge par rapport aux maladies – pas tout le
92 monde, parce que tout le monde n'a pas le même rapport à la maladie. Moi j'avais une
93 insouciance absolue par rapport à la maladie. Je ne me préoccupais pas du tout, à un certain
94 âge ... Tout comme tu peux avoir euh... c'est finalement assez proche du rapport qu'on peut
95 avoir au danger ou aux addictions. Si tu veux, on se fout é-per-du-ment des conséquences
96 que peuvent avoir la prise de cigarette, la prise de drogue, la prise d'alcool, la prise de risque
97 quand on a 18-20 ans, parce que l'adrénaline... parce que toute l'euphorie que ça t'apporte
98 est bien plus puissante et puis parce que, par définition à cet âge-là on est immortel.
99 L'immortalité c'est vraiment liée à la jeunesse et à l'adolescence. Et puis après il y a, bah
100 voilà, la réalité de la vie hein.

101 **ER** : Ce qui signifie que, à cinquante ans, on changerait petit à petit de rapport au temps, de
102 rapport à la vie.

103 **Manu** : Oui.

104 **ER** : Et parce qu'on sait que l'on est une population plus à risque entre guillemets, en
105 référence à des données extérieures, ou parce qu'on ressent son corps de manière
106 différente ?

107 **Manu** : Alors on ressent son corps de manière différente parce qu'il y a le vieillissement du
108 corps et aussi parce qu'on a des enfants qui on l'âge... A cinquante ans, on a des enfants qui
109 on l'ÂGE de l'immortalité et que d'un seul coup elle nous explose au visage. C'est-à-dire que,
110 par l'intermédiaire de ses propres enfants, on revit son propre sentiment d'immortalité de
111 cet âge-là.

112 **ER** : D'accord.

113 **Manu** : Donc d'un seul coup on réalise à quel point c'est fallacieux, à quel point c'est une
114 illusion. Et c'est parce qu'on voit ses enfants vivre ça... euh, tout ce... parce qu'ils sont
115 justement à un âge par lequel on est passé et qu'on a oublié dans cette dimension-là, et on
116 revoit à travers eux ce rapport au corps justement, notamment par l'intermédiaire des prises
117 de risque, des addictions, des soirées alcoolisées, du rapport à la drogue –je parle de fumer
118 le « chichon » bien sûr. Euh la cigarette, la vitesse, le ski qui va très vite, le saut à l'élastique,
119 l'envie de faire du parapente, toute cette espèce de besoin qu'on a à cet âge-là, de vivre des
120 sensations fortes sans jamais mesurer les conséquences de ça, et puis après ben, on les vit
121 moins fort et puis on commence à les mesurer. Et c'est quand on a l'âge d'être parent de
122 générations de cet âge-là qu'on le revit peut-être une deuxième fois aussi. C'est peut-être un
123 paramètre important.

124 **ER** : Ouais. Donc c'est aussi parce que voilà, tu te dis ... tu vois tes enfants bah qui vivent la
125 période que toi tu as vécu dans ta jeunesse ...

126 **Manu** : Que t'as oubliée.

127 **ER** : Que t'as oubliée.

128 **Manu** : Bah, c'est pas que tu l'as oubliée, c'est simplement que ... Déjà on a très rapidement
 129 tendance à oublier qui on était, ce qu'on faisait et ce qu'on pensait, même si on a
 130 l'impression d'avoir gardé beaucoup de choses, et puis on a tendance à beaucoup reprocher
 131 à nos enfants des choses que nos parents nous ont eux-mêmes reprochées. Parfois il suffit
 132 de s'arrêter un tout petit peu, de se mettre sur la rive hein, juste là sur la rive et d'être
 133 légèrement honnête avec soi-même en disant : mais finalement j'étais précisément du
 134 même feu, du même bois, j'en avais moi aussi rien à foutre de l'article sur la cancer du
 135 poumon alors que je fumais 25 clopes par jour, je m'en foutais comme de l'an 40... Après
 136 tout, être grisée par la vitesse, être grisée par l'alcool, être grisée par tout ce qui fait le sel de
 137 ta vie à ce moment-là, de toucher du doigt certaines limites, certains dangers, de se brûler
 138 légèrement les ailes hein, de faire son Icare finalement, tout simplement... c'est juste
 139 indispensable à la vie. C'est juste indispensable, c'est le sel de la vie et c'est... c'est
 140 indispensable. Et du coup, je pense que quand tu as 50 ans et que tu regardes tes enfants
 141 qui vivent cette situation-là, et que tu les regardes avec un tout petit peu d'honnêteté plutôt
 142 que d'être que celle qui les empêche de, ou qui met des barrières, des balises etc. tu peux
 143 aussi te dire avec de l'honnêteté justement en te mettant sur la rive : finalement j'étais
 144 pareil. Je le suis plus bien évidemment mais sinon je n'aurais pas eu d'enfants, sinon je
 145 n'aurais pas mené la vie que j'ai menée, sinon je serais toujours en train de parcourir le
 146 monde n'importe comment, sans aucune attache, sans rien.

147 **ER** : Du coup, là on a l'impression que tu nous parles du fait que tu te rends compte que toi
 148 t'as changé de rapport au monde, t'as changé ta vision du monde.

149 **Manu** : Oui.

150 **ER** : Ta vision des choses, mais est-ce que c'est aussi lié au fait que par exemple tu vois
 151 cette immortalité qui te surgit à la figure ...

152 **Manu** : Ce sentiment d'immortalité.

153 **ER** : Oui ce sentiment que t'as vécu, est-ce que tu le vis aussi par contraste, en disant : « bah
 154 je pourrais plus faire ça », ou tu te dis « bah voilà c'est juste que j'ai changé » ?

155 **Manu** : C'est juste que j'ai changé. J'ai changé parce que ce qui est assez chouette dans la vie
 156 c'est que finalement, quand tu perds ces sentiments-là, ou quand tu passes à autre chose, tu
 157 ne t'en rends pas compte. C'est simplement parce que tu te retournes. C'est pas au moment
 158 où tu les vis, au moment où tu le vis tu ne l'as pas en conscience, tu n'as pas en conscience :
 159 « tiens je suis en train de perdre ce sentiment d'immortalité » « tiens je suis en train de me
 160 dire que peut-être c'est dangereux pour moi de faire ça, d'avoir tel ou tel comportement par
 161 rapport à ma santé », tu ne te le dis pas. Mais un jour, un jour tu tournes ta tête derrière toi
 162 et tu te regardes et te dis : « tiens, j'ai changé. ». Mais, si tu cherches à savoir depuis
 163 combien de temps j'ai changé et comment ça s'est fait, bah tu te rends compte que c'est
 164 quelque chose qui est venu tout en douceur et s'est fait. Et pourquoi ça s'est fait ? Et bien
 165 parce que ça s'est fait. Tu cherches pas forcément à l'analyser, c'est comme ça.

166 **ER** : D'accord.

167 **Manu** : Et puis, le vieillissement du corps aussi est quelque chose qui te... qui te bouscule. Le
 168 vieillissement du corps c'est quelque chose auquel tu ne penses absolument pas, jusqu'au
 169 moment où tu y penses. C'est pareil, sauf que c'est ... tout d'un coup, tu te mets à penser au
 170 vieillissement du corps ... par plein d'indices, plein de faisceaux, c'est multifactoriel, il y a

171 plein de choses qui t’y font penser, il y a euh ... il y a la façon dont on te regarde, la façon
 172 dont tu te regardes toi, la façon dont tu sens ton corps, dont tu le sens encore capable de,
 173 ou plus capable de. C’est certaines parties de ton corps que tu aimais beaucoup et puis que
 174 tu aimes moins ... voilà. Et le vieillissement du corps on est très inégaux par rapport à ça et
 175 très souvent c’est en regardant l’autre qu’on se voit soit. C’est-à-dire que quand tu regardes
 176 des gens du même âge que toi et que d’un seul coup tu te dis : « c’est fou, c’est fou, ils ont
 177 cinquante ans et je le vois », que forcément par ricochet, tu te dis : « j’ai cinquante ans et ils
 178 le voient ». Et ... et ça peut être douloureux parfois, ou PAS, selon ce que tu vis dans ta vie à
 179 ce moment-là. Parce que tu peux être quelqu’un qui a une enveloppe corporelle très belle
 180 mais être profondément malheureux, et puis à cinquante ans, être quelqu’un qui a
 181 l’enveloppe corporelle de ses cinquante ans, donc c’est pas qu’elle est moche, c’est que c’est
 182 celle de ses cinquante ans, c’est comme ça que je le dis, et être infiniment heureuse ou
 183 heureux, bah parce que ta vie elle est pleine à ce moment-là ... elle est pleine, elle est riche,
 184 elle est emplie d’amour et elle est, je ne sais pas, elle est intellectuellement gratifiante,
 185 professionnellement, alors que bah à trente ans euh ... non.

186 **ER** : Tu penses que par exemple, le fait d’avoir ... enfin il y a l’état de santé et le fait par
 187 exemple de percevoir son état de santé, tu penses qu’il va différer d’une personne à l’autre,
 188 aussi en fonction de facteurs qui sont extérieurs comme, voilà le fait que la vie de la
 189 personne soit riche, qu’elle ait une vie familiale qui soit riche. Au niveau donc pas seulement
 190 de l’aspect corporel, parce que l’apparence c’est une chose, mais l’expérience du
 191 vieillissement du corps, pas seulement comme image ou comme reflet qu’on renvoie aux
 192 autres, mais l’expérience du vieillissement justement dans sa dimension fonctionnelle c’est...

193 **Manu** : Bah je veux dire on le vit très différemment les uns et les autres parce qu’il y en a qui
 194 ne vont le voir que comme une perte de quelque chose alors que d’autres vont le voir comme
 195 un enrichissement au niveau sensoriel. Par exemple quand tu fais l’expérience, pour la
 196 première fois de ta vie, justement du sensoriel soit parce que tu fais du sport, soit parce que
 197 tu fais de la méditation, soit parce que tu fais quelque chose qui... je sais pas, par exemple ça
 198 peut passer par le théâtre ou par quelque chose où ton corps devient vivant pour la
 199 première fois, alors que tu l’avais CONSCIENCIEUSEMENT oublié, soit pour des raisons
 200 religieuses, soit pour des raisons multiples et variées, professionnelles, dans ton couple t’as
 201 pas été reconnu ou je ne sais quoi, tu peux très bien d’un seul coup avoir un immense plaisir
 202 sensoriel et finalement de mettre complètement de côté les petites douleurs, les petits
 203 machins, les petits trucs que tu peux avoir, parce que par ailleurs tu vis une expérience
 204 sensorielle. Le corps c’est vraiment un mélange entre la tête et les sens, et si d’un seul coup
 205 tu te mets à faire une grande découverte, je sais pas, tu te mets à faire de la natation et d’un
 206 seul coup tu te rends compte que ton corps il glisse dans l’eau avec bonheur, avec plaisir,
 207 que la sensation de l’eau qui coule sur ton corps te procure du bonheur, et puis alors après
 208 ça peut être : je fais du théâtre et je ressens ma voix à l’intérieur de moi-même et rien rien
 209 rien (ton théâtral), et puis alors d’autres ça va être je fais de la méditation et pour le
 210 première fois de ma vie, je ressens que d’être là, présent, dans l’instant présent ça me fait
 211 du bien, bah ces gens-là vont se dire : « Mon Dieu comme c’est bien d’avoir cinquante ans !
 212 Parce que EN-FIN, je suis autre chose qu’une MACHINE ! ». Parce qu’après tout un corps
 213 c’est une machine qui transporte un cerveau, « je suis un tout », voilà.

214 **ER** : Et du coup, toi vis comment par rapport à ça ? Tu te positionnes comment ? Est-ce que
 215 tu vis le vieillissement de ton corps... enfin déjà comment tu en as pris exactement

216 conscience ? Et est-ce que tu vis le vieillissement de ton corps, entre guillemets, pour
217 reprendre tes termes, comme une perte ou alors c'est autre chose ?

218 **Manu** : Alors moi je le vis comme une perte, très légère. C'est-à-dire que, bien évidemment,
219 le corps qui vieillit est esthétiquement, d'après nos canons esthétiques, moins élégant,
220 moins jolie, moins tout ce que tu veux, mais pas tant que ça ! Pas tant que ça parce que, moi,
221 personnellement, je n'ai pas la sensation de tant vieillir que ça, physiquement. Je n'ai pas
222 l'impression d'être particulièrement ridée ou d'être... d'avoir un corps qui a subitement
223 beaucoup vieilli, qui s'est affaissé, qui a beaucoup grossi ou qui a beaucoup « quelque
224 chose ». C'est assez assez ... assez peu physiquement, je ressens assez peu ces choses-là et
225 en plus, cela n'est pas du tout ce que l'on me renvoie.

226 **ER** : Après ça c'est sur une dimension, voilà du corps esthétique ...

227 **Manu** : Non non mais même. Même. Pas seulement au niveau esthétique, c'est pas du tout
228 ce qu'on me renvoie. Par exemple, moi j'ai pas du tout l'impression d'être moins tonique,
229 d'être moins vive, d'être moins ... Je parle au niveau vraiment ... je n'ai pas l'impression que
230 j'ai renoncé à grand-chose.

231 **ER** : D'accord.

232 **Manu** : Par rapport à tout ça, j'aime énormément danser et faire la fête. Eh bien samedi
233 dernier j'étais invitée à une fête et j'ai dansé jusqu'à huit heures moins quart du matin. Et
234 sans problèmes.

235 **ER** : (Rire).

236 **Manu** : Voilà, j'étais naze le lendemain mais j'étais naze à vingt ans. Je veux dire quand t'as
237 dansé toute la nuit, puis que t'as bu toute la nuit, que t'as fait la fête toute la nuit, que t'aies
238 vingt ans ou que t'en aies voilà, t'es naze le lendemain ! Donc moi j'étais carbonisée le
239 dimanche mais j'étais carbonisée le dimanche, et puis voilà c'est tout je m'en fous si tu veux,
240 j'ai pas moins... je me suis jamais dit « Oh bah non là je suis vieille, je vais me coucher plus
241 tôt » ou alors « Oh bah non... », je me rends compte que j'ai pas renoncé à grand-chose quoi.
242 Mon corps ne me bloque pas. Il y a des choses que je n'ai plus envie de faire, mais c'est
243 TOUT à fait différent.

244 **ER** : C'est-à-dire ?

245 **Manu** : C'est-à-dire que par exemple, il y a des choses où je n'ai pas envie de mettre mon
246 corps dans certains types de mouvements parce que je n'ai pas envie de me faire mal, mais
247 je n'en ai pas envie !

248 **ER** : D'accord.

249 **Manu** : Donc c'est pas du tout : « oh merde, je renonce à ça parce que je ne peux plus le
250 faire, mais c'est que je n'en ai PLUS envie ! »

251 **ER** : D'accord.

252 **Manu** : Donc du coup, c'est pas quelque chose qui me pèse. Ensuite, je n'ai pas de maladie.
253 J'ai pas de maladie grave, j'ai pas de cancer, j'ai pas de, j'ai pas de maladie. Donc je sais que
254 j'ai au-dessus de la tête un diabète éventuel et futur, voilà, je l'ai en tête.

255 **ER** : Ça c'est parce que c'est...

256 **Manu** : C'est familial oui, c'est héréditaire. Donc euh... oui, je sais que j'ai ça qui va arriver à
257 un moment ou à un autre mais je m'en fous. Enfin, c'est pas que je m'en fous, c'est que bon
258 voilà, je vis les choses... Pour l'instant je ne le suis pas... J'ai toujours eu une hygiène de vie
259 correcte. C'est-à-dire que j'aime manger, j'aime boire, j'aime m'amuser, j'aime profiter de
260 mon corps mais j'ai jamais ressenti le besoin d'aller dans les excès plus que ça. C'est-à-dire
261 que l'excès, ça reste dans le domaine du festif, du social, du partage. Donc par exemple, j'ai
262 pas eu de période d'alcool, où je m'alcoolise toute seule. Mes périodes d'alcool, mes soirées
263 alcoolisées, c'est vraiment lié à la fête, au plaisir, à la convivialité, au groupe. Donc là je vais
264 pouvoir me laisser aller etc. mais c'est vraiment quelque chose qui est fondamentalement
265 liée à ça. Et, je ne me suis jamais mise en danger au niveau corporel.

266 **ER** : D'accord.

267 **Manu** : Jamais.

268 **ER** : Du coup tu te dis pas, voilà, aujourd'hui il y a certaines choses que je peux plus faire, je
269 paye les excès de ma jeunesse...

270 **Manu** : Voilà par exemple on fait trop de sport, trop d'alcool, trop de cigarette, trop de ci,
271 trop de ça, je suis pas là-dedans. J'ai jamais été là-dedans, d'abord parce que je n'en ai
272 jamais ressenti le besoin physiquement et ensuite parce que je pense que je suis capable de
273 prendre infiniment du plaisir sans artifices. Donc je n'ai pas besoin d'être HYPER excitée
274 corporellement avec un stupéfiant, une grosse prise de risque, beaucoup d'adrénaline, parce
275 que l'adrénaline, elle est déjà forte chez moi.

276 **ER** : Ouais (Rire)

277 **Manu** : (Rire). Donc j'ai pas besoin de ça. J'ai pas besoin d'aller tester mon corps dans
278 certaines limites.

279 **ER** : Donc t'as pas vraiment l'impression d'avoir une baisse d'énergie particulière, de limites
280 qui te...

281 **Manu** : J'ai des limites bien sûr ! c'est certain !

282 **ER** : Mais tu les acceptes. Tu ne les vois pas comme des limites.

283 **Manu** : Non. J'ai plus envie de faire certaines choses et ça correspond bien à ce qui pourrait
284 éventuellement être plus quelque chose qui me blesse ou m'épuise ou autre.

285 **ER** : Ouais.

286 **Manu** : J'ai l'impression d'être en harmonie entre mes envies et ce que mon corps peut
287 faire. Voilà.

288 **ER** : Oui et puis après voilà, tu dis que t'as eu une bonne hygiène de vie, que t'as pas un
289 passif avec des problèmes de santé...

290 **Manu** : Non.

291 **ER** : Donc c'est peut être aussi ce qui diffère de...

292 **Manu** : Et j'ai un rapport à la maladie assez simple.

293 **ER** : C'est-à-dire.

294 **Manu** : C'est-à-dire qu'en fait, c'est pas quelque chose qui m'inquiète.

295 **ER** : Oui ?

296 **Manu** : Et quand je suis face à ma maladie ou à la maladie des autres, je la prends par-dessus
297 la jambe, je ne m'en occupe pas, je la laisse me traverser. Elle est là, elle me traverse, elle
298 me gave, elle me fait mal, elle me fait tousser, elle me fait de la fièvre, elle m'encombre le
299 nez, elle me donne envie de vomir, elle me fait mal à la jambe, elle est là et je la laisse
300 passer. Elle est là, elle est là, elle est là, je ne cherche pas à savoir...je ne lui attribue pas
301 forcément... Je ne cherche pas forcément, parfois si mais pas tout le temps, en tout cas pas
302 de façon forcée, à me dire : « ah bah si je suis malade c'est parce que... », je cherche pas à lui
303 donner forcément des explications. Il y en a sûrement mais je m'en cogne.

304 **ER** : Elle a pas d'impact existentiel en fait.

305 **Manu** : Pas du tout. Non. Et pareil sur mes enfants. Ils sont malades, ils sont malades. Ils ne
306 prennent rien, ils ne prennent rien. Ils veulent prendre quelque chose, ils prennent quelque
307 chose. Je m'en fous. De toute façon, je sais que n'importe quel être humain doit passer par
308 un certain nombre de rhumes, de gripes, d'angines, de soucis, de mal de bras
309 incompréhensible et j'attends toujours que ça aille loin avant d'entrer dans l'inquiétude ou
310 avant d'entrer dans l'investigation ou dans l'examen physique ou dans la radio ou dans le
311 machin. Parce qu'il me semble que, finalement, quand la maladie est là, elle prend son
312 temps. Et que chercher à raccourcir le temps de cette maladie est pas forcément efficace.
313 Elle est là à un moment, elle n'est plus là à un moment, et mon rôle là-dedans, il est minime.
314 Donc autant rien faire.

315 **ER** : (Rire). Mais toi t'as pas eu l'impression d'être plus malade qu'avant ?

316 **Manu** : Non.

317 **ER** : Et puis après tu parles de maladies qui sont finalement passagères

318 **Manu** : Oui ! Des petites crises...

319 **ER** : Mais t'as pas de maladies chroniques, des choses comme ça ?

320 **Manu** : Non.

321 **ER** : Voilà, t'as pas l'impression d'avoir des douleurs qui s'installent ou...

322 **Manu** : J'ai toujours eu mal au dos. Très très mal au dos. J'ai toujours eu des blocages. Je sais
323 exactement comment ils arrivent. Je sais exactement qu'ils arrivent toujours sans crier gare,
324 à des moments où je ne m'y attends pas. Je sais qu'ils restent plus ou moins longtemps. Ils
325 me font chier, ils me font mal, c'est comme ça.

326 **ER** : Mais en fait, là ce que je suis en train de me dire, c'est que t'as pas vécu le passage à la
327 cinquantaine, ce qui est souvent d'ailleurs dans les médias décrit comme un moment de
328 rupture, mais toi j'ai pas l'impression que du point de vue de ta santé, tu l'aies vécu comme
329 un moment de rupture.

330 **Manu** : Mais alors en aucun cas !

331 **ER** : Pas du tout ?

332 **Manu** : En aucun cas !

333 **ER** : Comme une continuité mais pas comme...

334 **Manu** : Ça n'a rien changé.

335 **ER** : Ça n'a rien changé.

336 **Manu** : Non.

337 **ER** : Et par rapport aux autres. Le fait de voir, par exemple, je sais pas, soit des amis qui
338 pourraient être éventuellement atteints de cancers, en tout cas des maladies dont le risque
339 est statistiquement significatif à cette période d'âge, ou alors tes parents avoir des
340 problèmes de santé... enfin il n'y a pas d'effet miroir entre guillemets ? ça te fais pas te poser
341 des questions par rapport à toi ?

342 **Manu** : Des fois euh... de façon très sporadique et très brève, je me dis « non de Dieu ! Mon
343 Dieu, ça peut m'arriver », mais c'est aussi rapide qu'une envie de pisser.

344 **ER** : D'accord. (Rire).

345 **Manu** : C'est-à-dire que c'est le temps d'une pensée. C'est pas le temps d'une... comment
346 dire ? d'une... c'est pas quelque chose qui m'obsède, c'est pas quelque chose qui me fait
347 peur, c'est pas quelque chose à laquelle je pense.

348 **ER** : D'accord.

349 **Manu** : Il me semble. Enfin, ça me pend pas au nez. Voilà. Effectivement j'ai plus de risque
350 que toi d'avoir un cancer parce que j'ai bouffé plus de merdes et inhalé plus de pétrochimie
351 et que j'ai vécu dans un environnement plus longtemps que toi pollué. Oui très bien. Mais
352 alors après ? A quoi ça va me servir d'être inquiète pour quelque chose qui ne va peut-être
353 pas arriver, donc aucun intérêt d'être inquiète, et s'il arrive, il est toujours pas là, donc
354 pourquoi je me pourrirai la vie avant qu'il soit là ? Je me la pourrirai suffisamment si ça
355 m'arrive. Donc avant, je n'y pense jamais.

356 **ER** : D'accord.

357 **Manu** : JAMAIS !

358 **ER** : Finalement tu vis toujours dans cette forme d'immortalité ?

359 **Manu** : Non.

360 **ER** : Non ?

361 **Manu** : J'ai pas...

362 **ER** : Parce que tu n'y penses pas en fait.

363 **Manu** : Je pense que ce n'est pas utile. D'abord c'est complètement naturel, je ne me force
364 pas à ne pas y penser et ensuite quand j'y pense, je me dis : « A quoi bon penser à quelque
365 chose qui n'est pas là ? ». Pourquoi je me pourrirai la vie à penser à quelque chose qui n'a
366 pas eu lieu ? Qu'est-ce que ça va m'apporter ? Bah du souci, de l'angoisse, de l'inquiétude et
367 puis après ? Et puis après quoi ? On en fait quoi de tout ça ?

368 **ER** : C'est plus que t'as peut-être changée dans ta manière de voir les choses par rapport à ta
369 jeunesse en te disant : « bah maintenant, je vais vivre plus le temps présent quoi », c'est
370 peut être un changement de rapport...

371 **Manu** : Voilà, alors je te dis, le rapport à son corps et le rapport à sa santé, le rapport à la vie,
372 il change absolument tout au long de la vie. Il y a toute une période où l'on est dans
373 l'exaltation de la jeunesse physique, avec un grand besoin de sensations, je pense sexuelles,
374 sensorielles, c'est ce qui explique le besoin de beaucoup danser, beaucoup être en groupe,
375 beaucoup expérimenter l'autre etc.

376 **ER** : Dans le dépassement de soi.

377 **Manu** : Voilà. Une espèce d'exploration de son corps très puissante. Ensuite, eh bien ça
 378 transite par le corps de nos enfants, c'est-à-dire que la naissance de nos enfants fait qu'on se
 379 décentre de son propre corps. On est extrêmement centré sur son corps au moment de la
 380 grossesse si on est une femme, pas du tout si on est un homme ou très peu. Et ensuite on va
 381 s'intéresser au corps de son enfant et plus du tout au sien. Donc, il y a toute une très très
 382 longue période où on est comme anesthésié au niveau corporel. Et très souvent d'ailleurs, la
 383 sexualité dans le couple se raréfie au moment de la naissance des enfants, parce que la
 384 satisfaction physique d'une femme s'accomplit beaucoup dans l'immense plaisir qu'elle
 385 ressent à s'occuper de ses enfants et dans l'amour absolument nouveau qu'elle ressent,
 386 parce que ça n'a rien à voir avec l'amour qu'elle pourrait éprouver pour ses parents et rien à
 387 voir avec l'amour qu'elle pourrait éprouver pour un homme ou pour une femme. Donc, c'est
 388 une nouvelle forme d'amour, où tout est nouveau et tout est à explorer. Ensuite l'enfant est
 389 puissant, infiniment tyrannique, et développe tout un tas de stratégies pour faire en sorte
 390 que sa mère et son père ne soient que pour lui. Alors surtout sa mère en générale. D'ailleurs
 391 beaucoup moins le père pour mille raisons hein, que j'explique, enfin qu'on s'explique très
 392 différemment probablement d'une société à l'autre. Et du coup je trouve que là, à ce
 393 moment-là, ses propres sensations corporelles en tant qu'être humain, elles sont mises de
 394 côté pour s'occuper de celle d'un autre, de celle de son, de ses enfants.

395 **ER** : En fait dans cette période-là tu te préoccupes moins de ton corps et de ta santé, puisque
 396 tout va passer par ton enfant.

397 **Manu** : Mais oui, parce qu'en plus les jeunes enfants sont extrêmement demandeurs de
 398 soins. Que ce soient les soins affectifs, les soins de tous les jours, les soins physiques
 399 énormément énormément, pendant très très longtemps. Ils sont très souvent malades, ils
 400 ont besoin continuellement qu'on s'occupe d'eux, qu'on les soigne... le nursing ! toute la
 401 partie nursing : soins du corps, soins affectifs, le rapport physique avec la mère il est très
 402 fort, et du coup la mère bah elle est très comblée. Ou pas d'ailleurs. Mais globalement la
 403 mère est très très comblée. Et, elle a moins besoin du rapport au corps de l'autre, de son
 404 partenaire sexuel et elle est moins intéressée, elle est beaucoup moins autocentrée, elle
 405 passe de son corps à elle au corps de son enfant, qui est devenu bien plus important que
 406 tout. C'est-à-dire, on a absolument besoin, on est extrêmement angoissé, une mère est très
 407 très angoissé si son enfant mange mal, si son enfant dort mal, si son enfant vit mal, comme
 408 si son propre bien-être passait par le bien-être de son enfant et au moindre problème, ça
 409 rejaillit, c'est-à-dire que ... Regardes, quand tu vois un enfant qui a un cancer à quel point tu
 410 te mets à la place des parents et tu te dis c'est totalement insoutenable, alors que ça va pas
 411 faire la même chose si c'est quelqu'un d'autre de la famille, même très proche hein,
 412 directement quoi. Un être humain n'a pas le même rapport à la maladie quand il s'agit de la
 413 maladie de son enfant, surtout si c'est gravissime, morbide, enfin potentiellement morbide,
 414 il n'a pas le même rapport que si c'est son frère, sa sœur, sa mère, son conjoint et c'est pas
 415 la même cruauté quoi.

416 **ER** : Après c'est vrai que c'est peut-être aussi quelque chose de très féminin.

417 **Manu** : Peut-être ouais. Malgré tout, des gens qui perdent des enfants, des gens qui ont des
 418 enfants qui ont des maladies gravissimes, quand tu les entends parler, tu te rends compte à
 419 quel point c'est insoutenable. C'est juste insoutenable, comme si c'était plus que leur propre
 420 corps à eux. Souvent ils te disent « J'aurais préféré mourir MOI, que de voir mourir mon

421 enfant. Pourquoi dans cet accident de voiture je ne suis pas morte et mon enfant est pas
422 resté vivant ? Pourquoi il est mort ? Je ne peux plus vivre sans lui et voilà. »

423 **ER** : Enfin il y a un vrai transfert, je sais pas si c'est le mot. On s'oublie dans le corps de son
424 enfant.

425 **Manu** : Ouais. Ouais, il y a toute cette période-là et puis l'enfant grandi.

426 **ER** : Voilà.

427 **Manu** : Et l'enfant fait ça (détournement de la tête, bras tendu devant, mime le fait de
428 repousser quelque chose). Il a besoin de faire ça pour faire ça propre vie, il a besoin de
429 pousser cet amour envahissant de sa mère et de son père, il a besoin de faire ça (à nouveau
430 le geste) pour regarder en dehors du nid. Et il a besoin de cette prise de risque et de tester à
431 nouveau toute cette dimension corporelle, toute cette enveloppe corporelle, il a besoin de la
432 pousser loin, de la pousser loin dans les limites de la sexualité, de la prise de risque, de
433 l'addiction, de la sensation, de la musique à fond, de tout ça. Quitte à se mettre terriblement
434 en danger. Donc en danger sportif, en danger de santé, en danger de manque de sommeil,
435 en danger de manque d'alimentation, en danger de tout. Donc là t'es dans une espèce
436 d'expérimentation, et puis tout le temps de vérifier le regard de l'autre par rapport à ça,
437 mais avant tout de ta mère et de ton père, de comment est-ce qu'ils réagissent par rapport à
438 toi, de comment tu t'occupes de ton corps et à quel point ça les angoisse de voir leur propre
439 enfant faire ci faire ça. Et toi en tant que mère, de voir ça chez ton propre enfant, t'as deux
440 réactions possibles : c'est soit tu es dans « c'est insupportable etc. » et tu oublies
441 complètement que tu es passé par là, soit ça fait rejaillir le fait que toi aussi t'es passée par
442 cette étape-là. C'est un éternel cycle.

443 **ER** : Et du coup, là on parlait de toute cette phase où la mère s'oublie, mais après c'est vrai
444 que les enfants grandissent, voilà qu'ils deviennent des entités autonomes et qu'ils partent
445 finalement de la maison.

446 **Manu** : Oui et ils deviennent miroirs. Ils deviennent miroir pour le corps de leur mère et de
447 leur père. Puisque d'un seul coup, justement, là tu n'es plus dans l'oubli de ton propre corps
448 parce que tu t'occupes du corps de ton enfant, tu es dans le RE-GARD de ton enfant qui fait
449 rejaillir sur toi ce que tu n'es plus. Ce que tu as été, ce que tu as voulu être etc. etc. Et après
450 on n'a pas tous la même façon de réagir mais moi, ma façon de réagir, c'est vraiment de me
451 dire... de m'être dit à ce moment-là... d'avoir essayé d'avoir ce pas de côté et de me dire :
452 « voilà je suis passée par là. ».

453 **ER** : Et là aujourd'hui, t'as encore des enfants à la maison, mais il y en a qui commencent à
454 partir etc.

455 **Manu** : Oui.

456 **ER** : Et est-ce que du coup toi ça... parce que c'est vrai qu'il y a toute une période où tu dis
457 que ta propre perception de toi-même, ton rapport à la santé, ton rapport au corps, il était
458 énormément médié par les enfants. Mais le fait que les enfants commencent peut-être à
459 partir, à être de moins en moins à la maison, est-ce que ça change...

460 **Manu** : Qu'est-ce que ça a changé par rapport à mon corps ?

461 **ER** : A ton corps, à ta santé...

462 **Manu** : A ma santé ? Alors, je pense que j'ai bien expliqué par rapport à voilà. Mais moi j'ai
463 vraiment senti très fortement le fait que je me sentais bien aujourd'hui dans ma vie, dans
464 ma santé, dans mon corps, par rapport à ce que je perçois dans le regard de l'autre aussi, par
465 rapport à moi-même, parce que je... D'abord, je n'ai cessé d'évoluer dans mon rapport à
466 mon corps depuis que je suis enfant, je suis jamais la même, je ne me regarde jamais de la
467 même façon et aujourd'hui, je le regarde plutôt avec bienveillance et avec bien-être.

468 **ER** : Pour toi en fait la santé je suis en train de me dire, c'est quand même très lié à... sachant
469 que tu n'as pas de maladies...

470 **Manu** : J'ai rien.

471 **ER** : De limitations spécifiques ... c'est quand même très lié au bien-être pour toi la santé.

472 **Manu** : Oui. J'ai eu un gros rhume la semaine dernière voilà, j'ai eu un gros rhume. Tu vas
473 avoir une personne qui t'appelles et qui te dis « voilà j'espère que t'es allée chez le médecin
474 et qu'ils t'as donné des antibiotiques ? » « Non, ça ne m'est même pas venu à l'esprit. ».
475 Quelqu'un d'autre qui va te dire « Mais comment ? t'as pas pris d'antibio ? », « Bah non ça
476 ne m'est même pas venu à l'esprit ». Moi je vais plutôt me dire « J'attends » et si vraiment je
477 sens que c'est pas bien bah je vais aller chez l'herboriste et il va me donner une tisane de ci,
478 une tisane de ça, avec du miel, un petit peu de citron et puis c'est terminé quoi. Ça ne
479 m'inquiète pas.

480 **ER** : Et alors qu'est-ce que c'est pour toi être en bonne santé à ton âge ?

481 **Manu** : Alors pour moi être en bonne santé à mon âge, c'est être capable de continuer à
482 faire les activités sportives et de nature qui me plaisent, c'est continuer à pouvoir danser
483 toute la nuit avec bonheur. Voilà, c'est être comme je suis aujourd'hui. J'ai des choses qui
484 ont baissé chez moi, par exemple la vue. J'avais une excellente vue et je me suis mise à
485 devenir hypermétrope, c'est-à-dire à plus voir de près, et j'ai eu toute une phase de colère
486 en me disant : « Et merde ! Et zut ! Et machin, j'ai jamais mis de lunettes de ma vie, pourquoi
487 j'en aurais ? », et jusqu'au jour, un jour je me suis réveillée en me disant : « bah finalement
488 je m'en fous c'est comme ça. ».

489 **ER** : C'était quand cette période de colère ?

490 **Manu** : Bah juste au début, quand ça a commencé, il y a quatre ans, il y a trois/quatre ans.
491 D'un seul coup, je lisais beaucoup le Télérama et d'un seul coup, le Télérama c'était écrit
492 tout petit etc., je me suis mise à me dire : « c'est pas très agréable à lire », j'ai commencé à
493 mettre de la lumière et j'ai eu une période d'énervement, de colère, de refus, en me disant :
494 « oh non, et merde et merde ». Et maintenant, je m'en fous mais à un point ! C'est comme
495 ça. Je me rends compte que ce qu'il y a de bien fait dans la vie, c'est ça, c'est que les choses
496 qui se dégradent chez moi, au début ça me fout en rogne, parce que ça se dégrade, jusqu'au
497 jour où je me rends compte que je m'en fous.

498 **ER** : Mais ça passe quand même toujours par une phase où ça te mets en rogne ?

499 **Manu** : Bah toujours non parce que j'ai pas grand-chose.

500 **ER** : Pourquoi la vue ça t'a mis en rogne ?

501 **Manu** : Bah parce que c'est chiant de te dire que du jour au lendemain tu vas porter des
502 lunettes, tout comme c'est chiant pour un myope à l'âge de dix-huit ans.

503 **ER** : Mais est-ce que tu t'es pas dit : « Merde je suis en train de vieillir quoi » ?

504 **Manu** : Si mais si justement ! C'est un des signes ! c'est un des signes donc euh... mais c'était
505 plutôt par rapport à la gêne que ça m'occasionnait qu'autre chose.

506 **ER** : Que par rapport à une question existentielle.

507 **Manu** : Bah disons que si ça m'a bien sûr traversé et que comme tout le monde... mais
508 maintenant j'en rigole, mais je me demande encore comment j'ai pu être furieuse de ça !
509 Parce qu'une fois que c'est fait, c'est fait ! Tu te dis « bah oui mais on est tous pareil ».
510 Finalement, ce que je trouve très très chouette dans la vie c'est que, les gens qui
511 m'accompagnent dans ma vie traversent les mêmes choses que moi, donc voilà, donc c'est
512 dans la normalité. Et finalement, quand je danse toute la nuit avec des gens de mon âge qui
513 danse toute la nuit, je me sens pas ridicule. J'ai pas du tout besoin par exemple,
514 contrairement à certains êtres humains, d'être avec des gens beaucoup plus âgés que moi
515 ou beaucoup beaucoup beaucoup plus jeunes que moi pour faire une espèce de décalage,
516 parce que les gens plus âgés vont me renvoyer ma jeunesse et les gens beaucoup plus jeunes
517 vont me rappeler ma jeunesse. J'en n'ai pas besoin de ça. Je me rends compte que je suis
518 bien avec les gens de mon âge parce qu'on a traversé les mêmes choses sans se connaître ou
519 en se connaissant, parce qu'on a vécu des situations et qu'on peut se les évoquer, parce
520 qu'on a des choses qui nous arrivent dans nos vies et qui se ressemblent, parce qu'on a
521 franchi un certain type d'étapes et qu'on peut se l'évoquer ensemble.

522 **ER** : Donc le fait que tu te sentes en bonne santé, ça dépend aussi du fait que tu sois avec
523 des personnes qui se sentent aussi en bonne santé.

524 **Manu** : D'une certaine façon. Oui. Ou alors, des personnes avec qui on peut évoquer ça. Tu
525 vois, avec qui on peut évoquer... Par exemple aux cinquante ans de cette copine dont je te
526 parlais là, la soirée que j'ai passée, j'étais qu'avec des gens de mon âge, donc cinquante ans,
527 avec qui j'ai passé toute mon adolescence. Donc on a fait un diaporama de photos, on a fait
528 des jeux, on a fait des sketches, on a passé ces photos où on a 18/20 ans, et c'est très drôle de
529 se revoir très très jeune comme ça. Et à la fois c'est beau de se voir toujours aujourd'hui
530 ensemble. A la fois tu pourrais te dire « bah il y a une certaine forme de nostalgie », mais
531 finalement non. Je me suis rendue compte que très peu, parce que j'étais plus empli du fait
532 que bah je suis toujours avec ces gens-là, ces gens-là sont toujours mes amis et ce qu'on a
533 vécu ensemble, bah l'a vécu, c'est inoubliable, quand on en parle et qu'on l'évoque c'est un
534 vrai bonheur et ce qu'on vit aujourd'hui et ce qu'on traverse aujourd'hui, c'est toujours aussi
535 bien, donc ça vaut le coup d'être vécu, et finalement, la santé, c'est un paramètre de la vie.
536 C'est tout. Alors je te dis ça parce que je suis en bonne santé. je pense que quelqu'un qui est
537 très malade, je pense que le discours que je te tiens, si j'avais a un cancer, peut-être que je
538 te le tiendrais pas. Mais je sais pas j'ai pas de cancer. Donc je m'en fous.

539 **ER** : Ouais. Mais est-ce que tu te poses pas la question parfois justement. Est-ce que tu te dis
540 pas « Ouais pour l'instant je vis bien, je fais tout ça, c'est super cool » mais, je sais pas, tu
541 reçois des courriers par la poste tous les jours te rappelant qu'il faut que tu fasses des tests
542 etc.

543 **Manu** : Ah oui ça j'en reçois tous le temps hein ! Oh bah là, « Vous avez la cinquantaine,
544 pour le dépistage de cancer du sein... »

545 **ER** : Et comment tu le prends ça ?

546 **Manu** : Oh bah je le mets à la poubelle. Je ne le fais pas.

547 **ER** : Tu ne fais pas tout ce qui est dépistage.

- 548 **Manu** : Je ne fais rien. Je ne fais rien. Je m'en fous.
- 549 **ER** : Et qu'est-ce que t'en penses ?
- 550 **Manu** : Bah c'est très très bien pour tout le monde ! Tant mieux ! Ah je me dis « Mais mon
551 Dieu, qu'est-ce qu'on vit dans un pays chouette, on se soucie de notre santé tatati tatata ».
552 Oui non c'est très bien. Mais je...
- 553 **ER** : Tu te dis pas : « Mais comment est-ce qu'ils nous considèrent ? Comment est-ce qu'ils
554 nous représentent ? »
- 555 **Manu** : Non.
- 556 **ER** : Non ?
- 557 **Manu** : Non, je m'en fous. Je me dis « Tant mieux » parce que tu vas avoir quelqu'un qui va
558 te dire « grâce à ce dépistage, j'ai dépisté très tôt un cancer de machin que j'aurais jamais
559 dépisté si j'avais pas fait ça ».
- 560 **ER** : Tu te dis pas donc justement, bah si je me fais dépister, ça va me permettre de pas
561 développer ce cancer parce que...
- 562 **Manu** : Ah non mais je ne me dis rien. Je le mets soigneusement sur la pile de choses à faire,
563 et puis après il y a de la sédimentation qui se passe, donc il y a des papiers qui viennent au-
564 dessus. Et puis un jour je décide de trier les papiers et je retombe sur ce papier, alors je le
565 remets au-dessus de la pile et il revient au-dessus de la pile jusqu'à qu'une sédimentation
566 supérieure revienne. Jusqu'au jour où je me dis « Oui mais ça, le dépistage du cancer du
567 sein, le dépistage du cancer du côlon, la prise de sang à faire, le truc pour le diabète, le
568 machin... Non maintenant c'est trop tard, c'était il y a deux ans. Et là ça rejoint la poubelle. ».
- 569 **ER** : Mais c'est un refus, un oubli, une peur ?
- 570 **Manu** : C'est un oubli. C'est pas du tout une peur.
- 571 **ER** : C'est-à-dire que quand tu vois le papier, tu te dis pas...
- 572 **Manu** : Je me dis : « Oh bah oui il faudrait que je le fasse ». Mais c'est une pensée qui dure le
573 temps que je te la prononce et qui se dépêche de s'en aller parce que voilà.
- 574 **ER** : Tu te dis pas : « Tout ce que je fais aujourd'hui, toute ma vie aujourd'hui, voilà si j'avais
575 un cancer, tout ça ça pourrait... »
- 576 **Manu** : Non je ne me le dis pas.
- 577 **ER** : Bon.
- 578 **Manu** : Et pourquoi je me le dirais ?
- 579 **ER** : Je ne sais pas. Certaines personnes peuvent se le dire. Moi je pense à d'autres
580 personnes qui ont cinquante ans qui n'ont pas le même rapport que toi. Ma mère par
581 exemple.
- 582 **Manu** : Ah mais non mais voilà. Moi si tu veux, je veux dire, j'entends hein que tout le
583 monde a un rapport très particulier à son corps, à sa santé etc., mais je ne me sens pas
584 concernée. Je suis malade etc. et quand je suis pas bien je le vis. Bon, voilà, je l'affronte
585 comme je l'affronte, plus ou moins bien selon la gravité. Quand j'ai horriblement mal au dos,
586 bah j'ai des bouffées d'angoisse en me disant : « j'espère que ce n'est pas un cancer nin nin

587 nin », c'est une bouffée d'angoisse le temps de le prononcer. Voilà. Et puis si trois jours
588 après je vais mieux, terminé.

589 **ER** : Et des angoisses t'en as...

590 **Manu** : J'en ai très peu. Je sais pas un jour j'ai mal là, je me dis : « putain de merde, c'est
591 peut-être un cancer », mais je veux dire, la phrase suivante c'est déjà oublié. Je l'ai dit mais
592 je sais même pas pourquoi je l'ai dit.

593 **ER** : D'accord ouais.

594 **Manu** : Je ne suis pas du tout quelqu'un qui est anxieux par rapport à la maladie.

595 **ER** : Mais le fait que t'ai jamais fait toi-même l'expérience de la maladie...

596 **Manu** : Si je l'ai expérimenté hein !

597 **ER** : Ah oui ?

598 **Manu** : Bah oui, j'ai eu une très grave opération, enfin très lourde, pas grave, opération au
599 ventre parce que j'ai eu une éviscération. J'ai eu terriblement mal pendant deux mois. Voilà
600 c'est un épisode de ma vie, voilà. J'ai un risque de diabète, donc c'est une épée de Damoclès
601 au-dessus de ma tête. Bon j'y pense vraiment très très peu. J'ai des douleurs chroniques
602 dans le dos avec hernie discale et je suis très régulièrement complètement anéantie avec
603 des tonnes de médocs et compagnie. Bah oui, voilà. Mais ça fait partie de mon corps, c'est-à-
604 dire que mon corps à cette fragilité-là, toi ça va être l'exéma, toi ça va être, je sais pas, des
605 gastrites aiguës, d'autres ça va être de l'asthme, d'autres ça va être des migraines
606 abominables, moi c'est le dos. Il a été décidé quelque part, dans mon corps que la douleur
607 s'inscrirait dans mon dos de façon chronique.

608 **ER** : Mais tu lies ça à ta propre personne et pas forcément à l'âge et au vieillissement en fait.

609 **Manu** : Non. Non. Non. C'est quelque chose qui m'a suivi toute ma vie.

610 **ER** : En soi le passage à la cinquantaine et la maladie, ça n'a pas forcément de lien ni de sens
611 pour toi ?

612 **Manu** : Non. Non.

613 **ER** : D'accord.

614 **Manu** : Je n'ai pas basculée dans « J'ai 50 ans, à partir de maintenant, je m'attends au pire ».
615 Absolument pas. Mais absolument pas. Et je te dis, ce qui m'aide dans la vie, c'est que à
616 chaque fois que j'ai un renoncement de quelque chose, finalement ça rentre dans ma vie.

617 **ER** : Dans l'ordre des choses.

618 **Manu** : Ça rentre dans ma vie comme ça et j'y suis assez peu sensible.

619 **ER** : Ok. Mais enfin je sais pas, avec la perte de la fonction reproductive et l'arrivée de la
620 ménopause, on peut penser, c'est une hypothèse, que certaines femmes vont mal le vivre,
621 parce que c'est vu comme une perte.

622 **Manu** : Non mais, pour l'instant je ne l'ai pas vécu, donc je ne sais pas comment je le vivrai.

623 **ER** : Ouais.

624 **Manu** : Mais peut-être que je le vivrai très mal. Mais ça ne sert à RIEN que je me le dise,
625 puisque de toute façon ça ne changera PAS ! Tant que je ne l'ai pas vécu, je ne sais pas

626 comment je le vivrai et que je le vive bien ou que je le vive mal, à quoi ça SERT que je me
627 DEMANDE comment je vais le vivre ?

628 **ER** : Donc toi pour l'instant tu ne l'as pas vécu cette rupture, parce que voilà, il y a certaines
629 femmes qui peuvent la vivre à ce moment-là. Ça peut remettre tout en question A PARTIR de
630 ce moment-là.

631 **Manu** : Bon, il y a aussi une chose, c'est que je pense que le fait d'avoir eu quatre enfants et
632 donc d'avoir d'une certaine façon, été au bout de mon envie d'enfants, puisque j'ai été au
633 bout de mon envie d'enfants et que j'ai expérimenté à l'âge de 33 ans le fait que je n'avais
634 plus DU TOUT envie d'enfants... si tu veux j'avais fait le tour... il me semble que j'avais
635 vraiment été au bout de mon désir de grossesse, de mon désir de nouveau-né, de mon désir
636 de petit enfant, de mon désir de grande famille et que UN de plus, c'était juste
637 inenvisageable. Et du coup, je pense que, par rapport à certaines femmes qui ont eu un seul
638 enfant, deux enfants, pas d'enfant et qui n'ont pas été au bout de leur désir d'enfant, moi
639 j'ai en tête, dans ma tête, qu'il n'y a pas de raison que je le vive mal, parce que je ne vais
640 renoncer à rien, j'ai eu ce que j'avais envie d'avoir. C'est-à-dire que je voulais cette grande
641 famille, j'ai été au bout de cette expérimentation-là, donc du coup, la ménopause c'est :
642 c'est terminé. Par rapport à certaines femmes, elles sentent que leur féminité, elles ont
643 perdu la fonction reproductive donc elles perdent une partie d'elles-mêmes, c'est la fin de
644 quelque chose. Mais moi c'est la fin de rien, parce que moi c'était fini bien avant de... c'est-à-
645 dire que pour moi à 33 ans j'ai eu Valentine, et de l'âge de 33 ans à aujourd'hui 50, pas une
646 fois ça m'a effleuré que j'avais envie d'un autre enfant. C'est quelque chose qui est
647 inenvisageable pour moi.

648 **ER** : Donc toi tu es arrivée dans un aboutissement. On ne sait pas comment tu vas réagir à
649 cette période-là mais...

650 **Manu** : Bah non.

651 **ER** : Voilà, pour l'instant tu te dis « je vois pas le problème, je suis allée au bout de ce que je
652 voulais faire ».

653 **Manu** : Pour l'instant je me dis ça. Parce qu'au moins ça me porte positivement. De toute
654 façon tout ce qui peut me porter positivement, je le prends. Tout ce qui peut me plomber, je
655 me demande à quoi ça sert d'y penser.

656 **ER** : Mais après tu as peut-être vécu dans un univers positif, le fait que tu aies peut-être fait
657 le métier que tu voulais...

658 **Manu** : Peut-être.

659 **ER** : Que tu aies, je sais pas, eu un environnement social, familial...

660 **Manu** : Amical, très puissant, très fort, très porteur.

661 **ER** : Mmh

662 **Manu** : Très porteur. Je m'appuie beaucoup sur le bonheur des hommes et des femmes qui
663 m'entourent et qui me... Enfin, je suis un être de troupeau et social, qui mesure
664 continuellement la valeur de la relation humaine. Et j'en profite beaucoup. Et j'en reçois
665 beaucoup, ouais.

666 **ER** : D'accord.

667 **Manu** : Voilà, c'est quelque chose qui me porte. Je ne suis pas solitaire, je ne suis pas seule
668 et je suis très entourée, très aimée. Et j'aime autant que je suis aimée. Donc malgré toutes
669 les difficultés conjugales que j'ai traversées, qui sont encore présentes hein...

670 **ER** : Parce que tu es divorcée actuellement ?

671 **Manu** : Oui, je suis en procédure de divorce.

672 **ER** : D'accord.

673 **Manu** : Donc ça c'est quelque chose qui est immensément douloureux... pour pleins de
674 raisons. Des raisons de valeurs, des raisons de perte, des raisons de conséquences, de
675 culpabilité, de tout ce que tu peux imaginer.

676 **ER** : Sans être indiscret, c'est toi qui a fait la démarche ?

677 **Manu** : Oui, c'est moi qui ai décidé de mettre un terme à cette relation de 25 ans.

678 **ER** : D'accord.

679 **Manu** : J'ai mis très longtemps à prendre cette décision parce que j'avais tout un tas de
680 choses qui m'en empêchaient, une grosse culpabilité et un sens des valeurs de la famille et
681 du couple qui était très très puissant. Donc du coup, tout ça m'a fait mûrement réfléchir et
682 une fois que j'ai pris ma décision, je l'ai prise. Et j'ai eu la sensation à la fois de grimper
683 l'Everest et de chuter en parachute. C'est-à-dire, à la fois je me suis lancée dans le vide et à
684 la fois j'ai gravi quelque chose qui était dans ma tête totalement impossible à gravir. Malgré
685 tout je l'ai très bien traversé et je le traverse il me semble grâce aux indispensables hommes
686 et femmes de ma vie.

687 **ER** : D'accord. Et, sans oublier le thème, je te vois là très positive par rapport à ta santé, un
688 peu à l'encontre de tout ce qu'on pourrait penser, de tout ce qui est dit sur les gens qui ont
689 50 ans et plus. Mais est-ce que t'étais la même avant ta séparation et maintenant ?

690 **Manu** : Alors, il me semble que je l'étais déjà beaucoup mais que je le suis encore plus. Parce
691 que justement la séparation, c'est comme si tu basculais dans quelque chose... dans une
692 nouvelle exploration. Une nouvelle exploration de ta vie sans le couple que tu as construit
693 pendant 25 ans et du coup ça t'ouvre des perspectives que tu n'avais pas, que tu n'avais
694 plus, et que tu pensais ne plus avoir. C'est-à-dire qu'il y a toute une partie de toi qui s'est
695 très progressivement anesthésiée, cristallisée, rigidifiée dans une relation qui est lentement
696 entrée en agonie et quand cette relation explose, ça fait aussi exploser tout un tas de
697 croyances sur soi, sur tout un tas de choses et notamment par rapport au couple, par
698 rapport à tout un tas de choses et... Tu peux avoir des croyances très fortes mais qui sont des
699 fausses croyances et tout explose. Et du coup, il me semble que d'entrer dans une nouvelle
700 phase de ma vie, parce qu'on ne refait jamais sa vie, jamais... on la continue mais on la
701 continue en prenant des bifurques tout simplement et cette bifurque-là t'ouvre, pfiouuu !
702 d'un seul coup de nouveaux horizons et fait chuter, fait s'effondrer petit à petit tout un tas
703 de constructions mentales complètement fausses sur ce que tu pensais de toi-même, de ta
704 vie physique, de ta vie mentale, de ta vie... enfin vraiment de multiples dimensions. Et ça je
705 trouve ça passionnant.

706 **ER** : Mais du coup, après tu me réponds ou tu me réponds pas, je le comprendrai
707 parfaitement, mais est-ce qu'il y a eu un moment déclencheur par rapport à toi ? De se dire,
708 bon bah voilà, en lien à ton âge, « je suis pas épanouie » ...

709 **Manu** : Oui c'est ça.

710 **ER** : Qu'est-ce qui fait que ça a déclenché ?

711 **Manu** : Bah j'étais arrivée au bout, j'ai vraiment eu la sensation d'arriver au bout contre un
712 mur, que je ne pouvais plus continuer à taper dans ce mur, puisqu'il n'y avait plus d'horizon
713 devant moi et que j'étais dans un état de désespérance trop fort. Et j'ai eu une espèce de
714 pulsion de vie, ou d'un seul coup une révélation intérieure de me dire qu'une seule solution
715 était possible, c'est de passer à autre chose, c'est de basculer dans autre chose, quel que soit
716 le prix à payer. Et en fait le prix à payer n'est pas si lourd.

717 **ER** : Ok ouais. Et tu t'es dit je le fais maintenant ?

718 **Manu** : Oui, ça a vraiment été MAINTENANT, avant 50 ans, juste avant 50 ans.

719 **ER** : Pourquoi avant 50 ans ?

720 **Manu** : Bah juste avant, c'était, ça fait moins de deux ans que je suis séparée.

721 **ER** : Et tu t'es dit, parce que c'est ça aussi que j'essaye de savoir, tu t'es dit, peut-être pas sur
722 le coup ou en tout cas formulé comme ça, se dire je le fais maintenant parce que j'arrive à la
723 moitié de ma vie ?

724 **Manu** : Oui. Oui. Et c'est aussi grâce à mes enfants que je l'ai fait, d'une certaine façon. Alors
725 pourquoi ? Parce que... parce qu'à un moment de ta vie, toute ta vie tu as des étapes qui
726 sont très très très importantes. Ces étapes-là, donc celle où les enfants grandissent et ont
727 envie de voler de leurs propres ailes, c'est une étape qui te recentre sur ton couple, c'est-à-
728 dire qui t'oblige de nouveau à regarder l'étape dans lequel tu as laissé ton couple par
729 rapport à tout ça, dans quel état est ton couple après cet ouragan « enfants ». Parce que
730 c'est un ouragan, c'est un tsunami, c'est quelque chose, pas qui te broie, mais qui t'entraîne
731 de façon excessivement forte comme dans le rouleau de l'océan atlantique, au bord de
732 l'océan. C'est pareil, c'est quelque chose dont tu ne peux pas t'extirper et qui ne te laisse
733 absolument aucun recul. Et finalement les enfants grandissant, ils sont le miroir à plus d'un
734 titre, ils sont aussi le miroir de l'état de ton couple. Puisqu'ils ne sont plus le centre du
735 monde, puisqu'ils n'ont plus besoin d'autant de soins, puisqu'ils sont tournés vers
736 l'extérieure, qu'ils repoussent cette espèce d'amour qui les engluie, l'amour paternel et
737 maternel qui les engluie, ils ont besoin de le repousser pour pouvoir attraper l'amour de
738 quelqu'un d'autre hein, et eux-mêmes se lancer dans la vie, ils te renvoient à toi en tant que
739 mère, « dans quel état... dans quel état est mon couple à moi quoi ? ». Et voilà, et c'est criant
740 ou pas, et moi ça a été criant, c'était un désastre.

741 **ER** : Et cette personne, son rapport à la santé c'était quoi ?

742 **Manu** : Alors, très différent du mien extrêmement différent du mien. Du coup, je pense
743 qu'on était aussi... Enfin son rapport à la santé à lui était un rapport qui me renvoyait au
744 mien et qui me renvoyait à notre immense différence par rapport à la façon dont on
745 considérait notre santé, aussi bien physique que mentale, notre rapport au corps, notre
746 rapport à notre corps dans l'espace, avec l'autre, avec les autres. Et c'est très corporel tout
747 ça, extrêmement corporel, c'est extrêmement de l'ordre du besoin physique... je sais pas, on
748 est des mammifères, on est des êtres sensibles, on est évidemment des cerveaux, voilà tout
749 est complètement lié, et quand d'un seul coup, le corps de l'autre devient le corps d'un
750 étranger, mais puissamment hein, où tu ne comprends plus du tout le corps de l'autre, tu
751 peux plus quoi.

752 **ER** : Le corps et la manière de voir les choses. Tu parlais de santé physique et mentale, c'était
753 quelqu'un qui était malade ?

754 **Manu** : Ouais ouais.

755 **ER** : Physiquement ou mentalement ?

756 **Manu** : Mentalement, physiquement, les deux, puisque c'est quelqu'un qui était vraiment
757 dans ... J'ai assisté, très fortement, au vieillissement de son corps et j'ai pas supporté. Parce
758 qu'il y avait pour moi un laisser-aller énorme et si tu veux, quand tout d'un coup l'autre n'a
759 plus besoin, ne ressent plus le besoin, ne ressent absolument plus le besoin de te plaire ou
760 de te séduire ou de se plaire à lui-même, c'est très cruel, c'est difficile à regarder pour
761 l'autre.

762 **ER** : Mais peut-être que tu te reconnaissais pas ?... Je sais pas, si tu me dis que c'est ton
763 contraire, ça devait être quelqu'un de négatif ?

764 **Manu** : Très. Disons que c'était quelqu'un qui était aussi très fragile psychologiquement
765 hein, qui était bipolaire, en grande difficulté psychique, avec un rapport à la vie très différent
766 du mien, une grande difficulté à marcher seul debout hein, il avait vraiment besoin de se
767 poser sur d'autres piliers, j'en ai fait partie bien sûr des piliers. Du coup pour moi ça devenait
768 plus possible. Mes besoins fondamentaux à moi n'étaient jamais respectés, c'est-à-dire que
769 dans le soutien de l'autre finalement et j'avais l'impression perpétuellement d'étayer avec
770 des bouts de bois qui tenaient pas quelqu'un qui n'avait aucune stabilité et qui était
771 potentiellement destructeur pour moi. Donc c'est devenu vraiment destructeur et...

772 **ER** : Ça n'a pas influé sur ta santé, sur ta santé ?

773 **Manu** : Si. Si si.

774 **ER** : Sur ta santé mentale ?

775 **Manu** : Ah si. Si si complètement. Il était temps de me sauver. Il était temps que je me sauve.

776 **ER** : C'est-à-dire que toi ça te mettait aussi...ça t'a aliéné dans ton rapport à ta santé aussi.

777 **Manu** : Complètement. Complètement, complètement. C'est-à-dire que moi qui suis plutôt
778 toujours très positive, qui voit toujours plutôt la vie en rose que la vie en noir, qui... je suis
779 fondamentalement optimiste, je me suis rendue compte je me mettais à avoir des idées
780 complètement sombres, noires, à avoir peur alors que je suis quelqu'un qui a pas peur...

781 **ER** : Peur de quoi ?

782 **Manu** : Peur de la vie, peur de l'avenir, peur de tout.

783 **ER** : Peur de vieillir ? Peur de l'avenir ?

784 **Manu** : Peur de l'avenir mais pas dans le sens vieillir. Peur de l'avenir, vraiment je me rendais
785 compte que c'était quelqu'un qui petit à petit me contaminait. Je me sentais vraiment dans
786 la contamination négative et c'est complètement certain parce que la seule solution que j'ai
787 trouvé c'est la fuite totale, je me suis sauvée dans les deux sens du terme, c'est-à-dire que
788 j'ai sauvé ma peau et que je me suis sauvée. Je suis partie parce que c'est devenu
789 irrespirable, irrespirable.

790 **ER** : Oui, ça t'as atteint vraiment dans...

791 **Manu** : Oui. Mais parce que c'est quelqu'un qui avait besoin, j'ai eu l'impression qu'il m'avait
792 vidée, qu'il m'avait aspiré toute ma sève, toute mon énergie, toute ma vivacité, tout ça
793 c'était aspiré, aspiré pour que lui il puisse s'en servir et que lui il puisse s'asseoir dessus, mais
794 encore une fois, sans jamais qu'il y ait de retour quoi. Le retour il existait pas. Parce que
795 quelqu'un qui est trop mal c'est quelqu'un qui est ego-centré.

796 **ER** : Donc c'était quelqu'un qui était mal mais il avait pas spécialement de maladie physique,
797 c'était plutôt psychique non ?

798 **Manu** : Psychique.

799 **ER** : Mais est-ce qu'il a évolué avec l'âge ? Ou c'était ...

800 **Manu** : Oui.

801 **ER** : Il était pas comme ça avant ? Au début de la relation je veux dire.

802 **Manu** : Si.

803 **ER** : Il était comme ça aussi au début de la relation ?

804 **Manu** : Oui. Mais ça c'est beaucoup aggravé au fur et à mesure des années. Donc, le
805 vieillissement provoque aussi beaucoup de cristallisation et de durcissement, psychique et
806 physique. Donc tu peux prendre l'image des muscles ils se durcissent, bah dans le sens où ils
807 se rigidifient. Il y a une rigidification psychique et physique qui est forte, une espèce
808 d'assèchement, voilà. Et lui c'était vraiment flagrant et pénible à vivre, très pénible à vivre
809 pour l'autre, très pénible à vivre pour l'autre.

810 **ER** : Et par rapport au vieillissement, il avait ...

811 **Manu** : Alors par rapport au vieillissement, par exemple c'est quelqu'un qui s'est jamais
812 occupé de lui physiquement, c'est-à-dire qu'il avait un problème de soin corporel, un
813 problème dans son apparence extérieure qui était assez forte, des dents très abimées, des
814 cheveux pas coupés gras, un corps grossi, très grossi, des habits pas choisis avec soin, donc
815 très peu de soins corporels, très peu de soins... Donc du coup, il me renvoyait une image de
816 quelqu'un qui... Si tu veux-tu... tu vieillis mais t'as toujours besoin de séduire l'autre. C'est-à-
817 dire, qu'à partir du moment où tu renonce totalement à séduire l'autre, parce que l'autre a
818 signé un contrat, qui est le mariage hein, bah ça va plus, ça va pas, c'est pas possible quoi,
819 c'est juste pas possible, parce que toute sa vie on peut ne plus aimer l'autre. Mais lui c'était
820 devenu une donnée négligeable. Il considérait que ça n'avait pas une espèce d'importance,
821 de toute façon c'était signé, donc c'est comme si c'était, c'est signé c'est signé, c'est à
822 prendre ou à laisser. Et bien c'était à laisser. Parce que pour moi la vie ne s'arrêtait pas.
823 Même si j'ai eu la sensation qu'elle s'arrêtait à un moment donné, comme si je baissais les
824 bras et je pense qu'au moment où je les ai le plus baissés, d'un seul coup il y a eu comme une
825 espèce de jaillissement de la vie au fond de moi qui m'a dit : « ce n'est PAS possible de
826 baisser les bras ! », par convention sociale, par valeur familiale ou autre, il n'est pas question
827 de baisser les bras. Eh bien tant pis. Tant pis si je brise la famille, tant pis si je baisse mon
828 niveau de vie, tant pis si je lui fais de mal, tant pis s'il me fait du chantage au suicide, tant pis,
829 tant pis, tant pis. TOUT est préférable à ça.

830 **ER** : Mais du coup, là t'es en cours de séparation, t'es peut-être dans une euphorie qui fait
831 que tu me tiens ce discours par rapport à ta santé, c'est-à-dire que tu te dis : « bon bah j'ai
832 peut-être des petites limitations du fait que je vieillis, mais c'est pas grave à côté de ça ».

833 **Manu** : Oui, probablement. Probablement, cette dimension-là est très puissante chez moi.
834 Oui. Parce qu'aujourd'hui je revis d'une certaine façon. Si tu veux, c'est comme si à nouveau
835 tout était possible. Tout est envisageable. Tout est envisageable. J'ai pas de limites, j'ai plus
836 peur.

837 **ER** : C'est la Manu de maintenant.

838 **Manu** : Oui.

839 **ER** : Et la Manu d'avant, elle était peut-être exactement pareille.

840 **Manu** : Elle était en train de faire ça (signe de chute avec la main). Pourtant j'étais quelqu'un
841 de positif et de gai, mais je sentais que petit à petit (souffle haletant), je m'essoufflais, je
842 m'essoufflais, non pas physiquement mais psychologiquement, et finalement cette espèce
843 de renaissance psychologique ou de bien-être psychologique que je ressens aujourd'hui,
844 même s'il y a des passages difficiles liés à toutes les douleurs de la séparation, toutes les
845 difficultés financières de la séparation, tout ce côté-là, il est malgré tout, bien moins fort que
846 le soulagement et puis le bien-être. Et puis surtout, encore une fois, le champ des possibles,
847 le champ des possibles aujourd'hui me paraît comme ça (écartement des bras) alors
848 qu'avant il était... je pouvais à peine... pour moi je n'étais même plus dans un corridor, j'étais
849 dans une grotte, j'étais dans un trou, j'étais dans un gouffre, et aujourd'hui le champ des
850 possibles il est là, il est partout autour de moi et tout est envisageable et tout est possible et
851 j'ai pas de limites. Dans ma tête je n'ai pas de limites.

852 **ER** : Et du coup, là tout le discours que tu me tiens, c'est pas que j'ai envie que tu te
853 remettes absolument dans ta peau d'avant, mais par contraste, tu sens qu'il y a beaucoup de
854 choses qui ont changées dans ton rapport à la vie, dans ton rapport au corps, dans ton
855 rapport à la santé ou alors il y a une forme de continuité ?

856 **Manu** : Pas tant de choses que ça. Simplement une conscience aigüe aujourd'hui que nos
857 besoins fondamentaux sont à respecter coûte que coûte. Donc si tu es avec quelqu'un qui ne
858 respecte pas tes besoins fondamentaux, quels qu'ils soient, psychiques, psychologiques,
859 sociaux, tout ce que tu veux, quelqu'un qui te prive de certains de tes besoins
860 fondamentaux, bah tu t'étiologies, tu en crèves, tu te laisses mourir à petit feu, ça prend mille
861 formes hein. Et du coup, rien n'est plus important que ça, personne n'a le droit... enfin c'est
862 que c'est une histoire de droits mais, parce que voilà, il y a des gens qui vivent toute leur vie
863 avec quelqu'un qui les bouffe, qui les tue, qui les assèche, bon bah voilà, ces gens-là ils
864 finissent tués, asséchés, malade. Tu peux avoir des gens qui se suicident par l'intermédiaire
865 d'un cancer. C'est-à-dire qu'ils sont tellement malheureux dans leur vie affective, social tout
866 ce que tu veux, qu'ils ont un cancer et que c'est la super opportunité de pas se soigner.

867 **ER** : Tu penses qu'il y a un lien entre...

868 **Manu** : Moi je vais te donner un exemple. J'ai deux exemples comme ça de deux femmes qui
869 ont préféré mourir plutôt que de se soigner alors qu'elles avaient la possibilité de se
870 soigner. Deux femmes qui avaient des cancers, une qui a eu un cancer du sein et l'autre qui a
871 eu un cancer je sais plus de quoi et qui ont fait vraiment le choix mais vraiment de refuser
872 tout traitement. Bah si c'est pas un suicide je vois pas ce que c'est d'autre. Pour moi c'est un
873 suicide.

874 **ER** : Mais pour quelles raisons ?

875 **Manu** : Ah bah, il me semble que ce sont... La plus âgée des deux, elle vivait depuis toujours
 876 avec un homme immensément rigide, catho intégriste, qui avait été un patriarche ultra
 877 autoritaire, abominable, complètement psychorigide, incapable d'empathie pour ses
 878 enfants, pour sa femme, pour personne, complètement dénué de tout sentiment et pour qui
 879 les seules valeurs c'était la règle, la morale, Dieu, Jésus, la Vierge Marie, le Saint Esprit, la
 880 messe, le machin, le truc. Donc quelqu'un qui était atroce. Et elle, elle était plutôt assez
 881 douce, elle a eu six enfants etc. etc. elle était très soumise et je pense qu'elle a choisi de
 882 mourir, très clairement, puisqu'elle a refusé absolument tout traitement, toute
 883 chimiothérapie, alors qu'elle n'était pas perdue hein, c'est-à-dire que c'était quelqu'un qui
 884 pouvait, enfin à qui on n'avait absolument pas dit que son pronostic vital était engagé à
 885 cause du cancer. Elle a refusé tout traitement. Et puis une autre femme, beaucoup plus
 886 jeune cette fois, qui à l'âge de 38-39 ans, alors qu'elle avait deux adolescents, pareil, a refusé
 887 tout traitement pour un cancer du sein. Et elle en est morte. Alors là c'est marrant parce
 888 qu'on en parlait hier avec ma mère et moi j'étais ados quand elle est morte et je me
 889 souviens avoir été dans l'incompréhension totale alors qu'elle avait deux enfants etc. mais
 890 c'est une femme qui était une enfant naturelle, dont la mère était esclave dans un pays
 891 d'Amérique du Sud, au Pérou, dans une hacienda très riche, et elle avait été... voilà la mère
 892 avait été la maitresse du patron qui n'avait évidemment jamais reconnu cet enfant. Et peut-
 893 être que cette douleur, cette souffrance béante, cette blessure, cette non-reconnaissance
 894 avait un jour été plus forte que tout. N'empêche qu'elle a réellement fait le choix de ne pas
 895 se soigner, et elle est morte d'un cancer du sein dont elle n'aurait jamais dû mourir. Pour
 896 moi c'est du suicide. Mais ça veut pas dire que : les gens bien dans leur tête vont mieux se
 897 soigner leur cancer que les gens mal dans leur tête, cela veut juste dire que parfois tu fais
 898 des choix. Elles, elles ont fait le choix de saisir l'opportunité du cancer pour en finir avec la
 899 vie. Par contre, on sait aujourd'hui, la recherche le dit, que quelqu'un qui est malade du
 900 cancer, on n'a absolument pas les preuves aujourd'hui que ça soit des causes psychologiques
 901 ou qu'un meilleur moral te permette de mieux te battre contre la maladie. Ce sont des
 902 allégations.

903 **ER** : Toi c'est pas ta croyance du coup.

904 **Manu** : Non. C'est la recherche qui dit ça, c'est pas une histoire de croyances ou pas. On
 905 aimerait croire que quelqu'un qui a... Sauf que c'est ultra culpabilisant. C'est-à-dire que
 906 quelqu'un à qui on dit : « il faut que tu te battes, parce que si tu te bas... », te battre
 907 comment ? C'est pas une histoire de se battre, un cancer c'est un cancer, il se passe de ta
 908 bagarre et voilà. Ton corps va réagir, mais toi, ta volonté à toi va pas faire grand-chose sur ce
 909 cancer-là, c'est pas vrai et c'est surtout ultra culpabilisant de dire à quelqu'un : « si t'as un
 910 cancer c'est parce que d'abord tu as eu une enfance malheureuse et puis de lui dire ensuite
 911 mais si t'es quelqu'un qui est volontaire tu vas t'en sortir alors que les gens qui baissent les
 912 bras ils meurent plus facilement ». C'est faux ! C'est complètement faux ! Ce sont des
 913 allégations, ce sont des croyances populaires, voilà.

914 **ER** : Et du coup, moi ça m'a fait penser à des gens qui avaient refusé de soigner leur cancer
 915 parce qu'ils préféraient prendre des traitements alternatifs, à base de plantes...

916 **Manu** : Alors moi c'est pas ça hein ! Non moi c'est pas ça. C'est-à-dire que moi, d'abord je
 917 vais me renseigner sur les choses et je te parles de petites maladies moi, c'est voilà je vais
 918 avoir un gros rhume, 39 de fièvre et je tousse la nuit et j'ai le nez bouché, je ne prends pas
 919 grand risque à prendre une tisane faite par un herboriste. Par contre si j'ai un cancer, je vais
 920 bien sûr me renseigner au niveau de la santé naturelle mais je vais parfaitement faire

921 confiance au médecin qui me dit : « Emmanuelle si tu prends pas ça t'en crèves ». Je suis pas
922 du tout extrémiste en termes de maladie, je ne suis pas du tout extrémiste en termes de
923 santé, en termes de rien.

924 **ER** : D'accord.

925 **Manu** : Ça m'emmerde, les gens extrémistes m'emmerdent : les gens bio à mort
926 m'emmerdent, les gens contre le bio à mort m'emmerdent, les cathos intégristes
927 m'emmerdent, les athées intégristes m'emmerdent ! Non non, je refuse de rentrer là-
928 dedans. J'ai des idées et puis parfois elles sont bonnes, parfois elles sont pas bonnes et rien
929 n'est mieux que de me faire flancher mes idées reçues.

930 **ER** : Et du coup, c'est pas pour changer de sujet mais la question m'est venue toute à l'heure
931 : quand tu disais qu'au moment de ta séparation t'as accepté aussi le fait que tes revenus
932 baissent, mais tu travaillais avant ou pas ?

933 **Manu** : J'ai toujours travaillé, mais il s'avère que la période où je me suis séparée, c'était une
934 période où j'étais au chômage parce que j'avais refait une formation universitaire et que je
935 voulais travailler dans l'enseignement supérieur.

936 **ER** : D'accord.

937 **Manu** : Donc du coup j'ai été dans une période de transition entre l'enseignement
938 secondaire et l'enseignement supérieur. Ça a pas duré longtemps hein, c'est-à-dire qu'entre
939 le moment où je me suis retrouvée sans travail et le moment où j'ai recommencé à
940 travailler, il s'est écoulé huit mois. Et avant ça j'ai refait une formation universitaire. Donc si
941 tu veux j'ai quitté l'éducation nationale dans laquelle j'étais non titulaire, enseignante,
942 professeure d'art plastique non titulaire. Donc j'ai quitté l'éducation nationale et j'ai fait une
943 formation universitaire en formation continue qui m'a été financée par la région et par les
944 Assedic et ensuite je me suis retrouvée au chômage, à partir de septembre jusqu'en avril. Et
945 en avril j'ai trouvé du travail dans l'enseignement supérieur.

946 **ER** : D'accord, sinon t'as jamais vraiment connu de période de chômage ?

947 **Manu** : Pas beaucoup.

948 **ER** : Et t'as toujours fait ce que tu voulais faire ?

949 **Manu** : Oui, j'ai toujours adoré mon métier d'enseignante. Toujours.

950 **ER** : Et t'as fait quoi comme études ?

951 **Manu** : J'ai fait des études d'Histoire et d'Histoire de l'Art et ensuite j'ai fait un 3ème cycle, à
952 l'époque ça s'appelait un DESS, aujourd'hui ça s'appelle un Master 2, de gestion et
953 communication des affaires culturelles.

954 **ER** : D'accord.

955 **Manu** : Voilà.

956 **ER** : Donc t'as fait toute ta carrière dans l'Education Nationale par la suite ?

957 **Manu** : J'ai beaucoup travaillé dans le monde de la culture, ça c'est sûr, que ce soit la culture
958 patrimoniale, c'est-à-dire que j'ai travaillé pendant deux ans au centre des monuments
959 nationaux qui dépend du Ministère de la Culture et ensuite je suis rentrée dans l'Education
960 Nationale où j'ai travaillé pendant 11 ans et ensuite je suis rentrée dans l'Enseignement
961 Supérieur où je travaille depuis... ça fera deux ans en 2017 que j'y travaille.

- 962 **ER** : Ok d'accord. Ah mais je me rappelle que t'étais venue faire des salons quand tu es
963 venue chez nous.
- 964 **Manu** : Oui parce que je cherchais à travailler dans le monde de la documentation et de la
965 bibliothèque dans l'Enseignement Supérieur et j'étais venue à un salon, qui mélangeait à la
966 fois ce monde-là et le monde patrimoniale, le monde des monuments, le monde de l'Histoire
967 de l'Art, qui est aussi mon monde professionnel. Voilà, je voulais mélanger un peu tout ça et
968 voir ce qui se faisait et j'ai trouvé du travail tout de suite derrière.
- 969 **ER** : D'accord. Ok. Et là où tu travailles c'est ?...
- 970 **Manu** : Je suis à l'Université de Grenoble. Et je suis conseillère pédagogique, je forme les
971 enseignants du supérieur, les enseignants chercheurs à la pédagogie.
- 972 **ER** : D'accord (rire). C'est vrai qu'il y en a qui en ont besoin parfois.
- 973 **Manu** : (Rire). Oui oui oui c'est clair !
- 974 **ER** : Parce qu'ils sont bons mais...
- 975 **Manu** : Oui bon au niveau disciplinaire, mais par contre au niveau pédagogie c'est pas ça.
- 976 **ER** : Ouais.
- 977 **Manu** : Mais bon, ils ont pas appris aussi donc moi mon service il est là pour leur apprendre
978 aussi bien dans les primo, les premiers, c'est-à-dire les doctorants, que ceux qui sont déjà
979 dans le système depuis plus ou moins longtemps.
- 980 **ER** : Ok. Bon moi j'ai un peu posé toutes mes questions, enfin tout ce qui me venait à l'esprit
981 pour notre entretien. Mais est-ce que t'as des choses que tu voudrais ajouter par rapport à
982 la santé ? ... Que j'aurais pas abordées, que l'entretien nous aurait pas donné l'opportunité
983 d'aborder ?
- 984 **Manu** : Une seule chose.
- 985 **ER** : Ouais.
- 986 **Manu** : C'est que ce que je t'ai raconté par rapport au cancer de ces deux femmes qui ont
987 saisi l'opportunité du cancer, c'est quelque chose qui m'a beaucoup effleuré juste avant ma
988 séparation. C'est-à-dire que je me suis dit : « après tout je suis à un âge où ça peut m'arriver,
989 je suis tellement mal dans mon histoire actuellement que ce serait une porte de sortie
990 possible ». Donc j'avoue avoir eu ces idées-là. Mais c'était vraiment des idées morbides et ça
991 a totalement disparu. Ça a été vraiment lié à un état psychique, à une souffrance on va dire
992 psychique forte. C'est-à-dire que la maladie était comme une porte de sortie qui pouvait me
993 permettre de m'échapper. Et c'était dans des moments où je voyais tout en noir, la porte de
994 sortie la moins satisfaisante (rire) mais la seule que je pouvais imaginer. Voilà.
- 995 **ER** : Ouais mais c'est quand même extrême de penser ça. C'est que dans ta vie tu voyais
996 l'étau se resserrer, c'est que dans ta vie, existentiellement, tu devais te poser des questions
997 ? Enfin tu voyais peut-être pas la vie de la même façon ?
- 998 **Manu** : Non, c'est sûr que je ne voyais pas d'issue. C'est-à-dire que je ne voyais pas comment
999 me sortir de ce borborygme. Donc je te dis, je sentais que j'avais un Everest à grimper ou un saut
1000 en parachute de 10 000 mètres quoi.

1001 **ER** : Après d'un point du vue extérieur, c'est pas du tout pour faire de la provocation hein,
1002 mais je ne le vois pas forcément comme un Everest. C'est ce que j'avais dit à ma mère dans
1003 la même situation, je lui avais dit : « mais tu n'as qu'à te séparer ! ».

1004 **Manu** : Voilà, et en fait, effectivement, tu n'a qu'à...

1005 **ER** : Comment est-ce qu'on peut concevoir qu'il n'y a pas d'issue à ce moment-là ?

1006 **Manu** : C'est fou, c'est fou. C'est complètement incompréhensible. C'est parce que
1007 beaucoup de choses sont imbriquées les unes dans les autres et finalement c'est vraiment le
1008 sentiment d'être embourbée.

1009 **ER** : Tu voyais pas la Manu après ? Tu te disais pas « je vais être une autre personne » ? C'est
1010 pas ce que tu te disais ?

1011 **Manu** : C'est-à-dire que je ne voyais pas comment m'en sortir. Tout, tout était angoissant,
1012 tout était anxiogène : comment je vais m'en sortir au niveau financier ? Comment vont vivre
1013 mes enfants ? Je n'ai pas de travail. Enfin tout était infiniment compliqué et du coup ça a été
1014 infiniment compliqué ! MAIS, j'ai la preuve – d'abord j'avais des gens qui l'avaient fait avant
1015 moi et qui m'ont énormément aidé, ne serait-ce qu'en termes d'exemplarité : bah ils s'en
1016 sont sortis etc. etc. Ensuite j'ai réussi à me sortir de cet état d'esprit négatif...

1017 **ER** : Mais au niveau du travail, t'as quand même une formation qui... t'es pas sans diplôme,
1018 le travail, je me serais dit « mais j'en retrouve comme ça du travail ».

1019 **Manu** : Mais non mais c'est pour ça que je te dis que l'état psychique est quelque chose qui
1020 est infiniment...euh quelque chose qui te masque la réalité, puisqu'il est capable de te faire
1021 penser que c'est pas possible. Si tu veux, quand t'es très mal, t'as un problème de confiance
1022 en toi, t'as un problème de tout ! c'est-à-dire, si tu te replonges dans l'état dans lequel
1023 t'étais toi à un moment donné où t'étais pas bien, bah t'en voyais pas d'issues. Pourtant une
1024 fois que t'es sorti de ce moment-là, tu t'es dit « mais qu'est-ce que t'es con ! ». Bien sûr qu'il
1025 y en avait une d'issue. La preuve, aujourd'hui je suis bien, aujourd'hui je suis... je veux dire
1026 t'as l'impression que plus rien n'est possible, t'a l'impression que le champ des possibles
1027 n'existe pas. Ce qui est complètement faux. Bien sûr que le champ des possibles existe. Mais
1028 voilà quoi.

1029 **ER** : Mmh. Et donc là t'as eu cette impulsion et...

1030 **Manu** : Oui, oui. Cette force de vie, cette espèce de cri au fond de moi qui m'a dit « stop ça
1031 suffit, mais non arrêtes, mais si c'est possible ! ». Toute façon t'as rien à y perdre.

1032 **ER** : En fait ton passage à la cinquantaine, tu le vis aussi dans une forme d'euphorie liée à un
1033 contexte familial, mais qui est pas forcément lié à...

1034 **Manu** : Oui mais tout est quand même complètement lié puisqu'on ne peut absolument pas
1035 dissocier le corps de l'âme, du mental, de rien, rien est dissociable, tout est intriqué, je veux
1036 dire tu peux pas mettre ton cerveau à côté de ton corps. Tu peux pas t'arrêter là. La
1037 civilisation judéo chrétienne a tout essayé pour séparer, pour cliver très très fortement notre
1038 esprit et maîtriser, contrôler, dépassionner notre corps, il n'y a rien qui fait plus PEUR à un
1039 chrétien que le corps. C'est complètement l'inverse de tout un tas d'autres sociétés, que ce
1040 soit les asiatiques ou les africains ou tout un tas d'autres sociétés où c'est tout à fait le
1041 contraire, où le corps est révélateur du reste, où tout est mélangé, où tout est lié et on fait
1042 partie d'un tout. Nous, notre civilisation judéo chrétienne n'a cessé d'être dans le dompter,
1043 dompter son corps et le cliver et lui poser des interdits et séparer le cosmique du physique,

1044 du mental, de la terre, de tout quoi, comme si on était des entités complètement différentes
1045 du reste. Mais voilà c'est un passage de la civilisation. Je veux dire, les dieux ils vivent 3000
1046 ans et puis après ils crèvent. Donc voilà, on en est à 2000 pour le nôtre.

1047 **ER** : (Rire).

1048 **Manu** : (Rire). On est à peu près à 2000 si je ne me trompe pas ? Bon bah voilà, on en est au
1049 deux tiers. Ça c'est quelque chose qui est complètement historique hein, c'est-à-dire que un
1050 dieu il vit 3000 ans globalement et puis après on passe à un autre. Aujourd'hui plus personne
1051 ne croit en Osiris, en machin, en Zeus et en bidule, ça te fais mourir de rire. Bah ça va être
1052 pareil pour notre pote Allah, Dieu et je ne sais qui. Ils ont encore un tout petit peu de temps
1053 devant eux.

1054 **ER** : Va dire ça à Mam (rire).

1055 **Manu** : Non mais je veux dire c'est la réalité, c'est la réalité de l'histoire des religions. C'est
1056 comme ça, voilà. Et après il y a des religions qui rentent par le corps, d'autres qui rentrent
1057 par l'âme, d'autres qui rentrent pas le mental, d'autres qui rentrent par je ne sais quoi, et
1058 ben la nôtre elle a décidé que le corps et l'âme était deux choses complètement différentes,
1059 puisqu'elle se permet de désincarner Dieu pour en faire à la fois un homme, un Saint Esprit,
1060 un père, un fils, un machin, ce qui fait un joyeux mélange auquel on ne comprend pas grand-
1061 chose hein. Qui est qui ? Qui est le Saint Esprit ? Que fait la Vierge là-dedans ? La Vierge qui
1062 n'est qu'UN médium de transmission ET EN PLUS, il n'y a MEME PAS eu d'acte sexuel.

1063 **ER** : (rire).

1064 **Manu** : (Rire). C'est vrai hein ? C'est stupéfiant ! C'est stupéfiant comme nous on a éliminé le
1065 corps. Et pourtant on PASSE par le corps d'un être humain pour transcender Dieu, on passe
1066 par le corps du Christ en NIANT le corps. C'est ahurissant quand t'y réfléchit. C'est-à-dire que
1067 c'est une religion qui s'IN-CARNE dans un être humain et qui pourtant le nie.

1068 **ER** : Mais finalement est-ce que ça, ça n'a pas fait naître justement le problème que je te
1069 pose aujourd'hui ? C'est que poser la question du rapport au corps au passage à la
1070 cinquantaine, c'est comme si je me posais pour la première fois la question de j'ai un corps
1071 qui existe, parce que je prends conscience de certaines limites, et je prends conscience que
1072 j'ai un corps quoi.

1073 **Manu** : Alors après il y a des gens pour qui c'est cruel hein. Pour qui c'est très cruel, parce
1074 qu'ils se rendent compte qu'ils ont un corps parce que le corps s'abime.

1075 **ER** : C'est ça justement ma question.

1076 **Manu** : Et moi j'ai pas cette sensation-là ou alors elle est faible. Elle est faible. Je vois que
1077 mon corps, à certains endroit, dans certains lieux s'abime, mais pas tant que ça. Et je n'ai pas
1078 envie, ça c'est sûr, je n'ai pas envie de m'arrêter là-dessus parce que je trouve ça stérile. Ça
1079 ne m'apporte rien si ce n'est une perte. Oui, bah oui, mais bon.

1080 **ER** : Ouais, cette perte ne t'empêche pas de vivre.

1081 **Manu** : Non, mais j'ai pas trop envie de m'y intéresser.

1082 **ER** : Et du coup, donc toi tu as ce rapport-là à la santé mais si tu regardes un peu autour de
1083 toi, comment tu résumerai le rapport des gens de ton âge à la santé ?

1084 **Manu** : Je pense que globalement, ma génération, les gens autour de moi qui ont mon âge,
1085 ont un rapport plutôt chouette à leur corps par rapport peut-être à une génération, voire

1086 deux génération avant, parce que le regard que l'on porte sur un homme ou sur une femme
 1087 de 50 ans n'est peut-être plus le même que le regard que l'on portait il y a 50 ou 60 ans en
 1088 arrière.

1089 **ER** : Et si je puis dire, deux générations avant, on vieillissait plus vite dans le sens où on
 1090 faisait des travaux plus manuels, plus physiques.

1091 **Manu** : Voilà ! Physiquement le corps était très abimé. Et puis il y avait pas seulement ça, il y
 1092 avait aussi tout un tas de barrières, c'est-à-dire qu'on n'avait plus le droit de. Parce que tu
 1093 avais passé tel âge, tu n'avais plus le droit de... une connerie, porter les cheveux longs. Je
 1094 veux dire une femme passé 40 ans devait mettre un chignon, sinon c'était une fille et une
 1095 fille c'est une pute, d'accord ? Ensuite passé tel âge on n'avait plus le droit de faire ci, plus le
 1096 droit de faire ça. Ensuite on était grands parents à 50 ans, deux générations avant on était
 1097 grands parents. Il faut savoir que les femmes elles avaient des enfants beaucoup plus jeunes.
 1098 Moi ma génération, les femmes devaient avoir des enfants à... moi je crois que c'était plutôt
 1099 28-29 ans d'accord ? Moi j'ai eu mes enfants à 26. La génération de ma mère qui est née
 1100 dans les années 40 devait avoir des enfants à 24 ans et la génération de ma grand-mère à 21
 1101 ans. Donc t'imagines bien qu'entre 28 ans et 21 ans, eh bien nous nous seront grands
 1102 parents on va dire entre 55 et 65 ans, alors que nos parents à nous étaient grands parents à
 1103 45-50 ans et nos grands-parents à nous, à 42-43 ans ils étaient grands-parents. Donc, on n'a
 1104 absolument plus le même rapport à la vie, aux loisirs, au plaisir... on est plus dans la même
 1105 société quoi. Nous on est dans une société où on profite de la vie, où on a quand même le
 1106 sens du temps libre, plus que nos parents hein. Nos parents ils arrivaient à la retraite, ils
 1107 étaient tellement exténués physiquement qu'ils mourraient, très vite...

1108 **ER** : Ouais on rentrait dans la vieillesse d'un coup en fait.

1109 **Manu** : Oui on rentrait dans la vieillesse beaucoup plus rapidement et pour mille raisons.

1110 **ER** : Mais peut-être beaucoup plus d'un coup.

1111 **Manu** : Oui beaucoup plus d'un coup.

1112 **ER** : Là c'est peut-être aussi, voilà toi t'as 50 ans, t'as pas fait un métier où justement t'étais
 1113 dans des trucs très physiques...

1114 **Manu** : C'est vrai. Ah non mais mon corps ne s'est pas usé mais voilà. Et si tu regardes une
 1115 femme de 50 ans en Afrique noire ou une femme de 50 ans en Amérique du Sud ou une
 1116 femme de 50 ans au Japon, bah voilà, une femme de 50 ans au Japon elle est comme en
 1117 occident.

1118 **ER** : Oui. Et là on peut imaginer qu'il y a d'autres personnes qui auraient un discours, je sais
 1119 pas on peut imaginer qu'un ouvrier tiendrait un discours totalement différent sur le
 1120 vieillissement.

1121 **Manu** : C'est possible. Alors ce qui va changer, c'est qu'effectivement, la femme de 50 ans
 1122 qui est issue d'un milieu défavorisé ou d'un milieu où vraiment on a eu des travaux usant et
 1123 fatiguant, elle va peut-être avoir une usure physique etc. etc. Par contre, elle fait partie de la
 1124 société telle qu'elle est aujourd'hui et elle aura des droits, des envies qu'elle pourra
 1125 assumer. Voilà par exemple une femme de 50 ans il y a deux générations en arrière, bah si
 1126 elle était veuve, elle était veuve jusqu'au bout quoi. C'était assez difficilement concevable
 1127 qu'elle puisse refaire sa vie. Aujourd'hui, quand tu sais qu'il y a un couple sur deux qui se
 1128 sépare, bah tout le monde refait sa vie. Enfin pas tout le monde, non, mais beaucoup de

1129 femmes... Je veux dire c'est complètement absolument dans l'ordre du jour et dans la tête
1130 des gens, t'imagines pas qu'une femme de 50 ans c'est terminé, sous prétexte qu'elle est
1131 veuve, divorcée ou autre. Bon bah il y a deux générations en arrière, tu divorçais pas déjà et
1132 puis si t'étais sans mari c'est que t'étais veuve. Si t'étais veuve, t'étais veuve. Les autres
1133 hommes étaient pris, ils étaient mariés, donc je veux dire les remariages sur le tard ou les
1134 nouvelles vies en commun sur le tard, c'était quand même rarissime quoi.

1135 **ER** : C'est que la société à l'heure actuelle, elle te permet... elle a finalement un peu
1136 déconstruit la catégorie « vieux ». Tu rentres plus brutalement dans la catégorie « vieux » et
1137 il y a encore plein de possibles qui sont ouverts.

1138 **Manu** : Le champ des possibles pour moi est énorme. Tout peut m'arriver aujourd'hui. C'est-
1139 à-dire que dans ma tête je suis complètement capable de me dire que je suis capable de tout
1140 lâcher ici, de faire ci, de faire ça, de parti de là, j'ai pas du tout l'impression d'être cloisonnée
1141 dans quelque chose. Mais attention c'est moi ça.

1142 **ER** : Oui mais c'est ça qui m'intéresse.

1143 **Manu** : C'est-à-dire que ce que je te dis là n'est pas du tout valable pour ma voisine qui a le
1144 même âge que moi, qui a eu sensiblement le même nombre d'enfants que moi et qui est
1145 dans une situation de couple qui est radicalement différente de la mienne. Moi aujourd'hui,
1146 j'ai envie de voyager, j'ai envie de ci, j'ai envie de ça et je me sens pas de limites.

1147 **ER** : T'as pas du tout l'impression d'être sur une trajectoire orientée vers la vieillesse quoi,
1148 c'est pas « cap sur la vieillesse » ?

1149 **Manu** : Bien sûr que je suis sur une trajectoire vers la vieillesse comme toi ! Mais je veux dire
1150 l'enfant de deux ans aussi il est sur une trajectoire vers la vieillesse. Mais ça fait pas partie de
1151 mes soucis et de mes préoccupations ou de mes angoisses. Moi voilà je suis dans ce que je
1152 vis aujourd'hui.

1153 **ER** : Oui tu vis dans la continuité comme moi je sais que je vais vers la vieillesse, que je
1154 grandis etc. Mais après moi ça ne me préoccupe pas non plus parce que je fais pas encore
1155 l'expérience... euh, quand je suis malade, je vais pas me dire je suis malade parce que je
1156 vieillis.

1157 **Manu** : Oui.

1158 **ER** : Je vais pas me dire... Quoi que je me remets quand même de moins en moins facilement
1159 de mes gueules de bois, moins facilement qu'avant, qu'à mes 18 ans.

1160 **Manu** : (Rire). Voilà et bah ça c'est tout un tas de signes qui vont parsemer toute ta vie.

1161 **ER** : Mais en tout cas le jour où par exemple je me dis « je n'arrive pas à faire ça » non pas
1162 parce que je suis tombé etc. mais PARCE QUE je vieillis, moi je pense que je ne le prendrai
1163 pas de la même façon que toi.

1164 **Manu** : Là encore une fois, tu fais des préconisations sur l'avenir dont tu ne sais rien, dont tu
1165 ne sais RIEN ! Donc autant ne pas les faire.

1166 **ER** : Ouais.

1167 **Manu** : Non mais c'est vrai, si tu te mets vraiment ça dans ta tête de dire « oui, dans ma vie,
1168 de multiples facteurs vont me faire changer psychologiquement, physiquement,
1169 sociologiquement ton environnement », je veux dire tu peux très bien passer d'une
1170 situation financière extrêmement confortable à une situation ultra précaire, tu peux vivre

1171 dans une société complètement en paix et passer dans un pays en guerre, tout est tellement
1172 possible que ça ne sert strictement à rien de...

1173 **ER** : Mmh, ça sera peut-être pas ça l'enjeu à ce moment-là de ma vie.

1174 **Manu** : Mais oui ! Mais oui ! mais voilà, mais voilà. Donc on s'en cogne. Donc autant être
1175 dans le présent parce que de toute façon, tout ce que tu peux imaginer sur l'avenir, enfin si
1176 ça arrive bah oui bah et alors ? d'y avoir pensé ça aura changé quoi ? et si ça arrive pas, bah
1177 d'y avoir pensé ça t'aura juste pourri la vie. Donc vraiment il me semble aujourd'hui que
1178 c'est ça qui est fondamental : c'est d'être dans je suis là, je suis maintenant, voilà je vis ce
1179 que je vis et le passé il est fait donc voilà hein, le père que t'as pas eu, toi t'as pas eu de père,
1180 t'as eu un gros connard qui s'est pas occupé de toi, il t'a pourri la vie et bah voilà, et puis
1181 après et puis après et puis après ? Oui, tu t'es construit sur ce socle-là, c'est évident que ça
1182 aurait été mieux un autre socle et après ? Et maintenant tu fais avec, t'es bien obligé de faire
1183 avec et de construire quelque chose, d'essayer de construire quelque chose de confortable
1184 pour toi sur ce déséquilibre que tu as eu à un moment ou à un autre et de faire CONFIANCE
1185 à la vie quoi !

1186 **ER** : Mmh.

1187 **Manu** : Parce que regardes comme tu peux être heureux d'un seul coup parce que tu es avec
1188 des gens qui te plaisent et malheureux demain parce que t'es plus avec des gens qui te
1189 plaisent. Parce que l'homme que tu aimes, la femme que tu aimes t'as quitté, ta vie
1190 s'effondre totalement, totalement parce que l'amour c'est une drogue aussi puissante que
1191 l'héroïne et le manque de l'autre est aussi douloureux. L'état de manque de l'autre est tout
1192 aussi PUISSAMENT douloureux que le manque d'héroïne. C'est abominable ! Le chagrin
1193 d'amour c'est juste abominable ! Bon bah voilà, et puis t'as l'impression que tu t'en
1194 relèveras pas, que c'est juste un tsunami.

1195 **ER** : Je ne te le fais pas dire. (Rire).

1196 **Manu** : Non mais je veux dire c'est une expérience que tout le monde vit. Et pareil te lancer
1197 de nouveau dans l'amour, c'est prendre un risque énorme et ça c'est sûr que c'est un risque
1198 énorme. Mais c'est magique ! C'est la magie ! Alors dire « tu comprends, non je veux plus
1199 tomber amoureux, machin », c'est de la connerie. Est-ce qu'on choisit d'être amoureux ?
1200 Bah pas du tout. Et puis est-ce qu'on choisit de QUI on va être amoureux ? encore moins.
1201 Tout ça c'est infiniment mystérieux. Il y a tout un tas de ...

1202 **ER** : Clairement oui.

1203 **Manu** : Clairement. Bon bah c'est pareil pour le reste.

1204 **ER** : Toi en fait, là je me dis que tout ce qu'on entend sur les séniors – je déteste ce mot –
1205 mais sur les 50 ans, qu'il y a une prévalence des sujets de santé etc. A chaque fois que je lis
1206 dans la presse...on avait fait un brainstorming en classe et à chaque fois ce qui ressortait
1207 c'était la santé pour caractériser cette population. Et en fait je me rends compte que pour toi
1208 c'est secondaire, voire c'est presque le truc qui passe au dernier plan...

1209 **Manu** : Oui.

1210 **ER** : Parce qu'il y a tellement de choses qui sont plus importantes ...

1211 **Manu** : Oui.

1212 **ER** : Enfin c'est pas ça qui va te définir. C'est pas ça qui va impacter ta vie.

1213 **Manu** : Non. Ça peut l'impacter très violemment du jour au lendemain. Mais j'en suis pas
1214 maître.

1215 **ER** : Et tu serais peut-être plus sensible justement à ces limites etc. selon comment est ta vie
1216 maintenant. Je veux dire si ta vie c'est tout l'inverse de maintenant, une mauvaise situation
1217 financière, que tu avais pas fait ce que tu voulais dans ta vie, peut-être que à ce moment-là
1218 tu te recentrerais plus...

1219 **Manu** : Mais on n'en sait rien. Mais en plus on n'en sait rien parce que tu peux avoir des
1220 gens qui ont une vie de couple satisfaisante, qui ont vécu des épreuves douloureuses mais
1221 qui les ont dépassées, qui ont une situation financière à peu près acceptable, qui vivent chez
1222 eux, qui ont leur maison, enfin qui vivent pas dans un taudis etc. etc. Et qui pourtant vont
1223 être totalement obnubilés par la santé. Et là c'est le psy qui peut déterminer pourquoi on est
1224 comme ci ou on est comme ça. Après évidemment c'est les enquêtes. Si tu enquêtes sur un
1225 grand échantillon de personnes tu verras bien les règles qui s'en dégagent. Mais chaque
1226 personne est à prendre différemment et moi dans les gens qui m'entourent aujourd'hui
1227 puisqu'ils ont tous la cinquantaine, que ce soit tes tantes ou mes amis et nos amis
1228 communs...

1229 **ER** : C'est pas le sujet dont vous allez parler à table quoi.

1230 **Manu** : Jamais. On s'en fout. Enfin si, si t'as un truc au moment où t'es là : « putain mais
1231 qu'est-ce que tu as en ce moment ? » « j'ai hyper mal au dos », mais voilà. Alors que je
1232 trouve que dans la génération de mes parents qui ont 25 ans de plus que moi, là c'est
1233 beaucoup plus prégnant parce que là, la maladie elle est beaucoup plus prégnante et là c'est
1234 inévitable. Parce que là, pour le coup, la dégradation physique est BIEN plus puissante. Mais
1235 à 50 ans c'est pas encore...

1236 **ER** : Aussi se pose un autre problème : la dépendance.

1237 **Manu** : Voilà. Alors après à l'âge de mes parents non, parce que maintenant ils ont 73 et 76
1238 ans donc c'est pas encore la dépendance. C'est plutôt 85 ans qu'on peut dire ça. Par contre,
1239 le nombre de gens autour d'eux qui tombent malades, qui ont des cancers, qui ont de gros
1240 soucis de santé, des accidents cardiovasculaires, des infarctus, tout ce que tu peux imaginer,
1241 il est mille fois plus important qu'à mon âge.

1242 **ER** : Là effectivement ça commence à se dessiner vraiment.

1243 **Manu** : Ouais, et là, même des gens qui n'en étaient pas du tout préoccupés à mon âge, à
1244 mon avis à leur âge à eux ça devient beaucoup plus préoccupant parce qu'en plus il y a
1245 beaucoup de gens qui meurent autour d'eux : leurs amis, leurs proches, leurs beaux-frères,
1246 belles-sœurs, tu vois ? voilà.

1247 **ER** : Mais je me disais par rapport à tes parents, c'est pas ta génération, mais t'as quand
1248 même un lien avec tes parents ?

1249 **Manu** : Oui.

1250 **ER** : Et je sais pas s'ils sont en bonne santé tes parents ?

1251 **Manu** : Bah ma mère oui mais mon père il a des problèmes de santé assez graves qu'il arrive
1252 à combattre chaque fois, mais il a eu des problèmes de santé assez graves. Mais moi je vois à
1253 chaque fois combien ma mère est impactée par les maladies des gens qui l'entourent, de son
1254 âge, des gens de son âge. Je le sens très fort, elle m'en parle beaucoup alors qu'elle en

1255 parlait pas du tout avant. C'est quelque chose qui l'impact psychologiquement aujourd'hui
1256 beaucoup, dont elle parle beaucoup. Et puis même elle a toujours eu un rapport à la maladie
1257 très différent du mien : elle s'inquiète beaucoup plus facilement pour les maladies de mes
1258 enfants. Donc par exemple si un de mes enfants tousse, elle va en faire un drame tout de
1259 suite, quasi faut faire un IRM des poumons dans la minute quoi, alors que moi je m'en
1260 cogne.

1261 **ER** : Du coup c'est bizarre que toi tu sois... par rapport à tes parents... euh...

1262 **Manu** : Non mais ma mère était moins comme ça avant. Beaucoup moins.

1263 **ER** : Ouais ?

1264 **Manu** : Ah oui ah oui. Elle avait un rapport plutôt très sain à la maladie mais je trouve qu'en
1265 vieillissant, une des choses qui m'a frappé c'est que son rapport à la maladie a beaucoup
1266 changé. Et je pense que vraiment cette génération, cette tranche d'âge-là, c'est-à-dire la
1267 tranche des 70-80 ans est une tranche où la maladie est très présente pour mille raisons :
1268 d'abord parce qu'ils en souffrent, ils ont vraiment des problèmes d'arthrose, de ci, de ça, de
1269 bidule, de chose. Ensuite parce qu'ils sont entourés de gens qui vivent des maladies, qui
1270 meurt de ces maladies, ils perdent beaucoup d'amis et c'est dur, c'est vraiment dur parce
1271 que là il y a vraiment vraiment, une baisse de la qualité de vie en ce qui les concerne. Ce qui
1272 n'est vraiment pas mon cas à mon âge et dans les gens qui m'entourent.

1273 **ER** : Et du coup en fait il y a une rupture, mais du coup tu l'a met à 70 ans. Alors moi c'est
1274 vraiment un truc où j'avais du mal par exemple. Quand je fais mes recherches sur Google,
1275 sur n'importe quoi, on parle des « séniors », mais c'est pour ça que je préfère utiliser les «
1276 45-65 ans », avec des bornes qu'on s'est pas encore vraiment fixées, parce que dans la
1277 catégorie « sénior », on devient « sénior » pour les entreprises à partir de 45 ans, mais il y a
1278 un MONDE entre des gens qui ont 45-65 ans et des gens qui ont entre 70 et 90.

1279 **Manu** : Mais bien sûr. Et même, entre des gens de 45 ans et des gens de 65 ans il y a un
1280 gouffre. Je veux dire, si tu regardes un homme de 45 ans ou une femme de 45 ans et que tu
1281 regardes quelqu'un de 65 ans, il y a réellement une énorme différence de tout : des goûts,
1282 des attitudes, des envies, des problèmes physiques, de tout de tout. Donc moi je pense qu'il
1283 faudrait vraiment beaucoup... parce que 45-50 ans, c'est pas la même chose que 65-70 ans
1284 hein.

1285 **ER** : Après il y a aussi, par rapport au départ des enfants, à certaines configurations
1286 familiales, la ménopause pour les femmes à 45-50 ans, et à 65 ans c'est le départ à la
1287 retraite. C'est pour ça qu'on a choisi de faire une coupure ici, de mettre ces bornes-là et de
1288 voir, au regard de la santé, si on peut définir cette tranche d'âge comme une catégorie qui
1289 existe socialement, qui a des a des caractéristiques communes.

1290 **Manu** : Ouais mais moi je trouve que c'est trop large. Il me semble. C'est-à-dire que 45-65
1291 pour moi c'est vraiment une tranche énorme, parce que vraiment 45 ans, les hommes de 45
1292 ans qui m'entourent ils ont des jeunes enfants, enfin tu vois ?

1293 **ER** : Tu l'a mettrais où toi la borne ?

1294 **Manu** : Bah moi je mettrais plutôt une barrière de 10 ans, je mettrais 10 ans entre le début
1295 et la fin quoi.

1296 **ER** : Ouais 45-55 ans ?

1297 **Manu** : Ouais 45-55 ou alors je mettrais 50-60 ou alors 40-50. Mais je mettrais pas 20 ans.
1298 Parce que je trouve que 20 ans, on bascule complètement d'un monde à l'autre faudrait en
1299 tirer des généralités ou en tout cas des règles pas certaines. Parce qu'il y a vraiment un
1300 gouffre entre un homme de 45 ans qui élève de jeunes enfants. Enfin il faut savoir
1301 qu'aujourd'hui un homme de 45 ans il a des enfants de 10 ans.

1302 **ER** : 45 ans ça te paraît...

1303 **Manu** : Bah c'est très jeune ! C'est-à-dire que un homme aujourd'hui, un être humain de 45
1304 ans il a des enfants de 10 ans, il est en plein dans la construction de sa carrière...

1305 **ER** : Tu lierais plus 45 ans à la continuité de la trentaine quoi ?

1306 **Manu** : Presque. Presque. Surtout que l'âge du premier enfant a beaucoup vieilli donc
1307 aujourd'hui les gens ils ont leurs enfants à partir de 30 ans. Donc t'imagines bien qu'à 45 ans
1308 leur gosses ils ont entre 10 et 15 ans en fait, maxi !

1309 **ER** : Et à partir de quand tu dirais maintenant que ça...

1310 **Manu** : Que ça bascule ?

1311 **ER** : Ouais ?

1312 **Manu** : Je dirais que la rupture elle a plutôt lieu à partir de 50 ans.

1313 **ER** : A partir de 50 ans. En lien avec ?

1314 **Manu** : Bah parce que, parce qu'à 50 ans tes enfants sont ados, voir jeunes adultes, ou les
1315 enfants sont entre les deux parce que Clément à 23 ans et Valentine 16. Mais j'ai beaucoup
1316 de gens de mon âge qui ont des enfants plus jeunes, beaucoup beaucoup beaucoup. Des
1317 enfants qui ont encore 4-5 ans de moins hein. Qui ont eu leurs enfants un peu plus tard que
1318 moi.

1319 **ER** : Après pour les femmes, 50 ans c'est peut-être aussi liés au début de changements
1320 corporels...

1321 **Manu** : Oui.

1322 **ER** : 50 ans c'est aussi être regardé d'une autre façon dans les entreprises...

1323 **Manu** : Oui. C'est pour ça que je pense que 50 c'est plus juste que 45, moi de mon point de
1324 vu.

1325 **ER** : Mais par rapport à la variable santé, ça n'a pas de sens ?

1326 **Manu** : Non, ça n'a pas vraiment de différence entre 45 et 50, mais sauf pour les femmes qui
1327 deviennent ménopausées effectivement. Parce que la ménopause, il y a un bouleversement
1328 physiologique important chez certaines femmes. Pas chez toutes mais chez certaines
1329 femmes il y a un changement dans plein de truc du corps tu vois ? Il y a des problèmes de
1330 bouffées de chaleur, il y en a certaines qui commencent à avoir des angoisses, il y a une
1331 modification de la texture du cheveux, une modification de la texture de la peau, une
1332 modification de la répartition des graisses corporelles, enfin il y a plein plein plein de
1333 modifications. Chez d'autres femmes il y a rien.

1334 **ER** : Et puis c'est peut-être véritablement à ce moment-là que le changement du rapport à
1335 soi, du rapport à la santé se fait aussi ?

1336 **Manu** : Ouais. Oui oui complètement. Complètement. Et puis il y a certaines femmes qui
1337 vont être aussi extrêmement déprimées. Enfin psychologiquement elles vont quand même
1338 vivre... c'est ce qu'on disait toute à l'heure, les femmes qui on eu un ou deux enfants et qui
1339 en voulait trois et qui n'en ont pas eu trois pour mille raisons, ça va rejaillir au moment de la
1340 ménopause de se dire « Et merde, j'ai pas pu avoir trois enfants », alors qu'un homme est
1341 encore capable. Il y a ça aussi, il y a ce décalage. C'est-à-dire qu'un homme à 50 ans, il peut
1342 encore, là moi j'ai un de mes copains qui vient d'avoir un bébé. Il le voulait pas hein, mais il
1343 est père à 50 ans. Bon bah des jeunes mères de 50 ans t'en connais beaucoup toi ?

1344 **ER** : Du coup les femmes doivent avoir un rapport à leur santé...

1345 **Manu** : Bah il y a un rapport à sa propre horloge biologique qui est bien plus fort chez les
1346 femmes que chez les hommes, pour des raisons de fertilité tout simplement. Un homme il
1347 peut se permettre de mener sa carrière jusqu'à 40-45 ans sans se poser de questions, une
1348 femme le pic de fertilité c'est 27 ans. Alors c'est vite vu, à partir de 27 ans il baisse. Donc ça
1349 veut dire qu'elle va se retrouver et elle le sait, parce que les gynécos leur disent, elles vont se
1350 retrouver à partir de 27 ans avec plus de difficultés pour avoir des enfants etc. etc.

1351 **ER** : Il y a un rapport au temps qui n'est pas le même chez les hommes et chez les femmes.

1352 **Manu** : Non. Obligatoirement. Obligatoirement. En plus il y a un regard de la société sur le
1353 vieillissement qui n'est pas le même pour les hommes que pour les femmes. C'est-à-dire
1354 qu'un homme de 50 ans a plus de valeur esthétique aux yeux de la société qu'une femme de
1355 50 ans.

1356 **ER** : Et puis aussi, au niveau de la santé, elles vont plus régulièrement chez le gynéco. Ma
1357 mère, quand je vois par rapport à Didier, ils ont pas les mêmes comportements de santé et
1358 les mêmes rapports à la santé.

1359 **Manu** : Alors c'est pas forcément Hommes/Femmes hein, il y a aussi le psychologique. C'est-
1360 à-dire que t'as des hommes qui vont être obnubilés par leur santé et des hommes pas du
1361 tout et des femmes totalement obnubilées par leur santé et des femmes pas du tout. Je suis
1362 pas du tout obnubilée par la santé, je vais jamais chez le gynéco, je vais jamais nulle part
1363 moi.

1364 **ER** : En fait tu penses pas qu'il y ait une forme d'homogénéité, un lien type à la santé sur
1365 cette tranche d'âge-là ?

1366 **Manu** : Il y a un lien type par rapport à la ménopause, à mon avis. C'est ça le truc le plus fort
1367 chez la femme à la cinquantaine, c'est la ménopause. Ça à mon avis ça doit-être quelque
1368 chose qui doit, dont tu dois vraiment pouvoir dégager des choses.

1369 **ER** : Parce que je me dis « évidemment tout le monde à un rapport particulier à la santé »,
1370 mais je me demande si je peux arriver à avoir un schéma type d'un rapport à la santé, enfin
1371 une diversité, mais me dire qu'il y a un enjeu particulier qui va rassembler au-delà de la
1372 diversité.

1373 **Manu** : La ménopause.

1374 **ER** : Voilà.

1375 **Manu** : La ménopause.

1376 **ER** : Mais du coup ça ne permet pas... il y a les hommes.

1377 **Manu** : Oui ça concerne pas les hommes.

1378 **ER** : Et puis la ménopause ça marque le début de quelque chose, mais qu'est-ce que je mets
1379 à la fin ?

1380 **Manu** : Oui. Ah bah oui parce que la ménopause c'est vraiment la FIN de la période de
1381 fertilité pour la femme. Même si toutes les années qui ont précédé il y a eu une très très
1382 forte baisse de la fertilité, enfin voilà. Et le début de la vieillesse pour certaine. Pour d'autre
1383 c'est rien du tout, c'est juste « j'ai plus mes règles ».

1384 **ER** : Mais entre la femme ménopausée depuis 5 ans, je sais pas on va dire qu'elle a 57 ans, et
1385 la mamie de 85 ans, il y a un monde ! Et du coup où est-ce que je mets cette limite ? Parce
1386 que c'est ça aussi, il y a l'entrée dans la vieillesse, mais ce qui est difficile, c'est d'analyser ce
1387 processus de vieillesse et d'arriver à faire des découpages qui ont du sens.

1388 **Manu** : Moi je pense que le sens c'est une dizaine d'années. Tu pourrais faire une dizaine
1389 d'année ou pas ?

1390 **ER** : Bah l'intérêt justement c'est de se questionner.

1391 **Manu** : Je pense que c'est une dizaine d'années. Moi je prendrais la tranche 50-60. Parce
1392 que comme tu dis, c'est la période où de façon graduelle les enfants partent, c'est la période
1393 où de façon graduelle les gens se préparent à rentrer dans la retraite, c'est la période à peu
1394 près graduelle où les femmes sont ménopausées. Enfin voilà, il y a tout un tas de choses qui
1395 sont assez générales pour tout le monde quoi.

1396 **ER** : Mais tu vois on parle des « quinquas », des « sexas », c'est bien que si on leur donne un
1397 nom, c'est bien qu'il y a quelque chose ?

1398 **Manu** : Oui. C'est bien qu'il y a quelque chose qui les caractérise. Déjà, si tu prends les gens
1399 de la même génération, forcément c'est des gens qui ont été élevés dans les mêmes
1400 contextes, dans les mêmes types de société, donc du coup tu peux avoir toute cette
1401 cohérence-là. Si tu prends quelqu'un de 45 ans et quelqu'un de 65 ans je suis pas sûre que,
1402 je suis désolée mais en 20 ans il y a eu des modifications profondes au niveau de la société
1403 dans laquelle ils sont nés. Un homme de 65 ans, tu es d'accord qu'il a pas eu du tout les
1404 mêmes conditions de vie qu'un homme de 45 ans, ne serait-ce que parce que 65 ans en
1405 arrière, la guerre n'étaient pas si loin, les conditions de vie étaient quand même beaucoup
1406 plus difficiles, le confort, le machin, le bidule. Alors qu'un homme de 45 ans, il y a très peu
1407 de différence entre quand il est né il y a 45 ans et aujourd'hui. A part l'invention d'internet,
1408 je sais pas. Moi quand je suis née il y avait la télé, il y avait le chauffage, l'école était mixte, il
1409 y avait les avions, il y avait les trains, il y avait les vélos, il y avait les voitures, on partait en
1410 vacance l'été, tu vois ce que je veux dire ? Et par contre, dix ans avant moi, bah il y avait rien
1411 de tout ça quasiment, ou très peu. Enfin, 15 ans avant moi, parce que moi j'ai 50, 15 ans
1412 avant moi il y avait très peu de gens qui avaient le téléphone, il y avait pratiquement
1413 personne qui avait la télé, les gens partaient pratiquement jamais en vacances, la majorité
1414 de la population française était paysanne, on était à la sortie de la guerre, il y avait beaucoup
1415 de restrictions, il y avait encore plein de villes qui étaient pas encore reconstruites etc. etc.
1416 Donc si tu veux, tout ça ça induit énormément de choses au niveau de la santé parce qu'on
1417 n'a pas du tout été nourris de la même façon, on n'a pas du tout eu la même opulence, on
1418 n'a pas du tout eu... Moi il y a très peu de différence entre la façon dont il y a eu de
1419 l'abondance chez moi et dont il y a eu de l'abondance avec mes enfants. Moi j'ai eu des
1420 cadeaux à Noël, mes parents n'ont pas eu de cadeaux à Noël quand ils étaient petits, parce
1421 qu'ils sont nés pendant la guerre tout simplement. Et 15 ans avant moi, les enfants qui sont

1422 nés dans les années 1950, c'est des enfants qui sont nés dans des conditions où ça
 1423 commençait à aller mieux, mais ça COMMENCAIT à aller mieux. Alors que moi je suis née à la
 1424 FIN des années 1960, ça change tout ! Tu vois, 15 ans par rapport à ce qu'il s'est passé dans
 1425 la société, c'est-à-dire la guerre etc. c'est pas la même chose hein, en termes de rapport à
 1426 son corps, de rapport à la santé etc. etc. Voilà.

1427 **ER** : En fait, pour toi le rapport à la santé il est culturel...

1428 **Manu** : Multifactoriel.

1429 **ER** : Multifactoriel.

1430 **Manu** : Oui, il est lié à la façon dont tu as été éduqué, il est lié à ce que t'ont transmis tes
 1431 parents. Par exemple, si t'as une mère qui est extrêmement anxieuse par rapport aux
 1432 médicaments, par rapport aux maladies, par rapport à tout ça, elle va pas du tout
 1433 transmettre le même rapport à la maladie à ses enfants qu'une mère qui en a absolument
 1434 rien à foutre. C'est évident. Et après, les enfants sont plus ou moins éponge de ça. C'est-à-
 1435 dire qu'il y a des enfants, ça va leur passer au-dessus et prendre le contre-pied total, et t'as
 1436 des enfants qui vont complètement reproduire, qui vont eux-mêmes être éperdument
 1437 anxieux au moindre pet de travers et qui vont tout de suite imaginer « cancer » nia nia nia
 1438 nia nia nia, mais ça c'est les mystères de l'âme humaine. De dire que un père autoritaire qui
 1439 a trois enfants, bah sur ces trois enfants t'en auras un qui sera lui-même un père autoritaire,
 1440 un qui sera plutôt correct et l'autre qui sera complètement laxiste. Parce qu'il en a un qui
 1441 sera dans la modélisation, l'autre dans le refus total et l'autre qui fera sa voie et qui prendra
 1442 un peu de ci, un peu de ça, bon voilà. Dès qu'on est dans les extrêmes par rapport à un
 1443 rapport à l'autre et bien on réagit soit dans le modèle, soit en opposition. Une éducation
 1444 trop rigide ça donne chez les gens après de la rigidité ou du laxisme, voilà et le rapport au
 1445 corps est pareil. Je veux dire un rapport au corps qui est très douloureux on va dire, où le
 1446 corps il est synonyme de maladie, de douleur, de honte, de tout ça, ça peut être infiniment
 1447 enfermant pour un enfant. Parce que du coup ton rapport à ton corps, bah c'est « mon corps
 1448 par définition il est MALADE, il est potentiellement dangereux pour moi-même, il est en
 1449 danger, mon corps est en danger, je suis en danger », voilà.

1450 **ER** : Ok. Je sais pas si tu as d'autres choses à rajouter ? Parce que là du coup je suis en train
 1451 de cogiter cogiter (rire).

1452 **Manu** : Ouais mais ça va se décanter, il faut que t'interroge d'autres gens. Tu as d'autres
 1453 interview à faire ?

1454 **ER** : En fait on est trois à travailler sur la santé. En fait, dans la classe, chacun a un thème : il y
 1455 a le corps, la santé – on a décidé de les traiter séparément -, le travail etc. mais tout le
 1456 monde travaille sur les 45-65 ans. Donc je suis avec deux autres personnes et elles font aussi
 1457 un entretien exploratoire, on va les confronter pour voir les thématiques qui ressortent.
 1458 Mais le but des entretiens exploratoires c'est qu'il y ait le plus de diversité possible pour
 1459 qu'on ouvre notre réflexion au plus large et qu'on s'enferme pas dans une direction.

1460 **Manu** : Très bien.

1461 **ER** : Et ensuite, on fera d'autres entretiens où cette fois-ci on va mettre des thèmes et on va
 1462 interroger les personnes sur ces thèmes. Mais en tout cas le but au début c'est de nous, de
 1463 ne pas imposer nos thèmes. Parce que moi je serais arrivé en te disant, « alors Manu il y a
 1464 une prévalence des enjeux de santé entre 45 et 65 ans, donc je vais t'interroger sur ce
 1465 thème, ce thème, ce thème ». ça biaise. Si tu me dis qu'aujourd'hui, au passage à la

1466 cinquante, bah la santé ne t'a pas explosée à la figure et n'est pas remontée dans tes
1467 échelles de priorités, qu'il y a plein d'autres choses qui sont beaucoup plus importantes et
1468 que tu vis tout ça comme une continuité, bah écoutes je vais pas le nier.

1469 **Manu** : Non, c'est ma réalité.

1470 **ER** : C'est ta réalité. Et si aujourd'hui j'étais venu avec mes questions et mes thèmes, on
1471 n'aurait peut-être pas abordé ça tu vois ?

1472 **Manu** : Ouais. Bon tu me tiens au courant en tous les cas.

1473 **ER** : Oui, c'est ça je te tiens au courant. Bon 2 heures.

Entretien n°2/10 – Isa	
<i>« De toute façon c'est inéluctable. Donc ça sert à rien de se poser des questions métaphysiques. Il faut se maintenir le plus en forme possible mais de toute façon, tu peux pas empêcher tes cellules de vieillir. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, femme au foyer, 54 ans, Bac +5, marketing, mariée, trois enfants, atteinte d'une pathologie héréditaire de la peau peu invalidante mais limitant l'exercice dans certaines activités sportives.
Date de l'entretien	5 mars 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	L'Etang la ville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	93 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai contacté Isa par l'intermédiaire de sa fille, qui est une de mes amies de longue date. J'ai été au début assez déstabilisé par son point de vue, qui a constitué une première alternative à mon entretien exploratoire. Il faut dire que cet entretien était seulement mon deuxième. Il s'est globalement bien déroulé car j'ai pu obtenir les réponses à mes principales questions. Néanmoins, j'ai ressenti une certaine retenue de la part de mon enquêté à l'évocation de ses sentiments. Trait de personnalité ou gêne avérée ? Quoi qu'il en soit j'ai voulu ne pas me montrer trop intrusif par respect et pour ne pas engendrer de malaise. Je me suis dit par la suite que c'est peut-être moi qui avait été seulement déstabilisé par son point de vue tout à fait cohérent. Peut-être mon amitié avec sa fille et la fréquentation assez régulière que nous avons par cette relation ont-ils joué ?
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	A la naissance de son deuxième enfant, Isabelle a décidé de mettre un terme à 10 ans de carrière professionnelle pour se consacrer à sa famille. Arrivée à la cinquantaine, elle a vu apparaître les premiers signes de la ménopause et s'est difficilement accoutumée aux désagréments physiologiques qui ont accompagné le phénomène. Un traitement hormonal lui a apporté un léger soulagement. Par ailleurs, consciente des risques sanitaires qui entourent le corps vieillissant, Isabelle a décidé de suivre avec attention les recommandations de son médecin en termes de dépistage. Les contrôles réguliers lui permettent de rester sereine face aux risques de maladies. En outre, depuis l'enfance, Isabelle doit vivre avec une maladie héréditaire qui limite son investissement dans certaines activités sportives. Elle s'y est accoutumée et cette expérience l'aide aujourd'hui à accepter de vieillir. Fille de médecin, elle considère également que le vieillissement est un phénomène naturel, biologique et inéluctable. Il est vain de combattre et pour être heureux, il n'y a pas d'autre choix que de l'accepter.
Enquêteur	Matthieu Pace

1 **Er** : Du coup mon mémoire c'est sur le rapport à la santé des 45-60 ans. Pourquoi étudier cette
2 population ? Parce que souvent, dans tout ce qui est études et tout ça, on s'intéresse beaucoup
3 aux millenials, tous les gens qui vont jusqu'à 30 ans, 20 ans-30 ans, et les 45-60 ans sont peu
4 étudiés. Or c'est quand même une population qui est intéressante. Il y a un allongement de
5 l'espérance de vie etc. et je pense qu'il y a un beau questionnement autour de cette population et
6 je pense aussi que cette population se pose beaucoup de questions. Voilà, donc c'est là-dessus
7 que je fais mon mémoire. Du coup merci d'avoir accepté cet entretien. Je vais commencer par une
8 question. Donc voilà, je sais pas exactement quel âge vous avez ? Je sais que ça ne se fait pas de
9 demander ça à une femme (rire).

10 **Isa** : (rire)

11 **Er** : ... mais en l'occurrence ici c'est pour la bonne cause (rire).

12 **Isa** : 54.

13 **Er** : Ok. Du coup, est-ce que le passage à la cinquantaine a changé quelque chose dans votre vie ?

14 **Isa** : Oui.

15 **Er** : Oui ? A quel niveau ?

16 **Isa** : Le passage de la cinquantaine, tu veux dire par là, sur le plan psychologique ? Le fait de passer
17 de 40 à 50 ou sur le plan de la santé ? Enfin c'est 50 pile ou c'est entre 50 et euh maintenant par
18 exemple ?

19 **Er** : Alors, à partir du moment où vous avez commencé à, je sais pas, ressentir un changement ou
20 à vous poser d'autres questions, à changer de regard sur la vie, peut-être arrivé à un âge, ou... je
21 sais pas justement.

22 **Isa** : Non. Le gros changement de la cinquantaine pour moi c'est la ménopause. Tout simplement.

23 **Er** : D'accord.

24 **Isa** : Où là vraiment c'est un énorme changement.

25 **Er** : D'accord.

26 **Isa** : Sur plein de trucs, sur euh... ben... (rire très court), la ménopause en soi c'est ne plus être,
27 alors c'est pas le cas hein, je suis pas encore ménopausée totalement, mais c'est toute cette
28 période de ménopause qui peut chez certaines femmes être très court et chez d'autres être long.
29 Donc ça c'est toujours la grande question et ça dépend toujours tellement des femmes. Tu vois
30 moi ma sœur qui a, ma plus jeune, pas celle dont je te parlais (avant le commencement de
31 l'enregistrement) mais celle d'avant, mon autre plus jeune encore qui a 52 ans, elle elle est
32 ménopausée depuis qu'elle à 48 ans. Mais elle elle est déjà ménopausée. Elle va avoir 52 ans donc
33 ça fait euh... (compte) 49, 50, 51, 52, voilà 4 ans qu'elle est déjà ménopausée alors que moi qui en
34 ai 54 je ne le suis toujours pas.

35 **Er** : D'accord.

36 **Isa** : Euh donc voilà c'est toute les questions et ce qui change énormément, donc moi comme je le
37 vis, c'est mon sommeil, ça a complètement changé. Alors il avait déjà changé avant quand on a des
38 enfants, mais là depuis que j'ai justement toute cette période de ménopause où j'ai un sommeil
39 très haché, je fais jamais une nuit complète.

40 **Er** : ça c'est lié à la ménopause ?

41 **Isa** : Oui. Oui. Oui oui. Euh... bouffées de chaleur, ça tu ne connaîtras pas (rire), je peux te dire que
42 c'est vraiment super chiant. Et l'autre chose très importante qui a changé, donc mis à part mon

43 sommeil, c'est la peau du visage qui change énormément, qui s'assèche énormément et puis, ben
44 voilà, c'est les deux grandes choses qui, depuis que j'ai 50 ans ont beaucoup changé.

45 **Er** : D'accord. Ouais donc ces changements sont liés à la ménopause.

46 **Isa** : Essentiellement.

47 **Er** : Donc surtout au niveau physiologique. Mais est-ce que ces changements sont liés aussi peut-
48 être à une certaine représentation de la ménopause ? Voilà est-ce que la ménopause a suscité des
49 questionnements, je sais pas, par rapport à un parcours de femme, par rapport à... ?

50 **Isa** : (souffle avec la bouche) Non je me suis pas vraiment posé de questions, ça vient comme ça en
51 fait et puis c'est là où on se dit que bah on vieillit. On y pense pas avant en fait. Et puis dès qu'il y a
52 comment... les premiers symptômes, on se dit « ah ba flûte, ça y est ». Alors ça me gêne par en soi
53 sur le plan du fait que... que je ne serai plus réglée, ça je m'en fiche en soi, c'est plus le fait que
54 maintenant il faut faire attention à plein de trucs. Donc perdre le sommeil c'est vraiment
55 contrariant et puis le fait que maintenant va falloir faire... On commence à se poser des questions
56 auxquelles on ne pensait pas avant, des histoires de est-ce qu'on doit prendre des hormones ou
57 pas ? Chose que j'ai pas du tout envie de faire.

58 **Er** : Des hormones ?

59 **Isa** : Pour, en substitution, pour être mieux si tu veux, pour se sentir mieux par rapport à ça.

60 **Er** : Ok. Se sentir régulée.

61 **Isa** : Oui. Ou alors quand tu commences à te renseigner sur, par exemple l'ostéoporose, des choses
62 auxquelles on ne pense pas avant et tu vois, du coup il faut faire attention à plein de choses à
63 partir de la cinquantaine pour une femme, pour justement ne pas subir tous ces désagréments. La
64 prise de poids aussi qui est... t'as certaines femmes mais il y en a pas beaucoup qui prennent pas
65 de poids. En général tu prends toujours un peu de poids pendant deux, trois ans pendant ta
66 ménopause. Tu fais de la rétention d'eau que tu ne faisais pas avant. Enfin tout ça c'est lié à la
67 ménopause quoi. C'est le gros gros problème.

68 **Er** : Ouais. Et donc ça pose des questions par rapport au vieillissement ?

69 **Isa** : bah voilà, du coup, là tu te dis « ça y est », tu, tu passes dans la phase... tu te rapproches de la
70 fin. Alors tu ne te dis pas que la fin va être proche mais tu te dis que de toute façon, quoi qu'il
71 arrive, ça ne pourra pas aller mieux. Tu commences à avoir aussi, alors une chose aussi que j'ai
72 constaté, c'est des rhumatismes ou tu vois, des choses que j'avais absolument pas avant. Au levé,
73 avant tu te lèves, tu cours partout, t'es bien et puis ben là t'as cinq minutes où il faut que tu te...
74 voilà, tu te remettes bien tout en place (rire). Tu te dis « oh bah mince, j'ai plus le peps que j'avais
75 avant quoi ».

76 **Er** : ouais. C'est-à-dire quand même une baisse d'énergie au niveau physique. On se rend compte
77 peut-être que notre corps a des limites, qu'il est plus capable de et c'est vrai que ça peut
78 effectivement poser des questions. On rentre aussi peut-être dans – de ce que je comprends
79 hein ? Reprenez-moi si je me trompe – mais dans un autre rapport au temps, où des questions
80 qu'on se posait pas du tout avant, maintenant...

81 **Isa** : Oui. On se dit plus la fin est... « On a le temps » comme peuvent le dire nos enfants. Tu vois
82 pour eux quand ils ont quarante ans, c'est dans TRES longtemps. Eh ben pour nous, quand on a 50
83 ans, on se dit pas « quand j'aurai 60 ans c'est dans très longtemps ». Parce que le temps passe de
84 plus en plus vite. Vraiment. Et c'est VRAIMENT vrai quoi.

85 **Er** : On rentre peut-être dans une forme d'urgence.

- 86 **Isa** : Ah oui.
- 87 **Er** : On se dit « si je dois faire quelque chose, c'est maintenant qu'il faut que je le fasse ».
- 88 **Isa** : Pendant que je suis encore en forme. Parce qu'on est quand même encore en forme malgré
89 tout.
- 90 **Er** : Ouais. Et ça, ça a changé des choses au niveau de vos pratiques par exemple ? Voilà au
91 quotidien ? Ou alors vos projets, votre façon de voir la vie ?
- 92 **Isa** : Bah, je fais plus de projets à long-terme, je vis un peu au jour le jour en fait. Je vis comme les
93 choses se présentent et puis je veux profiter de la vie à 100 %. Je dis pas que je voulais pas en
94 profiter avant mais, c'est pareil, quand on a 50 ans, on a nos enfants qui sont plus âgés aussi, enfin
95 qui sont plus grands, qui sont plus autonomes, qui sont moins... qui ont moins besoin de nous
96 entre guillemets, donc du coup on peut aussi passer plus de temps pour soi, prendre plus de
97 temps pour soi en fait.
- 98 **Er** : Il reste des enfants à la maison ou pas ?
- 99 **Isa** : Deux.
- 100 **Er** : Ouais. Il y a Edgar.
- 101 **Isa** : Oui. Et Raphaëlle.
- 102 **Er** : Oui c'est vrai qu'il y a Raphaëlle.
- 103 **Isa** : Raphaëlle elle est là mais plus pour longtemps hein. Normalement.
- 104 **Er** : Et ça vous le vivez comment ?
- 105 **Isa** : Je le vis...bah je me suis fait une raison en fait. (silence). Euh...ça a été, ça a été (souffle avec
106 la bouche) dur il y a trois quand il y a Théodore qui a décidé à 23 ans d'aller vivre sa vie parisienne.
107 Raphaëlle qui était en Finlande et Edgar qui nous a pété un câble, plus Philippe qui était à Lyon. Là
108 j'ai eu tout en même temps et du coup je me retrouvais effectivement toute seule à la maison. Ça
109 a été hyper dur à vivre, aussi. Et c'est là où au final on se dit, mais c'est ma vision personnelle des
110 choses, c'est que quand on a des enfants, mieux vaut pas les faire trop rapprochés, quand on y est
111 attaché. Parce qu'inévitablement ils s'en vont quasiment tous en même temps et c'est pas
112 forcément évident à vivre. Alors que quand ils sont un peu plus étalés dans le temps, bah
113 finalement ils s'en vont pas tous en même temps. Là je dis pas qu'ils s'en vont tous en même
114 temps mais c'est presque le cas quoi, ils ont que deux ans d'écart. Donc, tu vois l'année prochaine,
115 Raphaëlle a l'intention de s'installer et Edgar envisage de partir un an en Irlande. Et Théodore, bah
116 il est à Singapour. Donc là il y aura carrément plus d'enfants.
- 117 **Er** : Ouais.
- 118 **Isa** : Après, là se pose la question de savoir « qu'est-ce qu'on va faire de sa vie ? » et c'est là où il
119 faut se trouver d'autres activités. Quand on a fait le choix comme moi d'arrêter de travailler pour
120 s'occuper de ses enfants. C'est pas le cas non plus de toutes les femmes. T'en as, bon bah les
121 enfants partent mais elles continuent à travailler.
- 122 **Er** : D'accord. Vous au niveau du travail, vous... ?
- 123 **Isa** : Bah toute façon maintenant si je recherche du travail, je trouverais jamais. Ou alors faire du
124 bénévolat mais...
- 125 **Er** : Pourquoi vous dite que vous trouveriez jamais ?

- 126 **Isa** : Parce que ça fait 20 ans que j'ai arrêté de travailler. Donc jamais personne ne voudra de moi
127 sur le marché du travail à mon âge. Je ne me pose même pas la question, c'est évident. Quand je
128 vois ma sœur le mal qu'elle a. Et pourtant...
- 129 **Er** : Vous pensez que c'est lié à quoi ?
- 130 **Isa** : Bah à l'âge.
- 131 **Er** : Ouais et à des représentations que la société peut avoir sur...
- 132 **Isa** : Sur les personnes de plus de 50 ans.
- 133 **Er** : Ouais. Pourquoi ? Qu'est-ce qui leur manquerait ?
- 134 **Isa** : bah, je sais pas. Je sais pas.
- 135 **Er** : ça porterait sur quoi le fait qu'elles soient moins « embauchables » entre guillemets ?
- 136 **Isa** : Parce que maintenant les sociétés, ils veulent employer des jeunes et pas des gens plus âgés,
137 je sais pas. Ou parce qu'ils ont peur qu'on coûte plus cher ou... Alors que moi je trouve que c'est
138 dommage, parce que justement une personne de 50 ans, ses enfants sont partis, elle a plus de...Il
139 y a pas de raisons qu'il y est de l'absentéisme, donc... Et ça peut être quelqu'un qui a envie de
140 s'investir, aussi, dans son travail justement, puisque... il peut même s'investir plus encore.
- 141 **Er** : Ouais. C'est vrai.
- 142 **Isa** : Ils sont pas non plus inféodés aux vacances scolaires donc, quitte à prendre des vacances, ils
143 sont pas obligés de les prendre en juillet-août, ils peuvent les prendre n'importe quand pendant
144 l'année. Donc moi je trouve que pour une société c'est bien aussi. Enfin je sais pas ? Et pour peu
145 que la personne se soit entretenue entre guillemets en informatique et autre, se tienne au
146 courant, savent comment fonctionne un facebook, un instagram, un pinterest, un tout ce que tu
147 veux. Parce que bon t'as des gens qui sont obtus mais t'as des gens qui se tiennent toujours bien
148 au courant... qui s'ouvrent comme les jeunes, enfin voilà.
- 149 **Er** : Mmh. En tout cas, dans ce que je vois au moment de la cinquantaine, c'est vrai qu'il y a un
150 moment où l'on est quand même, où l'on a plus de temps pour soi. Et du coup, pour revenir sur le
151 sujet de la santé, voilà vous me disiez qu'il y avait eu des changements physiologiques qui étaient
152 principalement liés à la ménopause.
- 153 **Isa** : Pour moi oui.
- 154 **Er** : Mais est-ce qu'il y a eu d'autres changements au niveau de la santé ? Je veux dire au niveau
155 des pratiques ou...
- 156 **Isa** : Pour la santé, tu veux dire dans la manière dont je me soigne ? ou dans la manière dont... Je
157 comprends pas trop ta question.
- 158 **Er** : Est-ce que, je ne sais pas, vous vous sentez plus malade ? Ou...
- 159 **Isa** : Non. Pas plus malade qu'avant.
- 160 **Er** : D'accord. Est-ce que vous allez voir plus souvent le médecin ?
- 161 **Isa** : Non. Pas du tout.
- 162 **Er** : Et est-ce que, quand vous êtes malade, vous allez toujours voir le médecin généraliste ou est-
163 ce que vous avez changé la manière de vous soigner ?
- 164 **Isa** : Non, j'ai pas changé ma manière de me soigner. En plus je suis une très mauvaise malade
165 puisque je suis fille de médecin. Donc en général c'était « allô papa au secours », donc depuis
166 qu'on est obligé d'aller voir un médecin généraliste, « obligés », enfin qu'il faut aller voir un

167 médecin généraliste, c'est vrai que moi spontanément, quand j'avais besoin de voir quelqu'un...
 168 Toute façon les gens que je vais voir c'est essentiellement le dermato pour mes grains de beauté,
 169 la gynécologue une fois pas an pour un frottis et une mammographie, quand on veut se tenir en
 170 bonne santé, l'ophtalmo pour les yeux. Donc attends j'ai dit le gynéco, le dermato pour mes grains
 171 de beauté parce que voilà, l'ophtalmo pour les yeux, il reste éventuellement le dentiste quand j'ai
 172 mal au dents. Enfin je veux dire, je l'ai toujours fait depuis toujours.

173 **Er** : D'accord, il n'y a pas eu de changement à ce niveau-là.

174 **Isa** : Aucun.

175 **Er** : Je parle de ça parce qu'il y a quand même pas mal de prévention qui cible justement les 45-60
 176 ans, notamment les plus de 50 ans. Et donc comment est-ce que vous voyez ça ? Est-ce que ça
 177 vous a incité à... voilà est-ce que vous suivez les recommandations de prévention ? (silence) Tout
 178 ce qui est dépistage est-ce que vous le faites ?

179 **Isa** : Alors bah oui. Oui par exemple, des trucs de l'AMFI là qu'on reçoit ?

180 **Er** : Par exemple.

181 **Isa** : Il y a deux choses que nous on reçoit, enfin les hommes ils reçoivent l'AMFI pour le cancer
 182 colorectal et puis les femmes c'est pour la mammographie et le cancer colorectal. Alors en fait je
 183 fais la mammo, de toute façon, depuis toujours, tous les deux ans pouf pouf pouf j'y vais.

184 **Er**: Depuis quand ?

185 **Isa** : (souffle avec la bouche) Je sais pas.

186 **Er**: Depuis que vous recevez les lettres ou déjà avant ?

187 **Isa** : Non. Déjà avant je le faisais. Je le faisais avant et je continue à le faire. Mais en ce qui
 188 concerne le dépistage du cancer colorectal pour l'instant je l'ai pas fait, parce qu'en fait comme j'ai
 189 été régulièrement, j'ai toujours eu de l'anémie férique récurrente depuis toujours.

190 **Er** : Anémie férique c'est bien...

191 **Isa** : Anémie férique ? C'est manque de fer. J'ai toujours eu beaucoup... Donc qui dit manque de
 192 fer, dit fatigue générale, gros coups de fatigues, souvent, on est souvent fatigué, on a souvent
 193 envie de dormir, on se sent pas bien, enfin faible, et c'est lié au manque de fer en fait. Et en fait
 194 j'en ai depuis toujours et c'est certainement lié au fait que j'avais des règles très abondantes. Donc
 195 je faisais jamais attention, régulièrement je faisais des cures de fer, j'allais voir ma gynéco et puis
 196 elle me faisait faire un bilan sanguin, effectivement j'étais en anémie férique, donc on me
 197 redonnait un peu de fer et puis pouf, ça allait bien et j'étais de nouveau pas fatiguée, parce que ça
 198 donne vraiment, d'être en manque de fer, une grosse fatigue générale. C'est tout c'est le seul
 199 symptôme. Tout va bien sauf ça, le fait qu'on a l'impression d'être fatigué en permanence.

200 **Er** : D'accord. Et par rapport au dépistage du cancer colorectal ?

201 **Isa** : Euh... Et bah donc du coup, comme justement mon médecin généraliste comprenait pas.
 202 Parce que bon je lui disais toujours que j'avais des règles abondantes, mais je lui disais que c'était
 203 pas lié à ça, alors que ça devait l'être. Alors il a essayé de chercher toutes les choses qui auraient
 204 pu faire que je perde du sang. Ce qui entraînait mes problèmes de fatigue. Et ça peut être lié à, par
 205 exemple, comment ça s'appelle ? Un ulcère à l'estomac, ou oui c'est ça, un trou dans ton côlon qui
 206 génère des pertes de sang infimes, régulières, voilà. Donc on m'a fait faire une coelioscopie et une
 207 coloscopie pour voir si j'avais pas des problèmes dans le côlon, ni dans l'estomac et tout. Et en fait
 208 tout allait très bien. Et quand tu lis les papiers sur le cancer colorectal, enfin de l'AMFI, quand t'as
 209 eu une coelioscopie ou une coloscopie, ben t'es pas obligé de faire le dépistage parce que...

- 210 **Er** : D'accord, ils l'auraient vu.
- 211 **Isa** : Voilà. Immédiatement.
- 212 **Er** : Ok.
- 213 **Isa** : Donc c'est pas nécessaire.
- 214 **Er** : D'accord.
- 215 **Isa** : Maintenant je l'ai fais il y a un certain temps donc il faudrait que je le fasse.
- 216 **Er** : Ok. Et en fait, justement, par rapport au dépistage du cancer du sein, si je comprends bien,
217 vous avez commencé à le faire avant les recommandations ?
- 218 **Isa** : Oui.
- 219 **Er** : Pourquoi ?
- 220 **Isa** : Parce que j'ai toujours suivi à la lettre les conseils de ma gynécologue.
- 221 **Er** : D'accord.
- 222 **Isa** : Moi je vais voir une gynécologue depuis que j'ai 18 ans. Donc tous les ans je me fais faire un
223 frottis et quand elle a jugé qu'il fallait commencer à se faire une mammo, alors je sais plus
224 exactement, je sais plus si c'était 40 ans ou 45 ans, a vrai dire non, ça devait être 40 ans. Elle m'a
225 dit : « bon bah voilà Isabelle, vous avez 40 ans, maintenant il faut se faire faire une
226 mammographie tous les deux ans ». Donc j'allais faire faire ma mammographie tous les deux ans.
227 Comme de toute façon tous les ans j'allais la voir pour mon frottis, une fois sur deux elle me faisait
228 mon ordonnance pour que j'aie me faire faire mon... flûte...ma mammographie. Donc si tu veux,
229 je suivais entre guillemets les ordres de mon médecin.
- 230 **Er** : Vous avez finalement une totale confiance dans l'institution médicale et les médecins
231 « classiques ». Vous trouvez pas qu'il y a une surenchère - dans le sens où vous êtes considéré
232 comme un groupe à risque – une surenchère en termes de prévention ?
- 233 **Isa** : Non.
- 234 **Er** : Non. Et c'est peut-être lié, je sais pas, à votre éducation ? Le fait que vous ayez un père
235 médecin.
- 236 **Isa** : Oui certainement. Et puis je trouve que... enfin je veux dire, après il y aussi quand tu parles
237 avec les femmes autour de toi. T'en as qui font jamais de frottis ou qui font jamais de
238 mammographie et puis un jour elles se découvrent un cancer du sein et c'est vraiment trop
239 stupide, parce qu'à la mammographie a priori, ça se détecte. Donc il faut quand même apprendre
240 à se palper les seins pour voir si on n'a pas de tumeur et puis une mammographie c'est un examen
241 qui dure vraiment un quart d'heure. Si c'est pour être en bonne santé autant le faire.
- 242 **Er** : Et vous savez pourquoi vos amies elles le font pas contrairement à vous ?
- 243 **Isa** : Bah il y en a qui n'y pense pas, il y en a qui ont la peur du médecin. Tu sais c'est comme les
244 gens qui ont peut d'aller chez le dentiste, c'est pareil hein ? Moi la question se pose pas, je préfère
245 avoir... enfin je préfère ne pas avoir mal aux dents et aller me faire faire un check-up une fois par
246 an chez le dentiste. ça prend 5 minutes, il regarde tes dents, il regarde si t'as une carie, il te fais un
247 détartrage, ça prend 20 minutes et du coup t'es tranquille pour l'année.
- 248 **Er** : ET du coup ça c'est des règles que vous avez apprises quand vous étiez petite ?
- 249 **Isa** : Bien sûr.

250 **Er** : ça faisait partie de votre éducation. Et quel était le discours de vos parents vis-à-vis de ça ? Vis-
251 à-vis de la santé ? Je suppose qu'il y avait une éducation particulière du fait de la profession de
252 votre père ?

253 **Isa** : Ben euh... oh oui et non. C'est-à-dire que quand t'es enfant de médecin, t'es jamais forcément
254 trop trop bien soigné, c'est-à-dire que même quand t'as la grippe avec 40 de fièvre, on te colle une
255 aspirine et tu vas quand même à l'école, tu restes pas couché. Mais à côté de ça, on faisait
256 régulièrement des cures de vitamines pour être en forme et voilà. Donc... (silence).

257 **Er** : D'accord. Et est-ce que vous avez parfois recours à des médecines alternatives ?

258 **Isa** : Alors pour moi non.

259 **Er** : Enfin douces, naturelles, je sais pas.

260 **Isa** : Oui, tu veux dire par-là des ostéopathes ou des trucs comme ça ?

261 **Er** : Voilà, de manière assez large. Ça peut aller de l'ostéopathe au naturopathe, jusqu'au
262 guérisseur, au barreur de feu, enfin des choses comme ça.

263 **Isa** : Ah oui. Alors ça j'ai pas fait parce j'espère que j'en aurais jamais besoin, je pense que les
264 guérisseurs, c'est quand vraiment je pense que t'as plus vraiment de solutions et que tu veux
265 traiter un problème. L'ostéopathie, pour moi personnellement, je n'y ai jamais eu recours parce
266 que je pense ne pas en avoir besoin. Maintenant j'y ai eu recours pour Philippe et pour Raphaëlle
267 et Edgar. Je suis allée voir Anne parce qu'Edgar il avait beaucoup de TICs, donc elle m'avait dit
268 qu'elle pouvait faire quelque chose et effectivement elle lui a nettement réduit ses TICs. Et puis
269 Raphaëlle avait un problème récurrent de mal au coccyx qu'elle arrivait pas à éradiquer parce que
270 voilà. On est allé voir Anne, en une séance c'était fini. Et Philippe c'était un problème de foulure à
271 la cheville, il avait fait, comment ça c'était passé ? C'était au ski je crois, il s'était mal réceptionné
272 ou en raquettes, il s'était tordu la cheville, il avait horriblement mal et il partait trois jours après
273 pour un séminaire je sais plus où et il avait tellement mal qu'il fallait une solution drastique
274 immédiate pour essayer de traiter le problème et Anne l'a pris pareil, une ou deux fois pour voilà.
275 Et ça les a soulagés. Donc ils en étaient contents.

276 **Er** : Ouais et ça, ça vous paraît... ? Vous avez fait d'autres... ?

277 **Isa** : Alors pareil, pas pour moi mais pour les enfants des séances de kiné, qui ont été, comment
278 dire ? Enfin c'est le docteur L qui a demandé à ce qu'il y ait des séances de rééducation pour Edgar,
279 parce qu'il s'était fait une luxation du coude, donc il a eu 15 séances de kiné. Et puis Philippe pour
280 son cou, il a mal au cou donc pareil 15 séances de kiné. Mais pareil, parce que c'est une
281 ordonnance du médecin.

282 **Er** : D'accord. Ah oui donc c'est quand même sur les recommandations de l'institution médicale et
283 c'est pas totalement de votre fait. Quand je vous disais médecines alternatives, ce serait aussi des
284 médecines, voilà comme la naturopathie etc.

285 **Isa** : Non.

286 **Er** : Non. Vous n'en ressentez pas le besoin.

287 **Isa** : Non. Bah c'est-à-dire que... naturopathie c'est quoi ? C'est par exemple les huiles essentielles,
288 des choses comme ça ?

289 **Er** : Oui voilà, c'est ça, après c'est aussi des question d'équilibre alimentaire. Mais après si vous en
290 faites pas, c'était juste comme ça pour savoir si les médecines douces ça vous parlait.

291 **Isa** : Un peu d'homéopathie de temps en temps oui, mais pour des choses très connues. Par
292 exemple, l'arnica homéopathique j'en ai toujours dans mon armoire à pharmacie parce que depuis

293 que les enfants tombent et tout c'est pratique. Même nous, enfin je veux dire, voilà. Et puis après
 294 si, j'ai de temps en temps... Mais tu sais après c'est toujours la même chose, c'est plus par le
 295 bouche à oreille. Par exemple, ma sœur suisse justement elle est très médecines comme ça,
 296 naturopathie, homéopathie et tout ça. Donc elle me donne ses conseils, alors j'écoute les conseils
 297 de ma sœurs. Alors par exemple, quand il y a une brûlure, elle m'a conseillé de l'élícise (?) en
 298 huile essentielle et donc effectivement j'en ai un petit flacon à la maison et effectivement, quand
 299 j'ai une brûlure, plutôt que de me mettre de la bïafine, je me mets ça et c'est super efficace.

300 **Er** : Et c'est plus efficace que la bïafine ?

301 **Isa** : Ah oui. Moi je trouve. De même que, quand je pars en voyage, j'emporte des huiles
 302 essentielles. Alors par exemple j'utilise l'huile essentielle de lavande, c'est pour donner un petit
 303 peu un effet soporifique et aussi pour éviter les poux dans les cheveux. Ça je l'ai emporté quand
 304 on est allé au Vietnam l'année dernière. J'ai... donc ce que j'ai toujours sur moi c'est ça. J'ai de la
 305 mente poivrée pour les nausées et les vomissements. Et j'ai de la cannelle de Chine pour un
 306 antiseptique intestinal.

307 **Er** : C'est marrant, c'est original. Ça vient d'où ?

308 **Isa** : Bah de ma sœur.

309 **Er** : Ah oui oui.

310 **Isa** : Parce que ma sœur elle est très pro-médecines comme ça. Et elle quand elle part en voyage
 311 elle toujours ces trucs-là, elle me les a conseillés. Et tu vois quand on est allé au Vietnam, alors
 312 justement j'avais pris des probiotiques avant de partir, la veille du départ, pendant tout le séjour,
 313 et quatre jour après le retour, quand on est allé au Vietnam, parce qu'on a quand même mangé
 314 des choses pas terribles terribles. Philippe s'est foutu de moi et j'avais donc ma cannelle de Chine.
 315 Alors ma sœur m'avait dit « t'achètes des capsules neutres et tu te mets deux gouttes de cannelle
 316 de Chine dessus quand tu vas par exemple manger dans un boui boui et que tu penses que c'est
 317 pas hyper clean et que tu risques d'être malade ». Et donc j'avais pris mes probiotiques pendant
 318 mon voyage au Vietnam, plus il y a deux fois où on a mangé dans des trucs à mon avis pas tops,
 319 donc j'avais pris ça en préventif. J'ai pas du tout été malade alors que Philippe qui n'en avait pas
 320 pris il a été malade. Donc je me suis dit « ah ! ».

321 **Er** : Mais il y a pas des...

322 **Isa** : Et alors du coup, la fois d'après, la première fois il était malade, et dans le deuxième boui-boui
 323 où on a mangé, où je m'étais dit « oula ça va pas être top », il en a pris et cette fois-là il a pas été
 324 malade.

325 **Er** : Ok (rire).

326 **Isa** : (rire).

327 **Er** : Mais il y a pas des médicaments plus connus contre la...

328 **Isa** : Plus connus, alors t'as l'immodium et t'as le... oui ! Je veux pas non plus faire du matraquage
 329 de médicaments. Si je peux me faire ça avec des trucs plus naturels, tant qu'à faire j'aime autant.
 330 Enfin j'ai pas envie de me prendre de l'immodium, du vogalib, du... qu'est-ce qu'il y a d'autre ? Des
 331 antidiarrhéiques, le spasfon et tout ça... voilà quoi. Et puis limite je trouve pas ça plus efficace,
 332 donc franchement.

333 **Er** : Et c'est moins naturel.

334 **Isa** : Et c'est moins naturel ! Donc voilà.

- 335 **Er** : D'accord. Vous trouvez que la médecine classique c'est parfois trop chimique, trop... ? Il y a un
336 questionnement là-dessus ?
- 337 **Isa** : (souffle avec la bouche). Non parce que si le médicament est efficace je pense que ça vaut la
338 peine de le prendre et puis que c'est toujours bon quand même d'avoir l'avis d'un médecin. Enfin
339 je veux dire le médecin c'est son métier. Faire forcément de l'automédication c'est pas forcément
340 une bonne chose. Là je fais de l'automédication pour des petites choses. Si j'ai vraiment très mal à
341 la tête, ben je me prends une aspirine et si j'ai peur d'avoir une diarrhée quand je pars en voyage
342 bon. Par contre, il est évident que si j'ai une grosse gastro ici, bah je prendrai les médicaments que
343 me donnent le médecin. Quand même. A priori.
- 344 **Er** : Mmh. Et quand vous êtes un peu malade, je sais pas un rhume etc., vous...
- 345 **Isa** : Je fais de l'automédication.
- 346 **Er** : Vous faites de l'automédication mais avec des médicaments classiques ?
- 347 **Isa** : c'est ça.
- 348 **Er** : ok. Vous vous dites pas « je vais attendre que ça passe » ?
- 349 **Isa** : Ah non. Bah non, j'essaie de me soigner quand même. Et puis à côté de ça, c'est vrai que, bon
350 c'est toujours la même chose, depuis que Raphaëlle existe, nous avons changé nos habitudes
351 alimentaires et on s'en trouve beaucoup mieux aussi.
- 352 **Er** : D'accord. C'est-à-dire changer vos habitudes ?
- 353 **Isa** : Bah on mange plus de pain blanc, on mange que du pain complet, du pain à l'épautre
354 essentiellement, du pain au levain. On boit quasiment plus de lait de vache, maintenant. On boit
355 plutôt des laits végétaux. On mange beaucoup de fruits, beaucoup de légumes. On a
356 complètement changé. Moins de féculents, plus de fruits frais et de légumes frais.
- 357 **Er** : Mais ça c'est lié, en fait c'est à l'initiative de Raphaëlle ?
- 358 **Isa** : Ouais.
- 359 **Er** : C'est pas à votre initiative ?
- 360 **Isa** : Non.
- 361 **Er** : Et ça fait combien de temps que vous avez changé d'habitudes alimentaires du coup ?
- 362 **Isa** : Oh ça fait deux ans.
- 363 **Er** : Deux ans ?
- 364 **Isa** : Oui c'est ça, deux trois ans.
- 365 **Er** : Et c'est dû à quoi ?
- 366 **Isa** : Ben, pour moins se compliquer la vie quand on fait les repas en fait. C'est pas la peine de faire
367 5 repas différents pour 5 personnes différentes.
- 368 **Er** : D'accord, c'était plus pour s'aligner sur les nouvelles habitudes de Raphaëlle.
- 369 **Isa** : Et parce que visiblement ça lui convenait bien. Donc on s'est dit « si ça lui convient bien, il n'y
370 a pas de raisons que ça nous convienne pas bien ». Et comme nous on a trouvé qu'effectivement
371 c'était meilleur pour nous, et ben finalement on fait comme ça.
- 372 **Er** : Ok. C'est-à-dire meilleur pour vous ?
- 373 **Isa** : On se sent mieux en fait. Sur le plan digestif, ouais c'est ça.

- 374 **Er** : Et éliminer le lait vache, pourquoi le lait de vache c'est... ?
- 375 **Isa** : Euh je saurais pas trop de dire.
- 376 **Er** : D'accord. Ouais donc c'est vraiment par rapport à Raphaëlle.
- 377 **Isa** : Oui.
- 378 **Er** : Ok. Parce qu'elle est allée voir quelqu'un ?
- 379 **Isa** : Oui, une diététicienne, Rose L.
- 380 **Er** : Ah oui. Donc ça part de là.
- 381 **Isa** : Bon j'en mange encore un peu quand même. Mais moins.
- 382 **Er** : Mais comme elle est pas tout le temps là, vous avez gardés ces habitudes ?
- 383 **Isa** : Oui, oui, oui parce que finalement on aime bien, donc, on s'est beaucoup mis au thé vert aussi
384 mais on se rend compte que ça nous convient mieux aussi et tu vois même Philippe qui se moquait
385 d'elle par rapport à ça, et ben depuis qu'il ne boit plus de café au lait et depuis qu'il mange du
386 porridge le matin avec des fruits et ben il se sent beaucoup mieux.
- 387 **Er** : Ouais. C'est parce que vous vous sentez mieux que vous avez continuez.
- 388 **Isa** : Il n'y a plus de fringales. Par exemple la fringale de 10h elle existe plus. On arrive très bien à
389 tenir jusqu'à midi.
- 390 **Er** : Pourquoi avant vous mangiez quoi ?
- 391 **Isa** : Bah c'était café au lait, tartines, beurre, confiture. Mais en même temps quand tu lis dans les
392 journaux, dans les articles, c'est juste ce qu'il y a de plus mauvais pour l'estomac. Un café au lait
393 c'est pire que tout quoi.
- 394 **Er** : Ah ouais ? Et ça vous intéresse tout ce genre de... ?
- 395 **Isa** : Bah ce que je remarque, c'est que depuis qu'on en boit plus, on est moins nauséeux, ou on se
396 sent moins lourd, on est moins, voilà.
- 397 **Er** : Et à 50 ans, est-ce que vous vous êtes dits, « voilà j'ai envie de prendre plus soin de moi »,
398 j'ai...
- 399 **Isa** : Oh bah oui. Oui quand tu as 50 ans t'as envie de durer le plus longtemps possible et en
400 meilleure santé. Enfin voilà, être en bonne santé.
- 401 **Er** : Ok. Et être en bonne santé qu'est-ce que ça veut dire pour vous ? Qu'est-ce que c'est être en
402 bonne santé à 50 ans pour vous ? (silence). Je ne dis pas ce que c'est être en bonne santé dans
403 l'absolu, mais qu'est-ce qui fait que vous vous diriez là maintenant « voilà, là je suis en bonne
404 santé ? »
- 405 **Isa** : Eh ben être en bonne santé, c'est pas être fatigué, avoir mal nulle part, avoir envie de se
406 bouger. Voilà, pas être apathique. (souffle avec la bouche), je sais pas quoi te dire (rire). Tiens tu
407 vois voilà, un truc qui m'a fait vachement plaisir, c'est quand on était au Vietnam l'année dernière,
408 on a fait un trekking avec Théodore et on a donc suivi une guide en montagne, on a marché
409 pendant 6h sur des pentes super raides et je l'ai entendu dire, Théodore dire à son père « bah dis
410 donc maman elle a la pêche ! Je pensais pas qu'elle suivrait aussi bien ! ».
- 411 **Er** : Et ça qu'est-ce que ça vous a fait d'entendre ça ?

- 412 **Isa** : bah j'étais super contente. Parce que ça prouve que même s'il pense dans sa tête que je suis
413 une vieille, parce que bon quoi qu'on dise, nos enfants pensent qu'on est des vieux, bah au final
414 on les surprend encore en étant capable de faire comme eux.
- 415 **Er** : Et sous le regard des enfants vous avez l'impression d'être vieux, mais ce trekking ça vous a
416 permis justement de prouver...
- 417 **Isa** : Qu'on est peut-être vieux mais qu'on reste quand même tonique et voilà, alerte et dynamique
418 et...
- 419 **Er** : En fait vous êtes vieux mais vous êtes encore jeune c'est ça ? (rire)
- 420 **Isa** : On est vieux mais encore jeune (rire).
- 421 **Er** : Ok. Et au niveau de cette volonté de se maintenir en bonne santé, hormis l'alimentation,
422 vous...
- 423 **Isa** : Bah je fais du sport. Ça indispensable. Trois fois par semaine. Je vais au cours de gym. Alors,
424 moi tu sais j'ai aussi mon problème d'ampoules, comme Raphaëlle. Donc le sport il est limité. Je
425 peux pas faire, alors là le trekking c'était très bien parce que c'était au Vietnam et qu'il faisait 5
426 degrés. S'il faisait 30 degrés je pourrai pas le faire. Donc je suis aussi limitée au niveau du sport. Je
427 peux pas faire de marathon, je peux pas faire de tennis, je peux pas faire d'aviron, je peux pas faire
428 de cheval. Voilà donc après je suis un peu limitée au niveau sport. Donc ça se limite à... Je fais du
429 pilate, du stretching, un peu de cardio-training en salle et puis je promène mon chien.
- 430 **Er**: Et vous avez toujours fait du sport ?
- 431 **Isa** : Alors la gym j'en ai toujours fait, toujours toujours, même quand les enfants étaient petits.
432 J'en faisais une fois par semaine parce que j'avais pas forcément le temps. Là maintenant que j'ai
433 plus de temps, bah j'y vais trois fois par semaine. Et puis je pense que ça me fait du bien. De toute
434 façon c'est important pareil de se maintenir en forme.
- 435 **Er** : Et qu'est-ce que ça vous apporte le sport ?
- 436 **Isa** : Bah ça maintien mes muscles en forme. Enfin je veux dire c'est important aussi de se bouger.
- 437 **Er** : Mais ça vous procure quoi dans votre ressenti ? C'est pour vous sentir bien ? C'est pour...
- 438 **Isa** : Oui. Pour me sentir bien.
- 439 **Er** : Et peut-être pour garder un contrôle sur le fait qu'on ait l'énergie qui baisse, je sais pas ?
440 (le mari Philippe entre dans la pièce avec son père)
- 441 **Isa** : (à moi) Tu m'excuses un instant ?
- 442 **Er** : Oui oui.
- 443 **Isa** : (dit au revoir à son beau-père).
- 444 **Er** : (au beau-père) Au revoir !
- 445 **Er** : (à Isa) Et du coup la cinquantaine vous la vivez plutôt de manière positive ? Vous vous dites
446 « j'ai plus de temps pour moi » ou alors « je me pose des questions » ? Cela suscite des
447 inquiétudes ? Ou alors c'est quelque chose de très positif ?
- 448 **Isa** : Ah non c'est pas positif.
- 449 **Er** : Non ?
- 450 **Isa** : Non c'est pas positif parce que je te dis, à la cinquantaine il y avait la ménopause et puis il y a
451 ce fait où l'on sent qu'on fatigue plus vite, on a le démarrage du matin qui est plus lent, on

452 commence à avoir des petites douleurs qu'on avait pas avant et tout. Et on sait que de toute
453 façon, quoi qu'il arrive, ça ne va pas aller en s'améliorant. Donc c'est pour ça, il faut s'entretenir
454 pour être le plus en forme possible. Mais on sait très bien, on a la vue qui continue à baisser,
455 maintenant on est presbyte à 50 ans (petit rire).

456 **Er** : Vous avez l'impression d'être sur une autre pente.

457 **Isa** : Bah on est FORCÉMENT sur la pente descendante et puis on se pose des... on se dit que bah
458 voilà, on vieillit quoi et que de toute façon ça va pas aller en s'améliorant. Alors on essaie de pas
459 trop y penser, on fait d'autres trucs. Les enfants partent mais on est encore en forme. On n'est pas
460 encore grands-parents, donc on a encore un peu plus de temps pour soi mais enfin, je pense que
461 le bel âge c'est 40, c'est pas 50. 40 tu te poses pas encore des questions de te dire « ça y est je
462 commence à vieillir ». A 50 oui.

463 **Er** : D'accord, donc à 50, principalement en raison de changements physiologiques, mais aussi au
464 départ des enfants, donc à plein de choses qui ne sont pas d'ordre corporels, il y a un
465 bouleversement. C'est un ensemble de bouleversements corporels, familiaux...

466 **Isa** : Exactement.

467 **Er** : Mais principalement c'est quand même une rupture qu'on sent dans son corps quoi ?

468 **Isa** : Ouais.

469 **Er** : Et donc pour revenir un peu sur la ménopause, c'est quelque chose qui a aussi changé une
470 représentation que l'on avait de soi en tant que femme ?

471 **Isa** : Non alors moi personnellement je m'en fous.

472 **Er** : Ok.

473 **Isa** : Je m'en fous. Et on dit parfois que certaines femmes, qui ont en plus des filles, sont jalouses
474 du fait qu'elles elles perdent leur féminité alors que leurs filles en gagnent. Moi je vis pas ça
475 comme ça du tout. Donc le fait de plus être... comment dire ? Féconde, je m'en fous. En même
476 temps moi j'ai eu trois enfants donc ça va hein ? J'ai pas besoin d'en avoir plus et...

477 **Er** : D'accord, en fait le fait de perdre sa « fécondité », je ne sais pas comment appeler ça, ça ne
478 remet pas en cause l'image que vous avez de vous, en tout cas ça n'atteint pas votre féminité.

479 **Isa** : Non.

480 **Er** : Et cette sérénité comment vous l'expliquez ? Vous l'expliquez parce que vous êtes allez au
481 bout de votre désir de femme et de grossesse ? Puisque de toute façon vous ne vouliez plus
482 d'enfants c'est ça ?

483 **Isa** : Oui, je pense que... et puis bon j'ai eu des césariennes, je voulais pas avoir une 4ème
484 césarienne et puis trois enfants c'est déjà bien et puis, non, on se sent toujours femme quand
485 même.

486 **Er** : D'accord. C'est pas tant une question de se dire « bah la ménopause ça a imputé mais
487 féminité », mais plutôt une gêne qui porte sur des bouleversements physiques. C'est comme un
488 rappel du corps, enfin le corps on le vit tous les jours sans s'en rendre compte, mais là en
489 l'occurrence il nous revient sous forme de désagrément. Enfin je me permets de reformuler, mais
490 je ne veux pas trahir votre pensée. Mais peut-être qu'on se pose des questions plus existentielles
491 sur le fait qu'on est en train de rentrer dans le vieillissement, ce qui signifie qu'on est sur une autre
492 pente de la vie quoi.

493 **Isa** : Sur la pente descendante (rire).

- 494 **Er** : Sur la pente descendante. Ce qui signifie que ce que l'on a aujourd'hui, on l'aura plus demain.
- 495 **Isa** : Ouais.
- 496 **Er**: Et du coup le présent devient un peu un moment de tension quoi.
- 497 **Isa** : Ouais.
- 498 **Er** : Il y a tout ça ?
- 499 **Isa** : Ouais.
- 500 **Er** : Et du coup au niveau psychologique, est-ce que par rapport à tous ces bouleversements vous
501 avez noté un changement psychologique ? (silence) Voilà, un changement d'état d'esprit ? Des
502 difficultés psychiques ou au contraire. Quel est votre état d'esprit ?
- 503 **Isa** : (silence). Bah je sais pas. J'essaie de pas trop me poser de questions, j'essaie de... (souffle
504 avec la bouche) de me dire que je vais pouvoir encore rester longtemps avec mon mari et pas être
505 seule. En fait j'essaie de pas trop penser parce que sinon on déprime en fait. Si on pense à tout ça.
- 506 **Er** : D'accord.
- 507 **Isa** : Comme je te disais, je préfère ne pas faire de projets à long-terme, je préfère vivre au jour le
508 jour et pas commencer à me dire « bon alors dans 5 ans ce sera comme-ci, dans 5 ans ce sera
509 comme ça ». Je profite du temps présent. Je profite de mes enfants tant qu'ils sont encore là, de
510 mon mari maintenant qu'il est là.
- 511 **Er** : Vous avez pas eu, quand vous me parliez de baisse d'énergie physique, une baisse d'énergie
512 psychique ? Vous êtes plutôt sereine ? Plutôt inquiète ?
- 513 **Isa** : (silence). Inquiète pour ?
- 514 **Er** : Je ne sais pas. Vous n'avez pas senti de changement à partir de votre ménopause, qui pour
515 vous a été la vraie rupture ? Ça n'a pas impacté, sans que ce soit précisément lié à la ménopause,
516 mais vous n'avez pas senti un changement, qu'il soit positif ou négatif dans votre vie, au niveau
517 psychologique ?
- 518 **Isa** : Non. Non parce que de toute façon c'est inéluctable. Donc ça sert à rien de se poser des
519 questions métaphysiques. Il faut se maintenir le plus en forme possible mais de toute façon, tu
520 peux pas empêcher tes cellules de vieillir et puis de, voilà quoi. Donc je me pose pas de questions
521 par rapport à ça en fait.
- 522 **Er** : D'accord. Ok. Donc le vieillissement vous l'acceptez. Pour vous ça fait partie de la vie. Ou alors
523 est-ce que c'est quelque chose contre lequel il faut un peu lutter ?
- 524 **Isa** : Oui ! Comme je te dis, il faut s'entretenir parce que si l'on se laisse complètement (souffle
525 avec la bouche)... déprimer par ça on ne vit plus quoi. Alors par moment, c'est vrai je me dis
526 « olala, un jour je serai très vieille et un jour je serai très... ». Je me dis « je veux mourir avant mon
527 mari parce que je veux pas me retrouver toute seule ». Bon et puis en plus comme justement
528 maintenant les gens vivent de plus en plus vieux, les reportages sur les maisons de retraite t'as
529 qu'une envie c'est de te suicider. C'est vraiment pas... Donc on espère toujours que nos enfants
530 s'occuperont de nous quand on sera plus âgés.
- 531 **Er** : Pour vous la vieillesse c'est la maison de retraite ?
- 532 **Isa** : Non. Bah non regardes mon beau-père ! Non j'espère que j'aurai la pêche comme lui ! Et
533 quand je vois mes parents, bon mes parents ils ont dix ans de moins mais ils vivent encore
534 ensemble, sous le même toit et tout, mais on voit que de toute façon on vieillit, quoi qu'il arrive.
535 Mais bon, faut pas penser parce que sinon tu vis plus en fait.

536 **Er** : Et donc c'est à partir de quand ou de quoi la vieillesse pour vous ? C'est à partir d'un âge ?
537 C'est à partir...

538 **Isa** : Non. C'est pas à partir d'un âge. Je crois que c'est plutôt quand vraiment le corps suit plus en
539 fait. Mais ça, même quand tu l'entretiens ton corps, t'es pas à l'abri... Tu vois mon beau-père, il a
540 fait un petit problème cardiaque au mois de novembre, alors que pourtant il est hyper, il
541 s'entretient, il fait du vélo, il jardine. Mais bon, quand tu es plus âgé, t'es par exemple plus sensible
542 au froid. Mon père il s'est fait un gros rhume. Alors dès que t'as un gros rhume ça fatigue
543 énormément. Ma mère, il y a trois ans elle a eu un zona. Tu peux rien contre ces choses-là et le
544 problème c'est que plus tu avances en âge, plus ça te fatigue, plus tu mets de temps à t'en
545 remettre. Mais ça c'est inéluctable en fait. Tes cellules sont plus âgées, tu vieillis.

546 **Er** : Oui. Et par rapport... j'ai perdu ma question, il faut que je les notes.

547 **Isa** : Je vais te donner un crayon si tu veux.

548 **Er** : Oui il y a plein des questions qui me viennent et quand on parle sur d'autres choses j'oublie.

549 **Isa** : Bah je suis désolée parce que du coup je te...

550 **Er** : Ah non pas du tout. Mais comme ça dès que j'ai une question je la note. Et donc est-ce que le
551 fait que vos amis vieillissent et, comme vous, soient à la même étape de leur vie, est-ce que ça ça
552 vous préserve de l'angoisse ?

553 **Isa** : Oui parce qu'en plus on se rend compte qu'on a des amis plus jeunes après. Quand on a une
554 trentaine d'années, on a des amis plutôt dans la même tranche d'âge et puis après, plus on vieillit,
555 plus on se rend compte qu'on a des amis...J'ai aussi bien des amis qui ont 70 ans que des amis qui
556 en ont 40, tu vois ? Donc tu profites de l'expérience de ceux qui en ont 70 parce que, par exemple
557 j'ai une amie qui a 70 ans, que je connais depuis 20 ans. Donc elle je l'ai vue, quand je l'ai connue
558 et ben elle avait mon âge de maintenant en fait. Et je vois comment elle vieillit et elle vieillit bien,
559 donc c'est plutôt rassurant.

560 **Er** : Oui ça vous dit que vous avez encore...

561 **Isa** : Mais bien sûr ! Oui voilà, que j'ai encore du temps devant moi.

562 **Er** : Oui. On n'est plus comme avant à 50 ans, à se dire qu'il nous reste 5 ou 10 ans à vivre.

563 **Isa** : Oui, on ne se pose plus la question.

564 **Er** : Ouais l'avenir est encore ouvert.

565 **Isa** : Oui.

566 **Er** : Et l'idée c'est de se maintenir en bonne santé.

567 **Isa** : Voilà.

568 **Er** : Donc en capacité de faire des choses le plus longtemps possible.

569 **Isa** : Oui.

570 **Er** : Donc pour ça c'est, voilà le sport...

571 **Isa** : Bah le sport, bien se nourrir, bien dormir, entretenir sa mémoire.

572 **Er** : Et quand vous me disiez finalement que vous étiez contente quand vous avez fait votre trek,
573 que Théodore dise « oh bah les parents ils suivent ! », est-ce que le sport c'est une manière pour
574 vous de vous situer dans le vieillissement ? Parce qu'avant, arrivé à un certain âge, PAF on rentrait
575 dans la case vieux, on devait avoir tel type d'activité etc. Là, vous vous ne vous définissez pas
576 comme « vieille », personne âgée ?

- 577 **Isa** : Bah non.
- 578 **Er** : Vous ne vous définissez pas non plus comme jeune ?
- 579 **Isa** : Non. Pas comme jeune, mais tu vois j'ai même une amie...quelle âge elle a Sophie ? 63 ans et
580 (silence)... en fait ça confirme, souvent quand t'as 50 ans mais même encore après, t'es plus jeune
581 dans ta tête que réellement devant ta glace en fait. Mais il y a plein de femmes qui te le dirons ça.
582 A 50 ans t'as peut-être une physique de 50 ans mais t'as 40 ans dans ta tête. Ça t'empêche pas de
583 rigoler et de chahuter et de voilà. On est plus serein mais ça nous empêche pas de rigoler et de
584 déconner comme les gens de votre âge peuvent le faire.
- 585 **Er** : Et ça ça pose pas question ? De se dire finalement, « je suis restée moi-même dans ma tête et
586 mon corps »...
- 587 **Isa** : Non je me pose pas de questions parce que mes amies tiennent les mêmes propos, donc si tu
588 veux c'est pas une question unique, enfin c'est pas une constatation unique, c'est qu'en fait on est
589 toute dans le même cas. Tu vois j'ai mon amie qui est 63 ans, en plus elle elle est hyperactive
590 donc, elle ARRETE PAS mais alors les journées, je sais pas comment elle fait tellement elle fait des
591 trucs, elle est incroyable. Mais parfois ce qui l'énerve c'est de se dire que justement elle a 63 ans,
592 qu'elle est encore bien, bon elle a un peu mal à ses genoux, elle peut plus non plus faire tout ce
593 qu'elle faisait avant, mais elle sait très bien qu'elle vieillit et que c'est inéluctable. Mais ça
594 l'empêche pas de continuer à faire plein de choses. Et puis comme elle me dit, « j'ai peut-être 63
595 ans sur le passeport mais pas dans ma tête ».
- 596 **Er** : Et du coup, c'est là où je voulais en venir. Maintenant qu'on a plus de repères collectifs qui
597 nous disent qu'à tel âge, on est à telle étape de notre vie et on doit avoir telles activités et on est
598 dans telle catégorie...
- 599 **Isa** : Avant t'étais catalogué dans telle catégorie en fonction de ton âge. Plus maintenant.
- 600 **Er** : Voilà.
- 601 **Isa** : Regardes, Philippe il a 55 ans, le nombre de gens qui lui disent, « mais c'est pas possible, t'as
602 huit ans de moins ! Bah non ! » Et tu vois hier encore on était chez des amis et il y en a un qui ne
603 voulait pas le croire. Après, il y a le physique mais il y a aussi ce qu'il y a dans ta tête quoi. Donc
604 t'es plus dans une catégorie en fait, plus maintenant.
- 605 **Er** : Voilà. Et du coup maintenant, quand on arrive à 50 ans, bah on prend un peu conscience de
606 notre finitude, c'est-à-dire qu'on se rend compte que la vie a une échéance, mais en même temps,
607 vu qu'on n'a plus de repères collectifs qui nous placent dans des catégories d'âge, est-ce que le
608 sport, ça devient pas un moyen pour évaluer, par le corps, où l'on se situe sur la pente du
609 vieillissement ?
- 610 **Isa** : Si ! Si parce que c'est vrai qu'à 50 ans, tu fais plus forcément les mêmes sport ou ça dure
611 moins longtemps, donc forcément c'est là où tu te rends compte que t'es moins en forme, mais ça
612 t'empêche pas de continuer à la faire quand même.
- 613 **Er** : D'accord. Et du coup la satisfaction par rapport à la remarque de Théodore, c'est de se dire
614 « mon corps me prouve que je suis encore en haut de la pente descendante », c'est ça ?
- 615 **Isa** : Oui c'est ça. Mais c'est pas que je me suis étonnée... J'avais jamais fait si tu veux et lui m'avait
616 jamais vu le faire donc, ça aurait dommage de lui dire « oh bah non je veux pas le faire, je me sens
617 pas capable ». De toute façon ça valait la peine d'essayé. Et puis j'ai pas du tout senti de fatigue
618 particulière, enfin j'étais bien quoi. Mais en même temps c'est la première fois qu'on partait
619 vraiment en vacances H 24 ensemble, donc c'était sympa de pouvoir... Mais quand il faut monter

620 la dune du Pila quand on va à Biscarosse je monte hein ? (rire). Donc pour l'instant j'ai pas encore
621 de problème.

622 **Er** : Vous diriez que vous avez changé de regard sur votre corps par rapport à avant ?

623 **Isa** : Non.

624 **Er** : Le fait que votre corps se fasse aussi sentir dans ses limites ça vous à pas fait vous poser des
625 questions ?

626 **Isa** : Bah, c'est ce qui te rappelle à l'ordre en te disant que tu vieillis mais après, après je me pose
627 pas de questions. Pour moi c'est inéluctable en fait, tu vois ? Et puis je me dis que si on arrive pas,
628 je dis n'importe quoi, avant je pouvais faire une galipette, maintenant c'est pas vrai, j'arrive encore
629 à faire des galipettes, mais par exemple au cours de pilate, elle nous fait faire un truc qui est de se
630 mettre en arrière et de mettre tes jambes complètement en arrière tu vois ? Ça avant je le faisais
631 sans problème, maintenant je le fais plus. Je me dis « bah flûte, c'est pas grave, je fais autre chose
632 et puis c'est tout ».

633 **Er** : ça vous agace pas plus que ça. Vous vous dites pas « oh merde, je faisais ça quand j'étais
634 jeune, maintenant je peux plus », ça ne suscite pas d'énervement, de colère...

635 **Isa** : Non. Bon il y a un truc tout bête aussi, c'est que parfois tu te dis, quand vraiment t'es rouillée,
636 un truc tout con c'est enfiler des chaussettes. Tu vois c'est hyper facile quand t'as 20 ans, et ça
637 l'est moins quand tu en as 50 et puis bah c'est comme ça.

638 **Er** : Vous prenez les choses avec philosophie. Mais qu'est-ce que c'est votre truc ? Parce que moi
639 j'ai interrogé d'autres personnes qui ont pas forcément ce regard-là sur le fait que...

640 **Isa** : Que ça énerve tu veux dire ?

641 **Er** : Voilà, chez certaines personnes, c'est vrai que ça peut susciter des questionnements beaucoup
642 plus de cet ordre là, du type « mince ! Mince ! Mince ! » Mais du coup c'est quoi votre truc ? C'est
643 quoi la clé de votre sérénité ? Comment vous arrivez à accepter cela, à vous dire que c'est
644 inéluctable sans pour autant que ça vienne bouleverser votre rapport à la vie ou à votre corps ?

645 **Isa** : (silence). Je sais pas. Je peux pas t'expliquer ça parce que je suis comme ça en fait. La question
646 se pose même pas.

647 **Er** : Oui, vous avez toujours été comme ça dans la vie ?

648 **Isa** : Ouais. C'est certainement lié à mon problème d'ampoules (maladie génétique) qui m'a
649 toujours vachement limité dans tout ce que j'ai fait.

650 **Er** : Ah oui c'est vrai. Donc vous avez cette maladie génétique depuis...

651 **Isa** : Depuis toujours donc si tu veux.

652 **Er** : Oui donc finalement l'expérience de la limite, elle est pas nouvelle. Vous avez toujours dû
653 composer avec des limites par le passé.

654 **Isa** : Toujours.

655 **Er** : Et votre corps s'est toujours un peu imposé comme une limite.

656 **Isa** : Voilà.

657 **Er** : Contrairement à d'autres personnes qui expérimente le corps dans ses limites seulement
658 arrivées à un certain âge.

659 **Isa** : Exactement. Surtout que c'est sur le plan physique en fait. Tu vois si c'est ça ton réel
660 questionnement par rapport à la santé physique, depuis toujours moi j'ai eu ce problème, donc si

661 tu veux, la question... Et on acquiert de la sérénité en plus en vieillissant, tu vois ? C'est-à-dire que
 662 quand t'as 20 ans t'es complexé parce que tu peux pas faire ci, tu peux pas faire ça, tu peux pas
 663 porter telles chaussures, des questions complètement cons. Et plus ça va... C'est comme l'histoire
 664 de la dame au petit chapeau violet. Tu sais au début t'as envie d'être pomponnée et puis plus ça
 665 va, plus ta vue baisse et plus au final, bah tu fais même plus attention à rien. Finalement c'est
 666 mieux de se voir sans lunettes. Parce que quand tu te vois avec des lunettes, tu passerais ta vie
 667 chez le chirurgien esthétique (rire). Donc (souffle avec la bouche)... On gagne en sérénité à 50 ans
 668 et on se dit « qu'est-ce qu'on est con à 20 quoi ». Euh je dis pas ça pour toi !

669 **Er** : (rire).

670 **Isa** : Non mais tu verras qu'en t'en auras 50, tu te le diras inévitablement. Mais je te dis, moi j'ai
 671 mes ampoules en plus, donc de toute façon moi j'ai toujours été limitée dans ce que je pouvais
 672 faire donc c'est inévitable. Et puis j'ai l'expérience de mon... Je vois mon père. Tu vois mon père
 673 qui a jamais jamais fait de sport... Après t'as des gens hyper sportifs à qui ont dit de continuer de
 674 faire du sport, faire du sport. Bon. Mon père il a jamais fait de sport parce qu'il faisait que
 675 travailler, il fumait. Et puis un jour il a eu un gros gros rhume, vers 60 ans et du coup il a arrêté de
 676 fumer du jour au lendemain parce qu'il s'est vu mort, il s'est vu avec la pneumonie et tout, il a
 677 arrêté de fumer. Mais il faisait pas de sport. Et ma mère le voyait un peu décliner et être moins en
 678 forme et tout et elle lui a botté les f... Parce que mon père c'est un intello pur. Donc il passe d'un
 679 fauteuil au canapé, à re un fauteuil machin avec un bouquin, mais il se bougeait pas. Et elle lui a
 680 dit « toi il faut que tu te bouges parce que sinon ça va pas le faire ».

681 **Er** : Votre père qui était médecin ?

682 **Isa** : Ouais. En plus tu vois.

683 **Er** : Ouais. Et votre mère ?

684 **Isa** : Pharmacien. Mais elle a arrêté de travailler pour s'occuper de nous. Donc elle te dit toujours
 685 qu'elle est pharmacien dans l'âme mais enfin bon. Mais elle par contre faisait du sport parce
 686 qu'elle avait pas d'ampoules et elle a obligé mon père à sortir tous les jours et maintenant, tu vois
 687 ils ont 80 ans mes parents, 81 même, et mon père tous les jours il sort trois heures le matin. Il se
 688 lève, et à 9h, de 9h à midi, il part marcher dans le bois de Vincennes, il habite Vincennes, et il
 689 marche pendant 3h. Alors l'été il marche pas beaucoup parce que sinon il attrape des ampoules,
 690 mais l'hiver il est capable de faire 15 km alors il fait 15 km. Il va jusqu'à ***ville et puis il revient et
 691 tout et il reconnaît qu'il est vachement plus en forme. Rien que le fait de marcher. Tu vois, il fait
 692 pas plus de sport que ça, mais rien que de marcher ça l'entretient bien.

693 **Er** : D'accord. Il ont 81 ans vos parents ?

694 **Isa**: Ouais.

695 **Er** : Donc ça aussi ça donne de l'espoir peut-être ? (rire)

696 **Isa** : Alors aussi tu vois. Et puis tu vois comment ils vieillissent. Tu vois ce qu'ils mangent, tu vois
 697 comment ils, voilà. Pareil ils ont des rhumatismes et tout ça mais enfin ils sont encore biens.

698 **Er** : Oui et du coup vous vous voyez un peu aussi sur le même parcours.

699 **Isa** : Bah forcément, tu te dis que inévitablement, il est fort probable que l'on ait un peu, a priori,
 700 la même vie. Enfin j'ose espérer. Tu te dis bon ben, quand t'as 50 ans, tu te dis « bah j'en ai au
 701 moins encore pour 30 ans ». A moins d'un accident.

702 **Er** : Ouais donc ça diminue un peu l'angoisse.

703 **Isa** : Bah c'est ça en fait.

- 704 **Er** : Vous auriez eu des parents qui auraient eu un cancer à 54-55 ans...
- 705 **Isa** : Tu stresserais. Tu te dirais « oulala, il faut qu'on me surveille, qu'on fasse gaffe » et tout ça.
 706 Quand tu vois que tes parents sont en bonne forme, quand tu vois ce qu'ils font pour être en
 707 bonne forme, tu te dis que si tu fais pareil, il y a quand même un patrimoine génétique. Donc il n'y
 708 a pas de raison que tu vives beaucoup plus mal. A moins d'une grave maladie mais bon.
- 709 **Er** : La patrimoine génétique, vous vous faites contrôler régulièrement, vous faites du sport, voilà
 710 vous faites en sorte de vous préserver le plus longtemps possible et dans ce sens il y a pas
 711 d'angoisses spécifiques.
- 712 **Isa** : Non. Non.
- 713 **Er** : On se pose néanmoins peut-être plus exactement les mêmes questions. Parce que moi aussi je
 714 me dis, comme vous le disiez toute à l'heure, qu'à 20 ans je me pose pas les mêmes questions que
 715 vous à 50 ans. Donc c'est ça aussi l'objet de mon mémoire, je me demande quelles questions on se
 716 pose finalement quand on arrive à 50 ans et qu'on se rend compte qu'on a fatalement moins
 717 d'énergie, qu'on est sur une pente descendante... Quelles questions existentielles on se pose ? Est-
 718 ce qu'on est plus angoissé par rapport à l'avenir ? Voilà j'essaie de me mettre dans la peau de
 719 quelqu'un qui a 50 ans. C'est ça que je trouve intéressant et c'est pour ça que je vous demande,
 720 qu'est-ce qu'on se dit quand on a 50 ans ? Comment est-ce qu'on vit la période de la
 721 cinquantaine ? Et comment on la vit aussi sur le plan de la santé ? Comment vous résumeriez cette
 722 période ?
- 723 **Isa** : (silence). Bah moi je te dis, ma philosophie c'est « tant qu'on est en bonne santé ça sert à rien
 724 de se pourrir la vie à penser à ce qui pourrait nous arriver Si... » Tu vois ce que je veux dire. Il est
 725 bien temps de prendre les choses en main si l'on est pas bien mais quand on est en bonne santé...
 726 Je te dis, s'entretenir parce que ça me paraît une chose indispensable mais...
- 727 **Er** : Oui, ça c'est un peu ce qui ressort. Après entre les gens il y a des différences, il y a des gens qui
 728 vont justement pas se faire dépister par exemple alors qu'ils ont conscience de faire partie d'un
 729 groupe à risque et...
- 730 **Isa** : Bah t'as des gens qui sont inconscients. Alors il y a des gens pour qui ça marche bien et qui
 731 n'ont jamais rien, et puis t'en as qui au final se découvrent des choses alors qu'ils se pensaient en
 732 bonne santé et puis en fait ils sont malades. Ça dépend tellement des gens en fait.
- 733 **Er** : Et puis il y a aussi des gens qui sont dans la même réflexion, de pas aller se faire dépister, mais
 734 ils donnent pas la même interprétation et ils vont te dire « moi je ne vais pas me faire dépister
 735 parce que je veux vivre au jour le jour et j'ai pas envie qu'on me mette une angoisse d'un cancer
 736 probable, voilà j'en ai assez de cette prévention permanente ».
- 737 **Isa** : Oui, c'est vrai. Mais ça c'est des gens qui ont peur. Donc ils préfèrent se voiler la face. Après,
 738 je te dis ça coûte rien de se faire faire une mammographie tous les deux ans, et puis au moins ça
 739 rassure. Et puis si jamais il y a un truc, bah au moins comme ça... Plus tôt c'est pris, plus tôt c'est
 740 soigné, moins t'as de chances d'avoir des problèmes de santé donc après... Mais je te dis c'est
 741 comme la peur du dentiste. T'as des gens ils voudront jamais aller chez le dentiste de peur d'avoir
 742 mal, alors qu'en fait en soi ça fait pas mal d'aller chez le dentiste.
- 743 **Er** : Ouais. Non mais c'est vrai que les gens voient pas les choses de la même façon. Ils ont tous des
 744 questionnements similaires mais après ça donne des choses, des réflexions et des choix différents
 745 quoi. Différents regards sur la santé, différentes attitudes à l'égard du corps médical, avec des
 746 gens qui ont parfois l'impression que la médecine occidentale n'est pas suffisante pour répondre à
 747 leurs questions et leurs inquiétudes. Bon je ne sais pas si vous avez des choses à ajouter ?

748 **Isa** : Non, je ne sais pas quoi te dire. Tu me fais penser à une de mes amie qui est complètement
 749 hypocondriaque, elle est fille de médecin aussi. Alors elle elle PASSE sa vie chez les médecins, les
 750 ostéopathes. Elle angoisse tellement à l'idée d'être malade qu'elle fait des check-up en
 751 PERMANENCE. Et pourtant elle est allée vivre au Brésil, elle est allée vivre au Portugal. Là elle
 752 revient de Chicago donc elle ré habite en France. Mais même quand elle était au Brésil et même
 753 quand elle était au Portugal, elle revenait en France pour se faire faire des check-up complets tous
 754 les ans. Elle est OBSEDEE par sa santé, elle fait régulièrement des visites... J'ai presque envie de te
 755 demander, enfin je sais pas si elle voudrait bien que tu l'interview parce qu'alors ELLE, elle est
 756 incroyable quoi, ça la stresse à mort sa santé.

757 **Er**: Ah ouais ?

758 **Isa** : Ah ouais ouais. Elle se voit des trucs partout.

759 **Er** : Parce qu'elle a eu quelque chose ?

760 **Isa** : Bah non, enfin...

761 **Er** : Ou dans sa famille ?

762 **Isa** : Je sais pas. Peut-être. A vrai dire je lui ai jamais vraiment trop posée la question.

763 **Er** : Oui, en tout cas ça m'intéresse si elle est d'accord pour échanger avec moi. Moi je recherche le
 764 plus de diversité possible.

765 **Isa** : Je t'enverrais bien voir mon amie de 64 ans aussi.

766 **Er** : Ouais mais moi pour l'instant je me limite à 60 ans.

767 **Isa** : Ah oui. Parce que elle c'est une vraie pile électrique. C'est celle dont je te parlais là, qui fait du
 768 sport à outrance. Alors elle est folle elle. L'autre elle a mon âge, donc faudrait que je vois, mais
 769 après je connais par trop de gens à qui je pourrais te donner... Il te manque beaucoup de gens ou
 770 pas ?

771 **Er** : Bah un peu. Mais le problème c'est que c'est souvent les mêmes profils.

772 **Isa** : T'as beaucoup de gens comme moi ? T'as beaucoup de femmes ?

773 **Er** : Ouais moi j'ai eu que des femmes mais mes camarades ont eu des hommes de leur côté. Mais
 774 c'est surtout diversifier en termes de milieux sociaux. J'ai du mal à atteindre des gens qui sont
 775 dans des métiers types ouvriers, agriculteurs etc. Et puis des gens qui ont eu des gros problèmes
 776 de santé, type cancer. Mais ça aussi, mes camarades sont sur la piste de deux femmes qui ont eu
 777 un cancer du sein. Donc là, comme on est dans une recherche plutôt quali, le but c'est d'avoir des
 778 profils les plus diverses et variés [...] (retranscription partielle) Après je pense qu'au-delà de toutes
 779 les différences, de tous les profils, il y a des choses qui se recoupent du fait l'âge justement.
 780 Justement le fait qu'on se sente peut-être à une période charnière de sa vie, je sais pas. Est-ce que
 781 vous qualifiez cette période de la cinquantaine comme une période charnière ?

782 **Isa** : Ah si si. Bien sûr. Cinquante ans c'est là... et tu vois, même mon amie de 63 ans, mais même
 783 les autres, elles le disent toutes, que 50 ans c'est vraiment la pente descendante. Pas forcément
 784 sur le sens péjoratif du terme. Mais on se rend compte qu'on est moins en forme, qu'on vieillit,
 785 que c'est inéluctable, que ça y est, on va vers la vieillesse quoi. Quoi que, même si on est encore
 786 en forme, on va vers la vieillesse.

787 **Er** : Mais on entre pas dans la vieillesse.

788 **Isa** : On n'entre pas. On y va.

789 **Er** : On rentre dans le vieillissement.

- 790 **Isa** : Voilà.
- 791 **Er** : Et il reste 30 ans, 40 ans à vivre.
- 792 **Isa** : Voilà ! Voilà.
- 793 **Er** : Les enfants partent et il y a plein de choses qui sont nouvelles en fait.
- 794 **Isa** : Bah c'est ça en fait. A partir de 50 ans, c'est exactement ça.
- 795 **Er** : Il y a son corps qui change, il y a sa vie qui change.
- 796 **Isa** : Ouais.
- 797 **Er** : Et vous diriez que ce quelque chose de nouveau, c'est un espace des possibles ? Au niveau de
798 la perspective, vous la voyez plutôt comme un champ ouvert ou au contraire, comme un champ
799 qui se rétrécit ? C'est assez ambiguë au niveau de la perspective pour moi.
- 800 **Isa** : (silence). Ça peut être un champ ouvert dans la mesure où on va avoir, pendant un certain
801 lapse de temps, plus de temps pour soi. Tu te dis que pendant 10 ou 20 ans, tu vas avoir voilà.
802 Mais tu peux considérer quand même, qu'à partir de 70 ans, quoi qu'il arrive, après tu devient
803 grand-parent, donc t'es resollicité pour t'occuper de tes petits-enfants, donc suivant que t'es très
804 grand-mère ou pas du tout, eh ben tu prendras du temps pour tes petits enfants et de nouveau te
805 renfermeras dans la même spirale que quand tu avais des enfants. Mais c'est un choix de vie. Ou
806 alors au contraire tu voudras y échapper. Mais de toute façon le corps il arrive, le corps il arrive à
807 un moment où il suit plus, quoi que tu fasses, MEME quand t'es en forme. T'es forcément moins
808 en forme quand même. Même quand tu pète la forme à 70 ans, tu pètes moins la forme que
809 quand t'en as 50, malgré tout.
- 810 **Er** : Donc c'est vraiment une période d'entre-deux.
- 811 **Isa** : Tout à fait.
- 812 **Er** : Où d'un côté on se dit, voilà j'ai plus de temps pour moi et finalement tout ce que je n'ai pas
813 pu faire je peux le faire maintenant.
- 814 **Isa** : Voilà.
- 815 **Er** : Mais en même temps..
- 816 **Isa** : Il faut en profiter beaucoup, parce que ça va passer très vite et que de toute façon, même si
817 on veut faire... On est forcément limité quoi qu'il arrive. Et c'est comme ça.
- 818 **Er** : Et c'est difficile ? Parce que vous, votre génération, vous vivez un peu quelque chose d'inédit
819 par rapport aux générations précédentes, où l'on était aussi grands-parents beaucoup plus tôt.
- 820 **Isa** : Plus tôt, exactement.
- 821 **Er** : Et quand vous serez grand-mère vous aurez l'impression d'être passée à une autre étape de
822 votre vie ?
- 823 **Isa** : (silence). Ben je me pose pas vraiment la question à vrai dire. (silence). C'est plus comme
824 avant d'être grand-parent en fait maintenant, enfin quand je vois mes amies qui m'en parlent.
825 Mais c'est pareil, moi mes amies grands-mères, elles sont plus âgées que moi. Moi mes parents, ils
826 étaient grands-parents à mon âge déjà. C'est-à-dire que moi, alors c'est vrai que Théodore
827 pourrait avoir des enfants, voir même Raphaëlle. Mais (souffle avec la bouche), je dis pas que ça
828 m'enquiquinerait parce que voilà, je pense pas que ça me ferait penser être plus vieille que je ne le
829 suis... euh te dire que je serais contente, bon je dis pas que je sors des couches culottes mais voilà,
830 j'aimerais être tranquille pendant 10 ans. (rire).

- 831 **Er** : Il y a une aspiration quand même à la tranquillité, à la sérénité.
- 832 **Isa** : Ouais.
- 833 **Er** : Par rapport à une vie qui était...C'est un désir et à la fois une nécessité.
- 834 **Isa** : Oui parce qu'on a envie de profiter de soi un petit peu aussi.
- 835 **Er** : Parce que la vie n'était pas forcément pour soi auparavant ?
- 836 **Isa** : Oui. Après c'est un choix de vie. J'aurais pu ne pas m'arrêter de travailler, mais j'aurais moins
837 vu mes enfants. Alors après c'est toujours la même chose. Moi je suis une catégorie à part, je suis
838 une catégorie « mère au foyer ». Je suis pas une catégorie « femme qui a travaillé » toute sa vie,
839 donc bon.
- 840 **Er**: Et votre choix justement d'avoir arrêté de travailler... vous avez fait quoi comme études avant ?
- 841 **Isa** : J'ai fait une école de commerce et puis j'ai travaillé pendant 10 ans et mon dernier travail
842 c'était au Figaro, aux petites annonces. J'étais chargée d'études marketing sur les pages saumon.
- 843 **Er** : D'accord, donc vous avez fait un bac + 5 ?
- 844 **Isa** : Ouais.
- 845 **Er** : Et donc après vous avez travaillé au Figaro pendant 10 ans ?
- 846 **Isa** : Pas pendant 10 ans. J'ai travaillé d'abord 3 ans à la Fédération de la chaussure, donc je
847 travaillais au, comment dire ?
- 848 **Er** : C'était où ça ?
- 849 **Isa** : C'était rue de Provence. Donc la Fédération de la chaussure c'est un organisme qui... alors
850 t'avais un, comment dire ? Plusieurs pôles. T'avais le pôle « création », donc t'avais des stylistes
851 qui créait des modèles et puis tu avais le pôle... bah je trouve plus le mot (silence)... Nous on
852 prêtait, on était showroom, on prêtait pour les magazines de mode, pour présenter les nouvelles
853 collections et tout... euh, c'est pas marketing, c'est Relations Publiques le mot que je cherchais.
854 Donc moi je travaillais dans le pôle Relations Publiques. Là j'y ai travaillé pendant 3 ans. Donc on
855 assistait aux défilés, on voyait les collections, c'était le milieu de la mode en fait. Donc là j'y ai
856 travaillé pendant 3 ans et après j'ai travaillé au Figaro pendant 7 ans. Voilà. Mais en fait dans mon
857 école de commerce, j'avais fait marketing-relations publiques. Et en fait j'ai fait Relations
858 Publiques d'abord et marketing après.
- 859 **Er** : Et vous vous êtes mariée, enfin vous avez rencontré Philippe dans quel cadre ?
- 860 **Isa** : Au moment où j'ai... Dans quel cadre ?
- 861 **Er** : Enfin comment ?
- 862 **Isa** : En fait Philippe il était dans la même école que ma sœur. On s'est connu comme ça. Et voilà et
863 puis on a eu Théodore, j'ai continué à travailler et puis quand on a eu Raphaëlle, s'est posée la
864 question de savoir si ça valait la peine que je continue parce que comme dans la pub on est pas
865 très très bien payé, finalement le salaire que je gagnais servait à payer une nourrice pour garder
866 les enfants et les impôts. Et au final j'avais rien au bout du compte et je voyais pas mes enfants
867 grandir. Donc je voyais pas trop l'intérêt de travailler pour pas voir mes enfants grandir. Faire des
868 enfants et pas s'en occuper, pour moi c'était pas très concevable. Donc j'ai préféré m'arrêter pour
869 m'occuper d'eux.
- 870 **Er** : D'accord. C'est une question qui s'est posée par rapport à vos enfants. Mais vous avez jamais
871 eu un regret ?

872 **Isa** : Non. Non parce que moi en plus je sais m'occuper en dehors de mon travail. C'est-à-dire que
 873 moi j'aime bien la broderie, le cartonnage, moi je sais... lire, enfin j'avais beaucoup d'amies dans le
 874 même cas que moi, j'avais entre guillemets un groupe de gens que je voyais donc on se fait des
 875 cinémas ensemble, des restaurants ensemble, des... J'ai une vie en dehors de ma vie de famille si
 876 tu veux. Donc au final, je ne vivais pas non plus que pour mes enfants. Je sortais aussi, je faisais
 877 d'autres activités en dehors de ma vie de famille.

878 **Er** : Avec des femmes qui étaient elles aussi au foyer.

879 **Isa** : Exactement. Et t'as des femmes qui s'arrêtent de travailler et qui vivent que pour leurs
 880 enfants et qui voient personne d'autre et elles dépriment. Et alors finalement elles préfèrent
 881 retravailler parce qu'il y en a aussi qui savent pas s'occuper en dehors de leur travail. Moi ça ne me
 882 posait pas de problème en fait. J'ai toujours trouvé à m'occuper en dehors de...

883 **Er** : Ouais, il n'y avait pas de problèmes d'ennui. Et à 50 ans, quand vous me disiez justement que...

884 **Isa** : Non. Il n'y avait pas de problèmes d'ennui du tout même.

885 **Er** : Et à 50 ans, quand vous me disiez justement que maintenant, même si vous voudriez travailler,
 886 vous pourriez pas au vues des difficultés liées à l'âge sur le marché du travail, vous n'avez pas
 887 repensé à travailler quand même ?

888 **Isa** : Bah si, forcément. Là maintenant, et d'ailleurs je pousse Raphaëlle à le faire. Alors en même
 889 temps la conjoncture n'est plus la même qu'il y a 30 ans. Regarde le nombre de jeunes qui se
 890 marient et qui divorcent, voire qui ne se marient plus, qui ont des enfants. Après il y a des
 891 problèmes de garde pour les enfants, des femmes qui se retrouvent seules. Donc là moi, au jour
 892 d'aujourd'hui, je dirais à Raphaëlle, « n'arrêtes jamais de travailler ». Et je dis pas que je regrette
 893 avoir arrêté de travailler parce que moi j'ai toujours su m'occuper. Mais à l'époque actuelle je ne
 894 me serais pas arrêtée. Parce que tu sais pas, parce que là tu vois en même temps, je me dis « s'il
 895 arrive un accident à Philippe demain, je fais quoi ? ». Alors ça sert à rien de ruminer les mauvaises
 896 choses en se disant « j'aurais dû faire ci, j'aurais du faire ça » parce que de toute façon ce qui est
 897 fait est fait, le passé c'est du passé. Avec du recul, on se dit « peut-être que j'aurais pas dû arrêté
 898 de travailler ? ». Maintenant je regrette absolument pas la vie que j'ai eu. Aussi. Tu vois ce que je
 899 veux dire ? Et ça sert à rien de se dire « oh j'aurais dû faire ci, oh j'aurais dû faire ça » parce que de
 900 toute façon c'est fait, c'est fait. Alors mon tempérament il est comme ça si tu veux. Ruminer les
 901 mauvaises choses ça sert à rien.

902 **Er** : Bien sûr. Après sans ruminer ou regretter la vie qu'on a eu, vous diriez qu'il y a quand même
 903 une forme de nostalgie ? Ce n'est pas du regret la nostalgie, c'est autre chose.

904 **Isa** : Oui et puis je me dis... Alors c'est pour ça que je vais continuer à faire des trucs, à m'occuper
 905 une fois que les enfants vont être partis parce qu'effectivement, quand tu te retrouves toute
 906 seule.. Là où j'ai eu de la chance, aussi, c'est que moi j'ai mon mari qui va être à la retraite, donc
 907 on va pouvoir se retrouver tous les deux. Tandis que quand les maris, ils sont vraiment retraités à
 908 65 ans, entre 50 et 65 ans, le moment où l'on se retrouve avec son mari, il se passe 15 ans et là,
 909 dans cette période-là, la femme qui sait pas s'occuper et qui n'a plus d'enfants à la maison, là pour
 910 le coup, elle regrette vraiment de pas avoir travaillé. Parce qu'elle fait quoi de ses journées ? Là
 911 pour le coup elle déprime. Moi ça va être différent puisque Philippe va être là. Donc du coup je
 912 pense qu'on fera des choses ensemble. La question se posera pas. Mais je veux dire, c'est un cas
 913 de figure encore différent.

914 **Er** : Mais ça vous déjà arrivé d'imaginer « ah bah si j'avais continué à travailler, qu'est-ce qui se
 915 serait passé et quelle femme j'aurais été ? »

916 **Isa** : Voilà. Bien sûr ! Bien sûr !

917 **Er** : Mais c'est des questions qui se sont posées à partir de quel moment ? A partir du moment où
918 les enfants ont commencé à partir ? À 50 ans ?

919 **Isa** : Mouais euh non, euh...quand ils étaient ados. C'était avant. Quand tu sais les enfants ils
920 commencent à faire leur crise d'ados et à faire chmire, tu te dis « bon sang, j'aurais mieux fait de
921 continuer à travailler ». Mais en même temps après tu te dis « on est parent, notre rôle c'est aussi
922 de s'occuper de nos enfants ». C'est un choix de vie après. C'est pas la peine non plus de jeter
923 l'éponge aussi en se disant « après tout, qu'ils se démerdent c'est leur vie ». Bien sûr c'est votre
924 vie, mais quand t'es parents il faut aussi être là pour s'occuper de ses gosse. (Souffle avec la
925 bouche). Moi je vis la vie au jour le jour en fait. J'essaie de pas trop me poser de questions. Et puis
926 je me projette plus. Je te dis, depuis qu'Edgar nous a pété un câble, maintenant faut penser à soi
927 aussi, avant tout. C'est important pour l'équilibre. Parce que j'ai tellement...pendant un an là
928 j'étais vraiment très très très mal. Parce que je voulais sans doute trop bien faire et quand je vois
929 comment j'ai été récompensée. Mais surtout à cause d'Edgar hein ? Avec les deux autres j'ai eu
930 aucun problème.

931 **Er** : Et on se dit, c'est vrai on a donné notre vie pour nos enfants et on arrive à 50 ans avec des
932 problèmes, c'est difficile à vivre et ça génère peut-être quelques remises en cause.

933 **Isa** : Bah oui. Et c'est là où tu te dis justement, mais bon ce sont les aléas de la vie et tu peux rien
934 contre ça, mais c'est là où tu te dis « Finalement j'aurais mieux fait de continuer à travailler ». Mais
935 après ça, quand tu parles à tes enfants, t'as Théodore qui dit « ouais maman t'aurais dû
936 continuer » et Rapha qui dit « Mais non maman, t'as bien fait d'arrêter parce que regardes comme
937 j'étais contente quand tu faisais taxi pour m'emmenner au conservatoire ». Et c'est vrai. Après tu
938 vois, je regrette pas tout ce que j'ai fait. Mais c'était un boulot à plein temps aussi, être maman à
939 la maison. Je restais pas à glander toute la journée non plus. Bon, je m'occupais jusqu'à 16h et puis
940 à partir de 16h bah je faisais taxi et après ça bah je préparais le repas du soir et puis ainsi de suite.
941 Quand il fallait emmener les enfants chez le médecin et quand il fallait faire taxi pour l'un et taxi
942 pour l'autre bah voilà. Et à côté de ça, quand il y avait une panne de RER, « allô maman, au
943 secours ». Et tu vois même encore maintenant « allô maman au secours ».

944 **Er** : Je suis tout à fait d'accord. Je pense que femme au foyer, c'est un boulot vraiment à plein
945 temps, mais c'est surtout un boulot qui – et c'est pour ça que j'insiste là-dessus – qui est
946 entièrement pour autrui.

947 **Isa** : Oui c'est ça, alors voilà !

948 **Er** : C'est pas pour soi.

949 **Isa** : Non !

950 **Er** : Et c'est ça qui justement m'interroge. On arrive à 50 ans et moi je vois que tous les enquêtés
951 me disent que maintenant que les enfants partent, il y a plein de choses qui font qu'on entre dans
952 une période de transition, et que c'est le temps de prendre du temps pour soi et...

953 **Isa** : Oui parce que du coup, on est dévalorisée par rapport à une femme qui a travaillé. Tu vois le
954 nombre de gens qui disent « Et vous vous faites quoi ? Ah bah moi je m'occupe de mes enfants ».
955 Alors je dis pas que les gens te regardent en se disant « oh putain elle a rien foutu de sa vie », mais
956 c'est limite ça quoi, parce que du coup, bah t'as pas de bagage. Et en même temps, si tu veux
957 retrouver du travail, bah c'est plus possible. Parce que t'as donné 20 ans de ta vie à ta famille.
958 Alors c'est gratifiant, en soi. Mais dans le monde du travail, t'es une moins que rien. T'as plus de
959 valeur. Alors que justement, je pense qu'il y a plein de femmes qui seraient totalement disponibles
960 pour faire des choses. C'est dommage, mais c'est comme ça. (rire très court).

961 **Er** : Et c'est vrai que la valeur, c'est une question qui se pose, parce que c'est autant d'abnégation
962 pour les autres qui n'est pas forcément reconnue par ces mêmes autres, dans le monde du travail
963 etc. Alors comment on fait pour justement, se trouver de la valeur, en plus après quand on a des
964 enfants qui parfois posent des problèmes et ne reconnaissent pas tout ce qu'on a donné pour
965 eux ? Comment, quand nos enfants sont partis et qui ne nous renvoient pas forcément de la
966 reconnaissance, comment est-ce qu'on fait pour se trouver de la valeur à 50 ans ?

967 **Isa** : (petit rire). Bon. (silence). C'était une question ? Comment est-ce qu'on fait pour se trouver
968 de la valeur ? (Elle me semble gênée, perturbée, déstabilisée par la question).

969 **Er** : Oui.

970 **Isa** : Ben. On pense à soi du coup après. Voilà. On se dis « on a donné au autres » et bah
971 maintenant on va prendre du temps pour soi et on va faire des trucs pour soi. Tout simplement.
972 (rire).

973 (attitude étrange qui rompt avec l'attitude qu'elle a adoptée lors de l'entretien. Je ne sais pas si j'ai
974 touché une corde sensible. Je la sens mal à l'aise. Je n'insiste pas).

975 **Er** : Juste une dernière question. Vous avez toujours vécu à Paris, dans la région parisienne ?
976 Comment vous êtes arrivée à l'Etang la ville ?

977 **Isa** : Bah parce que Philippe y est né. Moi j'étais à Vincennes Saint Mandé. Et puis on s'est connu, il
978 faisait ses études à Vincennes Saint Mandé justement. Donc on s'est marié à Saint Mandé, on y a
979 vécu un an. Et puis au bout d'un an, il m'a dit « ah mais tu sais, l'ouest parisien c'est très très
980 sympa, tu voudrais pas venir ? ». Donc on a habité pendant je sais plus combien de temps à Saint
981 Germain en Laye jusqu'à ce que Raphaëlle ait 4 ans. Donc on a vécu, alors attends, 4 ans à Saint
982 Germain en Laye. Et puis après ça on est venu s'installer à l'Etang la ville.

983 **Er**: D'accord. Et votre famille, enfin vos parents ?

984 **Isa** : Mes parents ils sont parisiens. Enfin oui. Oui si mon père il habitait Vincennes. Et maman, le
985 XVIème arrondissement.

986 **Er** : Ok. Et donc vous avez finalement toujours vécu en région parisienne ?

987 **Isa** : Oui.

988 **Er** : Ok. D'accord. Bon moi j'ai fait un peu le tour de ce que je voulais vous demander je crois. Juste,
989 en quelques mots, en guise de conclusion, est-ce que vous pouvez me dire qu'est-ce que la santé à
990 50 ans, selon vous ?

991 **Isa**: La santé à 50 ans, bah je te dis c'est (silence). Bah c'est se maintenir en forme quoi. Enfin je
992 veux dire la question se pose même pas. (silence).

993 **Er** : Et les gens sont en moins bonne santé ? En meilleure santé ?

994 **Isa** : Que ? Que ceux qui sont plus jeunes ou que les mêmes à 50 ans il y a 15 ans ?

995 **Er** : Non. Par rapport aux plus jeunes, aux plus vieux.

996 **Isa**: Bah à 50 ans t'es plus en forme qu'à 70 ou à 80. Maintenant t'as des gens de 50 ans qui sont
997 plus en forme que des gens de 30 ans. Mon frère qui a 45 ans, il a toujours un pet de travers. Il a
998 un truc coincé par ci, un truc... Tu vois il est plus jeune que nous, ça dépend tellement des
999 tempéraments. Moi je trouve qu'à 50 ans, je te dis mis à part, enfin moi ce que je vis de moi, mises
1000 à part quelques douleurs le matin au démarrage, je vois pas d'énorme différence. Et je te dis la
1001 peau qui a changé et les rides, je vois pas de grande différence que quand j'avais 30 ans.

1002 **Er** : D'accord.

Annexes

- 1003 **Isa** : Deux, trois bricoles sportives que, comme je te disais, j'arrive plus à faire mais c'est minime
1004 quoi. Je vois pas de GROSSE GROSSE différence.
- 1005 **Er** : Donc 50 ans, on se pose des questions, mais on le vit quand même comme une continuité de
1006 la vie.
- 1007 **Isa**: Oui.
- 1008 **Er**: On ne se dit pas qu'on est passé de l'autre côté de ...
- 1009 **Isa** : Pas encore.
- 1010 **Er** : Pas encore. C'est l'émergence d'un questionnement mais on se dit qu'on a encore la vie
1011 devant soi.
- 1012 **Isa** : Oui, on a encore du temps devant soi quand même, malgré tout. On trouve que le temps
1013 passe trop vite, mais déjà vous à votre âge vous trouvez que le temps passe trop vite. T'imagines ?
1014 Alors que nous quand on avait votre âge, on trouvait, enfin peut-être pas à 25 mais, moi je me
1015 souviens quand j'avais 20 ans, je me disais « olala quand j'aurais 40 ans je serai vieille ! » et ce sera
1016 dans TRES longtemps. Bah non, en fait ça arrive hyper vite. Mais je me disais pas « le temps passe
1017 trop vite » quand j'avais 20 ans. Faut dire qu'on avait pas internet, on avait pas les téléphones
1018 portables et tout ça. On se posait, on prenait le temps de lire. Moi je me souviens quand j'étais
1019 lycéenne, j'avais qu'une hâte, c'était que la fin des vacances arrivent pour retrouver mes copains
1020 au lycée, au machin. Alors que maintenant les jeunes, ils sont tellement suroccupés, que les
1021 vacances elles sont passées à 100 à l'heure et qu'ils se disent « oh mince, c'est déjà fini, c'est déjà
1022 la rentrée ! ». Nous on se posait jamais ce genre de question.
- 1023 **Er** : Ouais, nous on est toujours dans une forme d'urgence.
- 1024 **Isa** : Mais oui !
- 1025 **Er** : Mais qui était pas la vôtre en fait.
- 1026 **Isa** : Ah pas du tout ! Mais en même temps, on est maintenant nous, les gens de 50 ans, comme
1027 vous. Parce qu'on a les mêmes outils informatiques et voilà. Et puis on s'occupe beaucoup plus
1028 que ne le faisaient nos parents. Donc forcément on fait bien plus de choses.
- 1029 **Er** : Donc il y a un effet d'accélération du temps qui est liée à l'âge mais aussi au contexte dans
1030 lequel on vit.
- 1031 **Isa** : C'est ça. Exactement !
- 1032 **Er** : Ok. Voilà, j'ai tout ce que je voulais de mon côté. Merci beaucoup !
- 1033 **Isa** : On a passé plus d'une heure je pense.
- 1034 **Er** : 1h30.

Entretien n°3/10 – Stéphanie	
<i>« Autant t'as eu cinquante ans d'évolution progressive, autant là tu n'as plus cinquante ans d'évolution progressive, ça va plutôt en dé... tu vois ? Et puis tu fais pas les cinquante quand même, tu peux peut-être aller jusqu'à cent ans mais c'est exceptionnel. Donc les dernières années sont moins drôles. Donc si tu veux tu te dis : « Ah merde, j'ai fait tout ça et puis là maintenant qu'est-ce que je vais faire ? ». C'est vrai que tu te poses plein de questions. « Comment je vais changer les choses ? »</i>	
Description signalétique de l'enquête :	Femme, cheffe de service dans un centre pour enfants handicapés, 55 ans, Bac +5, études dans le domaines médico-social, veuve, quatre enfants, en convalescence et procédure de rupture conventionnelle suite à un burn out
Date de l'entretien	13 mars 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	L'Etang la ville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	105 minutes
Conditions de l'entretien	Stéphanie est une amie de ma mère. Je l'ai rencontré par son intermédiaire. Elle m'a reçue chez elle et je l'ai sentie en confiance. J'ai vraiment ressenti un besoin de parler et j'ai essayé d'en tirer parti pour mon sujet, notamment sur l'item du bien-être psychique et du rapport aux institutions médicales, puis qu'elle fait partie de corps des « soignants ». J'ai été satisfait de cet entretien puisqu'elle m'a confié : « Tu sais tout de moi Matthieu » (l. 1047). Nous avons pu remonter jusqu'à ses blessures profondes dans son enfance, ce qui a été pour moi un gage de sincérité, de transparence et donc de qualité des données de l'entretien.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	La ménopause a été un grand changement pour Stéphanie. Bien qu'elle n'en ait pas souffert physiquement, cela représente pour elle la fin de quelque chose et le basculement dans un temps de questionnements et de doutes. Elle ne voulait d'ailleurs pas fêter ses 50 ans ! Ce passage marque un nouveau rapport au corps et au temps : elle veut préserver son capital santé (autrement que par la médecine classique qu'elle juge inappropriée) et prendre du temps pour elle. Tout ça dans le but de bien vieillir. Veuve et seule à assumer ses quatre enfants, Stéphanie a dû par ailleurs faire face à un concours de responsabilités au moment de la cinquantaine. L'alourdissement de sa charge de travail notamment, a fini par la mener jusqu'au burn out. Cette épreuve l'a poussée à aborder la vie autrement et à reconsidérer ses priorités qui sont désormais la santé, le bien-être et la sérénité.
Enquêteur	Matthieu Pace

- 1 **Er** : J'ai une question pour commencer. Qu'est-ce qui a changé dans ta vie ou est-ce qu'il y a
2 quelque chose qui a changé dans ta vie qui a changé dans ta vie à partir du moment où tu as passé
3 les cinquante ans ?
- 4 **Stéphanie** : Dans ma situation matérielle, affective ou autre ?
- 5 **Er** : En générale, s'il y a eu un changement particulier quelque part ?
- 6 **Stéphanie** : Quand j'ai passé les 50 ans... Euh je réfléchis hein ? Quand j'ai passé les cinquante ans,
7 un changement majeur, qui a entraîné des modifications ? Euh...
- 8 **Er** : Que ce soit dans n'importe quel aspect...
- 9 **Stéphanie** : Attends c'était en quelle année ça (rire). On est en 2017... Non, non c'était avant.
- 10 **Er** : Ok. Donc t'as pas l'impression que cinquante ans c'est vraiment un moment de
11 bouleversement ou de changement, ou l'impression d'être à une sorte de carrefour où on se pose
12 d'autres questions.
- 13 **Stéphanie** : Alors ça, c'est mes cinquante ans. [*Stéphanie montre derrière elle un grand tableau*
14 *accroché dans son salon avec les photos de son cinquantième anniversaire, surprise. Sur la photo*
15 *centrale, plus grande que toutes les autres, on la voit en train de souffler ses bougies, avec le*
16 *sourire.*]
- 17 **Er** : D'accord. Quand même.
- 18 **Stéphanie** : (rire) Une grosse fête, mais c'est pas moi qui l'ai organisée. Parce que je ne voulais pas.
- 19 **Er** : Ok. Pour quelle raison ?
- 20 **Stéphanie** : Ah je ne voulais pas passer cinquante ans. Je trouvais que c'était commencer une
21 deuxième... commencer une deuxième... un deuxième quart de siècle, c'était insupportable. Un
22 deuxième demi-siècle. C'était insupportable.
- 23 **Er** : Pourquoi c'était insupportable ?
- 24 **Stéphanie** : Ah je sais pas. C'était très difficile d'envisager que tu as passé cinquante ans et que... il
25 va te rester que, plus beaucoup d'années... On ferme vraiment un...
- 26 **Er** : un cap.
- 27 **Stéphanie** : Ouais, un point de non-retour. Donc c'est non-retour, t'as vécu cinquante ans et tu
28 commences autre chose qui s'avère pas être forcément très drôle.
- 29 **Er** : D'accord.
- 30 **Stéphanie** : Voilà. Ou très serein, où on voit approcher la vieillesse plus rapidement, on se dit
31 qu'on n'a plus beaucoup de temps pour profiter de plein de choses, que la santé maintenant elle
32 est forcément euh... qu'il faut en profiter un maximum de pouvoir utiliser son corps au maximum
33 parce qu'après on pourra plus rien faire.
- 34 **Er** : Ouais.
- 35 **Stéphanie** : Donc non j'ai trouvé que cinquante ans c'était pas du tout agréable pour moi à fêter.
36 Donc en fait on l'a organisé pour moi.
- 37 **Er** : D'accord. Bah finalement ça va l'air d'être assez festif (rire)
- 38 **Stéphanie** : C'est une super fête mais (rire) c'est pas moi qui l'ai préparée (rire).

39 **Er** : Ouais, ce qu'on fête c'est pas forcément... En fait il y a un changement un peu de rapport au
40 temps, des questions qu'on ne se posaient pas avant. Là on a peut-être l'impression de sortir de
41 quelque chose ? De rentrer dans autre chose ?

42 **Stéphanie** : On a l'impression d'être devant un truc énorme qu'on essayait de repousser,
43 repousser, repousser, et puis là ça arrive.

44 **Er** : Mmh. Et pourtant à cinquante ans, avec l'allongement de l'espérance de vie, on se dit plus
45 qu'on va mourir demain.

46 **Stéphanie** : Non, mais euh... mais oui mais quand même. Autant t'as eu cinquante ans d'évolution
47 progressive, autant là tu n'as plus cinquante ans d'évolution progressive, ça va plutôt en dé... tu
48 vois ? Et puis tu fais pas les cinquante quand même, tu peux peut-être aller jusqu'à cent ans mais
49 c'est exceptionnel (rire). Donc les dernières années sont moins drôles. Donc si tu veux tu te dis :
50 « Ah merde, j'ai fait tout ça et puis là maintenant qu'est-ce que je vais faire ? ». C'est vrai que tu te
51 poses plein de questions. « Comment je vais changer les choses ? ».

52 **Er** : C'est-à-dire que maintenant, on a peut-être l'impression d'avoir passé une sorte de « seuil
53 critique »...

54 **Stéphanie** : Ouais, c'est ça.

55 **Er** : Et de se dire qu'on est sur la pente descendante quoi, de se dire « bah maintenant je suis au
56 mieux de ce que je suis et je serai peut-être moins bien demain », enfin sûrement en tout cas.

57 **Stéphanie** : Ouais je sais pas.

58 **Er** : Au niveau de tous les aspects.

59 **Stéphanie** : Oui.

60 **Er** : Au niveau du corps...

61 **Stéphanie** : Oui au niveau de la santé, des amours, de tout ce que tu veux, tout. La famille, enfin la
62 famille peut-être encore un soutien ou les amis, mais au niveau professionnel aussi t'es pas
63 forcément sur la pente... Sauf que tu peux gagner beaucoup en expérience et transformer ça. C'est
64 ce que moi j'ai essayé de faire, mais quand même, tu es pas... C'est vrai qu'à cinquante ans tu
65 commences, d'abord on commence à t'appeler « Madame » (rire)

66 **Er** : (rire)

67 **Stéphanie** : Alors qu'avant on pouvait... Voilà on commence à avoir des marques de respect, on
68 commence à te demander de t'asseoir dans le métro, alors là tu te dis « Oulala, là je suis vieille ».
69 Et puis euh... qu'est-ce qu'il y avait d'autre, je pensais à autre chose... Et puis c'est vrai que tu vois
70 arriver les petits jeunes au boulot et tu te dis « Merde ! La c'est moi qui représente la voix de la
71 sagesse, la transmission », ceci cela, ça fout un petit coup.

72 **Er** : C'est ça, on prend conscience peut-être qu'on est passé à une autre étape parce qu'on voit
73 aussi la relève qui arrive dans le milieu du travail.

74 **Stéphanie** : C'est ça.

75 **Er** : Alors tu travaillais où ?

76 **Stéphanie** : Alors moi je travaillais dans un centre pour enfants handicapés.

77 **Er** : Ok.

78 **Stéphanie** : Et j'étais, voilà, à cinquante ans ?

79 **Er** : Ouais ?

- 80 **Stéphanie** : A cinquante ans j'étais chef de service. Dans une position un peu de cadre.
- 81 **Er** : D'accord. Et t'as travaillé pendant longtemps dans ce ...
- 82 **Stéphanie** : 15 ans.
- 83 **Er** : 15 ans ? Ok, et à ce niveau là il y a des jeunes qui sont arrivés, c'est ça ?
- 84 **Stéphanie** : mmh.
- 85 **Er** : Et du coup t'as sentie....
- 86 **Stéphanie** : Alors j'ai senti les jeunes arriver, je me suis sentis un devoir de formation, en me
87 disant qu'il y avait une transmission, un devoir de formation. Il y a aussi un conflit de générations,
88 parce qu'autant nous on a cinquante ans, on acceptait beaucoup de travailler bénévolement, la
89 passion, tout ça, on travaillait des heures, on travaillait le week-end, on se donnait à fond pas payé
90 et tout ça, il y a encore de boîtes qui fonctionnent comme ça et beaucoup dans le médico-social.
91 Et moi les petites jeunes que j'ai, et bah non elles fonctionnent pas du tout comme ça ! Et pas
92 d'heures sup', pas de travail supplémentaire, et elles ont raison. Donc il y a toute une adaptation à
93 avoir.
- 94 **Er** : D'accord.
- 95 **Stéphanie** : Et en plus quand t'es cadre, t'es un peu entre le marteau et l'enclume, donc t'as le
96 chef là-haut qui dit « ça a toujours fonctionné ! » et les petites en bas qui disent « il n'en n'est plus
97 question ! ». Et toi tu dois faire le boulot.
- 98 **Er** : Oui. C'est difficile de manager.
- 99 **Stéphanie** : Ah bah ça crée des situations de management qui sont pas simples du tout, qui
100 demandent de révolutionner l'institution, qui ne veut pas toujours fonctionner en révolution, qui
101 veut continuer sur ses bases donc c'est compliqué. Et à la fois, toi tu as le rôle d'essayer de
102 protéger les salariés aussi en tant que cadre, donc c'est aussi un petit peu compliqué. Et il y a aussi
103 parfois des dissensions, c'est aussi pour ça que (à voix basse) je me suis dit que ça suffisait.
- 104 **Er** : Et donc par rapport au travail, j'ai l'impression que à la fois quand on arrive à cinquante ans,
105 on est aussi dans une position où c'est pas que négatif, puisqu'on est quand même dans une
106 forme de transmission, d'expérience etc., il peut y avoir une valorisation à ce niveau-là ?
- 107 **Stéphanie** : Oui, oui oui oui, il y a une valorisation de tes connaissances, c'est sûr qu'on vient te
108 chercher pour un certain nombre de... pour beaucoup de choses, on vient te chercher pour
109 beaucoup de choses, donc ça peut être aussi valorisant. Ça peut être aussi un petit peu débordant
110 mais du coup t'es partout à la fois. Mais oui oui c'est aussi valorisant de savoir que tu es là. En fait
111 tu t'aperçois que tu sais plein de choses. Tu t'aperçois que t'as pas mal d'expérience et pas mal de
112 bouteilles et que tu peux être un soutien pour plein de monde, sur le plan technique, sur le plan
113 personnel, professionnel, voilà, c'est vrai que tu as un apport de technicité.
- 114 **Er** : D'accord. Et tu disais que tu faisais pas mal d'heures sup' etc., tu comptais pas tes heures...
115 Est-ce qu'il y a pas eu aussi à ce niveau-là, au niveau du travail, quand on est jeune c'est vrai qu'on
116 se donne etc., mais à un moment est-ce qu'on se dit « bah j'arrive plus à donner de la même
117 façon » ? Je sais pas.
- 118 **Stéphanie** : A cinquante ans ?
- 119 **Er** : Oui.
- 120 **Stéphanie** : On se dit ça suffit.
- 121 **Er**. On se dit ça suffit ?

122 **Stéphanie** : Ouais. Enfin moi hein ? Moi j'ai dit ça suffit parce qu'en fait je me suis rendue compte
 123 que je bouffais beaucoup sur ma vie personnelle. Et puis surtout si tu veux, autant quand tu es
 124 jeune, t'as la passion, tu te lances à fond, tu découvres un nouveau domaine professionnel, autant
 125 à cinquante ans t'as un peu tout découvert et moi je me suis dit par exemple : « Bon bah ça va,
 126 c'est fini, j'ai beaucoup donné, j'ai beaucoup donné de ma personne, maintenant je vais mettre ma
 127 personne un petit peu ailleurs, ça suffit. ».

128 **Er** : D'accord.

129 **Stéphanie** : Tu vois. Parce que c'est vrai qu'on accepte de tout donner quand on est jeune – pas les
 130 nouveaux quand même – mais là après cinquante ans tu dis « ça va, ça va ça suffit, j'ai donné, j'ai
 131 donné et j'ai donné trop de ma personne ». Bon, dans mon cas hein ? Il y a des gens qui doivent
 132 réfléchir autrement mais...

133 **Er** : Après j'ai l'impression vraiment que c'est quelque chose qui revient dans les différents
 134 entretiens que j'ai pu faire, c'est vraiment qu'à cinquante ans il y a quelque chose qui se passe qui
 135 fait qu'on se dit « Maintenant j'ai envie de prendre du temps pour moi ».

136 **Stéphanie** : Oui.

137 **Er** : ça peut partir de quelque chose de positif, ou au contraire après être arrivé à un seuil
 138 d'épuisement.

139 **Stéphanie** : Oui. Alors moi j'ai été jusqu'à l'épuisement.

140 **Er** : Ouais.

141 **Stéphanie** : Il y a des gens qui arrivent à faire autrement. Qui arrivent à switcher de façon plus
 142 intelligente (rire). Plus intelligente, c'est pas forcément une question d'intelligence, mais qui
 143 arrivent à switcher suffisamment rapidement et qui ont suffisamment conscience de leur mal-être
 144 pour partir assez vite.

145 **Er** : D'accord.

146 **Stéphanie** : Mais oui oui, c'est vrai qu'on se dit « mais moi je veux profiter de mes enfants, je veux
 147 profiter de mon temps pour pouvoir avoir des apports autres que les apports professionnels ». Il
 148 n'y a pas QUE le boulot. Il y a une période où l'on se donne à FOND dans le boulot. Alors je pense
 149 qu'il y a aussi, pour ma part, il y a eu aussi essayer de gagner un maximum d'argent pour subvenir
 150 aux besoins de mes enfants. Pour essayer de monter dans des promotions etc. pour pouvoir
 151 subvenir à ces besoins. Moi je suis dans une situation où il fallait que je le fasse toute seule, donc
 152 c'est compliqué. Donc tu vas à fond et tu donnes tout. Et puis il y a un moment où tu te dis « bon,
 153 ok, stop. Là ça va être trop, donc il faut s'arrêter ». Voilà. Mais c'est vrai que tu essaies de grimper.
 154 Après cinquante ans tu te dis « bon, je crois que ça y est, j'ai vu où je suis, je ne sais pas si je peux
 155 monter beaucoup plus haut, je ne sais pas si je peux donner encore plus, euh je vais peut-être
 156 m'arrêter ».

157 **Er** : Oui et puis les enfants sont partis, ils commencent à prendre... Après non toi t'en as encore...

158 **Stéphanie** : Alors ils sont à moitié partis. Ils sont grands, mais on dit un peu dans un adage « petits
 159 enfants, petits soucis, grands enfants, grands soucis ». Euh c'est pas que c'est vraiment des soucis
 160 mais c'est des préoccupations qui sont... un peu lourdes quoi, donc si tu veux c'est des trucs qui
 161 prennent un peu la tête. C'est pas une présence qu'on te demande quand ils sont grands, c'est
 162 plus des préoccupations, des soucis, des fois des finances, des logements, des stages, des trucs
 163 comme ça. Donc t'as besoin d'être là. T'as besoin d'être euh... en tout cas cérébralement t'es là
 164 (rire). Même si dans la présence, t'es pas forcément là. Donc ça prend beaucoup de temps, même
 165 si ça se libère un peu mais au niveau intellectuel et cérébral ça prend du temps.

- 166 **Er** : C'est-à-dire au niveau intellectuel et cérébral ? C'est-à-dire pas qu'au niveau financier quoi ?
- 167 **Stéphanie** : Oui voilà, c'est pas que financier, c'est qu'ils soient biens, c'est qu'ils trouvent leur
168 stage, c'est qu'ils s'épanouissent donc tu te défonces, tu te défonces ! Tu fais marcher le réseau, tu
169 réfléchis aux orientations et tout ça, donc ça prend beaucoup de temps, c'est vraiment pas fini la
170 vie de maman quand on a cinquante ans, tu vois ?
- 171 **Er** : Ouais. Du coup c'est un pression en plus...
- 172 **Stéphanie** : Ah bah ouais.
- 173 **Er** : On se dit qu'on doit être aussi à la hauteur financièrement parce qu'ils sont dans des grosses
174 choses, qu'il faut aussi s'investir énormément pour les aider parce qu'ils arrivent dans les premiers
175 problèmes de la vie, donc c'est ça qui est également vraiment compliqué et qui peut amener à un
176 épuisement finalement.
- 177 **Stéphanie** : Alors c'est-à-dire que de cumuler trois choses, si tu veux ça finit par fatiguer.
- 178 **Er** : Et là où le corps ne suit aussi peut-être plus de la même façon qu'avant.
- 179 **Stéphanie** : Alors le corps ne suit plus quand tu fais comme moi, tu te couches à 1h du matin et tu
180 te lèves à 6. ça c'est sûr que ça marche 15 ans, mais au bout de 15 ans ça fonctionne plus.
- 181 **Er** : Ah d'accord, t'as fait ça pendant 15 ans et donc à un moment on peut plus suivre le rythme
182 quoi.
- 183 **Stéphanie** : Bah il y a un moment, bah oui c'est clair que physiquement ça marche plus et
184 finalement mentalement non plus ça marche plus parce que tu t'épuises et que finalement la
185 tête... Moi je commençais par ne plus trouver mes mots hein, je ne trouvais plus mes mots, mon
186 boss me disait « moi aussi », je lui ai dit « oui mais moi ça m'inquiète » (rire).
- 187 **Er** : Ouais.
- 188 **Stéphanie** : Voilà, moi je suis pas Alzheimer, j'ai que 50-55 ans, voilà j'ai finis par ne plus avoir...
189 t'as de la confusion, tu mélanges tout et puis tu gères pas ton stress, tu n'es plus disponible, tu
190 gères plus le stress, tu n'es plus disponible pour rien, tu fais tout vite et mal, donc ça suffit quoi.
- 191 **Er** : Oui c'est ça. Et tu l'as vraiment senti comme une fatigue mentale, comme une fatigue
192 corporelle...
- 193 **Stéphanie** : Oui.
- 194 **Er** : Ok, d'accord. Et en fait, c'est le fait que les injonctions elles restent les mêmes mais que toi tu
195 n'arrives plus à suivre quoi.
- 196 **Stéphanie** : Ouais. Mmh.
- 197 **Er** : Ok. (silence). Et par rapport à la santé, est-ce que tu as senti qu'il y avait des choses qui avaient
198 changé sur ce plan-là, à cinquante ans ?
- 199 **Stéphanie** : Euh, bah à part la ménopause chez les femmes, euh... qui a changé à cinquante ans...
200 Bon moi j'ai des problèmes de jambes donc c'est clair que moi j'ai vu une différence, je boite.
- 201 **Er** : D'accord.
- 202 **Stéphanie** : Donc j'ai vraiment eu un switch quoi.
- 203 **Er** : Et tu les as eu à partir de quand ces problèmes de jambes ?
- 204 **Stéphanie** : Oh c'est très vieux.
- 205 **Er** : C'est très vieux.

- 206 **Stéphanie** : Ouais. Donc si tu veux avec l'âge...
- 207 **Er** : ça s'accentue.
- 208 **Stéphanie** : Bah oui bien sûr ça s'accentue parce que tes neurones, voilà. Quand tu demandes à un
209 muscle des efforts et que tu fatigues et ben évidemment le muscles peut fournir moins d'effort et
210 finalement tu perds quoi.
- 211 **Er** : Ouais.
- 212 **Stéphanie** : Donc oui, t'as une espèce de...fin tu vas plus vite pour perdre tes muscles quand tu
213 vieillis. Quand tu vas dans un âge ascendant.
- 214 **Er** : D'accord. Et au niveau de...
- 215 **Stéphanie** : Sinon, non. Les lunettes.
- 216 **Er** : Oui ?
- 217 **Stéphanie** : On porte des lunettes, on n'a pas les bras assez longs, on est presbytes. Donc ça c'est
218 vrai que c'est aussi un cap. A cinquante ans, on est tous à se dire : « T'as des lunettes ? ».
- 219 **Er** : (rire).
- 220 **Stéphanie** : « ça y est tu les portes ? »
- 221 **Er** : Ah oui c'est comme un point de repère pour se dire « ça y est, je rentre, je suis en train de
222 vieillir ».
- 223 **Stéphanie** : exactement.
- 224 **Er** : Entre amis vous vous dites ça ?
- 225 **Stéphanie** : Ouais. A cinquante ans on se dit : « t'as des lunettes toi ? Non ? Pas encore ?
226 Comment ça se fait ? Comment ça se fait que t'aies pas de lunettes toi ? » (rire).
- 227 **Er** : Ah oui c'est vraiment...
- 228 **Stéphanie** : Ah, la presbytie oui. Donc ceux qui n'ont pas de lunettes avant. Il y a les pros qui
229 arrivent à tenir jusqu'à 60 (rire). Et puis il y a les moins bons qui a cinquante, commencent à
230 porter des lunettes.
- 231 **Er** : Ah ouais, c'est quelque chose, je pensais pas mais tout le monde me parle des lunettes, c'est
232 ce qui revient.
- 233 **Stéphanie** : Ouais ? Et l'appareil auditif ça doit arriver après, à 70 ans (rire).
- 234 **Er** : (rire). C'est l'autre cap, c'est le prochain (rire). Et oui du coup, par rapport aux femmes, il y a
235 effectivement la ménopause.
- 236 **Stéphanie** : Ouais.
- 237 **Er** : Et ça, est-ce que ça change quelque chose ? Bah physiquement voilà il y a des
238 bouleversements.
- 239 **Stéphanie** : bah moi j'en ai pas souffert du tout.
- 240 **Er** : D'accord.
- 241 **Stéphanie** : Non.
- 242 **Er** : Et au niveau de ce que ça représente ? Chez certains, ça peut être difficilement vécu, pour une
243 femme euh...

244 **Stéphanie** : Oui bah un petit peu, bah un petit peu, c'est quand même une fin de quelque chose,
 245 tu vis pas la vie de femme de la même façon, c'est un peu, bah c'est le point de non-retour, c'est la
 246 même chose, c'est un petit peu le point de non-retour. Mais c'est pas plus douloureux que ça,
 247 parce que tu vas pas imaginer avoir des enfants à 55 ans si tu veux, donc voilà.

248 **Er** : Ouais.

249 **Stéphanie** : Il y a un côté positif, c'est que t'es plus emmerdée (rire), et puis il y a un côté négatif,
 250 c'est que tu te dis c'est un point de non-retour, bon ça y est je passe à (bruit avec la bouche)... une
 251 autre vie, mais bon sans plus, ça m'a pas moi, chamboulée plus que ça.

252 **Er** : D'accord, tu t'es pas dit...

253 **Stéphanie** : Surtout que j'en ai pas souffert, il y a des femmes qui en souffrent beaucoup, qui ont
 254 des bouffées de chaleur, qui sont fatiguées, qui sont de mauvaise humeur etc. Non, j'ai pas eu de
 255 soucis de ce côté-là.

256 **Er** : D'accord, mais ça n'a pas, ça n'impacte pas non plus

257 **Stéphanie** : La vie affective ?

258 **Er** : Voilà par exemple.

259 **Stéphanie** : Non. Sincèrement non.

260 **Er** : D'accord. Et son sentiment, enfin sa féminité ?

261 Stéphanie : Bah si, ça joue un peu sur le corps parce qu'évidemment tu finis par prendre des
 262 formes qui te plaisent pas, donc la t'es pas contente (rire). Ca ça te revient un peu dans la tête tout
 263 le temps. Donc ça c'est le côté. Mais tu sais sur Facebook encore aujourd'hui, on dit « ce sont les
 264 femmes de quarante et plus qui sont les plus séduisantes ». Bah on va rester positive (rire). Non
 265 mais c'est vrai que tu perds, voilà tu fais vraiment la différence entre les plus jeunes, celles des
 266 quarante et les cinquante. Ça se voit davantage, tu peux difficilement cacher. Ou alors faut
 267 beaucoup beaucoup beaucoup travailler.

268 **Er** : (rire).

269 **Stéphanie** : Faut être à fond. C'est ça. Mais bon faut l'accepter. T'es obligée de l'accepter.

270 **Er** : D'accord, mais voilà, ça reste la fin de quelque chose pour toi.

271 **Stéphanie** : Mais oui, bah oui. Mmh.

272 **Er** : La fin... si je devais mettre un mot dessus, la fin d'une....

273 **Stéphanie** : Et le début de moins d'emmerdes quand même.

274 **Er** : le début de moins d'emmerdes.

275 **Stéphanie** : Ouais parce que t'as plus les règles etc. etc. les pilules, les machins, tout ça t'oublies.
 276 Donc ça c'est quand même plus simple, il y a un peu quand même un côté allégé mais il y a l'autre
 277 côté, tu prends du poids, t'es plus une femme qui est fertile, bon bah voilà, tu passes à autre
 278 chose.

279 **Er** : D'accord.

280 **Stéphanie** : Mais affectivement et tout ça, ça ne joue pas. Ça joue plus sur l'aspect esthétique.

281 **Er** : Mmh. C'est plus l'aspect esthétique qui est en jeu.

282 **Stéphanie** : Pour moi.

- 283 **Er** : Mmh. Ok. Et au niveau de ton rapport à la santé, aux institutions ? Est-ce que tu te sens déjà
 284 plus malade ou...
- 285 **Stéphanie** : Non.
- 286 **Er** : Non.
- 287 **Stéphanie** : Moi je n'ai pas de problème de traitement, à part de jambes, j'ai pas de souci
 288 particulier. Par rapport à la santé, moi j'ai une grosse critique à faire sur la médecine du travail, je
 289 trouve ça nul. Mais alors vraiment, je suis mais alors INTERLOQUEE sur euh... On paye des services
 290 qui ne servent à pas grand-chose. Peut-être quand même de temps en temps à de l'intervention
 291 en urgence mais alors moi, la médecine du travail j'ai trouvé ça une catastrophe. On te vois tous
 292 les deux ans, pour voir une dame que tu ne connais pas et qui te dis : (prend une petite voix aiguë)
 293 « ça va ? Oh vous êtes stressée? Ah... non ? D'accord. Bon je signe. Au revoir. »
- 294 **Er** : D'accord, la quand tu parles de la médecine du travail, c'est-à-dire que tous les deux ans, vous
 295 êtes obligés...
- 296 **Stéphanie** : Ah oui, tu as une visite obligatoire dans le cadre d'un exercice salarié, tous les deux
 297 ans tu dois rencontrer un médecin du travail. Alors maintenant la nouvelle loi, c'est une infirmière
 298 du travail tous les deux ans, et tous les quatre ans tu as un médecin, enfin je sais qu'il y a des
 299 systèmes qui ont changé. Mais alors on te fait faire pipi dans un bocal, on te demande si tu as fait
 300 tes examens, c'est-à-dire pour les femmes la mammo, les machins, les frottis, les pulmonaires, les
 301 tout ça. Euh, tu peux répondre ce que tu veux. Tu vois ce qui est scandaleux c'est que tu peux dire
 302 ce que tu veux. [*prend une petite voix aiguë et sourit*] « Oui ».
- 303 **Er** : (rire).
- 304 **Stéphanie** : Voilà. [*reprends une petite voix aiguë en souriant*] « Vous allez bien ? Oui ! ». Voilà et
 305 puis on va pas aller poser la question plus loin, donc tu repars avec un papier « apte ». La bonne
 306 femme, elle a...
- 307 **Er** : Oui. Ça reste une procédure un peu inhumaine quoi.
- 308 **Stéphanie** : Bah c'est surtout une procédure qui est très fausse je trouve, très fausse. C'est pas très
 309 inhumain, la bonne femme elle peut être très gentille, la médecin, mais c'est pas très
 310 professionnel, c'est pas très approfondi. Bon. Après moi j'ai quand même trouvé un médecin du
 311 travail qui, le jour où j'allais pas bien, mais dit « ooh, mais vous vous n'allez pas bien ». Mais si tu
 312 veux, elle est tombée de Charybde en Scylla parce que jusqu'à pendant 15 ans, tous mes dossiers
 313 étaient « aptes », tout allait bien, tout allait bien, tout allait bien.
- 314 **Er** : Et ça n'allait pas forcément bien ?
- 315 **Stéphanie** : Bah non, il y a des jours où tu sais, quand on vit le stress, (à voix basse) « oh moi ça
 316 va »... « oui ça va ».
- 317 **Er** : (silence). Et ils vont pas chercher plus loin.
- 318 **Stéphanie** : Ils vont pas chercher plus loin.
- 319 **Er** : Et pourquoi à ce moment-là tu...
- 320 **Stéphanie** : Je pense qu'il y a un travail réel de formation à faire. Pourquoi je dis rien ? Parce que
 321 je pense que ça n'a pas d'incidence sur mon boulot, ni sur ma santé mentale, ni sur ma santé
 322 physique. Je pense que ça va passer, je pense que c'est une période, je pense que finalement ça va
 323 pas si mal que ça hein, « regardez je suis là, je fais mon boulot, tout le monde est content », tu
 324 vois ? C'est ça le burn out, c'est que jusqu'au moment où tu te dis « bah non, ça va pas si mal
 325 finalement, regardez je suis là ». Et ça c'est grave. Je pense que c'est grave. Parce qu'il y a des

326 institutions qui fonctionnent follement et personne ne dit rien. Et là c'est grave. Surtout pour les
 327 cinquante, je pense 50-55 ouais, je pense qu'il y a des gens qui passent au travers des mailles,
 328 parce qu'on voit rien, on ne dit rien et qu'on est pas suffisamment formé aux petits signes avant-
 329 coureurs.

330 **Er** : D'accord. Et toi t'étais pas forcément non plus, tu reconnaissais pas finalement tes signes
 331 d'épuisement ?

332 **Stéphanie** : Non. Moi je ne voulais pas le voir. Parce que je voulais tenir tenir tenir, parce qu'il
 333 fallait que je bosse, parce qu'il fallait que je bouffe. Tu vois, moi en fait j'ai mis très longtemps à
 334 accepter d'aller voir un médecin pour dire que ça n'allait pas. Bon après moi j'ai beaucoup
 335 travaillé, donc c'est ça qui m'a permis aussi de commencer à dire stop. Mais c'est vrai que tu es
 336 dans un déni et puis tu dois tenir et puis c'est toute ta valeur et puis c'est toute ta vie et puis tu te
 337 dis « bah si j'ai pas ça, bah qu'est-ce que je vais faire ? Qu'est-ce que je vais devenir ? ». Tu peux
 338 pas ! Cinquante ans c'est pas une période facile. Cinquante ça va encore mais cinquante-cinq c'est
 339 pas une période facile pour retrouver du boulot hein, tu fais partie des « séniors » quand même.
 340 Toc ! Et donc retrouver du boulot... Bon alors quand t'as une belle expérience, tu peux trouver des
 341 reconversions possibles mais c'est pas forcément facile. Donc quand tu arrives à cet âge-là, t'as
 342 pas forcément envie de dire que tu n'en peux plus. C'est aussi une forme de faiblesse de dire que
 343 tu n'en peux plus alors que t'as cinquante ans ou cinquante-cinq ans et que tu devrais pouvoir au
 344 contraire, assumer.

345 **Er** : D'accord. C'est qu'il y a aussi un climat de dévalorisation général des gens qui sont dits
 346 « séniors »

347 **Stéphanie** : Oui.

348 **Er** : Et du coup on veut pas admettre qu'on est épuisé parce qu'on veut montrer qu'on est encore
 349 capable et qu'on a encore de la valeur, c'est ça ?

350 **Stéphanie** : Oui, alors ça c'est au-delà des cinquante-cinq ans. Là on est pas encore là. Là on en est
 351 donc quand même « il faut que je tienne, il n'y a pas de raisons que je ne tienne pas, je vais
 352 bientôt aborder les séniors », enfin tu vois c'est... Je pense que oui, après 55 ans on arrive
 353 vraiment dans ça, c'est très dévalorisant. Mais on approche, c'est l'approche et on sent qu'on va
 354 passer le cap là, oulala, on va être mis, on va être remisé, faut pas que je sois remisée. Donc il faut
 355 que je tienne, il faut que je tienne.

356 **Er** : D'accord. Et tu te disais...Bon tu te le dis maintenant parce que tu as dû faire un travail sur toi-
 357 même et éclaircir plusieurs choses, mais ton déni tu l'expliques aussi par le fait que, bah voilà, il y a
 358 un moment où t'as tellement d'injonctions, tu te disais « il faut absolument que je tienne, parce
 359 qu'il faut que je mange, faut que je puisse aider financièrement mes enfants et je vais pas pouvoir
 360 trouver du boulot ». Et par-dessus tout ça il y a pas eu un médecin qui...

361 **Stéphanie** : Un médecin du travail non. Bon après oui, ça s'est fait avec le médecin du travail, c'est
 362 quand même lui qui m'a sauvée en dernière minute. Je suis tombée sur UNE femme qui était tout
 363 à fait à l'écoute. Mais voilà, je suis aussi arrivée avec un lourd machin (rire). Donc voilà. Mais c'est
 364 vrai, c'est ça. Alors il y a pas que ça, tu parles du déni et beaucoup d'injonctions, c'est vrai...
 365 Attends ça me faisait penser à quelque chose... (essai de se souvenir) euh beaucoup d'injonctions
 366 c'est vrai, beaucoup tenir parce qu'il faut bouffer... euh mince, ça me faisait penser à autre chose...
 367 Mais il n'y a pas que ça... euh... bon bah écoutes ça va me revenir. Mais je pense qu'on passe à
 368 côté d'un truc.

369 **Er** : Prends le temps de réfléchir hein.

370 **Stéphanie** : Oui oui, ça va me revenir, il y a des trucs qui me viennent là (rire) dans la tête quand tu
 371 me parles. Euh... (essaie de se souvenir) l'injonction, il y a beaucoup d'injonctions, tu veux pas
 372 lâcher... Ah oui ! Voilà c'est ça. Et puis, tu veux changer de boulot, j'ai voulu moi changer de
 373 boulot. Tu le fais quand ? Entre minuit et 2h du matin. Tu vois ? Donc c'est très compliqué, parce
 374 qu'en fait moi j'ai fait des lettres de motivation, des CV, j'ai eu des entretiens, j'ai failli changer de
 375 boulot. Mais les deux postes que j'ai eu, en fait je les ai pas pris, pourquoi ? Parce que mon
 376 directeur est tombé, a attrapé, enfin était malade du cancer, donc je suis restée. Après ma
 377 directrice adjointe a eu un cancer, donc je suis restée. Voilà. Et après quand tu veux chercher du
 378 boulot et que tu bosses 8h à 10h par jour, que tu as une famille, que tu rentres chez toi, tu fais les
 379 lettres de motivation et les CV à minuit. Donc il y a un moment tu dis « eh oh ».

380 **Er** : Tu rentres dans une phase d'épuisement.

381 **Stéphanie** : Je suis pas, je suis pas wonder woman, je ne peux plus tout faire en même temps.
 382 Donc voilà, donc ça a été une solution de dire « stop ! J'en peux plus, j'arrive pas à tout faire, c'est
 383 terminé, je suis fatiguée ». C'est très compliqué de changer de boulot. C'est pas facile de faire le
 384 entretiens, les lettres de motivation, les recherches, les CV quand tu travailles beaucoup et que
 385 t'as beaucoup d'injonctions.

386 **Er** : Mmh. Il y a tout un contexte qui fait que tu te sens aussi bloquée.

387 **Stéphanie** : Bah c'est pas ça, c'est que t'arrives pas à tout faire. Les injonctions, tu vois tu te
 388 rajoutes une injonction supplémentaire. Quand tu parles d'injonctions, j'avais jamais dis ça comme
 389 ça dans ma tête mais c'est vrai ! T'as les injonctions du boulot, les injonctions de survie, de ta
 390 famille etc. et il faut que tu te mettes des injonctions de trouver du boulot en plus !

391 **Er** : Mmh. Et il y a en plus à cinquante ans de ce genre d'obligations, d'injonctions ? Ou il y en a
 392 autant qu'avant et finalement c'est nous à un moment qui y arrivons plus ?

393 **Stéphanie** : Alors moi j'ai eu une surcharge de travail puisque j'ai eu plus de responsabilités,
 394 d'accord ? Alors peut-être qu'après j'en ai pris trop, ça c'est un autre problème mais c'est vrai que
 395 plus tu vas en âge, plus a priori tu as un poste avec plus de responsabilités. Donc évidemment t'as
 396 énormément plus d'injonctions. Et puis, moi j'étais contente parce que c'est aussi beaucoup
 397 d'enrichissement, tu vois ? C'est beaucoup d'enrichissement professionnel, c'est des tâches qu'on
 398 te donne, c'est des choses qui sont plus intéressantes, donc tu les prends, tu les prends, tu les
 399 prends. Après du côté familial, je t'ai dit que ça devenait plus lourd, parce que c'est pas tellement
 400 de la présence mais c'est plus de la CHARGE tu vois de réflexion, de travail, d'assumer etc. Après
 401 qu'est-ce que t'as d'autre comme injonctions... bah de vie au quotidien, ça ça bouge pas. Je pense
 402 que c'est, en effet, c'est des injonctions avec plus de RESPONSABILITÉS, t'es plus responsable.
 403 Quand t'es plus jeune, t'as peut-être un peu moins de responsabilités. Tes enfants sont plus petits
 404 donc c'est plus facile, en termes de responsabilité, tu vois ?

405 **Er** : Ouais. Donc c'est plus de responsabilité, et au niveau du travail, c'était ton choix aussi de
 406 prendre plus de responsabilités.

407 **Stéphanie** : Oui parce que c'est la passion, c'est quelque chose que j'aimais bien.

408 **Er** : D'accord. C'est quelque chose qui est important dans ta vie le travail ?

409 **Stéphanie** : ça l'était. Tu vois ? Je pense que maintenant je vais faire différemment.

410 **Er** : D'accord. Mais ça l'était avant.

411 **Stéphanie** : Ah ça l'a toujours été. Moi je fonctionne par passion. C'était des choses passionnelles
 412 donc je me donnais à fond quitte à m'oublier. Voilà donc je me donne à fond. En plus c'est des
 413 enfants handicapés et tout ça, donc ça abreuve l'affectivité tout ce que tu veux. Donc évidemment

414 tu te donnes à fond et tu t'oublies. (ton théâtral) Et puis tu vas aider, supporter, contribuer. Voilà
415 tu donnes tout ce que tu peux pour que ça marche et comme c'est des petites institutions médico-
416 sociales qui vivent sur peu de moyens et qui fonctionnent beaucoup sur justement, à essayer de
417 mettre en avant toute l'empathie de son équipe et ben on fonctionne là-dedans et du donnes tout
418 ce que tu as.

419 **Er** : Ouais et ça peut devenir un argument presque de chantage. Tu dois te défoncer mais pour la
420 bonne cause.

421 **Stéphanie** : C'est ça. Mais c'est ça a toujours fonctionné comme ça. « Comment ça ? Comment ça
422 tu peux pas donner plus ? Comment ça tu peux pas travailler le week-end ? Mais tout le monde
423 fait ça ! Tout le monde fait ça. Pourquoi tu ne le fais pas ? ».

424 **Er** : Et il y a un sentiment de détresse qui par d'un « moi si j'y arrives toi aussi tu dois y arriver », et
425 du coup on s'écoute plus.

426 **Stéphanie** : Exactement. Exactement.

427 **Er** : Ok. Et t'as toujours fonctionnée comme ça dans ta vie ? Tu t'es toujours donnée comme ça ou
428 c'est que, voilà, le travail à un moment de ta vie ça a pris le dessus ?

429 **Stéphanie** : Non. C'est tout à fait en reflet de choses personnelles vécues.

430 **Er** : D'accord.

431 **Stéphanie** : Ce que tu vis au boulot. C'est quelque chose que tu as connu toi-même dans ta vie
432 d'enfant. Donc ça je sais très bien que je reproduis quelque chose qui fait que je ne m'écoute pas.
433 Donc voilà, j'ai dit stop.

434 **Er** : D'accord. Et ça tu veux pas en parler, de ces raisons personnelles ?

435 **Stéphanie** : Non mais c'est, enfin c'est personnel, oui c'est très personnel. Enfin j'imagine que pour
436 tous les gens qui arrivent à des stades comme ça, c'est en rapport avec, pour moi c'est en rapport
437 avec l'emprise. Donc j'ai vécu une emprise petite et je l'ai reproduite là. Voilà. Et donc je me suis
438 aperçue que je l'avais reproduite. Voilà et que maintenant il faut que je m'en sorte. Donc tu
439 revéhicule des choses que t'as connues. Donc tu va retrouver au boulot des relations qui font que
440 tu es... enfin que tu as besoin de revivre, ce que tu as vécu petite même si c'était pas sain. C'est ça
441 qui est terrible. Mais tu les reproduis.

442 **Er** : Ouais.

443 **Stéphanie** : Parce que tu y trouves un... enfin tu ne connais que ce... enfin moi je ne connaissais
444 que ce mode de fonctionnement.

445 **Er** : D'accord. C'est un mode de fonctionnement que t'as appris dans ton enfance par tes parents ?

446 **Stéphanie** : Ouais. Familial.

447 **Er** : Ok. Familial. Et ça tu penses que ça a joué toute ta vie dans tes choix ?

448 **Stéphanie** : Ouais.

449 **Er** : Dans ton rapport à toi-même ?

450 **Stéphanie** : Ouais.

451 **Er** : A ton corps ?

452 **Stéphanie** : Mmh (signe d'acquiescement).

453 **Er** : D'accord.

- 454 **Stéphanie** : C'est la révolution (rire).
- 455 **Er** : Ok. Et il y a un moment où l'on se dit... voilà à cinquante ans tu prends conscience un peu de
456 ça.
- 457 **Stéphanie** : Alors non. Moi c'est à cinquante ans où j'ai commencé à me dire que ça n'allait pas.
458 Parce que je trouvais que je donnais trop, que j'étais fatiguée etc. Bon après j'ai mis beaucoup de
459 temps à me décider parce que c'est des grosses révolutions personnelles. Et puis tu...
- 460 **Er** : Révolutions personnelles. C'est une révolution.
- 461 **Stéphanie** : Ah ouais.
- 462 **Er** : C'est total.
- 463 **Stéphanie** : Ah ouais. Tu te rends compte que tu fonctionnes uniquement sur un mode de
464 fonctionnement que t'as appris petite malgré toi et que tu le reproduis et que voilà, c'est un
465 mauvais mode de fonctionnement qui te met à mal toi, tu te dis « là c'est une vraie révolution ».
- 466 **Er** : Et c'est dans cette période-là que t'as commencée à identifier cette emprise dont tu n'avais
467 pas conscience avant ?
- 468 **Stéphanie** : Oui.
- 469 **Er** : Il y a que – enfin « que » entre guillemets – à partir de cinquante ans que tu prends conscience
470 de ça. C'est quand même...
- 471 **Stéphanie** : Oui, enfin c'est pas à cinquante ans mais je pense que quand même, à ces âges-là, tu
472 t'aperçois que, il faut que tu prennes soin de toi et ça fait partie de ça. Tu commences des petites
473 démarches à te dire : « je comprends pas, j'y arrive pas, je suis débordée », tu vois tu tires, tu tires,
474 tu tires, tu tires et puis tu arrives à trouver ce qu'il se passe en fait.
- 475 **Er** : Mmh. C'est « on prend du temps pour soi parce que » - après tu me dis si je me trompe parce
476 que j'essaie de réfléchir en même temps et de comprendre – mais en fait c'est plein de choses qui
477 s'entrechoquent. On change de rapport au temps, à l'avenir, on se dit que le temps maintenant
478 n'est plus infini, enfin qu'il y a une échéance quoi, on en prend conscience vraiment, et puis d'un
479 autre côté il y a plein de choses de notre enfance qui reviennent et qui font que...
- 480 **Stéphanie** : Oui mais ça c'est pour les gens qui travaillent hein.
- 481 **Er** : Ouais.
- 482 **Stéphanie** : Parce que pour en arriver là faut quand même avoir eu le temps de réfléchir et
483 d'accepter de regarder beaucoup de choses, d'accord. Je sais pas si tout le monde est apte à faire
484 des liens entre ce qu'il se passe à 50-55 et puis ce qu'il s'est passé depuis tout petit.
- 485 **Er** : Oui.
- 486 **Stéphanie** : ça c'est quand même, je pense hein ? C'est pas accessible facilement. Par contre ce
487 qu'il se passe c'est que tu es obligé de MESURER, euh... Ce qui se passe toi, le fait que ton corps va
488 pas suivre forcément, tu fatigues plus quand même, en fait tu t'en rends pas forcément compte
489 tout de suite. Que autant, quand tu as, avant cinquante ans, même si c'est pas à cinquante ans
490 pile, c'est pas le 26 novembre TAC ! Mais c'est que, tu t'aperçois que tes nuits qui sont très
491 courtes, jusqu'à cinquante ans, bah tu peux. Et puis là tu commences à fatiguer. C'est ton état de
492 santé qui fait que tu es moins résistant. Qui fait que tu dis « bon bah je suis moins résistant,
493 qu'est-ce qui se passe ? J'ai moins de résistance, j'ai beau donner tant »... Par exemple on se dit
494 souvent nous à cinquante ans « ohlala moi je peux plus reprendre des études, j'en peux plus de
495 travailler le soir, j'en peux plus... ». Moi j'ai fait des études à 52 ans, j'ai repris un diplôme...

- 496 **Er** : De quoi ?
- 497 **Stéphanie** : Bah pour être cheffe de service.
- 498 **Er** : D'accord.
- 499 **Stéphanie** : C'était pas facile, c'était beaucoup de boulot, c'était encore une quatrième journée
 500 que je me rajoutais. Voilà tu peux plus veiller jusqu'à deux heures du matin pour travailler, tu vois
 501 tu fatigues, t'as plus autant de résistance. Donc tout ça fait que cette révolution du corps, qui fait
 502 que tu es moins résistant etc. Donc mentalement tu te dis « bon bah il y a peut-être des
 503 aménagements à faire, ou il y a des trucs qui fonctionnent pas bien ou qu'est-ce qu'il se passe ?
 504 enfin... » et qui fait que tu te pousses à dire « bon ben quand même là, j'y arrive plus quoi, j'y
 505 arrive plus ». Et puis tu réfléchis et tu te dis « bon, il y a peut-être des aménagements à trouver ».
 506 Il y a des gens qui trouvent ces aménagements. Il y a des gens qui se mettent en libéral à 55 ans, il
 507 y a des gens qui fondent leur entreprise à 50 ans parce qu'ils sont tout seul et qu'ils gèrent leur
 508 temps. Il y a beaucoup de gens et beaucoup de femmes de mon âge qui changent comme ça pour
 509 être libres et... qu'elles peuvent disposer de leur temps d'elles-mêmes. C'est-à-dire qu'elles se
 510 lèvent quand elles veulent, elles font leur boulot, elles ont leurs tâches, bon. Et ça c'est ça dont on
 511 rêve, tu vois ? D'aménager pour pouvoir avoir ce temps. Voilà, moi j'ai pas réussi à faire ce switch
 512 d'adaptation parce que j'étais sous tellement d'injonctions et j'étais dans un système de
 513 fonctionnement qui fallait que je comprenne d'abord. Voilà, il a fallu que pof. On dit comme ça
 514 chez les sourds. Que je prenne ça dans la figure pour que « oh » on se réveille.
- 515 **Er** : Ouais et c'est peut-être aussi pas facile... voilà, peut-être qu'inconsciemment on n'a pas envie
 516 de se dire « bah j'y arrive plus quoi », c'est peut-être aussi difficile de se dire ça.
- 517 **Stéphanie** : Oui oui.
- 518 **Er** : Quand on a des personnalités où l'on se donne énormément.
- 519 **Stéphanie** : Oui oui c'est pas facile. Enfin c'est pas possible au boulot de toute façon. Le boulot
 520 c'était pas possible de dire « j'y arrive plus ». Parce que « j'y arrive plus ça veut dire que t'étais une
 521 nulle ». Dans mon boulot hein ? C'était comme ça.
- 522 **Er** : Ouais.
- 523 **Stéphanie** : « Tu y arrives plus, t'es nulle. » « Comment ça t'y arrives plus ? Tout le monde y
 524 arrive ». Tu l'as très bien dit tout à l'heure. Donc là tu peux pas dire j'y arrive plus.
- 525 **Er** : C'est ta valeur... en plus toi ton travail, ça à l'air d'être central dans ta vie quoi. Ta valeur passe
 526 par ça.
- 527 **Stéphanie** : C'était important. Non la valeur famille est très importante aussi.
- 528 **Er** : Oui ?
- 529 **Stéphanie** : La valeur famille est très importante, c'est pour ça qu'il y a des moments où ça se
 530 complique quoi, tu fais tous les aménagements possibles, t'essaies d'être partout parfait. Voilà, la
 531 famille on est parfait, on gère tout, ta ta ta ta, le travail est parfait ta ta ta ta, et puis toi t'es plus là.
- 532 **Er** : Tu t'investis aussi énormément pour tes enfants ?
- 533 **Stéphanie** : Ouais, la valeur famille est importante. Bah oui, je suis un peu le référent. Je suis le
 534 référent pour eux et puis j'ai envie qu'ils réussissent, qu'ils arrivent à être heureux, elles... eux.
 535 Donc c'est en effet une valeur importante, de bien-être, de bien-être affectif, de bien-être
 536 amoureux, de bien-être financier, de bien-être matériel. Donc c'est important ouais. Donc je me
 537 bats moi.

- 538 **Er** : Ouais t'as quand même quatre enfants ...quatre enfants ?
- 539 **Stéphanie** : Ouais.
- 540 **Er** : Ouais, donc t'es toute seule, c'est pas facile à gérer. T'as toujours réussi à gérer ça ? À être là
541 pour eux ? A...
- 542 **Stéphanie** : Ouais j'ai essayé. Donc c'est une valeur importante, ouais.
- 543 **Er**: D'accord. Et tu parlais à un moment, j'ai noté, du fait que ton directeur ait eu un cancer. Est-ce
544 que ça c'est une maladie qui te fais peur ? Parce que c'est aussi la maladie... il y a toute la
545 prévention autour etc. Et cinquante ans on a aussi l'impression que c'est un peu le seuil de ...
- 546 **Stéphanie** : Alors écoutes, dans mon institution c'est quand même assez pathologique, c'est-à-dire
547 que le directeur est tombé malade, la directrice adjointe est tombée malade, un autre personne
548 est morte enfin, voilà... de boulot hein. Donc moi je me suis dit, « barres-toi vite ! Casses-toi vite !
549 C'est à toi que ça va arriver plus tard ». Donc j'ai eu peur.
- 550 **Er** : Que le boulot, ça génère un cancer c'est ça ?
- 551 **Stéphanie** : Bah c'est-à-dire que oui. Tu te mets en situation de... de pas prendre soin de toi. Tu
552 t'oublies complètement. Donc ça veut pas dire que tous les cancers sont d'ordre
553 psychosomatique. Mais ce que je veux dire c'est que forcément, si tu n'es pas à l'écoute de tes
554 besoins, forcément quand tu as une petite alerte, tu ne fais pas attention. Donc ce qui pourrait
555 être un tout petit truc devient un truc massif. Un cancer qui pourrait être traité très rapidement
556 devient un truc qui prend des proportions démesurées et voir on en meurt. Parce que celle qui est
557 morte, c'est ça, c'est qu'elle n'a pas voulu s'occuper d'elle.
- 558 **Er** : Mmh. C'est une nécessité.
- 559 **Stéphanie** : Tu vois. Donc ça devient grave, ça devient grave. Et là j'ai vu que moi je n'y arrivais
560 pas, ok. Mais tous ceux qui étaient devant moi là, les grands chefs non plus. Donc la tu te dis
561 « heuuu, c'est grave ! ». Je veux dire, moi j'ai quatre enfants, moi je peux pas me permettre de
562 tomber malade demain et d'être morte dans six mois. Donc non, stop.
- 563 **Er** : C'est pas seulement la peur du cancer qui...
- 564 **Stéphanie** : De n'importe quelle maladie ! C'est le fait que tu sois en situation de te mettre malade
565 à cause du boulot parce que tu n'as pas pris le temps de prendre soin de toi. Or c'est comme dans
566 les avions. C'est une image. On te dis faut d'abord mettre le masque à oxygène sur toi avant ton
567 bébé. C'est exactement pareil. Si moi je me protège pas moi, je ne protégerai pas mes enfants.
568 Donc ça a été stop. Il faut faire attention, c'est vraiment être à l'écoute des besoins, ça ça n'a pas
569 été fait du tout. Et peut-être que dans d'autres institutions être à l'écoute des besoins, enfin dans
570 d'autres boulots, on s'oublie. Parce qu'on est pris dans des engrenages, dans des injonctions. Je
571 pense que moi, c'était aussi sûrement ma pathologie personnelle hein, mais peut-être que pour
572 d'autres c'est pareil.
- 573 **Er** : Et en tant que mère, là où les enfants sont en train de passer certaines étapes de la vie, c'est
574 vrai que prendre soin de soi ça devient une nécessité pour soi mais aussi pour ses enfants, parce
575 qu'on doit être là pour eux.
- 576 **Stéphanie** : Bien sûr.
- 577 **Er** : On doit pouvoir les supporter quoi. Donc il y a toujours ce rapport vis-à-vis des enfants. Mais
578 du coup, est-ce que tu fais aussi tout ce qui est prévention du cancer ? Comment tu perçois les
579 campagnes de prévention ? Tu reçois sûrement des courriers ?

580 **Stéphanie** : Oh oui ! Ah ça c'est aussi t'as raison ! A 50 ans, il y a ça qu'on reçoit. T'as le droit à je
581 sais pas quoi, la coloscopie, là je sais pas quoi, ça c'est les premiers papiers. Et ce qui est plus dure
582 quand t'arrives vers les 50 ans, alors je pense que c'est à 50 ans qu'on reçoit le premier papier de
583 la caisse de retraite.

584 **Er** : Ouais ?

585 **Stéphanie** : Tu sais pas ça ?

586 **Er** : Non (rire).

587 **Stéphanie** : Eh bah oui. Donc ça c'est à mettre dans ton dossier. C'est que à 50 ans, non seulement
588 t'as du mal à fêter ton anniversaire parce que t'as pas envie, mais tu reçois le premier avis de
589 retraite avec ton calcul, ton décompte de retraite. Et ça tu te dis « oh ! Ça y est ! J'arrive dans les
590 retraités. » Et ça ça fout un coup, ça ça fout un coup. Parce que là tu te vois déjà dans ce truc, tu te
591 projettes rapidement sur les 65-70 ans qui vont arriver là. Ça c'est pas cool. C'est pas très cool
592 (rire). Voilà. Après les coloscopies, les mammo, les machins, les trucs euh... non écoutes, moi je
593 trouve c'est bien, je trouves c'est au contraire une bonne politique de prévention, moi ça
594 m'enquiquine pas trop, c'est pas toujours très drôle de faire ses examens mais je trouve que c'est
595 plutôt bien d'avoir une prévention qui fonctionne pour pouvoir justement prendre les choses à
596 temps et pas se retrouver dans des situations de maladies trop importantes. Bon. Oui c'est comme
597 les papiers de retraite, ça veut dire que tu déclines.

598 **Er** : D'accord. Et ça... Parce que ouais, j'ai des enquêtés qui veulent être en bonne santé etc. c'est
599 hyper important pour eux, mais d'un autre côté ils veulent pas...

600 **Stéphanie** : faire leurs examens...

601 **Er** : ils veulent pas...

602 **Stéphanie** : qui ont peur...

603 **Er** : être séniors.

604 **Stéphanie** : Ah.

605 **Er** : Ils ont peur, il y en a qui ont peur, mais ils y en a qui veulent pas être « séniors ».

606 **Stéphanie** : Ouais. Moi non.

607 **Er** : Tu t'envisage comme « sénior » ?

608 **Stéphanie** : Euh... bah je commence à me positionner comme sénior mais j'ai du mal hein. J'aime
609 pas ça. 55...

610 **Er** : Pourquoi ?

611 **Stéphanie** : Bah parce que sénior pour moi, c'est le papy et la mamie que tu vois sur les catalogues
612 avec les couches quoi (rire).

613 **Er** : D'accord. Et toi tu te sens pas...

614 **Stéphanie** : Ah non je me sens pas encore comme ça non. Et puis je suis pas grand-mère moi. Il y
615 en a qui sont grands-mères, moi je suis pas encore grand-mère et je suis pas du tout prête à être
616 grand-mère. Moi j'ai envie de profiter du temps pour moi, d'abord. Tu vois ? Il y a beaucoup de
617 femmes qui disent ça : « C'est MOI D'ABORD ! » (rire), « je me suis occupée de mes enfants, je
618 m'occupe de moi et je m'occuperai de mes petits-enfants APRES », d'accord ?

619 **Er** : Ah ok. Du coup avant la vieillesse, c'est peut-être ça les cinquante ans, c'est vraiment la
620 période où tu peux prendre un peu le temps pour toi quoi.

621 **Stéphanie** : Ouais, c'est ça. C'est-à-dire que tu es un peu libérée, tu es un peu... Même si tu as des
 622 responsabilités, tu es plus disponible en temps. Tu vois ? Et justement, le fait que le boulot t'en
 623 bouffe trop, bah ça t'enquiquine un peu. Non la santé me gêne pas plus que ça. Et j'ai pas peur
 624 spécialement d'attraper quoi que ce soit. Alors c'est vrai que je fais attention à faire du sport, ben
 625 comme maintenant... J'ai compris, euh... je reprends beaucoup de sport, je reprends beaucoup
 626 d'activités ouais.

627 **Er** : D'accord.

628 **Stéphanie** : Parce que, parce que je veux pas me retrouver à 70 ans grabataire quoi, ou être
 629 dépendant. Il y a une grosse problématique sur la dépendance. T'as peur d'être dépendant à 65
 630 ans, 70 ans. Moi ma crainte c'est de pas pouvoir m'occuper de mes petits-enfants parce que je sais
 631 pas quoi, je pourrai pas marcher, parce que je pourrai pas... Tu vois donc on se projette aussi là-
 632 dedans en se disant « moi il faut qu'à 65-70 ans, si mes enfants ils ont besoin de moi, je puisse être
 633 là », un peu et que je puisse répondre, s'il y a un besoin que je puisse être là, que je puisse
 634 m'occuper de mes petits-enfants, que je puisse les emmener, que je puisse sortir, que je puisse...
 635 c'est important d'être VALIDE pour ses petits-enfants. Ça c'est une vrai problématique, donc on y
 636 va ! Faut tenir !

637 **Er** : Faut préserver sa capitale santé.

638 **Stéphanie** : Oui, c'est ça, exactement ! Faut préserver son capital. Exactement.

639 **Er** : D'accord, en fait il y a un peu une redéfinition... enfin, c'est vrai que quand on parle de santé,
 640 on se pose généralement juste la question de « maladie, pas maladie ». Mais j'ai l'impression qu'à
 641 50 ans, on se pose la question de la santé différemment, en se disant que c'est un capital à
 642 préserver, en étant dans une forme de projection.

643 **Stéphanie** : Exactement. On le dit pas assez à partir de 40 ans si tu veux. Je pense que... enfin moi
 644 je vois tous ces hommes qui courent, je trouve ça super ! Je les vois le matin, je me dis « olala », ils
 645 ont compris. Ils ont compris, ils y vont tous les matins, ils y vont à 6h du mat' les mecs avec la
 646 loupiote là, j'ai dit ils ont compris que c'est leur capital santé et que plus tu le fais régulièrement,
 647 plus tu maintien ta vie. Moi j'admire ces gens, moi j'ai une formatrice que j'aime beaucoup, qui a
 648 80 balais, elle se fait du yoga avec les pieds au mur tous les jours le matin à 5h.

649 **Er** : Ah ouais d'accord.

650 **Stéphanie** : J'admire. J'admire.

651 **Er** : Elle le fait depuis quand ?

652 **Stéphanie** : Bah je pense que c'est depuis les cinquante ans qu'elle fait ça. Et j'admire, c'est
 653 magnifique. Elle se lève à 5h, elle fait son yoga là et puis elle à 80 balais. Elle a une tête toute
 654 rouge (rire) mais...et c'est magnifique ! C'est magnifique. C'est maintenir son capital santé, c'est
 655 maintenir sa vivacité d'esprit, c'est maintenir tout ça qui est important.

656 **Er** : Et toi t'as repris le sport euh...

657 **Stéphanie** : Alors moi j'en ai toujours un peu fait, mais j'ai un peu beaucoup allégé quand je
 658 travaillais, trop alléger. Donc ouais je reprends le sport, le yoga beaucoup, le yoga c'est un sport,
 659 et puis du vélo, de la piscine, voilà. J'essaie de reprendre des activités qui maintiennent le capital.

660 **Er** : D'accord. Et pourquoi le yoga par exemple ? Ça aussi j'ai l'impression que c'est un truc qui
 661 revient souvent.

662 **Stéphanie** : Ouais bah parce que tu apprends beaucoup à te... t'apprends sur ton corps, t'apprends
 663 beaucoup à maîtriser, pas maîtriser mais à développer tes compétences corporelles et puis c'est

664 beaucoup d'apaisement aussi, dont tu as besoin pour un peu te couper de toutes ces injonctions,
 665 et beaucoup d'écoute de ses propres besoins. Donc ça c'est bien, ça fait beaucoup de bien de
 666 prendre un peu de temps pour ça. Moi je trouve qu'on gagne en souplesse, on gagne en fluidité,
 667 on gagne en, comment dire ? En apaisement. Voilà. Ça apaise.

668 **Er** : Le yoga j'ai l'impression que ça permet de répondre à pas mal de vos problématiques : le fait
 669 d'être à l'écoute de son corps et de pouvoir se préserver mais aussi, c'est un changement de point
 670 de vue, c'est-à-dire que ça permet de prendre le temps de s'écouter alors qu'on sent peut-être
 671 différemment son corps, qu'il revient à soi. C'est se recentrer sur soi pour être à l'écoute de ses
 672 besoins quoi, ça rassemble pas mal de choses.

673 **Stéphanie** : Tout à fait. C'est tout à fait ça.

674 **Er** : D'accord. Et par rapport à la vieillesse, pour toi être vieux entre guillemets, c'est le fait d'être
 675 grands-parents ou le fait d'être dépendant ou... ?

676 **Stéphanie** : Les vieux.

677 **Er** : (rire).

678 **Stéphanie** : T'as vu c'est la chanson de Jacques Brel. Euh... les vieux. Bah être vieux, ça peut se
 679 décliner pour moi vieux. J'ai une maman qui est vieille, elle a 80 ans, elle fait pas si vieille que ça.
 680 Par contre j'ai une belle-mère qui était vieille, qui est morte déjà, qui avait 70 ans. Elle elle était
 681 vraiment vieille. Alors quelle différence ? C'est l'activité, la vivacité, voilà. Je pense que le vieux
 682 c'est celui qui est grabataire. Avant je considère qu'on n'est pas vraiment vieux. Si on est encore
 683 actif, si on se déplace, si on peut aller au spectacle, être autonome. Voilà.

684 **Er** : C'est quelque chose qui repose sur chacun en fait.

685 **Stéphanie** : l'autonomie, quand on la perd l'autonomie, on est vieux.

686 **Er** : Et le vieillissement en fait... parce qu'avant, c'est vrai qu'on avait plus des étapes. On sortait du
 687 travail, on rentrait dans la case « vieux », on devait s'habiller de telle manière, avoir telles activités
 688 etc. Mais maintenant j'ai l'impression qu'il n'y a plus ça, il y a une disparition de ces repères
 689 collectifs.

690 **Stéphanie** : Ouais. Tout à fait. Bah d'abord je pense qu'on a gagné en âge, donc on a plus de
 691 temps. Avant tu mourrais à 70 ans ou 65 ans, maintenant tu vas jusqu'à 80 ans, donc t'as quand
 692 même un plus large panel. Et puis c'est vrai que la rupture, on en profite plus maintenant du
 693 temps de retraite. Les gens peuvent partir, les gens ont des activités, profitent de leur maison etc.
 694 Et donc c'est vrai qu'il y a moins « tu restes à la maison et t'attends ». Avant c'était « on attend la
 695 mort ». Là maintenant, au contraire, on essaie de magnifier son capital pour repousser au
 696 maximum et profiter au maximum.

697 **Er** : Donc il y a quand même une idée où tu te dis, toi à cinquante ans, t'arrives sur une sorte de
 698 « vieillissement-déclin » entre guillemets, sur une pente descendante, mais quand même, du fait
 699 de l'allongement de l'espérance de vie et du fait qu'il faille préserver ce capital, il y a quand même
 700 cette idée que, à cinquante ans, bah la vie elle est pas finie, tu peux faire des choix, te redéfinir...

701 **Stéphanie** : Oui tout à fait. Mais quand t'arrive à cinquante tu le vois pas ça. Enfin, tu envisages
 702 quand même une autre façon de vivre je trouve. Mais c'est vrai, c'est vrai qu'il y a quand même un
 703 côté positif, un côté d'épanouissement, un côté pour profiter, un côté... Et puis c'est agréable de
 704 voir ses enfants grandir, de voir comment ça évolue, enfin voilà, il y a quand même des choses qui
 705 sont positives, mais c'est une autre vision.

706 **Er** : Ouais on rentre un peu dans un deuxième apprentissage comme un adolescent qui rentrerait
 707 dans la vie adulte. T'as pas l'impression qu'à 50 ans, on peut ré envisager sa vie d'une autre
 708 façon ?

709 **Stéphanie** : Alors on peut quand même. Moi je me suis inscrite à des MOOC, tu vois je me suis
 710 mise à un MOOC sur internet. Olala ça a été un gros effort. Tu sais c'est...

711 **Er** : Oui oui, des formations ?

712 **Stéphanie** : Ouais des formations.

713 **Er** : C'est un MOOC de quoi ?

714 **Stéphanie** : C'est un MOOC de gestion de projet alors c'est marrant. Alors si tu fais des
 715 apprentissages, mais je pense que c'est beaucoup plus à visée personnelle. Alors que jusqu'à
 716 cinquante ans, c'est un peu tout. Voilà je sais pas. Mais le MOOC c'est marrant hein, puisque t'es
 717 obligé vraiment, c'est là où tu vois qu'il y a des décalages de générations, là tu commences, tu
 718 commences aussi à voir le décalage.

719 **Er** : C'est-à-dire ?

720 **Stéphanie** : Eh ben le MOOC, il faut savoir manipuler tous les outils informatiques hein ? Tu chat
 721 sur internet, tu skype en même temps, tu fais des logiciels, t'as plein de trucs, t'as des cours sur
 722 internet, tu réponds par internet, tu renvoies tout par internet, t'as 46 000 fenêtres en même
 723 temps. Euh ouais, ça demande un certaine gymnastique technique et informatique et donc là tu te
 724 dis « Ou bah dis donc, là, je commence à voir une révolution que moi il va falloir que je suive. »

725 **Er** : Ouais, et le numérique ça agit aussi peut-être comme un signal qui te dit que t'es sortie de la
 726 jeunesse.

727 **Stéphanie** : Ouais. Bah c'est une autre façon de fonctionner. Là on va fonctionner différemment,
 728 tout va se faire comme ça bientôt. Et tu de dis « Ouf ! Heureusement que je me mets à la page
 729 parce que sinon je vais avoir du mal ! ».

730 **Er** : On sent qu'il y a un travail d'adaptation, on se dit, « aujourd'hui, voilà, je dois m'adapter, je
 731 suis dans une position d'adaptation ».

732 **Stéphanie** : C'est ça. Tout à fait.

733 **Er** : C'est un travail d'adaptation à faire. Ok.

734 **Stéphanie** : Et c'est vrai que les vieux n'ont pas forcément cette capacité d'adaptation. Faut
 735 s'adapter vite hein.

736 **Er** : Oui. Et la difficulté d'adaptation c'est peut-être aussi une problématique qu'on associe...

737 **Stéphanie** : aux vieux. Ouais.

738 **Er** : Au vieillissement.

739 **Stéphanie** : Ah ouais.

740 **Er** : Donc en fait on est vraiment dans un entre-deux. On est dans le prolongement de sa vie et à la
 741 fois dans une transition où il y a des choses qui se croisent.

742 **Stéphanie** : Tout à fait.

743 **Er** : Donc l'idée qu'on serait à un carrefour quand même, c'est une notion qui paraît pas
 744 totalement saugrenue.

745 **Stéphanie** : Non. Non non. Non non pas du tout. C'est une bonne réflexion je trouve.

746 **Er** : Ok. Et pour revenir aux institutions médicales, est-ce que pour te soigner, tu vas vers des
747 médecines alternatives ?

748 **Stéphanie** : Oh de plus en plus quand on est vieux (rire).

749 **Er** : Pourquoi ?

750 **Stéphanie** : Pourquoi ? Non, je pense que c'est parce que moi je suis plus dans une politique
751 d'écoute des besoins, que avec le yoga tout ça, tu pars un peu sur des systèmes de plantes. En plus
752 on est dans une économie actuellement où on parle tellement de tout ce qui est chimique,
753 intoxications etc. que je trouve que moi, je ne l'aurais jamais pensé avant, c'est vrai que je vais
754 plus vers une attention à ce que je mange, attention à quel médicament je prends, j'en prends pas
755 beaucoup hein ? Mais par exemple j'ai mangé des huiles, j'ai mangé trucs que j'ai jamais mangé
756 avant, parce que je vais essayer de faire les choses en douceur, je veux pas brusquer, je veux
757 maintenir mon capital et pas me trouver avec des trucs trop violents, tu vois ? Je cherche pas de la
758 violence, je cherche pas à être cassante, voilà. On va essayer de faire les choses en douceur, en
759 souplesse, en mangeant des bonnes choses. Voilà vient plus dans quelque chose de plus...de
760 qualité, qualitatif.

761 **Er** : D'accord. Mais du coup la médecine allopathique traditionnelle, c'est associé à quelque chose
762 de violent, d'agressif, de chimique ? Je sens une défiance. Mais qu'est-ce qui fait la différence
763 entre ces deux...

764 **Stéphanie** : C'est trop interventionniste la médecine. C'est-à-dire que d'emblée, pour moi c'est ça,
765 mais c'est ce qui me vient, après il faudrait réfléchir. D'emblée on va t'enlever un truc. Voilà, ça va
766 pas on te l'enlève. (parle plus lentement) Alors que peut-être, il y a moyen de soit le faire
767 disparaître autrement, ou de t'aider à vivre avec ou je sais pas. Je trouve que c'est très
768 interventionniste. Pour les amaigrissements on va te pomper tu vois ? (mime avec des geste secs
769 et en faisant des bruits avec la bouches). Non! Il y a d'autres choses à faire. Tu peux faire du yoga,
770 tu peux faire du sport, tu peux manger autrement, tu peux faire attention à ce que tu manges,
771 l'ayurveda et tout ça. Je suis pas à fond là-dedans, mais tu peux avoir une approche de ton corps,
772 déjà une approche plus douce et plus réfléchie et puis laisser le TEMPS faire des choses et
773 intervenir s'il faut. Bah évidemment il y a des choses qu'il faut enlever, il y a des tumeurs qui sont
774 très malignes qu'il faut enlever, on ne peut pas vivre avec, mais tu vois on est dans un truc très
775 interventionniste. On va faire accoucher les mère PAF, à cette date-là et puis on va pas attendre
776 qu'elles aient été jusqu'au bout et que l'accouchement soit déclenché normalement, on va aller te
777 le déclencher, on va aller t'enlever un truc, t'as un peu trop de graisse on te l'enlève. Voilà, c'est
778 des trucs, on te met des anneaux là, enfin des trucs horribles mais horribles !

779 **Er** : C'est qu'on a peut-être l'impression à cinquante ans de devoir se réadapter à sa propre
780 temporalité. D'un monde qui nous absorbait, qui nous détournait de notre propre temporalité...
781 J'ai l'impression que tu nous décris une médecine qui considère le corps comme si on réparait une
782 voiture, une machine...

783 **Stéphanie** : C'est ça. C'est ça. Justement j'en venais à ça, à cette réflexion, c'est que je pense que
784 la médecine occidentale ne prend pas assez le temps de faire le lien entre le soma et... je ne veux
785 pas dire de bêtises... entre la tête et le physique. Et ça moi, je marche plus du tout dans la
786 combine. Je vais même te dire jusqu'où va mon idée. C'est que moi j'ai envie de monter des
787 projets, ça ne se fera peut-être jamais, entre la maltraitance psychologique aux enfants et la
788 somatologie. C'est-à-dire qu'il y a des enfants qui développent des pathologies physiques parce
789 qu'il y a une maltraitance familiale qui fait qu'ils sont obligés de créer ça. Et ça situ veux on en est
790 mais alors à des années lumières encore. Pour pouvoir intervenir dans un hôpital et dire « je vais
791 peut-être le voir cet enfant, parce que peut-être que quand même, il y a d'autres choses aussi à

792 traiter ». Et pourtant il y a des liens évidents, il y a des choses qui se créent. Donc nous, alors on en
 793 parle de plus en plus de l'approche de la médecine chinoise qui accorde euh... mais il y a beaucoup
 794 de boulot, beaucoup de boulot encore, parce qu'on intervient... Ok, on a enlevé un TRUC, mais on
 795 sait pas tout ce qui est autour, qui fait que c'est arrivé à se greffer sur cette pathologie-là. Sans
 796 vouloir dire qu'on peut tout traiter par la psychologie hein ? C'est pas ce que je veux dire, mais
 797 quand même, on va trop vite, on va trop vite. On peut enlever des trucs, mais il y a peut-être
 798 d'autres choses à voir aussi à côté, qu'est-ce qu'il se passe ? Pourquoi ?

799 **Er** : C'est ce que t'es en train de te dire et peut-être que tu prends aussi conscience de ça par
 800 rapport à toi. C'est que le postulat de la médecine occidentale qui sépare fondamentalement le
 801 corps du mental - c'est le dualisme cartésien hein - est peut-être faux et l'on ne peut pas traiter le
 802 corps sans traiter l'individu en fait.

803 **Stéphanie** : C'est ça. Tout à fait.

804 **Er** : Et c'est ça que tu trouves dans les médecines alternatives ?

805 **Stéphanie** : Davantage. Davantage. Il y a plus d'écoute, il y a plus d'écoute, de temporalité, tout à
 806 fait oui.

807 **Er** : Et c'est ce que tu exprimes aussi peut-être par le côté « douceur ».

808 **Stéphanie** : Oui, c'est sûr. Bah oui c'est en lien. C'est très violent l'intervention. C'est pour ça là, tu
 809 as le temps de réfléchir, la réflexion ! Le temps de la réflexion.

810 **Er** : La douceur, prendre le temps de la réflexion, intégrer aussi peut-être le patient dans une
 811 forme d'activité.

812 **Stéphanie** : Oui. Dans sa vie, dans son environnement, dans sa façon de vivre. Bien sûr.

813 **Er** : C'est au médecin à construire avec l'individu, c'est un travail à construire à deux quoi.

814 **Stéphanie** : A deux ou en équipe tu vois ? Peut-être qu'un médecin occidentale, qui travaille avec
 815 un autre etc. Tu vois moi je me disais le kiné avec qui je travaille, si je travail avec ma prof de yoga
 816 qui est thérapeute, enfin voilà, mais il y a sûrement des trucs à travailler ensemble ! Mais alors là,
 817 ça je pense que c'est encore très très très difficile à entendre. Et même les ostéos, tu vois les
 818 ostéos ils sont plus comme ça. L'ostéo il essaye plus d'associer tout ça et c'est complètement une
 819 approche différente.

820 **Er** : Et cette approche tu l'as... enfin tu dirais que c'est lié à un contexte général, voilà un contexte
 821 d'émergence des médecines alternatives ou alors c'est toi par rapport à tout ce que tu as traversé,
 822 à ton changement de rapport au corps...

823 **Stéphanie** : les deux. C'est moi qui ai travaillé, c'est ma réflexion et puis c'est aussi les émergences,
 824 parce qu'on a de plus en plus accès à plein de choses. C'est vrai que grâce à internet, grâce aux
 825 voyages, grâce à la mobilité, on peut avoir comme ça toutes les médecines douces, accès, et donc
 826 on a un peu plus de connaissances. Voilà, avant on n'avait pas tout ça. En dix-neuf-cent je sais pas
 827 quoi... cinquante, ça n'existait pas. Donc c'est cette approche qui fait que ça se développe et on
 828 peut en profiter et donc on peut réfléchir davantage.

829 **Er** : D'accord. C'est vrai que tu dis des choses intéressantes, enfin moi ça m'intéresse pas mal le
 830 rapport entre -parce que c'est aussi là tout l'objet de mon enquête – le rapport entre la santé et
 831 les questions d'ordre, toi tu dis d'ordre « psychologique », moi je dirais un peu d'ordre existentiel.
 832 Ta vie a un échos... enfin ton corps il somatise un peu des problématiques existentielles, des
 833 interrogations que t'as sur la vie, c'est ça quelque part, non ?

- 834 **Stéphanie** : Tout à fait. Chacun somatise à sa façon. Chacun transforme ses difficultés à sa façon.
835 Et ça peut se transformer sur une somatisation. Tu vois ça peut se transformer sur des
836 comportements insupportables, enfin il y a toutes les transformations possibles mais oui, chacun
837 s'adapte. Il y a une adaptation à avoir pour pouvoir survivre. La survie de chacun est très
838 particulière.
- 839 **Er** : D'accord. Attends, je trouve plus mes question (cherche dans ses notes). Voilà donc tu fais plus
840 de sport, t'as changé ton alimentation...
- 841 **Stéphanie** : Enfin j'ai changé, je fais attention. Voilà, il y a des trucs que je prends que je prenais
842 jamais.
- 843 **Er** : Tu fais plus attention. Mais comment t'envisages un peu l'avenir ?
- 844 **Stéphanie** : Je ne sais pas très bien encore (rire). Je sais pas. Si je sais que je veux arriver à écouter
845 mes besoins, ça c'est déjà la première des priorités, et donc arriver à trouver une temporisation
846 de : la vie professionnelle, la vie personnelle et la vie familiale et que je puisse arriver à gérer tout
847 ça. Voilà.
- 848 **Er** : D'accord. Et t'envisages... la retraite ça avait l'air quelque chose d'assez négatif, tu
849 l'envisages ? Tu ... ?
- 850 **Stéphanie** : bah toute façon moi j'ai encore beaucoup de temps parce que j'ai pas beaucoup cotisé
851 donc c'est pas pour tout de suite. Et je l'envisages pas pour l'instant. Euh...
- 852 **Er** : Parce que t'avais l'air de pas trop apprécier le fait de recevoir des lettres de la caisse de
853 retraite.
- 854 **Stéphanie** : Bah oui, bah toute façon maintenant on en reçoit, maintenant j'en ai davantage.
855 J'avoue que j'en suis pas encore à envisager ma retraite. Voilà. C'est clair.
- 856 **Er** : D'accord. C'est quelque chose sur lequel tu te poses pas de questions.
- 857 **Stéphanie** : Non. Tu vois je me vois encore active.
- 858 **Er** : Ouais.
- 859 **Stéphanie** : Enfin encore dix ans active au moins. J'espère.
- 860 **Er** : Tu dirais qu'il y a une projection dans l'avenir mais tu ne te projettes pas jusqu'à...
- 861 **Stéphanie** : Non. J'ai pas encore de projection sur qu'est-ce que je vais faire à ma retraite. Pas du
862 tout. Je suis encore dans « je suis active et je veux être active encore dix ans ». Alors peut-être
863 avec une activité qui va en s'amenuisant vers une retraite, mais j'ai envie d'être active encore un
864 peu pour moi, pour mes enfants et je me vois pas... Après la retraite, non j'avoue que
865 sincèrement... Si je sais que je veux faire un voyage autour du monde. Mais voilà.
- 866 **Er** : Oui. Après ça peut-être très abstrait...
- 867 **Stéphanie** : Il y a des projets mais je peux pas me projeter parce que, voilà je sais pas mes enfants
868 vont peut-être avoir d'autres vies, ils vont peut-être habiter loin, ils vont peut-être... j'en sais rien
869 mais on est encore dans une transition pour moi où je ne peux pas me définir sur ce que je vais
870 faire, où est-ce que je vais m'installer... ouais... si, ah, je mens un peu, je mens un peu. Parce que
871 quand même, je me préoccupe de où est-ce que je vais être. Donc je me suis renseignée sur les
872 béguinages. Ça m'intéresse.
- 873 **Er** : Les bégui... ?
- 874 **Stéphanie** : Les béguinages.

875 **Er** : Je ne connais pas du tout.

876 **Stéphanie** : Alors le béguinage, c'est en fait tu sais, en Belgique, les béguinages en fait, à la base ça
877 existe à Bruxelles ou je sais pas où... C'est des petites enceintes de maisons avec un cours
878 intérieure qui étaient tenues par des communautés, catholiques, protestantes, enfin catholiques
879 surtout. Et ça a été repris sur cette idée pour faire des béguinages pour personnes séniors. Donc
880 en fait chacun a un petit studio T1, T2, T3, T4, mais il y a des pièces collectives : salon, restaurant
881 collectif, bibliothèque, une salle de sport etc. Et ça fonctionne comme ça un peu, en maisons de
882 communauté mais chacun a son indépendance. Et moi j'ai envie d'être là-dedans.

883 **Er** : D'accord.

884 **Stéphanie** : Donc je me projette un peu là-dedans.

885 **Er** : Après c'est un peu des communautés qui sont un peu isolée de la...

886 **Stéphanie** : Enfin qui vivent ensemble mais au milieu d'une ville hein ? Enfin voilà, c'est juste des
887 petits appartements qui sont...

888 **Er** : C'est une ville de séniors.

889 **Stéphanie** : C'est un petit quartier avec des gens de 60 à 80 ans, des célibataires, des couples et tu
890 peux inviter la famille etc. voilà.

891 **Er** : C'est marrant que...

892 **Stéphanie** : Parce qu'il y a une solidarité en fait.

893 **Er** : D'accord.

894 **Stéphanie** : ça joue beaucoup sur la solidarité entre les uns les autres.

895 **Er** : Tu penses qu'il y a une solidarité par l'âge ?

896 **Stéphanie** : Euh... il y a une solidarité d'isolement. Les gens sont souvent isolés. C'est ma crainte
897 l'isolement.

898 **Er** : Et l'isolement qui serait lié à...

899 **Stéphanie** : bah le fait que t'es moins autonome, voilà, que tes enfants sont à droite à gauche et
900 que tu vas pas aller leur tenir la jambe tout le temps, que tes amis... voilà c'est vrai que la vieillesse
901 c'est un peu ça, c'est moins d'autonomie mais c'est aussi l'isolement. Moi me retrouver comme ça,
902 à savoir que tu peux aller taper pour avoir du sel à côté ou aller voir un film avec la voisine d'à
903 côté... C'est la proximité, c'est le fait de moins souffrir de cet isolement et de pouvoir être tout à
904 fait autonome quand même et indépendant.

905 **Er** : Mais c'est pas du tout quelque chose que tu ressens l'isolement, en ce moment ou à ton âge ?

906 **Stéphanie** : Non. Non.

907 **Er** : T'as pas l'impression d'être isolée, de manquer... voilà c'est une problématique qui te fait peur
908 mais...

909 **Stéphanie** : la solitude ? La solitude est une problématique des personnes célibataires comme
910 moi.

911 **Er** : D'accord (?)

912 **Stéphanie** : Mais je trouve que j'arrive à manager. Voilà, mais je suis habituée. J'arrive à manager,
913 je suis plutôt sociable, plutôt active et proactive donc... c'est vrai, c'est vrai que moi j'ai peur avec
914 l'âge que ce soit plus difficile, puisque tu perds de l'activité, tu perds (inaudible). Donc la solitude

- 915 évidemment tu te la reprends dans la figure. Mais tu vois, je trouve que quand tu es plus à l'écoute
916 de tes besoins et que tu prends le temps et bah finalement tu souffres moins.
- 917 **Er** : Alors il y a plein de chose intéressantes là-dedans. C'est que peut-être que l'activité, le travail,
918 voilà se donner pour les autres, c'est peut-être lié à une solitude que tu as dans ta vie...
- 919 **Stéphanie** : (à voix basse) aussi.
- 920 **Er** : Aussi.
- 921 **Stéphanie** : C'est au moins une façon d'oublier. C'est clair que ça t'occupe la tête.
- 922 **Er** : D'accord.
- 923 **Stéphanie** : Donc au moins tu te poses pas trop de questions ou au moins tu te rassures toi-même.
924 Non c'est vrai, effectivement. Sûrement. Et le boulot a ce côté quand même important, c'est que
925 ça te donne une vie sociale, ça te permet une vie sociale, ça te permet de voir autre chose que ton
926 petit nombril. Hein, ça c'est important. Mais après faut arriver justement à tout combiner de façon
927 correcte et ne pas t'oublier quand même. Mais tu as raison, le fait de bosser énormément, c'est
928 aussi une façon de... de...
- 929 **Er** : De pas se retrouver seule avec soi-même.
- 930 **Stéphanie** : Ouais. Ouais ouais. C'est sûr, c'est sûr.
- 931 **Er** : Et là, le yoga etc. c'est aussi une manière de se dire, « bon bah là j'ai plus le travail etc. », mais
932 je transforme mon corps en alter ego quoi.
- 933 **Stéphanie** : Mmh. Oui. Tout à fait.
- 934 **Er** : Mais ça veut dire qu'on est dans un rapport au corps qui est ambigu parce que, d'un côté on se
935 dit par rapport à la médecine que le corps n'est pas dissociable de l'individu, que c'est une seule et
936 même chose, et d'un autre côté on voit notre corps comme un alter ego, comme quelque chose
937 que l'on doit apprivoiser mais qu'on n'a pas fait avant.
- 938 **Stéphanie** : signe d'acquiescement avec la tête.
- 939 **Er** : Et du coup, toi tu n'as jamais refais ta vie depuis...
- 940 **Stéphanie** : Non.
- 941 **Er** : D'accord. Ok. Et sans indiscretion c'était...
- 942 **Stéphanie** : J'ai bien essayé. Mais bon.
- 943 **Er** : D'accord.
- 944 **Stéphanie** : Mais en fait je pouvais pas. J'étais pas disponible.
- 945 **Er** : D'accord.
- 946 **Stéphanie** : Le fait d'être plongée dans le boulot de 7h du matin à 20h, t'es pas très disponible.
947 Après moi je cours, voilà. Je pense que je n'étais pas disponible.
- 948 **Er** : Pas disponible dans l'esprit.
- 949 **Stéphanie** : Oui pas disponible dans l'esprit. Dans le temps, mais surtout dans l'esprit. Parce que tu
950 as bien dit qu'en effet, on cache, on occupe et puis en fait, si tu veux, ma... je pense aussi que ma
951 priorité c'était survivre, c'est-à-dire vivre pour mes enfants, avoir du boulot, avoir du travail, avoir
952 (inaudible) qu'ils soient heureux. Après, moi, on verra.
- 953 **Er** : D'accord.

- 954 **Stéphanie** : C'était la priorité aux autres.
- 955 **Er** : Et maintenant, est-ce que tu n'as pas l'impression qu'à cinquante ans on relit sa vie un peu ?
956 On relis sa vie et on se dit...
- 957 **Stéphanie** : Oui, c'est une relecture.
- 958 **Er** : Voilà, sans se dire qu'on fait le bilan de sa vie. On relis sa vie et peut-être qu'on se dit qu'on a
959 encore le temps, qu'on est dans une phase de transition, et ça te donne pas envie de... ?
- 960 **Stéphanie** : Si tu veux je me dis, j'ai fait tout ça, je ne le regrette pas. Je ne le regrette pas parce
961 que c'était important et j'ai eu raison et je pense avoir assez bien réussi. Et là je me dis « bon ben,
962 c'est peut-être le moment aussi de prendre un peu de temps pour soi et tu as le temps encore ».
963 Tu as des possibilités, tu as un capital, tu l'as bien dit, donc si tu conserves ton capital, tu peux le
964 faire. Donc c'est vrai que c'est aussi un moment où tu te dis « bon bah ok, t'as fait ça, tu t'es un
965 peu oubliée, t'as pas fait ce qui vraiment était bien pour toi, c'est le moment ».
- 966 **Er** : Et puis les enfants sont aussi...
- 967 **Stéphanie** : Oui, plus autonomes.
- 968 **Er** : Ils sont plus autonomes. Là il en reste combien ici ?
- 969 **Stéphanie** : Il en reste deux encore ici.
- 970 **Er** : D'accord, encore deux. Et la dernière elle est à Marly ?
- 971 **Stéphanie** : Ouais elle est à, ouais.
- 972 **Er** : Ok, donc tous les soirs elle est là etc.
- 973 **Stéphanie** : Oui j'en ai deux encore tous les soirs.
- 974 **Er** : D'accord. Et un jour ils vont partir etc., il y a pas un questionnement par rapport à ça ? Parce
975 que c'est aussi une étape dans la vie d'une mère.
- 976 **Stéphanie** : Si si si, il y a un questionnement, qu'est-ce que je fais de ma maison ? Est-ce que je la
977 garde ? Est-ce que je la garde pas ? Est-ce que je vais ailleurs ? Où est-ce que je vais ? Qu'est-ce
978 que je choisis ? Est-ce que je choisis pour moi ? Est-ce que je choisis pour eux ? Qu'est-ce que je
979 fais ? Est-ce que je la garde quand ils auront des petits enfants ? Est-ce qu'ils seront heureux d'être
980 là ? Est-ce qu'il faut que je trouve une maison ? Un appart' ? Un jardin ? Tout ça. Tout ça.
- 981 **Er** : Il y a un questionnement sur le fait de déménager ?
- 982 **Stéphanie** : Bah de savoir si je garde une maison VIDE. C'est la coquille vide ! Le nid est vide ! Est-
983 ce que je le garde vide ? Est-ce que c'est utile de le garder vide ? Ou est-ce que c'est pas la peine et
984 que je fasse autre chose si tu veux. Je prends un petit appart' pour moi et puis on fait autrement,
985 enfin j'en sais rien, tout est là. Après là c'est oui, là tu vas être confrontée à la coquille vide avec les
986 soirées où il n'y a personne. Alors là, là c'est... Donc c'est vrai qu'aussi le projet de vie, d'allouer un
987 peu de projets personnels, projet familial etc. fait qu'il faut que je bosse, il faut que je trouve du
988 boulot pour que ça m'occupe un peu l'esprit, pour que je vois d'autres gens etc. aussi, que je
989 puisse sortir.
- 990 **Er** : D'accord. Donc le problème de la solitude aussi pas seulement à l'échelle de 30 ans.
- 991 **Stéphanie** : Oui dans 3 ans... Dans deux ans.
- 992 **Er** : Voilà, l'isolement ça ne se pose pas que pour la vieillesse ?
- 993 **Stéphanie** : Non non non. Ça va arriver là, rapidement. C'est pas l'isolement, c'est la solitude. C'est
994 pas l'isolement. Parce que je suis pas isolée. Mais par contre de ressentir la solitude, plein de

995 femmes célibataires ressentent cela. Les hommes beaucoup moins je pense, parce qu'ils se casent
996 très vite, souvent. Mais les femmes, moi j'ai beaucoup de femmes qui sont dans une solitude
997 terrible.

998 **Er** : Pourquoi moins les hommes ?

999 **Stéphanie** : bah je pense que les hommes vous vous recasez plus vite. Enfin excuses-moi, les
1000 hommes, souvent arrivent à se recaser parce que... d'abord (rire) il y a plus de femmes que
1001 d'hommes, donc il y a moins d'hommes seuls que de femmes seules et les hommes seuls arrivent
1002 à se remarier ou a revivre plus rapidement avec des femmes, parce qu'ils se casent plus
1003 facilement. Enfin il y a plus de femmes célibataires donc forcément il y en a qui restent en rade.

1004 **Er** : Mmh. Donc l'isolement en fait c'est plus une question d'isolement social, une problématique
1005 sociale, par rapport à la société, et la solitude c'est plus...

1006 **Stéphanie** : Oui c'est ça, c'est personnel, c'est un vécu personnel, c'est un ressenti. C'est un
1007 ressenti d'être tout seul le soir dans un truc vide et d'avoir... voilà c'est le manque de lien, ouais.
1008 Mais c'est pas un isolement, c'est différent. C'est vrai. Mais en effet, on pourrait mettre la société
1009 ou personnel (partiellement audible). Enfin toute façon tu peux être seul au milieu de plein de
1010 monde, tu vois ce que je veux dire ? Tu peux te sentir seul au milieu d'un groupe. Voilà, alors là
1011 c'est pas le cas, tu te sens seul parce qu'il n'y a vraiment plus personne. Voilà. Donc après t'as des
1012 amis et tout ça, mais c'est vrai, une nouvelle gestion de vie, c'est-à-dire qu'il faut accepter cette
1013 solitude et arriver à...

1014 **Er** : composer avec elle.

1015 **Stéphanie** : à composer avec elle ou trouver des adaptations.

1016 **Er** : Oui. Et d'où aussi le fait d'apprendre à s'écouter. Voilà, ce recentrement sur soi, c'est aussi
1017 peut-être l'idée de se préparer à ça ou de...

1018 **Stéphanie** : Le yoga c'est pas seulement ça. Déjà c'est du bien-être. Mais le fait de se recentrer sur
1019 soi, oui ça permet d'écouter ses besoins et c'est vrai que finalement, par exemple moi si tu veux je
1020 me suis mise à la mosaïque. Jamais de ma vie j'aurais pensé que je pourrais faire de la mosaïque
1021 avec Françoise. (inaudible). Et ben j'y prends un plaisir d'enfer, parce que je me le suis autorisé et
1022 je me suis jamais imaginé que je ferais des puzzles, que je couperais des petits trucs, que je ferais
1023 des trucs comme ça, alors que j'y prends beaucoup de plaisir. Donc l'écoute de tes besoins, tu vois,
1024 tu découvres que y a des trucs et je passe TROIS heures, je vois pas le temps passer. Donc c'est
1025 l'écoute de besoins comme ça qui est importante, qui fait qu'en effet t'arrives à t'apaiser, à sentir
1026 que ben, en toi-même tu as des compétences, tu as de la ressource. Voilà. Et je pense que la
1027 solitude, c'est que parfois tu te dis j'ai plus de ressources, j'ai plus rien, je suis plus rien. Alors que
1028 t'as de la ressource.

1029 **Er** : Ouais. Et prendre soin de sa santé, est-ce que c'est se dire, voilà « je prends soin de ma santé
1030 parce que je veux pas tomber malade » ou c'est aussi autre chose ? Prendre soin de sa santé, c'est
1031 prendre soin... c'est répondre à des problématiques... enfin c'est difficile à exprimer, j'ai pas envie
1032 d'imposer mes termes.

1033 **Stéphanie** : c'est se respecter.

1034 **Er** : Voilà. C'est au-delà en fait du champ de la maladie, c'est plus que ça prendre soin de sa santé.

1035 **Stéphanie** : Oui c'est du respect, c'est de la bienveillance, c'est de la bienveillance par rapport à
1036 soi, de la bienveillance par rapport aux autres, c'est de la bienveillance.

- 1037 **Er**: Voilà. Ça englobe un champ beaucoup plus large que le simple... euh on dit toujours « être en
1038 bonne santé c'est ne pas être malade ». Mais j'ai pas l'impression quand j'entends les gens en
1039 parler que ce soit ça.
- 1040 **Stéphanie** : Non. Être en bonne santé c'est être heureux, mais tout le monde te le dit dans un
1041 adage, c'est la santé qui prime. Tout le monde te dis ça. « Si vous avez la santé, tout va bien ». La
1042 santé c'est en effet être heureux et puis conserver sa santé c'est de la bienveillance par rapport à
1043 soi, beaucoup.
- 1044 **Er** : Ok. Et si tu devais résumer la cinquantaine en trois mots ?
- 1045 **Stéphanie** : Oh quelle horreur !
- 1046 **Er** : (rire)
- 1047 **Stéphanie** : La cinquantaine en trois mots. Euh... olala je sais pas. (silence). Ben je dirais...
1048 réorientation, écoute, sérénité.
- 1049 **Er** : Ok. Sérénité, c'est un truc qui revient souvent.
- 1050 **Stéphanie** : C'est vrai ?
- 1051 **Er** : Ouais, très souvent, une aspiration à la sérénité. Et « être en bonne santé » à cinquante ans ?
- 1052 **Stéphanie** : « S'écouter » toujours (rire), bah j'aimais bien ton idée de « maintenir son capital »,
1053 être en bonne santé, j'aime bien ça, avec bienveillance, je trouve que c'est bien.
- 1054 **Er** : Se préserver.
- 1055 **Stéphanie** : Oui, se préserver, maintenir son capital, profit...fin oui, développer, enfin maintenir
1056 son capital. Non c'est ça je reste là-dessus.
- 1057 **Er** : D'accord, ok.
- 1058 **Stéphanie** : Et la santé mentale ! On en parle pas beaucoup mais la santé mentale c'est aussi tout
1059 ce qui est bienveillance, se préserver t'as raison, euh...se faire du bien.
- 1060 **Er** : Donc la santé, c'est pas seulement, c'est ça aussi, enfin j'espère que t'as pu un peu tout dire
1061 par rapport à la santé mentale parce que c'est vrai que pour moi la santé ça se résume pas du tout
1062 à quelque chose de corporel, ou en tout cas le mental fait partie du corporel, mais en tout cas il y a
1063 vraiment une partie mentale.
- 1064 **Stéphanie** : bah oui. La santé mentale... tout le burn out c'est de la santé mentale quand même.
1065 Donc oui la santé mentale, se préserver est important. Voilà.
- 1066 **Er** : D'accord. Ok. Et est-ce qu'il y a des choses dont on aurait pas parlées, dont on aurait pas assez
1067 parlées ou pas du tout abordées ?
- 1068 **Stéphanie** : Tu sais tout de moi Er ! Du béguinage à la mosaïque (rire), en passant par les
1069 problèmes familiaux, je crois que j'ai tout dit !
- 1070 **Er** : (rire). Ok.
- 1071 **Stéphanie** : Euh non sur la vieillesse ou sur la santé.
- 1072 **Er** : Ou sur autre chose, sur les cinquante ans, ou si tu trouves qu'on n'a pas assez parlé de certains
1073 points ou... Non ?
- 1074 (silence)
- 1075 **Stéphanie** : Non, non c'est... l'autonomie est importante hein ? Pouvoir rester autonome c'est très
1076 important je trouve.

- 1077 **Er** : D'accord.
- 1078 **Stéphanie** : euh... les aménagements pour les vieux je ne sais pas. Alors c'est la grande mode de
 1079 travailler pour les vieux, de monter des centres pour les vieux, de s'occuper des vieux et tout ça,
 1080 c'est la grande mode. Voilà. Moi je veux surtout pas m'en occuper mais (rire). Mais c'est dur. Voilà,
 1081 il y a toute la politique d'Alzheimer, tout ça auquel je pense aussi. Ma maman est en plein dedans.
 1082 Donc ça c'est compliqué. Bon, moi je ne me projette pas sur des maladies comme ça tu vois ? Des
 1083 maladies d'Alzheimer, pourtant ma maman est dedans, mais j'en suis pas là. Je ne me projette pas
 1084 dans tout ça, dans cette dégradation, moi je...
- 1085 **Er** : Oui. Bah la santé des parents ça influence pas...toi ton rapport à ta santé à toi ?
- 1086 **Stéphanie** : Euh... si. Par exemple, l'alcool tu te dis on va faire attention.
- 1087 **Er** : D'accord parce que t'as eu des parents qui...
- 1088 **Stéphanie** : (inaudible) oui ils ont eu des problèmes d'alcool (inaudible) et tu dis « oh bah je fais
 1089 bien de faire attention ». ça te prémunit quelque part, ça t'alerte, ça te permet d'avoir une alerte.
- 1090 **Er** : D'accord. Parce que tu penses que c'est des comportements héréditaires ?
- 1091 **Stéphanie** : Non pas héréditaires. C'est des comportements familiaux. C'est des compensations
 1092 par rapport à d'autres choses, c'est des addictions. C'est une addiction, donc c'est en lien avec des
 1093 tas de choses.
- 1094 **Er** : Ouais. Et le comportements des parents vis-à-vis de leur santé, enfin vis-à-vis de la santé, pas
 1095 forcément dans le sens « prendre soin de soi justement » mais aussi l'inverse. C'est quelque chose
 1096 qui peut se transmettre ou qui influence ?
- 1097 **Stéphanie** : Oh oui bien sûr. Oh oui. La façon dont tu prends soin de toi, que t'es à l'écoute de tes
 1098 besoins est influencé par tes parents. C'est clair. T'apprends à le faire correctement, t'apprends à
 1099 pas t'écouter, on fait en sorte que tu t'écoutes pas ou que tu te soignes, ou alors on est très
 1100 interventionniste. Il y a des familles où ils sont très interventionnistes, des familles où ils sont pas
 1101 du tout interventionnistes. Donc tu vois, vraiment ça se gère, ça se transmet la façon dont on
 1102 intervient sur son corps. Après, avec ton environnement et tes apprentissages et ton expérience tu
 1103 modèles, tu modèles. Mais t'as une base de fonctionnement quand même. T'as des gens qui
 1104 vaccinent, t'as des gens qui vaccinent pas. Moi je fais partie des familles où on vaccine. Il y a des
 1105 gens qui sont antivaccins, tu vois ? donc il y a des choses... La santé ça s'apprend tout petit. On te
 1106 montre comment faire, après toi, tu modèles. Et avec l'évolution et avec ton expérience tu
 1107 changes ou tu changes pas.
- 1108 **Er** : Et tes parents, quelle éducation ils t'ont donné vis-à-vis de la santé ? Quel rapport ils avaient...
- 1109 **Stéphanie** : On ne se plaint pas. On ne se plaint pas.
- 1110 **Er** : On ne se plaint pas. On ne se plaint pas des petits bobos ? On va pas chez le médecin ?
- 1111 **Stéphanie** : On ne se plaint pas, on n'a pas de petits bobos, ça va passer, et puis quand c'est un
 1112 gros bobos « Oh on fait vite hein ! Oh tu nous emmerdes hein ! Allez ! Hein ! ».
- 1113 **Er** : On ne va pas chez le médecin ?
- 1114 **Stéphanie** : On va chez le médecin quand c'est vraiment important et puis « tu nous fais pas chier
 1115 longtemps hein ! Bon, on l'enlève et demain, c'est fini ! ». Je suis un peu caricaturale, mais c'est un
 1116 peu ça. Mais c'est un peu la mode, on était un peu comme ça dans les années 60. C'est un peu
 1117 cette mode-là euh... on fait pas chier d'abord, les petits bobos c'est pas grave ça va passer. Bon ce
 1118 qui est pas forcément un mal mais il y a une façon de le dire, il y a une façon de l'approcher aussi.

- 1119 Là c'est (souffle avec la bouche), « tu m'ennuies ». C'est un peu... moi j'ai un peu vécu ça comme
1120 ça. Les problèmes de santé c'est ennuyeux.
- 1121 **Er** : Et ça, ça a influencé peut-être aussi ta façon de ne pas t'écouter, ton rapport au corps...
- 1122 **Stéphanie** : Bien sûr ! Bien sûr. Tout à fait. Je pense que dans ma génération il y a beaucoup de ça.
1123 Je suis pas la seule. Moi j'ai un vécu particulier mais je pense que dans ma génération, il y a
1124 beaucoup de « on ne s'écoute pas ». D'abord on parlait pas hein ? On parlait beaucoup moins.
1125 Donc on exprimait moins ses sentiments, on exprimait beaucoup moins ses douleurs et ses
1126 souffrances et puis surtout si ça pouvait pas faire de vague, ça serait mieux. Tout ça, nous on a
1127 vécu un peu comme ça, on était beaucoup moins dans des interactions en famille, dans des
1128 explications, dans des verbalisations et tout ça. Donc t'as plein de choses ancrées. Et puis en effet
1129 pour pas que ça fasse de vague, on va vite chez le médecin, on fait ça vite fait et puis hop, demain
1130 ça va bien.
- 1131 **Er** : Ouais, on est dans un déni corps.
- 1132 **Stéphanie** : Oui, complètement. Dans un déni, bah du corps parce que le corps exprime
1133 évidemment des sentiments dont on peut pas parler donc évidemment, il vaut mieux dire que
1134 tout va bien.
- 1135 **Er** : En fait on minimise tout quoi. C'est une question de pudeur ?
- 1136 **Stéphanie** : Alors il y avait beaucoup de pudeur, je pense qu'il y avait beaucoup plus de pudeur à
1137 l'époque. On n'osait pas parler de soi. C'était très sale un peu quelque part.
- 1138 **Er** : Parler de son corps c'était sale ?
- 1139 **Stéphanie** : Oui, un peu je pense. Et puis c'est des faiblesses. Les hommes ne pleurent pas, les
1140 hommes n'ont pas mal, tout ça c'est dans les années 1960. Dans les années 1960 c'était encore
1141 très présent. Et on ne montre pas ses faiblesses si on est fatigué, on est triste, on est malade, on
1142 exprime pas ses faiblesses. C'était ça, fallait montrer qu'on était fort.
- 1143 **Er** : Et du coup au niveau de la santé mentale, j'imagine que ça n'existe pas.
- 1144 **Stéphanie** : Et ben évidemment ça fait des dégâts monstrueux, tu n'as pas le droit de ressentir
1145 quoi que ce soit. Tu dénies, tu aplanies, tu ravales, tu fais ce que tu peux.
- 1146 **Er** : Et peut-être que l'idée même de santé mentale.
- 1147 **Stéphanie** : Oh ça n'existait pas à l'époque.
- 1148 **Er** : Ouais, le bien-être...
- 1149 **Stéphanie** : Moi j'ai un frère qui a une grosse pathologie. Jamais on en a parlé. Jamais. Ça va
1150 passer.
- 1151 **Er** : Et c'est quelque chose sur lequel t'as dû (inaudible) ?
- 1152 **Stéphanie** : Ah bah c'est quelque chose sur lequel je me suis battue ouais, beaucoup battue.
1153 Contre des moulins mais je me suis battue.
- 1154 **Er** : D'où là le fait que t'en arrives... enfin que t'aies pas pris l'habitude quand t'étais petite de
1155 t'écouter.
- 1156 **Stéphanie** : Bien sûr. C'est clair.
- 1157 **Er** : T'étais pas face à des parents qui t'écoutaient ?
- 1158 **Stéphanie** : Non non ils m'écoutaient pas, c'est clair. Non non il fallait pas, il n'y avait rien à voir.
1159 Surtout pas de vagues. Surtout pas de problèmes.

- 1160 **Er** : Et au niveau de ta santé, voilà quand t'étais malade, tu allais chez le médecin ?
- 1161 **Stéphanie** : Oui oui, ça oui. Il y avait quand même cette préoccupation. Je vais te dire (rire), ça va
1162 être basique - j'y ai pensé toute la nuit donc je vais aller vite – de dormir, manger, soigner. Les
1163 besoins primaires. Tu vois ? Ça ça existait les besoins primaires. Manger, enfin la santé, la bouffe,
1164 tout ça ça y était. Mais pas les autres besoins, les besoins de protection, les besoins de sécurité, les
1165 besoins d'affectivité, tout ça (bruit avec la bouche).
- 1166 **Er** : Oui santé au sens minimal du terme.
- 1167 **Stéphanie** : Oui santé, bah c'était le terme...
- 1168 **Er** : le plus restreint, la notion la plus restreinte du terme.
- 1169 **Stéphanie** : oui c'est ça. Le physique. Le physique pur. Fallait que ça se voit. Voilà, « t'as mal à la
1170 tête ? (bruit avec la bouche) ça se voit pas. », « t'as mal au ventre ? Oh ça va passer. »
- 1171 **Er** : Le burn out finalement, des choses comme ça, c'est des choses qui sont pas forcément
1172 nouvelles.
- 1173 **Stéphanie** : Ah non mais le burn out je pense que ça existe depuis longtemps, ce qui a c'est que...
1174 Alors j'ai travaillé, tu sais il y a une association qui est super bien ici sur les burn out à Poissy. Elle a
1175 commencé je crois il y a quatre ans cette association, elles ont eu 200 cas dans l'année et là elles
1176 en sont à 1500 ou 2000 dans l'année. Donc c'est simplement parce qu'on en PARLE davantage et
1177 que les gens OSENT un peu maintenant aller le dire et comprennent ce que c'est que les signes
1178 avant-coureurs. Mais avant, bah on disait que c'était dépression, avant les gens se retrouvaient à
1179 la rue... voilà je pense qu'il y a des tas de gens qui traînent dans les rues qui sont des gens
1180 maltraités, mal-traités mais maltraités aussi, après à des problèmes de boulots, parce qu'ils sont
1181 liés à des burn out successifs, parce que je pense qu'il y a de l'antériorité familiale et
1182 environnementale par rapport à eux. Mais en effet je pense que ça existe depuis longtemps. Alors
1183 maintenant, je pense qu'on nous demande de faire beaucoup de choses à la fois aussi puisqu'on
1184 va de plus en plus vite. Par exemple moi dans mon boulot, ce qu'on me demandait, on me
1185 demandait de traiter des informations par mail, mais quand t'as 200 mails qui t'arrivent le matin et
1186 que t'as le même timing pour le faire et qu'en même temps il faut que tu ailles répondre à des tas
1187 d'autres injonctions, évidemment que tu finis par péter les plombs. Je veux dire, mais moi je fais ça
1188 quand ? Et puis c'était vital parce que c'est quand même des projets, c'est quand même des gens
1189 qui demandent des renseignements, voilà t'as un maximum... Donc évidemment il y a une
1190 SURCHARGE d'informations et de choses qu'on te demande de faire en même temps dans un
1191 temps record et limité du fait de l'évolution de la société, qui fait que je pense qu'il y a beaucoup
1192 plus de gens qui sont confrontés à ça.
- 1193 **Er** : Donc il y a à la fois une idée qu'avant c'est quelque chose qui n'existait pas et que maintenant
1194 on commence à en parler et à regarder cela et à l'identifier à travers un terme, et à la fois une idée
1195 qu'on est dans une évolution du rapport au temps où le temps est de plus en plus dense et...
- 1196 **Stéphanie** : Plus il y a des questions de poste. C'est-à-dire un poste tu as plusieurs fonctions,
1197 puisque la crise économique fait que maintenant on te demande de plus en plus de choses. Moi
1198 j'avais un poste de fonctions, donc on te demande de faire deux fonctions sur un poste.
- 1199 **Er** : Mmh. Le burn out, toutes la catégories socioprofessionnelles sont touchées. Et le terme « burn
1200 out », moi ça aussi ça m'interroge.
- 1201 **Stéphanie** : Ouais. Qui brûle tout. Je pense que tu brûles un peu tes cellules.
- 1202 **Er** : C'est une métaphore ? C'est...

- 1203 **Stéphanie** : C'est l'idée que tu brûles tout. C'est « au feu ! ». Tu brûles ton énergie, tu brûles tes...
 1204 Ouais c'est une métaphore mais pour moi c'est une idée de brûler, de tout consumer là, c'est
 1205 (grande aspiration d'air), tu vois ?
- 1206 **Er** : En fait c'est quoi ? C'est un sentiment ? C'est physique ? C'est mental ? Comment ça se vit ?
 1207 Moi ce terme m'intrigue en fait. Au niveau de l'expérience, je me dis que ça doit décrire plein de
 1208 choses. Comment ça se vit ? Quelle impression ? Quel sentiment c'est ?
- 1209 **Stéphanie** : ça peut se vivre de tellement de façons différentes. Je pense que tu es dans la
 1210 confusion complète, tu es débordé, tu vois ? Vraiment t'es dans un débordement. Mais aussi tu
 1211 brûle tout dans le sens où tu brûles ton énergie, enfin tu dépenses tout, donc tu brûles ! Tu
 1212 dépenses toute ton énergie, tu dépenses toute ton affectivité, tu dépenses toutes tes
 1213 compétences et tu les dépenses pas de façon efficace, donc si tu veux ça se consume, ça se brûle.
 1214 Enfin voilà, c'est cette idée-là moi qui me vient.
- 1215 **Er** : D'accord.
- 1216 **Stéphanie** : Oui tu te consumes tout seul parce que tu brûles tout à l'intérieur de toi et t'arrives
 1217 pas à être efficace. C'est ça que... enfin ça me vient comme ça mais... J'ai pas réfléchi.
- 1218 **Er** : D'accord. Jusqu'au point de s'oublier quoi...
- 1219 **Stéphanie** : Ah bah oui, jusqu'au point... d'abord t'en peux plus ! Tu n'en peux plus et... moi c'est
 1220 ça, je n'ai pas réouvert mes dossiers, j'ai pas pu du jour au lendemain ouvrir mes dossiers. Je peux
 1221 plus.
- 1222 **Er** : C'est quelque chose qui arrive d'un coup ?
- 1223 **Stéphanie** : Pas forcément mais enfin il y a quand même des signes avant-coureurs (inaudible).
 1224 **Er** : Bien sûr.
- 1225 **Stéphanie** : Mais je te dis, j'ai dit « je ne peux plus rien ouvrir, c'est terminé. Terminé. C'est (bruit
 1226 avec la bouche et geste au niveau de la gorge) là là, j'en peux plus. »
- 1227 **Er** : Ouais. Et ça on met des mois à...
- 1228 **Stéphanie** : A s'en remettre ?
- 1229 **Er** : Oui ?
- 1230 **Stéphanie** : Oui c'est long, c'est long. Bon moi je pense que moi j'ai pas... parce que moi j'ai vu des
 1231 gens avec burn out, j'ai été à une conférence, c'est une catastrophe. Il y a des gens qui ont des
 1232 séquelles neurologiques graves, des séquelles psychiatriques graves, enfin vraiment c'est...
- 1233 **Er** : Neurologiques aussi ?
- 1234 **Stéphanie** : Ouais, neurologiques. Avec des maladies, des invalidités liées au burn out qui sont
 1235 constatées d'accord ? Donc c'est GRAVE. Donc moi quand j'ai vu ça je me suis dit « j'ai rien ! J'ai
 1236 peanuts ! ». Mais bon chacun évolue à sa façon, chacun travaille à sa façon, chacun bon aussi
 1237 intellectualise ou mentalise les choses, mais c'est vrai que tu as besoin de poser tes valises
 1238 pendant un temps parce que tu ne sais plus où tu es en fait. Tu vois ? Tu sais plus où tu es et qui tu
 1239 es, donc tu perds ta personnalité, tu perds tes souhaits, tes envies, tes besoins, tu sais plus. Tout
 1240 est mélangé, tout est confus.
- 1241 **Er** : Et ça tu penses que ça arrive à... Parce que souvent on entend ça, le burn out, pour les gens
 1242 qui arrivent à un certain niveau euh.. enfin en tout cas qui arrivent à un certain âge. Enfin c'est vrai
 1243 qu'il y a plus de lumière sur les gens qui ont un burn out entre 45 et 60 ans que des gens qui en

1244 font à 20 ans ou qui en font à 70 ans. Tu penses que c'est quelque chose qui est lié à l'âge ou c'est
1245 juste...

1246 **Stéphanie** : Oui, je pense que c'est des âges où on a des fonctions qui se cumulent peut-être et
1247 puis c'est surtout que c'est un âge où on a accumulé jusqu'à 45 ans. 30 ans on a moins accumulé
1248 donc on est peut-être encore assez résistants mais là on est moins résistants. Voilà et puis à 30
1249 ans, moi je sais pas, il y a des traiteurs qui font souvent des burn out, des gars qui ont des
1250 responsabilités comme ça, qui n'arrivent pas plus, qui vivent plus, il y en a pas mal, qui font des
1251 burn out POF ! Et du jour au lendemain... Alors, les traiteurs de toute façon t'es foutu à la porte du
1252 jour au lendemain mais il y en a quand même pas mal ! Mais c'est des espèces de jobs comme ça
1253 où t'es sous pression continue. Tu dois en avoir chez les infirmières ! Pareil, on est dans le médical,
1254 t'en as PLEIN qui font des burn out.

1255 **Er** : C'est lié au travail ?

1256 **Stéphanie** : C'est lié au travail, aux injonctions, au temps, aux fonctions, aux rôles, tu fais 36 000
1257 choses à la fois avec... Bon alors là, l'infirmière c'est aussi un don de soi, c'est aussi important.
1258 Mais oui oui, t'en as, t'en as des jeunes, mais je pense qu'il y a, qu'il faut arriver à avoir accumulé
1259 pendant longtemps donc ça arrive plutôt vers 45 ans. Avant je pense que... et puis qu'elles
1260 peuvent switcher plus facilement peut-être.

1261 **Er** : D'accord, ouais.

1262 **Stéphanie** : Tu quittes plus facilement tôt que tu quittes tard. Enfin je sais pas, quand t'es resté 15
1263 ans dans une boîte t'as un peu, tu te dis « est-ce que je pars ? Je pars pas ? Qu'est-ce que je
1264 fais ? ». Quand t'as trois ans tu te dis « ouais ». Tu vois ? T'es pas très attaché. Quand t'as 15 ans
1265 t'es quand même attaché à la boîte. Tu te dis « je vais pas partir ! Qu'est-ce qu'ils vont dire ? ».

1266 **Er** : Mmh. Et puis on se sent peut-être aussi moins... voilà on se dit « j'ai ma place ici, est-ce que
1267 j'aurai ma place ailleurs ? »

1268 **Stéphanie** : Ah bah oui, il faut tout recommencer ! Faut tout recommencer. Et ça c'est important
1269 aussi. A 55 ans, remettre de l'énergie dans un nouveau projet, tu le fais à 30, 40. 55 ans se
1270 refondre dans une équipe, remettre de l'énergie, retrouver une façon de travailler qui soit
1271 différente ou s'adapter, c'est un super effort, c'est une super énergie pour le coup. Parce que tu
1272 t'en rends compte, tu t'en rends compte quand toi tu changes de boulot plus jeune, tu te dis « ah
1273 bah ouais, ça j'ai pu le faire ». Mais là à 55 ans, il faut mettre les bouchées double.

1274 **Er** : Beaucoup plus d'énergie pour pouvoir s'adapter dans un monde où tout est changeant, tout
1275 est précaire, tout est rapide, tout est...

1276 **Stéphanie** : Oui, t'as pas du tout les mêmes... enfin voilà ! T'as été modélisé d'une certaine façon
1277 et d'une certaine façon faut que te remodèle à une autre façon de fonctionner, à un nouveau
1278 travail, c'est une nouvelle équipe, faut de nouveau s'intégrer etc. en termes de management tu
1279 sais que c'est lourd. Donc pour quelqu'un qui arrive c'est de l'énergie. C'est de l'énergie, faut y
1280 aller.

1281 **Er** : Ok. D'accord. Et le terme de burn out, enfin de se dire qu'il y a un terme pour qualifier son
1282 mal, ça aide ? Ça soulage ?

1283 **Stéphanie** : Non c'est le fait d'être reconnu comme. Oui, le terme on s'en fiche. Moi je préfère,
1284 moi je dis « épuisement professionnel ». Voilà parce que tout le monde dit burn out pour tout et
1285 n'importe quoi quand on est fatigué. Moi je dis terme d'épuisement professionnel. Le fait d'être
1286 reconnue, enfin d'avoir mis un mot sur quelque chose et d'avoir conclu une procédure comme tel,
1287 OUI, c'est très bénéfique. Ça fait beaucoup de bien. Ça veut dire 1) que c'est pas seulement toi et

1288 2) que c'est vrai. D'accord ? Que t'es reconnue comme étant quelqu'un qui n'en peut plus et qui
 1289 n'a pas reconnu ses besoins et en plus moi je suis en « incapacité » et... moi je suis en
 1290 « inaptitude » par rapport à mon poste. Donc c'est quand même des noms qui sont pas très
 1291 agréables. Moi je suis en procédure pour inaptitude. Ça veut dire que je suis INAPTE. Donc quand
 1292 tu te prends ça dans la figure c'est pas très agréable. Mais en fait, si tu veux, je l'ai accepté parce
 1293 que c'est inaptitude pour un POSTE, CE POSTE-LA ! Et CE poste-là, je suis inapte ! C'est clair ! Mais
 1294 en fait c'est plutôt le POSTE qui est inapte ! Mais, c'est dit dans cette façon-là, donc c'est un peu
 1295 compliqué à accepter. C'est la procédure légale. En fait tu es mis en licenciement pour inaptitude
 1296 au poste occupé, à CE poste-là.

1297 **Er** : Ah donc en plus ça vient de l'organisation et c'est « inapte à un poste » et c'est « licenciement
 1298 pour inaptitude ». ça remet un peu la faute sur...

1299 **Stéphanie** : Bah c'est toi qui est un peu inapte, mais en fait c'est ce poste-là aussi qui ne convient
 1300 pas. Mais on va pas aller accuser le poste, on va aller dire que c'est la personne qui est inapte. Bon
 1301 après tu peux faire des procédures mais moi je vais pas me lancer dans ce merdier-là. Mais voilà,
 1302 donc tu es pour inaptitude, donc c'est pas très facile à accepter et puis à la fois c'est la réalité, c'est
 1303 un poste qui a double fonction, avec pas d'heures etc. donc évidemment. Je vais pas dire que je
 1304 suis apte à faire ça.

1305 **Er** : Non mais t'as pas l'impression qu'on est dans une société où on remet un peu sur la personne
 1306 des problèmes institutionnels ?

1307 **Stéphanie** : Oui. C'est tout à fait ça. C'est tout à fait ça.

1308 **Er** : Parce que c'est inhumain en fait. C'est pas TOI (rire) ! C'est que n'importe qui qui l'occuperait,
 1309 il serait peut-être aussi inapte pour ce poste. C'est peut-être le poste qui est inapte à la personne
 1310 humaine.

1311 **Stéphanie** : Oui oui, mais ça c'est clair. Mais comme ça n'a pas été possible de... de le... moi j'ai
 1312 tout fait pour le mettre en évidence dans l'institution, ça n'a pas été entendu donc bon bah voilà.
 1313 J'accepte de faire cette procédure-là. Mais quelque part je pourrais aller à l'inspection du travail et
 1314 dire « là attendez ! Qui est-ce qui est inapte ? C'est moi ou l'institution ? ».

1315 **Er** : Voilà.

1316 **Stéphanie** : Je peux le faire mais je veux pas les emmerder. Il va se démerder, c'est son problème.
 1317 C'est son institution, il se démerde. Elle est folle, elle est folle. Moi je me casse. Moi je me
 1318 préserve.

1319 **Er** : Mais du coup, se dire « bah voilà je suis reconnu comme burn out », c'est peut-être aussi une
 1320 manière de se dire « le collectif reconnaît aussi que le problème vient du collectif, de l'institution,
 1321 de la société. Il n'y a pas que MOI, c'est pas ma personne »

1322 **Stéphanie** : Tout à fait. Il y a de plus en plus ça. Il y a de plus en plus de politiques qui vont dans le
 1323 sens de « bienveillance avec ses salariés », « bien traitance avec ses salariés » et il y a quelques
 1324 institutions, enfin pas institutions, c'est plus dans le commercial, des sociétés qui commencent à
 1325 avoir un peu une application de ça. Mais dans le médico-social pas du tout. Mais oui il y a...

1326 **Er** : Alors là c'est quand même marrant.

1327 **Stéphanie** : Le comble !

1328 **Er** : Parce que le MEDICO-SOCIAL.

1329 **Stéphanie** : C'est le comble, c'est le comble !

1330 **Er** : J'ai l'impression que c'est là où c'est le pire alors que...

- 1331 **Stéphanie** : C'est le comble. On me demande de prendre soin d'enfants alors qu'on prend pas soin
 1332 de moi et qu'on est en train de me dire que ce que je fais, c'est très bien. Tu vois ? C'est de la
 1333 folie ! On est complètement dans la folie ! C'est-à-dire qu'on prend pas soin... l'écoute de ses
 1334 professionnels mais on dit à ses professionnels de prendre soin des enfants. Ce qui fait que, je ME
 1335 suis rendue compte, que MOI je prenais pas bien soin des enfants. (silence). Mais ça va le dire. Tu
 1336 peux pas. Parce qu'il ne comprend pas. « Qu'est-ce que tu me dis là ? Je fais tout ce qu'il faut ! La
 1337 qualité, la bien-traitance, la bienveillance, la bien ci... J'ai tout mis en place ! » « Eh ben oui t'as
 1338 tout mis en place mais LA, tu prends pas soin de moi, ce qui fait que moi je prends pas soin de lui,
 1339 et donc là moi je suis plus d'accord. »
- 1340 **Er** : Et ça te pose pas de question sur le système de santé en général ?
- 1341 **Stéphanie** : Si, si. On m'a dit écrit.
- 1342 **Er** : Qu'est-ce que t'en penses ?
- 1343 **Stéphanie** : Il faut que j'écrive. C'est un pavé dans la mare.
- 1344 **Er** : Mais qu'est-ce que t'en penses ?
- 1345 **Stéphanie** : bah non mais il y a plein d'adaptations à faire, c'est tout sur la politique du don de soi.
 1346 C'est pas parce qu'on donne de soi que forcément on est bien-traitant, c'est pas vrai. Et puis ça
 1347 manque de formation, les professionnels manquent de formation, les directeurs manquent de
 1348 formation et c'est des gens si tu veux, ça fait partie... ça va mieux hein, la politique du médico-
 1349 social évolue, mais ça n'a pas encore assez bien évolué. Où pendant longtemps ceux qui
 1350 devenaient directeurs, c'était des professionnels de base qui n'avaient pas de formation.
 1351 Maintenant on les oblige à avoir une formation.
- 1352 **Er** : Pourquoi c'était des directeurs s'ils n'avaient pas de formation ?
- 1353 **Stéphanie** : Oh bah ils étaient éducateurs et puis ils devenaient directeurs. Ils étaient pas formés
 1354 pour être directeurs. Ils n'avaient aucune formation. Donc c'est pas comme ça que tu deviens
 1355 directeur. Pour être un directeur faut avoir (rire) un minimum de bagage. Du management. Bon.
 1356 Maintenant ça c'est un peu mieux mais il y a encore une problématique au niveau de ces
 1357 institutions qui oublient de mettre des limites sur « qu'est-ce que c'est que s'occuper des autres ».
 1358 ça c'est encore une grosse problématique. Ils ne savent pas. Ils comptent FORCÉMENT sur
 1359 l'EMPATHIE de leur personnel. Et ils fonctionnent sur ça en disant « le personnel est empathique,
 1360 ça me convient. Moi je paye moins (bruit de bouche), super ».
- 1361 **Er** : Mais ça me paraît...
- 1362 **Stéphanie** : Non mais c'est ça, c'est comme ça l'hôpital, ça marche comme ça, les infirmières ça
 1363 marche comme ça.
- 1364 **Er** : Et le personnel, on leur demande d'être empathique donc de faire preuve de qualités
 1365 humaines, mais comment est considéré ce personnel ? Enfin il est pas considéré de manière
 1366 empathique ?
- 1367 **Stéphanie** : Non.
- 1368 **Er** : Vous êtes quoi en fait dans l'organisation ?
- 1369 **Stéphanie** : (bruit avec la bouche). Des outils.
- 1370 **Er** : Des outils. (silence)
- 1371 **Stéphanie** : C'est tout. On ne considère absolument pas tout ça. On s'en fiche complètement
 1372 puisque ça marche ! Pourquoi est-ce qu'on aurait besoin de les considérer ? Ça marche ! On ne

- 1373 paye pas beaucoup, ils font plus d'heures, ils se donnent à fond, ils vont jusqu'au bout, ils
1374 prennent soin, ça marche. Oh oui il y a quelques dégâts collatéraux. Oh... Continuons.
- 1375 **Er** : la culpabilisation est extrême, le chantage est extrême.
- 1376 **Stéphanie** : bah oui. Tout à fait.
- 1377 **Er** : Donc ouais, le système de soin ça doit...
- 1378 **Stéphanie** : Ah oui, il y avait besoin de bouger là, il y avait besoin de bouger.
- 1379 **Er** : Mmh. Mais c'est quand même le comble que...
- 1380 **Stéphanie** : Ah c'est le comble, les soignants ne sont pas soignés. Ne sont pas bien traités.
- 1381 **Er** : Ouais.
- 1382 **Stéphanie** : regardes les internes. Tu trouves qu'ils sont bien traités les internes en médecine ?
- 1383 **Er** : On parle souvent de ligne managériale très dure.
- 1384 **Stéphanie** : Non, en plus ils sont de garde la nuit, de cours la journée et ils sont à peine payés, ils
1385 recommencent comme ça, 5 jours sur 7 ? Avec des salaires de misère, pas le temps de récupérer.
- 1386 **Er** : Mais comment ça se fait ?
- 1387 **Stéphanie** : bah parce que ça marche !
- 1388 **Er** : Mais qu'est-ce qui marche ?
- 1389 **Stéphanie** : Bah, il n'y a pas eu suffisamment d'accidents pour qu'on se dise « ah mais c'est vrai
1390 qu'ils ont besoin de récupérer un petit peu les petits jeunes là ». Il y a pas eu suffisamment de
1391 soucis, de problèmes majeurs, d'accidents vis-à-vis des malades, d'accidents des soignants pour
1392 qu'on se préoccupe. C'est économique ! Ça évite de payer davantage.
- 1393 **Er** : C'est l'économie.
- 1394 **Stéphanie** : Ah bah oui. Il faudrait doubler les équipes ! Ça serait beaucoup plus cher ! Il faudrait
1395 mettre 3 x 8 au lieu de 2 x 8, enfin je dis n'importe quoi en nombre d'heures. Donc évidemment
1396 que c'est économique, ça fonctionne bien comme ça. Pourquoi changer les choses ?
- 1397 **Er** : Donc en fait, l'idée de faire porter tout le poids des problématiques de l'institution, qui sont
1398 des problématiques économiques, sur le personnel, elle est poussée à l'extrême dans l'institution
1399 médicale finalement.
- 1400 **Stéphanie** : Ouais.
- 1401 **Er** : Par rapport au personnel soignant. A qui on demande d'être empathique. En plus on va leur
1402 faire du chantage affectif.
- 1403 **Stéphanie** : Tout à fait.
- 1404 **Er** : Sauf que le problème de l'institution c'est de soigner les gens et justement d'avoir dans son
1405 organisation, je dis bien dans son ORGANISATION, la capacité de faire preuve d'empathie et de
1406 bien soigner les gens, et ça c'est des choses qui sont REPORTEES sur les individus qui soignent.
1407 C'est à eux de tout supporter.
- 1408 **Stéphanie** : Oui. C'est tout à fait comme ça que cela fonctionne. Et c'est vrai que la charge
1409 affective est très très très importante. Moi si tu veux, mon boss il arrêterait pas de dire « Oh !
1410 Qu'est-ce qu'on fait comme boulot formidable ! C'est formidable ! On est très fort ! Et puis
1411 vraiment c'est beau ce qu'on fait. » Oui mais il y a un moment où il faut aussi pas s'oublier
1412 complètement. C'est beau mais il n'y a pas que ça.

- 1413 **Er** : Et toi dans ta vie tu t'es toujours en fait donnée... bah là dans le travail c'est de l'abnégation
1414 tout le temps !
- 1415 **Stéphanie** : Oui c'est ça.
- 1416 **Er** : Pour tes enfants aussi.
- 1417 **Stéphanie** : c'est ça.
- 1418 **Er** : Parce que t'as pas pris de temps pour toi. Je suppose que tout le monde à envie à un moment
1419 de prendre le temps pour soi, de refaire sa vie etc. Et toi tu t'es donnée pour tes enfants et pour
1420 ton travail à fond. Voilà, là ça devient une nécessité en fait de prendre du temps pour toi.
- 1421 **Stéphanie** : C'est ça. Je me suis bien fait grondée. On m'a dit « ça suffit ! » (rire). « Stop ! ».
- 1422 **Er** : Et tes enfants ils en disent quoi ?
- 1423 **Stéphanie** : Ah c'est marrant. Il y en a qui disent « ah bon ? Bah c'est bien ». Il y en a qui me disent
1424 « vas-y maman, super ! Profites ! Allez à fond ! ». Il y en a une qui dit « Euh ? Est-ce qu'on va
1425 manger quand même ? » (rire). Et l'autre qui dit « Chiche ! Chiche ! Tu vas pas t'arrêter, c'est pas
1426 possible ». Tu vois ? Les enfants sont tous différents. (inaudible). Donc c'est marrant.
- 1427 **Er** : Mais ils sont quand même...
- 1428 **Stéphanie** : Oh bah ils sont bien contents que maman soit là pour aller prendre les rendez-vous,
1429 pour faire la bouffe, enfin non ! Là il y a quand même, enfin c'est vrai que ça laisse beaucoup plus
1430 de liberté et de disponibilité mais dans tous les sens et c'est bien, parce que voilà, ça fait
1431 longtemps que (inaudible) que je faisais à la vas-vite. Et puis plus disponible.
- 1432 **Er** : Et puis peut-être aussi que tu te dis « le mauvais côté c'est que j'ai été obligée de m'arrêter »
1433 mais c'est aussi un bon côté parce qu'il te reste du temps pour rebondir.
- 1434 **Stéphanie** : Ah non mais je suis tout à fait contente de l'avoir fait. J'ai quelques inquiétudes mais
1435 c'est normal, mais non non je profite à fond. Vraiment, sincèrement. Je pense que c'était une
1436 étape nécessaire mais extrêmement dure à faire, parce que ça a été très dur de le faire et
1437 nécessaire et vitale. Vitale.
- 1438 **Er** : D'accord. Et maintenant tu dirais, est-ce que tu es heureuse ? Est-ce que tu es (rire) sur la voie
1439 du bonheur ?
- 1440 **Stéphanie** : Oh bah je peux pas dire, enfin j'étais quand même, j'ai toujours aimé mes enfants et
1441 aimé partager avec mes enfants. Euh, je pense que je suis sur la voie de plus de liberté.
- 1442 **Er** : Plus de liberté. Où tout reste peut-être à construire.
- 1443 **Stéphanie** : Voilà, c'est ça. C'est une belle fin (rire).
- 1444 **Er** : (rire). Je sais pas si t'as des choses à rajouter ?
- 1445 **Stéphanie** : Oh je crois pas.
- 1446 **Er** : J'espère que ça a bien enregistré. C'est bon, c'est dans la boîte.

Entretien n°4/10 – Ariane	
<i>« Donc oui, ça a changé des choses parce que la ménopause c'est un truc qui est quand même assez clivant pour une femme quoi. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, Autoentrepreneur sans le secteur événementiel, 54 ans, Bac + 5, formation en droit et attaché de presse, mariée, deux enfants
Date de l'entretien	16 mai 2017
Lieu de l'entretien	Terrasse d'un café
Ville	Paris
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	82 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai contacté Ariane par l'intermédiaire de sa fille, une ancienne camarade de licence. L'enquêtée m'a donné rendez-vous dans un café qu'elle avait l'habitude de fréquenter quand elle était étudiante à l'EFAP. L'entretien c'est déroulé très naturellement et je n'ai ressenti aucune retenue ou aucune gêne spécifique en posant questions, même les plus personnelles. Le seul bémol est à mettre sur le cadre de l'entretien qui s'est déroulé sur une terrasse, dans un environnement très bruyant et à mon sens peu intimiste.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Pour Ariane, le grand changement de la cinquantaine a été « le passage » de la ménopause. Ce ne sont pas tant les désagréments physiologiques qui l'ont gênée, mais plutôt les transformations esthétiques qui ont signé son basculement symbolique dans le vieillissement. Son image d'elle-même s'en est trouvée écornée, notamment à travers le regard des autres et les stéréotypes sociaux. Il faut dire qu'Anne travaille dans l'événementiel. Un milieu professionnel, qui met la sur le jeunisme, valeur centrale dans la société actuelle, et qui pénalise spécifiquement les femmes de plus de 50 ans. Anne n'est pour autant pas pessimiste quant à son âge. Son parcours personnel lui a appris à développer un rapport bienveillant à l'égard d'elle-même. Anorexique étant jeune, voulant se conformer à l'idéal des canons de beauté, l'accouchement l'a débarrassé de ses complexes. Mais c'est à 42 ans, atteinte d'une inflammation aigüe du côlon et trois lourdes opérations plus tard, qu'elle a définitivement changé son rapport au corps. A cinquante ans, elle recherche plus de douceur et moins de médicaments. Au départ très « cartésienne » et très sceptique à l'égard des médecines alternatives, à l'instar de son père médecin, elle est aujourd'hui plus « ouverte » à ce genre de thérapies qu'elle juge parfois efficaces. Au même titre que le Yoga ou la méditation, elles lui apportent du bien-être en la débarrassant des effets secondaires d'une médecine allopathique trop violente et aujourd'hui entachée par de nombreux scandales sanitaires. Sa position d'ouverture découle d'une posture critique à l'égard de la médecine classique. Cette posture s'enracine dans le changement profond d'attitude de la société qui s'est opéré ces dernières années à l'égard des techniques de soin.
Enquêteur	Matthieu Pace

- 1 Er : Donc, je vous rappelle que cet entièrement retranscrit, entièrement enregistré. Est-ce que
2 vous êtes d'accord ?
- 3 A : D'accord, je suis d'accord.
- 4 Er : cela restera complètement anonyme. Je vous enverrai la retranscription par la suite, au cas où
5 vous souhaiteriez apporter des modifications. Donc, mon mémoire concerne les quinquagénaires
6 et plus particulièrement leur rapport à la santé, au vieillissement etc.
- 7 [Intervention du serveur]
- 8 En fait, on a décidé de travailler là-dessus parce que c'est quand même un groupe d'âge qui est
9 très peu étudié. Généralement on s'intéresse soit aux millenials, ceux qui sont dans les 20-30 ans,
10 soit vraiment au-dessus, 70 ans et plus. Donc il y a très peu d'études, en tout cas en sociologie, là-
11 dessus. Du coup, ma première question ce serait de savoir « est-ce que la cinquantaine a changé
12 quelque chose pour vous, dans votre vie ? »
- 13 A : A changé quelque chose dans mon rapport à la santé ?
- 14 Er : Que ce soit déjà dans votre vie en générale, dans votre rapport à la santé, voilà des
15 changements...
- 16 A : Bah ouais, parce qu'en fait quand tu as 50 ans et que tu es une femme il y a quand même des
17 choses qui changent. Alors je pense que pour les hommes c'est différent mais c'est vrai que la
18 ménopause en fait, c'est pas un truc dont on parle, ni trop avec... enfin moi je vois avec mes
19 copines, on n'a pas du tout envie de parler de ça et en fait ça arrive et on n'est pas forcément
20 préparé. Mentalement, on a toujours l'impression d'être, enfin moi je parle pour moi hein ? c'est
21 vrai que pour moi j'étais pas du tout préparée à ce que ça se produise quoi. Donc oui, ça a changé
22 des choses parce que la ménopause c'est un truc qui est quand même assez clivant pour une
23 femme quoi. Il y a des... alors des symptômes plus ou moins importants mais enfin c'est vrai que
24 ouais, c'est assez important donc oui ça a changé des choses dans ma vie.
- 25 Er : Oui, alors du coup par rapport à ça, j'ai deux questions. Vous diriez que c'est un sujet tabou
26 avec les personnes qui ont le même âge que vous, avec vos amies ?
- 27 A : C'est un sujet dont on n'a pas forcément envie de parler parce que c'est pas un truc rigolo en
28 fait. Donc ouais, je dirais pas que c'est tabou mais on fait comme si ça existait pas. Alors que ça
29 existe (rire).
- 30 Er : D'accord.
- 31 A : Ouais, c'est plutôt ça. Avec mes copines je peux parler de choses hyper sérieuses et tout ça,
32 mais ça on n'a pas envie de l'évoquer alors que c'est quelque chose de réel quoi.
- 33 Er : D'accord. Et dans la ménopause c'est les changements physiologiques qui vous dérangent ?
- 34 A : Ouais. Ouais. Essentiellement. Moi du coup j'ai pris un traitement hormonal. Voilà. Mais ça fait
35 pas... c'est pas non plus aussi efficace, enfin je vois bien que j'ai des symptômes que j'avais pas
36 avant de sécheresse, de... voilà et ça c'est un truc qui est quand même...
- 37 Er : Ouais des sécheresses de la peau, un changement de la nature des cheveux...
- 38 A : Voilà. Exactement ! Et ça par exemple les cheveux c'est un truc qu'on dit jamais, en fait les
39 cheveux de vieille c'est moche quoi. Moi je pensais que les cheveux ça changeait pas et en fait ça
40 change les cheveux. Ça veut dire que chaque fois que je me fais un shampoing, derrière je suis
41 obligée de faire un masque, ce que j'ai jamais fait de ma vie avant quoi. Parce que sinon on a des
42 cheveux qui ressemblent à de la paille. Voilà. Ça veut dire que je fais vachement plus attention à
43 me mettre de la crème, partout, que je me mets de la crème sur le corps, ce que je faisais pas

44 avant, que... voilà, pareil dans ma vie intime, c'est différent aussi du coup, alors qu'à cinquante ans
45 on n'a pas l'impression qu'on est vieux quoi. En fait c'est surtout ça, c'est le décalage. Moi, pour
46 moi ça a été ça. C'est le décalage entre le mental, c'est-à-dire qu'il y a des choses qui sont plutôt
47 sympa, de plus avoir ses règles c'est plutôt agréable tu vois ? Mais par contre, en contrepartie de
48 ça, il y des choses auxquelles on n'est pas forcément préparée, parce qu'à cinquante ans, moi je
49 suis en couple et j'ai envie que, voilà, ça continue et c'est pas forcément aussi facile qu'avant.

50 Er : Il y a des problèmes d'envie, de sensations ?

51 A : Ouais, exactement.

52 Er : Donc c'est le rapport au corps qui change un peu.

53 A : Bah du coup, on sent que son corps vieillit même si mentalement, je trouve, dans la tête on
54 n'est pas préparée à ça. Moi j'étais pas forcément préparée à ça. C'est-à-dire, mentalement j'ai
55 pas l'impression d'être vieille alors que dans mon corps je sens qu'il y a des choses qui ont... qui se
56 modifient en fait. Comme si j'étais en décalage entre mon corps et mon mental.

57 Er : D'accord. En fait dans sa tête on continue à rester jeune, entre guillemets.

58 A : Moi c'est ce qui, c'est assez symptomatique ouais. C'est-à-dire que j'ai toujours l'impression
59 d'être jeune, de pouvoir... enfin... mais bon c'est assez clivant quand même. Voilà, c'est une page
60 qui se tourne et en fait, cinquante ans ça paraît vachement jeune.

61 Er : D'accord. Et par rapport à tous ces changements physiques, qui sont aussi je suppose d'ordre
62 esthétique...

63 A : Exactement ! C'est-à-dire que moi par exemple, physiquement, quand je me vois dans une
64 glace, je vois pas forcément toutes les rides que j'ai et quand je vois des photos de moi, je me
65 reconnais pas. J'ai les yeux qui tombent, c'est des choses que je vois pas quand je me regarde mais
66 quand je me vois en photo, je suis là : « Punaise ! Comment t'as vieilli ! »

67 Er : ça veut dire que les gens ne se perçoivent pas forcément dans leur réalité comme en photo...

68 A : Non. Moi non.

69 Er : C'est marrant, parce que les deux sont quand même le reflet, une image de soi-même. Mais
70 c'est une perception totalement subjective celle du miroir.

71 A : Ouais, mais en fait parce que je suis plutôt bienveillante avec moi. Donc je pense que c'est aussi
72 pour ça. Et quand je vois une photo c'est plus extérieur donc, c'est mon reflet pourtant mais c'est
73 une photo. C'est quelqu'un qui l'a prise et voilà. Et du coup là, souvent je suis là « Punaise !
74 Comment j'ai pris ! » Alors que je m'en aperçois pas en me regardant dans ma glace. Bon après j'ai
75 pas un miroir avec 50 spots et tout ça, j'ai pas des miroirs partout chez moi mais... Tous les jours je
76 me regard dans un miroir mais voilà. Ouais, je suis plus bienveillante avec moi. Enfin c'est
77 vraiment, l'image elle est un peu déconnectée.

78 Er : D'accord. Et du coup, est-ce qu'il y a que des questions de désagrément ou alors il y a aussi des
79 questions en termes de représentation, c'est-à-dire que la ménopause, le changement physique va
80 susciter des questions d'ordre un peu plus existentiel, sur l'idée que l'on a de soi en tant que
81 femme, sur son rapport à l'existence, sur son rapport au couple... Donc des questions qui
82 émergent du fait qu'il y ait un changement dans le corps mais qui interrogent finalement d'autres
83 dimensions de sa vie, de sa féminité...

84 A : C'est-à-dire ? Est-ce que ça modifie ? Non.

85 Er : C'est-à-dire est-ce que la ménopause ampute son image de femme quoi ? Est-ce que c'est
86 simplement des désagréments physiques ?

Annexes

87 A : Non. Moi ça n'a pas impacté mon image personnelle. C'est juste que j'ai trouvé ça
88 effectivement compliqué à gérer entre le décalage, enfin l'évolution de mon corps et le sentiment
89 personnel que j'ai de moi en fait. Voilà, comme s'il y avait un décalage.

90 Er : Voilà. Donc vraiment le décalage entre le mental...

91 A : Et le corps.

92 Er : D'accord. Donc par rapport au corps, il y a la ménopause, mais il y a aussi peut-être une baisse
93 d'énergie, je sais pas, une baisse des capacités ?

94 A : Ouais c'est ça. Ouais, peut-être, aussi. Bon après, ça je l'ai pas trop ressenti parce que, bon je
95 fais pas mal de sport, de choses, mais je fais pas non plus... enfin voilà je fais des sports cools. Je
96 fais de la piscine, donc ça je peux toujours faire de la piscine, je fais pas de course à pied. Je fais de
97 la marche, donc ça c'est un truc de vieille.

98 Er : (rire)

99 A : (rire). Non mais c'est vrai ! Moi j'aime marcher, je déteste courir, donc tous les trucs qui sont
100 un peu violent j'ai jamais aimé ça.

101 Er : Jamais ? Donc vous avez pas eu de changement dans vos pratiques.

102 A : Voilà c'est ça. J'ai pas eu... Moi j'aime marcher, j'aime danser, j'aime faire de la natation. Pour
103 le reste, des trucs qui demandent plus de... que ce soit du sport en salle, des trucs qui demandent
104 plus d'intensité, ça je fais pas moi. C'est trop violent pour moi.

105 Er : D'accord.

106 A : Donc du coup je me retrouve pas confronté à ça. Après dans ma vie quotidienne, j'ai pas
107 changé ma vie courante, c'est-à-dire que je suis bien dans mon couple, on fait des choses, on sort
108 pas mal, ça m'empêche pas de sortir quoi.

109 Er : Ok.

110 A : ça je sens pas la différence. Alors effectivement si je me couche hyper tard, je vais peut-être le
111 sentir un peu plus. C'est pas non plus le truc que je fais tout le temps donc.

112 Er : Donc en fait, il y a pas un moment où l'on se dit qu'il y a une vraie rupture dans ses pratiques.
113 Vous avez pas changé votre manière de vivre ?

114 A : Non. J'ai pas changé ma manière de vivre. Du tout. Pas encore. J'espère que je la changerai pas
115 mais peut-être qu'un jour je serai amenée à la changer hein ?

116 Er : Dans l'alimentation non plus ?

117 A : Non. Alors (souffle avec la bouche). De toute façon je fais toujours attention.

118 Er : Vous vivez dans une sorte de continuité.

119 A : Ouais.

120 Er : Il y a quelques petits désagréments qui vous pose problème entre guillemets mais il y a pas,
121 c'est une énorme...

122 A : Rupture, non.

123 Er : D'accord. Et vous évoquiez la douceur en disant que vous aviez toujours fait des sports
124 « doux ».

125 A : Ouais.

126 Er : Est-ce que finalement cette recherche de douceur c'est pas aussi ce qu'on recherche quand
127 on a 50 ans ? Voilà, je sais pas un besoin de douceur, de bienveillance etc.

128 A : Ouais. Mais moi c'est vrai que ça fait un petit moment que je suis comme ça quand même.
129 C'est-à-dire que je cherche pas à m'imposer des... à m'imposer des contraintes colossales. Je suis
130 assez, ouais. C'est peut-être plus mon état d'esprit ça, je suis pas sure que ça ait rapport avec l'âge
131 que j'ai en fait.

132 Er : D'accord. Parce que vous dite « un petit moment », ça signifie quoi ?

133 A : Bah en fait c'est euh... (souffle avec la bouche). Bon moi j'ai eu une grosse maladie, donc quand
134 j'avais, en fait j'ai été opérée il y a 10 ans, donc j'avais 42 ans. Donc on m'a enlevé tout le colon et
135 le rectum. Donc c'était quand même...

136 Er : C'était un cancer ?

137 A : C'était une rectocolite hémorragique.

138 Er : Ok. Une inflammation.

139 A : Donc c'était tout le côlon qui était inflamé. Voilà. Donc j'ai eu ça pendant des années et des
140 années, pendant un peu moins d'une dizaine d'années, entre 35 ans et 42 ans en gros et ça s'est
141 très mal, enfin voilà, j'ai été soignée, j'ai pris plein de choses, de la cortisone, des tas de
142 médicaments etc. Et puis ça c'est empiré empiré empiré. Donc j'ai eu tellement de symptômes qui
143 étaient extrêmement invalidants, qu'en fait ça a été une vraie libération pour moi. Et surtout je
144 pense que ça a changé mon rapport...

145 Er : C'est l'opération qui a été une vraie libération ?

146 A : Ouais. Bah ouais parce que c'est une maladie qui est hyper invalidante. Donc en fait ça a
147 changé mon rapport, parce que, donc c'est une opération qui a eu lieu sur quasiment toute une
148 année. Il y a eu, j'ai eu trois opérations en fait, il y a dix ans exactement. Et donc pendant 8-10
149 mois j'ai eu une stomie. Du coup je pense que ça m'a permis d'évoluer aussi avant. Parce que ça a
150 changé mon rapport au corps etc. C'est quelque chose dont je me suis rendue compte qu'en fait,
151 qu'au contraire d'avoir cette stomie qui pour moi, quand on m'en avait parlé, c'était un truc mais
152 monstrueux...

153 Er : C'est quoi une stomie ?

154 A : En fait c'est une poche, c'est une poche pour recueillir les selles en fait, qui est là. Et en fait,
155 quand on m'a dit que j'allais avoir ça au début, pour moi c'était un truc cauchemardesque. Mais
156 en fait, je me dis que voilà, ça m'a permis d'évoluer, de me dire que finalement c'était un mal pour
157 un bien, parce que ça me permettait de refaire des choses, de sortir sans avoir de crainte etc.
158 Parce que c'était devenu tellement invalidant que je pouvais plus sortir de chez moi etc. Et ça a
159 changé mon rapport au corps parce qu'en fait, je pense que c'est aussi lié à mon histoire de
160 couple, c'est-à-dire que ça nous a pas du tout, ça a pas du tout modifié notre rapport à tous les
161 deux, de couple. Et donc ça c'était hyper important. Mais du coup je pense qu'après j'ai été très
162 bienveillante en fait avec mon corps.

163 Er : Parce qu'il y a tout un travail de réflexion qui a dû se faire à ce moment-là.

164 A : Ouais. J'étais beaucoup plus dure avec moi quand j'avais 20 ans. Enfin, j'ai été anorexique, j'ai
165 arrêté de manger, enfin j'étais hyperviolente avec mon corps, ce qui n'est plus du tout le cas.

166 Er : D'accord. Et ce problème de santé, vous disiez que vous l'aviez depuis que vous étiez jeune...

167 A : Bah jeune j'étais ce qu'on appelle colopathe. C'est-à-dire que je faisais partie des gens qui,
168 quand ils ont un souci, au lieu que ce soit des migraines ou mal au dos, ils ont mal au ventre. Voilà.

169 Donc moi j'étais comme ça. Donc j'avais le ventre qui triplait de volume etc. Et puis après, bon une
170 colopathie, ça peut rester une colopathie, c'est-à-dire c'est l'intestin qui se fait des nœuds quoi.
171 Enfin voilà. Et en fait moi, c'était un truc, on sait pas bien. C'est plus ou moins génétique. Mon
172 père a la même chose. C'est des drôles de maladies. C'est des nouvelles maladies en fait.

173 Er : Le syndrome de l'intestin irritable.

174 A : Ouais c'est ça. Et donc c'est l'intestin qui saigne et il y a des maladies qui font tout l'intestin,
175 c'est les maladies de Crohn, et moi c'était localisé vraiment sur le gros intestin. Donc c'était ce
176 que l'on appelle une rectocolite hémorragique. Donc l'avantage c'est que quand on l'enlève, c'est
177 terminé quoi. Alors qu'un Crohn, il faut couper des morceaux d'intestin. Là... parce qu'on peut pas
178 vivre sans intestin. On peut vivre sans côlon.

179 Er : D'accord. Sans côlon mais pas sans intestin.

180 A : Alors le côlon c'est le gros intestin, qui fait le coude comme ça...

181 Er : Et l'autre c'est l'intestin grêle.

182 A : Et l'autre c'est l'intestin grêle voilà.

183 Er : qui absorbe les nutriments.

184 A : Voilà. Et le gros intestin c'est celui qui termine la fin de la digestion et puis après il y a le rectum
185 et puis après l'anus quoi.

186 Er : D'accord. Et quand vous disiez pour vous que la stomie c'était « cauchemardesque » alors que
187 c'était quand même une solution pour vous soigner...

188 A : Ouais, mais c'était la solution pour euh... Parce qu'en fait j'ai été obligée d'avoir ça pour que
189 toutes les parties cicatrisent bien avant qu'ils... En fait, à la fin ils ont recollé mon intestin grêle, ils
190 ont refait un rectum avec mon intestin grêle, et donc il fallait que toutes les parties cicatrisent bien
191 avant qu'ils puissent refaire tout et que ça refonctionne.

192 Er : A oui donc c'était temporaire la stomie.

193 A : Ouais, c'était temporaire. Mais en fait je me suis dit, en fait je pense que ça a quand même
194 changé... j'avais 42 ans, j'étais quand même jeune et en fait je me suis vue finalement vivre ça
195 comme, voilà c'était un truc qui était quand même violent mais qui n'empêchait pas de vivre en
196 fait.

197 Er : D'accord. Donc en fait l'expérience de la limite, vous l'avez faite déjà bien avant.

198 A : Ouais ! Peut-être.

199 Er : c'est l'inverse en fait. Le soulagement il est venu après.

200 A : Après ouais. Mais là quand même je sens des désagréments. Voilà. Mais effectivement, je suis
201 pas... Après la santé, ça reste un truc. Je vois bien que c'est important quoi. C'est-à-dire que là
202 j'avais quasiment passé trois mois à l'hôpital. Enfin de façon espacée, mais voilà j'étais à chaque
203 fois à l'hôpital 15 jours 3 semaines. Et puis j'avais... enfin avant pendant que j'ai eu cette maladie
204 j'ai quand même passé mon temps à l'hôpital à faire des examens, à voilà, donc finalement j'ai été
205 malade assez jeune.

206 Er : et là finalement vous avez l'impression qu'à l'inverse vous êtes beaucoup plus libérée qu'avant
207 quoi.

208 A : Bah ouais c'est ça. Bah je prends plus de médicaments alors que j'en ai beaucoup pris avant.
209 Donc effectivement ça... ça me fait chier d'ailleurs de prendre des médicaments maintenant quand

- 210 je dois en prendre. Par exemple là j'en prends pour le rhume de foins. Bon bah ça m'emmerde
211 quoi.
- 212 Er : Et quelle est votre rapport justement à la médecine ? Votre vision par rapport aux
213 médicaments ?
- 214 A : J'en prends le moins possible.
- 215 Er : Vous allez chez le médecin quand vous êtes...
- 216 A : Au bout du rouleau.
- 217 Er : (rire) Au bout du rouleau d'accord.
- 218 A : (rire).
- 219 Er : Vous y allez pas...
- 220 A : Ah non j'y vais pas du tout tous les quatre matins.
- 221 Er : D'accord. Et ça c'est peut-être aussi lié à votre histoire personnelle.
- 222 A : Ouais. Moi j'ai un père médecin déjà. Donc un père médecin, c'est ce qu'on dit : « les
223 cordonniers sont les plus mal chaussés ». Donc un père médecin, du coup j'allais jamais chez le
224 médecin quand j'étais petite.
- 225 Er : Parce que c'était lui qui...
- 226 A : Bah c'était lui qui me soignait. Et puis un père médecin qui était pas forcément pro-
227 médicaments non plus. Il l'est toujours pas d'ailleurs. Donc du coup oui on a pris vraiment, enfin
228 moi chaque fois que j'ai un bobo je prends du doliprane quoi. Voilà ça s'arrête là à peu près.
- 229 Er : Quand vous êtes au bout du rouleau quoi (rire).
- 230 A : (rire). Non c'est ça. Voilà, après quand vraiment... Ouais, la dernière fois que j'y suis allée c'est
231 quand j'avais une cystite quoi. Et là fallait que je prenne des antibiotiques. Mais sinon, j'y vais
232 jamais non.
- 233 Er : Et à cinquante ans, il y a aussi tout ce qui est les lettres pour le dépistage etc.
- 234 A : Ouais. Bah moi de toutes les façons, par exemple sur le plan gynéco, moi je me fais suivre. Tous
235 les ans je vais voir la gynéco. Donc tout ce qui est mammographie etc. je le fais dans le cadre du
236 dépistage normal avec ma gynéco. C'est-à-dire ça doit faire quatre ans que je fais des
237 mammographies tous les ans ou tous les deux ans, je sais même plus. Les frottis tous les ans.
238 Après il y a l'histoire du cancer colorectal mais comme j'ai plus de côlon ça ne me regarde pas. Ça
239 ne me concerne pas, voilà. Et puis qu'est-ce qu'il y a d'autre comme dépistage ? C'est tout ?
- 240 Er : C'est essentiellement mammographie, frottis, cancer du côlon et prostate pour les hommes.
- 241 A : Voilà. Ça par contre c'est vrai que moi je vais quand même voir ma gynéco tous les ans, mais ça
242 depuis que je vais voir une gynéco, c'est-à-dire depuis très très longtemps quoi.
- 243 Er : Et elle vous fait faire des examens depuis longtemps en fait.
- 244 A : Voilà. C'est ça. Le frottis, oh ça remonte à... depuis la nuit des temps je fais des frottis tous les
245 ans hein. Et les mammographies, je crois qu'elle elle a dû commencer vers 40 ans, j'ai peut-être
246 fait la première vers 40. Ou 45 mais ouais, dans ces eaux-là quoi.
- 247 Er : Ouais. Et c'est vrai qu'on a souvent tendance à dire qu'à partir de 50 ans, enfin je sais pas si
248 vous avez conscience de ça, mais moi ça revient souvent dans mes entretiens, qu'il y a un peu une

- 249 sorte de matraquage préventif, de surresponsabilisation des personnes de 50 ans par rapport à
250 d'éventuels risques de cancers etc.
- 251 A : Ouais ?
- 252 Er : Et du coup, ça, est-ce que ça vous pèse ? Est-ce que vous vous dites « bah à 50 ans, je suis une
253 personne à risques » ?
- 254 A : Non. Parce qu'alors bon le cancer colorectal ça me concerne plus et après tout ce qui est
255 effectivement du domaine gynéco, je me fais suivre. Et, par exemple, quand je fais mes frottis ou
256 que je fais mes mammographies, jamais je me dis qu'il va y avoir un problème. Mais ça c'est peut-
257 être parce que c'est ma nature.
- 258 Er : Jamais ça vous traverse l'esprit.
- 259 A : Non.
- 260 Er : D'accord. Vous avez pas d'angoisses par rapport à l'avenir etc.
- 261 A : Non.
- 262 Er : Et 50 ans pour vous, est-ce que c'est pas, je sais pas, il y a pas mal de gens qui ont l'impression
263 d'être à une sorte de point d'entrée dans le vieillissement, de basculement dans autre chose, une
264 autre phase de la vie.
- 265 A : Bah je pense ouais. Mais en fait, moi ce qui me... je pense ouais. Parce qu'effectivement, c'est
266 assez juste hein. Bah de toute façon dans les CSP c'est quoi ? C'est 49 ans non ? C'est ça non ? Les
267 nomenclatures CSP, c'est pas « à partir de 50 ans on est... » c'était quoi la ménagère, c'était
- 268 Er : la ménagère de moins de 50 ans ?
- 269 A : ouais voilà, c'est ça hein ?
- 270 Er : Et puis il y a aussi le mot « sénior » qui arrive dans les entreprises.
- 271 A : Ah ouais pour les cinquante ans ?
- 272 Er : Pour les plus de 50 ans.
- 273 A : Alors moi tu vois, c'est vrai que je le sens aussi dans mon boulot, parce que je fais des
274 évènements. Des fois je me retrouve avec des groupes de gens assez jeunes qui m'appellent
275 « madame ». Je suis là « non mais arrêtez quoi ! ». Donc, mais effectivement c'est là... C'est vrai
276 parce que physiquement, t'as plus la même tête à 50 qu'à 40. Ça t'as beau mettre toutes les
277 crèmes que tu veux, c'est une certitude quoi.
- 278 Er : C'est un peu les autres qui nous disent qu'on a 50 ans, qui nous le font ressentir ?
- 279 A : Ouais, moi je trouve. Ouais il y a un changement de regard même si mentalement t'as toujours
280 l'impression d'être jeune et tout ça, malgré tout c'est une certitude ouais. Mais d'ailleurs moi j'ai
281 pas du tout voulu fêter mes 50 ans. Ça me faisait pas rire du tout d'avoir 50 ans.
- 282 Er : Ah oui ?
- 283 A : Non. Non non. J'ai rien fait, on n'a rien fait.
- 284 Er : Vous avez rien fait ?
- 285 A : Non.
- 286 Er : J'ai une enquêtée, on lui a fait une grosse fête surprise. Elle était contente mais elle aimait pas
287 du tout l'idée de fêter ses 50 ans.

288 A : Ah non. Moi ça m'amuse pas du tout. J'avais dit à Yves, j'avais dit au filles, surtout vous ne
289 faites RIEN quoi. Je veux bien faire un truc avec eux trois, mais surtout je veux pas une fête. C'est
290 pas une fête pour moi. C'est pas drôle du tout quoi.

291 Er : Mais qu'est-ce que ça veut dire ?

292 A : Bah parce que malgré tout c'est, ouais c'est ça, c'est quand même vieux 50 ans. Enfin tu vois ?
293 Tu rentres dans une... enfin je sais pas comment dire. Bon 40 ans ça m'a pas du tout fait ça. Mais
294 50 ans ouais ça commence à...

295 Er : Vous avez fêté vos 49 ans ?

296 A : Je crois pas d'ailleurs. Non. J'aurais dû ? (rire)

297 Er : (rire). Vous avez arrêté de fêter votre anniversaire à partir de quand ?

298 A : En fait j'aime pas fêter mon anniversaire. (rire). Mais 50 non c'était vraiment pas fun. Non.

299 Er : (inaudible). Moi c'est ça en fait que j'essaie de comprendre. Voilà moi j'ai 24 ans, je vois que
300 j'ai évolué depuis mes 18 ans et que je me pose d'autres questions mais j'essaie de me mettre
301 dans la peau d'un 50 ans : qu'est-ce qu'on se dit quand on a 50 ans ?

302 A : Alors il y a des choses que tu, quand t'as 24 ans, t'as quand même la vie devant toi, d'accord ?
303 Bon, quand t'as 50 ans, t'as... Mais par exemple là tu vois c'est assez symptomatique que
304 politiquement il y a quand même une prime au jeunisme là, en ce moment. C'est-à-dire que toutes
305 les équipes, ce que je trouve bien d'ailleurs au demeurant, je suis à fond : c'est pas parce qu'on est
306 jeune qu'on est compétent et c'est pas parce qu'on est vieux qu'on est compétent aussi, mais on a
307 envie, voilà, de changer de tête, de plus voir tous ces vieux qu'on voit depuis hyper longtemps et
308 d'avoir envie d'un peu de fraîcheur et tout ça. Même moi. Mais en fait moi je suis pas fraîche quoi.
309 Ouais 50 ans, 52 ans, il y a des choses sur lesquelles voilà, je suis plus une jeunette quoi. Mais il
310 faut que je m'y fasse.

311 Er : C'est par rapport à quoi ? au travail ?

312 A : Ouais... Alors bon moi je suis à mon compte, mais voilà par exemple dans le travail c'est ce que
313 je dis, je le sens bien qu'il y a des choses... tu vois quand t'es dans l'évènementiel, il y a vachement
314 de jeunes, il y a voilà, c'est... Alors après donc dans le travail ouais. Dans le travail c'est... Alors est-
315 ce que le fait d'avoir plus de 50 ans ça, enfin ça peut te donner un statut professionnel, sûrement
316 dans certains postes, mais en tous les cas, moi dans ma vie courante, professionnellement, c'est
317 plus un handicap qu'autre chose.

318 Er : D'accord. Parce que vous êtes en concurrence directe avec des gens qui sont plus jeunes que
319 vous.

320 A : Ouais. Qui sont plus jeunes ouais.

321 Er : Et est-ce que du coup vous avez pas l'impression que vous devez vous battre un peu ? Est-ce
322 que vous avez pas l'impression que vous devez VOUS montrer encore plus que les autres, vous
323 démarquer ?

324 A : (silence). Bah si tu veux.

325 Er : Vous vous sentez emprisonnée dans votre image ou pas ?

326 A : Non, mais ce qu'il faut, il faut vraiment montrer qu'on est toujours up to date quoi. C'est pas
327 parce qu'on a 50 ans, que voilà... ouais c'est ça.

328 Er : Il faut prouver un peu à l'autre...

329 A : Ouais qu'on est toujours dans le coup quoi.

330 Er : Vous pensez qu'il y a quand même des stéréotypes ?

331 A : Ouais je pense. Mais il y a des choses qui sont justes hein ? C'est-à-dire que nous, enfin moi je
332 vois que j'ai un gros déficit par exemple digital. Par rapport à ma boîte, j'ai toujours pas fait de site
333 internet, enfin tu vois, c'est quand même le truc. Voilà je pourrais avoir une page facebook je l'ai
334 pas faite. Bon après j'ai des copains qui ont mon âge et qui le font hein ? C'est pas le sujet mais
335 moi je suis pas du tout dans ce trip-là. Par rapport aux réseaux sociaux, moi j'ai vachement de mal,
336 enfin de retard, tu vois je poste rien, c'est pas quelque chose vers lequel je tends du tout en fait.

337 Er : Ok.

338 A : Bon ça ça fait quand même partie de la vie quotidienne d'une génération plus jeune que moi.

339 Er : Et par rapport aux 50 ans, vous pensez aussi que votre génération elle vit quelque chose
340 d'inédit par rapport à vos parents au même âge on va dire, ou pas ?

341 A : (silence). Bah, moi par rapport à mes parents... (silence) Je sais pas. Je suis pas certaine. Peut-
342 être que ça changera après. Mais en fait, il y a quand même, le truc c'est que... ce que je trouve
343 c'est que même si les statuts par exemple des femmes évoluent, tu vois les femmes elles font des
344 enfants de plus en plus tard etc. finalement, l'horloge du corps elle évolue pas. C'est-à-dire que les
345 femmes elles sont toujours fécondes très jeunes et puis ça réduit à partir de 30 ans et ça ça
346 change pas, même si notre vie change. Et en fait, voilà, c'est là où il y a un décalage. C'est-à-dire
347 que je pense qu'à 50 ans, maintenant, on est plus en mesure, voilà, peut-être par rapport à nos
348 parents, d'être plus, voilà décomplexé par rapport à ça mais malgré tout le corps, il continue, enfin
349 l'horloge elle tourne comme avant et à la même cadence qu'avant en fait. Ça ça a pas changé
350 finalement. Alors même si l'échéance, enfin l'espérance de vie a évolué, enfin par exemple pour
351 une femme, que ça soit la fécondité, la ménopause, la puberté, tout ça c'est à peu près resté dans
352 les mêmes... ça a pas tellement bougé.

353 Er : C'est peut-être différent pour un homme, mais il y a quand même eu un effondrement, on va
354 dire de tout ce qui est... enfin je veux dire avant les femmes à un certain âge, elle devait s'habiller
355 comme ci, s'adonner à tel type d'activité, on entrait un peu dans la case vieux quoi. Aujourd'hui les
356 gens ont plus de liberté, ils peuvent se définir par eux-mêmes etc. et comme on est dans une
357 société de la jeunesse éternelle, maintenant c'est finalement par le corps qu'on se rend compte...

358 A : qu'on est vieux.

359 Er : qu'on vieillit.

360 A : Ouais. Exactement. Ouais ouais.

361 Er : Et par rapport à la santé aussi peut-être.

362 A : Bah oui. Parce que ça en fait, bah ouais. Ou même des amis, tu vois moi j'ai une amie dont le
363 mari vient d'avoir un gros cancer du rein et qui a des métastases plein les poumons et il a 57 ans.
364 Bon.

365 Er : ça ça ne vous fait pas vous poser des questions par rapport à vous, du fait de l'âge.

366 A : Bah ça m'angoisse par rapport... Alors moi, parce que je pense que c'est mon caractère, je vais
367 pas me dire que ça peut m'arriver mais c'est vrai que j'ai l'impression que c'est hyper tôt quoi.
368 Après ça a toujours existé ça. Mais c'est sûr que ça va arriver de plus en plus autour de moi des
369 gens qui sont malades. A priori ça va dans la logique des choses ouais.

370 Er : La maladie, elle fait quand même, enfin même si par rapport à soi on n'est pas forcément en
371 panique totale, il y a des gens qui sont complètement hypocondriaques, d'autres qui sont un peu

372 angoissés, d'autres qui le sont beaucoup moins, mais ça reste quand même quelque chose qui
373 commence à s'installer, ne serait-ce que par l'entourage.

374 A : Ouais ouais.

375 Er : Par ses amis, par des gens de notre âge.

376 A : Voilà c'est ça.

377 Er : Et du coup est-ce qu'on se pose, sans que ce soit de l'angoisse etc., d'autres questions sur la
378 vie, un rapport à la vie, à l'existence, au temps qu'il nous reste, je sais pas ?

379 A : Bah en fait moi je pense que, bon moi j'ai encore mes parents, les deux, qui ont donc 89 ans.
380 Donc là mon père il va pas bien du tout. Mais tu vois pendant longtemps je les ai vus comme
381 immortels en fait. Je pense que le jour où ils vont disparaître, euh ça pour moi ça sera un... tu vois
382 je pense que voilà, sur l'échelle de la vie, c'est voilà, c'est moi après quoi en fait. Tu vois eux
383 comme ils sont toujours là, je pense aussi que ça fait aussi comme un rempart en fait. La mort ne
384 m'atteint pas, tu vois ? C'est comme un bouclier. Mais quand ils seront tombés tous les deux, bah
385 ouais on se dit qu'on est... pas les prochain mais voilà qu'on va vers ça en tous les cas.

386 Er : Le temps devient un peu une ressource rare quoi.

387 A : ouais.

388 Er : Tout ça, plus le fait qu'il y ait un vrai allongement de l'espérance de vie, ça doit faire qu'à 50
389 ans, on n'est plus là en train de se dire « j'en ai pour 5 ans », on se dit au moins « j'en ai pour 30
390 ans ».

391 A : Ouais.

392 Er : Et du coup, est-ce que ça change pas nos habitudes, dans le sens où on veut se préserver,
393 être...

394 A : En forme ?

395 Er : Ouais voilà. Est-ce que la santé du coup ça devient pas un enjeu ?

396 A : Bah si parce que je me dis qu'il faut quand même qu'on fasse plus attention. Par exemple à ce
397 qu'on mange, à ce qu'on boit. Ouais. Ça je me le dis ouais. Faisons attention. Ouais.

398 Er : Plus qu'avant en fait.

399 A : Ouais. Oh bah oui oui oui. Je vais pas manger tu vois, bon j'en mangeais pas mais je mangeais
400 pas de kebab, mais Yves s'il veut manger un kebab je lui dit « mais ça va pas bien », avec les frites
401 tu vois ? non mais non c'est que du cholestérol et de la junkfood, c'est pas possible ! non. Donc je
402 mange plus de junkfood du tout. Alors que ça m'est arrivé d'en manger avant quoi. Ou des McDo,
403 des trucs comme ça, je mange plus jamais ça de ma vie hein ! Mais je pense que ça ça fait aussi
404 partie, je suis pas sûre que ce soit vraiment que lié à l'âge, je pense que c'est aussi un état
405 d'esprit : on mange moins de viande, on mange plus de légumes, plus de...

406 Er : Un état d'esprit que vous avez vous ou ...

407 A : Bah, dans notre famille, moi je vois les filles, tu vois Violette elle mange très peu de viande. Bon
408 elle en mange encore mais elle en mange de moins en moins. Je fais plus attention à ce qu'on
409 mange quand même.

410 Er : C'est lié à l'âge ou à la société ?

411 A : Je pense les deux. Mais pas mal aussi la société quand même. Parce que je pense qu'il y a un
412 changement, que les gens mangent différemment en fait. Parce qu'autour de moi il y a plein de

413 gens qui mangent différemment. Toute façon quand t'es vieux t'arrives plus à te faire des
414 geultons, moi j'y arrive plus. Alors je pense qu'il y a plein de gens comme ça. Moi j'entends dire
415 autour de moi, tu vois mes sœurs elles sont plus vieilles, dire après Noël « Oh qu'est-ce que je suis
416 mal » et tout ça. Moi ça allait mais alors maintenant quand je mange trop je suis mal et mal mal
417 mal mal quoi. Donc ça par exemple je pense que c'est un truc de vieux ça.

418 Er : Il n'y a plus la même résistance.

419 A : Non. Ouais si tu fais des geultons t'es hyper mal après. C'est trop gras, t'es pas bien après. Tu
420 bois trop, t'es mal après. Ouais ton corps il revient pas avec la même agilité que quand t'as 30 ou
421 même 40 ans quoi.

422 Er : Mais en fait j'ai l'impression qu'on se pose pas la question du corps jusqu'à un certain âge et
423 que la question du corps elle arrive d'elle-même.

424 A : On découvre qu'on a un corps. C'est là où je te dis, moi je l'ai découvert quand je suis tombé
425 malade. Voilà, mais tu as entièrement raison. Avant je n'avais pas, enfin mon corps il me portait
426 mais je me posais pas de questions sur lui et sur comment j'allais m'occupé de lui quoi.

427 Er : En fait on prend conscience de son corps un peu quand il survient dans le négatif quoi.

428 A : Voilà.

429 Er : Comme un peu un accessoire déficient, quand il nous fait défaut.

430 A : Exactement.

431 Er : Et c'est là qu'on sent le décalage entre la tête et le corps.

432 A : Et le corps ouais.

433 Er : Et du coup on a peut-être un changement de rapport à ce moment-là...

434 A : Avec son corps. Ouais ouais.

435 Er : On peut passer par un moment de rupture ou d'énervement, et finalement après on est obligé
436 de reconstruire quelque chose à son niveau entre guillemets.

437 A : Bah moi j'ai pu reconstruire si tu veux. Par exemple moi je vois mon père c'est exactement ça,
438 c'est-à-dire qu'il a toute sa tête, il a 89 ans, il sait parfaitement ce qu'il a en plus parce qu'il est
439 médecin, donc il connaît ses pathologies etc. et son corps ne le porte plus. Et en fait il me dit
440 « qu'est-ce que tu veux, j'ai 89 ans c'est voilà ». Il peut plus rien faire quoi. Donc et en fait bah il y
441 a un moment, ton corps voilà, c'est terminé, la machine elle ne...

442 Er : D'accord. Et vos parents, donc votre mère elle est toujours en bonne santé ?

443 A : Ouais. Elle est toujours hyper active, elle fume ses 10 cigarettes par jour, elle prend son apéritif
444 tous les jours à cinq heures et demi de l'après-midi (rire).

445 Er : Elle a quel âge ?

446 A : Le même âge, 89.

447 Er : 89 ? (rire) Alors fumer 10 cigarettes par jour c'est la voie de la longévité finalement.

448 A : (rire). Ouais alors elle maman, elle a jamais fait de sport de sa vie, bon elle a pas bossé alors on
449 peut dire qu'elle a eu une vie relativement privilégiée voilà, elle a pas eu de grosse tuile, elle a pas
450 eu dans sa vie, voilà ses enfants il y a pas eu de problèmes, elle a pas eu de grosse tuile. Enfin
451 maman elle a jamais bossé, elle était artiste. Je pense que ça ça lui a aussi permis de s'évader, de
452 faire autre chose et... mais effectivement, elle est hyper en forme. Bon elle a 90 ans, elle va pas
453 faire 10 km mais elle est capable de marcher, c'est elle qui gère la maison toute seule du coup.

454 Er : Parce que le travail, vous pensez que...

455 A : Je pense que ça dépend des boulots qu'on fait, mais il y a quand même du stress, il y a ouais. Je
456 trouve, je dis pas que tous rentiers sont plus cools mais ouais je trouve que le travail il y a quand
457 même une part de... C'est à la fois...Ce qui est bon, je trouve, c'est la sociabilité qu'il apporte et le
458 fait que l'on se sente important, enfin qu'on a un rôle à jouer dans la société, mais à côté de ça ça
459 apporte aussi du stress, de l'angoisse etc. Ouais.

460 Er : Et comment on le gère à 50 ans, est-ce qu'on gère le stress de manière différente ?

461 A : Alors moi je l'ai toujours, je pense que ça dépend aussi des tempéraments. Ça c'est pas une
462 question d'âge à mon avis. C'est-à-dire que moi mon métier j'ai toujours trouvé que, voilà, je fais
463 pas un métier qui sauve des vies donc s'il y a un couac c'est pas la fin du monde. Donc j'ai jamais
464 été stressée par rapport au métier que je faisais. Et en plus je bosse toute seule, j'ai pas de chef
465 donc...

466 Er : Vous avez toujours eu le même niveau de responsabilité finalement.

467 A : Bah c'est-à-dire que pendant longtemps j'ai pas bossé quand même. Parce que j'arrivais pas à
468 bosser en entreprise, ça me faisait trop chier d'avoir des gens au-dessus de moi. Donc je pense
469 que ça aurait été sûrement pas mieux à 50 ans que à 40, voire ça aurait été pire. Mais du coup, là
470 comme je suis indépendante bah, au moins là voilà. Le seul problème que je peux avoir c'est
471 effectivement le regard des autres, où dans certaines situations c'est un peu problématique
472 d'avoir 50 ans. C'est-à-dire que ce qui peut être pris comme de l'expérience etc. parfois c'est
473 quand même, parce que le métier que je fais, enfin ça dépend sûrement des métiers, c'est-à-dire
474 que quand on est, je sais pas moi professeur de médecine, bah c'est pas un problème ou avocat
475 voilà, mais c'est vrai que dans l'évènementiel les gens ils sont plutôt jeunes donc...

476 Er : Parce qu'il y a des clichés sur l'adaptation, sur...

477 A : Ouais c'est ça, ouais.

478 Er : En fait vous êtes jeune dans votre tête, votre corps vous rappelle un petit peu à l'ordre parfois,
479 et on colle en plus...

480 A : Des étiquettes.

481 Er : Des étiquettes.

482 A : Ouais c'est ça.

483 Er : Des étiquettes qui sont en plus à lier avec la vieillesse. Le manque d'adaptation...

484 A : De dynamisme. Ouais c'est ça.

485 Er : Et ça il faut un peu se battre là-dessus quoi. En fait montrer encore plus...

486 A : Bah ouais parce qu'en fait je pense que pour la plupart des gens, 50 ans c'est quand même âgé.
487 Pour les gens de ton âge par exemple ?

488 Er : Est-ce que 50 ans c'est âgé ? Moi je pense que j'ai tellement travaillé sur les 50 ans que j'arrive
489 plus à voir (rire)...

490 A : (rire) S'ils sont âgés ou pas ?

491 Er : Voilà c'est ça.

492 A : C'est vrai ?

493 Er : J'en suis au même point que vous : Mais non ils sont pas âgés !

494 A : Parce que tous ils te disent qu'ils sont en décalage ?

495 Er : Oui il y a ce décalage entre le fait de se sentir jeune dans sa tête et d'avoir leur corps qui les
496 rappelle à l'ordre, mais aussi le regard des autres. Et certains ont un discours un peu vindicatif par
497 rapport à ça, en disant : bah moi je fais des trucs comme toi, moi aussi je sors jusqu'à 4h du mat'
498 etc. comme s'ils avaient quelque chose à me prouver quoi. Donc c'est ça qui ma vachement
499 interpellé.

500 A : Mais là quand tu vois par exemple la femme de Macron, moi je trouve ça dingue quoi, qu'on ne
501 parle que de ça. Tu vois ? En plus elle est hyper bien gaulée cette nana, enfin mais à un moment
502 foutez-lui la paix quoi ! Elle a 65 ans, si j'étais comme ça à 65 ans je serais contente hein ! Donc je
503 trouve que c'est quand même DINGUE quoi !

504 Er : On est dans une société violente.

505 A : Ah ouais, je trouve ça d'une violence. Bon après voilà, je pense qu'elle a pas que des amis donc
506 c'est aussi une façon de l'attaquer lui mais malgré tout je trouve que par exemple c'est pitoyable.
507 Ouais. Alors qu'un mec de 50 ans, 60 ans, on va dire voilà. Un mec il vieillit bien, une femme de 65
508 ans, juste c'est pas possible quoi, elle ressemble plus à rien. Arrêtez !

509 Er : Et ça, cette partie, ça vous fait pas peur ? De se dire que bah maintenant, on avance en âge et
510 surtout quand on est une femme où ça paraît plus compliqué...

511 A : Bah en fait la question c'est « comment avoir une tête qui ressemble encore un peu à quelque
512 chose ? », donc il y a les crèmes. Bon après quand on voit toutes les nanas qui se font faire des
513 trucs, bon c'est quand même pas une solution. Bon moi j'ai un cousin qui est chirurgien
514 esthétique, donc je lui ai dit j'irai te voir Vincent pour me faire faire les yeux et tout ça. Et il me dit
515 « boaf t'as encore du temps devant toi ». Mais c'est vrai que quand moi je vois les photos, que j'ai
516 mes yeux comme ça là, comme Hollande qui a ses yeux qui tombent (rire). 'Fin c'est MOCHE
517 quand même ! Et je sais pas si je le ferai, j'en sais rien mais des fois je me dis je le ferai, pourquoi
518 pas après tout ? Si, voilà, je veux pas être refaite de partout mais si vraiment ça me gêne, je me dis
519 pourquoi pas. Alors qu'avant je me disais « n'importe quoi ! Jamais je ferai ça ! ».

520 Er : Maintenant c'est autre chose, c'est quoi que vous vous dites derrière ?

521 A : Bah je me dis, si je me sens mieux, je sais pas si je le ferai, mais voilà, si j'oserai le faire. Parce
522 qu'en fait j'aurai toujours la trouille que ça foire. Mais si je suis sûre du résultat et que ça fait
523 naturel, c'est comme se faire une couleur de cheveux quoi. Je pourrai bien décider de garder les
524 cheveux blancs. En fait dès que j'ai des racines j'ai l'impression d'avoir 20 ans de plus quoi. Donc je
525 me dis, « après tout why not ? pourquoi pas ».

526 Er : Et ça c'est parce qu'il y a quelque chose que vous n'acceptez pas dans le fait de vieillir ?

527 A : Bah ouais. Physiquement c'est un peu chiant ouais.

528 Er : Et c'est chiant parce que ça correspond pas forcément à ce que l'on est dans sa tête, vis-à-vis
529 de l'image que nous renvoient les autres... C'est pour trouver une cohérence ?

530 A : Bah c'est parce que, ouais t'as envie d'être toujours jolie, jeune, enfin pas trop ridée, oh les
531 trucs qui tombent là, les bas des...enfin c'est moche quoi. Moi quand je me regarde et que je vois
532 les trucs qui tombe et tout ça je trouve ça moche. Là l'espèce de truc (touche son cou) ma mère je
533 l'ai entendue des années dire « oh ce truc là si je pouvais » (rire). Mais voilà ça commence !
534 Punaise ! C'est dingue !

535 Er : D'accord.

536 A : Là elle va avoir du mal à décrypter ! Alors là je me tenais le cou (rire) !

- 537 Er : (rire) Et moi je note « se tient le cou ».
- 538 A : Voilà.
- 539 Er : Et du coup, pour revenir à la santé, votre père il a des problèmes de santé depuis quand ?
- 540 A : Depuis pas très longtemps.
- 541 Er : Depuis pas très longtemps ?
- 542 A : Non. Depuis, ça s'est accéléré depuis un an.
- 543 Er : Donc finalement vous avez des parents en...
- 544 A : Alors moi j'ai un père qui était hyper alerte, qui faisait du sport, qui jouait au tennis jusqu'à je
545 sais pas quel âge, mais genre 80 ans. Qui faisait hyper attention à ce qu'il mangeait, genre 5 fruits
546 et légumes par jour. Qui buvait pas trop, qui fumait pas, qui faisait hyper attention. Et maman bon
547 un peu plus borderline hein ? Ma mère elle mangeait beaucoup de bonbons, toujours. Elle a
548 toujours fumé, elle a toujours pris son apéritif.
- 549 Er : La nature est injuste (rire).
- 550 Voilà (rire) et elle mange quand même beaucoup de cochonneries maman. Maman c'est comme
551 ça. Elle va rien manger, mais elle va manger du pain, du fromage, des bonbons, après des gâteaux
552 enfin voilà. Bon, ouais tu as raison. Je pense que c'est un côté aussi « la nature est injuste », il y a
553 une part de génétique là-dedans. Mon père, mon grand-père il est mort, enfin des deux côtés
554 d'ailleurs, du côté de mon père c'est pareil, ils sont morts assez âgés l'un et l'autre. Donc ouais, il y
555 a une part qui t'échappe quand même. Il y a une part de génétique là-dedans.
- 556 Er : Mais du coup, quand on dit « génétique » et qu'on voit ses parents qui sont finalement jusqu'à
557 89 ans...
- 558 A : Ouais en forme.
- 559 Er : ça rassure aussi peut-être ?
- 560 A : Ouais absolument !
- 561 Er : On se projette un peu en se disant qu'on va avoir un peu la même vie quoi.
- 562 A : Ouais, c'est là où je te dis, c'est un peu comme un bouclier tu vois ? ils me protègent. C'est
563 pour ça que le jour où ils disparaissent... Et c'est aussi pour ça que moi j'ai vraiment l'impression
564 qu'ils sont immortels. Sûrement parce que ça me rassure de me dire ça. Et le jour où ils vont...
565 mourir, ça va effectivement me faire un drôle d'effet.
- 566 Er : C'est un peu comme si, bah je sais pas, ils meurent à 92 ans, bah vous allez vous dire : « je vais
567 vivre jusqu'à 92 ans ».
- 568 A : Ouais.
- 569 Er : Et du coup vous voyez l'échéance quoi. Là on a une date entre guillemets de fin quoi.
- 570 A : Ouais.
- 571 Er : En fait dans la jeunesse, on est un peu dans un rapport à la vie, au temps, on se sent immortel.
572 On ne se pose ni la question du corps, ni la question de la santé. La question de la santé pour nous
573 c'est « on est malade ou on n'est pas malade », et on a l'impression d'être un peu immortel. Et j'ai
574 l'impression qu'à 50 ans...

575 A : Le corps, le corps. Ouais mais je pense qu'effectivement, tu prends conscience de ton corps
576 autour de 50 ans ouais. Pas avant à mon avis. Après la mort c'est autre chose. Moi j'avais
577 conscience de la mort à 20 ans. J'ai toujours eu peur de mourir. Bon après c'est autre chose mais...

578 Er : C'est pas à 50 ans qu'on se pose la question de la mort. On se pose la question peut-être...

579 A : Ouais, plus de la santé effectivement et du corps ouais.

580 Er : Et de l'importance de la vie. Vous avez peut-être plus envie de profiter de la vie. Comment
581 vous vous projetez dans l'avenir ? Comment vous voyez l'avenir ?

582 A : Bah je pense que, je vois, j'ai l'impression qu'il nous reste encore plein de choses à faire quoi.
583 C'est-à-dire que je me dis « qu'est-ce que je pourrai faire d'autre si jamais je m'arrête de faire ce
584 métier ? », « Où est-ce qu'on pourrait vivre si jamais on vend notre appartement ? », « Quelle vie
585 on pourrait avoir ? » Voilà parce que les filles grandissent et machin et peut-être que c'est pas la
586 solution qu'on soit tous dans le même appartement ? Donc voilà ça pose d'autres questions.

587 Er : D'accord. Mais vous ne vous voyez pas au-delà de la retraite ?

588 A : Bah non, parce qu'en fait moi j'ai pas beaucoup travaillé donc ma retraite honnêtement. Alors
589 ouais, c'est vrai qu'on a eu une fois un mec qui voulait nous vendre, parce qu'en fait on est tous
590 les deux indépendants, donc il voulait nous vendre des retraites...

591 Er : Vous travaillez pas dans la même boîte ?

592 A : En fait on a pas la même boîte mais on a une société pour nos deux activités mais on fait pas du
593 tout le même métier. Yves il fait de la formation et tout ça. On travaille pas du tout ensemble en
594 fait.

595 Er : D'accord. Vous avez le même nom de boîte mais...

596 A : Ouais, comme ça ça évite d'avoir 50 euh...

597 Er : Papiers

598 A : Papiers et alors on a un comptable, on a une boîte et voilà. Mais en fait chacun gère son
599 activité. Et puis comme Yves gère pas trop les papiers. C'est un peu mon Thomas Thévenoux à moi
600 (rire). Donc c'est moi qui voilà. Mais donc non la retraite j'y pense pas du tout si tu veux. Et je,
601 effectivement, je pense que c'est aussi parce que voilà, on bosse, j'imagine pas m'arrêter de
602 bosser et de rien faire non. Toute façon on pourrait pas là. Honnêtement on aurait pas de quoi
603 vivre si on s'arrêtait de bosser.

604 Er : Ouais il vous reste du temps à cotiser.

605 A : Ouais.

606 Er : C'est pas quelque chose...

607 A : D'imminent. Non. Non non. Du tout.

608 Er : Oui parce qu'il y a des gens qui approchent de la retraite à 50 ans et...

609 A : Et qui attendent que ça ? C'est ça ?

610 Er : Pas qui attendent que ça justement. Qui sont en train de se dire : « Qu'est-ce que je vais faire
611 quoi ? »

612 A : C'est-à-dire que moi quand je prendrai ma retraite, en fait c'est moi qui vais décider quand je
613 vais prendre ma retraite, mais de toute les façons j'aurais pas les points. Parce que j'ai pas assez
614 travaillé donc si je voulais cotiser pour avoir une retraite pleine, il faudrait que je travaille jusqu'à
615 je sais pas quel âge mais un truc de... Et je peux pas faire ce métier-là jusqu'à la fin des temps.

- 616 Donc voilà. Je sais pas ce que je vais faire. Mais des fois je me dis qu'il faudrait que je trouve une
617 autre activité ou que je m'investisse dans autre chose. Voilà.
- 618 Er : Et pour vous en fait c'est quoi être vieux ? A partir de quand... Enfin vous avez l'impression
619 d'en être où par rapport à la vieillesse ?
- 620 A : mmh...
- 621 Er : Est-ce que vous avez l'impression d'être dans le jeunesse, dans la vieillesse ?
- 622 A : Là ?
- 623 Er : Oui.
- 624 A : Bah je suis plus dans la jeunesse, je suis pas dans la vieillesse. Tu vois c'est les séniors là, dans
625 les musées c'est plus de 60 ou 65 ans, tu te dis 65 ans, même 60 ans, « olala » je fêterai encore
626 moins mes 60 ans.
- 627 Er : D'accord. On passe encore à une autre étape peut-être.
- 628 A : Ouais. Je pense ouais.
- 629 Er : Et vieillesse pour vous c'est synonyme de quoi ?
- 630 A : Bah là pour le coup t'as ton corps qui suit vraiment plus. Ouais. Tu vois, d'avoir plein de
631 problèmes de locomotion. D'être vraiment où peut-être que le corps prend le dessus. C'est-à-dire
632 que ton corps ne suis plus du tout ton mentale quoi. Tu vois ?
- 633 Er : C'est la perte d'autonomie, la dépendance.
- 634 A : Ouais. C'est ça. Ça je trouve que c'est quand même d'une grande violence. Alors après...
- 635 Er : Là vous êtes dans un entre-deux en fait.
- 636 A : Oh bah là ouais. Pour moi je me sens pas du tout vieille par rapport à ça. Je suis hyper enfin tu
637 vois ? C'est sûr que quand t'as besoin de te faire aider, là c'est carrément l'horr...
- 638 Er : Mais c'est peut-être entre guillemets l'entrée dans le vieillissement 50 ans ?
- 639 A : Bah je te dis c'est un passage parce que voilà, pour une femme c'est la ménopause. Donc voilà.
- 640 Er : Un homme ça ne se pose peut-être pas du tout de la même façon ?
- 641 A : Bah j'en sais rien. Je pense pas.
- 642 Er : C'est que la femme ouais, il y a vraiment toute sa vie, en fait elle a des cycles biologiques etc.
643 qui vont en fait aussi marquer ses étapes de vie.
- 644 A : Absolument. Et après 50 ans, à part la mort, tu vois il y en a pas d'autre chez une femme. Je
645 pense que notre rapport au corps il est plus important de toutes les façons. Moi tu vois quand j'ai
646 accouché, j'ai perdu tout ce que j'avais comme... complexes. Tu vois, complexes que je pouvais
647 avoir par rapport à mon corps et tout ça. Alors moi ça m'a complètement décomplexée le fait
648 d'accoucher. Parce qu'en fait je trouve que vraiment là ton corps se dissocie un peu de ton
649 mentale quand tu donnes la... quand t'accouche, voilà tu donnes la vie, voilà c'est toi mais à la fois
650 c'est vraiment ton corps là qui prend le pas sur ta tête. Et du coup je te dis j'étais assez complexée
651 pendant longtemps sur mon corps, sur mon poids, sur mes fesses, machin, mes cuisses. Je te dis,
652 j'ai été anorexique, je mangeais plus rien parce que je voulais être autrement. J'ai été autrement
653 physiquement du coup. Mais en fait c'était pas moi, c'est-à-dire que moi je suis faite pour avoir
654 des fesses, des hanches. Voilà. Je suis taillée comme ça, je suis taillée comme ça. Et bah j'ai
655 accepté en fait, après. Je pense que je me suis sentie bien mieux dans mon corps après.

656 Er : Après l'accouchement ?

657 A : Ouais. Qu'avant.

658 Er : D'accord.

659 A : Et puis après, ma maladie ça a fini de si tu veux de changer mon rapport au corps etc. Et après
660 je pense que quand tu es malade à 40 ans, je pense que c'est pas du tout la même chose que
661 quand t'es malade à 60. Parce que voilà t'es encore, il y a plein de choses qui sont violentes, tu
662 vois ? Que ce soit le fait de se faire aider, laver, tu vois quand t'es pris en charge à l'hôpital parce
663 que tu peux pas faire tout ça, la souffrance. Mais je pense que c'est différent quand tu le vis à 40
664 ans que quand tu le vis à 60. Tu le vis pas de la même façon, tu réagis pas de la même façon.

665 Er : A 40 on le vit comment ?

666 A : A 40 t'as une espèce de pulsion de vie qui est quand même hyper... Enfin moi c'est là où je te
667 dis, la stomie qui pour moi était quand même un truc, le truc le pire qui pouvait m'arriver,
668 finalement ça m'a soulagé quoi. Donc t'as, moi j'ai eu une espèce de pulsion de vie qui a fait que
669 voilà quoi, ça a prend le lead. Je sais pas si t'es malade pareil à 70 ans, que t'es pas bien, que t'as
670 d'autres soucis. Tu vois ? Tu peux vite te laisser partir en fait.

671 Er : Alors qu'à 40 ans pas du tout.

672 A : Bah à 40 ans t'as tes enfants, ton mari, t'as qu'une envie c'est de les retrouver.

673 Er : Et là justement, par rapport aux enfants, le fait qu'ils soient partie est-ce que ça a changé
674 quelque chose ?

675 A : Bah je pensais que ça me déstabiliserait plus en fait parce que moi en plus j'adore mes filles,
676 c'est hyper important pour moi, mais en fait je l'ai bien vécu ça. Parce que je pense que c'est parce
677 que ça se passe bien dans mon couple et qu'on s'aime et voilà, du coup et ben on s'est retrouvé
678 un peu comme un jeune couple, sauf qu'on a, je te dis on est devenu retraité hyper jeunes quoi.
679 Tu vois ? C'est là un peu où je rigole, on vit un peu comme des retraités. Chez ma mère, à chaque
680 fois que j'arrive il y a rien dans le frigo, je dis « mais enfin vous mangez rien ! » et puis ben voilà,
681 nous c'est un peu pareil, si on a envie de sortir on sort. Les vieux ça. Tandis que voilà, quand il y a
682 les filles, il y a toujours le frigo plein pour qu'elles aient plein de trucs, ce qu'elles veulent etc. Là je
683 me fais moins, je me prend moins la tête.

684 Er : C'est moins contraignant ?

685 A : Ouais.

686 Er : Il y a moins de contraintes ?

687 A : Ouais, quelque part ouais.

688 Er : On se laisse peut-être plus...

689 A : Et après voilà, parce qu'elles sont bien dans leur vie aussi. C'est pour ça peut-être que je le vis
690 comme ça.

691 Er : D'accord. On se sent rajeunir un peu ? le fait que les enfants partent vous dites que vous vous
692 sentez comme un jeune couple.

693 A : Ouais un peu ouais.

694 Er : Ok.

695 A : Ouais non mais c'est vrai parce que moi je redoutais vachement en fait. Et là c'est ce que je t'ai
696 dit, je me demande comment ça va se passer quand elles vont revenir. Je dis pas, mais même pour

697 elles ça va être difficile parce qu'elles ont pris leurs habitudes : Eugénie elle vit toute seule. Mais
 698 voilà c'est parce qu'on a la chance de bien s'entendre quoi, c'est ça. Je pense que si tu t'ennuies
 699 dans ton couple, tes enfants partent ça fait un grand grand vide quoi. Donc là ça se surajoute à la
 700 ménopause, bah c'est la déprime assurée hein. Parce qu'effectivement ça tombe au même
 701 moment, donc dans une vie de femme c'est quand même assez violent quoi. Et surtout, en fait ça
 702 se juxtapose avec l'émancipation de tes enfants qui partent à ce moment-là. Moi j'ai deux filles,
 703 donc c'est vrai qu'elles elles rentrent dans une vie de femme et moi quelque part j'en sort quoi, tu
 704 vois ? ça arrive en même temps en fait. Donc c'est vrai que c'est un peu dur, un peu difficile.

705 Er : C'est un carrefour du changement quoi.

706 A : Ouais c'est ça. Après voilà, je cherche pas à faire du jeunisme non plus hein ? Tu vois je vais pas
 707 m'habiller comme une, je sais qu'il y a des trucs que je mettrai pas parce que j'ai 50 ans. C'est pas
 708 pour ça que je vais m'habiller comme une vieille mais en fait je m'habille tout le temps pareil du
 709 coup maintenant. Parce qu'il y a des trucs je trouve ça ridicule tu vois ? Qui vont à des gamines de
 710 20 ans ou de 30 ans mais moi si je porte ça j'ai l'air, ça va pas, c'est pas possible. Donc ça, ça par
 711 exemple, bon ça n'a rien à voir avec la santé mais c'est un fait. C'est-à-dire que physiquement, je
 712 trouve que, je sais pas s'il y a d'autres femmes qui t'en ont parlé mais, bon les mecs ils ont moins
 713 ce problème-là, mais les femmes je trouve qu'il y a des trucs à 50 ans que tu peux plus mettre
 714 quoi.

715 Er : Il y a un vrai jugement sur l'apparence esthétique quoi.

716 A : Enfin moi je le sens en tous les cas. Mais pour moi hein ? C'est-à-dire que j'oserais par sortir
 717 avec un truc, avec certains trucs.

718 Er : D'accord. Maintenant j'aimerais avoir quelques petites informations sur votre parcours, sur
 719 vos études etc. ce que vous avez fait...

720 A : Alors qu'est-ce que j'ai fait ? J'ai eu un bac, donc à l'époque c'était un bac D, ensuite j'ai fait du
 721 droit, donc là j'ai fait trois ans de droit, donc j'ai fait trois ans de boîte de nuit.

722 Er : (rire).

723 A : (rire). Voilà. J'ai rien fait. Et donc ensuite, donc comme j'avais rien eu, j'avais eu ma première
 724 année mais j'avais pas eu la deuxième, donc j'ai fait trois ans et donc j'ai du arrêté. Et donc je suis
 725 venue à Paris, j'ai fait l'EFAP, l'Ecole Française des Attachés de Presse. Donc j'ai fait l'EFAP et
 726 ensuite j'ai travaillé en agence de Pub où je faisais du mediaplanning. Ça j'ai du faire ça pendant
 727 combien de temps ? J'ai dû commencé à bosser vers 25 ans, j'ai dû arrêter vers 29 ans. Parce que
 728 ça me plaisait pas. Ensuite, attends Violette elle a quel âge ? Elle va avoir 23, donc ouais c'est ça je
 729 suis tombée enceinte à 29 ans, là j'ai dit vraiment ça me plait pas, je vais faire une formation dans
 730 les métiers du livre, je voulais être libraire. Donc j'ai fait une formation à Nanterre, un IUT des
 731 métiers du livre que j'ai eu d'ailleurs. Mais en fait Violette est née et j'avais vachement envie de
 732 m'occuper d'elle et puis après j'ai eu Eugénie, j'avais hyper envie de m'occuper de mes filles, donc
 733 j'ai pas travaillé pendant, tu vois entre 30 et 40 ans j'ai pas travaillé. Et ensuite ouais j'ai dû
 734 m'arrêter quasiment 10 ans. Et ensuite bah quand j'ai voulu rebosser, autant te dire que j'allais
 735 pas trouver du travail comme ça. Donc bah je me suis demandé ce que j'aimais faire etc. Et en fait
 736 je me suis raccroché à un réseau, qui est un réseau américain qui faisait de la recherche de lieux,
 737 et où t'es indépendant mais tu es enfin c'est vraiment un système à l'américaine, qui te parraine,
 738 qui t'accompagne etc. Et du coup voilà, j'ai fait ça et puis après bah j'ai fini, enfin j'ai continué mais
 739 vraiment sans le réseau et du coup, voilà ça doit faire, oui c'est ça ça fait bien 12 ans, 13 ans que je
 740 fais ça. Voilà.

741 Er : D'accord. Et quand vous vous êtes arrêtée...

- 742 A : pour m'occuper de mes filles.
- 743 Er : Ouais. C'était un choix de vie ?
- 744 A : Ah ouais c'était un choix de vie. En fait j'avais pas du tout envie de bosser, j'avais vraiment
745 envie de m'occuper d'elles et ça a commencé à me peser quand elles avaient 8 ans à peu près.
- 746 Er : D'accord.
- 747 A : Voilà. Quand vraiment j'étais plus du tout, enfin elles étaient à leur tour plus indépendantes et
748 donc bah là je me suis dit qu'il fallait que je rebosse quoi.
- 749 Er : D'accord.
- 750 A : Mais non non c'était un vrai choix.
- 751 Er : Ok.
- 752 A : C'était pas du tout une contrainte, c'était vraiment. Non j'ai eu vachement de chance en fait,
753 parce que j'ai fait mes choix, Yves il m'a, il a accepté ces choix-là et puis il a pu nous entretenir. Tu
754 vois il gagnait assez pour faire vivre tout le monde, j'avais pas besoin de travailler. Donc voilà
755 c'était une chance et puis moi ça... Du coup on avait un équilibre où je faisais tout à la maison et
756 où lui il bossait quoi. Mais ça m'a pas gêné en fait. C'est une peu un fonctionnement, bon
757 maintenant ça deviendrait, il y en a quasiment plus des femmes qui travaillent pas mais moi j'ai
758 vachement aimé m'occuper de mes enfants en fait.
- 759 Er : Ok. Euh une question que j'ai complètement oublié de vous poser, c'est par rapport aux
760 médecines alternatives.
- 761 A : Ouais ?
- 762 Er : Par rapport aux médecines douces. Est-ce que vous... ?
- 763 A : Alors comme je suis une fille de médecin très cartésien, par exemple l'homéopathie mon père il
764 me disait, « prendre ça ou de la poudre de perlinpinpin c'est exactement la même chose ».
765 Maintenant j'en prends, ça m'arrive. C'est-à-dire que par exemple *l'arnica* je peux en prendre, là
766 j'ai eu une grippe, j'étais hyper mal, bah je suis allée acheter de *l'oscillocoquinum*, enfin voilà, des
767 trucs que j'aurais... ça m'arrive d'en prendre. Voilà, j'ai pas du médecin homéopathe mais j'ai plus
768 cette, je pense que ça aussi ça fait partie d'un... Je pense qu'il y a d'autres médecines qui sont
769 possibles. Voilà. Je pense qu'il y a pas qu'une médecine avec des, comment on dit d'ailleurs ? Enfin
770 tu vois ? la médecine avec des médicaments et voilà, ça porte un nom hein ?
- 771 Er : Allopathique.
- 772 A : Voilà, c'est ça. Et puis le reste. Je pense qu'il y a des choses qui peuvent t'aider à aller mieux,
773 qui peuvent t'accompagner, ou bon, au mettre titre que je sais pas il y en a ça peut être le yoga, la
774 méditation, voilà moi.
- 775 Er : C'est-à-dire que pour vous le yoga, la méditation ça fait partie des médecines douces ?
- 776 A : ça peut rentrer dans un bien-être ouais.
- 777 Er : D'accord, la médecine douce c'est un bien-être. Quelle est l'opposition avec la médecine
778 classique ? Enfin c'est un substitut ou c'est complémentaire ?
- 779 A : Pour moi ? bah je pense que quand t'as une pathologie qui est pas vraiment, enfin qui est un
780 peu, enfin qui est pas énorme, pas très dangereuse, c'est-à-dire une grippe ou un truc comme ça,
781 tu peux essayer des médecines alternatives ou alors un truc, par exemple je pense que quand t'as
782 toujours mal au bide, bah il y a sûrement d'autres solutions, tu vois, que forcément de prendre des

- 783 médecines... Parce que quand quand t'as mal au bide, à part le *spasfon*, il y a pas 50 mille trucs
784 donc.
- 785 Er : Mais c'est plus efficace les médecines douces ?
- 786 A : Bah je me dis si on se sent bien après, peut-être que finalement on aura plus mal au bide quoi.
- 787 Er : Et du coup, les médicaments classiques entre guillemets, qu'est-ce qu'il y aurait de mal à les
788 prendre ? Pourquoi on choisirait plutôt de prendre de l'homéopathie plutôt qu'un médicament
789 classique ?
- 790 A : Bah parce que ça a toujours des effets secondaires quand même. Même le doliprane ça peut
791 tuer hein ?
- 792 Er : Ah bon ?
- 793 A : Ouais. Si tu prends trop de doliprane, tu peux bousiller ton foie et mourir en 24h hein ?
- 794 Er : D'accord. Parce que oui vous aviez votre père qui disait que l'homéopathie...
- 795 A : C'est de la merde. Oui, moi il m'a toujours dit ça ouais.
- 796 Er : Et vous avez changé d'avis ?
- 797 A : Ouais parce qu'en fait Yves il a un frère qui est vétérinaire mais qui est complètement branché,
798 qui fait de la manipulation, qui est branché à fond là-dessus sur la médecine, les médecines
799 alternatives et tout ça. Donc au début à chaque fois je levais les yeux en me disant « mais
800 n'importe quoi » et puis finalement je me dis après tout pourquoi pas essayer quoi ? Tu vois, il y a
801 des moments où si ça peut marcher, après tout, pourquoi pas. Bon j'ai pas essayé 50 mille trucs
802 mais là, l'autre fois bah ma grippe elle s'est arrêtée. C'est vrai que sur les coups et tout ça ça peut
803 être efficace, ça peut éviter d'avoir des bleus. Je pense qu'il y a des trucs qui peuvent marcher
804 ouais.
- 805 Er : Et qu'est-ce que ça apporte en plus par rapport à la médecine...
- 806 A : Classique ?
- 807 Er : Ouais ?
- 808 A : Bah ça a moins d'effets secondaires. Parce que par exemple, moi tu vois quand je prenais de la
809 cortisone, j'étais comme ça (mime le visage gonflé), j'avais une pêche d'enfer mais j'en ai pris
810 pendant 3 ans, il y a un moment tu peux pas prendre ça toute ta vie, c'est pas possible.
- 811 Er : Et il y a un substitut à la cortisone ? La cortisone c'est quand même
- 812 A : C'est violent hein !
- 813 Er : Ouais, c'est très violent.
- 814 A : Oh bah non j'ai pas pris parce que moi là, pour le coup j'étais suivie tu vois, avec un médecin
815 vraiment classique, donc qui me donnait des médicaments classiques quoi. Mais ouais, je pense
816 que prendre des médicaments, enfin en tous les cas mon père il m'a vraiment fait rentrer ça dans
817 la tête, c'est-à-dire que c'est jamais anodin de prendre des médicaments. Donc s'il y a des
818 médecines alternatives qui peuvent t'aider, qui sont moins dangereuses, je me dis pourquoi pas ?
- 819 Er : D'accord.
- 820 A : Tu vois ?
- 821 Er : Oui, c'est plus naturel.
- 822 A : Bah ouais.

- 823 Er : Il y a un côté vraiment où la médecine classique, on se dit quand même que c'est violent, c'est
824 agressif. Je dirais qu'il y a une recherche de douceur dans la médecine alternative.
- 825 A : Ouais.
- 826 Er : D'accord. Et vous avez pas vu des thérapeutes, parce que là vous parlez de tout ce qui est
827 médication, mais des thérapeutes de médecines douces ? Qui peuvent être aussi des ostéopathes
828 etc.
- 829 A : Alors la dernière fois si, j'ai eu mal au dos donc j'ai vu un ostéo. Bah par exemple ça je l'aurais
830 jamais fait je pense avant. J'ai eu un truc là, à la fin du mois de décembre, une euh... tu sais
831 comment on appelle ça ?
- 832 Er : Sciatique ?
- 833 A : Ouais. C'est ça. J'avais hyper mal et ben j'ai fait venir tout de suite un ostéopathe, alors
834 qu'avant je ne l'aurais jamais fait.
- 835 Er : Pourquoi ?
- 836 A : Bah parce que, pareil, je me disais que ça allait servir à rien. Donc je suis devenue bien plus
837 ouverte maintenant à ce type de truc.
- 838 Er : D'accord. Et vous trouvez que...
- 839 A : Et là pour le coup ça m'a soulagé tu vois ? Donc ça a été efficace en tous les cas, ça a été hyper
840 vertueux. C'est-à-dire que tu vois, je suis plus du tout fermée à ce genre de truc. Alors qu'avant je
841 l'étais vraiment beaucoup. Je pense que ouais, c'est lié en partie à Yves et à son histoire et à son
842 frère, qui lui, chaque fois qu'il lui dit quelque chose, penche vers ce type de médecine là. Donc
843 parfois c'est complètement fantasque mais je pense que sur certaines pathologies, en tous les cas
844 par exemple tu vois, effectivement mal de dos etc. ça peut tout à fait fonctionner.
- 845 Er : D'accord. Ça vous intéresse de pencher plus vers le naturel etc. ?
- 846 A : Ouais.
- 847 Er : Et c'est lié à quoi justement cette recherche de naturel, de douceur ?
- 848 A : Bah ça je pense que c'est plus un état d'esprit.
- 849 Er : Vous étiez comme ça avant ?
- 850 A : Non j'étais pas comme ça avant.
- 851 Er : C'est un état d'esprit qui est peut-être lié au rapport au corps qui a changé non ?
- 852 A : Bah je sais pas. Ou ça va dans l'air du temps avec le reste quoi.
- 853 Er : Ouais ce serait plus un phénomène de société ?
- 854 A : Ouais mais tu vois bien, il y a plein de gens qui ne vaccine plus leurs enfants, moi j'ai pas voulu
855 vacciner les filles par exemple pour le cancer du col de l'utérus. J'ai pas voulu qu'elles se fasse
856 vacciner.
- 857 Er : Il y a une forme de défiance vis-à-vis de la médecine classique ?
- 858 A : Ouais. Ouais.
- 859 Er : (Inaudible)

860 A : Bah ouais mais par exemple il y a eu, enfin tu vois tous les scandales de tu vois, comment
861 c'était ? ça s'appelait comment les femmes qui ont fait plein de fausses couches parce qu'elles
862 avaient des bébés... Comment on appelle ça ? C'est la dépakine je crois ?

863 Er : Je ne sais pas.

864 A : Enfin il y a eu plusieurs quand même scandales, enfin on voit bien quand même, tu vois les
865 labos, il y a aussi beaucoup d'enjeux financiers derrière. Enfin là le médiateur, enfin c'est vrai, je
866 pense qu'on devient plus, on se dit pas forcément qu'un médicament ou un vaccin ça va... ça ne
867 sert qu'un intérêt général, ça peut servir aussi l'intérêt d'un laboratoire.

868 Er : Donc en gros derrière la médecine, vous aussi pas mal sur des logiques économiques et
869 financières quoi ?

870 A : Absolument. Ce qu'avant je ne voyais pas du tout. Mais par exemple l'histoire de la vaccination
871 c'est assez édifiant quand même. Avant on ne se posait jamais la question. Enfin quand il y a eu la
872 grippe machin, le truc là où on devait vacciner tout le monde, c'est pareil hein ? J'avais pas voulu
873 qu'elles se fassent vacciner. A l'école là. Ouais ouais. Alors qu'avant, je leur ai donné tous les
874 vaccins quand elles étaient gamines. Mais maintenant il y a des parents qui veulent même plus
875 que leurs enfants soient vaccinés pour le détépolio et tout ça.

876 Er : C'est une vraie défiance vis-à-vis de la médecine... Du fait qu'il y ait des enjeux financiers, que ce
877 soit trop agressif. Le rapport au médecin, vous trouvez que... moi j'ai pas mal de gens qui m'ont
878 parlé aussi du rapport au médecin, que c'était pas assez personnalisé, enfin je sais pas.

879 A : ouais. C'est assez juste ouais. Bah il y a pas d'empathie quoi. Ce qui peut être le cas avec un,
880 par exemple je pense avec un ostéopathe, où il y a plus d'empathie, où voilà. De toutes les façons,
881 c'est des médecines aussi pour des privilégiés hein ? Parce que vous êtes remboursé rien du tout
882 hein ? Donc faut quand même pouvoir payer 70 euros, 60 euros de consultation, même si ça dure
883 une heure, effectivement, faut quand même pouvoir le payer quoi. Mais c'est vrai que je suis
884 d'accord qu'un médecin qui vous reçoit 10 minutes dans un cabinet, il y a pas vraiment de...

885 Er : Ouais mais ça s'adresse pas à toutes les catégories sociales quoi.

886 A : Bah quelque part ouais, c'est quand même assez segmentant en fait.

887 Er : (inaudible)

888 A : Ouais parce que moi j'ai des copines plus jeunes qui vont voir des gens comme ça. C'est plus
889 dans un état d'esprit je pense. Mais après ça peut effectivement venir en complément moi je
890 pense.

891 Er : Voilà, c'est plus un état d'esprit qui est lié à quelque chose de sociétal, que...

892 A : Que les 50 ans. Ouais je pense.

893 Er : C'est pas parce que vous vous dites, bah voilà à 50 ans j'ai mon corps qui change etc., du coup
894 j'ai envie de me soigner autrement (inaudible)

895 A : Non moi je pense que c'est mon évolution personnelle qui m'a amené là, c'est pas mon âge en
896 fait. Mais je pense que j'aurais eu un mari qui était par exemple issu d'une famille comme moi,
897 j'aurais pas évolué d'un yota quoi. Je continuerai à prendre que des médicaments, voilà classiques
898 et pas du tout les médecines douces. C'est vraiment lui qui m'a fait aller vers ça. Et au début j'étais
899 pas du tout réceptive hein ?

900 Er : D'accord. Ok. Et est-ce que vous avez d'autres choses à rajouter par rapport à... si vous deviez
901 résumer la cinquantaine en trois mots.

- 902 A : La cinquantaine en trois mots. « Surprises », « rides » et puis « sérénité ».
- 903 Er : D'accord. Et être en bonne santé à 50 ans ?
- 904 A : De l'entretien, (silence) une exigence, (silence) et bah voilà, j'espère que ça sera pas le début
905 des emmerdes entre guillemets.
- 906 Er : D'accord. Très bien. Et du coup je sais pas si j'ai abordé tous les points ? Si vous avez des
907 choses à ajouter ?
- 908 A : Bah là je crois qu'on a un peu fait le tour quand même du sujet. Non euh, moi voilà c'est vrai
909 que je pense qu'il y a une chose qui est importante c'est vraiment la différence entre les hommes
910 et les femmes. Peut-être que c'est plus tard que l'exercice se fait pour les hommes. C'est pas 50
911 mais plutôt à 60. Enfin j'imagine, je sais pas je suis pas un homme, mais je pense que c'est plus ça.
912 Et je pense qu'il faut... Je pense que ça dépend aussi vraiment du « dans quel état de vie on
913 est pour l'aborder ». Je pense que ça c'est un peu partout pour, mais voilà, je pense que pour
914 l'aborder sereinement il faut être bien dans sa vie, dans son couple, voilà.
- 915 Er : ça dépend des parcours de chacun.
- 916 A : Voilà c'est ça. Mais faut être bien dans sa vie je pense.
- 917 Er : Vous traversé peut-être le mêmes épreuves mais pas avec les mêmes armes. On va dire ça.
- 918 A : Ouais. Ouais ouais. Bah les hommes c'est plus tard, donc... mais en tous les cas pour une
919 femme, je pense que c'est vachement important d'avoir un partenaire, quel qu'il soit, ou une
920 partenaire, enfin en tous les cas qui vous renvoie une image positive quoi.
- 921 Er : Voilà parce qu'il y a des femmes...
- 922 A : Qui se disent à 50 ans, bah il va partir aller voir une jeune fille, enfin voilà. Je me dis pas ça hein ?
- 923 Er : Ou des femmes qui sont seules et qui se disent...
- 924 A : Ouais c'est fini. Non mais c'est évident. C'est pour ça que je pense que c'est vachement lié à la
925 vie qu'on a et dans quel état d'esprit on est. Parce que moi j'ai eu ça autour de moi, c'est-à-dire
926 mes sœurs qui se sont retrouvées seules et qui m'ont dit, « non mais Anne tu plaisante, c'est fini
927 pour moi ! », à 50 ans quoi ! Et moi j'étais là, « non mais c'est pas fini à 50 ans ! » Et après si
928 mentalement, vous vous dites c'est fini, bah ça devient fini effectivement. Alors que... Mais ça c'est
929 vraiment une question de... qui dépasse je pense vraiment, qui dépasse l'âge qu'on a. C'est une
930 question de voilà, comment on appréhende la vie d'une façon générale. Voilà.
- 931 Er : Très bien. Bah moi ça me va.
- 932 A : ça te vas ? (rire)
- 933 Er : (rire) Très bien.

Entretien n°5/10 – Clara	
<i>« Bon, on a perdu un ami à 45 ans donc voilà, on prend des petites claques comme ça ou des petites piqures de rappel qui font que voilà. Et puis il y a aussi un phénomène un peu, je pense que c'est un peu aussi sociétal quoi, parce qu'avoir 50 ans je sais pas (rire), mais c'est de se dire « Ouah 50 ans ! » bon. Mais bon moi je m'en fiche j'ai des centaines dans la famille donc je suis à la moitié. J'ai pas d'angoisse par rapport à ça (rire). Non non j'ai pas d'angoisse par rapport à ça mais on se dit qu'il faut profiter parce qu'on sait pas justement quand sera l'échéance. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, femme au foyer, Bac + 3, formation de secrétaire trilingue, mariée, trois enfants
Date de l'entretien	20 mai 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	Chatou
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	81 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai rencontré Clara par l'intermédiaire de Marie-Eugénie Grelaud. C'était la première enquêtée que je ne connaissais pas au moins de vue. J'appréhendais un peu notre rencontre en me demandant si la personne allait pouvoir s'ouvrir à un parfait inconnu et si j'allais être capable de la mettre en confiance. J'ai pris l'attitude la plus ouverte et positive possible et l'entretien s'est finalement très bien déroulé. Mon enquêtée riait beaucoup et elle m'a semblé être quelqu'un fondamentalement jovial et optimiste. Rien qu'à son attitude, j'ai pu voir que la cinquantaine n'était pas ce lourd fardeau que certaines idées reçues portent à croire, mais j'ai aussi pu comprendre qu'elle était source de questionnements inédits.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Clara à tout juste cinquante ans. Pour elle, ce passage d'une dizaine à l'autre n'a pas été source de changements majeurs mais tout de même le lieu d'une prise de conscience. Prise de conscience que son corps vieillit, qu'on n'a plus 20 ans et qu'on est passé de l'« autre côté de la montagne », dans la deuxième partie de la vie. En bonne santé, Carole reste confiante quant à son « bon vieillissement » et à sa longévité. Plusieurs membres de sa famille ont vécu jusqu'à cent an et elle se revendique de même patrimoine génétique. Pour autant, elle convient que 50 ans est un âge où il faut commencer à faire plus attention à sa santé. A ce propos elle préfère être dans l'« anticipation » que dans la réaction. Par-là, je ne veux pas dire qu'elle accorde une grande importance au dépistage (au contraire, elle ne se sent pas vraiment concernée), mais elle privilégie, quand c'est possible, les médecines dites « douces », qui selon elles ont une approche du corps par la « cause » du mal et pas seulement pas ses « conséquences ». Agnostique, elle aime l'idée que le corps et l'esprit soient réunis dans un tout comme deux entités indissociables, en dialogue perpétuel.
Enquêteur	Matthieu Pace

Annexes

- 1 Er : Alors bonjour, je vous rappelle que cet entretien sera entièrement enregistré et entièrement
2 retranscrit, est-ce que vous êtes d'accord ?
- 3 C : Je suis d'accord.
- 4 Er : Ok. Donc mon mémoire porte sur les cinquante ans et leur rapport à la santé. Alors j'aimerais
5 vous poser une première question : Qu'est-ce qui a changé ou y-a-t-il quelque chose qui a changé
6 dans votre vie au moment de la cinquantaine ?
- 7 C : Euh non pas particulièrement.
- 8 Er : Non ? Rien ? Au niveau des changements corporels, des changements je sais pas de
9 perspectives d'avenir, au niveau de la santé...
- 10 C : Euh... Perspectives d'avenir, envie de changement, ça c'est clair. Envie de faire autre chose. Et
11 au niveau de la santé, non. On se sent peut-être un peu plus fatigué un peu plus rapidement, mais
12 c'est pas, enfin je veux dire ça c'est, ça vient doucement, pas d'un coup à partir des 50 ans. Enfin
13 voilà.
- 14 Er : D'accord. Et donc cette envie de changement, elle viendrait d'où ?
- 15 C : Euh, voilà comme je le dis ça fait 15 ans qu'on habite à Chatou, on n'est pas originaire de la
16 région. Au bout d'un moment on se dit la région parisienne c'est sympa mais il y a d'autres choses
17 que l'on connaît déjà qui nous ont plus plus au niveau des expériences et on aimerait bien
18 notamment partir dans le sud.
- 19 Er : D'accord. Et est-ce que vous travaillez ou pas ?
- 20 C : Non je suis à la maison.
- 21 Er : D'accord. Vous avez toujours été à la maison ?
- 22 C : Non. Depuis qu'on, enfin ça fait 15 ans que j'ai arrêté de travailler en fait, en arrivant ici à
23 Chatou.
- 24 Er : Ok.
- 25 C : Avant je travaillais.
- 26 Er : Vous travailliez dans quel domaine ?
- 27 C : Moi j'ai une formation de secrétaire trilingue.
- 28 Er : D'accord.
- 29 C : Assistante de direction trilingue.
- 30 Er : Ok. Et vous avez des enfants ?
- 31 C : Trois enfants. 22, 20 et 14.
- 32 Er : D'accord. Des garçons ou des filles ?
- 33 C : Deux garçons, une fille.
- 34 Er : Ok. Et ils sont tous les trois à la maison ? Il y en a qui sont partis ?
- 35 C : Non, j'en ai, donc Quentin, l'aîné est étudiant à Aix-en-provence, le deuxième est de façon
36 épisodique à la maison mais il est étudiant à Paris, donc il habite chez un copain à Paris, et puis Léa
37 la dernière, à 14 ans elle est encore à la maison.
- 38 Er : D'accord. Et du coup ça a changé quelque chose le départ des enfants ? Ils sont partis il y a
39 combien de temps à peu près ?

- 40 C : Bah... Maxime... Maxime, Maxime...Maxime ça fait cinq ans déjà qu'il est parti de la maison,
41 enfin voilà. Et Quentin ça fait trois ans.
- 42 Er : D'accord.
- 43 C : Bah oui ça change en termes de rythme, en termes de voilà, c'est moins des aller-retour,
44 l'organisation familiale est différente aussi en termes de repas, en termes de logistique, en termes
45 de (rire) voilà.
- 46 Er : Et vous diriez que vous avez plus de temps pour vous depuis le départ des enfants ? Entre
47 guillemets, ils sont pas tous partis...
- 48 C : Non non. Plus de temps pour moi ? Euh non, parce que j'ai toujours des trucs à faire et en fait
49 je passe un peu en dernier, je me fais passer un peu en dernier, dernière roue de la charrette
50 (rire).
- 51 Er : Ok. Mais alors du coup le fait qu'ils soient plus là, que vous ayez plus justement à faire les
52 aller-retour, vous avez substitué...
- 53 C : Ouais, je fais d'autres choses, en fait comme on est en maison, c'est vrai qu'il y a toujours un
54 truc à faire. Enfin moi je bricole pas mal, que ce soit de la peinture, de la rénovation, des choses
55 comme ça. En fait j'ai substitué par plus m'occuper de l'intérieur peut-être que je le faisais avant.
- 56 Er : D'accord. Avant vous étiez plus dans le rythme des enfants etc.
- 57 C : Voilà.
- 58 Er : Et est-ce que vous aspirez à prendre plus de temps pour vous ? C'est vrai qu'au moment de la
59 cinquantaine, il y a pas mal de gens qui m'ont dit aspirer à prendre plus de temps pour eux.
60 Notamment avec le départ des enfants et de plein de choses qui ont changé dans leur vie.
- 61 C : Oui, c'est sûr mais pas, enfin, comment dire ? Pas ici en fait. Vraiment, l'objectif pour nous,
62 enfin je veux dire pour moi et mon mari et évidemment elle sera obligée de suivre la petite, mais
63 c'est vraiment changer de lieu de vie. C'est ça pour nous l'objectif. C'est de se dire voilà,
64 effectivement on arrive à 50 ans, on n'est plus tout jeune mais on n'est pas encore complètement
65 croulant, faut bouger avant qu'il soit trop tard.
- 66 Er : D'accord. C'est l'envie de profiter de l'instant présent et de faire les choses quand il en est
67 encore temps.
- 68 C : Voilà. Changer de métier éventuellement. Enfin moi de reprendre une activité et mon cher et
69 tendre de changer d'activité. En tout cas de faire autre chose.
- 70 Er : C'est vrai qu'il y a beaucoup de gens qui parlent de reconversion professionnelle ou de
71 femmes au foyer qui souhaitent reprendre une activité. Mais ça vient d'où cette envie ? Car c'est
72 un point commun que je trouve justement à plein de femmes.
- 73 C : Reprendre une activité parce que quand on est à la maison... comment dire ? On est seul, enfin
74 je veux dire on n'est pas... même si j'ai des voisins, j'ai des amis, voilà mais on est seul au quotidien
75 malgré tout un long moment dans la journée, donc voilà c'est aussi se recréer un réseau autre que
76 les amis et les voisins, un réseau professionnel.
- 77 Er : C'est lié au fait que les enfants soient aussi plus là.
- 78 C : Non mais voilà, c'est ça, on se dit... enfin il y a pas la contrainte, la contrainte enfants elle est...
79 moi j'ai décidé d'arrêter de travailler pour élever les enfants donc l'objectif c'était de m'occuper
80 d'eux, ils étaient petits, ils étaient pas autonomes, là aujourd'hui la contrainte enfants, à 14 ans on
81 est autonome et j'ai plus en me disant « si elle tombe malade, comment je fais ? » Dans la mesure

82 où nous on n'a pas la famille sur place, bah on n'avait pris l'optique « j'arrête de travailler » pour
83 être dispo pour mes enfants.

84 Er : D'accord. Et cette envie de déménager, elle est liée à... ? Parce que vous souhaitez retourner,
85 pas dans votre région d'origine, mais dans la région de naissance de votre fils ?

86 C : Bah elle est liée au fait qu'effectivement on a bien apprécié cette région-là quand on y a habité.
87 On y a créé des liens qui y sont toujours d'actualité (rire). On a des amis là-bas et voilà et c'est une
88 région, même si on est originaire d'une autre région, de Bretagne, c'est une région qu'on adore
89 quoi et dans laquelle on se sent bien. Enfin il fait bon vivre, c'est vrai la côte d'Azur (rire) c'est pour
90 les petits vieux. Donc non ouais c'est une question de se sentir bien en fait, de se libérer de
91 certaines contraintes qu'on peut avoir ici en habitant dans une région où tout le monde est
92 stressé, enfin où tout le monde est stressé, on est tous stressé mais ouais, changer de rythme et
93 changer de... voilà.

94 Er : D'accord. Et cette envie de changer de rythme, cette envie peut-être d'aller vers plus de
95 sérénité, vous pensez que ça peut être aussi lié à l'âge ?

96 C : Oh bah oui, clairement. Enfin, quand on a 20 ans, je schématise hein ? mais quand on a 20 ans
97 on est éternel et on pense pas, à moins d'y avoir été confronté auparavant, mais je veux dire si les
98 choses se sont à peu près normalement passées, à 20 ans on n'a pas été trop confronté à la
99 maladie, à la mort etc. On arrive à 50 ans, malheureusement on a déjà vécu des décès dans la
100 famille, des décès de potes, voilà donc on se dit que finalement la vie elle est peut-être un peu
101 courte pour pas faire au final ce qu'on a envie de faire, enfin ce que viscéralement on a envie de
102 faire.

103 Er : D'accord.

104 C : C'est ça en fait. Et de se dire, voilà, effectivement on se dit cinquante ans, on est à la moitié
105 donc il est temps d'agir quoi.

106 Er : D'accord. En fait, donc là vous diriez qu'il n'y a pas vraiment de changement puisque vous êtes
107 toujours en mesure de faire ce que vous voulez, mais vous vous rendez compte que le temps
108 devient un peu une ressource rare et vous rentrez dans une forme d'urgence quoi ?

109 C : On a l'impression qu'il s'accélère, voilà c'est ça. On voit nos parents vieillir, voilà. On a
110 l'impression finalement que le temps se déroule plus vite ou s'écoule plus vite que la sensation
111 qu'on pouvait avoir il y a 10 ans ou il y a 20 ans ou il y a 30 ans. Voilà, c'est une question de
112 perception du temps. Bon c'est très relatif mais ouais c'est une question de...

113 Er : Et en fait, oui parce que c'est vrai que la jeunesse c'est le temps un peu de l'immortalité...

114 C : Ah bah on est immortel, on est immortel, on n'est pas malade, on n'est voilà...

115 Er : Immortel parce qu'on n'a même pas conscience du temps qui passe.

116 C : Voilà, bien sûr.

117 Er : Et à 50 ans peut-être qu'on l'a plus ?

118 C : Ouais, je pense.

119 Er : Et vous diriez que 50 ans c'est un tournant par rapport à ça ? C'est vraiment 50 ans ou c'est
120 quelque chose qui se fait avant ? ça dépend de l'histoire de chacun ?

121 C : (souffle avec la bouche) Ouais je pense que... ça se fait petit à petit en fait, c'est très insidieux,
122 on voit pas les choses arriver. Et puis à un moment, on se... c'est pas une histoire de se retourner
123 et d'avoir des regrets ou des remords, parce que bon ça c'est... mais de se dire finalement, j'ai pas

124 fait... enfin j'ai pas fait grand-chose, c'est pas ça mais j'ai fait un certain nombre de choses mais j'ai
125 encore pas mal de trucs à faire, va peut-être falloir que j'accélère le mouvement pour arriver à
126 tout boucler (rire).

127 Er : C'est peut-être qu'à 50 ans on relit, on se met un peu en position justement pas de regret mais
128 de relecture de sa vie, et de se dire « voilà, par rapport à tout ce que j'ai voulu faire, qu'est-ce que
129 je fais faire...

130 C : Si je fais une to do list, voilà qu'est-ce que j'ai à faire ? Et est-ce que je vais pouvoir faire tout ce
131 que j'ai envie de faire ?

132 Er : D'accord.

133 C : C'est clair que non mais (rire) bon voilà, c'est ça en fait. Et puis quand on est en couple et que
134 finalement en habitant ici, on se voit le soir et à peine les week-ends, voilà on se dit « peut-être
135 qu'il faut qu'on se donne une autre orientation pour profiter un peu plus, ouais profiter un peu
136 plus l'un de l'autre, la famille et tout ça quoi, les amis. »

137 Er : D'accord. Et ce rapport au temps, où le temps devient un petit peu tangible, rare etc. c'est lié à
138 une forme d'angoisse ?

139 C : Non. (souffle avec la bouche). Non c'est pas une forme d'angoisse, enfin non... C'est pas par
140 rapport à une échéance quelconque (rire), mais non c'est pas une forme d'angoisse par rapport à
141 la mort ou par rapport à ces choses-là. Non je crois pas.

142 Er : D'accord.

143 C : Mais c'est effectivement la conscience que finalement le temps il est pas... on sait pas quand
144 est-ce qu'elle est mais il y a une échéance à un moment ou à un autre, donc voilà.

145 Er : Et ça, ça peut aussi venir du fait qu'on voit, je sais pas, c'est vrai que du coup vous me parliez
146 de décès ou de maladies de proches. Voilà, il y a une présence de la maladie qui vous atteint pas
147 forcément vous mais qui, en tout cas, atteint les gens de votre entourage...

148 C : Ouais les gens qu'on aime.

149 Er : Voilà, plus âgés que vous.

150 C : Ouais, tout à fait. Et puis bon, on a perdu un ami à 45 ans donc voilà, on prend des petites
151 claques comme ça ou des petites piqûres de rappel qui font que voilà. Et puis il y a aussi un
152 phénomène un peu, je pense que c'est un peu aussi sociétal quoi, parce qu'avoir 50 ans je sais pas
153 (rire), mais c'est de se dire « Ouah 50 ans ! » bon. Mais bon moi je m'en fiche j'ai des centaines
154 dans la famille donc je suis à la moitié. J'ai pas d'angoisse par rapport à ça (rire). Non non j'ai pas
155 d'angoisse par rapport à ça mais on se dit qu'il faut profiter parce qu'on sait pas justement quand
156 sera l'échéance.

157 Er : D'accord. Ouais, il y a une forme de contingence, aussi un caractère aléatoire, de voilà, on
158 n'est pas à l'abri d'un pépin.

159 C : Oh ban non. Demain, je regarde pas en traversant la rue, voilà. Mais bon ça je l'ai intégré
160 depuis longtemps, enfin je veux dire que ce soit par rapport aux gens qu'on aime, par rapport aux
161 enfants et tout ça. On peut très bien faire quelque chose et puis pof. Enfin c'est très éphémère, tu
162 te rends compte... Je pense que c'est plus une prise de conscience qu'une angoisse.

163 Er : D'accord. Ouais.

164 C : ouais c'est plus une prise de conscience par rapport aux choses.

- 165 Er : Prise de conscience qui va finalement avec euh... Parce que finalement, on est tous, on peut
166 tous se dire ça, enfin moi aussi je peux me dire ça, demain je peux partir fauché par une voiture.
167 Mais c'est peut-être une prise de conscience qui vient avec une forme d'expérience, de première
168 confrontation à...
- 169 C : Ouais, bien sûr. Ouais c'est ça. Parce que bon je vous dis on a perdu un pote qui est parti en six
170 mois et d'un coup on se dit « merde, on avait le même âge quoi ».
- 171 Er : Ouais. Et sans être indiscret il est parti à cause de quoi ?
- 172 C : D'un cancer du pancréas. Le pancréas c'est...
- 173 Er : Ouais, c'est fatal.
- 174 C : ça oui, il y a pas de... Aujourd'hui j'imagine, il y a peut-être un cas ou deux cas par an qui
175 réussissent à guérir mais bon. Donc voilà c'est des choses comme ça. Mon mari a perdu son papa
176 aussi. C'est plus comme ça. Sans que ce soit... c'est pas une épée de Damoclès quoi, enfin si
177 quelque part, mais c'est pas une conscience. Enfin en permanence je suis pas angoissée par ces
178 choses-là, c'est juste euh...
- 179 Er : ça pose question.
- 180 C : Voilà.
- 181 Er : D'accord. Et justement, par rapport aux cinquante ans, c'est vrai qu'on les qualifie souvent,
182 notamment dans les politiques publiques qui sont liées à la santé, de entre guillemets « groupe à
183 risque ». Je sais pas si vous...
- 184 C : (rire). A si tous les contrôles médicaux, les trucs, les machins, c'est bon quoi. Enfin...
- 185 Er : Des lettres ?
- 186 C : Moi je suis pas trop concernée par, enfin je veux dire je me soigne, je fais des contrôles qui sont
187 ceux qui sont préconisés pour les femmes, voilà. Mais après c'est plus mon mari en fait qui reçoit
188 des courriers, à vérifier ceci, cela, machin. Voilà, mais bon dans la mesure où l'on a une hygiène de
189 vie je pense à peu près correcte et où l'on a la chance d'habiter... Malgré tout, la région parisienne
190 a ses avantages, c'est-à-dire qu'on habite, on a toutes les spécialités médicales qui existent, donc
191 on a la possibilité de faire des contrôles réguliers et puis voilà. Donc il y a pas de raison que d'un
192 coup... bah si, ça peut arriver. Mais si l'on s'entretient bien il y a pas de raison (rire).
- 193 Er : ça vous rassure aussi, de savoir que vous avez tout à proximité et que...
- 194 C : Ah bah oui. C'est clair qu'on a la chance, enfin moi j'ai des amis ils habitent en campagne, bah
195 pour avoir un rendez-vous chez l'ophtalmo il faut 6 mois, pour avoir un rendez-vous chez le gynéco
196 il faut attendre 4 mois, enfin ça prend des proportions dingues et qui sont certainement plus
197 problématiques. Ici, voilà il y a pas...
- 198 Er : Ouais on peut agir dans l'instant.
- 199 C : Bien sûr. Il y a tout ce qu'il faut à proximité.
- 200 Er : C'est vrai qu'on se rend pas compte de la chance qu'on a.
- 201 C : C'est clair. Ah c'est sûr, quand on est en région parisienne, grandes villes, on est proche d'un
202 grand centre, enfin où il y a un CHU, bon bref, là où on peut se faire soigner dans de bonnes
203 conditions, c'est l'idéal. Mais quand on habite dans des endroits un peu isolés, bah c'est sympa la
204 campagne mais en vieillissant c'est peut-être pas non plus...
- 205 Er : Pas l'idéal.

- 206 C : Bah non. C'est compliqué. Et malgré tout, on voit à Chatou, je crois qu'il manque deux ou trois
207 médecins. Enfin il y en a un qui est parti en retraite, un qui a changé de région, le troisième qui est
208 décédé je sais pas. Enfin bref et ce sont des médecins qui ont pas été remplacés.
- 209 Er : Ah ouais d'accord.
- 210 C : Même en ville ça peut être problématique.
- 211 Er : Ouais mais du coup c'est moins problématique en région parisienne.
- 212 C : Ouais. Mais c'est un peu... je pense que pour quelqu'un qui arrive à 50 ans, qui a tous ses
213 examens, prostate, machin, cancer colorectal, bah ça doit être compliqué à mettre en place.
- 214 Er : Ouais. C'est-à-dire qu'en province il peut y avoir des femmes qui se retrouvent sans gynéco ?
- 215 C : Bien sûr. Je te dis, mon ancienne voisine, il lui faut 4 mois. Si elle s'y prend pas 4 mois à
216 l'avance, elle a pas de rendez-vous.
- 217 Er : D'accord.
- 218 C : Donc voilà. Ici, je sais pas, au bout de trois semaines, un mois, tu peux avoir un rendez-vous.
219 Enfin il y a malgré tout un délais mais c'est rien du tout quoi, quand on fait les choses
220 régulièrement.
- 221 Er : Et vous c'est votre gynéco qui vous demande de faire les contrôles ? Enfin ça se fait dans ce
222 cadre-là ?
- 223 C : Oui.
- 224 Er : D'accord. Elle vous fait passer des contrôles depuis quand ? Depuis quel âge ?
- 225 C : Je sais pas. Tout ce qui est mammographie tout ça, je sais pas ça fait depuis 45, ça doit faire 5
226 ans, 6 ans. Enfin je vous dis, comme j'y vais régulièrement, j'ai pas de...
- 227 Er : C'est ça. C'est tous les ans ou tous les deux ans ?
- 228 C : Le frotti c'est tous les deux ans, la mammographie aussi. Mais voilà, moi de toute façon je fais
229 tous les ans, une fois par an.
- 230 Er : Ok. Donc en fait pour les femmes il y a un contrôle qui est institutionnalisé...
- 231 C : Bien sûr.
- 232 Er : Et c'est pas une démarche personnelle, c'est sur les recommandations d'un médecin, de
233 manière accompagnée.
- 234 C : Oui oui. Bah après vous faites les tests ou vous faites pas les tests mais oui, non pour moi ça
235 semble évident. Mais après il y a des gens chez qui c'est peut-être moins évident.
- 236 Er : Mais il y a une recommandation personnalisée du médecin.
- 237 C : Oui, disant bon voilà « vous arrivez à un certain âge donc il faut faire attention, machin ». Mais
238 bon, c'est aussi une politique gouvernementale qui fait, qui s'inscrit dans cette optique-là et c'est
239 très bien. Et après on est aussi dans un milieu, voilà où on a les moyens d'aller chez le médecin,
240 enfin même si pour tout le monde c'est pris en charge, il y a certaines femmes pour qui c'est plus
241 compliqué tant au niveau financier qu'au niveau effectivement des délais. Au niveau de la culture
242 familiale aussi ça peut être euh...
- 243 Er : Est-ce que vous trouvez qu'il y a une surresponsabilisation entre guillemets, une sorte de
244 matraquage de la prévention...
- 245 C : Non.

- 246 Er : Non ?
- 247 C : Non, moi je trouve ça bien parce que quand on voit finalement ce que ça peut donner, malgré
248 tout un tas de prévention, je pense à tout ce qui est MST, SIDA etc. et qu'on s'aperçoit
249 qu'aujourd'hui finalement il y a plus trop de matraquage mais la maladie progresse, bah faut peut-
250 être matraquer chez les jeunes pour que ça fasse quelque chose.
- 251 Er : Et pareil au niveau du cancer ?
- 252 C : Moi ça me gêne pas.
- 253 Er : Ouais.
- 254 C : Moi ça ne me pose pas de problème. Le fait que ce soit, qu'on nous rabatte les oreilles avec ça.
- 255 Er : Voilà, c'est pas anxiogène pour vous.
- 256 C : Non. Oh non non.
- 257 Er : Et vous disiez que votre mari, lui il recevait plus des lettres ? C'est vrai que ça doit être plus
258 compliqué justement pour les hommes ?
- 259 C : Bah en fait je pense que c'est plus au niveau professionnel si vous voulez. Comme moi je suis à
260 la maison, bon voilà. Et lui étant actif, il y a la visite annuelle de la médecine du travail et je pense
261 qu'on rentre dans un type de fichier qui fait que du coup, de façon officielle, pof on reçoit les
262 courriers. C'est plus en rapport avec sa vie professionnelle, qui fait que voilà, que lui en tant que
263 cadre il est obligé de faire des tests...
- 264 Er : c'est obligatoire ?
- 265 C : ouais c'est obligatoire. Une fois par an, il va voir un laboratoire je sais plus comment ça
266 s'appelle pour des prises de sang, la totale.
- 267 Er : Ah oui je savais pas.
- 268 C : Ah non non c'est...
- 269 Er : Donc par la médecine du travail en fait...
- 270 C : Bah je sais pas si c'est pas la médecine du travail ou si c'est pris en charge au global dans
271 l'entreprise mais il y a des obligations de contrôle.
- 272 Er : Et de dépistage du cancer colorectale, prostate...
- 273 C : Ouais bilan prostatique, machin, voilà tous ces trucs-là. Ça c'est obligatoire. Enfin c'est
274 obligatoire, j'imagine que s'il voulait pas le faire il aurait la possibilité de pas le faire mais c'est une
275 recommandation de l'entreprise. De façon à ce que... à ce qu'il soit pas malade (rire). Non mais je
276 veux dire il vaut mieux anticiper et...
- 277 Er : Bien sûr. Mais voilà, c'est pour ça que je vous pose la question sur le côté anxiogène, parce
278 que j'ai des enquêtés qui m'ont dit qu'il y avait tellement un matraquage, de l'anticipation, voilà
279 que ça pouvait générer de l'anxiété etc. Vous vous trouvez ça bien.
- 280 C : Ouais. Quelque soit l'âge que l'on ait il y a des choses importantes qui sont à redire et puis
281 voilà. Peut-être que ce qui ne se fait pas au sein de la famille peut se faire justement par d'autres
282 biais plus officiels, ou des campagnes de pub et des machins, des bidules. Moi je trouve ça... mais
283 après chacun fait ce qu'il veut quoi. On est en démocratie (rire). On a cette chance-là.
- 284 Er : Ouais. Et puis il y a aussi des gens qui sont pas contents parce qu'ils se disent : « je reçois des
285 lettres, je reçois les papiers pour la retraite, ça y est je suis sénior quoi ».

286 C : Ah mais c'est sûr que quand on m'envoie des abonnements pour, c'est quoi ? Notre temps etc.
287 ou des trucs, vous avez des publicités ciblées sur les anti-rides, les machins, je vais te foutre deux
288 claques quoi. Non mais bon voilà, je trouve ça marrant. Enfin je trouve ça marrant, non. Ça
289 m'angoisse pas plus que ça hein ? De toute façon le temps qui passe c'est la seule chose sur
290 laquelle on n'a aucun, a priori, aucun, comment dire ? aucune action possible. C'est comme ça, il
291 faut faire avec. Sinon on n'en sort pas (rire).

292 Er : Est-ce que vous avez l'impression que la société change de regard... parce que voilà dans le
293 marketing ils ont créé la catégorie « séniors » pour les plus de 50 ans... Est-ce que vous avez
294 l'impression que c'est un peu une étiquette ? Qu'on vous emprisonne un peu ? Voilà qu'il y ait un
295 changement de regard, un changement d'attitude de la société vis-à-vis des personnes de plus de
296 50 ans ?

297 C : euh... changement de regard, non (souffle avec la bouche). Non il n'y a pas de changement.
298 Non. Moi je trouve ça bien que chaque catégorie, enfin qu'on prenne en compte chaque période
299 de la vie pour tout le monde quoi. Qu'on crée des choses des choses pour les 50 ans bon bah très
300 bien. S'il y a des études et si les produits sont adaptés, bon bah super. Qu'en crée des choses pour
301 les plus de 80, qu'on crée des choses pour les, voilà je trouve ça vachement important qu'on
302 chacun soit pris en charge en fonction de l'âge qu'il a.

303 Er : D'accord. Mais quand vous disiez que vous receviez des Notre temps etc.

304 C : Ouais mais après, je veux dire après, enfin autant ça me gêne pas tous ces santé machins
305 bidule, autant Notre temps et machin, je trouve ça dommage qu'ils gaspillent du papier et voilà,
306 c'est du marketing, c'est de la finance. Enfin je veux dire c'est un intérêt financier donc là ça
307 m'énerve un peu ce gaspillage mais si c'est bien ciblé et adapté, ouais pourquoi pas. Voilà, tout ce
308 qui est développement des services etc. pour les gens un peu plus âgés, je trouve ça super
309 important puisque de toute façon on est une société qui vit de plus en plus vieille. Donc c'est
310 important de prendre en charge chacun.

311 Er : Après vous vous en êtes pas encore là (rire).

312 C : Non j'en suis pas encore là mais quand je vois moi les difficultés qu'on peut avoir, on devient
313 quelque part à un moment donné, à partir de 50 ans les parents de ses parents. Donc c'est bien
314 d'avoir des solutions d'intervenants à domicile, de prise en charge, de truc, de machin, ça je trouve
315 ça vachement bien que la société aujourd'hui elle prenne ça en considération.

316 Er : Ouais donc je suppose que vous vous sentez pas concernée directement. A 50 ans vous vous
317 sentez pas sénior ?

318 C : non (inaudible) (rire). Sénior euh non. Mais le terme ne me pose pas de problème non plus. Si
319 on me traite de sénior euh... faut faire attention (rire). Mais non non il y a pas de... ça ne me gêne
320 pas.

321 Er : D'accord. Donc en fait, un des paradoxes c'est de savoir où vous vous situez...

322 C : A partir de quel moment ?

323 Er : Ouais, vous vous sentez jeune ?

324 C : En fait je me sens jeune. Et je pense que déjà quand on a des enfants... quand on a des enfants
325 parce que j'ai des amis qui n'ont pas d'enfant et on voit vraiment la différence entre les couples
326 avec et les couples sans enfants parce que les couples sans enfants finalement, bon on vit très
327 bien, bon super mais finalement on reste...enfin on n'a pas les mêmes, on parle pas des mêmes
328 choses, alors qu'avec les enfants on est obligé un peu de se tenir au courant de ce qu'il se passe.
329 C'est voilà. Donc moi je me sens jeune, après mes vieux os, non ça va, ça se passe bien pour

330 l'instant. Je suis pas malade. Bon un peu costaud mais autrement non, je me sens pas... plus
331 fatiguée. C'est-à-dire que ce couché à 4h ou 6h du matin ça commence à poser problème. Je pense
332 que le rythme derrière n'est pas le même non plus. Quand on a 20 ans, on se couche à 4h ou à 6h,
333 si derrière on n'a pas envie d'aller en cours, on va pas en cours ou on peut se reposer plus
334 facilement alors que quand on a un rythme de travail c'est sûr que...

335 Er : Il y a des contraintes derrière.

336 C : Ouais des contraintes de travail quoi.

337 Er : Bien sûr. Et donc vous disiez qu'on change un peu de rapport au temps, on sort en quelque
338 sorte de l'immortalité de la jeunesse, mais peut-être qu'on sent aussi son corps différemment, on
339 se sent plus fatigué, on arrive moins à récupérer...

340 C : Oui c'est ça, c'est plus au niveau physique. Ouais, plus au niveau physique.

341 Er : D'accord. Et c'est peut-être aussi une prise de conscience de son corps.

342 C : Mmh. Bien sûr. C'est de se dire, bah finalement on a une enveloppe corporelle, on en a qu'une
343 a priori. Donc finalement faut peut-être en prendre soin quoi (rire). Et ça on n'en a pas forcément
344 conscience au départ. C'est de se dire « bon voilà, on a la chance d'être en forme jusque là et il
345 faut peut-être se maintenir pour essayer de vieillir, enfin on vieillit tous, mais vieillir dans de
346 bonnes conditions ».

347 Er : mmh. Bien vieillir.

348 C : Voilà, c'est ça, c'est la deuxième partie de la vie (rire).

349 Er : Donc on prend conscience quand vous dites « deuxième partie de la vie », qu'on arrive quand
350 même, pas dans la vieillesse, mais à l'entrée peut-être, du vieillissement ?

351 C : Mmh ! Ouais.

352 Er : Une sorte de carrefour je sais pas ?

353 C : Euh... Ouais ouais c'est ça, c'est de se dire « oh bah tiens j'ai des rides, oh bah tiens j'ai les
354 cheveux blancs », machin. On prend conscience des choses, enfin le temps a pas de prise sur nous
355 jusqu'à 50 ans et puis après bah, concrètement, le temps a une... ouais il y a une prise, une
356 emprise du temps qui se met en place.

357 Er : D'accord. Et cette emprise, elle se fait ressentir à la fois, bon ben en voyant l'entourage qui est
358 atteint pas des maladies ou le vieillissement etc. et à la fois peut-être par le corps, le fait qu'il se
359 pose dans ses limites ?

360 C : Bah... ouais. C'est sûr.

361 Er : En tout cas ses premières limites.

362 C : Ouais ouais non mais c'est ça. C'est le fait de faire deux heures de marches ou de courir ou de
363 machin, bon bah c'est moins... Et justement on se rend compte de ça en se comparant à ses
364 enfants. Enfin je dis « on », mais moi je me compare à mes enfants, c'est sûr qu'on n'a pas le
365 même rythme. Monter les escaliers quatre à quatre, bah on va y aller tranquille (rire). Donc voilà,
366 je veux dire les deux garçons sont tous les deux sportifs et c'est sûr que je suis plus quoi.

367 Er : Ouais.

368 C : Bah déjà des tous petits je les suivais pas (rire). Mais c'est ça en fait.

369 Er : Ouais. En fait c'est par le corps de ses enfants, qu'on se dit « ah bah moi j'étais comme ça ».

- 370 C : Bah oui. Bien sûr. En fait, je pense que pour qu'on se rend compte des choses, il faut toujours
371 trouver un moyen de comparaison. Ouais, il y a un repère qui se met en place et qui fait qu'on se
372 dit « tiens, ah tiens, tiens, voilà ». (rire).
- 373 Er : C'est plein de petites choses.
- 374 C : Ouais plein de petites choses. Je sais pas moi, une réaction, des réflexes, des voilà, des tas de
375 choses. Et puis de toute façon la société le renvoie aussi bien quoi. Je veux dire vous allez pas
376 acheter vos fringues au même endroit, enfin moi ça ne me pose pas de problème mais bon, après
377 la société fait que, quand on a 50 ans, ou quand on a 40 ans ou quand on a 30 ans, bah on achète
378 pas ses vêtements au même endroit.
- 379 Er : Il y a des codes symboliques qui rappellent un peu des règles.
- 380 C : Ouais c'est la société qui met ça en place.
- 381 Er : Ouais qui nous met un peu dans une case.
- 382 C : Exactement.
- 383 Er : Sans que ce soit, enfin avant c'était quand même très... les frontières étaient quand même très
384 marquées. Vis-à-vis des femmes, à tel âge, elle devait s'habiller comme ça, faire telle activité, on
385 n'est plus là-dedans.
- 386 C : Euh... Moi j'ai plein de copines qui disent « à mon âge ! ». Comment ça « à mon âge » ? on fait
387 bien ce qu'on veut ! Si on a envie de porter des jeans troués à 50 ans, on porte des jeans troués,
388 mais il y a plein de gens qui finalement prennent sur les épaules le poids du regard des autres,
389 enfin du regard de la société. Ça je trouve ça un peu dommage. Bon c'est sûr je me ferai peut-être
390 pas teindre les cheveux en bleu ou en tie an dye (rire). Mais après c'est une question de, ouais bah
391 ouais d'expérience. Se dire, j'aurais l'air con quoi. C'est tout (rire). Quand on est jeune on s'en fout
392 un peu d'être ridicule mais après c'est ça le truc.
- 393 Er : Ok. Et vous en parlez entre amis de la cinquantaine ? C'est un sujet ?
- 394 C : (souffle avec la bouche). En parler ? Non. Enfin moi personnellement quand on a des dîners où
395 ça commence à virer « oh bah oui, oh bah... » les dîners « t'as mal où ? » euh...
- 396 Er : (rire)
- 397 C : Bon après on en parle à des amis proches quand on a un souci vraiment réel. Après passer une
398 soirée à parler du bobo de untel ou untel euh non. C'est pas dans mes préoccupations ni dans
399 celles de mes amis.
- 400 Er : Ok. Ça ne vous pose pas des questions existentielles...
- 401 C : Non. Pas du tout.
- 402 Er : Vous avez pas l'impression de vivre autrement ?
- 403 C : Non. Oh non et puis je vous dis, j'ai des choses à faire donc, tant qu'il n'y a pas de souci, tant
404 que ça roule je veux pas anticiper les problèmes. Anticiper les problèmes si, mais pas me prendre
405 la tête avec ce genre de choses.
- 406 Er : D'accord. Vous vivez au jour le jour.
- 407 C : Exactement. Pour qu'on soit bien dans peau et dans sa tête.
- 408 Er : C'est une bonne philosophie je trouve.
- 409 C : Bah on essaye (rire).

410 Er : Et du coup, vous parliez justement de la volonté de bien vieillir, de faire un petit peu plus
411 attention à vous, à votre santé, à votre corps. Est-ce que vous avez changé, bah pas forcément
412 d'un coup du jour au lendemain, mais est-ce que vous avez l'impression avec le recul d'avoir
413 changé quelques petites habitudes de vie, ne serait-ce qu'au niveau de l'alimentation, de l'activité
414 physique ou je sais pas, du rythme ?

415 C : Au niveau de l'alimentation c'est vrai qu'on fait attention. De se dire, bah avant, on mangeait
416 pas tout et n'importe quoi mais je veux dire, tout ce qui est gourmandise, machin, voilà, on fait
417 pas forcément attention. Aujourd'hui, enfin aujourd'hui, ça date un peu hein ? A la naissance des
418 garçons, depuis une vingtaine d'années, c'est vrai qu'on essaie d'avoir des choses, je pense que
419 c'est plus le fait de rentrer dans une vie de famille qui fait qu'on fait attention à cinq fruits et
420 légumes par jour etc. etc. de prendre le vélo ou d'y aller à pied plutôt que de prendre la voiture,
421 voilà. Mais c'est pas forcément lié à la cinquantaine je dirais. C'est de se dire voilà, faut savoir que
422 telle chose va donner tel effet donc on va essayer de...

423 Er : Et puis peut-être montrer l'exemple à ses enfants, leur donner une bonne hygiène de vie.

424 C : Voilà. Tout à fait.

425 Er : Et du coup, nous on change la notre un peu.

426 C : Bah essayer de choisir le meilleur équilibre en fonction de, bah le fait d'avoir des légumes qui
427 viennent du paysan du coin c'est un peu difficile à Chatou (rire), donc on essaie de trouver des
428 solutions qui font que, voilà on essaie de bien manger, de pas abuser des trucs, de pas abuser de
429 l'alcool, de pas abuser du sucre, des trucs gras, enfin voilà quoi, les trucs standards. Mais dire que
430 c'est la cinquantaine qui nous fait rentrer dans...non je crois pas.

431 Er : Et du coup en quoi vous feriez plus attention qu'avant ? Voilà cette envie de se préserver
432 concrètement, dans quoi elle se reflèterait ?

433 C : Euh... le fait de faire plus d'activité physique, je pense que ce serait une bonne chose, d'être
434 moins gourmande mais ça c'est compliqué, euh... des choses à mettre en place (souffle avec la
435 bouche).

436 Er : Je vous demande pas forcément les bonnes résolutions de l'année (rire).

437 C : (rire) Les bonnes résolutions de l'année non, mais de faire encore plus ce que l'on fait
438 aujourd'hui. D'être plus attentive à ce qu'on achète, à voilà le grand est végétarien donc je veux
439 dire, être végétarien c'est bien mais finalement on s'aperçoit que ça enveloppe toute la famille,
440 donc voilà c'est essayer de faire attention à toutes ces choses-là et puis respecter les autres.
441 Respecter les autres, pas qu'en tant que personne, mais en tant qu'entité quoi, enfin c'est assez
442 important.

443 Er : Ok. Et donc là je voudrais en venir aux médecines alternatives parce que c'est quand même
444 quelque chose qui est pas mal évoqué par les gens qui arrivent à la cinquantaine. Est-ce que vous...

445 C : Est-ce que je pratique ?

446 Er : Oui ? Pratiquer voilà.

447 C : (rire). Si. Bon déjà faut savoir que ma généraliste, elle est aussi homéopathe.

448 Er : D'accord.

449 C : Donc si elle peut éviter des médicaments traditionnels entre guillemets, elle le fait. Donc ça
450 c'est déjà une bonne chose. J'ai juste pratiqué l'acuponcture quand j'étais stressée ou voilà. Je vais
451 régulièrement voir mon, enfin régulièrement, trois ou quatre fois par an je vais voir un ostéo. Ça

- 452 c'est clair que ça fait du bien aussi. Et c'est pas, la chinoise c'est effectivement de la médecine par
453 anticipation et pas par voie de conséquence.
- 454 Er : Enfin par anticipation, de manière préventive ?
- 455 C : Bah si j'ai mal au dos, je vais pas forcément, je sais que si je vais voir ma généraliste elle va me
456 donner une ordonnance avec 15 séances de kiné. Mais finalement je vais aller chez l'ostéo et puis
457 voilà, j'ai pas besoin de 15 séances, j'ai besoin d'une séance et tout va bien quoi.
- 458 Er : D'accord. C'est quoi la différence entre le kiné et l'ostéo ?
- 459 C : Alors l'ostéo il a une, le kiné va faire des exercices de longue haleine, l'ostéo, il va... on a tous
460 un squelette qui bouge, notamment le bassin qui bouge énormément, donc il vous remet les os, il
461 remet des os en place quoi.
- 462 Er : D'accord. Sauf que le kiné, c'est reconnu comme faisant partie de la médecine classique et
463 l'ostéo...
- 464 C : Bah c'est pas le même statut ouais. Bah de toute façon, en termes de remboursement ça se
465 voit tout de suite hein. Le kiné il va être remboursé, l'ostéo, en fonction des mutuelles il y a des
466 prises en charge mais, en général, il y a une ou deux prises en charge par an. Alors que c'est
467 dommage puisque c'est là où ça fait faire des économies à la sécu. Donc voilà. Et homéopathie,
468 ouais homéopathie, acuponcture, ostéopathie.
- 469 Er : D'accord. Et l'acuponcture c'est vrai que c'est une méthode qui est pour le coup pas du tout
470 classique, enfin pas du tout classique...
- 471 C : Dans le sens français des choses.
- 472 Er : Voilà, dans le sens français des choses. Et du coup, justement qu'est-ce que ça vous apporte
473 l'acuponcture ?
- 474 C : Bah ça m'apporte la même chose que la médecine traditionnelle en étant moins agressif au
475 niveau de mon corps.
- 476 Er : D'accord. Parce que vous trouvez que la médecine classique, occidentale, allopathique, je ne
477 sais pas trop comment la nommer, elle a quelque chose d'agressif ?
- 478 C : Oh oui oui oui. En fait la philosophie elle est pas la même. On soigne, on va pas à la source du
479 mal mais on en soigne les conséquences. Donc je sais pas moi, on a un genou en vrac et ben on va
480 donner des anti-inflammatoire et des séances de kiné alors que déjà faut peut-être regarder si le
481 genou n'est pas à remettre en place avant de commencer quoi que ce soit. Enfin je trouve que la
482 philosophie elle est inversée dans la médecine classique et c'est en ça où on va vous filer des anti-
483 inflammatoires qui vont vous mettre l'estomac en vrac. Et puis voilà, je trouve qu'on prend pas le
484 problème dans le bon sens.
- 485 Er : On va traiter les symptômes ou en tout cas la surface pour essayer de diminuer la douleur du
486 corps et pas prendre la chose dans son ensemble.
- 487 C : Bah ouais voilà c'est ça. Moi c'est ça qui me pose problème dans la médecine classique. Après
488 on peut, enfin il y a des choses on peut pas lutter contre mais on parlait tout à l'heure des
489 campagnes de prévention, le vaccin contre la grippe je trouve ça idiot. C'est... je trouve ça idiot,
490 voilà. C'est peut-être très bien pour un certain type de population, après de généraliser ça à tout
491 le monde je trouve ça idiot.
- 492 Er : Pourquoi ?

- 493 C : Bah parce qu'en fait je pense qu'on ne maîtrise pas tout. En fait dans ce qui est proposé à la
494 population, effectivement un certain type de vaccin peut être adapté à certaines personnes et pas
495 à d'autres du tout. Et ça peut engendrer justement l'inverse. Ça fait un peu peur quoi.
- 496 Er : Oui. Dans la médecine classique on va peut être suivre les individus de manière trop uniforme,
497 sans tenir compte finalement de leur individualité entre guillemets et de leurs caractéristiques
498 personnelles.
- 499 C : Voilà. Et ça fait peur (rire).
- 500 Er : Et que l'on ne maîtrise pas tout... c'est ça qui est...
- 501 C : Non mais c'est ça qui est affligeant quand on voit tous les scandales entre le médiateur, bon les
502 prothèse PIP ça c'est encore autre chose mais malgré tout, voilà, il y a des gens qui en meurent
503 tous les jours. Même le vaccin contre la grippe, c'est voilà. Là il y a le scandale c'est quoi ? Le
504 Niréna là, le stérilet hormonal qui est en train de sortir. Enfin il y a plein de choses qui font qu'on
505 se dit « oh punaise ! ». Là ma gynéco m'a proposé par contre la vaccin pour ma fille à 14 ans j'ai dit
506 non.
- 507 Er : Le vaccin contre le cancer du col de l'utérus ?
- 508 C : Ouais. J'ai dit non.
- 509 Er : Parce qu'il y a un scandale là-dessus aussi ?
- 510 C : Non c'est pas qu'il y a un scandale, c'est qu'on essaye de faire vacciner toutes les jeunes filles,
511 je suis désolée, c'est peut-être un peu idiot ce que je vais dire, mais j'ai très bien vécu jusque là
512 sans être vaccinée pour ça. Je sais pas ce qu'ils mettent dans le vaccin donc.
- 513 Er : Ouais. Il y a une forme de défiance qui est peut-être en train d'émerger aujourd'hui et qu'on
514 n'avait pas avant ?
- 515 C : Ouais je pense. Parce que finalement, au vue de toutes les informations qui arrivent à être
516 connues par les gens, tu te dis « c'est peut-être un peu n'importe quoi finalement ». Donc la
517 médecine très bien. Après moi, moins je vais voir mon médecin, mieux je me porte.
- 518 Er : Il y a une logique peut-être derrière... enfin le fait que ce soit agressif, que ça traite plutôt le
519 symptôme que la cause...
- 520 C : Oui c'est ça, ça traite les conséquences et pas la cause.
- 521 Er : que ça crée des effets secondaires et qu'il y ait des scandales... Ouais il y a une logique euh...
- 522 C : Ouais il y a des intérêts financiers qui font qu'on fait peut-être un peu n'importe quoi. Après la
523 médecine c'est très bien. Enfin je veux dire, si la médecine classique n'était pas là, je serais plus là
524 non plus. Donc voilà, c'est important aussi mais faut, je pense qu'il faut, chacun à son niveau doit
525 faire la part des choses.
- 526 Er : D'accord. Parce que, sans être indiscret, vous avez eu des problèmes de santé ?
- 527 C : Bah, sans raconter mes accouchements (rire), mais en fait j'ai eu des accouchements difficiles
528 pour les deux garçons, donc Quentin notamment, où finalement je me suis retrouvée en
529 anesthésie générale avec une césarienne, qui était pas prévue du tout, et que c'était « sauver la
530 mère avant le bébé », finalement on est tous les deux là et en bonne santé, mais effectivement,
531 s'il y avait pas eu tous les médecins, tous les monitorings et l'appareillage technique qu'il y a
532 derrière, je serais, comme on dit je serais morte en couche. Donc voilà. Et puis pour Maxime c'est
533 pareil, hémorragie, machin et si je n'avais ne serait-ce qu'accouché à la maison, je serais plus là. Ce

- 534 qui se fait dans certains pays, hein, le Pays-Bas et tout ça. Mais voilà, non je leur dis merci aux
535 médecins et faut pas faire n'importe quoi non plus. Faut pas jouer avec la médecine.
- 536 Er : Bien sûr. Donc il y a en fait tout un côté qu'on ne peut pas substituer à la médecine classique,
537 dans des cas de force majeure on va dire. Mais après, vous diriez qu'aujourd'hui vous sentez que
538 vous avez quand même plus de marge, ou en tout cas vous prenez la liberté d'avoir plus de marge
539 de manœuvre sur des petites choses entre guillemets, vous décidez de faire des choix en fait ?
- 540 C : Bien sûr.
- 541 Er : Et d'être plus autonome par rapport à ça.
- 542 C : Ouais, c'est sûr.
- 543 Er : Parce que je sais pas, tout n'est pas pour vous dans l'intérêt...
- 544 C : Ouais dans l'intérêt de l'être humain et pas dans l'intérêt du portefeuille de certains.
- 545 Er : Et c'est plus là que la médecine alternative, douce...
- 546 C : Oui oui, bien sûr. C'est là où je trouve que c'est vraiment très important et je trouve dommage
547 que ce soit pas mieux reconnu en France, contrairement à des pays comme l'Allemagne par
548 exemple. C'est même pas une question de rembourser ou de pas rembourser, enfin je peux me
549 permettre de dire ça parce qu'on a les moyens voilà, mais c'est vrai que pour certaines personnes
550 qui ont pas trop les sous, bah ils vont pas aller... déjà ils vont pas aller chez le dentiste ou chez
551 l'ophtalmo parce que ça coûte trop cher, mais par exemple le psychologue etc. en Allemagne c'est
552 remboursé, alors que chez nous c'est pas remboursé. Est-ce que ce serait pas mieux que ce soit
553 remboursé et que les gens se sentent mieux dans leur tête ? Enfin voilà, c'est là où il y a des
554 progrès à faire.
- 555 Er : Alors du coup ça m'amène à une autre question. Vous parliez du fait que les gens puissent se
556 sentir mieux dans leur tête. C'est voilà, peut-être que la médecine alternative ne prend pas que en
557 charge, en tout cas ne s'occupe peut-être pas que du corps, du symptôme ? Mais voilà, du corps,
558 de l'esprit...
- 559 C : Bah il faut, oui enfin, je suis agnostique, donc pour moi c'est un tout, il y a le corps et l'esprit et
560 je trouve que l'un ne va pas sans l'autre, donc c'est important de se sentir bien dans son corps et
561 bien dans sa tête.
- 562 Er : Et vous trouvez que la médecine classique ne fait que l'un ou l'autre ?
- 563 C : Euh... Oui. Oui. La médecine classique elle va vous proposer, vous n'allez pas bien dans votre
564 tête elle va vous proposer des antidépresseurs pour aller mieux. Et je trouve, je crois pas que ce
565 soit la solution. Enfin c'est peut-être une solution ponctuelle pour certaines personnes, mais c'est
566 pas une solution pour moi de longue haleine quoi. En fonction de, si c'est pas une maladie
567 identifiée de schizophrénie, machin, ok là c'est pas mon domaine donc peut-être qu'il faut soigner
568 avec des médicaments. Si c'est : « je vais pas bien parce que mon entourage, parce que je sais pas
569 quoi... », il y a peut-être d'autres solutions que de prendre des cachets.
- 570 Er : D'accord. Et au niveau du corps ? Parce que là après on peut aussi aller voir un psychologue ou
571 des choses comme ça, mais est-ce que pour vous la médecine alternative elle arrive à faire la
572 jonction un petit peu entre les deux ?
- 573 C : Oui.
- 574 Er : Enfin, on fait de l'acuponcture, il y a quand même une idée de...
- 575 C : Bah d'aller mieux (rire).

576 Er : Ouais.

577 C : Ouais, d'aller mieux. C'est une question de « comment je perçois, comment je reçois ça par
578 rapport à ...» Déjà je trouve que l'écoute des médecins des médecines douces, elle est différente
579 d'un médecin en cabinet qui va avoir un quart d'heure à vous... enfin, s'il y a quelque chose de
580 grave il va prendre le temps, mais malgré tout, on voit bien que l'écoute elle est pas la même.
581 Ouais l'écoute n'est pas la même donc ça c'est important de prendre son temps pour écouter les
582 gens pour vraiment voir, enfin faut, comment dire ? Faut bien situer où se trouve le problème, à
583 quel niveau, pour donner la bonne solution. Et le généraliste il a pas forcément un temps infini à
584 vous accorder quoi. Je sais bien qu'une généraliste c'est ni une assistance sociale, ni machin mais
585 faut quand même pas... c'est là la difficulté aujourd'hui d'être généraliste, c'est de savoir bien
586 écouter ses patients.

587 Er : Ouais. Et dans la médecine douce, il y a ce souci là ?

588 C : Ouais. Je trouve.

589 Er : Ok.

590 C : Bah elle est plus ancienne aussi. Enfin je veux dire, quand on voit l'acuponcture c'est beaucoup
591 plus ancien de toute façon. Donc les solutions sont peut-être... la technique est mieux rôdée (rire).
592 Mais c'est vrai que c'est hallucinant ce qu'on peut, ce que les chinois réussissent à faire au niveau
593 de l'acuponcture quoi. Enfin quand on voit des anesthésies sous acuponcture, des accouchements
594 sous acuponcture, enfin bon voilà. Je pense qu'il y a plein de choses à apprendre mais aussi, enfin
595 je vais parler que de la France, on est aussi très fier de notre médecine et donc on n'écoute pas
596 forcément comme il faudrait, ou peut-être je sais pas, avec des œillères par rapport à ça et ça c'est
597 dommage.

598 Er : Oui. Il y a peut-être aussi, et c'est pour ça que l'acuponcture m'interpelle, mais il y a aussi pas
599 mal de spiritualité.

600 C : Oui bien sûr ! Mais notamment les accouchements sous acuponcture, je pense que c'est un
601 moment de votre vie où la spiritualité n'est pas forcément présente, la douleur c'est toujours
602 compliqué, et pourtant ils arrivent à... enfin en connaissant les points précis du corps, voilà, ils
603 arrivent à des résultats qui sont extraordinaires quoi. Et l'ostéopathie c'est la même chose. Enfin je
604 veux dire, moi j'ai une copine, la petite est née, elle est née en siège, donc c'est pas évident et la
605 petite est née avec des oreille d'éléphant.

606 Er : En siège ?

607 C : En siège ça veut dire qu'au lieu de se présenter la tête en bas, le bébé se présente...

608 Er : Ah oui d'accord.

609 C : Voilà. Donc en fait c'est assez compliqué et je veux dire ça peut donner lieu par la suite à des
610 déformations du squelette et notamment de la tête qui est un peu...

611 Er : D'accord.

612 C : Et par manipulation, même sur des nourrissons, sur des nouveau-nés, vous arrivez à avoir,
613 enfin à remettre des choses en place. Chose que ne ferait pas forcément un médecin classique. Du
614 coup la petite elle a été traitée en quelques séances et niquel.

615 Er : Et ça c'est un ostéo qui fait ça ?

616 C : Ouais. Il y a des ostéo qui se spécialisent sur les nourrissons et qui sont capables de... comme
617 en fait les os du crâne sont encore malléables à la naissance, on remet tout en place de façon à ce
618 que tout aille bien dans le meilleur des mondes.

- 619 Er : Mais il travaillait pas dans un hôpital cet ostéo ? Ou en libéral ?
- 620 C : Euh... je sais plus, c'était il y a longtemps mais je sais pas s'il était pas en relation avec l'hôpital,
621 ou si c'était une démarche perso, je sais pas, je m'en rappelle plus.
- 622 Er : D'accord.
- 623 C : Mais il y a aussi des médecins qui sont malgré tout en relation, enfin je veux dire des médecins,
624 ouais ostéo et tout ça qui sont en relation avec les hôpitaux traditionnels, donc ça c'est important.
625 Notamment au niveau des grands brûlés à Nantes, ils travaillent avec quelqu'un qui est... je sais
626 pas quel est son nom exacte mais qui enlève le feu.
- 627 Er : Coupeur de feu ouais. Et ça c'est quand même...
- 628 C : C'est hallucinant.
- 629 Er : ça pose beaucoup question parce que la médecine occidentale classique n'est pas du tout...
- 630 C : N'est pas prête.
- 631 Er : C'est pas du tout... enfin le coupeur de feu ça ressemble un peu à de la magie et que ça soit
632 intégré dans l'hôpital public ça...
- 633 C : Ouais mais bon si ça fonctionne. Après enfin je veux dire faut pas être idiot si ça fonctionne.
634 Enfin, moi j'ai vu le phénomène et voilà, je n'explique pas. Bon déjà j'ai pas un esprit scientifique
635 très développé, mais ça marche quoi. En tout cas ça soulage, donc voilà c'est génial. C'est des
636 histoires de fluides, de machin... J'ai vu mon grand-père trouver des sources, enfin je veux dire
637 prendre son bâton et la baguette elle allait précisément à l'endroit où il y avait la source. Et après,
638 donc ils se sont dits « tiens il doit y avoir de l'eau, là, on va creuser un puit là ». Et après ils ont fait
639 venir un sourcier officiel, bah il a pas fait mieux. Donc c'est vrai que quand on voit ça, on se dit
640 « mais comment il fait ?! » J'étais gamine, je me disais « mais comment il fait ?! » En fait après je
641 prenais mon bâton et rien ne se passait. Mais mon grand-père, il avait entre guillemets ce don-là,
642 ce fluide-là, ou je sais pas comment on appelle ça mais...
- 643 Er : Et vous viviez dans quelle région quand vous étiez petite ?
- 644 C : Là on était on était, c'était au bord, enfin mes grands-parents allaient au bord de la mer, du
645 côté de Piriac. Piriac c'est en Loire Atlantique, au bord de mer.
- 646 Er : Et donc vous aviez toute votre famille à Piriac ?
- 647 C : Oui.
- 648 Er : Vous avez passé votre enfance là-bas ?
- 649 C : Bah nous on est nantais d'origine. On a passé notre enfance là-bas et les vacances c'était au
650 bord de mer.
- 651 Er : D'accord. Et quel est le rapport que vos parents à la santé ? Est-ce qu'ils vous ont donné une
652 éducation particulière ?
- 653 C : Non pas particulièrement. Moi mes parents c'est la génération, c'est des soixante-huitards
654 (rire), donc non c'était plutôt tradi... plutôt traditionnel, mais effectivement, ma mère pour arrêter
655 de fumer c'était l'acuponcteur, enfin voilà, je veux dire, il y avait malgré tout cette culture-là chez
656 moi par rapport aux médecines parallèles, aux médecines douces.
- 657 Er : Mmh. Médecines douces mais votre grand-père c'était vraiment le côté très traditionnel quoi,
658 local.

- 659 C : Mais voilà, il s'est rendu compte qu'il savait faire ça. C'était un truc de... Ouais c'est un truc de
660 campagne et tout, même si on n'est pas forcément dans ma famille, pas des gens de la terre mais
661 malgré tout voilà, un jour on se rend compte que, on a un fluide ou je sais pas, une sensibilité
662 différente, je sais pas comment dire ? Ouais une sensibilité différente.
- 663 Er : Ouais. Il y a différents degrés dans les médecines douces.
- 664 C : Bien sûr.
- 665 Er : Il y a de l'acupuncture jusqu'au coupeur de feu.
- 666 C : Ah oui non mais ça le coupeur de feu, c'est impressionnant sincèrement. Ça je trouve ça... Moi
667 j'ai vu Quentin être malade comme un chien, il avait chopé une insolation et puis ma voisine de
668 me dire « mais attends, machine, là-bas au bout de la rue, elle coupe le feu » « ouais c'est ça ». Et
669 bah si. Et j'étais hyper inquiète parce qu'il était petit. Il avait quoi ? un an un truc comme ça et en
670 fait elle l'a pris chez elle, j'étais pas avec eux et puis il courait comme un petit lapin cinq minutes
671 après alors qu'il était...
- 672 Er : Il avait quoi ?
- 673 C : Non non, il était resté trop longtemps au soleil. Une insolation. Donc en fait ça fait montée de
674 température, déshydratation etc. et je peux vous assurer qu'une heure après le petit il courait,
675 sans intervention de médicaments ou quoi que ce soit. Tout s'est bien remis en place alors que....
- 676 Er : Pas besoin d'aller à l'hôpital quoi.
- 677 C : Pas besoin ni de voir les urgences, ni de voir le médecin.
- 678 Er : Ok.
- 679 C : Après j'y serai allée. Si on s'aperçoit que le petit va pas mieux, que la fièvre elle continue,
680 machin, je suis pas contre les médecins. Mais il y a des choses que je ne m'explique pas et qui
681 pourtant fonctionnent.
- 682 Er : Mais en tout cas ? De ce que je vous entend dire, c'est que le côté douceur, peut-être aussi
683 plus naturel, enfin je sais pas il y a le côté magique aussi (rire) donc on se demande parfois où est
684 la limite du naturel, mais...
- 685 C : (rire) C'est pour ça qu'ils ont aimé Harry Potter les garçons (rire).
- 686 Er : Mais ce que vous vous dites, c'est que tant que vous pouvez la médecine classique, passera au
687 second plan et sera un second recours.
- 688 C : Mmh.
- 689 Er : Parce qu'il y a peut-être un manque ou ?
- 690 C : Il y a peut-être... euh, moins agressif ou moins... ouais, il y a d'autres chemins je pense.
- 691 Er : Et puis votre médecin, moi je trouve ça assez étonnant de voir un médecin généraliste qui
692 soit à la fois homéopathe parce qu'il y a beaucoup de médecins qui disent que l'homéopathie...
- 693 C : Ah non, mais quand je lui parle vaccins, enfin je lui parle pas vaccin contre la grippe, mais elle
694 me donne, je sais plus là, l'équivalent d'oscinococinom voilà à prendre, en disant « ça vous fera
695 pas de mal ».
- 696 Er : Oscinococinom ça fait plusieurs fois que j'entends ça.
- 697 C : Oscinococinum c'est, vous savez, le truc, on prend ça cinq semaines de suite, c'est des petites
698 dosettes et c'est censé vous éloigner le virus de la grippe.

699 Er : D'accord.

700 C : Donc voilà. J'ai toujours de l'arnica en gélules, ça c'est un truc de mamans. A partir du moment
701 où l'on a des enfants, on a ça dans son sac à main. Voilà il y a des choses comme ça. Ou même
702 pour des histoires de dents qui poussent. Enfin voilà, des trucs je veux dire c'est aussi les plantes
703 quoi. Ça c'est... même dans notre société, au Moyen-Âge il y avait le jardin des simples et on
704 cultivait ses plantes pour pouvoir se soigner. C'est toujours valable aujourd'hui. Après faut pas
705 être idiot non plus. Si ça marche pas faut explorer d'autres voies, plus classiques (rire).

706 Er : En tout cas l'évaluation ça se fait quand même sur l'efficacité.

707 C : Bien sûr. Après on est tous différents et ça peut ne pas donner les mêmes résultats. Une même
708 plante peut ne pas être efficace chez l'un ou chez l'autre. Mais je pense qu'il y a aussi une part de
709 psycho. Enfin je veux dire, il faut y croire. Si on n'y croit pas du tout, son corps... On a aussi
710 beaucoup de pouvoir sur son propre corps. Si on décide que tout va bien, tout va bien (rire).

711 Er : Ouais. Et je me disais, est-ce que justement il y a un parallèle à faire entre l'attrait entre
712 guillemets pour les médecines douces, alternatives et le fait d'arriver à 50 ans, dans le sens où on
713 se pose des questions sur soi, sur son corps et que aussi dans la médecine, après c'est peut-être
714 moi qui me trompe, mais dans la médecine alternative, on est aussi dans une démarche
715 d'interrogation, de réflexion ?

716 C : Ouais, il y a pas un côté mystique mais un côté philosophique des choses. En se disant, bah
717 finalement avec l'expérience « quelle est la meilleure solution ? » « Est-ce qu'on devrait pas...
718 ouais est-ce qu'on devrait pas prendre un autre chemin ? ». Oui bien sûr.

719 Er : Ça relève de la même philosophie entre guillemets.

720 C : Oui bien sûr. Le côté bouddhiste des choses (rire). Non mais c'est vrai, par exemple on était en
721 Thaïlande cet été, bah en fait on s'aperçoit que les gens, le rapport aux médicaments, le rapport
722 aux médecins, le rapport à plein de choses est différent parce que leur société est pas...
723 culturellement on est complètement différents et qu'ils ont une autres approche, une autre
724 philosophie. Le bouddhisme, c'est pas une religion, c'est une philosophie. C'était complètement
725 différent et finalement ça fait des gens qui sont quand même plus zens que nous. Et plus gentils
726 (rire).

727 Er : D'accord : Et du coup c'est bien que vous fassiez ce lien, peut-être que finalement le fait qu'on
728 soit dans des sociétés aussi où les gens, ou en tout cas certaines catégories de la population vont
729 avoir l'opportunité de plus voyager, de voir autre chose, je sais pas, d'avoir accès aussi, vous
730 parliez d'accès à l'information aussi bien sur les scandales sanitaires mais aussi peut-être sur
731 d'autres formes, enfin manières de prendre soin de soi, peut-être que ça aussi ça...

732 C : Mais bien sûr. Plus on est ouvert et vieux ou âgés (rire), plus ça permet de comparer les choses
733 et de faire son propre choix par rapport à ses propres envies aussi, parce que tout le monde n'est
734 pas obligé de faire ça. Mais c'est vrai qu'aller voir ailleurs ça permet de mieux comprendre le
735 monde, comment il tourne, comment les gens réagissent par rapport à tel ou tel phénomène et de
736 se dire bah finalement ils ont peut-être raison. C'est ça d'être ouvert je pense. Quel que soit le
737 domaine d'application. Au niveau de la santé et de l'équilibre des gens, oui c'est sûr que c'est
738 intéressant d'aller voir ailleurs ce qu'il se passe. Effectivement si l'on reste bien enfermé, je ne
739 ferai pas de politique (rire), mais je veux dire ça peut être dramatique quoi.

740 Er : Donc il y a quand même une question de, voilà à 50 ans d'ouverture, de peut-être être dans
741 une position de réflexivité par rapport à beaucoup de choses dans sa vie.

- 742 C : Par rapport aux expériences qu'on a pu connaître et vivre et voilà, par rapport au vécu. Le vécu
743 il est un petit peu plus long donc voilà, les choix sont peut-être différents à partir de 50 ans.
- 744 Er : D'accord. Sachant qu'on rentre dans la « deuxième mi-temps » (rire) de la vie et on se dit
745 « voilà maintenant il faut que je profite de la vie, que... »
- 746 C : Profiter de la vie et aussi peut-être à partir de 50 ans, laisser un héritage aux autres, en disant
747 « bah si je bouffe n'importe quoi, des trucs plein de pesticides, de machins », enfin, comme disait
748 Coluche « il suffirait qu'on en achète pas pour que ça se vende pas ». Voilà, c'est un peu ça aussi,
749 de se dire « qu'est-ce qu'on va leur laisser quoi ? ». Si on leur laisse une planète... le bio pour moi
750 c'est pas, le bio c'est pas... c'est pas pour moi... non c'est pas pour moi, c'est « qu'est-ce qu'on va
751 laisser à nos enfants demain ». On a fait le choix d'avoir trois enfants, où c'est déjà pas terrible ce
752 qu'on va leur laisser, si en plus on fait pas attention. Voilà c'est par rapport à cette, enfin ouais, à
753 partir de 50 ans l'expérience fait qu'on prend d'autres considérations.
- 754 Er : D'accord. On prend en considération son bien-être personnel, mais on est aussi dans une
755 disposition « qu'est-ce que je faire faire du temps qu'il me reste et qu'est-ce que je vais laisser
756 derrière moi ? »
- 757 C : Quel héritage en fait je laisse ? Juste histoire qu'ils aient pas trop honte de leurs parents (rire).
758 Même si on n'est pas responsable de ce que font, de ce qu'on fait les parents, mais malgré tout il
759 faut faire attention.
- 760 Er : Vis-à-vis de ses enfants et vis-à-vis de...
- 761 C : Bah vis-à-vis de ses enfants à soi, de façon un peu égoïste, et des générations futures quoi.
762 Voilà. Ça c'est super important. Est-ce qu'on leur pourri le reste de la planète ou... c'est déjà pas
763 mal entamé mais...
- 764 (Sonnerie de téléphone)
- 765 C : (à son téléphone) chut.
- 766 Er : Je vérifie que ça enregistre bien parce que là je ne le sens pas. Si ! (rire)
- 767 C : (rire)
- 768 Er : Oui donc c'est vraiment intéressant. Ça c'est un autre point que je n'avais pas du tout vu. Le
769 fait d'aussi, de laisser un héritage, être dans une forme de transmission, d'avoir un sentiment,
770 peut-être un peu de responsabilité...
- 771 (Sonnerie de téléphone)
- 772 C : Pardon.
- 773 Er : Il n'y a aucun souci.
- 774 C : Alors je vais envoyer un message. Je suis occupée, je vous rappelle dans quelques instants.
775 C'est mon fils (rire).
- 776 C : Non non c'est important. Bien sûr que c'est important. Et de se dire, voilà l'éducation qu'on
777 donne à ses enfants, c'est quelque part un, ça fait partie du patrimoine et c'est peut-être pour ça
778 que le grand il fait... en fait depuis tout petit, il veut toujours défendre les animaux. Donc il fait du
779 droit international et l'objectif c'est de faire du droit pour la défense des animaux. Ce qui est très
780 peu présent en France et donc, mais qui existe aux Etats-Unis puisqu'il y a un master aux Etats-
781 Unis, qui est le seul au monde pour la défense du droit des animaux et comment on introduit ça, là
782 cet été il est en stage, comment on introduit ça au sein de l'ONU, au sein des grandes institutions
783 de façon à, que tout le monde, que chacun se respecte les uns les autres, que ce soit une fourmi

784 ou... bon j'avoue, je tue des araignées (rire). Mais voilà, ça fait partie du patrimoine, de l'héritage
785 et de l'éducation que l'on donne à ses enfants, qu'est-ce qu'on va leur laisser derrière ?

786 Er : Vous pensez que c'est votre éducation qui a donné ça et vous, votre position en termes d'âge,
787 qui vous fait ressentir cette responsabilité ou est-ce que c'est aussi...

788 C : C'est un peu un mélange. C'est un peu un mélange de tout, c'est ce qui fait... enfin
789 culturellement et familialement oui je pense que c'est une question d'éducation, de respect des
790 autres etc. et puis après, l'expérience de la vie, de la vie qu'on mène et de la vie que j'ai menée
791 fait que j'aspire à un... à ce que ça devienne comme ça. Après on donne ça comme des questions
792 et on sait pas ce que ça donnera plus tard. Mais c'est important de faire prendre... enfin dans la
793 mesure où on en a conscience, où on en prend conscience, c'est voilà, de se dire « faut aussi que
794 je le transmette aux autres ».

795 Er : D'accord. C'est des valeurs qui vous ont aussi été transmises par vos parents.

796 C : Bien sûr. Le respect des autres et voilà, que chacun ait une place dans la société et que c'est
797 pas en écrasant le pote d'à côté qu'on réussit à obtenir toujours ce qu'on veut.

798 Er : Mmh. Et vos parents, sans être indiscrets, ils sont en bonne santé ? Ils ont quel âge ?

799 C : Oh oui. Mes parents, alors mon papa il vient d'avoir 72 ans et ma maman est plus âgée, elle a
800 78. Mais ouais, plutôt en bonne santé. Bon avec des petits bobos hein ? Enfin je veux dire l'usure,
801 mais sinon non autrement ça va. Non ça va. Et mes deux parents étaient dans l'enseignement,
802 mon père était prof d'Art plastique et ma maman était institutrice et directrice d'école mais en fait
803 elle a fait institutrice auprès des gens du voyage. Donc voilà, c'est aussi le respect vis-à-vis, c'est là
804 où, voilà c'est l'héritage, on est le produit de son héritage familial, où ben comment des
805 communautés différentes font parties de notre société, parce qu'elles font aussi partie de notre
806 société et voilà. Donc ça fait un tout en fait. On est issue de, on est le produit de ses parents, à
807 tous les niveaux (rire).

808 Er : (rire) Et du coup, quand vous voyez vos parents qui vieillissent etc., est-ce que vous vous voyez
809 entre guillemets comme dans un miroir ? Je sais pas, voir le parcours de ses parents sur le plan de
810 la santé, ça vous donne une idée de...

811 C : De ce qu'il faut faire avant ? (rire)

812 Er : Bah je sais pas, est-ce que c'est un point de repère pour vous ?

813 C : ouais bien sûr. Ouais. Comme je disais toute à l'heure on devient les parents de ses parents et
814 on se dit, « pourvu que je devienne pas comme ça ! » (rire). Ouais, non je pense que c'est... bah il
815 faut des référents dans la vie, donc quand on regarde ses parents vieillir, on se dit bah tiens ouais,
816 voilà, ma maman elle a toujours dit qu'elle ferait l'université quand elle serait à la retraite, machin,
817 je sais plus comment on appelle ça, l'université du troisième âge machin. Au final elle a rien fait,
818 aujourd'hui, elle sort presque plus de chez elle, elle a pas de copines et je trouve ça terrible d'être
819 seule et un peu isolée, enfin pas isolée puisqu'ils sont encore tous les deux mais il y a des choses
820 que je pense, je m'en serviraient en me disant « voilà, moi je veux pas de ça pour moi plus tard ».

821 Er : D'accord. Ouais. Par rapport à ses parents, on se dit « au niveau de la santé, voilà je vais vieillir
822 de telle manière », mais on se dit aussi que ce qu'ils ont pas réussi à faire pour eux, bah moi je vais
823 réussir à le faire pour moi.

824 C : Oui et puis on connaît aussi un peu du coup la carte, la valeur héréditaire des choses, donc on
825 se dit tiens, va peut-être falloir que je surveille cet aspect-là plus particulièrement chez moi. Moi je
826 connais, enfin j'ai fait le tour de la question déjà. Tu sais, mon papa il a des problèmes de cœur.
827 Euh il a des problèmes de cœur. Il a un cœur qui n'est pas dans la norme, je sais que j'ai le même

828 facteur donc voilà, ça c'est à surveiller. Ma maman à des gros problèmes de colonne vertébrale et
 829 de pieds, donc ça c'est à surveiller et voilà. Même si, il y a d'autres, enfin mon père est né après la
 830 guerre mais ma mère est née en 38, donc il y a aussi d'autres facteurs qui ont fait que voilà, la
 831 santé elle évolue différemment pour les générations d'avant que pour la nôtre.

832 Er : Donc il y a un aspect génétique, mais aussi un aspect culturel et historique entre guillemets.

833 C : Ouais, les problèmes de dos et de pieds, c'est des problèmes d'alimentation pendant la guerre.
 834 Donc pile poil au niveau de la croissance, elle n'a pas mangé à sa faim tous les jours, voilà sans
 835 parler des cinq fruits et légumes par jour. C'était pas possible donc c'est pour ça que je pense
 836 qu'aujourd'hui, il n'y a pas qu'un facteur héréditaire, mais aussi culturel entre guillemets. Mais
 837 c'est sûr que ça sert de repère, nos parents servent de repère.

838 Er : Parce que finalement, il n'y a plus de... c'est vrai qu'avec l'allongement de l'espérance de vie, à
 839 50 ans on arrive à la « moitié » entre guillemets, mais on arrive pas comme il y a deux générations
 840 avant, à la fin. On se rapproche pas... c'est pas la mort dont on a immédiatement conscience, c'est
 841 pas le souci.

842 C : Non mais moi je vous dis, mon arrière-grand-mère elle est morte, elle avait 102 ans, ma grand-
 843 mère est morte, elle avait quatre-vingt... pas loin non plus et donc voilà, ça voudrait dire que moi
 844 je vis largement jusqu'à 120 ! (rire) Non mais je veux dire, ça fait qu'à 50 ans, on se dit « tiens il me
 845 reste un petit peu de temps quand même ».

846 Er : Donc c'est pas vraiment la question de la mort qu'on se pose, c'est peut-être la question du
 847 « bien vieillir » plus ?

848 C : Ouais bien sûr. C'est pour ça qu'il faut effectivement se prendre en charge et pas faire
 849 l'autruche non plus. Je veux dire enfin...

850 Er : La tension elle est pas... enfin avant, il y a plusieurs générations, à 50 ans on voyait la mort
 851 approcher et on était dans une forme d'angoisse attentiste. Aujourd'hui à 50 ans c'est une tension
 852 qui n'a pas la même consistance : le temps devient rare, il est vécu sur le mode de l'urgence, la
 853 tension n'est pas de la même nature.

854 C : Bien sûr. C'est... Ouais non c'est sûr, il faut être plus... Dans la mesure où l'on a plus de
 855 possibilités, je sais pas si c'est mieux ou moins bien, mais plus de possibilités d'avoir une vision
 856 globale sur une ou deux générations, voilà, on se dit, ça il faut le faire, ça il faut le faire et du coup
 857 ça rétrécit un peu le temps comme une peau de chagrin (rire). J'aurais jamais le temps de tout
 858 faire, de lire tous les bouquins que je veux (rire). Mais c'est pas une angoisse... enfin, on le sait, on
 859 le sait au départ qu'on aura jamais le temps de tout faire. Mais faut faire les choses les plus
 860 importantes pour soi quoi et pour ceux qu'on aime. Voilà.

861 Er : Et vous diriez que vous être totalement à l'aise dans votre vie, dans votre corps ?

862 C : Non dans mon corps non, j'ai effectivement des kilos en plus donc, enfin en plus. En plus par
 863 rapport au départ (rire). Donc à l'aise, non pas forcément mais bon je me soigne, enfin je me
 864 soigne, j'essaie de faire en sorte que ça aille mieux. Ouais faut être lucide par rapport au...

865 Er : C'est vrai qu'il y a beaucoup de femmes qui m'ont parlé... bah en fait, toutes les femmes que
 866 j'ai vue m'ont parlé...

867 C : Du poids ?

868 Er : voilà du poids, des effets de la ménopause etc. A la différence des hommes, que la ménopause
 869 engendrait des changements physiologiques...

870 C : Mais l'andropause aussi ! (rire)

- 871 Er : L'andropause, ouais c'est moins...
- 872 C : Ouais c'est moins. Enfin moi je suis pas concernée par la ménopause encore. Mais j'ai des
873 copines qui le sont. Et là encore, il existe des choses... enfin on peut anticiper les choses de façon
874 naturelle pour essayer de bien le vivre. Mais moi je suis pas confrontée à ça pour l'instant.
- 875 Er : Ouais. Et c'est là où j'ai vraiment l'impression que pour les femmes qui l'ont vécu, il y a
876 vraiment...
- 877 C : Ouais il y a un avant et un après. Non je suis d'accord.
- 878 Er : Parce qu'il y a des changements aussi de nature de cheveux, de peau et du coup il y a ce biais
879 d'interrogation d'entrée dans le vieillissement par la ménopause, chose qu'il n'y a pas forcément
880 chez les hommes où c'est plus...
- 881 C : Peut-être qu'ils devraient faire attention. Moi je le dis. Enfin mon chéri il perd ses cheveux
882 depuis l'âge de 20 ans. Donc déjà, le niveau hormonal est mort. Non mais je pense que les
883 hommes, c'est le côté, enfin ça c'est pareil, on en revient tous à notre culture judéo-chrétienne
884 machin de base, mais de se dire « oh bah de toute façon un homme c'est costaud machin », alors
885 que bon je suis désolée mais il y aussi des phénomènes, des phénomènes qui font que ben, à
886 partir de 50 ans on change, systématiquement on change. Je sais pas si c'est 40 ans ou machin,
887 mais c'est plus à partir de 40 ans qu'on commence à vieillir.
- 888 Er : Ah oui ?
- 889 C : Jusqu'à 40 ans tout va bien et à partir de 40 ans... J'ai mon copain allemand Stephen qui dit
890 toujours « si à 50 ans tu te lèves et que t'as mal nulle part, c'est que t'es mort ». (rire)
- 891 Er : (rire) c'est pas mal ça !
- 892 C : C'est un truc allemand ! C'est vrai que le matin quand on se lève (mime)
- 893 Er : ça cause pas plus d'énervement que ça si ?
- 894 C : Non.
- 895 Er : Parce qu'il y a des gens...
- 896 C : On n'y peut rien ! L'emprise elle est là et puis voilà, faut vivre avec et essayer de vieillir au
897 mieux, mais on peut pas... Ça m'étonne pas que certaines personnes ça les énerve mais non je suis
898 plutôt philosophe par rapport à ça. Surtout, j'ai d'autres préoccupations que ma petite personne.
899 Voilà, je m'arrête pas à ça. J'ai autre chose à faire que de me regarder le nombril et de savoir si
900 tous mes orteils ne craquent pas ou j'en sais rien.
- 901 Er : Bien sûr. Après voilà, je me dis que jusqu'à 50 ans, on est dans une disposition où on est en
902 progression constante, dans son domaine professionnel, dans la performance physique... Bon à 25
903 ans, voilà, on se sent pas totalement différent de... bah si, on sent qu'on arrive moins à faire des
904 choses aussi, mais on est toujours dans une forme de progression. Et de se dire à 50 ans, voilà on
905 devient presbyte...
- 906 C : Oui passer de l'autre côté de la montagne.
- 907 Er : Oui ça peut ne pas être évident pour tout le monde.
- 908 C : Ouais. Non je comprends. Mais si on l'accepte pas, c'est quelque chose contre lequel on ne
909 peut pas lutter. Donc si on l'accepte pas, ça veut dire qu'on le vit pas bien et ça veut dire que ça
910 engendre d'autres soucis. Je pense qu'il faut accepter les choses. Enfin, je suis plutôt une
911 combattante et voilà, par rapport à plein de choses. Par rapport à ça, c'est comme ça et vaut

- 912 mieux l'accepter et bien vivre avec plutôt que d'être en perpétuel combat quoi. Sinon on n'est
913 pas... enfin chacun son truc. Moi je suis plus dans cette optique-là.
- 914 Er : En fait vous, ça serait de vous adapter au rythme de votre corps quoi.
- 915 C : Bah voilà.
- 916 Er : Tout simplement.
- 917 C : en essayant de le maintenir au mieux, le mieux possible et de faire attention à ne pas faire
918 n'importe quoi. Mais il faut, ouais faut s'adapter. Essayer de rester, d'avoir la pêche et tout ça et
919 de faire plein de trucs au quotidien et avec les enfants et tout ça. Mais il y a des facteurs qui font
920 que chez certaines personnes ça va venir à 40 ans et d'autres ça viendra qu'à 70, mais voilà faut
921 prendre en compte ce facteur-là.
- 922 Er : il y a des choses que vous n'arrivez plus à faire ?
- 923 C : Que j'arrive plus à faire ?
- 924 Er : Des concessions que vous avez faites vis-à-vis de vous-même, de votre de corps ?
- 925 C : J'ai pas vraiment le choix en fait. Non. Mais je vous dis, mon mari n'étant pas très souvent là, je
926 fais tout (rire) donc.
- 927 Er : Vous avez pas le choix ?
- 928 C : Bah non j'ai pas le choix.
- 929 Er : Et c'est plus difficile qu'avant peut-être d'assumer ?
- 930 C : (souffle avec la bouche) Non j'en sais rien. Non. Je trouve pas cette partie plus difficile. Non
931 parce que je vous dis, si on s'arrête à tout regarder, on vit plus hein. Non, je me sers de mes
932 enfants quand ils sont là pour porter les packs d'eau (rire). Mais je ne le faisais pas non plus quand
933 j'étais enceinte donc voilà, non non.
- 934 Er : D'accord. Et au niveau de votre parcours, de votre formation, de vos études, de votre bac,
935 vous avez fait quoi exactement ?
- 936 C : Alors moi j'ai un bac littéraire, j'ai fait deux ans de fac d'Allemand. Ça n'a pas marché du tout.
937 Non ça n'a pas marché, il n'y avait rien au bout. Et donc après je me suis orientée vers un BTS de
938 secrétariat trilingue. Et puis après, enfin pendant, j'ai, enfin non, parce que mon mari je le connais
939 depuis le lycée, donc nous nous sommes mariés et après je l'ai suivi. Et en bossant, en cherchant
940 de travail, sauf depuis que je suis à Chatou, chaque fois j'ai travaillé...il n'y a pas de volonté, enfin
941 je ne suis pas carriériste, il n'y a pas de volonté à ce niveau-là et toute façon en suivant, enfin c'est
942 soit l'un soit l'autre, donc lui a fait carrière et moi pas.
- 943 Er : D'accord. Et vous avez décidé de vous consacrer à vos enfants, à la famille etc.
- 944 C : Ouais.
- 945 Er : Ok. Bah écoutez je sais pas si vous avez d'autres choses à rajouter ? Des aspects que j'aurais
946 pas évoqué et qui vous semblent importants, que ce soit au niveau de la cinquantaine, au niveau
947 de la santé, au niveau de votre personne, de votre vie ?
- 948 C : Non je trouve qu'à partir de la cinquantaine on fait le tri dans beaucoup de choses, on a
949 effectivement plus de recul, donc que ce soit en termes de santé, en termes de vie quotidienne,
950 en termes d'envies, en termes d'amis aussi, parce que finalement, quand on est jeune on a plein
951 de potes et puis on s'aperçoit qu'à 50 ans on n'en a plus tant que ça mais que c'est vraiment des
952 amis sur lesquels on peut compter, ça c'est important. Et voilà.

Annexes

- 953 Er : la santé elle remonte un peu dans l'ordre des priorités ? Enfin c'est peut-être une question qui
954 se pose maintenant et qui ne se posait pas avant ? Ou elle se pose de manière différente ?
- 955 C : Ouais elle se pose de manière différente, c'est-à-dire être plus attentif on va dire. Sachant
956 qu'effectivement on n'est plus toute jeune, on n'a plus 20 ans, donc s'il y a tel problème, faut
957 peut-être pas le laisser... La tendance c'est de le laisser trainer, de pas s'occuper de soi et
958 maintenant cinquante ans, on se dit « faudrait pas que ça prenne des proportions qui
959 m'empêchent de faire ce que j'ai encore envie de faire ».
- 960 Er : Ok. Très bien. Et si vous deviez résumer, alors ça je le pose à tout le monde, si vous deviez
961 résumer la cinquantaine en trois mots ?
- 962 C : La cinquantaine en trois mots... « action », « réaction », « combat » (rire).
- 963 Er : Et être en bonne santé à 50 ans en trois mots ?
- 964 C : Arrête de manger du chocolat ! Merde ça marche pas (rire). « Equilibre », « harmonie » et
965 « vitalité ».
- 966 Er : Parfait.
- 967 C : Et la pêche ! (rire)
- 968 Er : Bah c'est parfait !
- 969 C : Voilà ! Super ! Merci.
- 970 Er : Bon du coup je vais arrêter l'enregistrement, ça va ?
- 971 C : Oui c'est bon.
- 972 Er : C'est votre dernier mot ? (rire)
- 973 C : C'est mon dernier mot Matthieu (rire)

Entretien n°6/10 – Marcel	
<i>« Je pense que si on n'a pas un physique qui suit, ça ça peut être très dur à vivre quand on vieillit. On n'a pas besoin d'avoir un corps de jeune homme, faut simplement faire les choses de manière, je dirais raisonnable. Mais pouvoir avoir une bonne autonomie, avoir une activité physique, voilà, bien adaptée et il s'agit pas de se lancer dans un défi pour aller dire je vais aller faire un marathon à 60 ans quoi. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, Responsable-manager dans le secteur bancaire, 58 ans, Bac +5, école de commerce, marié, trois enfants
Date de l'entretien	20 mai 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	L'Etang la ville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	92 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai rencontré Marcel lors d'un mariage. Je discutais avec lui quand je lui ai demandé s'il était d'accord pour effectuer un entretien avec moi. Nous nous sommes retrouvés quelques jours plus tard à son domicile, dans ce qui doit lui servir de « salle télé ». Assis sur son canapé, les pieds posés sur sa table basse, je l'ai senti à l'aise. Notre échange a été très naturel mais j'ai eu l'impression que mes questions le faisaient parfois réfléchir pour la première fois, ou du moins consciemment, sur certains aspects de son existence, ou tout du moins sous cet angle: <i>« Donc voilà, ça lève, ça enlève peut-être inconsciemment certaines inquiétudes. Mais je l'avais jamais vraiment complètement intégré comme ça, mais effectivement. »</i> (l. 506-508). Il a même fini par me dire : <i>« Je vais peut-être faire le test colorectal quand tu vas partir »</i> (l. 533-534). Est-ce une bonne chose ? En tout cas je n'ai absolument pas l'impression de l'avoir contraint à répondre à des questions auxquelles il n'avait pas de réponse ou à interférer dans l'orientation de ses propos. J'essaie toujours de laisser le plus d'initiative aux enquêtés et de rebondir sur leurs propos, pour reconstruire de manière inductive leur logique individuelle et authentique.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Marcel a 58 ans. Le passage à la cinquantaine pour lui, c'était il y a déjà quelques années mais il n'a pas le souvenir que le changement ait été rude sur le plan de la santé. Il a pourtant connu un problème de dos à 47 ans, qui lui a valu une opération et causé un certain mal-être psychique tant le décalage avec la condition physique de ses pairs a été frappant. Aujourd'hui, Marcel fait donc plus attention à sa santé et considère qu'il est important d'apprendre à se préserver dès le plus jeune âge. Cela pourrait ainsi éviter de « payer l'addition à 50 ans ». Faire du sport, avec modération, sans rechercher la performance et manger sain sont ses deux « vœux pieux » pour les prochaines années. L'approche de la soixantaine lui paraît être une étape plus déstabilisante que le passage à la cinquantaine, notamment parce que la sortie de la vie active se fait imminente. Sur le plan de la santé, malgré la présence du cancer parmi les femmes de sa famille, Marcel se sent comme protégé du fait qu'il s'identifie plus à son père qui a mené un vieillissement sans encombre jusqu'à sa mort à l'âge de 92 ans. Il n'effectue donc pas régulièrement ses dépistages. Le plus important pour lui c'est d'être bien dans son corps et bien dans sa tête, et surtout bien dans sa tête. Car si l'on est jeune dans son esprit, cela s'en ressentira forcément physiquement. Pour être parfaitement serein, il convient néanmoins d'accepter de vieillir.
Enquêteur	Matthieu Pace

Annexes

- 1 Er : Bonjour. Donc je vous rappelle que cet entretien sera entièrement enregistré et entièrement
2 retranscrit. Est-ce que vous êtes d'accord ?
- 3 M : Oui.
- 4 Er : Ok. Donc je vous explique un peu la démarche de mon mémoire, qui porte sur les 50 ans et
5 leur rapport à la santé, leur vision de la cinquantaine et du coup, ça va être une discussion
6 informelle qui durera plus ou moins longtemps selon ce que l'on a à se dire. Et ma première
7 question, qui est une question ouverte, serait de savoir si le passage à la cinquantaine a changé
8 quelque chose dans votre vie de manière générale ?
- 9 M : Non. Je dirais aucun changement.
- 10 Er : Aucun changement.
- 11 M : Non. J'ai tendance à penser que c'est plutôt le passage à la soixantaine qui provoque un
12 changement.
- 13 Er : Ouais.
- 14 M : Mais à la cinquantaine aucun.
- 15 Er : Aucun.
- 16 M : Non.
- 17 Er : Et au niveau de la santé ?
- 18 M : Ouais non, au niveau de la santé, bah quand on a la chance d'être en bonne santé, j'ai envie de
19 dire, c'est un âge qui se passe, voilà plutôt bien quoi. On va dire sur... enfin encore une fois quand
20 on a la chance d'être en bonne santé. Je pense pas que ce soit un âge sur lequel il y ait beaucoup
21 de voilà, que l'organisme se détériore beaucoup si je puis dire. Donc non ce passage-là pose pas de
22 problème.
- 23 Er : D'accord. Donc vous avez pas l'impression de rentrer dans une phase où vous sentez peut-
24 être, au niveau de votre corps plus fatigué ? Voilà avoir moins d'énergie ? Sans avoir spécialement
25 de problèmes de santé ?
- 26 M : Euh non. Enfin, pour autant que je m'en souviens, parce que moi je vais avoir 59 ans cette
27 année donc ça fait quasiment dix ans.
- 28 Er : Ah ouais d'accord, on dirait pas ! on dirait que vous rentrez dans la cinquantaine là ! (rire)
- 29 M : Bah oui je sais, on me dit souvent que je fais plus jeune.
- 30 Er : Oh bah oui oui.
- 31 M : Et donc bon ça fait neuf ans donc bon, on vieillit un petit peu en fait. Bon mis à part un
32 problème de dos qui a justifié une opération, qui a commencé d'ailleurs à peu près à cette
33 époque-là, mais je pense que ça n'a rien à voir avec une question d'âge. C'est plus une question
34 physiologique et de constitution pour moi. Je veux dire ça aurait pu arriver à 45 ans, je sais pas.
35 Donc je pense que ça n'a rien à voir avec l'âge. Donc ouais, on a un peu tendance à oublier. En
36 revanche, je dirais plutôt que passé 55 ans, ou s'approchant de la soixantaine, là on sent qu'on est
37 quand même moins alerte. Bon en même temps, tout dépend de l'activité physique qu'on a. Moi
38 je fais pas énormément énormément de sport compte tenu de mes problèmes de dos. Et donc du
39 coup je pense que ça, bah ça contribue je dirais à se sentir un peu moins physiquement alerte.
40 Mais j'aurais pas de problèmes de dos, je ferais plus d'activité physique, j'ai envie de dire, je me
41 sentirais presque aujourd'hui comme à 50 ans quoi.

- 42 Er : D'accord. C'est-à-dire que là vous faites pas du tout d'activité physique ?
- 43 M : Un petit peu de vélo le week-end. Mais compte tenu de mes problèmes de dos, c'est un peu
44 compliqué. Et puis la semaine est bien occupée par des journées de boulot avec de fortes
45 amplitudes. Bon donc, j'ai pas une assiduité à l'activité physique très bonne. Mais bon, comme je
46 suis plutôt je dirais d'un naturel, enfin naturellement plutôt de bonne constitution, bah ça pose
47 pas trop de problèmes.
- 48 Er : Ok. Et au niveau du boulot. Voilà, 50 ans, c'est vrai qu'on arrive, enfin 50 ans, enfin on entre
49 dans la catégorie des gens qui sont expérimentés et au niveau du travail, on a sûrement plus de
50 responsabilité à ce moment-là de la carrière. C'est difficile à suivre ou ?
- 51 M : Non euh... En fait, à 50 ans, donc ça fait neuf ans, neuf ans on rentrait d'une période
52 d'expatriation de cinq ans.
- 53 Er : Au Maroc c'est ça ?
- 54 M : Ouais. Et donc, moi le boulot que j'ai eu en rentrant me convenait beaucoup. J'avais beaucoup
55 de, enfin pas mal de déplacements à l'étranger, euh... voilà ça maintient actif quoi. Enfin après,
56 c'est assez dynamisant j'ai envie de dire.
- 57 Er : D'accord. Et au niveau de la gestion du stress, vous avez l'impression d'avoir eu plus de stress ?
58 Plus de choses à gérer ?
- 59 M : Non. Et puis je pense que le stress en fait, il est pas lié à l'âge en fait. Je pense qu'il est lié au
60 boulot qu'on peut avoir et pas tant aux responsabilités : les gens avec qui on travaille, les
61 supérieurs. Si vous avez des supérieurs hiérarchiques qui sont, qui te mettent une pression forte,
62 ce genre de choses, là vous pouvez avoir du stress, mais j'ai envie de dire, c'est indépendant de
63 l'âge. Ça dépend aussi un peu de sa nature. Il y a des gens qui sont stressés et qui encaissent mal
64 et puis qui vont se stresser, je veux dire pour un oui ou pour un non quoi.
- 65 Er : Et vous vous êtes de nature ?
- 66 M : Moi je suis plutôt d'un naturel serein. Ouais alors, encore que, j'ai le sentiment qu'il y a
67 beaucoup plus de stress aujourd'hui que j'en avais il y a quelques années. Mais je pense que c'est
68 plus lié à la nature du boulot qu'on fait, plutôt qu'à l'âge.
- 69 Er : Et cette nature du boulot serait pas elle liée à l'âge ?
- 70 M : Non je pense pas. Ça dépend. Moi je suis dans une grande entreprise, donc j'ai eu des métiers
71 différents, régulièrement j'ai changé, donc j'ai eu des environnements différents, des patrons
72 différents. Et donc c'est plus ça qui va éventuellement influencé la façon dont on ressent les
73 choses plus que l'âge. Alors peut-être, j'ai envie de dire, logiquement, moi j'approche de la
74 soixantaine donc plus on approche de la fin de sa carrière et plus on devrait se sentir je dirais
75 serein. Bon, moi je suis serein mais, malgré tout le boulot, bah voilà en fonction de ce que l'on a à
76 faire, de la pression quotidienne, on... bah il y a des gens qui vont se détacher fortement ou
77 (inaudible). Moi j'ai le sentiment d'avoir un peu plus de stress aujourd'hui que j'en avais à 50 ans,
78 alors que je devrais finalement, alors que je me rapproche de la retraite, j'ai envie de dire. Il doit
79 me rester quoi ? quatre ans à bosser, cinq ans maximum euh... je devrais prendre un peu de
80 distance.
- 81 Er : Après c'est vrai que dans les gens que j'ai entendu, c'est pas mal revenu le fait qu'il y ait plus
82 un stress en fin de carrière, qui soit lié, je sais pas, peut-être au fait qu'il ait la relève de la jeunesse
83 qui arrive sur le marché de l'emploi, au fait qu'on soit catégorisé entre guillemets comme
84 « sénior » dans les entreprises. Est-ce que vous avez l'impression qu'il y a un changement de
85 regard ? Un changement d'attitude vis-à-vis des gens qui sont en fin de carrière professionnelle ?

86 M : Non. Et puis en plus, moi je travaille dans un service où la moyenne d'âge est inférieure à 30
87 ans. Je travaille qu'avec des jeunes. Je suis, je dois être le plus vieux ou pas loin.

88 Er : D'accord. Et justement vous le vivez comment ça ?

89 M : Bah plutôt bien. J'ai envie de dire, travailler avec des jeunes c'est pouvoir leur apporter, leur
90 faire partager notre expérience, je trouve ça plutôt intéressant. Donc ça c'est plutôt stimulant ça
91 j'ai envie de dire. Bon après, on a une expérience et en même temps sur des nouvelles, sur
92 certains aspects, bon les nouvelles technologies, ou les choses comme ça, on est un petit peu, on
93 va pas dire dépassé, mais on va moins vite hein ? En revanche on apporte autre chose. On apporte
94 une prise de recul sur les choses, qu'un jeune qui débute dans sa vie professionnelle ne peut pas
95 avoir.

96 Er : Et du coup, de 1) vous avez pas forcément le sentiment d'être dans une relation de
97 concurrence, ce qui peut arriver parfois, enfin pas forcément de concurrence mais de se dire que
98 c'est des gens qui vont finir pas prendre votre place entre guillemets.

99 M : Ouais non pas du tout. D'autant que je veux dire, ils auraient du mal à prendre ma place (rire).
100 Et puis en fonction du service et du type de job que l'on a, puisque qu'effectivement, on pourrait
101 se retrouver à 50 ans, à avoir une fonction équivalente. Dans le précédent poste que j'avais, on
102 était une dizaine à travailler sans management, chacun sur un métier identique, mais sur un
103 périmètre différent, mais finalement on avait le même job. On n'était pas en concurrence, mais
104 malgré tout, on aurait pu un petit peu l'être quelque part. Ou en tout cas, ceux qui étaient au-
105 dessus de nous avaient les moyens de juger ta performance en comparant les uns et les autres,
106 puisqu'on faisait à peu près le même métier sur un périmètre différent. Et là j'aurais pu très bien
107 être avec, bon il s'avère qu'on était tous dans des âges à peu près voisins, entre 45 et 55 ans, mais
108 on aurait très bien pu avoir un jeune de 35, voilà. Bon là on aurait pu effectivement, bon il y aurait
109 pu avoir une concurrence. Mais il s'avère qu'il y en avait pas puisqu'il y avait un très bon état
110 d'esprit donc chacun avait son périmètre, il y avait plutôt un bon état d'esprit et du coup il y avait
111 pas du tout ce sentiment de pression, de comparaison voilà. Et puis dans le boulot que je fais
112 aujourd'hui, bah je dirais, il y a beaucoup de jeunes à manager et il y a pas du tout cette
113 concurrence ou quoi que ce soit. Ils ont pas du tout le même métier quoi.

114 Er : Ok. Et vous faites quoi actuellement ?

115 M : Alors moi je suis dans un service d'audit. Et donc bah tous ces jeunes, c'est des jeunes
116 auditeurs en fait. Donc pour la majorité, ils sortent de l'Ecole, c'est leur premier job, donc il y en a
117 qui arrivent chez nous, ils ont 24 ans, 25 ans, ou ils ont eu un premier job de deux ans après
118 l'Ecole, ou ils ont fait un VIE ou ce genre de choses. Donc à part quelques exceptions ils ont tous
119 moins de 30 ans, donc ils ont tout à apprendre, c'est leur premier je dirais métier, donc on est là
120 pour les accompagner, les faire monter en compétence, donc il y a pas du tout de concurrence
121 hein ?

122 Er : D'accord. Et vous avez plus l'impression en fin de carrière d'être dans cette position de
123 transmission et d'y trouver finalement peut-être une forme de valorisation ?

124 M : Euh... bah en tout cas je trouve ça intéressant. Je trouve ça intéressant d'apporter quelque
125 chose de ce point de vue-là. Et puis encore une fois, bon bah, il y a besoin dans tous les métiers,
126 en tout cas dans les métiers du tertiaire, il y a souvent besoin d'avoir une certaine prise de recul,
127 hein ? Déjà un auditeur, quand il va auditer dans une banque telle ou telle activité, quand ils
128 sortent de l'Ecole, bon faut qu'il apprenne son métier, ce que c'est que l'audit, mais faut aussi
129 qu'il, bah il a aucun recul professionnel sur les activités, sur le fonctionnement d'une banque. Il a
130 une approche assez juvénile finalement des choses, il a aucun vécu professionnel alors que bon
131 moi ça fait 35 ans que je suis dans la même boîte et j'ai été en France, à l'étranger, dans des

- 132 activités très différentes, et tout ça permet de construire finalement son expérience et cette prise
133 de recul.
- 134 Er : Ouais. Et du coup le travail ça occupe une vraie part dans votre vie, ça a apporté du sens à
135 votre vie ? Comment vous abordez l'approche de la retraite ? Est-ce que ça vous pose question ?
- 136 M : Bah c'est quelque chose auquel on pense. A partir d'un certain âge on commence à y penser.
137 En tout cas, personnellement, c'est quelque chose auquel je pense régulièrement. Depuis j'ai
138 envie de dire deux ans. Donc à partir de l'âge de voilà 57 ans, on se dit, bon ben voilà (rire), les
139 choses, ça s'approche. Euh... C'est... Tout à l'heure j'ai commencé en disant que la cinquantaine ça
140 passe tout seul, parce que finalement, 47 ans, 48 ans ou 52, 53, c'est pareil. Par contre quand vous
141 approchez de 60 ans, là derrière il y a la retraite et qui dit retraite dit cessation d'activité quoi. Et
142 quid d'après quoi. Qu'est-ce qu'on fait ? Enfin, on n'entend souvent des gens qui dépriment hein,
143 pendant leur retraite, parce qu'ils s'ennuient. Donc souvent j'y pense, j'y réfléchis en me disant
144 « Comment je vais m'occuper ? » « Qu'est-ce que je vais faire ? ».
- 145 Er : Ouais. Surtout que maintenant, enfin avant les gens, il y a quelques générations, les gens
146 arrivaient à la retraite et, bon je vais pas dire qu'ils mourraient très vite, mais je veux dire,
147 l'espérance de vie s'est beaucoup allongée et maintenant la retraite c'est presque une deuxième
148 vie quoi.
- 149 M : Bah oui ça peut durer quand même assez longtemps. Et puis quand on part à la retraite, alors
150 je sais pas à quel âge j'arrêterai hein ? Si j'arrêterai à 62, 63, 64, j'en sais rien encore. Peut-être
151 que l'entreprise, un moment donné me dira « Bon ben ça va » (rire). Tout dépend de la
152 conjoncture, des besoins. Dans le secteur bancaire, puisque c'est dans ce secteur-là que je suis, il y
153 a beaucoup de bouleversements en ce moment, avec l'apparition du digital, des nouvelles
154 technologies. C'est un secteur qui est quand même très secoué, comme d'autres d'ailleurs,
155 comme beaucoup d'autres. Les banques ferment leurs agences, de plus en plus, parce que bah les
156 clients vont plus dans les agences. Ils font tout à partir du smartphone, donc une agence ne sert
157 plus à grand-chose, sauf pour les opérations je dirais un peu sophistiquées où on va avoir besoin
158 d'un conseil. Et comme c'est pas dans les agences de quartier où il y a trois personnes que des
159 gens vont pouvoir avoir un vrai conseil haut de gamme. Les banques sont en train de se
160 restructurer et de fermer de plus en plus ces petites agences pour en avoir de plus importantes et
161 concentrer l'expertise dans ces agences un peu plus importantes. Donc il y a ça qui bouleverse les
162 choses, donc ça veut dire que ça va être une réduction d'effectif. Au niveau des services du siège
163 c'est pareil, il y a beaucoup de restructurations donc bon, dans un an, deux ans...
- 164 Er : Ouais, c'est la boîte qui vous dira un peu...
- 165 M : Alors la boîte pourra pas me mettre à la retraite si je le souhaite pas. Après il peut y avoir un
166 plan social et puis un accord. Donc voilà je peux être concerné, comme ne pas être concerné, tout
167 dépend de ce qu'on fait au moment où ce genre de choses arrivent et dans quel type de fonction
168 vous êtes. Voilà. Dans ces grandes entreprises, vous pouvez ne pas être concerné si vous êtes dans
169 un métier où on a besoin de vous en fait.
- 170 Er : Vous vous avez des fonctions de manager dans la banque ?
- 171 M : Ouais.
- 172 Er : C'est ça ? ok.
- 173 M : Mais dans un an ou deux ans, j'occuperai probablement pas les mêmes fonctions
174 qu'aujourd'hui. Je changerai à nouveau. C'est un principe de fonctionnement dans les grandes
175 entreprises, où régulièrement on change de poste.

176 Er : Avec le même niveau de responsabilité ?

177 M : Bah en fait, ça peut être très différent. Là aujourd'hui je manage, je suis à un service d'une
178 centaine de personnes, je manage environ une dizaine de personnes qui elles-mêmes managent
179 chacune 10 à 15 personnes. Dans mon poste précédent, je manageais personne. Je travaillais seul.
180 J'avais plutôt une relation fonctionnelle sur les gens avec qui j'étais en interaction. Donc là j'ai des
181 relations hiérarchiques. Mais et donc du coup ça n'a rien à voir avec le niveau hiérarchique ou quoi
182 que ce soit, c'était un métier différent. C'est-à-dire que je faisais un métier différent que celui que
183 je fais aujourd'hui. Tout en étant dans la banque, dans la banque de détail, là je dirais que je suis
184 dans la banque de détail en France, mon poste précédent j'étais dans la banque de détail à
185 l'étranger et donc j'avais une relation fonctionnelle vis-à-vis des personnes avec qui je travaillais.
186 Dans un an, deux ans, je sais pas ce que je ferai. J'y pense pas encore, pour l'instant je reste dans
187 mon poste actuel.

188 Er : Vous vivez au jour le jour. Et la retraite ça vous angoisse ?

189 M : Non ça m'angoisse pas. Mais, j'y réfléchis dans le sens, plus pour me dire « voilà », il faut que
190 j'y pense, que j'y réfléchisse pour me créer une occupation quand j'y serai. Sinon, bah j'en
191 discutais ce week-end avec un de mes beaux-frères qui a presque dix ans de plus que moi, il doit
192 avoir 68 ans, il a travaillé jusqu'à 65 ans à peu près. Bah il s'ennuie en fait. Il s'ennuie. Donc moi je
193 veux pas me retrouver dans cette situation-là. Alors on peut faire du jardinage, on peut faire des
194 choses comme ça (rire), mais en fin bon je veux dire on va pas occuper toutes ses journées à faire
195 du jardinage. Je veux dire le jardin, sinon ça va être, ça sera un beau jardin mais voilà... Sauf si on
196 est passionné hein ? Mais voilà, faut essayer de trouver quelque chose qui cadre bien avec...

197 Er : Qui occupe le quotidien.

198 M : Ouais. Alors il y a des gens qui vont trouver des occupations dans des associations ou autre,
199 euh... bon est-ce que c'est ce que je ferai ? j'en sais rien, en tout cas j'ai pas envie de me recréer
200 quelque chose où j'ai l'impression d'être au bureau quoi. Je veux dire à ce moment-là, autant
201 continuer à bosser hein ?

202 Er : C'est ça. Vous vous verrez pas faire du conseil ?

203 M : Non non non. Sinon autant continuer à bosser. On va pas être à la retraite pour aller prendre
204 du boulot ailleurs (rire).

205 Er : Ouais. Et votre femme elle travaille.

206 M : Elle travaille pas non. Elle a arrêté de travailler il y a quelques années.

207 Er : Ok. Bah vous pourrez vous occuper tous les deux (rire).

208 M : Ouais nan mais c'est certain. C'est certain.

209 Er : C'est peut-être aussi autre chose à envisager, de se dire bah on va retrouver une vie de couple,
210 on va être tous les deux toutes la journée ?

211 M : Euh, ouais alors faut faire attention, parce que toute la journée du jour au lendemain, elle elle
212 a sa vie, ses occupations et j'ai envie de dire, faut pas que le fait que je sois retraité demain,
213 bouleverse son équilibre. Sinon ça pourrait être compliqué. Je veux dire, moi je dois gérer ça, on
214 fera certainement des choses ensemble, mais faut pas que ça bouleverse totalement sa façon de
215 mener sa vie aujourd'hui. Ses amis, ses activités etc. il faut qu'elle puisse avoir son espace de,
216 finalement de vie, comme elle l'a aujourd'hui, même si on fera plus de choses ensemble parce que
217 je serai plus disponible. Voilà, il faut pas que je sois constamment sur son dos, sinon ça va mal se
218 passer.

- 219 Er : Donc en fait il y a quand même finalement une peur de se dire qu'elle elle a sa vie etc. et
220 qu'elle est finalement pas en train d'attendre que...
- 221 M : Ouais et puis moi j'ai beaucoup d'amis qui sont plus jeunes que moi. Donc eux, ils seront pas
222 en retraite.
- 223 Er : D'accord. Donc là, est-ce que vous sentez un décalage, donc au-delà du fait que vous allez
224 sortir de la vie active, est-ce qu'il y a un questionnement sur le vieillissement ? Un changement de
225 perspective ? Un questionnement par rapport au temps ?
- 226 M : Bah oui, on commence à y penser en fait. Puisqu'au-delà de la retraite, il y a une question
227 d'âge. On se dit finalement, et puis de temps en temps je fais un... on voit le temps qui passe en
228 fait. Il y a une notion de temps qui passe à mon avis qu'on n'a pas quand on est plus jeune. Quand
229 je regarde, bon je me dis que si je suis en retraite par exemple à 62, 63, je me dis « mais
230 finalement quand je regarde les dix ans qui viennent de se passer et qui sont passés à une vitesse
231 folle », bah quand je vais être à la retraite, bah dix ans ça sera quoi ? Quand je regarde la vitesse à
232 laquelle c'est passé, bah finalement on se dit bah ça va vite passé quoi. Et du coup derrière on voit
233 plus loin, enfin je veux dire on va pas penser, on pense pas à... à des choses macabres mais je veux
234 dire, on se dit voilà... Enfin il y a deux façons de penser : on se dit bah 60, 62 ans par exemple, bah
235 j'ai encore 20 ou peut-être 25 ans quoi. Bon. 20 ou 25 ans c'est beaucoup. Bon en même temps,
236 on se dit ça sera pas 25 ans comme quand on a 35 ou 40 ans quoi.
- 237 Er : Mmh. Ça sera 25 ans avec...
- 238 M : Bah avec un physique de quelqu'un d'autre.
- 239 Er : Bien sûr. Il y a cette appréhension justement de se dire, bah le vieillissement, il y a le corps qui
240 va changer.
- 241 M : Ouais. Le corps qui va changer, sachant que la tête n'est pas forcément...
- 242 Er : Atteinte.
- 243 M : Ouais, ne suit pas le même vieillissement. Moi j'ai l'impression d'être plus jeune
244 cérébralement que physiquement.
- 245 Er : Ouais. Il y a un décalage entre les deux.
- 246 M : Ouais. Alors je sais pas si tout le monde est comme ça ?
- 247 Er : Bah ça revient énormément.
- 248 M : Donc ça peut être un peu compliqué quoi, d'avoir un âge inférieur dans sa tête par rapport à
249 son physique.
- 250 Er : Ouais. C'est ça en fait. Et du coup est-ce que ça pose pas une question, un changement de
251 rapport au corps et de regard sur le corps ? Parce qu'en fait finalement dans sa tête, on reste
252 jeune et le vieillissement, c'est finalement le corps qui change sans que le mental ne change. Et ce
253 que ça pose pas justement question ? Et est-ce que ça peut pas aussi expliquer le rapport au
254 temps, où on a une prise de conscience qu'il s'accélère ?
- 255 M : Bah je pense que ça contribue à cette prise de conscience parce que finalement s'il n'y avait
256 que l'esprit, bah finalement la prise de conscience finalement, elle viendrait pas tellement. Par
257 moment, quand je fais l'idiot avec ma fille, on pourrait se dire « c'est qui ce gamin quoi ! » (rire)
258 qui a 15 ans et qui fait n'importe quoi. Et en même temps... Donc c'est pas le côté cérébral qui va
259 me rappeler que j'ai pas loin de 60 ans, c'est plutôt le physique qui va me le rappeler. Donc ouais
260 c'est un peu pénible. D'ailleurs je me dis que quand je serai à la retraite, j'ai intérêt à me faire, bon

261 ça c'est peut-être des vœux pieux mais de faire une activité physique plus soutenue et plus
262 régulière qu'aujourd'hui.

263 Er : Ouais. Parce que qu'est-ce que ça apporterait l'activité physique justement ?

264 M : Bah je pense que pour maintenir un petit peu l'organisme en situation de vieillir dans de
265 meilleures conditions. Bon après on va pas, on revient pas en arrière, le corps il est ce qu'il est
266 mais je pense que si l'on fait un peu plus d'activité physique, sans en faire trop parce que comme
267 le cors fatigue, faut pas en faire plus que ce que l'on est prêt à encaisser parce qu'après
268 finalement, on risque plus de le détériorer qu'autre chose. Donc faut trouver un juste équilibre
269 pour sortir plus alerte, voilà faire un petit peu de vélo ou quoi que ce soit, mais un peu plus, un
270 peu plus régulièrement pour se maintenir plus en forme.

271 Er : Il y a un souci pas forcément de performance mais de se préserver, de se maintenir en forme.

272 M : Oui, pas de performance. De maintien dans de bonne conditions physiques.

273 Er : Ouais. Et en fait la santé devient assez importante, parce que je pense qu'à 20 ans, la santé, on
274 la vit pas de la même façon. On se dit pas, voilà je vais me préserver, c'est un peu « je suis malade,
275 je suis pas malade ». A partir de 50 ans, je suppose qu'il y a un peu un changement de rapport à la
276 santé, une redéfinition de la santé.

277 M : Ouais il faut faire attention, on commence à penser à l'alimentation. Bon en tout cas moi j'y
278 pense, en disant bah voilà, non pas que je me prive mais en essayant de faire un petit peu
279 attention, de pas faire n'importe quoi, voilà. Eviter l'abus de certaines choses, où quand on est
280 plus jeune finalement, on n'a jamais eu de problème particulier de poids ou de quoi que ce soit.
281 Donc il y a une prise de conscience de tout ça en fait.

282 Er : D'accord. Donc vous avez changé un petit peu vos habitudes alimentaires ?

283 M : Alors je les ai pas changées, mais je fais attention. Et puis en plus, il y a le phénomène, pas de
284 mode, mais je dirais, on est quand même relativement assaillis de messages sur la viande rouge,
285 sur machin, enfin voilà, toutes les questions écologiques et tout ce qui s'en suit et les
286 problématiques alimentaires, je pense qu'il y a des gens qui en prennent conscience ou qui
287 réfléchissent à tout ça avant même d'avoir 60 ans. Je veux dire même chez les jeunes où voilà, il y
288 a à la fois le vieillissement qui fait qu'on peut commencer éventuellement à y penser et il y a aussi
289 tout notre environnement qui évolue sur un certain nombre de notions alimentaires.

290 Er : C'est à la fois une question d'âge, lié au vieillissement du corps et le souci de se maintenir en
291 bonne santé, et à la fois une question sociétale, un phénomène de société. La prise de conscience
292 elle est pas seulement individuelle mais elle se fait aussi au niveau de la société.

293 M : Exactement. Et puis donc du coup, ça fait un cumul des deux quoi.

294 Er : Ouais, il y a un côté synergique.

295 M : Exactement.

296 Er : Et du coup, là vous évoquiez aussi peut-être les messages de prévention au niveau
297 alimentaire : ne mangez pas trop de viande rouge, avec des études à l'appui etc. Je suppose
298 qu'aussi à partir de 50 ans, on a des, moi on m'a beaucoup parlé de lettres qu'on reçoit, de
299 demandes de contrôle, de dépistage du cancer colorectal et de la prostate pour les hommes,
300 mammographie, frotti pour les femmes, Est-ce que vous recevez ces lettres ?

301 M : Ouais. Bah en fait j'en reçois qu'une, c'est le dépistage cancer colorectal je crois. Bah j'ai dû
302 faire le test une fois.

303 Er : D'accord. Vers quel âge ?

- 304 M : (souffle avec la bouche) 50 et quelques, c'était bien il y a cinq ou six ans. Ouais peut-être vers
305 52. Depuis les lettres je les reçois mais, je dis pas que je le referai pas mais voilà, j'ai pas...
- 306 Er : C'est à faire tous les combien de temps ?
- 307 M : Je sais pas, je me demande si c'est pas tous les deux ans ou quelque chose comme ça.
- 308 Er : Ouais.
- 309 M : Donc je reçois régulièrement des lettres mais... voilà je le fais pas, mais bon je me dis à chaque
310 fois, quand je reçois la lettre, bah faudrait que je le fasse.
- 311 Er : Et vous le faite pas ?
- 312 M : Bah comme je suis plutôt en bonne forme, voilà je suis pas trop inquiet. Je me suis mis à
313 donner mon sang il y quelque temps, voilà. Bon je le fais pas encore de manière très intensive
314 mais voilà, j'essaie de faire ça aussi.
- 315 Er : Pourquoi vous faites ça ?
- 316 M : Bah je me suis dit que c'était bien de faire quelque chose. Moi je suis pas dans des assoc',
317 machin etc. donc je me suis dit, ben là qu'est-ce que je pourrais faire, bon ben voilà. Ça c'était un
318 petit peu par hasard, un jour je me suis fait entraîné par une collègue au bureau et bon j'y ai été et
319 c'est toujours la première fois finalement qui est plus compliquée, mais une fois qu'on y va...Alors
320 je le fais pas très très souvent mais je me dis, voilà j'essaie d'y aller.
- 321 Er : Vous êtes touché par les questions de santé ?
- 322 M : Bah je me dis que voilà il y a des gens qui en ont besoin, si je peux le faire, en plus moi ça ne
323 me pose aucun problème, je veux dire il y a des gens ils veulent pas voir une aiguille, ça leur pose
324 un problème, moi ça ne me pose pas de problème alors voilà.
- 325 Er : Vous l'avez fait parce que c'est une collègue qui vous a entraîné, mais aussi peut-être parce
326 que vous, vous vous posez aussi de nouvelles questions sur votre santé ?
- 327 M : Non, c'était juste comme ça. Je me suis dit, bah c'est un geste voilà, pour donner un peu de
328 son temps enfin finalement.
- 329 Er : Ok. Et la prévention, elle passe par les lettres, mais est-ce qu'elle passe par la médecine du
330 travail aussi ?
- 331 M : Oh pas beaucoup. Bah on a des visites médicales, je sais pas, tous les deux ans peut-être ? La
332 dernière je sais pas de quand elle date, ça fait un moment. Bon est-ce que c'est d'une très grande
333 utilité je ne sais pas. Peut-être un petit peu mais bon.
- 334 Er : Ils vous demandent pas si vous avez fait vos contrôles etc. ?
- 335 M : Euh (souffle avec la bouche), je dois dire que je ne m'en souviens plus.
- 336 Er : (rire) ça a l'air d'être une expérience marquante la médecine du travail.
- 337 M : (rire). Bah ça doit bien faire au moins deux ans que j'ai pas été à la visite médicale.
- 338 Er : C'est pas obligatoire ?
- 339 M : Si mais ça doit être, je sais plus quelle est la fréquence.
- 340 Er : D'accord.
- 341 M : Ouais et puis mon médecin de famille, lui aussi il commence à être vieux (rire). Je crois qu'il
342 doit pas avoir loin de 70 ans, il est à la retraite et il continue à exercer doucement. Parce que je

343 pense que lui typiquement, c'est quelqu'un qui s'ennuierait, donc il préfère travailler. Et puis les
344 médecins généralistes n'ont pas des retraites non plus extraordinaires, donc je pense que...

345 Er : Il est en libéral ?

346 M : Ouais, donc je pense que financièrement ce serait un petit peu dur. Et puis on en parlait l'autre
347 jour puisque j'étais allé le voir pour un truc anodin et je pense qu'il s'ennuierait. Donc il travaille
348 six jours par semaine (rire). Il est en retraite et il travaille six jours par semaine.

349 Er : A 70 ans ?

350 M : Oui il est pas loin de 70 ans, je pense qu'il doit avoir 68 peut-être, quelque chose comme ça.
351 Mais il travaille de manière très light en fait. Sa salle d'attente est vide. Au maximum il y a un
352 patient, mais voilà, il espace énormément ses rendez-vous, c'est que sur rendez-vous,
353 uniquement, voilà donc...

354 Er : Et vous, vous avez le privilège de rester dans ses patients ?

355 M : (rire) Bah je reste dans ses patients parce que bon, c'est notre médecin ici donc bon, je vais
356 pas lui faire faux-bon. Mais bon, le jour où il prendra définitivement sa retraite, je sais pas vers qui
357 je me tournerai.

358 Er : Ouais, ça va vous faire bizarre ?

359 M : Oh ça me pose pas de problème, mais faudra surtout trouver un médecin qui accepte de...
360 parce qu'ils sont tous surbookés les médecins.

361 Er : Ouais. Du coup vous avez gardé ce médecin parce que vous avez une relation particulière,
362 personnelle avec lui, enfin une bonne entente personnelle comme médecin de famille ou parce
363 qu'il y a justement plus de place et plus de facilité etc.

364 M : Bah parce que j'avais une bonne...voilà puisqu'on le voit depuis longtemps, c'est lui qui s'est
365 occupé des enfants quand on est arrivé ici. J'aurais trouvé un petit peu dur de le quitter pour aller
366 voir un autre.

367 Er : Ouais. C'est important cette relation personnelle entre...

368 M : Oh, c'est pas que c'est important mais j'aurais eu l'impression de le trahir un peu quoi, en fait.
369 Dire bon bah t'es à la retraite, je vais me retrouver embêté quand t'arrêteras définitivement, et
370 donc je prends les devants et je te quitte quoi.

371 Er : (rire) La rupture !

372 M : (rire) je trouvais ça un petit peu dur.

373 Er : Et vous trouvez justement que dans la médecine classique le rapport patient-médecin il est
374 comment ? Vous trouvez qu'il y a un manque, qu'il y a ...

375 M : Bah moi personnellement je le ressens pas parce que j'ai mon médecin, mais je pense qu'il y a
376 pas mal d'endroit où il y a pas de médecin. Et puis les jeunes qui font médecine, il y en a très peu
377 qui veulent être généraliste. Donc je pense que progressivement on va peut-être aller vers des
378 maisons médicales où les médecins seront salariés quoi, ils feront les 35 heures.

379 Er : Ouais. Et quel est votre regard là-dessus ?

380 M : Moi ça ne me pose pas de problème. Bon et puis globalement, bah je veux dire, peut-être que
381 les gens avaient des problèmes de santé, aujourd'hui... enfin je dis ça j'en sais rien, c'est-à-dire que
382 moi j'ai jamais eu de problèmes de santé à part des problèmes de dos, mais j'ai eu de la chance. Il
383 y a des gens qui ont des problèmes de santé et pour eux je pense que c'est important d'avoir

384 quelqu'un qui les suit quoi. Je pense que l'appréhension par rapport à ce problème n'est pas la
385 même selon que vous êtes quelqu'un en bonne santé ou pas. Quand vous allez voir le médecin
386 uniquement parce que vous avez la grippe ou un bon rhume, ou une angine, que vous alliez voir
387 votre médecin de famille ou que vous appelez le 15, enfin pas le 15 mais n'importe quel médecin
388 de SOS médecins ou autres, finalement ça reste qu'une angine quoi, enfin ou un rhume. C'est pas
389 la même chose qui quelqu'un qui a une maladie ou des problèmes médicaux un peu lourds, qui
390 nécessite un suivi, qui a besoin de connaissance du patient quoi.

391 Er : Ouais. Et au-delà d'une personne qui aurait des problèmes de santé chroniques, vous pensez
392 que c'est important, voilà parce qu'on parle de reconfiguration de la médecine avec des médecins
393 salariés et une relation un peu comme dans un hôpital où c'est un peu plus impersonnel etc. Est-
394 ce que vous pensez que c'est important cette connaissance du patient, au-delà des personnes qui
395 sont en mauvaises santé, voilà à l'instar du médecin de famille qui connaît toute la famille et son
396 histoire ?

397 M : Bah je pense que pour certains cas, ça doit être important, d'avoir un petit peu un suivi. Pour
398 des gens qui ont des problèmes je dirais un peu chroniques ou certaines maladies qui sont un peu
399 difficiles, je pense que ça doit être important d'avoir à faire tout le temps au même médecin ou en
400 tout cas quelqu'un qui connaît votre cas.

401 Er : Et pour quelqu'un qui n'aurait pas spécifiquement des problèmes de santé et qui viendrait voir
402 le médecin de manière ponctuelle, voir le même médecin ça apporte quelque chose selon vous ?

403 M : Bah c'est quand même mieux malgré tout, je pense qu'on préfère. De voir quelqu'un qu'on
404 connaît, qui vous connaît, bon c'est toujours mieux.

405 Er : Et par rapport à la médecine, il y a pas mal de gens qui disent qu'il y a un manque dans la
406 médecine classique et qui se tournent vers les médecines alternatives. Est-ce que vous
407 pratiquez les médecines alternatives ?

408 M : Non.

409 Er : Que ce soit homéopathie, que ce soit...

410 M : Non. C'est peut-être parce que je suis en bonne santé.

411 Er : Mais même sur des choses mineures, quand vous avez, je sais pas, quand vous avez mal au
412 ventre, vous allez vous tourner vers un médicament classique sans vous poser de questions ?

413 M : Ouais. Non et puis bon je consomme pas beaucoup de médicaments.

414 Er : Vous avez pas changé de regard, justement à partir de 50 ans là-dessus ?

415 M : Non.

416 Er : Et des méthodes comme l'ostéopathie ?

417 M : Non.

418 Er : Et vous allez régulièrement chez le médecin ? Vous êtes souvent malade ?

419 M : Non. Je vous dis, à part mes problèmes de dos, je suis jamais malade. Bon je peux avoir un
420 rhume comme tout le monde l'hiver ou un état grippal qui peut être un peu, je dirais un peu fort,
421 ça peut arriver, mais bon voilà, on reste au lit deux jours et puis ça y est, ça passe. Non mais
422 globalement, à part les petits rhumes d'hiver, j'ai de la chance, je touche du bois, mais je suis
423 plutôt en bonne santé.

424 Er : Et sans vous vous ça vous implique, vous expliquez qu'il y ait un essor des médecines
425 alternatives. Moi j'ai vu ça chez des gens à partir de 50 ans, peut-être plus chez les femmes, mais
426 c'était aussi lié à une critique de la médecine classique.

427 M : Bah je pense que les deux peuvent cohabiter. Après ça dépend... je pense qu'il faut pas tomber
428 dans un excès en fait, par rapport à ces médecines alternatives. Au même titre qu'il faut pas
429 tomber dans l'excès par rapport à la nourriture, les gens qui sont végétariens machin, qui mangent
430 plus rien, ils veulent pas manger un morceau de poisson, ils veulent pas manger un œuf, ils veulent
431 pas manger ceci, ils veulent pas manger cela. Enfin, c'est un peu le même fonctionnement j'ai
432 l'impression : on rejette complètement quelque chose pour se tourner vers autre chose, je me
433 demande s'il y a pas dans le fonctionnement, dans la démarche, je me demande si c'est pas un
434 peu similaire. Le fait de rejeter complètement quelque chose, pour aller vers autre chose.

435 Er : Ouais. C'est un rejet de la médecine classique ?

436 M : Voilà. On rejette la médecine classique complètement, enfin chez certains peut-être, au même
437 titre que le rejet de l'alimentation classique on va dire. Je me demande si c'est pas la même
438 démarche finalement, excessive. Et je pense qu'on peut très bien utiliser des choses un peu
439 douces en termes de médecine, par les plantes ou des choses comme ça, sans pour autant rejeter
440 non plus complètement... Mais j'ai jamais consommé beaucoup de médicaments hein ? Donc, bah
441 probablement, quand j'étais plus jeune, j'ai certainement dû me faire prescrire comme tout le
442 monde es antibio, des trucs comme ça mais il y a longtemps que, en tout cas mon médecin, ne
443 prescrivait plus... Et puis si c'est une fois toutes les X années, c'est pas un drame.

444 Er : Donc moi j'ai l'impression que vous êtes assez détendu par rapport à tout ce qui est questions
445 de santé, y compris dans l'optique du vieillissement, et du coup, pour revenir sur le dépistage,
446 vous l'avez fait une fois mais vous le faite pas régulièrement ?

447 M : Non.

448 Er : ça vous stress pas ?

449 M : Non.

450 Er : Malgré les recommandations ? Parce qu'il y a quand même pas mal de...

451 M : Alors après il y a peut-être aussi des environnements familiaux, hein ? Il y a peut-être des
452 terrains.

453 Er : Vous vous avez pas d'antécédents ?

454 M : Ben non. Enfin dans ma famille, si, il y a eu des cancers. Je devrais peut-être d'ailleurs, j'ai une
455 sœur qui a eu... Euh ma mère a eu un cancer, ma sœur aînée est morte d'un cancer et ma
456 troisième sœur est sous traitement. Voilà. Donc, d'ailleurs elle a fait, qu'est-ce qu'elle m'a dit ?
457 Elle a fait des tests, enfin d'ici quelques temps on devrait avoir des informations sur le fait que oui
458 potentiellement, dans la famille, on nait plus ou moins vulnérable. Bon, j'ai un peu oublié ce
459 qu'elle m'avait raconté (rire). Mais bon ça ne me stresse pas plus que ça quoi.

460 Er : Ok. Même le fait de voir des gens de votre famille où il y a peut-être un lien ?

461 M : Ouais. C'est peut-être une question de nature, j'en sais rien.

462 Er : D'accord. Et vous avez encore vos parents ?

463 M : Non.

464 Er : Non. Les deux sont...

- 465 M : Les deux sont décédés. Mon père est décédé il y a deux ans, à l'âge de 92 ans. Il est décédé en
466 bonne santé on va dire.
- 467 Er : De vieillesse, de mort naturelle entre guillemets.
- 468 M : Ouais, c'est son cœur qui a lâché et il y avait des petits signes avant-coureurs. Et puis un matin
469 il s'est pas réveillé.
- 470 Er : D'accord. Et votre mère ?
- 471 M : Et ma mère elle est décédé il y a une douzaine d'années.
- 472 Er : D'accord. Elle avait quel âge ?
- 473 M : Elle avait 83 ou quelque chose comme ça... Ouais dans ces eaux-là.
- 474 Er : Ok. Et du coup est-ce qu'il y a une forme d'identification à ses parents dans le sens où le
475 parcours que eux ils ont eu en termes de santé et vieillissement... Voilà vous faites le parallèle avec
476 vous pour vous projeter ?
- 477 M : Ouais, enfin, je me dis si mon père a bien vécu j'aurais la chance d'avoir le même parcours. Au
478 quel cas si c'est le même parcours, ça me va bien.
- 479 Er : ça vous rassure d'un côté ? Enfin ça vous met un point de repère vos parents ?
- 480 M : Bah j'imagine que si mes parents étaient décédés à l'âge de... entre 70 et 75 ans, je pense que
481 psychologiquement ça doit, on se poser peut-être plus de questions. Effectivement, j'ai jamais, je
482 l'ai jamais imaginé sous cet angle, mais le fait d'avoir eu mon père qui soit décédé à l'âge de 92
483 ans et en bonne santé jusqu'à la fin, autonome, vivant chez lui, seul, intellectuellement
484 parfaitement alerte, se tenant au courant de l'économie, de tout, de la politique, de l'histoire, de
485 ses petits-enfants, de leurs études, etc. etc. Bah effectivement ça a un petit côté certainement
486 rassurant.
- 487 Er : Bah inconsciemment, vous vous êtes peut-être identifié sans le formuler sous forme de
488 question.
- 489 M : Ouais bien sûr.
- 490 Er : Vous vous êtes identifié naturellement en vous disant bah je vais être comme ça quoi.
- 491 M : Voilà et puis comme j'ai des petits points communs avec lui, effectivement, peut-être que je
492 me dis « finalement je suis comme lui ». Donc voilà, ça lève, ça enlève peut-être inconsciemment
493 certaines inquiétudes. Mais je l'avais jamais vraiment complètement intégré comme ça, mais
494 effectivement.
- 495 Er : Et votre mère, sans être indiscret, elle est décédée de son cancer ou elle a récupéré ?
- 496 M : Ah non, non non elle avait eu un cancer à 50 ans.
- 497 Er : Ok. Et le fait qu'il y ait aussi le côté génétique, puisque vous êtes autant lié à votre père qu'à
498 votre mère, ça vous pose pas de... vous avez pas une angoisse particulière en vous disant, bah
499 justement, 50 ans ça a été un tournant pour elle ?
- 500 M : Bah je devrais ouais.
- 501 Er : Bah je sais pas.
- 502 M : Bah je devrais, surtout que j'ai ma sœur aînée qui est décédée il y a une vingtaine d'années,
503 donc elle avait dix ans de plus que moi, donc elle avait une cinquantaine d'années aussi. Elle avait,
504 oui à peine 50 ans. Puisqu'elle avait dix ans de plus que moi. Ouais elle avait pas 50 ans. Et puis j'ai
505 ma troisième sœur qui a quatre ans de plus que moi et qui est soignée pour un cancer en ce

506 moment, donc ça a commencé à 62 ans, un truc comme ça. Alors peut-être qu'inconsciemment je
507 me dis que ce sont les filles qui sont atteintes dans la famille. C'est peut-être aussi ça ? Parce que
508 mon père ayant bien vécu jusqu'à la fin, bah moi je me dis « je suis peut-être à l'abri ? », que j'ai
509 plus hériter de mon père que de ma mère. C'est peut-être complètement idiot mais c'est
510 probablement...

511 Er : Non non. Mais c'est que vous vous identifiez peut-être plus à votre père de fait.

512 M : Je m'identifiais plus à mon père. D'abord parce que je pense que je lui ressemble sur pas mal
513 de points. Donc effectivement je m'identifie davantage à lui. Donc c'est peut-être pour ça que je
514 m'inquiète moins.

515 Er : Ok. Et en tous cas, le cancer c'est quelque chose qui vous, aujourd'hui qui vous angoisse pas,
516 en dépit de la présence de la maladie dans votre entourage ?

517 M : Non pas plus que ça en fait. Je devrais peut-être.

518 Er : Non, je sais pas. Moi j'essaie juste de comprendre la sérénité que vous avez par rapport à ça.
519 C'est un tempérament ?

520 M : Ouais, je me suis jamais, j'ai jamais approfondi le sujet intérieurement mais (silence)... je pense
521 que ouais c'est ce qu'on vient de se dire. Le fait que ce soit les filles peut-être. Je vais peut-être
522 faire le test colrectal quand tu vas partir (rire).

523 Er : (rire) D'accord. Et en fait, par rapport à vos parents, j'ai une enquêté, donc ses parents sont
524 décédés bon un peu plus tôt que les vôtres, mais justement elle me disait « pour moi mes parents
525 ils étaient un peu immortels et le fait qu'ils soient partis, ça m'a quand même fait entre guillemets
526 un choc et j'ai appréhendé la vie autrement et le vieillissement autrement ». Est-ce que à ce
527 moment-là, quand vos parents sont décédés, vous avez eu un... Donc vous aviez quel âge ? 50
528 ans ?

529 M : Non, puisque mon père ça fait, ça fera deux ans cette année, donc j'avais 57 ans.

530 Er : Et ça, est-ce que ça vous a... est-ce que vous vous êtes posé des questions par rapport à vous-
531 même ?

532 (silence)

533 Er : Appréhender le vieillissement autrement, la vie autrement, le temps autrement, puisque vous
534 me parliez aussi d'un changement de rapport au temps ?

535 M : Euh... Non je suis pas sûr qu'il y ait eu un déclenchement de quoi que ce soit à ce moment-là.
536 57 ans, on commence déjà à penser à la retraite, ce genre de choses. Bon après on se dit,
537 évidemment quand les parents sont décédés, on se dit, si la nature suit son cours, les suivants
538 c'est nous hein ? Ce qui est logique. Bon avec un petit peu de marge parce que si je vis aussi vieux
539 que mon père, ce que j'espère hein ? Si je peux vieillir comme lui et en bonne santé jusqu'à la fin
540 et mourir de ma belle mort en dormant, je veux dire, qui peut rêver mieux ? Bah ça voudrait dire
541 qu'il me reste encore, bah il me restera encore, attends si je fais le calcul... 35 ans. 35 ans c'est
542 énorme. C'est énorme. Alors évidemment, on se dit, on fait pas la même chose quand on a 80 ans
543 ou 85 ans que...

544 Er : Ouais. C'est 35 ans qui vont pas être comme les 35 premières années de sa vie quoi.

545 M : Voilà. Qui seront quand même très différentes d'un point de vue activité physique et autre.
546 Mais bon, on peut pas non plus cavalier toute sa vie hein ? Je veux dire, c'est comme ça.

547 Er : Et là, du coup c'est vrai que durant les 35 premières années de sa vie, on est un peu dans une
548 forme de progression constante, tant sur le plan professionnel, tant sur le plan de la performance

- 549 physique etc. Est-ce que du coup, les 35 entre guillemets dernière années c'est difficile... Il y a une
550 forme d'incertitude aussi je pense ?
- 551 M : Bah oui, parce que déjà on sait pas comment elles vont se répartir. Que ce soit 35 ou 20 ou
552 peu importe, on sait pas comment elles vont se passer en fait.
- 553 Er : Mmh. La question du vieillissement ça complique... ?
- 554 M : Bah oui je pense que c'est... bah que c'est principalement la question de la santé. Finalement,
555 si on est en bonne santé, bah tout va bien.
- 556 Er : ça devient l'enjeu en fait.
- 557 M : Bah oui puisque, alors quand on n'a pas de problèmes, bon après il peut y avoir des enjeux
558 économiques hein ? Pour certaines populations, certainement. Pour des gens qui ont des toutes
559 petites retraites et qui ont du mal à joindre les deux bouts, ils ont un double problème. Ils ont un
560 problème économique et un problème de santé. Et quelques fois d'ailleurs, des problèmes de
561 santé, encore plus. Parce que finalement, quand on a un problème économique, bah on a des
562 conditions de vie qui font que probablement au niveau santé ça peut-être moins favorable.
563 D'abord parce que pendant toute son existence, on n'a peut-être pas, on a peut-être une vie plus
564 difficile, des conditions de vie plus difficile, on se soigne peut-être pas de la même façon, ou on n'a
565 pas l'accès aux soins aussi facilement. Enfin il y a... Et puis quand on a des difficultés économiques
566 toute sa vie, je pense que ça doit, si c'est un sujet de préoccupation permanent j'imagine que bah
567 on n'est pas serein et on donc du coup, je pense que l'état psychologique en pâtie certainement,
568 donc ça se traduit certainement sur la santé.
- 569 Er : Ouais. Avec une angoisse beaucoup plus forte.
- 570 M : Avec des angoisses, avec des choses comme ça quoi, je veux dire quand on sait pas de quoi est
571 fait le lendemain, je pense qu'inévitablement on a des angoisses, donc ça doit se traduire sur l'état
572 de santé.
- 573 Er : Alors que vous justement, il y a cette sérénité en se disant que, bah voilà, si demain vous avez
574 un problème de santé, quelle que soit son importance, vous avez quand même économiquement
575 la possibilité de vous dire, « bah je pourrai agir en conséquence. Faire les démarches qui sont
576 nécessaires pour aller mieux ».
- 577 M : Voilà. Et puis, voilà donc quand on a des conditions de vie matérielle qui sont meilleurs, je
578 pense que potentiellement... alors ça veut pas dire qu'on... que tout ceux qui ont de bonne, parce
579 que je pense qu'après il y a le mental aussi. Je veux dire, on peut avoir des bonnes conditions de
580 vie matérielle et puis pas vivre vieux. Enfin être attaqué par la maladie ou quoi que ce soit. Je veux
581 dire après ça...
- 582 Er : Bien sûr. Il y a une contingence.
- 583 M : Bah il y a des paramètres qu'on maîtrise pas. Je veux dire, soit vous avez un historique familial
584 qui fait que c'est une hérédité, soit une problématique psychologique qui font que c'est compliqué
585 pour vous donc je pense que c'est un ensemble en fait. C'est un ensemble économique,
586 psychologique et autre qui fait que vous êtes plus serein ou pas. Et cette sérénité finalement c'est
587 quand même un plus pour la santé.
- 588 Er : Ouais. Et du coup, au niveau de votre état d'esprit psychologique, voilà vous abordez les
589 choses de manière assez sereine ?
- 590 M : Oui. Parce que même si j'y pense, en me disant, c'est pas une torture, j'y pense plutôt en
591 positivant j'ai envie de dire. En me disant voilà, jusqu'ici, qu'est-ce que je pourrais faire comme

592 activité etc. pour essayer de me trouver une petite passion ou une petite chose qui va un petit peu
 593 mettre un peu de piquant ou qui va, sans me mettre la pression, hein ? je vais pas me lever à 7h
 594 tous les matins pendant que je suis à la retraite pour aller faire je ne sais quoi, mais pour éviter
 595 d'être scotché dans le canapé devant la télévision, quoi. Je veux dire (rire).

596 Er : Et il y a une remarque que je trouve justement hyper intéressante dans vos propos, c'est
 597 justement le rapport au temps, où vous disiez que vous avez l'impression que depuis une dizaine
 598 d'années le temps s'accélère, qu'il passe de plus en plus vite etc. Et je me dis, avec la
 599 problématique du vieillissement, voilà de se dire que les 35 prochaines années vont pas être entre
 600 guillemets les mêmes, est-ce que ça peut expliquer aussi ce changement de perception du temps ?
 601 Le fait qu'il s'accélère ?

602 M : Alors je sais pas à quoi c'est dû cette perception. Est-ce que c'est lié bah... (silence) je sais pas,
 603 la présence des enfants qui grandissent, enfin... ou l'arrivée d'une échéance. Enfin quand je dis
 604 échéance, par exemple la retraite c'est une échéance bien nette quoi. Est-ce que... Je serais pas
 605 comment l'expliquer mais...

606 Er : Qu'est-ce qu'on se dit face au temps qui s'accélère ? Comment on réagit ?

607 M : Bah de toute façon on n'a pas grand-chose à faire à vrai dire.

608 Er : Vous vous dites pas, bah tiens maintenant il faut que je fasse des choses que je...

609 M : Des choses qui... ?

610 Er : Je sais pas, c'est une question. En fait, le fait que vous ayez un peu changé de perception du
 611 temps, est-ce que ça a changé votre manière d'agir dans le quotidien ?

612 M : Profiter des choses différemment ou... ?

613 Er : Ouais.

614 M : Oui, il y a des gens qui se disent, bah maintenant faut que je profite, bah faut que... et qui sont
 615 prêts à tout larguer et faire des choses qui... en se disant bah faut que je le fasse maintenant, sinon
 616 je pourrai pas quoi. (silence). Non parce que je suis pas du genre à (rire)... j'ai un équilibre de vie
 617 qui me convient bien donc...bah si je pouvais voyager plus, s'il y a des choses que je pourrais faire
 618 en plus, je les ferais volontiers mais en même temps on a tous des contraintes, on le boulot, on a
 619 les enfants, notre femme, enfin on vit pas tout seul hein ? on vit dans un environnement qui a son
 620 équilibre et (silence). Bon et puis après c'est une question de « est-ce qu'on est bien là où on est
 621 et dans ce qu'on fait ? » Je veux dire il y a des gens qui chamboulent tout, mais c'est peut-être
 622 aussi parce qu'avant ils étaient pas, soit à leur place ou parce qu'ils faisaient une activité qui était
 623 pas la bonne et ils se disent, bah voilà tout d'un coup il y a comme une...comme un signal qui leur
 624 dit, « réveille-toi, faut que tu changes, tu fais pas ce qui te convient et faut que tu le fasse
 625 maintenant sinon après ce sera trop tard ». Mais bon si on est dans un bon équilibre, on n'a pas
 626 forcément besoin d'avoir ce changement.

627 Er : Vous avez l'impression d'avoir fait, ou de faire un peu une relecture de votre vie ? Voilà à 50
 628 ans, de faire un bilan ?

629 M : Bah après de toute façon faut pas se tourner vers le passé hein ? je veux dire sinon...

630 Er : Appréhender l'avenir par le passé, c'est ça que je veux dire.

631 M : Alors après s'il y a des choses qu'on aurait voulu faire et qu'on n'a pas fait, bon si au moment
 632 de la retraite on peut faire certaines choses, bah pourquoi pas ? Mais si professionnellement
 633 quelqu'un n'est pas à sa place, c'est sûr qu'il... bah d'abord faut pas qu'il attende 50 ans pour

634 changer hein ? (rire) Sinon, bon il est jamais trop tard pour bien faire mais non je crois qu'il faut
635 pas trop regarder le passé pour préparer son futur non plus.

636 Er : Ok. Comment vous appréhendez le temps ? Est-ce que vous vous projetez à long terme ? Est-
637 ce que vous vivez au jour le jour ?

638 M : Je me projette pas à long terme. D'abord je me dis, professionnellement j'ai peut-être encore
639 5 ans à bosser donc 5 an c'est pas rien. Donc je vais pas commencer à me prendre le chou pour
640 savoir ce que je vais faire dans 5 ans. Bon, même si encore une fois, comme je vous disais tout à
641 l'heure on commence à y réfléchir, parce que faut pas se réveiller... Mais je me dis pas, enfin je
642 sais pas si le jour, si j'en bave, mon départ, enfin pour mon départ en retraite, est-ce que j'aurais
643 défini ce que j'allais, comment j'allais organiser ma vie ? Enfin comment je vais organiser ma vie à
644 ce moment-là je le sais pas encore. Peut-être que je l'aurai pas encore décidé.

645 Er : C'est des questions qu'on sent pointer mais l'intérêt c'est vraiment ce qu'il y a ici et
646 maintenant.

647 M : Voilà. Il faut y réfléchir, bah je pense qu'à la limite ça peut être un cheminement progressif. Y
648 réfléchir et puis au fur et à mesure que les choses avancent faire ça d'une manière un peu
649 graduelle. J'ai envie de dire plus l'on va se rapprocher de l'échéance, plus la pression, enfin la
650 pression, façon de parler, on va y penser peut-être un peu plus, donc on s'y préparera encore plus.
651 Peut-être que j'irai ici à droite, à gauche... pour voilà, quand je commencerai à construire les
652 choses, et puis si je veux me lancer dans telle ou telle activité, bah j'irai me renseigner de manière
653 un petit peu plus concrète. Pour l'instant j'en suis plus à des réflexions un petit peu...

654 Er : Existentielles.

655 M : Voilà, existentielles mais sans plus. Je suis pas encore de concret.

656 Er : Oui. Donc la façon dont vous vivez les choses, c'est vraiment au quotidien des questions qui
657 commencent à se poser, mais c'est pas l'aspect central.

658 M : Non. J'ai encore mon boulot là.

659 Er : ouais. Et du coup, vous parliez aussi des enfants, donc ça c'est aussi super intéressant. Peut-
660 être aussi qu'on commence à se poser des questions en voyant ses enfants grandir ? Pourquoi
661 vous dites ça ?

662 M : Bah parce qu'en fait on les voit grandir, donc déjà il y a des étapes importantes, c'est quand ils
663 quittent la maison. C'est quand ils quittent le nid familial, que les uns après les autres ils partent
664 faire leurs études et puis après, ils iront bosser les uns les autres et habiter définitivement ailleurs.
665 Pour l'instant, il y en a toujours au moins un ou une à la maison. Il y a Apolline, bon... mais il va
666 arriver un moment. Déjà le premier départ, quand l'aîné part faire ses études et quitte la maison,
667 hop ça en fait un de moins. Il revient le week-end de temps en temps. Après il y a le deuxième qui
668 s'en va, voilà, donc la maison commence à se vider progressivement. Bah là ça fait aussi un petit,
669 pas un choc mais voilà, on sent une étape qui. C'est une nouvelle étape. Et le jour où ils vont
670 réellement partir, voler de leurs propres ailes, qu'ils seront plus du tout à la maison, probablement
671 que ça coïncidera avec mon départ en retraite. La ça fait un...

672 Er : Ouais, il y a une concomitance d'étapes de vie. En fait là ils sont peut-être un peu comme vous,
673 dans une sorte de transition ?

674 M : Ouais. Et moi, compte tenu de mon âge, bon ça arrive pas forcément à cet âge-là pour tout le
675 monde, mais moi c'est à peu près concomitant. Et chez certaines personnes, en fonction de l'âge
676 auquel vous avez eu vos enfants, bah ils peuvent quitter le nid familial beaucoup plus tôt. Moi je

- 677 me suis marié assez tard, donc c'est pour ça qu'il y a cette concomitance d'évènements en fait.
678 Donc là ça va peut-être rendre les choses encore plus fortes.
- 679 Er : Ouais. Et il y a vos enfants qui arrivent à l'entrée de la vie adulte, vous vous allez rentrer dans
680 le vieillissement quoi.
- 681 M : Quand ils vont rentrer dans la vie active, moi je la quitterai en fait.
- 682 Er : Voilà. Donc ça c'est un bouleversement interne quoi ?
- 683 M : Ouais. Ouais. Oui parce que vous avez, chez certaines personnes, bah ils peuvent avoir 50 ans
684 quand leurs enfants entrent dans la vie active. Moi j'aurai 60 ans passés quand ils entreront dans
685 la vie active. Apolline terminera ses études, j'aurai 63 ans.
- 686 Er : Donc là vous approchez d'un carrefour quoi. Un carrefour de vie. Mais même, je pense, enfin
687 après c'est une question, sans le fait qu'il va y avoir votre départ à la retraite qui va arriver de
688 manière concomitante, le fait de voir ses enfants rentrer dans la vie adulte, en soi est-ce que c'est
689 déjà une étape pour vous ?
- 690 M : Bien sûr, ça constitue une étape. Mais voilà, ça se fait progressivement en fait. Comme il y a en
691 a trois, ils sont chacun à des étapes différentes. Bon ça se fait un petit peu en douceur et puis petit
692 à petit on s'habitue en fait. La maison se vide un moment, elle se remplit à un autre moment, au
693 grés des stages des uns et des autres. Emilien qui est revenu pendant 6 mois, qui est reparti.
- 694 Er : Oui. Donc pour l'instant c'est une transition un peu ?
- 695 M : Ouais, il y a un peu des aller et venu, pour l'instant.
- 696 Er : Ok. Mais du coup... j'ai oublié ma question... Ah oui, voilà. Le fait de voir ses enfants partir, est-
697 ce que vous ça vous... enfin il y a pas un phénomène d'identification, mais est-ce que ça vous fait
698 vous retourner sur votre vie ? Est-ce qu'il y a une relecture de sa vie qui se fait à ce moment-là ?
- 699 M : Alors moi je retourne sur ma vie, pas dans le fait de les voir partir, c'est dans leur
700 cheminement, c'est dans leur réflexion, sur leurs études et sur leur vie professionnelle à venir.
701 C'est plus à ce moment-là que je rentre un petit peu dans, au travers des discussions que j'ai avec
702 eux, que je voilà, que je fais un petit peu un bon en arrière, même si j'ai eu un parcours totalement
703 différent du leur. Donc c'est pas tellement au moment où ils partent, c'est au moment où ils, où
704 l'on a ces discussions sur les choix qu'ils veulent faire.
- 705 Er : C'est un questionnement en fait, les choix d'orientation c'est un peu un questionnement
706 existentiel : qu'est-ce que je vais faire de ma vie etc. ? C'est peut-être là que... Parce que vous dite,
707 voilà à 50 ans on a l'impression d'être toujours jeune etc. et comme on se vit au jour le jour, on se
708 voit pas vieillir, voilà, il y a certains signes qui vont nous rappeler que « ah bah tiens ». Et justement,
709 ce questionnement existentiel de vos enfants, ça vous rappelle peut-être des questions fortes que
710 vous vous êtes posées ? Non ? C'est ça ?
- 711 M : Ouais. Sauf que moi ma vie s'est déroulée différemment de la leur mais... (silence) Ouais, je
712 pense que c'est au moment où l'on discute avec eux que l'on se pose, je vais pas dire qu'on
713 s'identifie mais... Parce que quand ils vont partir, ça veut dire qu'ils auront fait leur choix et les
714 choses seront plus claires.
- 715 Er : Et c'est votre rôle de père qui changera ?
- 716 M : Bah là en fait quand ils partiront, le rôle finalement, je vais pas dire qu'il est terminé, parce
717 qu'on est toujours père jusqu'à la fin et puis il peut toujours avoir besoin de discuter, d'échanger
718 sur, bah même sur des projets professionnels qui peuvent avoir, mais quelque part, ça y est, ils

- 719 seront lancés quoi. Donc il y a... on a terminé la phase importante de l'éducation, elle est terminée
720 quoi.
- 721 Er : Et tous ces questionnements d'orientation, c'est une source de préoccupation pour vous ?
- 722 M : Bah on y pense, je pense autant qu'eux. Eux, j'imagine que c'est des sujets qui sont à l'esprit.
723 Avec Emilien on en a beaucoup parlé. Victor aussi il... c'est un cheminement chez eux. Et puis il
724 reste Apolline. Mais... j'ai un peu oublié la question à vrai dire.
- 725 Er : Non non, c'était justement, là j'essaie justement de, par rapport à toutes ces étapes où l'on se
726 pose des questions sur soi, sur sa vie etc., j'essaie de comprendre en fait de quelle manière... voilà
727 moi j'ai pas 50 ans, et j'essaie vraiment de me mettre dans la peau de quelqu'un qui a 50 ans pour
728 être au plus près des questionnements que moi je n'ai pas encore et que j'aurais sûrement plus
729 tard. Je veux voir un peu dans l'avenir (rire). Mais du coup j'essaie de comprendre la nature de ces
730 questions, l'origine de ces questions et ce que ça implique pour soi quoi. Est-ce que quand on voit
731 ses enfants grandir on se retourne sur son passé ? Est-ce que quand on rentre dans le
732 vieillissement, voilà à quel moment on prend conscience qu'on vieillit ? Comment on se projette
733 dans l'avenir ? Comment on vit le temps ? l'instant présent ? Voilà, ce genre de questions.
- 734 M : Bah en fait, je pense que quand on discute avec eux, bah il y a plein de moment où on se
735 retourne sur son passé, mais encore une fois faut pas non plus s'y plonger trop dans son passé.
736 L'autre jour je scannais des vieilles photos, je regardais les vieilles photos et puis je voyais les
737 photos, j'étais surpris, je voyais, je me suis fait cette réflexion, puisque c'était une photo sur
738 laquelle il y avait mon père et ma mère qui étaient dessus et puis j'ai regardé en quelle année
739 c'était. Pour voir quel âge avait mon père en fait dessus. Et je me suis aperçu qu'il avait une
740 cinquantaine d'années. Et en fait, je l'ai trouvé vieux, enfin pas vieux mais, plus vieux que l'âge
741 qu'il avait réellement. Je me suis dit mais j'étais pas si, je faisais pas si vieux que ça quand j'avais le
742 même âge. Alors peut-être que si ? Mais ça veut dire qu'en fait, dans ma tête, je me voyais
743 beaucoup plus jeune que je ne le voyais lui sur la photo au même âge. Je sais pas si j'ai été clair ?
- 744 Er : Oui oui.
- 745 M : c'est-à-dire qu'en fait, s'il avait 50 ans, je me dis « mais à 50 ans, j'étais plus jeune que
746 ça quoi ! » Alors peut-être que non je faisais, pour les autres, ou pour les jeunes, je faisais le même
747 âge. Ils verraient les deux photos, la sienne à 50 ans et puis la mienne à 50 ans, si je la montre à un
748 jeune peut-être qu'il dirait « bah non, vous avez le même âge ». Mais moi en regardant la photo
749 de mon père, je trouvais qu'il faisait plus vieux que l'âge que je me donnais moi à 50 ans.
- 750 Er : C'est hyper intéressant ça. Il y a une perception subjective de soi qui... Je parlais avec une
751 femme qui me disait « alors moi, quand je me vois dans le miroir, bah je me vois d'une certaine
752 façon et après quand je me vois sur les photos, bah je me dis, ouah ! j'ai pris un coup de vieux, je
753 me vois pas comme ça ! ». Et elle me disait « c'est hyper bizarre, peut-être que j'ai un regard
754 bienveillant vis-à-vis de moi-même qui fait que je me vois encore jeune, mais quand je me vois sur
755 les photos, c'est pas la même personne ! »
- 756 M : Exactement ouais. Je ressens aussi un peu ça. Mais je pense que c'est aussi dû au fait que
757 cérébralement, enfin mentalement on a, ce qu'on disait tout à l'heure, on se pense plus jeune en
758 fait. A quoi c'est dû je sais pas en fait. Il y a des gens qui vont vieux physiquement, mais je pense
759 que ces gens-là, je pense qu'ils doivent être plus vieux dans leur tête, je pense que la façon dont
760 on est dans sa tête, je suis persuadé que ça a une influence sur le corps.
- 761 Er : D'accord. Et pas l'inverse ? la façon dont on est dans son corps peut avoir une influence sur ce
762 qu'on a dans la tête ?

- 763 M : je pense que ce qui compte avant tout c'est le mental, c'est le mental qui dirige. Et pas
764 l'inverse.
- 765 Er : Rester jeune dans sa tête, ça permet de rester jeune dans son corps et dans son apparence.
- 766 M : bah je pense. Moi on me dit toujours que je fais plus jeune, mais je pense que c'est parce que
767 mentalement je suis plus jeune en fait. Je suis persuadé de ça. Peut-être que je me trompe. C'est
768 peut-être pas scientifique mais c'est le ressenti que j'ai.
- 769 Er : Ouais. Et votre père faisait plus vieux à votre âge.
- 770 M : Ouais, alors ça c'est la perception que j'ai. Peut-être qu'il était moins jeune, il faisait peut-être
771 moins jeune je sais pas.
- 772 Er : Et là vous disiez, donc si je résume un peu, le fait de rentrer dans le vieillissement, il y a déjà le
773 corps, le fait qu'il y ait l'échéance de la retraite qui approche, le fait que ses enfants entrent dans
774 la vie adulte, qui montre qu'on est en fait à une sorte de carrefour, je sais pas, mais est-ce qu'il y a
775 aussi le fait, dans la relation à vos pairs entre guillemets, les gens qui ont le même âge que vous...
776 Est-ce que vous les voyez vieillir ? Est-ce que ça vous fait vous poser des questions par rapport à
777 ça ?
- 778 M : Non. Ça c'est pas un phénomène qui... bon on les voit vieillir, ceux qu'on côtoie, nos amis
779 qu'on côtoient je dirais régulièrement finalement, si on les voit régulièrement on les voit pas
780 vieillir plus que ça puisqu'en fait ils vieillissent comme nous. Là où ça peut être un peu plus
781 marquant, c'est si l'on rencontre quelqu'un qu'on n'a pas vu depuis 30 ans quoi. Déjà la première
782 fois qu'on se dit « ah tiens ça fait 30 ans qu'on s'est pas vu », mais on se dit mais 30 ans, mais c'est
783 énorme ! (rire) C'est là qu'on prend conscience, la première fois qu'on se dit ça fait 20 ans ou 30
784 ans qu'on s'est pas vu, bah c'est là qu'on prend conscience de son âge en fait. Faut pas avoir vu
785 quelqu'un pendant 30 ans, parce que déjà faut rajouter que vous l'avez vu quand vous aviez 20
786 ans, donc déjà on lui rajoute 20 ans euh... quand on commence à pouvoir faire ce genre de
787 réflexion là on prend conscience qu'on a vieilli là, je veux dire.
- 788 Er : Ouais, on prend conscience de soi par le regard des autres.
- 789 M : Ouais. Mais (silence) ouais les gens qu'on voit vieillir régulièrement, c'est comme soi quoi, on
790 se voit tous les jours, on se voit pas vieillir.
- 791 Er : Oui. C'est pour ça aussi que finalement on reste jeune dans sa tête. Le vieillissement il se pose
792 justement par des problématiques extérieures, par des étapes de vie, le corps et c'est pour ça que
793 je vous posais la question sur les amis. De vois ses amis vieillir...
- 794 M : Non et puis la plupart sont plus jeunes que moi et j'ai pas l'impression qui sont plus jeunes que
795 moi.
- 796 Er : Ok. Donc vous avez des collègues mais aussi des amis plus jeunes ?
- 797 M : Alors bon les collègues ils sont plus jeunes, mes amis ici sont plus jeunes que moi. Bon sauf
798 ceux qui sont vraiment beaucoup plus jeunes que moi, mais ceux qui ont 5 ans de moins que moi
799 j'ai pas le sentiment qu'il y a une différence.
- 800 Er : Ouais. Et votre femme elle a ?
- 801 M : 6 ans de moins que moi.
- 802 Er : 6 ans de moins. Ok. Bah du coup c'est vrai que vous faites jeune. Je vais essayer d'y penser
803 pour moi plus tard : reste bien jeune dans ta tête pour rester jeune dans ton corps (rire). Mais
804 donc si vous deviez résumer la cinquantaine en trois mots vous diriez quoi ?

- 805 M : En trois mots, la cinquantaine ?
- 806 Er : Ouais, quand je dis la cinquantaine c'est toute la décennie quoi.
- 807 M : (silence). Le début est pas pareil que la fin hein ? (rire) Puisqu'entre les deux il y a dix ans.
808 (silence). Bah je dirais que c'est un âge encore facile quoi. Ouais c'est un âge encore confortable,
809 agréable, si tentez qu'on ait pas de problèmes de santé évidemment. Mais que moi j'ai plutôt bien
810 vécu. Et j'appréhende pas de la même façon la soixantaine, la dizaine d'après. Là je pense qu'il y a
811 une réelle étape. On pourra toujours en reparler dans dix ans.
- 812 Er : (rire). Vous me direz la même chose : en fait non, c'est plus 70 – 80 le tournant.
- 813 M : (rire). Je sais pas. Mais en tout cas, aujourd'hui je me dis, bah peut-être qu'on m'aurait posé la
814 question à 40 ans, j'aurais dit la même chose. Par moment je me dis que l'être humain est bien fait
815 et donc petit à petit il se fait à l'idée qu'il vieillit, même s'il y a des étapes qui sont un peu plus
816 difficiles, je me dis que finalement, il y a des choses qui sont... la nature est bien faite.
- 817 Er : Oui. Il y a une adaptation permanente qui fait qu'on appréhende toujours le futur mais...
- 818 M : Ouais. Même si on a l'impression d'un petit décalage entre l'esprit et le corps finalement...
- 819 Er : Ouais. Vous diriez finalement que c'est peut-être ce qui caractérise la cinquantaine
820 l'émergence de ce décalage ?
- 821 M : Ouais peut-être ouais.
- 822 Er : L'émergence d'un décalage entre l'esprit et le corps.
- 823 M : Alors qui est peut-être pas là pour tout le monde mais moi comme j'avais des problèmes de
824 dos, qui m'ont quand même bien handicapé.
- 825 Er : Depuis quel âge vous avez ces problèmes de dos ?
- 826 M : En fait ça fait une dizaine d'années. Ça a commencé quand on était au Maroc et donc, ouais
827 vers l'âge de... ouais avant 50 ans. Avant 50 ans puisqu'en fait j'ai commencé à les avoir deux ans
828 avant qu'on rentre et on est rentré il y a 10 ans donc ça fait 12 ans. 12 ans, ouais ça a commencé
829 vers 47 ans.
- 830 Er : D'accord. Et c'était lié à quoi ?
- 831 M : Problème d'hernie, de canal étroit, donc un nerf qui est pincé et qui m'a quand même pas mal,
832 même psychologiquement atteint. C'est-à-dire que quand vous êtes handicapé, que vous pouvez
833 plus marché, parce que quand je me suis fait opéré, je pouvais pas faire 200 mètres à pied. Et du
834 coup quand vous pouvez pas rester debout, que vous pouvez pas marcher, ça vous tape sur le
835 moral, parce que vous vous excluez de plein de choses. Des choses toutes bêtes, de la vie de tous
836 les jours.
- 837 Er : C'est une perte d'autonomie ?
- 838 M : Bah vous êtes, je sais pas, vous allez chez des amis pour dîner et avant le dîner je sais pas, si
839 vous êtes l'été, vous allez à une barbecue, tout le monde est debout en train de boire un verre
840 etc., bah moi à ce moment-là, au bout de cinq minutes, je pouvais pas rester debout.
- 841 Er : Mmh. Et ça psychologiquement, ça a été...
- 842 M : Donc du coup vous êtes obligé de vous asseoir, ou alors vous restez debout à souffrir le
843 martyr, parce que vous êtes en train de discuter avec les gens et voilà. Donc des petites choses
844 comme ça toute bête. Vous pouvez pas marcher, vous pouvez pas faire 200 mètres, donc ça ça
845 m'a pas mal atteint. Donc je pense que, je l'ai un peu oublié mais je pense que et c'était au

846 moment de la cinquantaine en fait, puisque je me suis fait opéré il y sept ans, j'avais 52 ans. Après
847 j'ai eu quelques années ça allait mieux, bon là ça va hein ? Je souffre, au bout d'une demi-heure je
848 commence à souffrir, donc voilà c'est gérable. Donc les autres autour de moi ont vieilli aussi hein,
849 donc quand il y a un barbecue ou un machin, les autres s'assoient aussi (rire). Donc je dis ça en
850 rigolant mais je vis pas le même problème.

851 Er : Le fait que les autres aussi commencent à avoir des problèmes...

852 M : Bah du coup on est un peu à l'équilibre.

853 Er : Ouais. Ça protège quoi. C'est le fait d'avoir un décalage avec les autres qui serait plus difficile à
854 vivre quoi ?

855 M : Voilà. Et puis à l'époque, le handicap était important.

856 Er : Ouais. Et du coup la fait d'avoir vécu une première expérience des limites, le vieillissement,
857 c'est peut-être une sorte de rappel du corps, je sais pas ?

858 M : Oui.

859 Er : On n'y pense pas avant au corps ?

860 M : Bah non. Non non. Il faut y penser Matthieu. Il faut le préserver.

861 Er : Bah ça c'est peut-être quelque chose qu'on se dit quand on a...

862 M : Je veux dire le dos, aujourd'hui tout le monde a des problèmes de dos plus ou moins
863 importants mais je veux dire si on le préserve pas, et moi j'ai des choses que j'aurais pas dû faire
864 quand j'étais plus jeune. Parce qu'on s'imagine qu'on est voilà, qu'on est fort et tout va bien, et
865 puis on transporte les sacs de ciment pour bricoler sa terrasse et on les porte n'importe comment
866 et on fait pas attention. Et petit à petit on s'abime la colonne vertébrale et à 50 ans on le paye.

867 Er : Voilà, 50 ans c'est peut-être le moment où l'on paye la note ?

868 M : Voilà, on paye l'addition ouais.

869 Er : On paye l'addition de...

870 M : De choses qu'on aurait pas dû faire.

871 Er : Et c'est peut-être là aussi qu'on se retourne ouais sur sa vie, sans que ce soit existentiel, en se
872 disant...

873 M : Ouais en se disant, bah si j'avais fait moins l'idiot...

874 Er : Ouais, il y a un questionnement qui émerge par rapport à la vie qu'on a mené et ce qu'on vit
875 aujourd'hui, et se dire bah maintenant je vais limiter peut-être un petit peu...

876 M : Bah après on fait attention ouais.

877 Er : Ouais, on fait attention, on n'est plus peut-être dans l'anticipation vous diriez ?

878 M : (souffle). Pas dans l'anticipation mais voilà, on se préserve. On se dit voilà, faut pas faire
879 n'importe quoi. Faut pas faire n'importe quoi. Même si la tête fonctionne, il faut prendre
880 conscience que le corps a ses limites quoi. Et donc on peut plus faire la même chose qu'avant,
881 donc on peut faire des choses sympa aussi, mais faut faire attention. Et puis le corps quand on le
882 casse un peu il se répare moins bien aussi. Donc si à 60 ans on veut faire du ski, faut penser, faut
883 pas y aller comme un casse-cou qui a 20 ans, qui va réparer ses fractures s'il tombe, plus
884 rapidement qu'à 60.

885 Er : Ouais. Et bah cette question va paraître bizarre, mais du coup c'est par rapport au décalage et
886 au fait que, voilà on ressent un peu les limites du corps... C'est, à partir de quand vous avez pris
887 conscience que vous aviez un corps finalement ?

888 M : Bah en tout cas j'ai pris conscience réellement le corps était fragile quand j'ai eu mes
889 problèmes de dos.

890 Er : Ouais. Donc l'expérience du corps finalement, de prendre conscience qu'on a un corps...

891 M : Bah vous prenez conscience que vous avez un corps quand vous avez un problème. Finalement
892 tant qu'il n'y a pas de problème, il n'y a pas de prise de conscience.

893 Er : Et donc en fait c'est là qu'on se dit qu'il y a un décalage, une dualité entre... Et c'est à 50 ans
894 que ça arrive quoi.

895 M : Bah chez certains ça peut arriver plus tard en fait. Bon moi il s'avère que j'avais ce problème
896 de dos qui était aussi un petit peu je dirais, héréditaire hein ? problème de canal étroit, peut-être
897 aggravé par une maltraitance de ce dos quand j'étais plus jeune. Si je l'avais préservé, peut-être
898 que ça aurait été moins important ce problème. Mais voilà, il était là, mon canal c'était de
899 naissance.

900 Er : C'était un problème de santé qui était lié à une forme d'usure. C'est pas une maladie ?

901 M : Oui oui c'est ça, c'était pas une maladie, c'est constitutionnellement mon canal était étroit et
902 en plus, si vous rajoutez un peu une hernie, un machin, un truc autour de tout ça, voilà ça fait
903 apparaître un problème qui... de manière un peu plus violente que si j'avais fait attention à mon
904 dos quand j'étais jeune.

905 Er : Et ce que ça vous donne une idée de ce que l'expérience du vieillissement peut être ?

906 M : Euh ouais en tout cas ça prépare. Donc c'est un petit coup de semonce on va dire et du coup
907 faut faire attention.

908 Er : parce que c'est ça qui peut être dur à vivre quoi.

909 M : Ouais. Je pense que si on n'a pas un physique qui suit, ça ça peut être très dur à vivre quand on
910 vieillit. On n'a pas besoin d'avoir un corps de jeune homme, faut simplement faire les choses de
911 manière, je dirais raisonnable. Mais pouvoir avoir une bonne autonomie, avoir une activité
912 physique, voilà, bien adaptée et il s'agit pas de se lancer dans un défis pour aller dire je vais aller
913 faire un marathon à 60 ans quoi. Je veux dire...

914 Er : ouais, c'est pas de rajeunir...

915 M : Voilà. Je veux dire, si on fait de l'excès en termes d'activité physique à mon avis c'est même
916 plutôt négatif parce que le corps lui il a ses limites, que ce soit les muscles ou les os etc. Donc faut
917 plutôt le faire d'une manière bien mesurée quoi. Mais je pense que même quand on est jeune, il y
918 en a qui font des trucs, des treks et des trucs pas possibles. Bon le corps suit mais je pense qu'ils
919 l'usent prématurément.

920 Er : Ouais. En tout cas il y a cette conscience qu'il faut respecter son corps, le préserver et se
921 mettre un petit peu à sa mesure pour durer le plus longtemps possible quoi.

922 M : Oui, faut en prendre soin et puis voilà, faut bien le gérer quoi.

923 Er : C'est une manière de repousser les limites peut-être le plus longtemps possible.

924 M : Ouais. Je pense qu'une bonne activité physique c'est une bonne chose, mais faut qu'elle soit
925 pas en excès. Mais bon je suis pas médecin, je suis pas spécialiste, j'ai pas fait d'études sur des
926 milliers de cas mais je sais pas comment vieillit un corps de quelqu'un qui, dès l'âge de 20 ans, fait

- 927 trois footings de 20 km à pied par semaine quoi ? Je sais pas comment, si on fait ça pendant 20
928 ans, je sais pas comment est le corps quand on a 60 ans ?
- 929 Er : En tout cas, par rapport au corps, de ce que je comprends, c'est quand même moins « rester
930 jeune au niveau esthétique » que le côté « rester jeune », enfin préserver son côté fonctionnel
931 quoi.
- 932 M : Oh bah oui c'est surtout ça qui est important. Le côté esthétique faut assumer son âge et puis
933 c'est tout, c'est comme ça, enfin je veux dire...
- 934 Er : Ouais. Vous vous dites pas...
- 935 M : Je vais pas me faire des piqûres de botox et compagnie, c'est pas le genre de la maison.
- 936 Er : Ouais, vous vous dites pas, bah voilà je suis jeune dans ma tête... bah en même temps vous
937 vous percevez jeune aussi physiquement et les autres le perçoivent comme ça donc...
- 938 M : Ouais mais après je veux dire physiquement le corps vieillit.
- 939 Er : Ouais, mais vous vous dites pas ce décalage j'aurais envie de le résorber en rajeunissant
940 physiquement quoi ?
- 941 M : Non moi c'est pas ça. C'est plutôt de le préserver fonctionnellement quoi.
- 942 Er : Ouais. Pour pouvoir...
- 943 M : Pour pouvoir, voilà avoir des activités, faire ce qu'on a envie de faire en termes d'activité, de
944 déplacement, ou activité sportive mais dans une mesure raisonnable.
- 945 Er : D'accord. Et est-ce que vous diriez que le regard de la société il change à partir du moment où
946 l'on a 50 ans. Voilà, on parle de « séniors ». Vous avez pas l'impression que le regard des autres a
947 changé sur vous ? Que ce soit au niveau professionnel, au niveau...
- 948 M : Non.
- 949 Er : Non ? ok. Et vous vous sentez sénior ? Je sais pas, parce que ce sont des catégories. A 50 ans,
950 on rentre dans la catégorie « séniors ».
- 951 M : Ouais mais pour moi c'est une terme, sans plus.
- 952 Er : Ouais, sans plus. Ok. Et dernière question, c'est par rapport, voilà, pour résumer, je pose cette
953 question à tout le monde. Pour résumer, « être en bonne santé à 50 ans » en trois mots.
- 954 M : C'est quoi être en bonne santé à 50 ans ?
- 955 Er : Ouais. Ou dans la cinquantaine quoi.
- 956 M : Bah c'est... (silence). Bah c'est de pas avoir de maladie, enfin je veux dire quand on n'a pas de
957 maladie grave ou chronique etc., c'est déjà un premier pas. Et puis avoir toutes les fonctionnalités
958 physiques, enfin fonctionnellement que le corps suive bien et permette d'avoir des activités
959 sportives mesurées quoi.
- 960 Er : Ok. Très bien. Alors je sais pas si vous avez des choses à rajouter, voilà que ce soit sur la santé,
961 sur la cinquantaine, mais aussi sur votre vécu personnel que je n'aurais pas abordé et qui pourrait
962 être intéressant à savoir ?
- 963 M : Bah je crois qu'on a abordé pas mal de choses, je vois rien de plus. Non je vois rien de plus. En
964 tout cas pas des choses qui pourrait avoir trait à des questions que je me pose. (silence). Non.
- 965 Er : Non ?

Annexes

966 M : Je pense que pour bien vivre, il faut être bien dans son boulot, dans sa vie personnelle. Mais
967 j'ai envie de dire, que ce soit 50 ans ou à 40 ou à 30 c'est pareil.

968 Er : l'âge n'est pas...

969 M : Non. Je pense que si on a un bon équilibre dans ces différents domaines, bah ça glisse tout
970 seul.

971 Er : Ouais c'est pas l'âge comme statut qui vous...

972 M : Non.

973 Er : Ok. Très bien. Pour moi c'est bon.

Entretien n°7/10 – Grégoire	
<i>« Vivre longtemps ça ne m'intéresse pas. Ce que je veux c'est vivre bien. [...] Si c'est pour me priver de tous les plaisirs de la vie, ça vaut pas le coup. Si c'est bouffer comme un végan, oh putain, les pauvres... ne plus boire une goutte d'alcool, oh putain... alors ne plus fumer ça ça fait partie de mes projets parce que ça commence à me faire chier mais j'aime bien fumer. Se coucher de bonne heure, plus faire la fête, oh putain mais on se fait chier... Ola, ola, oh non. Non non, moi je veux bouffer la vie, je veux la bouffer la vie. »</i>	
Description signalétique de l'enquête :	Homme, podologue, pédicure, réflexologue, Bac +3, études de kiné puis de podologie, 51 ans, marié, deux enfants, en rémission d'un mélanome en stade 5/5 sans métastases depuis l'âge de 40 ans.
Date de l'entretien	21 mai 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	L'Etang la ville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	149 minutes
Conditions de l'entretien	Je suis venu frapper à la porte de mon voisin Grégoire pour lui demander un entretien, qu'il a accepté avec beaucoup d'intérêt. Le week-end suivant ma requête nous nous sommes retrouvés pour discuter de longues heures dans son salon. J'ai personnellement été profondément touché par cet homme qui s'est livré à moi et s'est investi personnellement, à mon sens, au-delà du cadre de l'exercice d'enquête. J'ai senti qu'à un moment, il avait presque oublié ce pourquoi j'étais là, cherchant seulement à me faire part de son expérience de vie, dans un échange qu'il considérait entre deux êtres humains. Il se levait, marchait pour réfléchir, allait fumer à sa fenêtre en regardant le ciel et en se retournant parfois vers moi pour capter mon regard. Ce fut un moment fort, qui m'a convaincu, en tant qu'apprenti sociologue, de la nécessité de concevoir une sociologie pour les individus, à l'instar du projet de Danilo Martucelli.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Carpe Diem ! « Cueille le jour sans te soucier du lendemain ». C'est la devise de Guillaume dont la vie n'a pourtant pas été un long fleuve tranquille. A l'âge de 40 ans, on lui a diagnostiqué un mélanome à un stade très avancé. L'annonce du médecin quant à ses chances de survie avait été pour le moins pessimiste. Guillaume est donc rentré, en dernier recours, dans un protocole expérimental de traitement du cancer par vaccination, mais il n'a finalement jamais su l'impact de l'étude sur sa santé. « Secret industriel » oblige. Bien qu'on ne guérisse jamais et que la maladie plane toujours comme une épée de Damoclès au-dessus de sa tête, Guillaume veut croquer la vie à pleine dent. Il fait régulièrement des dépistages chez le dermatologue, certes, mais il ne veut pas tomber dans une vie d'acète et un hygiénisme radicale. Il veut continuer à boire en soirée, fumer et manger comme un bon-vivant. Ce qui l'intéresse, ce n'est pas de mourir vieux, mais de vieillir bien. Il faut donc faire attention, mais consommer la prévention avec modération. Guillaume connaît par ailleurs très bien le système de santé et les enjeux autour des médecines qu'il appelle « complémentaires ». Il est podologue et réflexologue et a assisté ces dernières années l'ouverture grandissante pour ces approches différentes de l'être humain, aussi bien parmi les patients que parmi les praticiens « conventionnels ».
Enquêteur	Matthieu Pace

- 1 Er : Bonjour. Je te rappelle que cet entretien sera entièrement enregistré et entièrement retranscrit,
2 est-ce que tu es d'accord ?
- 3 G : Tout à fait oui.
- 4 Er : Voilà donc je viens de t'expliquer un peu en quoi consistait mon enquête sur le rapport que les
5 45-60 ans entretiennent avec leur santé et la santé en générale et leur rapport à cette période de
6 la vie. Du coup, je vais commencer avec une première question ouverte qui serait de te demander
7 s'il y a quelque chose qui a changé dans ta vie à partir de 50 ans.
- 8 G : Ah oui, il y a même pas mal de choses qui ont changé. A savoir qu'à 20 ans t'as en général
9 aucun problème de santé, à 50 ans tu commences vraiment à cumuler les problèmes de santé. Ce
10 qui est un peu normal, en vieillissant, voilà tu vois les problèmes de santé apparaître. Tu les vois
11 pas à 20 ans, mais à 50 oui ils sont là, clairement.
- 12 Er : C'est des problèmes vraiment de santé ou une diminution de la condition physique ?
- 13 G : T'as les deux. T'as les deux. Enfin alors après dans tous mes potes, j'ai des potes de plus de 50
14 ans qui n'ont jamais eu de graves problèmes de santé, mais tu vois quand même une baisse de ta
15 condition physique. Rien que parce que, voilà t'es moins sportif, bah tu prends du poids, ça c'est
16 une constante, et puis après, par-dessus peut se... Tu vois moins bien, t'es moins souple, tu te
17 fatigues plus vite, t'es plus vite essoufflé etc. etc. ça c'est uniquement lié à l'âge et puis après, tu as
18 des problématiques qui sont liées vraiment à des pathologies. Ce qui est mon cas aussi quoi. Et
19 voilà moi j'ai commencé de bonheur les emmerdes de santé. Je les ai commencées à 40 ans tu vois ?
20 Maintenant je me fais suivre un petit peu comme le lait sur le feu mais bon. Voilà, on a la chance
21 d'être bien suivi.
- 22 Er : Et sans être indiscret, c'est quels types de problèmes de santé ?
- 23 G : Cancer.
- 24 Er : D'accord. Ouais, t'as eu un cancer de...
- 25 G : Mélanome à 40 ans.
- 26 Er : D'accord. Donc c'est le grain de beauté, cancer de la peau.
- 27 G : Ouais c'est un cancer de la peau.
- 28 Er : Non généralisé.
- 29 G : Euh, non généralisé... bah j'ai eu du bol, parce qu'après avoir eu ce mélanome, j'ai eu des
30 métastases ganglionnaires, donc ça m'a demandé aussi une opération. Enfin voilà, j'ai eu deux
31 trois ans pas très sympatiques où tu flippes un peu, où tu flippes franchement quoi.
- 32 Er : T'as eu un traitement ?
- 33 G : Non. Enfin le traitement dans le cadre du mélanome il est uniquement chirurgical. Derrière,
34 moi je suis rentré dans un protocole expérimental. La validité de ce protocole, on n'a jamais voulu
35 me dire, c'est gardé secret, on veut pas t'en parler.
- 36 Er : Ah bon ?
- 37 G : Non.
- 38 Er : C'est-à-dire ?
- 39 G : Bah je suis rentré dans un protocole expérimental et puis j'ai demandé, quelques années plus
40 tard : bon bah voilà, vos expériences elles sont faites, le protocole il est fini, quel a été l'impact

41 pour moi quoi ? Non, on n'a jamais vraiment voulu me dire. On m'a dit « non, le protocole il est
42 fait pour vous ».

43 Er : C'est-à-dire qu'on t'a proposé de, en fait on t'as dit : « on est en train de tester des nouvelles
44 choses et on vous propose de participer à ce nouveau type de thérapie ».

45 G : Tout à fait. Mais derrière je n'ai pas eu de résultat de l'étude qui a été faite suite à ce
46 protocole, ce qui m'aurait intéressé. Et, mais non, les résultats de l'étude n'ont pas été transmis et
47 *a priori* sont gardés secrets par le labo qui a mené cette étude.

48 Er : Et donc tu sais pas entre guillemets si c'est ça qui t'as fait guérir.

49 G : Absolument pas. Je sais pas.

50 Er : D'accord. Et ils t'ont dit en quoi il allait être spécifique, différent d'une prise en charge
51 classique ?

52 G : Bah oui parce que c'était des nouveautés quand même. Moi j'ai eu un protocole de
53 vaccination. Donc il y a plus de 10 ans. On en était au tout début des protocoles de vaccination
54 dans le cadre du mélanome.

55 Er : Donc vaccination contre un cancer, c'est ça l'expérimentation ?

56 G : Tout à fait ouais. Et maintenant je sais que c'est quelque chose qui s'est développé dans le
57 temps. Je n'ai pas plus d'infos que ça. Je pense que j'étais parmi les premiers à rentrer dans ce
58 type de protocole. Maintenant savoir quel a été l'impact de cette vaccination sur moi, je ne le
59 connais pas.

60 Er : Ouais. Et tu sais pas si l'expérimentation elle a été abandonnée ou...

61 G : Pas du tout.

62 Er : Donc t'avais 40 ans ?

63 G : 40 ans oui. 41.

64 Er : Et là aujourd'hui tu as quel âge ?

65 G : J'en ai 51. Donc c'était il y a 10 ans.

66 Er : Mais la vaccination généralement c'est en anticipation, pour pas que ça arrive.

67 G : Alors oui, bah là si tu veux, le but de la vaccination consistait à prendre, je vais te faire court
68 parce que c'est... consistait à prendre certaines cellules sanguines qu'ils modifiaient, alors je ne
69 sais pas exactement si c'est génétiquement ou par d'autres billets. Et après les avoir modifiées,
70 donc ils élaboraient un vaccin et ce vaccin on te le réinjectait. Donc sur un an j'ai 4 injections quoi.
71 4 ou 5 injections un truc comme ça. Bon c'est de la vaccination, mais c'est aussi, c'est un peu
72 comme un sérum, enfin, parce qu'ils pensent que c'est susceptible de pouvoir en plus endiguer
73 une pathologie qui est déjà déclarée.

74 Er : D'accord. Et du coup, enfin c'est vrai que ça interpelle le fait que tu participes à une
75 expérimentation et qu'après ils ne te disent pas en quoi finalement ça a joué dans ta guérison ou
76 non. Et du coup, une de mes interrogations, c'est : quel est ton rapport, ou quel a été, en tout cas
77 dans cette expérience, ton rapport avec le corps médical ? Comment t'as eu l'impression d'être
78 traité ?

79 G : Alors t'es un peu traité, alors t'es pas maltraité, t'es plutôt bien traité, moi d'abord, faut
80 d'abord bien comprendre que j'ai eu cette chance de pouvoir rentrer dans un protocole. Moi j'ai
81 eu je dirais la chance d'avoir été bien soigné par un professeur qui me suit à Paris. On va dire qui

82 est un des pontes en la matière sur Paris et qui m'a proposé ce protocole. J'aurais pu refuser le
83 protocole. Au point où j'en étais, comme je flippais quand même un petit peu beaucoup, je me
84 suis dit que j'avais rien à perdre. Donc je l'ai accepté. Ensuite tu rentres dans une espèce de
85 machine, de un peu... Et puis là tu te laisses mener quoi. Ben c'est pas toi qui décide. On te dit
86 « vous venez tel jour à telle heure, on va faire ça, on va faire ça, on va faire ça », voilà après t'es
87 vraiment, t'es un cobaye. C'est le principe du cobaye, t'es un cobaye. T'as beau poser des
88 questions, on va pas forcément te donner des réponses. Alors on va quand même te donner
89 certaines réponses, mais juste le minimum indispensable pour que bah, voilà t'aies pas à
90 t'inquiéter, t'aies pas à flipper, voilà. Mais si tu veux aller plus loin avec eux, en leur disant « mais
91 quels sont les résultats ? Pourquoi vous avez fait ça ? Pourquoi j'en ai un ? Pourquoi j'en ai deux ?
92 Pourquoi j'ai trois injections ? », ils te disent « c'est le protocole Monsieur, vous inquiétez pas ».
93 Là-dessus t'as très peu d'infos. Il faut savoir que ces protocoles, ce sont des laboratoires qui font
94 ça.

95 Er : C'est pas dans le cadre de l'hôpital ?

96 G : Si bien sûr. Mais si tu veux se sont des... le professeur qui me suit en l'occurrence, c'est un
97 médecin qui fait de la recherche, mais qui dit recherche, dit financement et donc dit laboratoire.
98 Parce qu'effectivement, c'est essentiellement les laboratoires qui vont financer la recherche. Donc
99 après je suppose qu'entre le médecin, le professeur qui m'a suivi et le laboratoire, il y a une vraie,
100 comment dire ? participation. Je pense que le médecin il sait très bien ce que fait le labo et voilà.
101 C'est un petit peu comme un thésard. Voilà, qui va mener une étude, donc s'adresse à un labo,
102 donc le labo va lui dire « bah moi votre étude elle m'intéresse, je la finance » et puis le prof il fait
103 son étude. Mais après si tu veux, je pense que c'est complètement, si tu veux, derrière le labo va
104 récolter les infos scientifiques, suite à cette expérimentation et ce labo les garde vraiment
105 secrètes, puisque c'est lui qui les a financées. Donc il va pas... voilà, ça va servir derrière à d'autres
106 études. Je pense que le protocole que j'ai suivi servira à d'autres protocoles futurs, qui à mon avis
107 son déjà en marche depuis très longtemps. C'est comme ça qu'on avance.

108 Er : C'est un projet de recherche et développement. Mais c'est le professeur qui t'a parlé de ce
109 protocole, c'est pas lui qui dirigeait la recherche ?

110 G : Ah si si si.

111 Er : C'était lui qui dirigeait la recherche ?

112 G : Ah oui oui oui.

113 Er : Il était dans le libéral ?

114 G : Ah non non non. C'est un médecin hospitalier. Non non, c'est un médecin hospitalier.

115 Er : Mais qui avait ce projet de recherche et qui a trouvé des financements privés.

116 G : Je pense qu'il a trouvé des financements via le biais d'un laboratoire quoi.

117 Er : Et du coup, toi dans ce protocole, t'avais l'impression d'être pris un peu comme un objet
118 d'expérimentation, un « rat de laboratoire », dit de manière un peu extrême.

119 G : C'est un peu ça. Mais de façon humaine.

120 Er : Inhumaine t'as dit ?

121 G : Non humaine. De façon humaine. Non non, t'es traité de façon très humaine. Mais t'es un petit
122 peu un rat de laboratoire quand même. On te fait des trucs, on t'as demandé hein, si t'étais
123 d'accord ou pas. Mais après voilà, moi je suis pas médecin spécialiste dans le mélanome. Voilà, si
124 tu veux alors il y a un secret industriel entre guillemets de la part du laboratoire qui garde ses

125 infos. Et puis il y a aussi je pense, de la part par exemple des médecins, et ça c'est récurrent dans
126 le domaine médical, c'est « on va pas vous expliquer, vous n'avez pas les connaissances pour
127 pouvoir comprendre, donc qu'est-ce que vous voulez qu'on vous explique ? ». Voilà, et puis c'est
128 vrai. Alors après il y a des profs et des médecins qui sont très doués dans la vulgarisation de
129 l'information et puis d'autres qui s'emmerdent pas avec ça et puis qui disent « qu'est-ce que vous
130 voulez que je vous explique ? De toute manière vous pouvez pas comprendre ».

131 Er : Mais en fait t'avais l'impression que ce qui les intéressait c'était, enfin finalement ta
132 pathologie, mais toi en tant qu'individu t'es un peu mis de côté quoi ?

133 G : Ah oui.

134 Er : Dans tes angoisses, dans ta personne.

135 G : Oh, alors moi je suis pas d'une nature angoissée mais je pense que si j'avais véritablement eu
136 des problème de... on m'a demandé hein, est-ce que vous voulez voir un psychologue ? Non j'ai
137 pas besoin de voir un psychologue, tout va bien. Donc il y a une considération de l'humain, c'est
138 pas, on peut pas dire que c'est inhumain, pas du tout. C'est juste que c'est, c'est pas moi,
139 Guillaume, c'est monsieur X, numéro tant, étude du protocole numéro tant, expérience numéro
140 tant. Alors, si derrière, parce que c'est quand même des médecins, si derrière t'as des
141 problématiques d'ordre psychologique, ils vont te dire, bon attendez ok, il y aura une prise en
142 charge. Moi j'en ai pas eu besoin on va dire.

143 Er : D'accord. Donc il y a un accompagnement humain mais en tout cas t'as pas eu l'impression
144 d'être considéré dans ton individualité, dans ton histoire individuelle ?

145 G : C'est parce que qu'on te demande. C'est clairement pas ce qu'on te demande. C'est... t'es
146 vraiment une pathologie sur pattes. T'es une pathologie sur pattes mais t'es un humain. Alors je
147 ne dirais pas que le traitement est inhumain, il est impersonnel. Ouais impersonnel, ce serait
148 plutôt le terme exact.

149 Er : Et est-ce que tu trouves que c'est une bonne manière de soigner les gens ?

150 G : Honnêtement, je... j'ai pas les compétences pour pouvoir juger ce genre de choses. Je l'ai pas
151 mal vécu. Moi ce que je peux dire, mais ça n'engage que moi, je ne l'ai pas mal vécu. Est-ce qu'il
152 faut faire autrement ? Là c'est dans le domaine de la psychologie, je suis pas psychologue. Il y a
153 peut-être des gens qui...

154 Er : Mais par rapport à toi, par rapport à ton expérience ?

155 G : Moi je l'ai pas mal vécu. Moi je l'ai pas mal vécu. Enfin je l'ai pas mal vécu (rire), je n'ai pas mal
156 vécu la confrontation avec ce corps médical qui a mis tout en œuvre pour essayer de me soigner.
157 Voilà, faut quand même pas oublier un truc, c'est que c'est toi le malade et c'est eux qui sont
158 susceptibles de te guérir. Donc en parlant un peu vulgairement, bah t'as un peu tendance à fermer
159 ta gueule et puis à faire ce qu'on te demande hein ? Voilà, sans forcément toujours chercher à
160 comprendre, sans voilà, tu subis, tu subis. Je l'ai pas MAL vécu. Parce que t'es dans une position de
161 fragilité aussi et où te dis bah maintenant faut faire ce qu'on te demande, point barre quoi. Voilà,
162 je veux pas les emmerder, je veux pas essayer de créer des problèmes, je veux pas, je vais essayer
163 de pas psychoter, je vais essayer de rester le plus zen et le plus tranquille possible, ils font leur job
164 et puis voilà. Ils font leur job. Je ne leur en demande pas plus, pas beaucoup plus.

165 Er : D'accord. Mais du coup t'as l'impression d'être une pièce et totalement passif dans ce genre
166 de protocole.

167 G : Un numéro.

- 168 Er : Une pièce interchangeable.
- 169 G : Oui oui oui. Bah d'ailleurs c'est le principe du protocole si tu veux. C'est impersonnel, ils ont
170 leurs critères de sélection. Moi il se trouve que je rentrais dans des critères qui les intéressait, c'est
171 pour ça qu'ils m'ont pris. Et puis comme dans tout protocole, t'as aussi dans l'expérimentation,
172 t'as des gens à qui on va donner un vrai traitement et des gens à qui on va donner un placebo.
173 Mais tu ne sais même pas. Toi tu sais pas. Je n'ai même pas pu savoir, si ce n'est que je m'en suis
174 bien douté à travers les réactions que j'avais eu, que moi j'étais pas tombé dans la catégorie du
175 placebo. Je suis pas d'une nature à psychoter, bon j'ai bien vu les impacts des médicaments qu'on
176 m'a donné, l'effet a été... pour le moins un peu brutal, mais donc là je me suis dit « bon ok je suis
177 pas tombé dans la catégorie des placebo ». Mais dans ce protocole il y en a d'autres à qui on avait
178 donné un placebo et puis après ils évaluent. L'expérimentation c'est comme ça qu'elle est conçue
179 quoi.
- 180 Er : Tu parles des effets secondaires ?
- 181 G : Les effets secondaires ouais entre autres. Là il y avait, puisque je t'ai parlé de la vaccination
182 mais j'ai eu aussi des injections d'interférons.
- 183 Er : C'est quoi ?
- 184 G : Bon alors c'est pas de la chimio, l'interféron c'est une molécule qui est encore utilisée je crois
185 dans le traitement des hépatites. C'est pas la molécule des plus sympa que j'ai rencontrée on va
186 dire. Les effets sont un peu chiants quoi. Mais c'est pas de la chimio à proprement parler.
- 187 Er : Ils t'avaient dit... *a priori* ils t'avaient fait signer un contrat te prévenant qu'il pouvait y avoir
188 des effets secondaires ?
- 189 G : Ah oui tu signes un...voilà. On verra bien.
- 190 Er : C'est le principe de l'expérimentation.
- 191 G : C'est le principe de l'expérimentation. Tu sais pas. On va voir. Si on te dit à l'avance,
192 l'expérimentation elle est morte hein ? C'est plus une expérimentation.
- 193 Er : Ouais. Après je sais pas, j'ai pas envie de donner mon point de vue, mais on reste quand même
194 des êtres humains et du coup est-ce que tu penses qu'on peut faire des expérimentations, dans le
195 cadre de la médecine classique, sur des humains, voilà comme on en ferait dans le cadre de la
196 recherche sur un autre objet d'étude entre guillemets ?
- 197 G : (souffle avec la bouche). Euh, c'est déjà fait. Je pense qu'il y a pas plus de considération pour
198 un animal de laboratoire que pour un être humain. Clairement. Non et puis il s'agit d'êtres
199 humains quand même, la façon dont t'es traité elle est parfaitement humaine hein ? parfaitement
200 humaine, j'insiste bien là-dessus. A aucun moment on ne m'a considéré de façon totalement
201 inhumaine comme un rat de laboratoire. Même si dans l'expérimentation c'est un peu ça.
- 202 Er : D'accord. Est-ce que tu trouves que la médecine classique c'est entre guillemets « agressif » ?
203 Parce que tu parlais d'effets secondaires.
- 204 G : Oui. Oui.
- 205 Er : Interventionniste ? agressif ?
- 206 G : Oui oui. Oui, mais il y a des fois où l'on n'a peut-être pas le choix. Encore une fois je suis pas le
207 meilleur juge, mais je pense que des fois il n'y a pas le choix.
- 208 Er : Ouais. Donc dans le cadre de ton cancer effectivement.

209 G : Il n'y avait pas le choix. Moi le premier traitement c'est de la chirurgie. La chirurgie c'est très
210 agressif. Il n'y a pas beaucoup, enfin si après t'as la chimio qui est aussi très très agressif. Bah le
211 premier acte, il est chirurgical. La chirurgie, par définition, elle est quand même... c'est un
212 traumatisme, c'est traumatisant. Même si tu le vis bien, même si... Moi j'ai eu de la chance d'avoir
213 été super bien opéré et d'avoir eu une prise en charge de la douleur qui a été nickel quoi. Donc
214 moi je ne peux que les remercier quoi, du boulot qu'ils ont fait et de la façon dont ils l'ont fait, la
215 façon dont j'ai été pris en charge, voilà.

216 Er : D'accord. Donc là il y a effectivement pas le choix dans le cadre d'un cancer, de passer par ce
217 genre de médecine, mais du coup ma question ça amène à... à savoir si en général, quand tu veux
218 te soigner, quand tu as une maladie quelconque ou voilà, qu'il y a quelque chose qui demande une
219 prise en charge, est-ce que tu vas te tourner directement vers la médecine classique ? Voilà un
220 médecin classique ?

221 G : Il y a pas mal de choses que j'essaye, mais bon là-dessus je sais pas si je vais t'aider. J'ai quand
222 même, moi je suis quand même un professionnel de la santé et j'ai des connaissances dans le
223 milieu médical, et j'ai quand même une certaine ouverture d'esprit. Je vais te donner un exemple
224 très simple. Un rhume j'utilise des huiles essentielles. Voilà. Je fais de la... encore une fois, moi par
225 exemple je fais de la réflexologie plantaire.

226 Er : Euh... oui ? (rire) C'est quoi ? C'est au niveau des pieds je suppose ?

227 G : Voilà. C'est une technique de massage du pied qui permet de pouvoir agir sur les différents
228 organes du corps humain. Donc (inaudible) pratique. Donc moi il se trouve que je fais partie de
229 ces gens qui vont essayer de trouver des méthodes, on va dire alternatives ou complémentaires, à
230 notre médecine allopathique. Mais pour autant, je suis bien content de trouver des antibiotiques,
231 des anti-inflammatoires, des antalgiques, voilà, après faut raison garder... Moi j'ai tendance à aller
232 voir un peu ailleurs. Et ça apporte les solutions dans un grand nombre de cas. Et puis quand ça les
233 apporte pas, bah je m'adresse à une médecine plus conventionnelle et un peu plus lourde. Si on
234 peut éviter de prendre des médicaments, j'essaye d'éviter de prendre des médicaments.

235 Er : D'accord. Donc si je comprends bien, la médecine, donc tout ce qui fait partie des médecines
236 alternatives, passerait en premier à partir du moment où c'est efficace et en deuxième recours, il y
237 aurait la médecine classique ?

238 G : Alors, je pense sincèrement que c'est en plus quelque chose qui se développe à l'heure actuelle
239 dans notre société. Si je te le dis c'est parce que je le vois moi dans mon activité. Je travaille avec
240 des médecins, des kinés, dentistes etc. Bon, il y a quand même de plus en plus, une démarche
241 dans les gens, dans le public que l'on voit régulièrement au cabinet, en première intention, c'est
242 d'essayer de trouver d'abord une solution qui n'est pas forcément la solution médicamenteuse. En
243 fonction de ça et en fonction des résultats. Bah soit les gens bah ils en sont satisfaits et ça a résolu
244 leur problème, soit ils iront voir leur médecin. Chose que à mon avis, ça n'existait pas il y a encore,
245 moi quand j'ai commencé mon activité il y a plus de 25 ans ou 28 ans, il n'y avait pas ce genre de
246 comportement. Moi j'ai bien noté que plus ça va, plus les gens sont intéressés par, en première
247 intention, faire une médecine... j'aime par le mot « alternatif », pour moi c'est médecine
248 « complémentaire ». Donc ils vont s'adresser à un réflexologue, à un ethyopathe, à de
249 l'estothérapie, aux huiles essentielles, à la médecine par les plantes, voilà. Et ça se développe,
250 indéniablement ça se développe dans la société, ça c'est sûr.

251 Er : D'accord. Et du coup j'ai deux questions par rapport à ça. La première c'est : pourquoi tu
252 préfères le mot « complémentaire » ? Parce que c'est vrai qu'il y a pas mal de mots et du coup on
253 sait pas lequel est le plus adéquat.

254 G : Parce que je pense que c'est vraiment complémentaire. Faut pas les mettre en opposition ou
255 en confrontation.

256 Er : De la médecine conventionnelle ?

257 G : Oui. Il y a, tu vas par exemple dans les pays nordiques, Suède ou Danemark ou Hollande, voilà,
258 tu vas à l'hôpital, en première intention, dans la prise en charge du patient, elle est d'abord, je te
259 parle pas s'il s'agit d'un cancer avéré ou d'une fracture du bassin, ou voilà, il y a des protocoles
260 clairement définis, une fracture, c'est une fracture, un cancer, c'est un cancer. Maintenant si
261 t'arrives et que t'es nauséux ou que t'arrives et que t'as mal à la tête, ou que t'arrives et que tu
262 as mal au ventre, ou que t'arrives et que tu as une douleur quelque part, la première logique c'est,
263 on va vous donner un traitement, alors ça va être de l'acupuncture, ça va être de la réflexologie, ça
264 va être des huiles essentielles, voilà. Et puis ils regardent ce que ça donne. Et en fonction des
265 résultats, ils diront, ok les résultats sont bons, on a solutionné la problématique du patient, il est
266 guéri. On s'arrête là. Ok les résultats sont pas bons, ça n'a pas solutionné le problème. Alors on va
267 faire quoi ? Bah on fait scan, radio, machin, antibio, anti-inflammatoires, boum boum boum boum,
268 et on rentre dans cette logique-là. Mais c'est en deuxième intention. Nous en France, en première
269 intention, si t'arrives à l'hôpital, d'abord... on n'a pas encore cette démarche-là en France.
270 Clairement.

271 Er : Donc pour toi, on dit alternatives en France, mais complémentaires car c'est une question
272 d'ordre.

273 G : C'est une question d'ordre et puis je pense qu'il y a, l'erreur à ne pas faire, c'est de croire qu'il
274 existe ici-bas, Une Thérapie, quelle qu'elle soit. Je dis bien, quelle qu'elle soit, qui soit la thérapie
275 qui permette de résoudre tous les problèmes et toutes les pathologies. Je pense que, et ça se
276 développe, il faut à l'heure actuelle, bah trouver la bonne thérapie en fonction de la pathologie.
277 C'est dans cette logique-là. Faut pas les mettre en confrontation. Voilà, moi dans mon domaine il y
278 a des choses qui relèvent de ma compétence. Si je suis honnête, quand je vois certains patients je
279 leur dis « écoutez, non là ça c'est pas de ma compétence. Adressez-vous à un autre professionnel.
280 Et pour être compétent il faut avoir de l'ouverture d'esprit et dire aux gens « adressez-vous plutôt
281 dans ce domaine-là ou dans ce domaine-là ou dans ce domaine-là. Moi je peux pas, moi ça ne
282 relève pas de ma compétence. » Moi ce qui me fait flipper, c'est quand j'entends des
283 professionnels qui, sous prétexte qu'ils maîtrisent une thérapie, t'affirment « moi je peux tout
284 guérir ». Alors, pour moi ces gens-là sont dangereux quoi. Parce que je pense que c'est
285 fondamentalement faux. C'est mon opinion. Faut quand même pas déconner, je veux dire,
286 l'acupuncture elle existe depuis plus de 3000 ans et elle a ses résultats, indéniablement. Même si
287 notre corps médical a essayé de comprendre le mécanisme, je dirais qu'il y a une quantité
288 d'études qui ont été faites et qui sont encore en train d'être faites, où l'on essaye de comprendre
289 le mécanisme de l'acupuncture. Bah on comprend pas, on comprend pas, on sait pas comment ça
290 marche.

291 Er : On comprend pas dans le langage de la médecine occidentale.

292 G : De la médecine occidentale. Il n'y a pas d'explication. D'abord à cause d'une chose très simple
293 c'est qu'il y a la notion d'énergie et la notion d'énergie dans notre médecine occidentale ne
294 représente rien. Ça tu vas voir ton médecin et tu lui dis « docteur j'ai pas d'énergie », il va te
295 regarder et il va te dire « bah je vais vous filer des vitamines ». Mais la notion d'énergie ne
296 représente rien dans notre médecine allopathique. Alors que dans la médecine chinoise, bah le
297 principe il est basé sur une médecine énergétique. Donc voilà, le concept est totalement différent.
298 Bref, pour autant...

299 Er : C'est une autre conception du corps.

300 G : C'est une autre conception du corps oui. C'est vraiment une approche très différente, c'est une
 301 logique très différente. Mais pour autant nos médecins ils sont pas andouilles, ils sont
 302 complètement, ils se sont bien rendus compte que l'acuponcture était efficace. Pas partout, mais
 303 dans certains domaines. Et la preuve en est c'est que maintenant, même si l'on n'a pas encore
 304 compris de façon cartésienne et rationnelle le fonctionnement de l'acuponcture, elle est
 305 enseignée à la fac de médecine. Donc comme quoi nos médecins sont pas cons. Si c'était vraiment
 306 que des gros bourrins hermétiques et enfermés dans une forme d'obscurantisme comme ils l'ont
 307 été il y a quelques siècles, on n'en serait pas là. Donc il y a aussi de la part du corps médical, une
 308 ouverture.

309 Er : C'est peut-être, enfin la différence qu'il pourrait y avoir entre le paradigme de la médecine
 310 occidentale et celui des médecines, voilà on va dire un peu ancestrales, c'est que les médecines
 311 ancestrales se seraient construites selon une approche empirique du corps en fait. Et pas de manière
 312 abstraite.

313 G : Tout à fait. L'acuponcture, c'est purement empirique. Il n'y a pas de traité d'acuponcture qui
 314 répondent à une logique scientifique, cartésienne et rationnelle comme on l'entend dans notre
 315 médecine occidentale. Elle est purement empirique. Totalement empirique. Après on n'est bien
 316 obligé d'admettre que ça marche puisque ça marche. Les résultats sont là. Voilà faut pas fermer
 317 les yeux devant une évidence.

318 Er : Et est-ce que tu expliques le fait que la société, en tout cas qu'il y ait de plus en plus de gens
 319 qui se tournent en premier lieu vers ce genre de médecines ?

320 G : Oui. Je pense que c'est lié, je pense que c'est grandement lié à la communication. On est dans
 321 une société où l'on est abreuvé d'informations et à la vitesse de la lumière. Voilà, c'est une chose
 322 qui n'existait pas il y a encore 40 ans. Maintenant, l'information va à une vitesse instantanée et
 323 dans des proportions mais monumentales. Et ça je pense que ça a permis à pas mal de gens, plus
 324 ou moins curieux, de se dire « oh bah oui mais là, moi je m'identifie dans cette problématique, je
 325 me reconnais, j'ai exactement tous les symptômes bah de ce qu'ils ont vu sur internet », ils l'ont lu
 326 sur internet et puis ils se disent « ah bah ouais mais alors lui il me donne une solution. Alors lui il
 327 me dit laissez tomber les médicaments ». C'est dangereux hein ? faut faire gaffe, tu trouves
 328 quantité de conneries sur internet hein ? ça peut être dangereux quoi, mais ça a participé au fait
 329 que les gens se disent « bon, bah il y a peut-être pas que les antibio, les anti-inflammatoires et les
 330 antalgiques ».

331 Er : Ouais, il y a un phénomène de...

332 G : Et puis après on en parle. On en parle. Je veux dire le nombre de gens qui disent « oh bah tiens,
 333 moi j'ai arrêté de fumer en faisant de l'acuponcture », moi j'en rencontre fréquemment. « Oh bah
 334 tiens moi », je prends l'exemple du tabac, « Moi j'ai arrêté de fumer en allant voir quelqu'un qui
 335 fait de l'hypnose », voilà. « Tiens j'ai arrêté de fumer parce que je suis allé voir un mec qui fait de
 336 l'auriculothérapie ». On en entend parler. Il y a 50 ans t'en entendais pas parler. Il y a 40 ans t'en
 337 entendais pas parler. Mais pas du tout ! Maintenant on en entend parler parce que l'information
 338 elle est là, elle est présente. Et puis tu la trouve, tu la trouve tout de suite. C'est ça qui a changé.

339 Er : Donc en fait, il y a aussi un phénomène médiatique qui permet la diffusion de la connaissance,
 340 l'appropriation de la connaissance. Les gens ont désormais une critique et ont envie de construire
 341 leur propre approche.

342 G : Tout à fait.

343 Er : Et la mondialisation, qui fait que l'information, d'une culture à l'autre, elle circule.

344 G : Tout à fait. Tu le vois maintenant, on te parle de médecine tibétaine. Alors la médecine
345 chinoise, ça fait longtemps qu'on en parle hein ? Mais maintenant on va te parler de médecine
346 tibétaine, de médecine du chamane qui est au fin fond de l'Amérique latine, du sorcier qui est au
347 fin fond de l'Afrique noire, etc. etc. Et toutes ces sociétés finalement elles ont trouvé des
348 méthodes pour se soigner.

349 Er : Et tu dirais pas, enfin en tout cas le fait que les gens se tournent vers les médecines
350 complémentaires pour reprendre ta terminologie, ça traduit pas une posture de rejet ? C'est plus
351 une posture d'hybridation des différentes techniques ?

352 G : Tout à fait. Enfin, je... Alors il y a des gens qui ont une réaction de rejet, clairement, j'en
353 connais. Qui disent « ouais il y en a marre ! les médecins c'est... ils sont tous à la botte des
354 laboratoires. Eux ce qui les intéresse c'est de vendre leurs molécules chimiques à la con ». Donc il
355 y a des gens qui sont dans l'opposition et dans le rejet. T'as des gens, plus comme moi, qui sont
356 plus dans une ouverture, en disant, bah je rejette pas l'un mais je suis quand même, je m'intéresse
357 à l'autre et c'est complémentaire. Et puis t'as les gens aussi qui vont te dire « ouais les médecines
358 parallèles machin, c'est que des cons, c'est que des conneries, c'est super dangereux, vas voir ton
359 médecin, il va te filer des antibio ». Il y a un rejet des deux côtés. Après quelle est la proportion ?
360 moi je sais pas.

361 Er : En tout cas il y a une vraie démocratisation et un débat autour des questions médicales et
362 scientifiques qu'il n'y avait pas avant ?

363 G : Certain !

364 Er : Avant c'était unilatéral et hégémonique de la part de la médecine occidentale ?

365 G : Ah oui oui. Complètement. Tu te rends compte, c'est pas si vieux que ça hein ? Il y a quoi, on va
366 dire, dans les années 1600, 1700 je pense, ouais XVIIIème siècle, où la médecine a commencé à
367 prendre forme et la médecine comme on l'entend, où c'était des médecins de campagne qui se
368 trimballaient, tu sais à quoi ils étaient confrontés ? Au sein de la population ? Ils étaient considérés
369 comme des charlatans. Ils étaient considérés comme des charlatans parce que les gens ne se
370 soignaient qu'à travers, bah le rebouteux du village, le magnétiseur du village...

371 Er : C'était l'inverse.

372 G : C'était l'inverse ! C'était l'inverse. Et que maintenant, bah voilà, les choses changent, la
373 mentalité des gens change, et encore une fois c'est l'information qui a fait ça. Parce que les
374 médecins du XVIIème, ils apportaient aussi une information.

375 Er : C'est super intéressant ce que tu dis. Donc il y a à la fois des gens qui sont dans une logique
376 d'ouverture, des gens qui sont dans une logique de rejet et un débat qui a émergé là-dessus, mais
377 tu parlais, par exemple, de chamanes, de médecines tibétaines et d'énergie. Est-ce qu'il n'y aurait
378 pas dans les médecines complémentaire quelque chose entre guillemets en plus ? Sur lequel ne
379 surfe pas la médecine occidentale ? Qui serait la recherche de spiritualité ou je sais pas ?

380 G : Alors, la recherche de spiritualité, c'est encore une notion, encore différente. Un esprit sain
381 dans un corps sain. Il est clair que si... enfin la notion de spiritualité c'est très à part. Pour moi, on
382 sort du domaine médical. Là on n'est plus dans le domaine médical. On est plus dans un domaine
383 ésotérique, dans le domaine de la spiritualité. T'as des gens qui sont pas bien psychologiquement,
384 qui sont pas bien dans leur tête ou à un moment donné qui traversent des périodes de fragilité et
385 qui ont besoin de spiritualité. Et puis tout simplement tu as des gens qui ont besoin de spiritualité
386 de base. On en a tous besoin de spiritualité un petit peu. Il est sûr que si tu vas pas bien dans ta
387 tête, tu vas pas bien dans ton corps. Ça c'est certain, ça c'est une certitude. Après la spiritualité,

388 c'est tellement vaste le terme de spiritualité. C'est la religion ? C'est une secte ? C'est un gourou ?
389 C'est ?

390 Er : Après sans parler de religion ou autre, ce que j'essaie d'évoquer c'est le besoin de redonner
391 une certaine consistance symbolique au corps, je veux dire... parce j'ai l'impression que pour
392 plusieurs enquêtés, il y a une conception très mécanique du corps dans la médecine occidentale.
393 Le corps est traité comme une machine. C'est plus ça.

394 G : C'est le cas ! Mais c'est le cas. Il faut pas non plus oublier que c'est notre médecine occidentale
395 qui a inventé ce qu'on appelle à l'heure actuelle la psychologie et la psychiatrie. Donc il y a aussi,
396 dans notre médecine allopathique une dimension... bah psychologique... qui n'est pas que de la
397 mécanique. Mais clairement, quand tu vas voir par exemple un médecin de la médecine chinoise,
398 il considère pas que tu es l'addition d'un cerveau, plus un foie, plus un rein, plus un cœur, plus un
399 intestin, plus une rate, plus, plus, plus, plus. Il te considère comme un tout. Et il te considère dans
400 ta globalité. Et il va évaluer son raisonnement thérapeutique en fonction de cette globalité. Toi,
401 nous quand on va voir un médecin, alors d'abord tu vas voir un généraliste. Il va essayer de faire le
402 tour du problème, de te comprendre dans ta glo... mais rapidement il va te dire « allez voir un
403 cardiologue. Allez voir un pneumologue. Allez voir un... ». Et donc on a plein de spécialités. Et là on
404 a tendance à te traiter bah un peu, petit bout par petit bout. Et ça c'est indéniable. A tel point que,
405 fort de cette analyse qui n'est pas nouvelle et de cette critique qui n'est pas nouvelle, le corps
406 médical en a pleinement conscience, et bien maintenant tu as, non plus des docteurs généralistes,
407 mais tu as des professeurs. Alors je peux t'en parler puisque moi j'ai deux profs dans le cabinet. Et
408 ce sont des professeurs en médecine générale. Et ce ne sont plus des professeurs en cardiologie,
409 ce ne sont pas des professeurs en pneumologie, des professeurs en neurologie ou en
410 rhumatologie ou en ce que tu veux, ce sont des professeurs en médecine générale. Donc t'as
411 d'abord le médecin généraliste, qui va avoir une vision un peu globale, il va avoir, il est médecin, il
412 est pas con, et puis ce médecin il va dire, « bon voilà, c'est très compliqué, moi je sais pas tout »,
413 c'est vrai que c'est très compliqué, « allez voir un spécialiste ». Alors il va voir un spécialiste, deux
414 spécialistes, trois spécialistes, quatre spécialistes. Et puis après souvent, on va aller voir, alors pas
415 tout le temps, mais on va retourner voir un professeur en médecine générale, qui est à l'autre
416 bout de la chaîne, qui lui va hop, remettre au bout toutes les données et te reconsidérer dans ta
417 globalité.

418 Er : C'est très complexe. Mais en fait c'est exactement ça. C'est une conception mécanique ou
419 organique du corps, où chaque organe est considéré de manière indépendante et il y a une
420 dissociation, voire une atomisation de l'individu.

421 G : Tout à fait.

422 Er : Et il n'y a pas du tout la même approche, c'est pour ça que je parlais de symbole, il n'y a pas du
423 tout la même approche dans la médecine alternative. Le corps, l'esprit et l'individu sont associés
424 dans une même unité.

425 G : Tu sais, je me suis adressé il y a quelque temps à un ethylogue.

426 Er : C'est quoi ?

427 G : Je connaissais pas. Et bien pour l'ethylogue, tu as un corps physique, un corps astral et un
428 corps éthéré. Alors le corps astrale et le corps éthéré, je t'avouerais que j'ai pas... Tu es en bonne
429 santé à partir du moment où ton corps astral et ton corps éthéré sont réunis dans ton corps
430 physique. Si jamais, alors ton corps physique il est là, il va pas bouger, mais que ton corps astral et
431 ton corps éthéré sont partis très très loin, tu induis un déséquilibre dans ta physiologie, dans ton
432 fonctionnement et tu vas présenter un terrain propice à l'apparition d'une pathologie parce que tu
433 ne fonctionne plus en harmonie. Ouah ! va expliquer ça à un médecin allopathique, le mec il te

434 regarde, il te fais « t'as fumé la moquette garçon ! ». Tu comprends ? Ils sont pas du tout encore
435 ouverts à ce type de concepts. Or ce sont des concepts qui arrivent. Moi je fais de la réflexologie
436 plantaire, je peux te dire que la réflexologie plantaire il y a encore 50 ans, les médecins ils disaient
437 « c'est des charlatan les mecs, c'est des charlatans ». Bon il se trouve que t'as un professeur en
438 neurologie qui a étudié la question. Maintenant tu as une thèse, elle est épaisse comme ça, tu
439 vois ? Genre j'ai essayé de me l'avalier en entier, il y a des fois où je me suis dit « oh putain, je n'y
440 arrive plus », c'est très compliqué, mais ça a été prouvé scientifiquement, validé. Là il y a un
441 raisonnement cartésien et scientifique. Bon c'est reconnu par le corps médical, pas encore
442 reconnu par la sécu, mais c'est reconnu par le corps médical, on sait comment ça marche.

443 Er : D'accord.

444 G : Bah là ils sont un peu coincés, ils sont bien obligés de l'admettre. Et ça fonctionne exactement
445 sur le même principe, qui est que, par l'intermédiaire d'une technique de manipulation et de
446 massage du pied, on va réharmoniser toutes tes fonctions du corps humain. Je ne considère pas
447 que tu es l'association d'un foie, plus d'un cœur etc. mais que tout fonctionne en harmonie et que
448 moi, par l'intermédiaire de ma technique, je vais juste faire en sorte que tout fonctionne en
449 harmonie. Et en bonne synergie.

450 Er : C'est une autre conception du corps.

451 G : C'est une autre conception, c'est une autre approche. Les médecins ont encore beaucoup de
452 mal. Mais ça vient, ça vient, ça change. Les mentalités des médecins, moi je le vois, ça change.

453 Er : Parce qu'il y a de plus en plus de médecins qui sont aussi à la fois kiné et ostéopathe, qui
454 sont...

455 G : Bah oui ! Et puis parce que les médecins sont pas des cons. C'est des mecs brillants qui font des
456 études mais voilà, ils sont largement capables de comprendre ce dont on est en train de parler
457 quoi.

458 Er : Ouais. Et en fait maintenant, il n'y a pas une vérité scientifique. Le critère de vérité maintenant
459 c'est l'efficacité. C'est-à-dire que maintenant, à partir du moment où c'est efficace, où ça marche,
460 c'est vrai.

461 G : C'est vrai.

462 Er : C'est ça en fait ?

463 G : Oui. L'efficacité est un critère de vérité ouais. Ah ouais ouais, indéniablement. Ah oui oui oui,
464 ça c'est sûr. T'arrives, t'es malade, tu fais n'importe quelle thérapie, t'es plus malade, tu te dis ça y
465 est c'est bon. Tu prends comme, c'est ta vérité, mais oui.

466 Er : Et donc toi, par rapport à ton activité professionnelle c'est quoi ton parcours ? Quelle est ton
467 activité ? et comment tu en es arrivé à faire cette activité ?

468 G : Moi je vais te dire la seule chose que j'ai su rapidement, c'était que je voulais soigner des gens.
469 Ça je l'ai su très tôt. 14-15 ans, je me suis dit c'est ça que je veux faire, j'ai envie de soigner des
470 gens. Après j'ai vu ma sœur faire médecine, j'ai fait « oula, non ça c'est pas pour moi, c'est trop
471 long, je voulais un truc court ». Et puis j'ai fini par faire podop, parce que moi je suis aussi manuel et
472 j'avais besoin d'un métier aussi manuel. Et là je m'éclate dans mon boulot parce que j'ai l'aspect
473 soin que je voulais au départ, l'aspect quand même intellectuel où il y a quand même une
474 réflexion à avoir, on a le droit nous de poser un diagnostic, et puis il y a tout l'aspect manuel à
475 travers soit le soin, soit la confection des semelles ou du petit appareillage. Donc ça convenait
476 exactement à ma personne quoi.

- 477 Er : Ok. Et donc là t'es en libéral ?
- 478 G : Ouais mais je travaille aussi à l'hôpital.
- 479 Er : Tu travailles ou tu travaillais ?
- 480 G : Non je travaille. Je fais des soins à l'hôpital.
- 481 Er : Ok. Et en fait, tu me parlais de réflexologie...
- 482 G : La réflexologie plantaire.
- 483 Er : Donc podologue, pour essayer de catégoriser, c'est pas vu comme une médecine
484 complémentaire ? C'est vu comme une médecine...
- 485 G : Ah non la podologie c'est considéré comme la kiné ou les infirmiers, c'est un diplôme d'Etat,
486 moi j'ai passé un diplôme d'Etat, qui est reconnu, qui est complètement validé. Au même titre que
487 les dentistes ou voilà. Là moi je suis, je fais totalement partie du corps médical, paramédical. Mais
488 voilà, on a un ordre professionnel qui dépend de l'ordre des médecins, mais on a un ordre
489 professionnel, voilà. Et ce qui est curieux, c'est que depuis que j'ai fait cette formation en
490 réflexologie plantaire, il m'est interdit d'associer les deux. Je ne peux pas mettre sur ma carte de
491 visite, ou sur ma pancarte à l'entrée de mon cabinet, je n'ai pas le droit de marquer « Monsieur
492 machin, podologue, réflexologue ».
- 493 Er : Pourquoi ?
- 494 G : Parce que le... ils ne veulent pas que l'association entre les deux soit faite.
- 495 Er : Ils ?
- 496 G : L'ordre des médecins.
- 497 Er : D'accord. C'est une forme de non reconnaissance.
- 498 G : Il y a une forme de non reconnaissance. Alors que les études ont été faites et que ça a été
499 prouvé. Mais non, ils ne veulent pas.
- 500 Er : Ouais, il y a un jeu de pouvoir presque un peu.
- 501 G : Un peu oui. Oui oui. J'ai le droit d'exercer les deux, mais il me faut deux cartes de visites.
- 502 Er : Et deux plaques (rire).
- 503 G : Ouais ouais. Mais je n'ai pas le droit de le mettre sur la même plaque. C'est une connerie, c'est
504 une aberration. C'est comme ça. Mais ça permet de comprendre un peu la vision encore du corps
505 médical par rapport à ces médecines qui ne sont pas encore vraiment établies quoi.
- 506 Er : Ouais. Et du coup toi, qu'est-ce qui t'as amené dans ta réflexion personnelle à te dire, je vais
507 faire podologue, où l'on t'as appris aussi une manière de penser, enfin c'est un diplôme d'Etat etc.,
508 dans un certain paradigme, c'est-à-dire un ensemble de connaissances, une manière de réfléchir, à
509 cette pratique qui est plus complémentaire entre guillemets ?
- 510 G : C'est l'ouverture d'esprit. C'est par pure ouverture d'esprit. J'ai eu la chance de, à l'hôpital, tu
511 vois comme quoi tout, t'as quantité de médecins qui sont de plus en plus ouverts, euh on a une
512 cheffe de service qui est une femme brillante et qui a proposé, il y a quelques années de ça à toute
513 l'équipe de kiné, je sais plus il y a une quarantaine de kinés, je suis le seul podo à travailler là-bas.
514 Et elle avait proposé aux kinés, est-ce que ça vous intéresserait d'avoir une, pas une formation,
515 mais comment dire ? en quelque jour, voir ce qu'est la réflexologie plantaire. Alors tous les kinés
516 avaient dit oui et puis moi j'avais dit oui, bien évidemment puisqu'en tant que podologue, je suis

517 le premier concerné par le pied. Et donc on avait eu une formation, une petite formation entre
518 guillemets, une initiation sur trois jours.

519 Er : Dans le cadre de l'hôpital ?

520 G : Dans le cadre de l'hôpital. Donc le mec est venu à l'hôpital délivrer sa formation.

521 Er : Donc le mec il vient à l'hôpital alors qu'on n'a pas le droit de mettre les deux noms sur une
522 même plaque ? D'accord. Ok.

523 G : Mais comme quoi la cheffe de service c'est une femme très ouverte d'esprit. Tu vois ? Elle est
524 pas fermée. Elle aurait très bien pu dire : c'est tous des charlatans. Non pas du tout. Au contraire,
525 elle a même fait venir au sein de l'hôpital un mec qui a délivré la formation. Bon bref, suite à cette
526 formation, moi ça m'a intéressé et puis je me suis dit, ben tiens bah pourquoi pas ? Sauf que c'est
527 pas en trois jours que tu deviens réflexologue, donc derrière je me suis moi payé de mon côté une
528 vraie formation en réflexologie plantaire.

529 Er : Une formation qui a duré combien de temps ?

530 G : Un peu plus d'un an, à raison d'un week-end sur deux trois. Tu vois ?

531 Er : D'accord. Donc podologue, t'as passé ton bac...

532 G : Podologue, tu passes ton bac, tu fais tes études...

533 Er : Un bac S ?

534 G : Ah non, moi j'avais fait un bac F5, technique. Maths, physique. Rien à voir avec la choucroute
535 hein ! Mais bon après dans mon parcours j'ai fait d'autres choses. Mais, après donc je vais te dire,
536 j'ai d'abord fait une première année de médecine. Parce que comme je voulais faire du
537 paramédical et qu'en F5, j'avais pas fait de bio, j'avais bouffé de la physique, des maths et tous ces
538 trucs-là mais j'avais pas fait de bio. Me dirigeant vers une formation en paramédical, j'avais tout
539 un retard en bio à avaler. Donc j'ai d'abord fait une année de fac de médecine, non pas dans
540 l'esprit de faire médecine, mais globalement j'allais qu'aux cours de bio. Ça a été un véritable
541 échec parce que j'étais pas du tout formaté pour la fac. Donc après je me suis fait une année de
542 prépa au concours paramédicaux. Après donc j'ai passé les concours, j'ai été admis en kiné. J'ai fait
543 une année de kiné. Kiné j'ai pas aimé. C'est là où j'ai rencontré Anne-So d'ailleurs tiens. Et mais j'ai
544 pas aimé, j'ai pas foutu grand-chose et puis j'aimais pas.

545 Er : Pourtant c'était manuel aussi ?

546 G : Ouais mais c'était vraiment du tripotage de barbaque et puis j'ai jamais trouvé ça super
547 efficace non plus. Bon, enfin du moins ce que j'en avais vu, j'avais pas fait encore le tour de la
548 question. Ce qui est une erreur puisque c'est très efficace hein ? Donc après j'ai fait l'armée,
549 armée j'ai fait l'école de santé des armées...

550 Er : C'était le service militaire ?

551 G : Ouais. Un an. Donc là j'ai fait l'école de santé des armées, j'ai été infirmier à l'armée pendant
552 un an. J'ai appris plein de trucs, ça a été une super expérience. Contrairement à quantité de gens
553 qui disent que l'armée a été une perte de temps et un traumatisme. Ce que je peux bien
554 concevoir, j'ai quantité de potes pour qui ça a été un calvaire et une horreur. Moi j'ai eu cette
555 chance, j'ai passé une année formidable où j'ai appris plein, plein plein plein de trucs. Sur le plan
556 pratique, humain, voilà. Mais j'étais infirmier.

557 Er : D'accord. Ok.

558 G : Et puis après j'ai passé le concours de podo et je suis devenu podo, podologue voilà.

- 559 Er : Ok. Et donc ta formation sur la réflexologie, tu l'as faite combien de temps après ?
- 560 G : Oh bah, ça fait quoi, moins de dix ans là donc... 15 ans après.
- 561 Er : Donc ça fait 25 ans que tu fais podo.
- 562 G : ça fait... le cabinet je l'ai ouvert en 92 donc ça fait 25 ans. J'avais bossé presque deux ans avant
563 donc, 25, 26, 27, donc le moment entre lequel je suis sorti...
- 564 Er : à l'hôpital t'as commencé quand ?
- 565 G : A l'hôpital j'ai commencé 94 je crois. Oui donc 15 ans après.
- 566 Er : Ok. Donc il y a 10 ans t'as fait cette formation ?
- 567 G : Oui je l'ai faite il y a une petite dizaine d'années.
- 568 Er : D'accord. Et tu trouvais que ça apportait quelque chose dans ton activité, justement en
569 complément ?
- 570 G : Alors, c'est très différent. Moi j'ai la chance d'avoir une profession où l'on a plusieurs cordes à
571 notre arc parce que j'ai l'activité soin, donc c'est de la pédicurie, j'ai l'activité semelles
572 orthopédiques, là on est plus véritablement dans la podologie, mais les deux sont indissociables,
573 sont intimement liées. L'erreur que font, moi c'est ce que je pense, mais l'erreur que font certains
574 de mes confrères c'est de négliger l'une ou l'autre des deux branches. Or elles sont intimement
575 liées. Ça permet, si t'es un bon pédicure, tu seras un bon podologue, si t'es un bon podologue, tu
576 seras un bon pédicure.
- 577 Er : Pédicure c'est tout ce qui est...
- 578 G : C'est les soins des pathologies externes du pied. Cutanées et voilà.
- 579 Er : D'accord. Ongles incarnés et...
- 580 G : Ongles incarnés, corne au pied, durillon. Mais c'est lié, si tu veux, si tu as là une bonne lecture
581 du pied à travers les différentes pathologies cutanées du pied, ça va t'aider à comprendre la façon
582 dont ton pied fonctionne. Alors, je vais te dire un truc très con. Si t'as un durillon sous le pied à tel
583 endroit, ça veut dire que ton pied il appuie mal.
- 584 Er : Durillon c'est une bosse ?
- 585 G : Durillon c'est une plaque de corne, qui va se former sous le pied. Donc voilà, si t'es podologue
586 tu fais une semelle orthopédique pour modifier la position du pied. Si t'es pas foutu de voir qu'il y
587 a un durillon à tel endroit tu passes à côté du truc. Donc c'est intimement lié.
- 588 Er : D'accord. Et la réflexologie c'est...
- 589 G : Alors la réflexologie, qui est venue bien après, c'est une autre approche. Le seul point commun,
590 c'est que l'interface, c'est le pied. Voilà, puisque c'est une technique de massage du pied.
- 591 Er : D'accord, mais qui ne sert pas forcément à soigner le pied.
- 592 G : Ah non, c'est même la dernière chose que l'on va soigner. C'est même le seul truc qu'on peut
593 pas traiter, c'est le pied.
- 594 Er : les deux précédents sont pour soigner le pied...
- 595 G : Pas que. En podologie, alors en pédicurie, le soin à proprement parler lui ne concerne que les
596 pathologies on va dire cutanées du pied. Pour la podologie, où l'on fait des semelles, tu vas traiter
597 des pathologies du pied mais globalement, du tout le squelette, donc ça va être le genou, la
598 hanche, le dos, voilà. Donc là c'est vraiment tout l'appareil locomoteur. Et la réflexologie, là c'est

599 une façon de globaliser l'être humain. Donc là je ne considère plus l'être humain en tant que pied
600 ou appareil locomoteur mais dans sa globalité. Et donc là je peux traiter, par l'intermédiaire du
601 pied des problèmes d'insomnie, de constipation, de mal de crâne, de mal de dos, voilà. Mais c'est
602 une approche différente. Le seul lien avec ma profession, c'est que c'est le pied.

603 Er : Ouais. Et ça les gens te disent que c'est efficace ?

604 G : Oui. Alors là-dessus je t'avouerais qu'il y a des fois où je suis hyper satisfait des, de ce que j'ai
605 fait, et il y a des fois où je suis déçu.

606 Er : Déçu parce que les gens t'ont dit que ça n'a pas marché ?

607 G : Ouais, parce que j'espérais avoir un meilleur résultat ou avoir tout simplement un résultat et je
608 l'ai pas eu.

609 Er : D'accord. Mais ça marche parfois.

610 G : Et ça marche ouais. Pas tout le temps mais ça marche. Le problème c'est qu'il faut que
611 l'indication soit en fait, soit bien posée et je me rends compte d'une chose, c'est que ça ne marche
612 pas lorsqu'en fait tu te plantes dans ton diagnostic à la base, dès le départ. Je vais te donner un
613 exemple. Quelqu'un qui vient me voir parce qu'il a mal au dos, s'il a mal au dos parce que, par
614 exemple, je sais pas, il a une hernie discale, il est clair que tu vas pas faire disparaître une hernie
615 discale à travers de la réflexologie plantaire. C'est pas une technique de massage du pied qui va te
616 faire disparaître une hernie discale. Bon, là la réflexologie plantaire, c'est wallou, ça peut pas
617 marcher. Maintenant tu as quelqu'un qui vient de voir, qui a une douleur, une lombalgie parce
618 qu'il a des contractures musculaires au niveau des lombaires, là oui on peut avoir une action.

619 Er : Parce qu'il est stressé...

620 G : Parce qu'il est stressé etc. Et là on va pouvoir avoir une action. Là on va pouvoir relâcher le
621 système musculaire. De façon réflexe. C'est pour ça que ça s'appelle la réflexologie plantaire.

622 Er : D'accord. Ok.

623 G : Donc voilà, il faut que l'indication et le diagnostic soit bien posé dès le départ. Sinon, bah t'es
624 dans l'erreur tout de suite et t'auras beau essayé de faire ton traitement, comme à la base c'est
625 faux, bah ton traitement est faux.

626 Er : D'accord. Ok.

627 G : Et puis après c'est ce que je te disais, c'est qu'il y a pas une thérapie qui soigne toutes les
628 pathologies.

629 Er : oui voilà, c'est un ensemble...

630 G : Moi je sais que je peux être compétent dans certaines problématiques mais pas dans toutes les
631 problématiques quoi.

632 (Allume une cigarette)

633 Er : D'accord. Ok. Et tu disais aussi quand t'étais petit, t'as eu très vite envie de soigner les gens.

634 G : Ouais. Dès 14-15 ans je pense.

635 Er : Et tu l'explique ça ? ça vient d'où ?

636 G : (rire) bah je ne sais pas.

637 Er : Tu ne sais pas ?

638 G : Je ne sais pas trop. J'ai... non dans ma réflexion ça a été d'abord de me rendre utile à mes, de
639 me rendre utile, pas forcément à la société mais de faire du bien autour de moi. De vouloir être
640 efficace, de pouvoir apporter de l'aide aux gens. Il y a une forme de compassion, d'altruisme là-
641 dedans, mais ouais je pense qu'à la base c'était ça. Bon j'avais des copains, la seule chose qui les
642 intéressait, c'était de faire du pognon et du pognon, et d'avoir et d'avoir et d'avoir et d'avoir. Ça
643 ne m'a jamais intéressé. J'ai jamais été super intéressé par l'argent. J'ai peut-être eu un peu tord
644 (rire).

645 Er : Ah ouais ? Pourquoi tu dis ça ?

646 G : Parce que c'est pas des activités où tu fais fortune, clairement.

647 Er : C'est plus une vocation.

648 G : C'est plus une vocation.

649 Er : Ouais et pourquoi aider les gens par le biais du soin ? C'est lié à une des expériences que t'as
650 eu dans ta vie ?

651 G : Me rendre utile. Me rendre utile. Pourquoi euh...

652 Er : Ouais, pourquoi ? Parce qu'il y a plein de façons de se rendre utile. Pourquoi de cette façon-
653 là ?

654 G : Alors je sais que quand j'étais gamin je faisais de l'asthme et on m'avait soigné, donc j'allais
655 régulièrement à l'hôpital dans des cures de désensibilisation. J'ai peut-être été inconsciemment
656 imprégné par ça. Je sais pas. C'est peut-être ça je sais pas.

657 Er : Oui, de toute façon des choix s'expliquent par un ensemble de facteurs qu'on n'a pas
658 forcément consciemment à l'esprit. C'est une question comme ça.

659 G : Je me souviens aussi que quand voilà ado, j'avais un copain en particulier avec qui j'ai passé
660 des nuits à discuter, où j'ai refait le monde avec lui et on s'est demandé « mais qui suis-je ? Et d'où
661 viens-je ? et où vais-je ? » Bon bah voilà, à force de discuter de ce genre de choses-là, d'avoir lu
662 des choses, je me suis rendu compte que la seule chose d'ici-bas qui pouvait m'intéresser c'était
663 de me rendre utile à mes congénères.

664 Er : D'accord. Et tes parents ils faisaient quoi ?

665 G : Ma mère elle bossait pas. C'est une femme au foyer, donc elle travaillait à la maison, parce que
666 sinon je vais me faire incendier (rire). Elle travaillait beaucoup beaucoup beaucoup à la maison. Et
667 mon père lui était ingénieur en...euh comment dire ? il vendait des centrales thermiques. Gros
668 gros gros business. Centrales thermiques c'était des contrats d'Etat avec la Chine, avec l'Inde. Gros
669 business.

670 Er : D'accord et vous habitiez où ?

671 G : Bougival.

672 Er : Bougival ok. T'as toujours été dans la région parisienne.

673 G : Ouais ouais.

674 Er : Ok. Donc ta mère était femme au foyer et ton père ingénieur. Donc je suppose que vous aviez
675 les moyens de vivre. T'as vécu dans un milieu plutôt aisé tu dirais ?

676 G : Ouais, bourgeoisie quoi. Petite bourgeoisie on va dire. Mon père il bossait beaucoup mais il
677 gagnait pas non plus... il gagnait bien sa vie hein ? Mais voilà, on n'était pas millionnaire. Il avait un

- 678 gros poste, il a bossé chez Alstom et Esta Industry et voilà, il a bien gagné sa vie. Mais il a jamais
679 roulé en Ferrari tu vois ? Voilà bourgeoisie.
- 680 Er : T'es parti de chez toi à quel âge ?
- 681 G : (souffle avec la bouche). Tard. Tard, tard, tard. Je devais avoir 24 ans. Un truc comme ça. 25
682 ans. 24-25 ans. 24 ans je crois.
- 683 Er : D'accord. Et quel était ton rapport avec tes parents, enfin le regard de tes parents sur tes choix
684 d'orientation ?
- 685 G : Ils ont été longtemps inquiets parce que, de par mon indécision, mes différents échecs, donc ils
686 ont été inquiets je pense. Et le jour où, j'ai eu la chance d'avoir des parents qui m'ont laissé faire
687 ce que je voulais et... alors ce que je voulais c'était pas non plus n'importe quoi. Si je leur avais dit,
688 bah tiens papa, je veux devenir artiste, mon père il m'aurait dit, « euh es-tu sûr mon garçon que ce
689 soit la bonne voie ? ». Bon voilà, ça les aurait peut-être beaucoup plus inquiétés mais là je faisais
690 des choix professionnels qui étaient quand même relativement sûrs. Donc ils m'ont laissé faire.
691 Voilà et puis quand j'ai réussi mes études et que je me suis installé, et que j'ai ouvert mon cabinet,
692 il y a eu l'inquiétude au début parce que moi j'ai fait une création de clientèle, je n'ai pas racheté
693 de clientèle. Je pense que je dois être un des rares derniers dans le département à avoir fait une
694 création de clientèle.
- 695 Er : D'accord, parce qu'en générale, tu rachètes un cabinet donc tu reprends les clients entre
696 guillemets de tes prédécesseurs.
- 697 G : Voilà. Moi je vais te dire, j'avais pas, mes parents non plus, j'avais pas l'argent pour racheter
698 une clientèle, donc il fallait que je me crée une clientèle.
- 699 Er : T'as tout bâti de tes mains.
- 700 G : Moi quand je suis arrivé et que je me suis installé dans mon cabinet à Port-Marly, la profession
701 n'existait pas. J'ai créé le poste. Vraiment complètement quoi. J'ai développé la clientèle petit à
702 petit. Ce qui a été... ce qui a pas été facile facile.
- 703 Er : Ouais j'imagine.
- 704 G : Je vais te dire, la première année... la première année, j'ai payé pour travailler. Donc j'avais des
705 sous de côté, j'avais fait des remplacements, j'avais mis un peu de sous de côté. Donc la première
706 année j'ai payé. C'est-à-dire que même notre système est tellement bien foutu dans notre pays,
707 que même si tu gagnes pas d'argent, tu dois quand même payer des charges.
- 708 Er : Ouais donc t'avais un revenu en négatif.
- 709 G : Exactement. Donc je gagnais rien et en plus je payais avec les fonds que j'avais pour pouvoir
710 tenir. La deuxième année je suis arrivé à peu près à zéro. C'est-à-dire que ce que je gagnais me
711 permettait de payer mes charges mais je me versais pas de salaire. J'ai commencé à me faire un
712 tout petit salaire à partir de la troisième année.
- 713 Er : D'accord. Donc vers trente euh...
- 714 G : Non non non non. J'avais 25, 26, 27 ans. 27 ans j'ai commencé un petit peu à gagner ma vie.
- 715 Er : Et t'étais déjà avec ta femme ?
- 716 G : Ouais.
- 717 Er : Donc vous aviez pas encore vos enfants je suppose.

718 G : Non on n'avait pas de gamins. Au début on a commencé, la première année j'étais chez mes
719 parents, je devais avoir ouais, 24-25 ans, 24 ans. J'étais encore chez mes parents. La deuxième
720 année on a déménagé, on s'est installé avec Anne-So dans un appart' à Montesson. C'est grâce au
721 salaire d'Anne-So qu'on vivait. Et puis après voilà quoi, j'ai commencé à gagner ma vie quoi.

722 Er : Ok. Mais du coup les premières années ont été compliquées.

723 G : Oui mais pas tant que ça parce que j'avais une activité qui... je le voyais bien, elle augmentait,
724 elle augmentait donc ça me rassurait et je me disais « bon ça va finir par payer ». Je le savais. Si
725 j'avais vu que d'emblée activité progressait pas et se cassait la gueule, là j'aurais vraiment flippé
726 quoi. Mais là je voyais bien que ça montait, ça montait, ça montait. C'est l'effet boule de neige tu
727 vois ?

728 Er : Ouais. Tes parents ont été rassurés en quelque sorte.

729 G : Ouais ont été rassurés, ils m'ont beaucoup aidé aussi. Voilà.

730 Er : Ouais, ils t'ont soutenu. T'as toujours eu une bonne relation avec tes parents ?

731 G : Oui oui, globalement oui. Mon père je t'avouerais que je l'ai pas beaucoup vu, il voyageait
732 énormément énormément donc il était pas souvent là. C'était surtout ma mère qui m'a élevé. Et
733 puis voilà, on s'est toujours bien entendu. Je suis comme tous les enfants, j'ai des reproches à faire
734 à mes parents. Bon voilà, mais je peux pas leur en vouloir de quoi que ce soit. Il m'ont éduqué,
735 élevé, nourri, logé, tout fait, enfin tout ce que des parents normaux font pour leurs enfants quoi.

736 Er : Ouais. Et sans être indiscret, ils sont toujours vivants ?

737 G : Non mon père est décédé en 2001 et ma mère est toujours là oui.

738 Er : D'accord. Et quel âge il avait ton père ?

739 G : Attends excuses-moi, j'ai pas l'impression qu'ils sont allés ouvrir.

740 Er : Pas de souci.

741 (va ouvrir la porte)

742 G : (à l'ami et son fils qui viennent d'arriver). Je suis en pleine discussion les gars.

743 Er : Bonjour !

744 (présentations, salutations. Ils partent marcher avec la femme de l'enquêté).

745 Er : (à l'enquêté). Tu voulais aller marcher avec eux ?

746 G : Non non non. Oui donc mon père 2001, ma mère est toujours de ce monde. Maman elle est
747 âgée, elle a 87. 87 ans et ça va.

748 Er : Et ton père il est décédé à quel âge ?

749 G : Mon père est mort jeune. Enfin jeune, il avait 76 ans.

750 Er : 76 ans.

751 G : Il est mort tôt lui, il est mort tôt. Il a pas eu de bol lui. C'est un peu... je dirais il aura bossé, alors
752 lui il aura bossé toute sa vie et puis alors bossé. Je vais te dire, vraiment bossé comme un Turc
753 toute sa vie. Je pense qu'il n'a jamais eu un jour d'arrêt de travail dans sa vie. Il a mené toute sa
754 carrière. Et pratiquement du jour au lendemain où il est tombé à la retraite, il s'est chopé tous les
755 emmerdements de santé que tu puisses imaginer. Il les a tous eu les uns après les autres.

756 Er : ça retraite c'était quand ? A quel âge ?

757 G : Il a dû prendre sa retraite à... alors il a arrêté à 65 ans chez Alstom, il a été expert pour la
758 communauté européenne pendant deux ans, jusqu'à 67 ans. Après il a été retraite complète. Et là
759 de 67 à 76, il s'est tapé toutes les emmerdes possibles quoi. Infarctus, (inaudible), un cancer, deux
760 cancers et le troisième cancer a été...

761 G : Cancers de quoi ?

762 Er : Il a commencé par la tiroïde, après la prostate et le dernier, le pancréas.

763 G : Pancréas, trois mois. Boum.

764 Er : D'accord. Et par rapport aux parents, en en parlant avec les enquêtés, il est souvent
765 ressorti...enfin je sais pas si toi c'est ton cas, est-ce que, ben pour revenir aussi au moment de la
766 cinquantaine etc., est-ce que tu... enfin comment tu aborde le vieillissement ? Est-ce que tu as
767 l'impression d'entrer dans le vieillissement ? Voilà tu me disais que tu te sentais plus fatigué et
768 que t'arrivais à faire moins de choses.

769 G : Alors le vieillissement, il y a deux choses pour moi. (silence). Tu peux... ton corps peut être
770 vieux, physiquement vieux, ça vieillit, c'est inexorable, tu pourras pas l'éviter, plus ou moins bien,
771 en fonction de ton hérédité puis de la façon dont t'as mené ta vie hein ? C'est sûr que si t'as grillé
772 la chandelle par les deux bouts bah à un moment donné, faut passer à la caisse hein ! Faut payer
773 l'ardoise. Donc ça c'est physique. Et puis t'as dans la tête. Moi dans ma tête j'ai pas 50 ans. Je suis
774 un éternel adolescent. (rire). Moi je vieillis pas là-haut quoi, c'est une catastrophe. Les deux ne
775 sont pas en adéquation finalement. Mais finalement, tant mieux, parce que c'est ce qui me
776 permet, mine de rien, psychologiquement, le psy influe sur le physique et que voilà, je pense que
777 si je me sentais très vieux dans ma tête, vraisemblablement, physiquement je serais encore plus
778 vieux, tu vois ? Moi je connais des gens de... plus de 80 ballais, c'est des gamins dans leur tête !
779 C'est formidable ! Finalement ils sont formidables parce qu'ils sont encore plein de...
780 physiquement, enfin psychologiquement, ils ont encore plein d'envies, ils sont encore plein
781 d'entrain, ils ont plein d'espairs ! Voilà, ils ont pas peur de s'engager là ou là, ils sont encore
782 capables d'avoir des projets, ils sont... Enfin et j'en connais d'autres à 60 ballais, ils sont... oh
783 putain... c'est une catastrophe quoi, ils ont... ils raisonnent comme des vieux de 90 ballais !

784 Er : D'accord. Donc c'est à partir de 50 ans que tu dirais que tu commences à sentir ton corps
785 vieillir ? C'est à partir de quel âge ?

786 G : A cinquante ans t'es dedans.

787 Er : A 50 ans t'es dedans.

788 G : Ouais. A 50 ans tu commences à sentir les premiers, voire un peu avant, mais à 50 ans ouais,
789 tu...

790 Er : ça se traduit comment ?

791 G : (silence). Tu fatigues plus vite, tu récupères moins vite, t'es moins souple, t'as plus de douleurs,
792 tu moins en demander à ton organisme. Euh... Tu grossis. Ouais tu t'essouffles plus vite, tu voilà,
793 physiquement tu (bruit de gorge). Je vais te dire, à 30 ans, je pouvais m'enquiller une soirée, aller
794 faire toute la nuit en ayant chargé la mule, mais alors bien comme il faut et me retrouver à une
795 heure du matin au boulot, pas frais comme un gardon mais j'assumais ma journée sans aucun
796 problème. Bon le soir d'après je me couchais de bonne heure et puis j'avais récupéré et puis le
797 surlendemain tout allait bien. Ah maintenant si je m'amuse à faire la même chose, déjà le
798 lendemain matin j'irai pas au boulot, tu vois ? Si j'ai pas un certain nombre d'heures de sommeil
799 (rire), ça va pas être faisable. Et puis pendant deux trois jours je vais, je vais sentir que j'accuse le
800 coup et ton organisme met plus de temps à récupérer. C'est pas juste, c'est dégueulasse ça ! (rire)

- 801 Er : (rire). Mais du coup, tu disais que l'on reste jeune dans sa tête, qu'on n'a pas mentalement à
802 50 ans l'âge de son corps. En fait la cinquantaine, c'est la première expérience de ce décalage
803 quoi ?
- 804 G : Ouais ouais ouais, je pense.
- 805 Er : Une sorte de dualité.
- 806 G : Ouais ouais. Tu vois, j'ai passé ma...tu vois je vais te dire, quand j'ai eu mes emmerdes de
807 santé, à 40 ans, j'ai été en traitement jusqu'à 41 et à 42, je me suis dit « bon, faut y aller, faut
808 réagir » et j'ai passé ma ceinture noire. J'avais 42 ans.
- 809 Er : Ceinture noire de ?
- 810 G : De judo.
- 811 Er : De judo.
- 812 G : Donc je me suis relancé dans l'entraînement, voilà dans la compet, machin. Alors déjà là, je
813 sentais bien que j'avais plus 20 ans quand même, j'en avais 42. Donc là déjà sur le tatami en
814 compet, ouh ! Là j'avais pas encore 50 ans. Mais j'ai bien senti que voilà, j'avais plus 20 ans non
815 plus quoi. Mais bon j'ai envoyé du pâté et j'ai décroché, j'ai mis un an à l'avoir et je l'ai eu. J'avais
816 la gouach encore.
- 817 Er : Donc tu t'es mis un challenge parce que ça t'a fait un choc ton... ?
- 818 G : Ouais. Ah ça m'a foutu la trouille hein ? bah tu sais, je suis tombé sur des... je suis tombé sur
819 des médecins... j'ai eu la chance de tomber sur des super toubibs mais je suis tombé sur des cons.
820 Sur des cons. Bah il y en a un, quand j'ai eu la récurrence ganglionnaire, c'est vrai que le pronostic
821 était pas joyeux joyeux. En plus comme j'ai accès moi à de la littérature scientifique, travaillant
822 avec des médecins, il se trouve que j'ai fait une erreur. C'est d'aller chercher... d'essayer de
823 retrouver mon cas. J'ai retrouvé exactement mon cas. Mais exactement ! Même âge, même
824 pathologie, même localisation, même récidivisme, même intervalle de temps, le même ! Bingo !
- 825 Er : Dans un livre ? Enfin un cas d'étude ?
- 826 G : Ouais ouais, une revue scientifique, c'était une thèse qui avait été faite sur mélanome, enfin
827 voilà. Et derrière, je me souviens il y avait le truc (souffle avec la bouche), j'ai avalé tout l'article,
828 j'ai fait « bon d'accord, c'est moi, pile poil ». Et là tu tournes la page et là tu vois un tableau avec
829 des statistiques et un taux de mortalité. Donc dans mon cas, la première année, le taux de
830 mortalité était de 95 %.
- 831 Er : Oh...
- 832 G : Ouais. Donc là j'ai fait gloupse.
- 833 Er : Ouais ouais ouais.
- 834 G : Pas cool. Donc là...
- 835 Er : je comprends ton flippe là.
- 836 G : Donc là j'ai flippé. Là j'ai vraiment flippé. Surtout que j'ai vu un toubib qui m'a dit à cette
837 époque : « alors monsieur, si vous avez des choses urgentes à faire, faites-les ». Ok (rire).
- 838 Er : D'accord. « Reglez vos... »
- 839 G : Ouais. Faites-le vite. Tu vois ? Il se trouve qu'après je suis tombé sur ce professeur qui... qui a
840 eu une approche très différente et puis qui, qui a fait ce qu'il fallait quoi. Et 10 ans après je suis
841 toujours là.

- 842 Er : Ouais. Et qu'est-ce que tu te dis à ce moment ? ça doit être un tournant dans ta vie ? Tu dois
843 vraiment te poser d'autres questions et aborder la vie autrement ?
- 844 G : Tu veux savoir ?
- 845 Er : Oui.
- 846 (silence)
- 847 G : L'idée de mourir... c'est choquant, quand je dis ça en générale, les gens sont choqués. L'idée de
848 mourir tu t'y fais très bien. (silence). C'est assez paradoxale peut-être mais l'idée de mourir, à un
849 moment donné tu te dis « bon bah, qu'est-ce que tu veux, tu vas mourir ». Tu t'y fais... tu t'y fais.
850 Tu te dis, tu te retournes, tu vois ton passé, tu fais un point. Moi mon point était plutôt positif
851 hein, j'ai, j'ai, voilà (silence). J'ai fait des belles choses, j'ai vécu des bons moments. J'ai pas de
852 regrets. Pas de très gros. Donc l'idée de mourir finalement tu te dis « bon bah ok, ca y est c'est fini,
853 c'est fini hein ». Euh... l'idée de perdre ta femme... ça fait chier, c'est un être que tu aimes et qui
854 t'aime et... bah tu t'y fais parce que tu te dis « bon bah voilà, elle est jeune, elle est intelligente,
855 elle est belle. Elle va souffrir mais elle pourra refaire sa vie. Elle pourra refaire sa vie, elle trouvera
856 un homme et puis la vie va continuer. Elle aura une cicatrice mais elle peut, elle peut ». (silence). Il
857 y a un truc que tu peux pas gérer, psychologiquement, qui est totalement ingérable. Et là tu
858 t'écroules comme une grosse merde. Les enfants. Moi mes gamins ils étaient petits. C'est cinq ans
859 à peu près. (silence). Là tu tiens pas. Là tu t'écroules comme une grosse merde et tu pleures toutes
860 les larmes de ton corps et... ça c'est très dur. Ça c'est très très très, non non, c'est vraiment... Eh
861 ben quelque part, c'est aussi peut-être ce qui m'a donné la force de me battre et je me suis dit
862 « non je serai dans les 5 % ! ». (tape du poing sur la table). Je laisserai pas tomber. Je me battrai, je
863 ferai ce qu'il faut. Mais j'en ferai pas des orphelins tout de suite. Ça m'a donné de l'énergie, ça m'a
864 donné l'envie de me battre et je suis toujours là, tu vois ?
- 865 Er : T'as passé, l'épreuve, enfin le fait de vouloir passer ta ceinture noire de judo, c'était l'un de tes
866 premiers challenges après ta guérison ?
- 867 G : Oui. C'était après ma guérison. Tous les traitements étaient finis. On m'a dit « ben voilà,
868 maintenant vous allez être suivi mais voilà vous êtes sorti de l'auberge pour le moment ». Alors
869 t'es jamais guéri hein ?
- 870 Er : D'accord. C'est-à-dire qu'il y a toujours cette épée de Damoclès au-dessus de ta tête ?
- 871 G : Tout le temps.
- 872 Er : Même là encore aujourd'hui ?
- 873 G : Tout le temps.
- 874 Er : T'es jamais à l'abri de récidiver ?
- 875 G : Tout le temps. Tout le temps.
- 876 Er : D'accord.
- 877 G : J'en ai eu des récidives.
- 878 Er : C'est chronique en fait le cancer.
- 879 G : Ouais ouais ouais. On m'enlève régulièrement des grains de beauté qui sont foireux. J'en ai
880 encore eu un il y a quelques mois. Seulement comme je suis super surveillé, on me les enlève
881 toujours à temps. Donc ça va. Le seul truc, la merde de cette pathologie, c'est que si on t'enlève
882 pas à temps, ça dégénère, ça se dissémine, là tu l'as dans le baba. C'est pour ça que les grains de
883 beauté faut pas déconner avec.

884 Er : Donc tu vas voir un dermatologue ?

885 G : Un dermato ouais, tous les six mois.

886 Er : Tous les six mois ? Depuis 10 ans ?

887 G : Ah au début j'y allais tous les mois, après tous les deux mois, après tous les trois mois et je suis
888 tombé à six mois là.

889 Er : D'accord. Donc en fait, c'est entre guillemets plus tu restes longtemps sans récidiver, plus ton
890 espérance de survie elle augmente et du coup moins tu dois faire de contrôles réguliers.

891 G : Ouais.

892 Er : Mais tous les six mois ça reste quand même très rapproché.

893 G : Ouais, sauf qu'avec le grain de beauté que j'ai eu il y a deux mois, elle m'a dit je vais peut-être
894 vous redescendre à 4 mois.

895 Er : C'est-à-dire que tu as eu un autre mélanome ?

896 G : Ouais. Mais elle m'a dit « ouais je vais peut-être vous redescendre à 4 mois ».

897 Er : D'accord. Tu t'es fait opéré ?

898 G : Ouais, ouais ouais.

899 Er : Et toi au-delà de ces contrôles, est-ce que tu te mets, est-ce que tu es dans une disposition
900 d'hypervigilance ?

901 G : Non. Non je... je suis jamais tombé dans la parano ou... Tu vois j'aurais pu du coup me mettre à
902 avoir une vie d'acète, hyper saine, machin... (bruit avec la bouche) J'ai continué à fumer... C'est pa
903 sérieux hein ? C'est un peu con. Mais je m'en branle, je m'en fous.

904 Er : Comment t'expliques ça ?

905 G : J'en ai parlé avec un toubib. Je lui ai dit « Mais putain, avec ce qu'il m'est arrivé, j'aurais dû me
906 prendre une claque et arrêter de fumer ». Il m'a dit « Non mais c'est parce que c'est pas lié. On
907 t'aurait dit t'as un cancer du poumon, ouais tu te serais arrêté de fumer. Mais là tu fais pas le lien
908 entre le tabac et le mélanome ». Il y a des choses que t'occultes facilement, tu voilà. Et puis en
909 même temps, je me sens pas malade dans ma tête. Et c'est peut-être ce qui me sauve hein ? C'est
910 peut-être ce qui me sauve. Moi j'en vois des gens qui sont malades dans leur tête. Ils sont malades
911 avant même d'avoir eu la maladie. Ils ont encore rien mais ils arrêtent pas de dire (se met à parler
912 rapidement) « han ! Olalalala, faut que je fasse attention, faut pas que je mange ça, faut pas que je
913 fasse ça, faut que je fasse ça, faut pas que je fume, faut pas que...parce que sinon je vais avoir ça,
914 sinon je vais avoir.. » Non mais à force de te répéter ça toute ta vie, bah un jour oui oui oui. Il y a
915 des choses, je pense qu'on fini par se les, se les induire. Psychologiquement hein.

916 Er : Par somatiser.

917 G : Par somatiser ouais. T'as un bouquin là-dessus qui a été écrit. Alors moi je suis pas entièrement
918 d'accord avec ce qu'a écrit ce mec qui est un cancérologue et qui dit, globalement on se crée nos
919 propres cancers. (souffle avec la bouche). Bon je veux bien admettre que le psy a une influence sur
920 le corps humain. D'ici à dire que tous les cancers sont induits par notre comportement
921 psychologique. Bon. C'est pas...

922 Er : C'est une thèse un peu radicale.

923 G : ouais c'est une thèse un peu radicale à mon goût. Mais il y a très certainement ouais un impact
924 on va dire entre le psy et le physique. Ça c'est sûr. Je te dis, les gens qui ont des cancers, j'en ai vu

925 un paquet. T'as ceux qui baissent les bras et ceux qui baissent pas les bras. Alors c'est pas la seule
 926 choses déterminante hein ? Parce que t'as des cancers de toute manière, que tu baisses ou pas les
 927 bras, t'es niqué, t'es niqué. Mais t'en a d'autres, l'approche psychologique est déterminante dans
 928 le traitement. Et ce qui se battent s'en tire globalement mieux que ceux qui se battent pas.

929 Er : Qu'est-ce que c'est « se battre » contre un cancer ?

930 G : (silence). Ne pas croire que tu vas mourir. Te dire « non je vais pas mourir. Non je vais me
 931 soigner et puis je vais pas mourir. »

932 Er : ça permet de maintenir ?

933 G : ça permet de rester en vie. Parce que si tu te dis, bah c'est bon je vais mourir, bah tu vas
 934 mourir. Bah oui, ça c'est sûr, ça c'est sûr. C'est un flux. Ça c'est certain.

935 Er : Ouais. Et toi justement, pour revenir à ton expérience à la sortie, bon au moment de ta
 936 guérison, même si tu me dis que voilà il y a toujours un risque etc. mais au moment de ta première
 937 guérison, t'as décidé de passer finalement ta ceinture noire de judo. C'est une épreuve physique,
 938 le cancer. C'est à la fois une épreuve physique et psychologique mais là il y a un parallèle ? Enfin
 939 pourquoi t'as voulu te mettre ce challenge là ?

940 G : Pour me prouver que j'étais bien vivant. Je pense. Ah il y avait deux choses, non. Me prouver
 941 que j'étais bien vivant et puis, finir ce que j'avais commencé. Quand on m'a annoncé qu'il y avait
 942 des chances pour que je meurs et que je me suis retourné, j'ai regardé ma vie et je m'étais dit, « il
 943 y a un truc que t'auras jamais fait. En judo, j'étais bon j'ai fait de la compét', c'est un truc que
 944 t'auras jamais fini ça ». C'était un de mes regrets. Tu seras jamais allé au bout, t'auras jamais
 945 décroché ta noire. Du coup, après tout ça je me suis dit, bon, bah va au bout ». (tape du poing sur
 946 la table). « va au bout garçon, va au bout ». « Finis, finis le job, finis ce que t'as commencé. »

947 Er : C'était un de tes rêves d'enfant déjà d'avoir cette ceinture noire de judo ? T'en faisais depuis
 948 petit ?

949 G : Ah ouais. J'en ai fait 35 ans du judo. Donc c'était, il y avait une certaine insatisfaction de ne pas
 950 avoir, de ne pas être allé au bout de ce que j'avais commencé. Et c'est important, tu verras dans ta
 951 vie, c'est important d'aller au bout de ce qu'on commence. Parce que... je te le souhaite pas mais
 952 si un jour tu te retournes et ben c'est une satisfaction. Te dire bon bah ça je l'ai fait, je l'ai bien fait
 953 et je suis allé au bout. C'est gratifiant, c'est voilà. Si tu te retournes et que tu te dis « ça j'ai
 954 commencé, j'ai pas fini, ça j'ai commencé et ça j'ai pas fini » et puis à un moment donné tu te dis
 955 « bah, j'ai fait quoi ? J'ai fini quoi ? ». Si tu te dis rien, ah ça doit laisser un goût amer dans la
 956 bouche. Voilà j'ai fait mes études, je les ai fini, je me suis marié, j'ai eu des enfants, j'ai un métier,
 957 j'aime mon métier, enfin voilà. Et ben en sport, il y avait ça. J'étais jamais allé au bout. Bah c'était
 958 important d'aller au bout.

959 Er : Et le fait que tu dises aussi, je trouve ça super intéressant, le fait que tu dises que c'était une
 960 manière de te sentir vivant. C'est par le corps que tu sens vivant ?

961 G : Oui. Parce que... bah après faut aimer faire du sport. Il y a... il y a un engagement. Ouais c'est
 962 physique, donc t'en baves, t'en chies hein ? (rire) La noire j'en ai chié. Tu dois te lever à 6h du mat'
 963 pour aller à l'autre bout du département le dimanche matin, arrivé à 7h dans un gymnase à Petsou
 964 les noix, poiroter deux heures, trois heures avant de pouvoir monter sur un tatami et puis te
 965 coltiner des mecs qui n'ont qu'une seule envie c'est d'aller te démonter la tête. Ouais, et bah là t'y
 966 vas et puis t'y vas quoi. Tu te dis dis, putain et bah lui là, je vais me le faire.

967 Er : C'est peut-être une métaphore symbolique de l'épreuve que t'as traversée quoi.

968 G : Un peu ouais.

969 Er : Reproduire et reprendre le contrôle.

970 G : Bah reprendre le dessus et gagner. Parce que faut gagner.

971 Er : C'est un vrai symbole pour toi-même ça.

972 G : Ouais. Ouais ouais.

973 Er : Et du coup, tu dirais aussi que c'est par le corps finalement qu'on sent qu'on est vivant sur
974 cette terre ?

975 G : Alors tu vois, en judo, je vais pas te dire le contraire, le physique compte. Mais alors le mental,
976 oh putain, ça compte aussi vachement. Parce que c'est pareil, si tu montes sur un tatami pour un
977 combat et que d'emblée, avant même d'être monté sur le tatami tu te dis « je vais perdre », c'est
978 même pas la peine de monter sur le tatami, tu vas perdre. Donc il faut avoir un esprit gagnant.
979 Faut avoir un esprit gagnant. Faut avoir un esprit combatif et gagnant. Et ça marche. Ça je te
980 l'affirme, ça marche. Tu te prends des gamelles, tu vas tomber, tu te relèves et t'y retourne. Mais
981 ça finit par payer, ça finit par marcher. Et je l'ai décroché. C'est l'association du corps et de l'esprit
982 en fait. Ah faut avoir un bon mental. Là... Mais le mental je l'avais avec ce que j'avais traversé, le
983 mental je l'avais. C'est pas tant sur, le mental j'ai... mais moi j'ai eu du bol, j'ai toujours eu un bon
984 mental, j'ai un mental un peu d'acier. Je suis pas d'une nature à déprimer, c'est pas dans ma
985 nature. Je touche du bois mais c'est pas trop dans ma nature.

986 Er : C'est parce que t'as été forgé par l'épreuve ?

987 G : ça a toujours été. Ça a toujours été. Je fais face. Je fais face et je me bats, c'est dans ma nature.

988 Er : Et c'est lié à ton parcours ou c'est ta personnalité ?

989 G : C'est ma personnalité.

990 Er : Tes parents t'ont peut-être aussi...

991 G : Non. Non non. C'est dans ma nature.

992 Er : D'accord. Et le vieillissement, pour revenir là-dessus, voilà cette expérience où tu sens que ton
993 corps vieillit, que ton corps te lâche un peu et qui est inéluctable, contre laquelle on ne peut se
994 battre comme pour le cancer, et qui va nous mener...

995 G : Inéluctablement à la vieillesse.

996 Er : A la vieillesse.

997 G : Mais là-dessus faut être philosophe. Ça sert à rien de lutter contre... faut pas lutter contre les
998 moulins à vent. C'est-à-dire que tu vieilliras, tous, on vieillit tous. Donc c'est une, ce que disait De
999 Gaulle, « la vieillesse est un naufrage ». Donc c'est, tu vas, on ne peut pas lutter contre. C'est
1000 prétentieux, c'est dérisoire, c'est futile. C'est stupide. Tu ne peux pas lutter contre, tu vas vieillir.
1001 Après, tu vieillis plus ou moins bien. Bon, moi je connais des gens, eux ce qu'ils veulent, c'est
1002 vieillir le plus possible.

1003 Er : Durer le plus longtemps.

1004 G : Le plus longtemps possible. Moi ça m'intéresse pas du tout. Moi ce que je veux, c'est bien vivre
1005 et vieillir le mieux possible.

1006 Er : Donc en bonne santé ?

1007 G : Et puis si un jour je suis en mauvaise santé et que c'est fini, ce sera fini et puis là ce que je veux
1008 pas c'est que ça s'éternise et que ce soit pas beau. Je le vois dans ma profession, j'ai pas du tout
1009 du tout envie de ça. Quand c'est fini, c'est fini. Et puis après il faut que ça aille vite. Mais... moi je

1010 suis totalement contre l'acharnement thérapeutique. Je, il y a un truc qui me révolte. Tu vois, je
1011 travaille dans un service de long séjour, c'est des vieux, plus ou moins vieux, t'en as des pas très
1012 vieux hein, dans les 70 ballais, d'autres qui ont plus de 90 ans. Ce sont des gens qui ont des
1013 pathologies très lourdes. Alors t'as beaucoup d'AVC, des AVC massifs, et puis les gens c'est des
1014 légumes. Matthieu, des légumes. Putain et on les garde comme ça pendant 10 ans, 15 ans. On les
1015 change, on les lave, on les nourrit. Ils sont allongés sur un lit. Ils parlent plus, ils bougent plus. Ah
1016 putain, ça je veux pas de ça quoi.

1017 Er : L'acharnement thérapeutique c'est inhumain pour toi ?

1018 G : Ah non, c'est... pour moi il y a un non-respect de la condition humaine. C'est, pour moi c'est un
1019 truc horrible. Là-dessus j'en veux énormément aux cathos quoi.

1020 Er : Ouais, tu penses que ça vient de là ?

1021 G : Bah ouais. Là-dessus j'en veux énormément aux cathos, parce que sous prétexte que la vie
1022 c'est sacré et qu'il faut pas y toucher, euh non non non, là-dessus moi je...

1023 Er : Tu penses que ça pénètre un peu la façon dont on aborde les choses dans la médecine
1024 occidentale aujourd'hui ? Parce qu'on parle de science et de religion, ce qui sont deux choses
1025 différentes quand même.

1026 G : Ouais mais j'ai pas mal réfléchi à la question. Il est clair qu'il est très difficile de demander à un
1027 médecin, qui a consacré toute sa vie et toute son œuvre à sauver des vies humaines, de lui
1028 demander du jour au lendemain, de faire exactement le contraire de ce pourquoi il s'est destiné et
1029 a destiné toute sa vie. Je comprends que ça le heurte intellectuellement. Et bien, si c'est un
1030 fervent croyant catholique, la religion ne va qu'abonder dans le sens où, faut pas le faire. La vie
1031 c'est sacré faut pas le faire. Laisse-le crever comme une larve pendant 10 ans. On s'en fout. Si tu
1032 l'es pas, objectivement parlant faut arrêter, non faut arrêter.

1033 Er : Qu'est-ce que c'est sauver quelqu'un ? C'est sauver son corps ?

1034 G : Pour moi si tu veux, ces gens qui sont allongés pendant 10 ans, pour moi on les sauve pas quoi.
1035 Je suis intimement convaincu que si ces gens-là pouvaient parler, ils diraient vas-y, arrête, arrête,
1036 tout de suite là. Mais ils ne peuvent plus le faire. Moi j'ai croisé des regards, c'est... on fait pas ça à
1037 des animaux. On le fait pas aux animaux. Pourquoi on le fait aux humains ? Moi c'est un truc qui
1038 me révolte.

1039 Er : En fait la médecine occidentale, c'est sauver la machine corporelle à tout prix parce qu'on
1040 considère peut-être que ça ?

1041 G : Ouais. Non et puis il y a le, je te dis, cette notion de vie c'est sacré. T'as pas le droit de tuer. T'as
1042 pas le droit de tuer. Ok, t'as pas le droit de tuer mais moi mon opinion c'est que t'as pas non plus
1043 le droit de garder en vie à tout prix. Finalement ces gens-là, si la médecine n'existait pas, ils
1044 seraient morts depuis belle lurette. C'est parce qu'on les soigne qu'ils restent en vie ! Arrêtons de
1045 la soigner.

1046 Er : Le maintien en vie devient une torture. C'est l'inverse.

1047 G : C'est le maintien en vie, c'est là où ça devient inhumain. Le problème est très compliqué. Je te
1048 donne mon opinion, mais moi c'est un truc qui me... moi j'accuse le corps médical d'inhumanité
1049 dans ce domaine-là. Ah mais franchement quoi. Et je pèse mes mots hein. Ah non non, il y a des
1050 gens... moi il y a des regards que j'oublierai jamais. Tu le vois dans le regard. C'est « putain, mais
1051 foutez-moi la paix, arrêtez de me soigner, arrêtez de me nourrir, laissez-moi mourir, ne me
1052 touchez plus, ne me touchez plus, laissez-moi mourir. » Non c'est des gens qui peuvent pas parler.
1053 Et derrière, t'as l'aide-soignante qui arrive et qui fait son boulot. Tu peux pas lui en vouloir, elle fait

1054 son boulot. On va le laver, on va l'essuyer, on va le torcher, on va le changer, on va lui mettre la
 1055 petite aiguille dans le bras pour aller le nourrir parce qu'il peut plus avaler. On va lui mettre le
 1056 masque à oxygène parce que si tu enlèves le masque à oxygène, bah il meurt. On va lui filer les
 1057 anticoagulants, on va lui filer les anti-douleurs, on va lui filer...

1058 Er : On ne considère que le corps, l'individu est réduit à son corps en fait.

1059 G : Ah oui, là complètement.

1060 Er : Mais du coup, on parle de gens qui sont avec des pathologies lourdes et dans des états
 1061 d'agonie, mais c'est aussi la problématique de la grande vieillesse non ?

1062 G : Alors non. Là on est vraiment, parce que là les exemples dont je te parle, on est avec des gens
 1063 qui sont pas forcément très vieux hein ? C'est la problématique de la pathologie. C'est-à-dire que
 1064 là ce sont des gens qui par exemple on fait des AVC massifs. T'es un légume. T'es un légume quoi.
 1065 Bon t'as pas que l'AVC moi je prends par exemple, tu vois comment il s'appelle ? Imbert. T'as
 1066 entendu parlé du cas Imbert ?

1067 Er : Oui c'était il y a quelques années ça.

1068 G : Bah le mec, ça fait des années qu'il est...

1069 Er : C'est la femme qui voulait le faire euthanasier ou je sais plus quoi ?

1070 G : Bah en fait, lui si je me souviens bien il a eu un accident, alors de je sais plus quoi, de la route, il
 1071 est même plus que tétraplégique puisque je sais même pas si les yeux bougent, je suis même pas
 1072 sûr qu'il est capable de cligner des yeux. Il est comme ça depuis des années et des années. Le
 1073 corps médical, les médecins ont dit « faut débrancher, faut arrêter ». Sa femme dit « faut
 1074 arrêter ». Son je sais plus si c'est son cousin ou son oncle qui dit « faut arrêter ». Globalement, la
 1075 majeure partie des gens disent qu'il faut arrêter. Il y a que ses parents qui sont de fervents
 1076 catholiques qui disent « non non non faut pas arrêter ». Mais je... moi là je deviens extrémiste là,
 1077 moi là je deviens extrémiste. J'accuse ses parents d'inhumanité quoi. Et de torture. Je pèse mes
 1078 mots. J'accuse ses parents, au nom de leur foi, de torture et d'inhumanité. C'est scandaleux ce
 1079 qu'ils font. Au nom de leurs convictions religieuses. C'est purement scandaleux quoi. Là je deviens
 1080 extrémiste, là... rien que d'en parler ça me... se prend la gorge. Ah ! je supporte pas ça ! je
 1081 supporte pas parce que je le vois toutes les semaines, je supporte pas.

1082 Er : Mais du coup, tu parlais de ce traitement, où finalement bah voilà, on va traiter le corps, on va
 1083 torcher la personne etc. moi ça me fait penser, et c'est pourquoi je te parlais de la grande
 1084 vieillesse, ça me faisait penser aussi au traitement que l'on réserve aux vieux dans les maisons de
 1085 retraite. Où il y a quand même parfois... enfin dans certains cas, on entend se multiplier aussi les
 1086 questions de mauvais traitement des personnes retraitées etc. où l'on s'occupe simplement d'un
 1087 corps dans la négation la plus totale de l'individu qu'il y a derrière.

1088 G : Alors le cas de la personne âgée dans la maison de retraite c'est encore un autre cas. C'est très
 1089 particulier. Moi je travaille dans les maisons de retraite. Alors c'est particulier. D'abord il faut
 1090 quand même comprendre que notre société a évolué et continue d'évoluer par rapport à la façon
 1091 dont on traite nos vieux. Tu regardes dans beaucoup de sociétés, il y a pas de maisons de retraites.
 1092 Les vieux ils finissent leur vie chez leurs enfants. Nous on fait partie de cette société qui, pour des
 1093 raisons diverses et variées, parfois purement matérielles et financières, il va pas vieillir chez moi
 1094 donc je vais le mettre dans une maison de retraite. La maison de retraite c'est très pratique. Hop
 1095 là, je le place dans une maison de retraite mon papa, ma maman, (claque dans ses mains), c'est
 1096 pas moi qui m'en occupe, c'est pas moi qui le gère, une façon un petit peu de fermer les yeux,
 1097 mais c'est sociétal hein. Ça devient rare hein maintenant les vieux qui finissent leurs jours chez
 1098 leurs enfants. Alors je veux condamner personne là-dedans, c'est pas facile parce que voilà quand

1099 t'as un vieux papa, une vieille maman, bon alors si t'habites dans un appart', dans une maison où
 1100 tu peux l'accueillir et où ton père est quand même encore dans un état je dirais viable. Voilà il a
 1101 encore toute sa tête, il marche, très bien. (silence). Il est clair que quand t'as des vieux parents qui
 1102 deviennent vraiment grabataires, chez soi c'est pas possible, ou alors faut avoir vraiment
 1103 beaucoup beaucoup beaucoup de sous. Donc c'est pour ça qu'on les met dans des maisons de
 1104 retraite. Donc je vais pas cracher sur les maisons de retraites, heureusement qu'elles sont là. Et
 1105 moi je connais même des vieux (rire), moi je me souviens d'un couple, ils sont arrivés dans une
 1106 maison de retraite, de par leur propre chef, de par leur choix, alors que financièrement ils auraient
 1107 pu continuer à vivre chez eux. Mais c'est eux qui ont pris cette décision, ils avaient 75 ans je crois
 1108 quand ils sont allés dans cette maison de retraite, mais jeunes et puis je vais te dire, mais ils
 1109 pétaient le feu les deux. Je leur ai dit mais « pourquoi ? pourquoi vous êtes venus dans cette
 1110 maison de retraite ? Pourquoi vous êtes pas restés chez vous ? Vous êtes en pleine forme, vous...
 1111 Pourquoi vous vivez avec des vieux ? Vous êtes des extraterrestres dans cette maison de retraite,
 1112 tous les autres sont à moitié grabataires, en fauteuil roulant, complètement gâteux... » et ils ont
 1113 dit « mais non nous ça a été notre choix, c'est parce qu'on ne voulait pas être un boulet pour nos
 1114 enfants ».

1115 Er : Ola.

1116 G : tu te rends compte ? Et ça a été leur choix. Et moi ils m'ont dit « nous avons pris cette décision
 1117 parce que nous ne voulons pas peser sur nos enfants, nous ne voulons pas que ce soit nos enfants
 1118 qui prennent cette décision. » Wahou.

1119 Er : Ouais.

1120 G : On est d'accord ?

1121 Er : Ouais.

1122 G : Bon je l'ai vu qu'une fois hein. Mais bon quand même ça m'a tu vois ? j'ai fait ouah !

1123 Er : C'est choquant.

1124 G : Bah c'est (rire), c'est choquant, je suis en admiration devant le fait...

1125 Er : Non mais qu'est-ce que ça dit de notre société ? C'est surtout ça la question.

1126 G : Bah notre société elle aime bien se débarrasser des... tu sais, on aime bien, quand il y a un
 1127 problème, (siffle), on le met de côté. Voilà, on le met sous le tapis. L'important c'est qu'on le voit
 1128 plus, qu'on en entende plus parler et puis que voilà.

1129 Er : Il y a des sociétés, en Afrique etc., dans d'autres sociétés que le monde occidental, où la
 1130 vieillesse est vu à l'inverse, où le vieux est justement considéré comme le sage de la cité et il y a
 1131 une valorisation par l'expérience.

1132 G : Et bah pas nous. Nous c'est le contraire. Nous le vieux il nous fait chier. Nous le petit vieux,
 1133 c'est le poids, c'est le boulet qu'on traîne. Il a ... il n'a plus cette dimension de sage et d'ancêtre,
 1134 par qui on va véhiculer un savoir, un...même nos origines, mon histoire, c'est mon ancêtre donc il
 1135 connaît l'histoire de mon père ou de son grand-père etc. etc. etc. Non ça devient de plus en plus
 1136 rare, mais vraiment vraiment de plus en plus rare. Il y en a pas beaucoup qui font ça. Bon
 1137 maintenant c'est pas à moi de juger, je peux pas condamner ça parce que je te dis encore, faut
 1138 comprendre qu'à un moment donné, il y a quelques décennies de ça les femmes ne travaillaient
 1139 pas, c'était le mari qui travaillait, la femme restait à la maison et en général c'est elle qui se
 1140 coltinait bah, qui se coltinait pépé ou mémé. Voilà, maintenant les femmes travaillent et tant
 1141 mieux, attention, on va pas se tromper sur mes propos, tant mieux. Mais du coup voilà, qui va
 1142 s'occuper du petit vieux à la maison ? Plus personne. Donc voilà, heureusement qu'on a des

1143 structures d'accueil. Alors maintenant par rapport à ces structures d'accueil ça a énormément
 1144 évolué. Alors je peux te dire qu'au tout début quand j'étais stagiaire à l'école de podologie, je suis allé,
 1145 je peux le dire, je suis allé dans l'un des derniers mouiroirs français.

1146 Er : Mouiroir.

1147 G : Mouiroir, c'est le terme exact.

1148 Er : ça s'appelait comme ça ?

1149 G : ça s'appelait l'hospice de Corentin Selton. C'était un hospice. L'hospice de Corentin Selton, tu
 1150 vois le hall de la gare Saint-Lazare ?

1151 Er : Oui.

1152 G : Voilà, t'en avais deux. C'est un bâtiment gigantesque, t'avais deux halls. Tu rentrais, t'avais un
 1153 truc central avec un dôme et de chaque côté, deux halls comme la gare Saint-Lazare. Un pour les
 1154 hommes, un pour les femmes. Tu rentrais là-dedans, dans cette pièce, les... comment on va dire ?
 1155 Box, on peut même pas parler de boxes, les espaces de vie étaient délimités par des rideaux. Donc
 1156 t'avais une grande tringle, de chaque côté. T'avais une allée centrale, de chaque côté une grande
 1157 tringle, qui faisait je sais pas plus de 100 mètres, 200 mètres. Une grande tringle (sifflement), qui
 1158 faisait tout du long, c'était un grand rideau et perpendiculairement, clac, clac, clac, clac des petits
 1159 rideaux. Dans cet espace t'avais un lit, au mieux une table, une chaise et c'est tout. Et les vieux
 1160 vivaient là-dedans. Alors c'était des gens, c'était des vieux qui étaient sans ressources, des vieux
 1161 retraités sans ressources ou pratiquement aucune ressource. Et que la société refuse de mettre
 1162 sur le trottoir, heureusement, donc elle les accueillait tant bien que mal dans ces trucs-là. C'était
 1163 sordide. Sordide. Tu rentais là-dedans ça puait la pisse, c'était dégueulasse. C'était sordide. Et on
 1164 allait faire nos soins là-bas, gratuitement. Je peux te dire, j'en ai des souvenirs mais alors, avec des
 1165 gens qui sont plus ou moins délirants, qui ont pétié les plombs. Va savoir qu'est-ce qu'il se passait
 1166 quand la lumière était fermée et qu'il n'y avait plus personne dedans. Va savoir. Le truc sordide,
 1167 sordide. Bref cet hospice a été fermé, il y a maintenant largement une petite vingtaine d'années je
 1168 pense. Il y a eu tous les scandales liés à la maltraitance des personnes âgées dans les maisons de
 1169 retraite. Ça a fait le buzz, il y a eu des procès. Il y a des choses qui ont été mises en place. Je dis pas
 1170 que c'est parfait, mais il y a des choses qui ont été mises en place, il y a eu une réaction des
 1171 pouvoirs publics. Maintenant, il y a des... tu peux pas faire n'importe quoi dans une maison de
 1172 retraite hein. Je dis pas que la maltraitance a totalement disparu. Mais là c'est une histoire
 1173 d'humains. Tu vois l'infirmière qui a empoisonné, je sais pas il y a eu le procès il y a pas longtemps.
 1174 Dans une maison de retraite, une infirmière a décidé de son propre chef, de tuer les gens. Elle les
 1175 trouvait trop vieux : « oh bah toi faut que tu meurs ». Alors elle leur faisait des injections et puis ils
 1176 mourraient. Voilà, mais là on est dans un cas personnel de gens complètement barrés. Donc dans
 1177 tous les milieux tu rencontreras des tarés quoi, des psychopathes, des névrosés, qui sous prétexte
 1178 que... elle a passé une mauvaise nuit, ou je sais pas, elle s'est fait marcher sur les pieds, ou elle
 1179 s'est pas fait sautée dans la nuit, donc elle est pas contente. Le matin elle arrive et puis boum, elle
 1180 met une claque à pépé, va savoir pourquoi, ça la défoule. Mais là on n'est pas dans... c'est le genre
 1181 de maltraitance que tu pourras jamais empêcher puisque voilà, mais on n'est plus dans la
 1182 négligence organisée d'une maison de retraite. Ça ça n'existe plus. Ça ça n'existe plus. C'est très
 1183 encadré maintenant. Les gens qui sont, le personnel qui bosse, voilà on fait gaffe à qui on
 1184 embauche, on fait des entretiens, ils sont briefés, ils ont des formations, ils sont de mieux en
 1185 mieux formés aussi. C'est énorme. La formation est hyper importante dans ce domaine-là. Bon,
 1186 globalement je peux te dire que là, dans toutes les maisons de retraites où je vais, c'est pas mal
 1187 hein ? Enfin je veux dire, rien n'est parfait dans ce bas monde, mais c'est pas mal. On s'occupe
 1188 bien d'eux, ils sont... on leur trouve des occupations, t'as plein de choses qui sont mis en œuvre

1189 pour rendre la vie plus agréable. Et puis c'est pas des légumes. Alors ils sont un peu déconnants, ils
 1190 sont... ça peut être des Alzheimer hein ? Mais moi un Alzheimer, faut pas tuer un Alzheimer. Non,
 1191 l'Alzheimer il est juste totalement déconnant mais physiquement, il peut être encore très heureux
 1192 hein ? Il a la banane jusque là et voilà. Faut juste faire gaffe à ce qu'il te balance pas un pain dans
 1193 la gueule en phase violente mais... il est fou, on tue pas les fous. C'est différent. Pépé qui est dans
 1194 son fauteuil roulant. La pauvre vieux il peut plus marcher, mais bon il est bien content de faire la
 1195 course avec sa copine, et puis d'aller jouer au scrabble et puis de jouer au loto et puis de râler sur
 1196 le steak qui était trop cuit à midi et puis d'aller voir le chef et de lui pourrir la vie parce qu'il aime
 1197 pas les petits pois. Il y a une vie ! Voilà, il y a encore une vie, c'est pas la mienne, c'est pas la
 1198 tienne, c'est leur vie, les vies de vieux.

1199 Er : Ouais, toi tu as une vision de la vieillesse, mais c'est vrai que dans notre société, déjà rien que
 1200 le fait de mettre les vieux dans des maisons de retraites, on parle pas beaucoup de la vieillesse,
 1201 elle est assez invisible, enfin c'est pas un souci de notre société. Même quand tu regardes le
 1202 journal, la façon dont on parle de la vieillesse, c'est en tant que charge, charge pour la famille,
 1203 charge pour la société etc. Donc il y a quand même dans notre société une dévalorisation générale
 1204 de la vieillesse quoi.

1205 G : Ah oui oui oui complètement.

1206 Er : Toi tu as une vision différente parce que tu vois ce que c'est de vieillir finalement. Mais c'est
 1207 pas la vision de...

1208 G : Bah d'abord j'ai été confronté à la problématique de la mort, j'ai eu peur et puis 2) je bosse
 1209 avec eux je les vois tous les jours. Donc ouais, j'ai effectivement, je conçois que tout le monde ne
 1210 réagit pas comme moi et que tout le monde ne pense pas comme moi mais bon voilà, moi je... Et
 1211 moi quand je te disais toute à l'heure, moi ce qui m'intéresse ce n'est pas de vivre longtemps, c'est
 1212 de vivre bien. Je préfère casser ma pipe à 80 ballais en ayant bien vécu. Ce que je veux pas tu vois,
 1213 c'est de vivre jusqu'à 100 ans et de 80 à 100 ans, de me faire chier pendant 20 ans dans un fauteuil
 1214 roulant à bouffer des petits pois pourris. Non. Ça m'emmerde, ça m'emmerde.

1215 Er : Ok donc toi c'est même pas le fait de tomber dans une forme d'agonie, c'est le fait de plus
 1216 pouvoir... Si t'as toute ta tête ?

1217 G : Alors si t'as toute ta tête et que... tant que tu te dis « bon j'ai encore un intérêt pour la vie, je
 1218 suis encore capable de m'intéresser à des choses, je me sens encore utile par rapport à des gens, à
 1219 ma famille, parce que t'as le problème de la solitude ». Tant que t'en es là, même si t'es
 1220 physiquement hyper diminué et que t'es en fauteuil roulant, ouais pourquoi pas. Mais quand ta
 1221 famille vient une fois par mois, péniblement, pour régler juste les factures. On va voir pépé :
 1222 Bonjour pépé ! Bonjour pépé ! Aller on va, pour se donner bonne conscience, on va rester une
 1223 petite heure, en générale au bout de 45 minutes on est là, aller plus qu'un quart d'heure ! plus
 1224 qu'un quart d'heure ! vite vite vite vite ! Bon. Bah je veux dire là t'es vraiment dans une grande
 1225 solitude. Quand tu vois pas tes enfants, tes petits-enfants, que personne ne vient te voir, ne vient
 1226 te parler, que plus personne ne vient s'intéresser à ta vie, ouah, dur. Et puis en plus, si
 1227 intellectuellement parlant... Alors si en plus, déjà tu vois plus rien, oh putain, tu vois plus rien ! tu
 1228 peux plus lire, tu peux plus regarder la télé, tu peux plus jouer au scrabble, tu peux plus... ça c'est
 1229 un énorme handicap. Et puis en plus tu peux plus marcher. (souffle avec la bouche). Bon après il y
 1230 a des critères comme ça.

1231 Er : C'est l'autonomie.

1232 G : ouais il y a un problème d'autonomie mais pas que. Tu vois, le gars qui est en fauteuil roulant,
 1233 et qui a toute sa tête et qui est pas dans la solitude et qui est encore capable d'avoir de l'intérêt
 1234 pour la vie, il est autonome, non. Même s'il peut plus faire sa toilette lui-même, même si on est

Annexes

- 1235 obligé de lui mettre des couches, même si voilà, mais il y a encore, bon, peut-être que tu peux
1236 trouver un intérêt à la vie. Moi je connais des gens, pour eux leur critère c'est l'incontinence. Moi
1237 je jour où je me fais dessus, c'est que c'est fini, faut me foutre une balle dans la tête. A chacun ses
1238 critères.
- 1239 Er : Toi c'est l'intérêt qu'il y a pour la vie.
- 1240 G : Moi je pense que ouais.
- 1241 Er : Plus que la condition physique.
- 1242 G : Dans certaines limites. C'est sûr que si j'ai un esprit brillant et que je suis un légume et que je
1243 peux faire que ça dans mon lit, non. Après les critères, c'est les critères de chacun.
- 1244 Er : Et du coup quand tu vois cet horizon de la vieillesse qui s'inscrit dans la logique de la vie et qui
1245 est inéluctable, le fait de sentir son corps vieillir, est-ce que tu changes pas de rapport à la vie ? au
1246 temps ? Tu vois ?
- 1247 G : Euh... je pense qu'en vieillissant, tu veux plus perdre de temps. Mais encore là c'est... moi je me
1248 sens pas vieux dans ma tête, donc je suis encore capable de buller. De temps en temps ça fait du
1249 bien de buller. Je m'en fous. Mais non je pense qu'en vieillissant si, il y a ouais le... essayer de ne
1250 pas, de ne pas trop perdre son temps, parce que tu te rends compte que ça passe vite.
- 1251 Er : Perdre son temps ?
- 1252 G : Bah la vie passe vite. La vie passe vite.
- 1253 Er : Le temps s'accélère ?
- 1254 G : Ah le temps s'accélère. C'est marrant cette notion de temps. Quand t'es gamin, tout petit, tu
1255 trouves que le temps est une éternité et t'as qu'une seule envie c'est d'être grand. Et t'as
1256 l'impression que ça n'arrivera jamais. Et puis un jour t'es grand. Alors t'as une phase on va dire,
1257 c'est la tienne, aller on va dire entre 18 et... avant 40. Ah c'est... T'es dans le temps, t'es en phase
1258 avec ton temps. T'as pas envie que ça aille plus vite ou que ça aille moins vite. Et puis après, tu
1259 voudrais juste que le temps ralentisse. Voilà. C'est comme ça.
- 1260 Er : ça ça arrive quand cette dernière phase ?
- 1261 G : C'est très variable selon les gens. Là, si ça pouvait ralentir un petit peu, je dirais pas non.
- 1262 Er : 50, ça devient vraiment.
- 1263 G : Ouais je pense que 50 c'est une barre. Moi je pense que c'est une barre. Mais encore une fois,
1264 c'est moi. Après t'as des gens ça va être 40, d'autres ça va être 60. Voilà. Et encore là, la barre dont
1265 moi je te parle, c'est une petite barre, c'est une petite barrette. C'est pas une grosse grosse barre.
- 1266 Er : 50 ans c'est pas une grosse barre ?
- 1267 G : Non ça va, ça va. Je suis pas vieux.
- 1268 Er : Mmh.
- 1269 G : Ta gueule ! Je suis pas vieux !
- 1270 Er : (rire). Non j'ai jamais dit ça !
- 1271 G : (rire) Non c'est pas vieux, c'est pas vieux 50 ans. Après je verrai. Peut-être qu'à 60 il y en aura
1272 une autre ? Peut-être qu'à 70 il y en aura encore une autre ? Après je sais pas, est-ce qu'il faut les
1273 poser toutes les dizaines ou tous les ans ou tout...

- 1274 Er : Mais du coup, il y a ce temps qui s'accélère, est-ce que ça change la manière dont tu agis dans
1275 le quotidien ?
- 1276 G : T'as pas envie, tu te rends compte que le temps est une denrée plus rare. Si j'avais beaucoup
1277 beaucoup de sous, j'achèterais du temps un petit peu (rire). Mais bon 1) ça s'achète pas, 2) je suis
1278 pas pété de thune.
- 1279 Er : La chirurgie.
- 1280 G : Ouais bah voilà, moi c'est pas mon cas. Autant t'as des gens qui se refont faire les yeux, les
1281 lèvres, le nez, les seins, le cul, le machin, alors là moi pas du tout. Je suis vieux, je suis vieux. Je
1282 deviens gris, je deviens gris, j'ai des rides. Moi j'aime bien mes rides et puis voilà. Et je pense que
1283 c'est la meilleure façon de bien vieillir, c'est de savoir accepter. C'est d'être philosophe. Je pense
1284 que les gens qui le vivent mal c'est ceux qui... alors je pense que c'est peut-être plus féminin,
1285 quoique je pense que ça touche de plus en plus les hommes à mon avis. Mais c'est l'empreinte du
1286 temps sur l'apparence. Moi je m'en tape mais alors comme de l'an 40. Ça c'est un truc qui me
1287 touche pas.
- 1288 Er : Après il y a la problématique esthétique, mais aussi est-ce que aussi on pourrait pas acheter du
1289 temps, gagner du temps en négociant avec sa santé et en préservant sa santé ?
- 1290 G : Alors oui, tu as raison. Il est clair que, comme je te disais tout à l'heure, si tu as grillé la
1291 chandelle par les deux bouts, bah à un moment, il faut passer à la caisse, ça se paye.
- 1292 Er : 50 ans on paye ? C'est l'heure du passage à la caisse ?
- 1293 G : (rire). Tu es très désagréable !
- 1294 Er : (rire)
- 1295 G : Non non non, j'en sais rien ! je sais pas à quel moment on doit payer, je pense que ça dépend
1296 des gens. T'as non seulement ton mode de vie et puis tu as ton hérité, ça tu y peux rien. Voilà.
1297 Tu sais moi j'ai perdu des potes, ils avaient 40 ans. Alors eux avaient vraiment grillé la chandelle
1298 par les deux bouts. Moi j'ai pas été un sage, je me suis bien amusé, mais par rapport à eux j'ai
1299 encore été très raisonnable. Eux on vraiment, vraiment, vraiment fait les cons. Moi je suis là, eux
1300 ils sont morts il y a dix ans. Tu vois ? Mais moi aussi j'ai fait le con. Quand est-ce que je vais le
1301 payer ? Je sais pas. Pour le moment je trouve que ça va encore. Il y a des petites douleurs un peu
1302 quand même voilà, mais ça va encore. Peut-être que dans 10 ans, je ferai oh putain, ça y est.
- 1303 Er : Mais avec cette conscience du temps, tu n'as pas changé tes habitudes au niveau de la santé ?
- 1304 G : Non. Non parce que je ne, c'est ce que je te disais, vivre longtemps ça ne m'intéresse pas. Ce
1305 que je veux c'est vivre bien.
- 1306 Er : Mais si tu prends soin de ta santé, tu as quand même plus de chance de vivre bien ?
- 1307 G : Si c'est pour me priver de tous les plaisirs de la vie, ça vaut pas le coup. Si c'est bouffer comme
1308 un végan, oh putain, les pauvres... ne plus boire une goutte d'alcool, oh putain... alors ne plus
1309 fumer ça ça fait partie de mes projets parce que ça commence à me faire chier mais j'aime bien
1310 fumer. Se coucher de bonne heure, plus faire la fête, oh putain mais on se fait chier... Ola, ola, oh
1311 non. Non non, moi je veux bouffer la vie, je veux la bouffer la vie.
- 1312 Er : Donc toi t'es pas forcément prêt à faire toutes les concessions pour durer dans le temps. Cette
1313 urgence de temps elle te dit plus, bah faut que je profite de l'instant présent là, tant que je peux.
- 1314 G : Je fais gaffe, j'essaie de faire gaffe. Tu vois, il fut un temps où l'on picolait vachement plus, on
1315 fumait des gros pétards comme ça et puis j'en ai fait d'autres. Bon, j'ai arrêté quoi. Mais parce

- 1316 que, bon voilà, il y a un temps pour tout. Je me suis quand même bien défoncez la gueule. Bon j'ai
1317 arrêté, j'ai arrêté parce que c'est d'un intérêt limité.
- 1318 Er : Voilà. C'est plus par lassitude. T'as fait tes expériences.
- 1319 G : Voilà c'est plus par lassitudes, j'ai fait mes expériences, j'ai pu à peu près toucher à tout donc
1320 j'ai fait mes expériences. Bon voilà.
- 1321 Er : Ouais c'est juste que t'es passé à autre chose, c'est pas forcément dans l'esprit de faire des
1322 concessions en te disant oulala ?
- 1323 G : Ouais mais si tu veux si. Je vais à une soirée, je vais picoler. Mais bon je m'arrête de picoler à
1324 un moment donné parce que, parce que je veux être là, je veux pouvoir discuter avec les gens, je
1325 veux pouvoir échanger avec les gens. Voilà moi les gens qui picolent et après qui sont plus
1326 capables de parler, ils vont s'écouler, ils vont aller vomir et rouler sous la table... (souffle avec la
1327 bouche). Ouais bon j'avais 20 ans, je l'ai fait. A 50 ans ça se passe quoi.
- 1328 Er : Tu connais tes limites.
- 1329 G : Oui et puis c'est pas intéressant. Moi ce qui m'intéresse c'est quand je suis à une soirée, c'est
1330 de pouvoir rencontrer des gens et discuter avec eux. Voilà, t'as un petit coup dans le nez, t'es un
1331 petit peu gai, ça t'a un petit peu débridé, voilà, mais le but c'est pas de me défoncez la gueule. A
1332 20 ans ouais je me défoncez la gueule. Alors je me suis bien défoncé, grave de chez grave mais
1333 bon voilà, c'est des conneries hein.
- 1334 Er : Et tu coup, tu dis que tu fais un peu plus attention... ça me fait penser, on m'a dit qu'à 50 ans,
1335 on recevait des lettres pour aller faire des dépistages.
- 1336 G : Ah oui, bah t'as le dépistage colorectal à 50 ans. Que j'ai fait. C'est gratos, c'est la sécu et puis
1337 c'est un truc à faire de toute manière. Chez la femme t'as le dépistage du cancer du sein, la
1338 mammographie. Donc ça faut le faire aussi.
- 1339 Er : Tous les combien de temps ?
- 1340 G : Ah bonne question. Le colorectal, je crois que c'est...
- 1341 Er : Tous les deux ans il me semble non ?
- 1342 G : Ouais, tous les deux ou trois ans. La mammographie ça doit être à peu près pareil, peut-être
1343 tous les cinq ans mais je suis pas sûr. Je veux pas te dire de bêtises. Ça fait partie des choses à
1344 faire. Tu vois, c'est du préventif, si ça peut t'éviter une grosse merde autant l'éviter.
- 1345 Er : Pour toi c'est pas un matraquage préventif qu'il y a de la part des politiques publiques ?
- 1346 G : Ah non non non. Ça ça correspond à une réalité.
- 1347 Er : Parce que certaines personnes disent : « ouais moi j'en ai marre de ce matraquage, ça me
1348 saoule alors je fais rien ».
- 1349 G : Ah non mais ça c'est leur problème, c'est parce qu'elles ont pas envie. Tu sais ça c'est la
1350 politique de l'autruche. Mais ça chacun fait comme il veut. Sur un plan scientifique, non c'est à
1351 l'unanimité l'intérêt, c'est du préventif et reconnu.
- 1352 Er : Pour toi c'est tout à leur honneur, c'est dans l'intérêt de la personne, c'est bien qu'il y ait des
1353 politiques de prévention et de plus en plus.
- 1354 G : Evidement, évidemment ! Et gratuites ! Et oui, bien sûr. On arrive à endiguer, enfin tu te rends
1355 compte qu'il y a maintenant quantité de cancers, j'en suis la preuve vivante, qu'on arrive, je vais
1356 pas dire guérir mais à traiter. Pratiquement 50 %. Tu vivras toujours avec ton épée de Damoclès

- 1357 au-dessus de la tête, mais tu vis. Et puis tu vis très bien. Il y a 50 ans c'était pas le cas. Et pourquoi
1358 on en est là ? C'est parce qu'on intervient beaucoup plus tôt, on dépiste beaucoup plus tôt.
- 1359 Er : Donc pour toi la prévention c'est pas anxiogène, c'est mis en service des individus ?
- 1360 G : Bah c'est au service des individus. Après tu as des gens qui, ça les fait flipper, puisque dès
1361 qu'on leur dit « faut vous faire un examen au cas où » : « hein ? quoi ? ça y est je suis malade ».
1362 Non, vous avez pas entendu, c'est : au cas où. Ils entendent pas, donc ça les fait flipper. Non c'est
1363 juste du préventif. Voilà. Ils se brossent les dents tous les jours. Pourquoi tu te brosses les dents ?
1364 Mis à part pour ne pas avoir une haleine de crotale, c'est aussi pour ne pas avoir des caries. Ça
1365 leur pose pas problème de se brosser les dents tous les jours.
- 1366 Er : C'est le même principe. A partir du moment où il y a un risque avéré pour un certain groupe
1367 d'âge, c'est normal qu'on fasse de la prévention à son égard.
- 1368 G : ouais. On sait très bien que si tu te brosses pas les dents, bah t'auras plus de chance d'avoir des
1369 caries que si tu te brosses pas les dents. C'est pareil.
- 1370 Er : D'accord. Et tu parlais aussi du facteur génétique. On avait commencé à parler de tes parents
1371 toute à l'heure et tu me disais qu'il y avait plusieurs amis à toi qui avait eu des cancers à partir de
1372 40 ans. Toi, dans ta famille, tu as des frères et sœurs ?
- 1373 G : J'ai deux sœurs.
- 1374 Er : D'accord et elles sont en bonne santé.
- 1375 G : Alala, là-dessus je vais te dire, j'ai génétiquement parlant, de mon côté, on n'a pas de bol. C'est
1376 une hécatombe. C'est une hécatombe, là-dessus, ils ont tous eu des cancers.
- 1377 Er : Tous des cancers ?
- 1378 G : pratiquement.
- 1379 Er : Tes sœurs aussi ?
- 1380 G : Alors non, pas mes frangines. Mais j'ai même eu un neveu à trois mois tu vois ? Il s'en est sorti,
1381 il a été opéré et il est en pleine forme maintenant mais on a clairement une hérédité dans ce
1382 domaine-là. Tu vois, quand j'ai eu mon mélanome, une des premières choses qui a été faite, ça a
1383 été de faire un dépistage génétique, de savoir si, parce qu'on connaît maintenant, dans le génome
1384 humain, savoir si j'étais porteur de ce gène et si je l'avais transmis à mes enfants. Donc on a fait les
1385 analyses et non, je ne suis pas porteur de ce gène et donc non, je ne l'ai pas transmis à mes
1386 enfants.
- 1387 Er : Donc toi ça serait totalement externe en fait.
- 1388 G : Ouais, ce serait apparemment un facteur externe. Et puis tu sais des fois c'est pas de bol.
- 1389 Er : Et de voir ton père ou ta mère, la façon dont ils ont vieilli, est-ce que c'est une manière pour
1390 toi de trouver des repères ? Parce qu'il y a un côté contingent le vieillissement et c'est aussi une
1391 autre manière d'envisager sa vie. Jusqu'à 50 ans, je sais pas, on est dans une progression
1392 constante, que ce soit sur le plan professionnel ou au niveau de la performance physique. Mais à
1393 partir du moment où l'on rentre dans le vieillissement, on est un peu sur la pente inverse. Et donc
1394 est-ce que t'arrives à te fixer des points de repères ? Et surtout est-ce que tes parents sont pour
1395 toi des points de repères qui vont te dire : voilà je vais vieillir de cette façon-là ? Est-ce qu'il y a une
1396 identification ?
- 1397 G : Non. Je m'identifie pas. Alors, enfin, c'est facile. Mon père est mort à 76 ans, donc quelque
1398 part, je me dis « tiens ça se trouve je vais faire pareil, je vais peut-être mourir très tôt ». Voilà,

1399 c'est de l'identification. D'un autre côté je vois ma mère, elle a 87 ans. Ça va bien. Alors de quel
1400 côté va pencher la balance ? J'en sais foutre rien. Des fois je me dis que je suis un homme, donc ce
1401 serait peut-être plus du côté de mon père. Mais honnêtement, je me mets pas la rate au court
1402 bouillon avec ça. J'y pense pas trop.

1403 Er : Ouais, ça t'angoisse pas trop.

1404 G : Non. Mais encore une fois, je suis pas d'une nature angoissée moi.

1405 Er : Ta philosophie ce serait quoi par rapport à la vie ?

1406 G : Carpe diem. Et puis plus ça va, et plus je me dis la vie est courte. Tu te le dis pas encore mais à
1407 50 ans tu te le dis, putain la vie est courte. Donc ouais, j'essaie de faire un maximum de choses.

1408 Er : Puisque justement le temps devient urgent tu te dis...

1409 G : Ouais mais y compris des choses inutiles des fois. C'est juste parce que j'ai envie de les faire.
1410 C'est aussi se faire plaisir et voilà. Tu sais j'ai quand même voilà bâti ma vie maintenant. Pour
1411 rentrer dans un schéma classique, j'ai ma petite maison, ma petite femme et mes petits enfants.
1412 Bon on n'a pas le petit chien. Mais bon voilà.

1413 Er : T'as envie de prendre plus de temps pour toi ?

1414 G : Ouais ça si je pouvais ouais. Un truc qui me fait chier tu vois, c'est le boulot. Ça me bouffe un
1415 temps. Bon ça c'est une activité libérale, mais je gratte en moyenne 10 à 12h par jour. Et ceci, 5
1416 jours sur 7 et le samedi je m'y recolle encore un petit coup. Je suis plutôt aux environs de 70h par
1417 semaine. Moi quand j'entends les gens pleurer parce qu'ils grattent 35 h. Tu vois je l'ai un petit
1418 peu là. Parce que moi il faut que je bosse jusqu'à 67 ans mon gars tu vois ? Alors quand j'entends
1419 les gens râler parce qu'ils vont prendre leur retraite à 60... bon ouah.

1420 Er : Et toi ça serait quoi ton idéal ?

1421 G : Là ?

1422 Er : Ouais.

1423 G : Bah de m'arrêter là (rire).

1424 Er : De t'arrêter ?

1425 G : Là si je pouvais être tranquille là maintenant, oh ouais ça serait cool.

1426 Er : Parce que ça te permettrait de...

1427 G : Oh bah de faire plein de trucs. Moi là haut ça bouillonne.

1428 Er : Ouais, parce qu'il y a des gens ils se disent, ils voient pas leur vie après la retraite.

1429 G : Ala ! Ah non non, alors moi c'est pas du tout ça. J'ai des milliards de choses à faire, je vois
1430 même pas comment, j'aurais pas le temps de tout faire. Et tant mieux. J'aurais jamais le temps de
1431 tout faire.

1432 Er : T'as plein de projets ?

1433 G : Oh ouais. Si je les écris, j'écris un bottin moi. J'aurais jamais le temps de tout faire.

1434 Er : Un truc que t'aurais super envie de faire ?

1435 G : Euh... j'aurais super aimé passer mon brevet de pilote d'hélico. Oh pilote d'hélico, alors ça ça
1436 m'aurait fait kiffer. J'aurais bien aimé mais ça ça va être difficile surtout en prenant de l'âge, là j'ai
1437 le niveau 1 en plongée, j'aurais bien aimé passer mon niveau 2 et 3. Après je veux faire de la

Annexes

- 1438 sculpture. Indispensable. Ça je sais que je ferai de la sculpture. Je veux faire de la sculpture sur
1439 bois et sur pierre. Après je voudrais voyager, plein de pays que je voudrais aller voir, je sais pas.
- 1440 Er : mais pourquoi les deux premiers tu as dit « j'aurais aimé », j'aurais aimé passer mon brevet
1441 d'hélico ?
- 1442 G : Parce que passer son brevet d'hélico ça coûte un bras.
- 1443 Er : et la plongée ?
- 1444 G : la plongée à 50 ans déjà ça devient plus délicat. T'as les certificats médicaux, faudrait que je le
1445 fasse là. Là si je le faisais là là maintenant, ouais je pourrais. Mais c'est un peu compliquer, il faut
1446 du temps. Il faut s'inscrire dans un club de plongée, ça demande beaucoup de temps la plongée.
- 1447 Er : Prendre du temps pour soi ça devient une urgence ?
- 1448 G : Ouais. C'est le truc qui me fait le plus chier, c'est de pas pouvoir prendre le temps que je
1449 voudrais pour moi. Déjà rien que pour me reposer des fois. Parce qu'il y a des fois où tu... Donc je
1450 fatigue, j'aimerais bien me reposer et aussi prendre du temps pour moi. J'en n'ai pas beaucoup.
1451 Pour moi j'en n'ai pas des masses.
- 1452 Er : Mais il y a des contraintes ? Qu'est-ce qui t'empêche de prendre du temps pour toi ?
- 1453 G : Le boulot.
- 1454 Er : Ouais. Parce que t'as...
- 1455 G : Parce que t'as toujours plein de trucs à faire. Là, quelle heure il est ?
- 1456 Er : Ola désolé.
- 1457 G : Non non c'est bon. Il faut que je fasse ma déclaration, déclaration de l'Ursaf, une déclaration
1458 (inaudible).
- 1459 Er : ouais t'as plein d'injonctions qui t'empêchent. Et puis il y a une logique économique je
1460 suppose.
- 1461 G : Ouais bah oui et puis il faut que ça rentre hein ? (rire) Donc ouais voilà, t'es pris un peu dans un
1462 engrenage où voilà.
- 1463 Er : T'es en fait entre une double exigence, je dirais une urgence d'ordre matériel, dans le sens où
1464 il faut bien vivre au jour le jour...
- 1465 G : bah il faut payer un baraque, il faut payer les études des gamins, faut payer la bouffe, faut
1466 payer les vacances, faut voilà, je veux dire faut payer.
- 1467 Er : Voilà donc une forme d'injonction qui se pose en termes matériels. Et aux prises avec une
1468 urgence existentielle qui serait toi, le temps pour toi et finalement ce qui est important pour toi.
- 1469 G : Oui. Ah oui oui.
- 1470 Er : 50 ans pour toi c'est un peu ce carrefour-là ?
- 1471 G : Euh... je pense que là tu, c'est plus exacerbé. Plus tu vieillis, plus ça devient exacerber. C'est sûr
1472 qu'à 30 ans tu te dis j'ai le temps, à 50 t'arrête de te dire j'ai le temps, donc c'est ça qui change.
1473 C'est-à-dire que pendant longtemps tu te dis, j'ai le temps, j'ai le temps, j'ai le temps, j'ai le temps.
1474 Et puis à un moment donné, bah à 50 on va dire, tu te dis eh ben non, là maintenant j'ai plus le
1475 temps, faut le faire.
- 1476 Er : Le changement c'est maintenant (rire).
- 1477 G : Ouais, c'est un peu ça, c'est un peu ça.

Annexes

- 1478 Er : Ok et donc pour terminer, si tu devais résumer la cinquantaine en trois mots tu dirais quoi ?
- 1479 G : (silence). La cinquantaine, c'est un bel âge.
- 1480 Er : Bel âge quand même.
- 1481 G : Ouais. Ouais, 50 c'est bien. C'est un bel âge et je dirais que (silence).
- 1482 Er : C'est un bel âge, c'est-à-dire ?
- 1483 G : Tu deviens plus sage, c'est l'âge de la sagesse, quelque part un peu. (silence). Encore plein
- 1484 d'espoir.
- 1485 Er : Tout est encore possible ?
- 1486 G : ouais. Mais plus pour longtemps.
- 1487 Er : D'accord. Bah ça fait trois aspects. Et être en bonne santé à 50 ans qu'est-ce que ce serait pour
- 1488 toi?
- 1489 G : Bah regardes moi ! (rire) Non, ouais non mais moi je m'estime en bonne santé si j'avais pas eu
- 1490 cette putain d'emmerde, mélanome à la con, je serai en pleine forme.
- 1491 Er : Donc pour toi c'est quoi les critères de la bonne santé à 50 ans ? S'il y avait trois mots à
- 1492 donner ? Qu'est-ce qui fait que tu t'estimes en bonne santé aujourd'hui ?
- 1493 G : T'es pas limité, t'as pas de douleurs et t'as de l'envie.
- 1494 Er : ok. Belle conclusion. Est-ce que t'as des choses à rajouter ? Des sujets que j'aurais pas aborder
- 1495 et qui te sembleraient importants ?
- 1496 G : Par rapport à l'âge, on a fait pas mal le tour de la question je pense. Par rapport à la maladie
- 1497 aussi, à la vieillesse aussi. Qu'est-ce que je pourrais te dire de plus ? Je vois pas, je pense qu'on a
- 1498 fait le tour à peu près.
- 1499 Er : Ok.
- 1500 G : Il y a peut-être des choses qui me reviendront après, c'est souvent le cas.
- 1501 Er : Oui c'est normal.
- 1502 G : C'est souvent le cas. C'est-à-dire qu'il faut que les choses déchantent un peu et puis...
- 1503 Er : Moi c'est pareil quand je relis mes entretiens. Parfois je me dis, « quel con, pourquoi j'ai pas
- 1504 posé cette question ? »
- 1505 G : Mais si jamais je t'enverrai un SMS.
- 1506 Er : Parfait. Merci.

Entretien n°8/10 – Marine	
<i>« Mais c'est pas forcément le passage de 40 à 50. L'approche de 50 à la limite 55, on va dire qu'on arrive dans les seniors et qu'on a peut-être une lassitude, on a peut-être moins d'entrain, je ne sais pas comment l'expliquer, l'exprimer, mais c'est pas seulement un passage de 49 à 50, c'est dans les années qui vont de 50 à 55, comme moi c'est mon cas, je suis à 56 bientôt. Je me dis que c'est la lassitude, peut-être que mon âge fait que j'ai envie de passer à autre chose. Et du coup, parfois on trouve moins de motivation, il faut se motiver beaucoup plus pour venir travailler. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, assistante du Président d'un laboratoire pharmaceutique, 56 ans, bac + 2, études de secrétariat, mariée, un enfant, mari à la retraite
Date de l'entretien	27 mai 2017
Lieu de l'entretien	Lieu de travail
Ville	Jambville
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	130 minutes
Conditions de l'entretien	Marine est une ancienne collègue de ma mère et c'est par son intermédiaire que j'ai été amené à la rencontrer. D'emblée, elle a montré un grand intérêt pour son enquête. J'avais peur que le fait de m'entretenir avec elle sur son lieu de travail nous empêche d'aborder de faire le tour du sujet librement. Ce n'a pas été le cas. Nous étions dans un bureau fermé et nous n'avons pas été dérangée. Ma venue était prévue et elle m'a accordé le temps nécessaire. Son discours s'est principalement articulé autour de son travail, mais ce n'est, à mon sens pas le fait de lieu de l'entretien. C'est son burn out qui l'a amené à se poser des questions à l'âge de 56 ans. Elle s'est livrée à moi sans retenu et n'a pas hésité à me faire part de ses critiques sur son entreprise. Elle a abordé sa démotivation au travail et son empressement d'arriver à la retraite sans détour. Je l'ai sentie parfaitement à l'aise. Elle m'a confié à la fin (en off) avoir l'impression d'avoir eu à faire à un « journaliste », ce qui sonnait pour elle comme un compliment car je l'« ai fait réfléchir et parler ».
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Marine à 54 ans. Elle s'est à peine remis de son burn out qui lui a demandé une convalescence de neuf mois. En cause, la surcharge de travail, mais surtout un cruel manque de reconnaissance de son investissement personnel de la part de sa hiérarchie. Elle travaille dans un grand laboratoire pharmaceutique et estime être au fait des enjeux qui anime le système de santé. Un business plus porté par la recherche de profit qui par sa mission première qui est le soin des individus. Malgré les changements de lois récent, elle doute que la page ait été totalement tournée concernant les conflits d'intérêt entre les médecins et les visiteurs médicaux. L'Agence Nationale de Sécurité du Médicament n'est peut-être pas si transparente qu'elle veut bien le faire entendre. Marine est donc persuadée que les enjeux financiers poussent les médecins à prescrire trop. Elle trouve en ce sens que les médecines alternatives sont plus « saines », même si ces dernières ne peuvent se substituer aux traitements allopathiques conventionnelles pour certaines maladies. Sur le plan personnel, ce qui prime aujourd'hui, c'est son bien-être psychique. Elle cherche un nouvel équilibre qui lui permettrait de concilier son travail et ses aspirations personnelles en attendant la retraite. Il faut donc lâcher prise et être plus à l'écoute de soi pour gagner en sérénité.
Enquêteur	Matthieu Pace

Annexes

- 1 Er : Bonjour Marine, alors je vous rappelle que cet entretien sera entièrement enregistré et
2 entièrement retranscrit, est-ce que vous êtes d'accord ?
- 3 M: Oui.
- 4 Er : Très bien. Alors je vais vous explique un petit peu le projet de mon mémoire. Déjà je vous
5 remercie d'avoir répondu à ma sollicitation.
- 6 M: Avec plaisir.
- 7 Er : Donc mon mémoire porte sur le rapport à la santé des 45-60 ans et sur, en générale, par le
8 biais de la santé, j'essaie de comprendre le regard que ce groupe d'âge peut avoir sur la
9 cinquantaine, sur le passage à la cinquantaine, et à l'existence en générale. Donc on est trois sur ce
10 mémoire centré sur la santé, mais toutes la classe travaille sur ce groupe d'âge, avec des sous-
11 thèmes différents. Donc on a le travail, l'amour etc. Donc ça vous intéresse ?
- 12 M: Avec plaisir, oui oui beaucoup.
- 13 Er : Super. Donc je vais commencer par une première question ouverte : De manière général, est-
14 ce que le passage à la cinquantaine a changé quelque chose dans votre vie ?
- 15 M: Non.
- 16 Er : Non ? Rien ? Est-ce que sur le plan de la santé, ça a changé quelque chose ?
- 17 M: Je dirais pas que c'est le passage de la cinquantaine qui a changé quelque chose au niveau
18 santé, après peut-être qu'on supporte... ça fait quelques années qu'on travaille et qu'on supporte
19 peut-être moins bien certaines choses.
- 20 Er : D'accord.
- 21 M: Mais c'est pas forcément le passage de 40 à 50. L'approche de 50 à la limite 55, on va dire
22 qu'on arrive dans les séniors et qu'on a peut-être une lassitude, on a peut-être moins d'entrain, je
23 ne sais pas comment l'expliquer, l'exprimer, mais c'est pas seulement un passage de 49 à 50, c'est
24 dans les années qui vont de 50 à 55, comme moi c'est mon cas, je suis à 56 bientôt. Je me dis que
25 c'est la lassitude, peut-être que mon âge fait que j'ai envie de passer à autre chose. Et du coup,
26 parfois on trouve moins de motivation, il faut se motiver beaucoup plus pour venir travailler.
- 27 Er : D'accord. Donc en fait ce serait pas une rupture, voilà le passage de 49 à 50...
- 28 M: Non.
- 29 Er : ... Mais ça serait peut-être une transition ?
- 30 M: Oui une transition, moi je dirais plutôt une transition.
- 31 Er : Une transition qui est liée donc plutôt à l'aspect psychologique que physiologique ?
- 32 M: Oui.
- 33 Er : Ok. En rapport avec le travail ?
- 34 M: Oui, liée au travail parce que, alors ça dépend après des postes hein ? Bon, moi je suis sur un
35 poste quand même assez chargé où je suis assistante du Président, donc bon il y a beaucoup
36 d'enjeux. Voilà, et puis il y a aussi le contexte familial. Donc quand on arrive à 55 ans, on peut
37 supposer que le conjoint est aussi à 50 ou plus, rarement moins et du coup mon mari il est déjà à
38 la retraite. Et du coup bah le fait que lui soit à la maison et que moi j'aille travailler, on est en
39 décalage. Et du coup j'ai moins d'entrain à venir travailler, donc il y a aussi ce contexte qui est
40 important dans ce dossier.
- 41 Er : D'accord. Donc il y a une lassitude du travail qui est liée à l'évolution de la structure familiale.

- 42 M: C'est ça.
- 43 Er : D'accord. Est-ce que vous avez des enfants ?
- 44 M: Oui, j'ai une fille de 24 ans bientôt.
- 45 Er : D'accord. Et elle vit toujours chez vous ?
- 46 M: Elle est à côté. Elle est dans un studio à côté avec son ami.
- 47 Er : D'accord. Et elle est partie entre guillemets.
- 48 M: Elle est partie entre guillemets.
- 49 Er : Et il y a combien de temps ?
- 50 M: Il y a six mois.
- 51 Er : D'accord. Et vous le vivez comment ?
- 52 M: Très bien.
- 53 Er : Très bien ? Ça n'est pas venu ajouter quelque chose au bouleversement familial ?
- 54 M: Bah elle se marie donc actuellement, il y a le bureau, il y a... Et puis il y a la préparation du
55 mariage, voilà donc ça amène un stress supplémentaire, il y a énormément de choses à préparer,
56 mais ça vient en plus, mais c'est pas ma principale cause de lassitude ou de...
- 57 Er : D'accord. Et la cause de lassitude dans le travail elle serait liée donc déjà en partie au fait que
58 votre conjoint soit déjà à la retraite. C'est-à-dire que vous attendez la retraite vous ?
- 59 M: Ah oui. Moi oui. Je ne pense plus qu'à ça. Donc en fait quand on pense plus qu'à ça, bah on
60 essaie, il faut se motiver doublement, il faut y mettre beaucoup plus d'énergie pour arriver le
61 matin avec une bonne humeur et tout, parce qu'ils y sont pour rien, voilà. Donc c'est plus
62 compliqué. Le contexte est compliqué aussi à cause de ça. Il y a le travail, il y a l'âge qui fait que
63 bah, on aimerait bien passer à autre chose et puis il y a aussi le contexte familial.
- 64 Er : D'accord. Donc hormis ce contexte familial, qu'est-ce qui fait qu'aujourd'hui vous exprimez
65 une sorte de lassitude dans le travail. Vous me parliez du fait que vous étiez sénior etc., est-ce que
66 c'est lié au fait que le regard des autres change ?
- 67 M: Non, alors non, c'est pas le regard des autres, je dirais que c'est... alors moi pour mon cas
68 particulier, je dirais que la lassitude c'est que j'ai fait un burn out il y a maintenant bientôt deux
69 ans, ça a commencé il y a bientôt deux ans, et j'ai été arrêtée neuf mois et quand on reprend le
70 travail, on le reprend pas de la même façon. Donc on le prend avec beaucoup de recul et on n'a
71 pas la même motivation, on n'est plus engagé comme on l'était avant et on en tire des leçons. Et
72 du coup, pour mon plan de développement, faut toujours que j'y pense. Dans les grandes
73 entreprises il y a des revues de performance annuelle, à mi-année et puis il faut penser à son plan
74 de développement. Mais, à 55 ans, quand on s'est développé pendant 30 ans, sur quoi on peut se
75 développer encore ? Je dis pas que je sais tout mais à un moment je me dis, qu'est-ce que je
76 trouve comme formation alors que c'est obligatoire ?! Et c'est ça qui est, on n'est plus en phase,
77 notre âge n'est plus en phase avec l'entreprise. Je comprends qu'à 25 ans, 30 ans on développe les
78 jeunes. Mais arrivé à un âge (souffle avec la bouche), sur quoi on va se développer. J'arrive même
79 pas à trouver, il faut que je trouve, j'ai trouvé un truc mais voilà quoi, mais je joue le jeu mais voilà,
80 presque de façon fictive.
- 81 Er : D'accord. Et du coup vous diriez que c'est en partie votre burn out qui vous a fait changé de
82 regard sur le travail ?

83 M: Oui et puis le fait que mon mari soit à la retraite.

84 Er : Et votre travail ici, est-ce que ça a participé à ce bouleversement que vous me décrivez entre
85 50 et 55 ans, par exemple sur la plan psychologique ? Parce que la santé, c'est la santé physique,
86 physiologique, mais aussi la santé psychique. C'était lié à quoi ce burn out ?

87 M: Bah à une surcharge. J'ai deux choses : alors c'est à une surcharge qui était exceptionnelle,
88 j'avais trop de casquettes sur ma tête. J'avais du RH, de la communication, le directeur des ventes
89 et la présidence. Donc ça fait trop, trop d'expertises métiers sur une seule personne, des métiers
90 que je connaissait pas forcément donc il a fallu que je m'investisse énormément pour arriver à
91 faire mon travail de façon correcte. Et puis le manque de reconnaissance voilà. Le manque de
92 reconnaissance y a joué beaucoup.

93 Er : D'accord. Et ce cumul de responsabilités entre guillemets, il a toujours été là, ou il s'est, il est
94 venu avec...

95 M: Il est venu avec la création de l'entité « X ». A la création de l'entité X, je suis passée de
96 assistante de département à assistante de direction en ayant des casquettes RH, des casquettes
97 CE, droits sociaux, sur des choses, donc il a fallu énormément que je me développe au niveau
98 formation et tout, seule ou accompagnée, mais très mal accompagnée. Et voilà, j'ai énormément
99 donnée, j'ai énormément fait d'heures et sans aucune reconnaissance. Et je pense que c'est, le
100 pire dans ce dossier c'est le manque de reconnaissance qui a fait qu'à un moment, je me suis
101 dit « mais ça sert à quoi ? » et on se pose des questions et c'est trop tard, on est déjà trop fatigué.

102 Er : Qu'est-ce que vous entendez par « manque de reconnaissance » ?

103 M: Bah le fait que ce travail, cette importance du travail, cette charge de travail soit reconnue
104 financièrement et sans aucune reconnaissance même verbale.

105 Er : D'accord. Et cette création de « entité X », enfin vous travaillé chez « entreprise Y » avant ?

106 M: Mmh.

107 Er : Et la création de l'entité X vous a rajouté d'autres responsabilités ?

108 M: En fait, le VIH était chez l'entreprise Y et à partir de 2009, on a enlevé le VIH de chez
109 l'entreprise Y, on a créé une entité dédiée au VIH. Et donc du coup, moi j'étais obligée de suivre
110 dans cette société, mon contrat se poursuivait dans l'autre société et pas chez l'entreprise Y, donc
111 j'ai été obligée de suivre et avec un poste beaucoup plus important niveau charges que celui que
112 j'avais avant.

113 Er : D'accord. Et ça vous diriez que c'est un poste pour plusieurs personnes presque ?

114 M: Oui c'est un poste pour plusieurs personnes et puis il aurait fallu qu'ils nous accompagnent,
115 qu'ils nous forment au niveau droits sociaux, qu'ils nous forment au niveau communication, qu'ils
116 nous forment à tous les niveaux. On n'a pas été accompagné.

117 Er : D'accord. Et comment vous expliquez ça ?

118 M: Bah, pas d'accompagnement, un manque d'accompagnement. Je dirais qu'ils ont pas su
119 mesurer l'importance du poste et des enjeux qui... le droit social c'est des quelqu'un qui a fait des
120 études de droit social qui a ce poste. En communication c'est pareil, chez entreprise Y il y a un
121 service de communication. Ils ont pas suffisamment mesuré l'importance de ces postes.

122 Er: D'accord. Et vous diriez le fait que tout soit rassemblé sur votre poste, c'est peut-être aussi lié à
123 des enjeux économiques derrière ?

124 M: Ouais tout à fait ! Complètement !

- 125 Er : Donc en fait on vous fait un peu porter la responsabilité d'enjeux économiques finalement qui
126 vous dépassent ?
- 127 M: C'est ça ! Et puis c'est sur, les postes de secrétariat malgré tout on en voit de moins en moins
128 dans les entreprises, ils tendent à disparaître et du coup on... on... j'arrive pas à trouver les mots.
129 On met de l'argent, on met des ressources sur des postes cadres, je suis cadre mais je suis
130 assistante, donc on va dire que je suis pas au même niveau qu'un chef de produit. Voilà, on investi
131 sur des postes de médecins, de chefs de produit, de compliance, mais on investi pas sur des postes
132 de secrétariat, ni chez l'entreprise Y, ni chez l'entité X.
- 133 Er : Donc c'est ça aussi que vous entendez par le manque de reconnaissance ? C'est de voir par
134 exemple le différentiel...
- 135 M: C'est ça ça rentre dans la bouteille.
- 136 Er : Ouais. Alors que vous vous avez une charge de travail aussi très conséquente.
- 137 M: Mais qui n'est pas reconnue.
- 138 Er : Oui.
- 139 M: C'est du secrétariat. On peut mettre ce qu'on veut dans une boîte de secrétariat. Une
140 assistante, on peut mettre ce qu'on veut. Donc elle fait du droit social, elle fait de la
141 communication, elle fait des ventes, elle fait de la présidence, tout est possible.
- 142 Er : Et ça vous diriez que c'est plus lié au fait d'être sur un poste de secrétariat que sur une, parce
143 qu'à partir de 50 ans on rentre dans la catégorie des séniors. D'autres enquêté m'ont dit qu'aux
144 yeux de l'entreprise, rentrer dans cette catégorie-là, il pouvait y avoir un manque de
145 reconnaissance par rapport aux jeunes, par rapport à des choses comme ça.
- 146 M: Moi je pense que dans mon cas, les postes d'assistantes sont un peu ignorés. Ils investissent et
147 on le voit bien chez l'entité X, on a démarré avec 10 personnes au siège et on est 30 et on est
148 toujours autant d'assistantes depuis la création. On était 10 avec 4 assistantes et là on est 30 au
149 siège avec toujours 4 assistantes. On investit au siège au niveau médical, on investit au niveau
150 marketing, compliance, réglementaire mais les assistantes non. Mais c'est pas dû à l'entité X hein ?
151 J'ai l'impression que chez l'entreprise Y c'est la même chose.
- 152 Er : Ouais. Et ça faisait combien de temps que vous supportiez ce cumul de responsabilités ?
- 153 M: Depuis 2009.
- 154 Er : Donc ça fait 8 ans.
- 155 M: C'est ça.
- 156 Er : Et est-ce que vous diriez que cette lassitudes, elle est liée seulement à cette charge de travail,
157 ou éventuellement à un questionnement qui aurait aussi changé à partir de 50 ans ? A un autre
158 regard sur l'existence ?
- 159 M: Non moi c'est dû vraiment à la charge de travail et au manque de reconnaissance.
- 160 Er : Ok. Et par rapport à cette période de la cinquantaine, quel est votre rapport à l'avenir ?
- 161 M: L'avenir en entreprise ?
- 162 Er : l'avenir en général, les prochaines années ?
- 163 M: bah en fait, c'est ça qui est compliqué. Faut que je motive pour aller travailler. Une fois que je
164 suis là, bah je passe une bonne journée, j'ai des collègues sympa, mais voilà j'ai hâte que ça se
165 termine, dans cinq, en fait je me mets un butoir. Pour l'instant mon butoir, j'ai un butoir, c'est la

166 fin de mes missions chez l'entité X pour être libérée et après mon avenir commence, une fois que
167 j'aurais terminé.

168 Er : D'accord. Ok. Parce que pour l'instant vous êtes dans une sorte de manque de sens en fait ?

169 M: Oui.

170 Er : un manque de sens, un manque de réalisation de soi.

171 M: Oui c'est ça. Oui je suis d'accord Matthieu.

172 Er : Est-ce que vous diriez que par rapport à l'âge, enfin pas l'âge en soi, mais pris dans la globalité
173 de votre existence, vous aspirez à prendre plus de temps pour vous ?

174 M: Ah oui complètement ! Complètement dans la mesure où mon mari est là. On est à contre
175 sens, lui il a envie de faire des tas de choses, il a envie par exemple, il est tout le temps à la maison
176 donc il a envie de partir en week-end, il a envie de partir en vacances et moi je suis jamais chez
177 moi, et par contre moi j'ai besoin d'être chez moi. Alors que lui il est trop chez lui et il a envie de
178 sortir. Moi je ne suis pas chez moi de toute la semaine, j'arrive il est 8h à la maison et du coup bah
179 moi j'ai envie d'être à la maison le week-end. J'ai envie de souffler, de me poser, de voir ma belle
180 maison, de refaire mes placards, de traîner dans le jardin, ramasser pivoines. On est à contre-sens
181 et c'est très dur à vivre.

182 Er : Donc c'est le fait de vouloir trouver de la cohérence avec votre mari. Est-ce que c'est lié aussi
183 au fait de se dire à 50 ans, bah voilà j'arrive à la fin de ma vie professionnelle, j'ai cette partie de
184 ma vie où voilà je trouve plus de sens, c'est un chapitre qui doit se fermer ? Le fait que je rentre
185 aussi peut-être dans le vieillissement ? Par exemple, moi j'ai beaucoup d'enquêtes qui m'ont dit
186 qu'au niveau corporel, il y avait une lassitude mentale, mais aussi une fatigue physique.

187 M: Bah moi c'est au niveau mental mais pas au niveau corporel. Moi c'est mental. Mais est-ce que
188 c'est lié à mon burn out ? Moi je vois bien, je vois bien qu'il y a des choses que je supporte plus.
189 Donc c'est pour ça que c'est... Après on n'est pas bien parce qu'on ne supporte pas le bruit dans le
190 bureau. Quand deux collègues parlent en même temps c'est insupportable. Trop de pression, trois
191 dossiers qui arrivent et faut les traiter dans la journée, bah ça devient insupportable on sait pas
192 par lequel commencer et du coup bah il y a un bug qui se fait et... mais c'est mental.

193 Er : D'accord. Et c'est justement aussi toute cette réflexion que vous vous êtes faite aussi je
194 suppose pendant votre convalescence, où vous avez dû peut-être remettre tout en cause, vous
195 poser d'autres question et vous dire « Qu'est-ce que je veux moi pour l'avenir, dans la vie ? Etc. ».

196 M: Oui. Entre temps mon mari, depuis janvier il a complètement arrêté donc en fait je me dis
197 « oui.. »... oui et puis le fait d'avoir été arrêtée 9 mois à la maison, on se dit, mais... on fait le point
198 entre la vie où on était avant d'être arrêté, où c'était complètement dingue, toute seule avec
199 l'ordinateur au lit, en train de continuer à travailler. On se dit qu'on avait une vie complètement
200 dingue. Et quand on s'arrête neuf mois et là par contre on est payé, avant j'étais payée pour
201 penser qu'à mon travail. Et on s'arrête en burn out, et là on est payé pour ne pas penser à son
202 travail. Et la transition elle est tellement, tellement énorme que c'est difficile de reprendre. C'est
203 difficile d'avoir été payée pour ne pas penser à son travail, parce que c'est vraiment ça hein ! C'est,
204 on n'a pas les horaires de la sécurité sociale. Au début j'avais pas compris que j'avais pas les
205 horaires de la sécurité sociale. Pour moi, j'étais malade et du coup, ben je m'absente de, j'ai le
206 droit de sortir à 10h et j'ai le droit de sorti à 14h. Et pendant 2h. Et le médecin quand il me dit :
207 alors qu'est-ce que vous avez fait ? Parce que j'étais suivie tous les mois. Qu'est-ce que vous avez
208 fait ce mois-ci ? Ah bah vous savez, pas trop grand-chose, entre 10h et 14h, bah on n'a pas trop le
209 temps de faire grand-chose. Elle me dit « mais je comprends pas là, vous avez pas d'horaire de
210 sécu. Vous êtes hors de ces horaires-là. Et elle me dit crûment « les gens comme vous, c'est fait

211 exprès. C'est surtout les gens comme vous qui ont besoin de se changer les idées et de partir toute
212 la journée écouter les petits oiseaux dehors, plutôt que de se pendre dans son grenier ». Mais elle
213 me l'a vraiment dit comme ça. Mais j'avais pas réalisé. On m'a toujours... j'étais payée avant pour
214 penser qu'à mon travail, et là du coup on me payait pour ne pas penser à mon travail. La transition
215 du coup elle est trop énorme !

216 Er : Mais comment vous en êtes arrivée à tout donner pour votre travail ? Vous avez toujours tout
217 donné pour votre travail ?

218 M: Oui. Ah bah oui j'étais conditionnée pour ça. En fait on se rend pas compte qu'il y a une
219 déviation, on met de côté toute la vie privée, on met tout de côté pour son travail. Alors j'avais un
220 patron qui était pas fin et...voilà. Oui oui on met tout de côté et on ne pense qu'à son travail.

221 Er : Et c'est lié à quoi ? C'est lié à des exigences matérielles, ou c'est quelques chose de personnel ?
222 Le fait de se dire, bah il faut que j'assume le vie de tous les jours au niveau financier, ou est-ce
223 que, je sais pas, à votre personnalité, à votre histoire personnelle ? Le fait que vous donniez tout
224 comme ça.

225 M: Bah c'est que j'avais... j'avais énormément d'enjeux et j'avais un patron qui était pas simple !
226 Qui me laissait pas le choix que d'y aller. Et que j'étais pas soutenue quand je disais que j'avais trop
227 de travail, il m'écoutait pas ! J'avais trop de casquettes sur la tête. Je l'ai dit souvent mais on
228 m'écoutait pas. Et puis il était très exigeant et du coup bah je me disais, bah c'est peut-être moi qui
229 vais pas assez vite. Donc voilà, je continuais, il fallait le faire, je le faisais.

230 Er : D'accord. Et pourquoi vous avez pas dit stop avant ? Parce qu'il y a des gens qui disent stop
231 très vite.

232 M: Bah on se rend pas compte ! On se rend pas compte. Et puis c'est régulièrement un peu plus. Et
233 plus on est capable de faire certaines choses et plus on nous en colle. On se dit « aller bah tiens
234 Marine elle l'a fait la dernière fois bah elle va le refaire une deuxième fois ». Voilà et je te dis,
235 j'avais pas le choix, j'avais pas d'autres support et puis pas de compréhension avec mon patron.
236 Pas de soutien, pas de... j'étais pas accompagnée.

237 Er : D'accord. Donc vous ne voyiez pas que c'était pas normal toute la charge de travail qu'il vous
238 donnait.

239 M: Bah j'avais des alertes, j'émettais des alertes mais encore une fois, le métier d'assistante ils y
240 mettent ce qu'ils veulent. Donc en fait, un peu plus un peu moins. Bah voilà, je voyais bien qu'ils
241 sous-entendait que j'étais mal organisée, que c'était peut-être un problème d'organisation, c'était
242 peut-être un problème de fatigue, de...

243 Er : Jamais il a remis en cause...

244 M: Jamais. Non jamais.

245 Er : Vous avez vu la médecine du travail ?

246 M: Non. Si si j'ai signalé, j'ai signalé le comportement de mon patron, parce qu'on était 7 à le faire
247 donc ça commençait à faire un dossier où on pouvait nous écouter. Quand on est seul, personne
248 ne nous écoute. Donc quand on commence à être 7, bah là il y a quand même un problème, donc
249 j'ai signalé le comportement de mon patron, il y a en a 7 qui l'ont fait en même temps que moi, et
250 puis j'ai signalé aussi ce poste qui était complètement... ça faisait quelques années que je signalais,
251 qu'on faisait les tests du stress, mais ça ne donne jamais rien.

252 Er : Et vous aviez l'impression que vous deviez prouver quelque chose à votre patron ? Que vous
253 deviez lui prouver que vous étiez capable de ? Prouver que...

- 254 M : Bah on me laissait pas le choix ! Il y avait pas le choix. Je cherchais pas forcément à le prouver,
255 c'est que j'avais pas le choix que de le faire, et de le faire bien.
- 256 Er : Il vous a jamais fait comprendre que le contrat pouvait se terminer et qu'il pouvait embaucher
257 quelqu'un d'autre ?
- 258 M: Non non.
- 259 Er ; C'est vous qui vous mettiez la pression parce que...
- 260 M: Parce que j'avais pas le choix.
- 261 Er : D'accord. Et ce stress, comment dire ? Quelle est votre attitude maintenant que vous êtes
262 revenue ?
- 263 M: Bah je dis peut-être plus facilement non et puis j'ai plus de recul. J'ai plus de recul, je me dis j'ai
264 plus rien à prouver. Je fais pas quelque chose, c'est pas grave. Mais j'ai pas non plus, le Président à
265 changé et j'ai une nouvelle personne. Donc ça aide aussi. Le nouveau président qui est là, elle est
266 consciente, elle sait que j'ai fait un burn out et que j'avais un poste surdimensionné et du coup elle
267 fait attention, elle de doit de faire attention ! Elle le fait peut-être pas naturellement mais elle se
268 dit « olala faut pas que j'aïlle trop loin avec Marine ». Donc j'ai cette aide et puis je recommencerai
269 pas deux fois la même erreur. Et c'est ça aussi qui fait que, bon bah après on a 55 ans, voilà, bon
270 bah ma carrière elle est derrière moi et je me dis j'ai encore 5 ans à faire des efforts et voilà mais
271 on n'est pas dans une super dynamique du coup.
- 272 Er : D'accord. Quel serait donc l'idéal d'une vie... voilà parce qu'à 55 ans on arrive à un âge où si je
273 vous comprends bien on a envie de prendre du temps pour soi, parce qu'on arrive à la fin de sa
274 carrière professionnelle, on a notre configuration familiale qui change avec un mari à la maison,
275 donc on a envie de prendre plus de temps pour soi, mais qu'est-ce que ça veut dire
276 concrètement ? Quel serait un peu votre idéal de vie ?
- 277 M: Bah un temps pour soi. On devrait intégrer le fait qu'à 55 ans, on n'embête plus les
278 collaborateurs à se développer, parce qu'ils se sont développés en amont pendant quelques
279 années et à un moment faut qu'ils lâchent prise quoi. On peut plus se développer, à moins que je
280 change de métier, dans ce cas là je dois me développer. Si je devais devenir, être que sur la
281 communication, être chargée de communication, je comprends que là il faudrait qu'on me mette
282 un plan de développement, mais là au niveau des assistantes à un moment, il faut qu'ils arrêtent.
283 Et puis après je reste modérée, parce que je suis payée pour faire un certain travail, donc je dois
284 m'investir en fonction de ce travail et de mon salaire. Donc j'en suis consciente et c'est ça qui me
285 motive. Je me dis « bon bah je me dois de venir, je me dois d'avoir un bon état d'esprit, je me dois
286 de... ». Parce que je suis payée pour le faire, c'est donnant donnant, on me paye je le fais.
- 287 Er : Et du coup en fait c'est vrai que jusqu'à 50 ans on est dans une logique de développement,
288 voilà que ce soit sur le plan professionnel, mais aussi quand on est jeune peut-être, sur le plan de
289 la performance physique etc. Mais à 50 ans, j'ai l'impression qu'on arrive dans autre chose. C'est
290 pas que je veux dire qu'on arrive sur une phase descendante mais en tout cas on entre peut-être
291 dans un autre mode, on envisage autrement le développement de soi.
- 292 M: Oui c'est ça.
- 293 Er : C'est pour ça que je vous demande comment vous envisagez l'avenir ? Et est-ce qu'il y a une
294 problématique de vieillissement qui rentre un peu...
- 295 M: Oui je pense aussi qu'il y a la problématique du vieillissement qui rentre en jeu. Il y a cette
296 problématique, il y a le contexte familial et puis il y a notre vécu dans l'entreprise.

- 297 Er : D'accord. Et la problématique du vieillissement qu'est-ce que c'est pour vous ? (silence)
- 298 Est-ce qu'aujourd'hui vous avez l'impression, voilà vous dites que vous arrivez à 55 ans et que
299 maintenant, c'est vrai qu'on arrive en fin de carrière professionnelle, on arrive dans la catégorie
300 des séniors, est-ce que vous vous sentez jeune ? Est-ce que vous vous sentez vieille ?
- 301 M: Non je me sens pas vieille, je me sens pas jeune non plus. En fait je pense pas à mon âge. J'y
302 pense jamais jamais jamais. Mais on a ce sentiment de lassitude et de se dire « quand est-ce que
303 ça va se terminer » et on n'a plus envie. Et puis on voit des jeunes arriver. Il y a aussi le fait qu'on
304 voit des jeunes arriver et qu'on se dit mais on n'a plus le même état d'esprit qu'eux, ils ont envie
305 d'y aller, eux ils ont envie d'y aller et ils ont tout à prouver, donc ils font des choses que nous on
306 n'a plus envie de faire et on est en décalage aussi avec les jeunes. Mais c'est pas dû à un âge,
307 enfin, c'est l'âge aussi qui fait ça, mais c'est pas le fait d'avoir 55 ans qui fait qu'on n'a plus envie.
308 C'est, les jeunes, alors dans mon cas il y a pas tellement de jeunes assistantes, encore que dans
309 toute société j'en vois, chez l'entreprise Y j'en vois. Mais on est en décalage avec elles. Il y a des
310 fois, je vois bien, il y a des assistantes qui vont se démener pour faire des choses qu'elles ne
311 devraient même pas avoir à faire, qui rentre même pas dans leur cursus et puis bon, bah on se dit
312 elles sont jeunes, elles ont tout à prouver et voilà, mais du coup on est en décalage et on se dit,
313 bah tiens bah Marine, elle elle le ferait pas, Marine... Donc il y a un décalage qui est visible des
314 yeux de tous.
- 315 Er : Vous voyez, vous prenez aussi conscience vous de votre position, on va dire votre position par
316 rapport à l'âge, à travers le regard des autres et l'attitude des jeunes.
- 317 M: Mmh mmh.
- 318 Er : Vous avez pas l'impression ceci dit d'être en concurrence avec elles sur quoi que ce soit ?
- 319 M: Mmh...Non.
- 320 Er : D'être traitée différemment par la hiérarchie, par rapport à une question d'âge.
- 321 M: Non.
- 322 Er : En tout cas vous voyez entre guillemets la relève qui arrive et ça vous fait prendre conscience
323 que vous êtes peut-être en train de passer à une autre étape.
- 324 M: C'est ça. Quand je vois comment certaines se démènent, mais cela dit je faisais comme ça
325 jusqu'à mon burn out. Mais c'est vraiment pour ceux qui ont fait un burn out et qui reprennent le
326 travail et c'est... autant c'est difficile du jour au lendemain de se retrouver chez soi et de ne plus à
327 avoir à penser à son travail, autant c'est difficile quand on revient de se remettre à plein temps.
- 328 Er : Mais c'est vrai que ça m'intrigue cette question, quand vous dites « on ne doit plus penser à
329 son travail ». Quel a été le premier sentiment, puisque que vous me dites que ça a été difficile, que
330 vous l'avez pas compris tout de suite. Qu'est-ce que vous vous êtes dit si vous vous remettez dans
331 votre peau d'il y a deux ans ? Vous vous êtes retrouvée face à quoi ?
- 332 M: Bah à rien. A rien parce que mes journée avant mon burn out, bah c'était ponctué par ma
333 charge de travail, j'avais jamais le temps d'appeler ma fille, j'avais pas le temps d'appeler mon
334 mari, donc en fait j'avais plus le temps d'appeler mes amis, on me demandait quelque chose
335 extérieur à mon travail ça me mettait dans des conditions pas possibles et c'est comme ça que je
336 me suis dit que j'étais malade. Parce que je ne pensais qu'à mon travail. J'avais tellement
337 tellement de travail avec un patron qui était tellement d'une exigence et qui était pas facile à
338 vivre, que pour avoir la paix, je mettais toute ma santé à la disposition de mon travail. Et jusqu'au
339 jour où j'ai fait un burn out et qu'on m'a dit « bon maintenant, vous allez arrêter de penser à votre
340 travail, vous allez vous arrêter, vous allez vous reposer ». Et là du coup vous avez plus rien, parce

341 que votre fille elle s'est habituée pendant 10 ans à vivre seule, vous aviez pas le temps de l'appeler
342 à part euh... je répondais oui. Mon mari il s'est habitué à vivre seul, sans moi. Et en fait mes amis
343 j'en avais plus. Moi mes amies, c'était une ou deux collègues ici. Et du coup on se retrouve seule.
344 Et sans aucun hobbies puisqu'on n'avait pas le temps d'en faire, j'avais pas le temps d'avoir des
345 loisirs, j'ai pas de copines, j'ai pas le temps de me faire des copines puisque j'ai que le week-end et
346 donc j'ai pas de copines. Mes copines, c'est les deux trois personnes ici. Et du coup on se retrouve
347 toutes les journées à la maison pour faire autre chose que penser à son travail et là il y a quelque,
348 il faut quelques temps pour se dire « bon qu'est-ce que je vais faire ? ». Donc bon, j'avais bien des
349 idées et c'est surtout qu'on n'est pas habitué. On n'est pas habitué à avoir des journées pour faire
350 ce qu'on veut. On ne fait jamais ce qu'on veut au travail. On fait ce qu'on nous demande, mais on
351 fait pas ce qu'on veut. Et du coup, il a fallu, il a fallu, avec l'aide du médecin hein ? Il a fallu qu'elle
352 me dire « mais là ça va pas du tout ! Vous allez au cinéma, vous allez voir des copines », mais je lui
353 ai dit « mais j'ai pas de copines. Quand on travaille on n'a pas le temps de se faire des copines.
354 Mes copines, elles m'ont oubliée. Puisque je répondais jamais à leurs messages et tout. ».

355 Er : Vous avez eu l'impression... il y a peut-être un moment où l'on se retrouve face à un vide et où
356 l'on se dit « tout ce que j'ai fait de ma vie je l'ai sacrifié », vous parlez quand même de sacrifier sa
357 santé, de donner sa santé. C'est presque un sacrifice. Et sa santé, qu'est-ce que c'est sa santé ?
358 Qu'est-ce que sa représente ? Parce que c'est un mot fort de dire « j'ai donné ma santé pour le
359 travail ». Qu'est-ce que ça veut dire ça ? « J'ai donné ma santé à mon patron ». (silence)

360 C'est-à-dire que vous avez l'impression de vous être mise en danger ?

361 M: Oui clairement oui. Oui oui c'est sûr.

362 Er : En danger psychologique ?

363 M: Oui.

364 Er : En danger physique ?

365 M: Oui. Oui à tous les niveaux parce que...après ça aurait pu...enfin il y a des gens... moi j'ai une
366 copine, elle a pas fait de burn out mais bon sa vie de famille elle s'est complètement désintégrée
367 parce qu'elle était jamais là pour personne. Moi j'en suis pas arrivée là mais ça aurait pu être pire.
368 En fait je pense qu'on donne tout jusqu'au moment où on ne peut plus rien donner. Et le jour où
369 on peut plus rien donner, c'est qu'il faut s'arrêter quoi, on n'est plus capable d'être là.

370 Er : On vit dans une société qui nous absorbe un peu à nous-même.

371 M: Ah c'est clair oui.

372 Er : Sans qu'on s'en rende compte...

373 M: Sans qu'on s'en rende compte.

374 Er : De manière insidieuse. Et là du coup, après cette phase de vide, peut-être que vous vous êtes
375 dit « j'ai 55 ans et là je me retrouve », peut-être que vous vous êtes posé des questions
376 existentielles en vous disant « je me rends compte que j'avais des œillères et face au médecin et à
377 ses questions je prends conscience que j'ai pas d'amis, que j'ai pas de projets etc. ».

378 M: Mmh mmh.

379 Er : Et ça doit faire un choc ?

380 M: Ah bah oui ! J'ai, en fait pendant 9 mois j'ai fréquenté de plus près une de mes sœurs qui n'a
381 jamais travaillé de sa vie et qui elle, bah sa journée elle est ponctuée, elle s'occupe de sa maison,
382 de son jardin, elle est passionnée de jardin, elle est passionnée de pleins de choses et du coup, et
383 elle a plein de copines. Et moi je me disais « mais j'ai rien en fait ! ». Je me disais « mais je

384 m'occupe pas de ma maison, je m'occupe pas de mon jardin, alors que j'en ai un, je m'occupe pas
385 de ma maison alors que j'en ai une et puis je vois pas de copines parce que j'en n'ai pas ». Donc en
386 fait, on se dit « mais on n'a rien ! ».

387 Er : Et vous vous êtes retournées sur votre passé en vous disant... peut-être que là, quand on se
388 retrouve face à une vide, bah on se dit « j'ai oublié la personne que j'étais en fait, qui je suis ». Est-
389 ce que vous vous êtes posée la question « Qui je suis ? »

390 M: Oui. Oui oui bien sûr ! Et pendant 9 mois, donc pendant 9 mois on se reconstruit autrement, on
391 se dit bon bah... on prend de nouvelles habitudes, on va faire son marché tranquillement, on
392 arrête de courir comme, il y a des fois je regardais la montre, bah je disais « non j'ai plus de
393 montre », d'ailleurs j'ai toujours pas de montre hein ? J'ai enlevé ma montre quand j'ai fait un burn
394 out, je l'ai plus remise. Je vis autrement.

395 Er : D'accord. Alors c'est hyper intéressant, le fait que vous ayez plus de montre. Vous avez
396 l'impression que vous avez... Déjà j'ai une première question, c'est par rapport au fait que vous
397 vous soyez la question « qui je suis ? » etc. et que vous avez essayé de trouver des activités. Vous
398 avez essayé de trouver un petit peu qui vous étiez ? De construire quelque chose en vous
399 demandant : « A 50 ans, qui je suis à côté de mon travail » ?

400 M: oui oui c'est ça. Et puis ça m'a permis, oui je me suis dit « c'est complètement dingue de passé
401 à côté de tout, parce que la vraie vie », enfin on devrait pouvoir concilier travail et vie personnelle
402 et on n'en parle pas suffisamment dans les sociétés et c'est vraiment important d'essayer de... je
403 pense que ça devrait vraiment être un accord d'entreprise. On signe des accord pour les
404 mutuelles, pour les heures de travail, on devrait signer des accords, tiens d'ailleurs faudrait que
405 j'en parle à la DIP, on devrait signer des accords, tant pour concilier la vie personnelle et la vie au
406 travail. Je sais plus ce que j'aillais dire ? Mais... après le retour, bon alors pendant les 9 mois, les
407 trois premiers mois ça a été difficile parce que je savais pas organiser mes journées. Je me rendais
408 pas compte, c'est difficile de se dire « bah aujourd'hui je vais au cinéma ». Parce que, dans les
409 premiers temps, on est complètement déphasé. Parce que passer de 12h de travail à rien, on est
410 un peu perdu. Au début j'organisais rien. D'ailleurs le médecin était surpris. J'avais même pas
411 réaliser que j'avais des horaires. Les horaires libres. Et après pendant les 9 mois on développe une
412 nouvelle vie. On développe une nouvelle vie, on se dit « bah oui aujourd'hui je peux aller au
413 cinéma, bah aujourd'hui je peux aller chiner, je peux aller... », j'avais une maison que je venais de
414 retaper donc il fallait la meubler, il fallait faire le jardin. Je prenais des idées chez les horticulteurs,
415 enfin, et puis j'allais au cinéma, et puis je rencontrais des copines et puis un truc tout bête, j'ai
416 jamais été à une réunion tupperware, c'est les femmes qui travaillaient pas. Et pour la première
417 fois, je me suis mise dans la peau de gens qui travaillaient pas. Mais il faut pas trop y prendre goût
418 non plus parce que vous savez qu'à un moment, ça va s'arrêter et qu'il va falloir reprendre le
419 travail. Donc les trois étapes son pas simple. L'étape d'avant où l'on était surchargée et on en fait
420 un burn out, et après on nous paye pour ne pas penser à notre travail, donc tout nous est permis,
421 mais il faut trouver de nouvelle choses. Et après il faut que ça s'arrête, alors pas trop non plus,
422 parce qu'on nous apprend pendant 9 mois à concilier, à se dire « bah il faut pas que ça se
423 reproduise » donc, « prenez du recul » et tout. Mais il faut que, malgré tout les principales
424 activités que j'avais dans ma journée, elles s'arrêtent pour revenir travailler. Bon moins parce que
425 du coup je me dis qu'il faut pas que je refasse un burn out et du coup j'accepterai plus certaines
426 choses. Mais bon c'est compliqué.

427 Er : D'accord. Et vous dites quand vous étiez dans cette période d'arrêt, vous avez dû vous trouver,
428 ou alors est-ce que vous vous êtes retrouvée ?

429 M: Non trouvée, après on s'est retrouvé, mais au départ il faut se trouver.

430 Er : C'est-à-dire que vous vous êtes rendue compte qu'il y a toute une période de votre vie où vous
431 étiez que dans votre travail et où vous vous êtes pas construite en tant que personne.

432 M: Voilà. D'ailleurs Clémence, ma fille, quand elle m'apportait, quand j'ai démarrée chez l'entité X,
433 j'avais un problème scolaire avec elle... En fait il fallait pas que j'ai de problème. J'en avais trop au
434 bureau pour en avoir dans ma vie privée. Donc tout devait être parfait dans ma vie privée et
435 Clémence elle se disait « bah j'ai pas intérêt à faire ça parce que si ma mère elle apprend ça, je me
436 prend un de ces scuds parce qu'il faut pas que je lui amène de problème ». Donc elle elle se devait
437 de filer droit. C'est ce qu'elle disait hein, « moi faut que je file droit parce que j'ai pas le droit
438 d'apporter des problèmes à mes parents, à ma mère, surtout à ma mère ». Elle disait toujours
439 « ma mère » hein. Et du coup, la petite elle devait être moyenne à l'école, il fallait pas qu'elle
440 arrive en retard parce que sinon elle se serait pris un scud et je lui disais « Ouais Clémence
441 t'exagères, moi je veux pas de problèmes, j'ai déjà suffisamment de problèmes pour en avoir à
442 gérer en plus avec toi ». Alors qu'en fait c'était pas ça, j'aurais dû plutôt, ma vie, la vie personnelle,
443 elle est, enfin j'aurais dû la juger plus importante que ma vie, et alors que c'était l'inverse et que
444 c'était pas équilibré. Il y avait un manque d'équilibre total.

445 Er : Et ça a dû beaucoup vous nourrir je suppose cette période d'arrêt ?

446 M: Ah oui complètement, parce que je me suis rendue compte que pendant qu'on n'a pas de
447 travail, les gens qui n'ont pas, ou qui ne sont pas complètement à 200 % de temps sur leur travail,
448 bah ils ont du temps pour avoir des problèmes perso et pour avoir à les gérer et à les traiter et
449 accompagner et voilà, et moi ce travail là je l'ai pas fait et je leur ai pas permis d'être dans l'erreur
450 aux enfants, à Clémence. Clémence, ma fille elle en a souffert hein. Elle a eu son permis du
451 premier coup, elle avait tout du premier coup, parce qu'elle s'est dit « olala, si je l'ai pas du
452 premier coup, mais je me... ».

453 Er : Et votre fille, je suppose que ça a donc été un des éléments, d'après ce que vous me dite, de
454 cette prise de conscience sur vous-même ?

455 M: Ah oui elle m'a aidé, elle m'a dit « mais j'en ai marre que tu nous mène une vie pareille et
456 voilà ». C'est elle qui un jour est sortie de la voiture et m'a dit stop, j'en ai marre. C'est elle qui m'a
457 fait réaliser.

458 Er : Et vous diriez que cette presque dictature du travail...

459 M: Oui c'est une dictature vous avez raison.

460 Er : En tout cas c'est ce que j'entends dans ce que vous me décrivez. Mais cette dictature, c'est lié
461 à la société en général ? C'est un phénomène lié aux grandes entreprises ? Aux laboratoires
462 pharmaceutiques ? C'est quelque chose qui a trait aux séniors parce qu'ils ont de l'expérience
463 donc on les surcharge de travail ? Où est-ce que c'est lié à votre poste, le fait d'être secrétaire ?

464 M: Bah c'était lié à mon poste et puis c'était lié à la personne, au Président que j'avais à l'époque.
465 C'était lié à mon poste et à la personne qui, je me trompais sur le calibre, la police dans une note,
466 je mettais une police différente, un article, je mettais calibre au lieu de Times New Roman, bah
467 c'était une catastrophe. Donc en fait, il fallait que tout soit parfait comme lui le voulait. Alors que
468 moi la façon dont lui le voulait n'était pas forcément ma façon à moi. Il fallait que je me conforme
469 à sa façon de faire et puis oui on est dans un laboratoire pharmaceutique avec des tas d'enjeux,
470 des tas de dossiers, des tas de missions et en plus avec une exigence, qui était plafonnée
471 beaucoup trop haut et sans aucun valeur ajoutée en plus. Et du coup le fait, j'anticipais tout, j'ai
472 appris pour arriver à être parfaite, mais vraiment sans aucune prétention, il fallait que j'anticipe
473 énormément, que je prenne les dossiers mais en amont et que arrivé le jour J quand il fallait que je
474 délivre un dossier ou une réunion et ben que tout soit mais hyper bien paramétré et que tout soit

475 hyper organisé et du coup, du coup chez moi, c'était tellement exacerbé, c'était tellement au-delà
 476 de ce qu'il fallait faire, que quand j'arrivais chez moi, il fallait que tout soit pareil. Et c'est ça qui a,
 477 ça me mettait dans une difficulté dingue, c'est qu'en fait mon esprit ne s'arrêtait jamais. C'est une
 478 fois que j'arrêtais mes mission ici, qui me fatiguait, en fait chez moi il fallait que les vacances soient
 479 hyper programmées, hyper anticipées, hyper organisées, le droit à l'erreur n'existait pas et tout
 480 me mettait dans une pression dingue ! Ça me pourrissait la vie ! Mais ça me le fait encore hein !

481 Er : Et pourquoi il a pas réparti cette charge de travail sur, bah vous disiez qu'il y avait des jeunes
 482 qui arrivait.

483 M: Non chez nous il y avait pas de jeunes qui arrivaient. Chez nous non. Chez l'entreprise Y, je suis
 484 en contact avec des assistantes de l'entreprise Y où il y a des jeunes et tout et je me dis, elles font
 485 des choses que moi je ferai plus mais voilà, je me dis elles sont jeunes, elles vont apprendre. A leur
 486 âge j'aurais fait pareil.

487 Er : Et dans cette organisation, ce que je comprends, c'est qu'il y a aussi un rapport, vous me dites
 488 par exemple que vous avez plus de montre et ça je trouve ça assez symptomatique, qu'il y a un
 489 rapport au temps qui est hyper anxiogène. Parce que le temps, il y a une dictature de la montre,
 490 voilà tout doit être réglé, on est dans un rapport au temps qui est de productivité.

491 M: Tout le temps oui.

492 Er : De résultat, de productivité et même dans sa vie perso.

493 M: Bah après je pense que le fait de, ça m'a pas toujours fait ça avant que je passe dans l'entité X,
 494 je mettais pas une telle pression chez moi. C'est quand je suis passé dans l'entité X et que
 495 j'organisais, la façon d'organiser, que tout soit planifié, que tout soit programmé, que tout, qu'il y
 496 ait aucun erreur. Il y a des fois, j'avais des réunions importantes ici et les assistantes qui traitaient
 497 mes dossiers, elles me disaient : « mais il y a rien qui est laissé au hasard, tout, on sait à la minute
 498 près ce qu'il va se passer dans la journée ». Et tout était tracé au cas où je pouvais pas venir. Ouais
 499 il y avait pas la place à l'erreur, donc il fallait que tout soit parfait et pour que j'arrive à ce résultat-
 500 là, il fallait un boulot et une expertise de dingue. Et actuellement (inaudible) et j'anticipe à sa place
 501 toutes les étapes. Alors que à la limite je me dis « tant pis si elle a pas pensé, tant pis, je peux pas
 502 être partout », mais ça me rend malade qu'elle n'y pense pas.

503 Er : Mmh. Et là vous n'avez plus de montre, c'est le symbole de cette vie d'avant la montre ?

504 M: Oui oui oui.

505 Er : De cette anxiété ?

506 M: Oui oui oui. Je me suis à pas les porter et je trouve ça agréable. Tant pis, si... alors j'ai aussi mon
 507 téléphone de temps en temps quand... mais avant je dormais avec ma montre, je n'ai jamais quitté
 508 ma montre, j'achetais des montre waterproof qui allait dans mon bain. Je ne les enlevais jamais.
 509 J'étais en stress quand je ne portais pas de montre avant. Ce sera jamais plus. Le fait d'avoir été
 510 arrêtée, bah je me dis « ah bah j'ai pas besoin de montre » et puis en fait un jour elle s'est arrêtée,
 511 et puis je me suis dit, j'en avais une dizaine des montres hein, je me suis dit oh bah je vais mettre
 512 la bleue, oh bah la bleue la pile s'est arrêtée, oh bah et puis j'ai été acheté une pile, mais je l'ai pas
 513 mise tout de suite. Et puis en fait je me dis « je peux m'en passer, j'en ai plus besoin, je suis à la
 514 maison tranquille, si je rate la séance là bah j'irai à l'autre et puis il y a pas mort d'homme. Le
 515 marché, bah si j'y vais pas là... » Tout était simple, et puis en fait j'ai appris à vivre comme ça.

516 Er : C'est hyper intéressant ça. Comment en fait, voilà on se rend compte qu'on a, au début on ne
 517 peut pas vivre sans montre, parce que la montre c'est la mesure de tout, et sans montre
 518 finalement vous avez dû construire un nouveau rapport au temps ? Qui s'est d'abord traduit pas r

519 vide, par une perte totale de repère puisque vous disiez que vous prévoyiez chaque minute, que
520 vous anticipiez tout à chaque fois...

521 M: Oui c'est ça.

522 Er : Comment vous avez reconstruit ce nouveau rapport au temps ? Vous avez développé une
523 écoute de vous-même ? De vos envies ?

524 M: Bah comment ça s'est construit, bah en fait tout était possible, il faut arrêté, tout était possible,
525 je décidais de ce que je voulais. Je décidais, c'était moi qui décidais de mes journées et pas
526 quelqu'un qui me dictait, c'était pas des missions qui dictaient mes journées, c'est moi qui dictait
527 ce que j'avais envie, je faisais ce que j'avais envie en fait. Et j'ai eu du mal à le comprendre, mais
528 après, puis après je me suis dit bon bah tous les mois, j'étais arrêtée de mois en mois, alors je me
529 suis dit, bah si je reprends le mois prochain, bah faut que j'en profite ce mois-ci, donc j'organisais
530 des choses qui me plaisaient.

531 Er : Au jour le jour ?

532 M: Au jour le jour, oui au jour le jour plutôt. Alors dans la semaine, j'organisais des choses avec, je
533 me suis fait des copines, chose que j'avais pas, moi j'avais pas de copines. Alors bah je les vois plus
534 depuis que j'ai repris le travail parce que j'ai repris la semaine à 100 %.

535 Er : Vous les avez rencontrées comment ?

536 M: Bah en fait, j'avais pas de copines, enfin c'est les copines de ma sœur que je côtoies, parce
537 qu'en fait j'ai pas de copines. En fait mes copines, c'était les copines de ma sœur.

538 Er : D'accord. Et là il y avait une flexibilité, la place pour l'imprévu.

539 M: Complètement ! Si je faisais pas mon marché c'était pas grave. Il y a deux fois dans la semaines
540 dans le village, j'y serai allé le jeudi. Si la séance je l'ai ratée là bah... Il y a plus rien qui a de
541 l'importance, tout est simple.

542 Er : Tout est simple parce que peut-être que vous vous conformé à votre propre rythme ? Est-ce
543 que vous avez l'impression justement que ce qui vous paraissait inconcevable et qui vous a
544 complètement perdu au début, finalement ça vous paraît d'une étonnante simplicité ? Est-ce que
545 vous vous dites, peut-être que maintenant la clé c'est de m'écouter moi-même ? Est-ce que vous
546 avez changé de rapport par rapport à vous-même ?

547 M: Bah en fait, je me suis toujours dit pendant 9 mois que c'était pas la vraie vie quand même.
548 Parce que je savais que j'allais reprendre mon travail. Donc la vie que j'ai menée pendant 9 mois,
549 pendant 9 mois je me suis dit « attention Marine, gardes la tête froide parce que c'est pas la vraie
550 vie. Ne te conforte pas dans cette vie-là parce que dans quelques mois, quand le médecin va le
551 décider tu vas reprendre le travail ». Donc il fallait profiter, se reconstruire, se trouver, se
552 retrouver pendant les 9 mois, tout en sachant que ça allait s'arrêter et qu'il fallait abandonner
553 certaines habitudes que j'ai prises pendant 9 mois pour reprendre les anciennes habitudes.

554 Er : Quelle est la vraie vie entre les deux ?

555 M: Bah celle d'il y a 9 mois. Celle que j'ai arrêtée, celle que j'ai vécue. C'est la vraie vie, enfin c'est
556 la vraie vie euh... c'était vraiment sympa, se lever, voilà. A côté de ça bon, si je dois travailler
557 jusqu'à 60, 62 ans, je sais pas trop, je me dis que c'était pas non plus la vraie vie puisque ma vraie
558 vie c'est finir ma carrière ici pour après être arrêtée et entamer autre chose. En tout cas la vraie
559 vie, la vraie vie qui est adaptée à ma façon, c'est peut-être celle que je mène aujourd'hui, où j'ai un
560 travail avec un nouveau Président, des nouvelles charges qui sont beaucoup moindres, j'ai plus
561 toutes ces casquettes sur la tête, j'en ai plus quatre, j'en ai peut-être deux, j'en ai pas quatre, on

562 m'a enlevé la RH et la communication, donc ça m'en fait quand même deux de moins, quatre je
563 passe à deux, donc, et puis essayer de profiter des week-end, des soirées, voilà, c'est plutôt, la vrai
564 vie c'est plutôt celle que je mène actuellement, puisque c'est celle qui est adaptée à ma situation.
565 Parce que pendant les 9 mois, j'étais arrêtée, oui j'étais en arrêt maladie. C'est pas non plus la
566 vraie vie d'être en arrêt maladie.

567 Er : La vraie vie pour vous c'est d'arriver à être dans une vie sociale et la logique...

568 M: C'est ça, en tout cas à nos âges.

569 Er : Ok. Mais d'avoir un véritable aménagement.

570 M: Oui.

571 Er : Et par rapport, vous disiez qu'il y avait la phase d'avant, caractérisée par la surcharge de
572 travail, la phase pendant, où il a fallu vous construire, vous trouver, vous retrouver, construire un
573 nouveau rapport à la vie, à l'existence etc., sachant que ça allait se terminer. Comment est-ce que
574 vous avez abordé, parce que là maintenant vous voyez que vous avez des horaires aménagés donc
575 c'est entre guillemets vivable même s'il y a cette lassitude, comment est-ce que vous avez
576 appréhendé l'approche de ce retour ?

577 M: Bah j'y ai pensé pendant 9 mois aussi. J'y ai pensé pendant 9 mois. Je me suis dit « bon Marine,
578 fais attention, n'y prend pas trop goût parce que... » je suis pas grasse matinée mais voilà, je me
579 promène, je vais faire le tour de mon jardin quand il fait beau avec mon bol de café à la main, on le
580 fait pas quand on travail. Aller à une séance de cinéma l'après-midi et aller chiner, il me manque
581 un petit tableau, je vais chez le brocanteur voir si je trouve quelque chose, enfin dans la semaine
582 c'est pas la vraie vie. Pour ceux qui travaillent c'est pas la vraie vie. Donc il fallait garder la tête
583 froide en se disant « attention n'y prend pas trop goût », je me disais régulièrement « voilà saches
584 que ça va s'arrêter un jour et que quand tu reprendras le travail, et ben ce genre de choses tu le
585 feras plus. Tu ne le feras plus la semaine, tu le feras le week-end. ». Après voilà.

586 Er : En fait votre idéal, ça reste quand même la retraite. Faut terminer votre carrière etc. Mais en
587 tout cas votre vie idéale à vous, c'est cette vie où vous êtes pleinement disponible à vous-même
588 quoi ?

589 M: Oui oh bah c'est clair.

590 Er : Vous avez l'impression d'avoir perdu votre temps en travaillant ?

591 M: Complètement. Complètement, à part le fait, on peut pas avoir un salaire si on n'est pas au
592 boulot mais je veux dire après...

593 Er : C'est des injonctions matérielles le salaire.

594 M: Oui.

595 Er : C'est essentiellement des contraintes matérielles.

596 M: Complètement. Ah oui complètement. J'aurais pas besoin de travailler je serai pas là hein. Pas à
597 mon âge en tout cas. Après quand on est jeune voilà, mais pas à mon âge.

598 Er : Pourquoi justement ? La réalisation de soi quand on est jeune elle passe par...

599 M: Parce qu'on n'a plus, ouais on n'a plus envie, j'ai moins envie qu'avant quoi. Ou alors c'est
600 parce que, ça dépend des cas, j'ai peut-être trop donné, de façon pas équilibré et du coup j'ai mis
601 pleins de choses à l'écart et du coup je me dis que, faut les regagner, faut les reconquérir, faut...

602 Er : Il y a une usure quoi.

- 603 M: Oui oh bah c'est clair.
- 604 Er : Il y a une usure. Et justement, par rapport à la problématique du vieillissement, est-ce que
605 vous vous dites aussi « bah voilà, j'arrive à 55 ans, le temps qu'il me reste, faut que je le mette
606 totalement à disposition de mon développement... », il y a pas de question par rapport à ça en
607 fait ? Par rapport à la problématique du vieillissement ?
- 608 M: Non. C'est pas tellement le vieillissement. C'est vraiment... bon, c'est le fait aussi, à nos âges de
609 voir si le conjoint, moi mon mari il était, il a fait sa carrière à la SNCF, donc forcément à 55 ans il
610 est, il pouvait être arrêté donc il est jeune, il est jeune, bon il a fait deux ans de plus, donc il devait
611 avoir 59 maintenant, mais je veux dire il est jeune et du coup on est à contre-courant, donc quand
612 on arrive à nos âges, je vois d'autres collègues chez l'entreprise Y, elles ont leur mari à la retraite
613 depuis cette année et elles me disent « bah c'est difficile parce qu'on vit à contre-courant. Ça nous
614 donne plus envie d'y aller. ». Il est arrêté, on a envie de... au moment où on peut faire des choses
615 à deux, lui il a envie de faire plein de choses, mais il peut pas parce que moi je suis au boulot !
616 Donc il peut rien faire et moi non plus. C'est vraiment c'est, c'est curieux.
- 617 Er : C'est vraiment ça plutôt, essayer de trouver de la cohérence.
- 618 M: Ouais.
- 619 Er : Et être en phase quoi. Parce que vous avez peut-être l'impression de pas vivre dans la même
620 temporalité...
- 621 M: C'est ça ! C'est complètement ça !
- 622 Er : Là vous êtes dans le temps du système économique et de l'autre côté, il y a le temps
623 existentiel, le temps pour vous quoi.
- 624 M: Oui, oui oui. C'est ça.
- 625 Er : Et là vous voyez votre mari qui est dans cette autre forme de temporalité.
- 626 M: Oui, mon mari, alors c'est frustrant pour lui, et je le vie pas bien parce que Rémi il pourrait, il
627 pourrait, bah il se lève tous les matins, on se lève, bah il se lève. Et du coup bah il se lève tous les
628 jours à 6h30-7h du matin alors qu'il est à la retraite. Il pourrait se dire. Donc lui en fait, il vit pas
629 non plus super bien les choses parce qu'il s'oblige à se lever. Comme moi je suis débordée par
630 deux trois bricoles, il me dit « bah je te lance ton café pendant que toi du te prépares ». Mais du
631 coup bah il se lève.
- 632 Er : ça a pas de sens.
- 633 M: ça a pas de sens oui. Et j'ai encore 7 ans au moins à faire. Et il se dit, mais pendant 7 ans, je suis
634 à la retraite, mais je ne suis pas à la retraite puisque je me lève tous les matins tôt. Il dîne à 8h, il
635 fait pas grand-chose, il a pas d'entrain parce qu'il me dit « j'ai envie d'aller là mais t'es pas là donc
636 aucun intérêt. J'ai voulu aller faire les courses, mais je me suis dit que tu allais avoir besoin de ci
637 donc je préfère ton avis, donc finalement je le fais pas. » Donc en fait il a les pieds et mains liées,
638 parce que je travaille aussi. Et du coup...
- 639 Er : Oui et vous devez pas avoir les mêmes soucis, pas les même...
- 640 M: Non pas les mêmes soucis oui.
- 641 Er : ça crée un vrai décalage.
- 642 M: Un vrai décalage ! Et parfois il me dit, « bah tiens je vais avancer là-dessus », et puis après il me
643 dit « bah non je peux pas parce que » il m'envoie un SMS, il me dit « bah non parce qu'après tu vas
644 pas être contente si je le fais et que t'es pas là parce que ça va pas être comme tu veux ». Et du

645 coup, je lui dis « bah écoutes va faire un tour de vélo », il aime le vélo. En plus ce que je ne veux
646 pas c'est qu'il soit à la maison pour faire les tâches ménagères, je veux pas qu'il soit la femme de
647 ménage, donc bon, ça va il est sportif, il va faire du vélo et il a des copains avec qui il fait tout ça et
648 il travaille dans une association mais en fait il est seul. Il est seul, il vit ses moments seuls, pas
649 comme il l'entendrait.

650 Er : Et comment vous vous racontez vos journées le soir ? Qu'est-ce qu'il vous raconte ? Qu'est-ce
651 que vous lui racontez ?

652 M: Bah lui malgré tout il s'éclate quand même parce qu'il me dit « bon je fais pas ce que je veux »
653 parce qu'il partirait en week-end. Il me dit là tu vois, « le pont là, il est hors de question qu'on y
654 aille », parce qu'on voulait partir mais il me dit « on va rentrer dimanche, dimanche il va y avoir un
655 monde dingue, les départ demain ça va être un monde dingue alors que je suis à la retraite et que
656 je pourrait profiter de partir le lundi et revenir un vendredi ». Mais en fait il est à la retraite sans
657 être à la retraite parce que moi je travail. Et c'est à cause de mon travail. « Oui mais toi tu
658 travailles. On peut pas partir en vacances parce que non je suis en séminaire, tu travailles ». Et
659 tout est conditionné à cause du travail.

660 Er : Le travail règle la vie des gens en fait.

661 M: Ouais c'est ça Matthieu. On n'a pas de prise là-dessus. Voilà, donc maintenant, peut-être que
662 ce sera 62 ans la retraite, à moins qu'il veulent reculer la retraite mais il faut qu'ils arrêtent quoi.
663 C'est dingue quoi, laissez-nous partir. Surtout qu'une fois qu'on perd notre emploi il y a rien de
664 possible dehors à nos âges. Donc qu'ils arrêtent de prolonger. Je sais pas si ton rapport amène ce
665 genre de réflexion mais à un moment.

666 Er : Quand vous dites « il y a rien de possible à notre âge »

667 M: je veux dire, quand on perd notre travail, on en retrouve pas. Enfin voilà, à nos âges, il vont
668 prendre quelqu'un de moins cher, un petit jeune moins cher.

669 Er : Mmh. Un petit jeune moins cher ouais. C'est là que la concurrence peut se faire à la limite
670 sentir. Pourquoi ils prendraient un jeune à la place d'un sénior ?

671 M: C'est pour ça. T'arrêtes pas de prolonger les années de travail mais...

672 Er : Et pourquoi il prendrait un petit jeune ?

673 M: Bah on le voit c'est...

674 Er: Alors que le sénior à quand même peut-être plus d'expérience etc.

675 M: Mmh. Bah oui mais ils se disent, un sénior on va le former, il va être là encore 4-5 ans et après
676 il va partir.

677 Er : Ok. Et une autre question sur le fait que vous aviez l'impression d'avoir un peu sacrifié votre
678 santé pendant cette période de travail. Est-ce que justement, parce qu'à 50 ans on commence à
679 recevoir des lettres pour le dépistage etc., vous les faisiez ces dépistages ? Est-ce que vous pensiez
680 à votre santé ?

681 M: Non pas du tout. Pas du tout du tout du tout. C'est pour moi c'est pour les gens qui ne travail
682 pas, qui ont du temps.

683 Er : D'accord. Vous faisiez vos dépistages ?

684 M: Non.

685 Er : Mammographie, frottis etc.

- 686 M: Rien du tout. Rien du tout.
- 687 Er : Et est-ce que vous les avez fait à partir du moment où vous avez été...
- 688 M: arrêtée ?
- 689 Er : Oui ?
- 690 M: Oui.
- 691 Er : Et c'est ça aussi, vous avez peut-être l'impression aujourd'hui de vous être mise en danger par
692 rapport...
- 693 M: Ah oui complètement.
- 694 Er : Et je sais que pour les femmes il y a des lettres mais il y a aussi le gynéco, qui demande à ce
695 que la femme fasse ses tests etc. Et vous il vous disait de la faire ou vous y alliez carrément pas ?
- 696 M: Où j'y allais pas ou je disais « oui oui je l'ai fait ». Pour avoir la paix.
- 697 Er : Parce que vous n'aviez absolument pas ce temps disponible. Est-ce que vous avez pris
698 conscience que, vous vous êtes dit « oulala, j'ai merdé de pas avoir fait mes tests » ?
- 699 M: Non mais on en a conscience quand on le fait pas, on en a conscience. Mais on se dit, j'ai pas le
700 choix. J'ai... on n'a pas le choix.
- 701 Er : Parce que c'est prendre un jour de congé ?
- 702 M: C'est ça, c'est, et puis ça tombe jamais bien et puis quand on prend une journée de congé, c'est
703 pour faire d'autres choses aussi, donc on en a pas non plus des mille et des cents des journées de
704 congés, elles sont comptées. Donc ça va vite. Dentiste, bah il vous impose des horaires en pleine
705 journée, quand vous avez un problème une urgence. Et puis il y a aussi les urgences de la famille
706 qui arrivent.
- 707 Er : Et maintenant pour les 7 ans qu'il vous reste, vous serez prête à refaire ces concessions, ces
708 sacrifices, à revenir comme avant...
- 709 M: Non pas revenir comme avant mais c'est, c'est un travail à faire, c'est un travail dans sa tête à
710 faire. Et tout n'est pas revenu. Quand on reprend le travail, on reprend le travail avec ses
711 mauvaises habitudes. Après c'est un travail sur soi en se disant, « bon bah stop », se dire bah non
712 là je vais marcher, tant pis. Prendre le temps pour aller marcher, pour aller à Parly. Il y a des
713 choses que je fais maintenant, que je n'aurais jamais fait il y a... avant de m'arrêter. Hier il y avait
714 une réunion. Il y avait pas la salle de réunion dans la convocation à la réunion, il y avait pas la salle
715 de réunion. Bah quitte à ce que les gens me disent « Marine, c'est où la salle de réunion ? » A une
716 époque je me serais jamais jamais jamais permise de faire ça. Je me suis, mais tout était parfait, on
717 ne se posait aucune question. Les gens me le disent. Et là j'ai bien vu qu'il y avait pas la salle de
718 réunion, la salle était réservée hein ? Il était hors de question qu'ils arrivent et qu'il y ait quelqu'un
719 dans la salle, donc j'avais réservé la salle, mais je l'ai pas mise dans l'agenda. Et de temps en
720 temps, bah je me dis que c'est pas grave, elle y est pas, bah j'ai pas envie de le faire. Il y a pas mort
721 d'homme. Il y a une salle de réservée. A la limite, on viendrait me dire « Marine, la salle ? » bah
722 c'est la 1027 point barre. Voilà.
- 723 Er : Maintenant vous avez intégré le fait que...
- 724 M: Je m'oblige et j'en ai des frissons quand je te le dis hein ? Je prends sur moi hein ? Là je viens
725 d'avoir un frisson. Je prends sur moi. Je me dis bah tant pis faut que j'apprenne à ce que tout ne
726 soit pas parfait. Parce que sinon je retombe dans l'excès d'il y a deux ans. On y revient vite. Et je
727 me dis, je travaille avec quelqu'un de nouveau, je l'habitué autrement. Je l'habitué à ce que tout

728 ne sois pas parfait. Alors bon quand hier soir elle est partie à Londres, parce que c'est ça, elle est
 729 partie à Londres. Je te le dis parce que c'est important, quand tu travailles avec un Président, donc
 730 tu, la convocation à Londres elle est dans son agenda outlook, donc de 8h30 à 15h30, aujourd'hui
 731 elle est à Londres et la veille elle est partie à 16h. A 16h dans son agenda, 16h Pick-up, taxi qui
 732 vient la chercher à 16h à l'accueil. Le numéro du taxi au cas où elle doit l'appeler. Donc j'ai un
 733 créneau, une convocation. Après, je mets le vol, donc 16h-17h dans taxi, réservation, le pick-up est
 734 organisé. 17h-18h, c'est l'avion, elle est dans l'avion. A l'intérieur il y a le vol de collé, à l'intérieur
 735 je mets une pièce jointe, c'est le vol qui est collé, son billet avec toutes les indications. Après elle
 736 arrive à Londres, il y a un pick-up qui l'attend à Londres, donc je mets le nouveau pick-up de
 737 Londres que j'ai eu voilà avec son numéro de téléphone au cas où il y ait un problème. Il l'attend
 738 avec un bordname à l'aéroport, à la sortie du vol. Après il y a la réservation de la chambre d'hôtel,
 739 elle va à l'hôtel directement. Donc je lui colle, donc c'est encore un déplacement, mais c'est un
 740 boulot sans nom si on veut que ce soit bien fait. Et ça c'est parce qu'on travaille aussi avec des
 741 présidentes parce que je travaillerais avec un chef de produit, je ne ferais pas tout ça. Mais ça
 742 demande des précisions. Faut que je sache à quelle heure le lendemain, la réunion commence à
 743 8h30, je prévois son taxi à 7h45 pour qu'elle ait une demi-heure de trajet, ça lui laisse un quart
 744 d'heure le temps d'aller fumer sa cigarette. Je pense à tout tout tout tout tout.

745 Er : ça me fait penser. Vous vous êtes oublié d'une manière aiguë jusqu'à votre burn out. Mais ça
 746 me fait penser à une autre de mes enquêtés qui travaille dans le médico-social, où elle est
 747 vraiment dans le don de soi, totalement dédiée au autres. Mais là aussi votre position, de travaille
 748 d'assistance pour un grand patron c'est assez similaire, c'est du don de soi. C'est-à-dire que vous
 749 ne pensez plus à vous-même mais dans son prisme à lui.

750 M: C'est ça.

751 Er : En intégrant des contraintes qui sont un peu hors professionnel, ses petites habitudes, voilà
 752 faut qu'elle ait le temps de fumer sa cigarette etc., c'est...

753 M: Et c'est le fait de travailler aussi avec un grand patron parce que je discute avec mon
 754 homologue chez l'entreprise Y, c'est pareil, elle fait pareil. Donc c'est le fait de travailler avec des
 755 grands patrons qui nous apprend à travailler comme ça. Mais tout ce que je fais, mais tout est
 756 dans cette précision, tout est, il y a rien qui est laissé au hasard.

757 Er : Vous dites que vous ne ferez pas ça pour un chef de produit.

758 M: Non parce qu'ils sont pas exigeants comme ça. Ils travaillent beaucoup eux-mêmes aussi. Le
 759 secrétariat n'est pas aussi pointu pour un chef de produit.

760 Er : D'accord. Un président ne peut rien prendre en charge pourquoi ? Parce que c'est des tâches
 761 subalternes ?

762 M: Bah ça dépend du président parce que l'année dernière, il y a deux ans avec M. F, tout ça il le
 763 faisait tout seul. J'avais trop de casquettes et je faisais moins ce secrétariat-là. Ce genre de
 764 précision je le faisais pour des missions, pour d'autres missions. Mais pas sur son agenda perso.
 765 Sur son agenda de boulot par perso hein ? De boulot. Je ne faisais pas ce travail-là. Ce genre de
 766 précisions je le faisais pour des réunions, des séminaires.

767 Er : Mais il vous engueulait s'il y a avait le moindre souci ?

768 M: Oui.

769 Er : D'accord. Mais quel était son rapport avec vous ? Comment il vous considérait sur le plan
 770 humain ?

771 M: Bah il nous considérait pas.

772 Er : Vous étiez à sa bote ?

773 M: Oui. Je pense qu'ils sont pas conscients, de toute façon ils sont pas conscients du métiers de
774 secrétariat. Et puis après, à un moment je lui parlais même plus, on s'écrivait. Donc c'était
775 compliqué. Beh voilà, avec Barbara, voilà la réunion, moi j'ai besoin, la réunion commençait à
776 9h30, elle était pas, la mise à jour n'avait pas été faite et 18h30, elle finissait à 18h30 mais tout le
777 monde se dit « oh bah » enfin c'était pas les vrais horaires, mais moi je ne peux pas, ou alors je
778 vais trop loin et c'est là où j'essaie de me raisonner. C'est que, à partir du moment où je sais que
779 c'est pas bon, je ne peux pas laisser un truc faux et je, c'est pas précis. Il faut que, peut-être que
780 c'est une déformation ou j'en sais rien hein ? Je me pose souvent la question, je me dis « mais »,
781 c'est pour ça que de temps en temps je me dis « tant pis, la salle elle est y est pas, bah tant pis elle
782 y est pas ». Je, si je suis débordée par d'autres choses, tant pis, bah je ne fais plus mille choses en
783 même temps.

784 Er : C'est parce que peut-être qu'aussi vous avez appris de votre expérience et que maintenant
785 que vous vous êtes posées des questions sur vous-même pendant cette période de 9 mois. Avant,
786 vous, du fait aussi peut-être de la pression, de votre rapport avec le patron et de la nature de
787 votre travail où vous devez toujours penser aux autres et pas forcément à vous, maintenant vous
788 vous dites que vous-même vous faites partie de vos priorités également. Parce que ça vous a
789 ouvert les yeux. Vous vous êtes rendue compte que vous aviez mis votre santé en danger quoi.

790 M: Oui c'est clair oui.

791 Er : Et à 55 ans, comment est-ce qu'on considère la santé ? Est-ce qu'on la reconsidère
792 autrement ? (silence) Qu'est-ce que ça signifie « faire attention à sa santé » ? Se dire « bon bah si
793 c'est pas parfait, moi... », parce que là vous faites un arbitrage en vous disant « bah faut pas que
794 j'en prennes trop sinon je vais retomber dans un cercle vicieux ».

795 M: Oui bah on prend conscience, on prend conscience (silence). On prend peut-être conscience
796 que... c'est un cercle vicieux, qu'on va beaucoup trop loin dans les missions, ou dans le temps
797 qu'on accorde à son travail et... on va beaucoup trop loin et on se pourrit la vie, on se pourrit la
798 santé et les 9 mois nous aident à relativiser et à se dire « mais on peut être un cran moins bien au
799 niveau du travail, pour être un cran mieux et penser à nous, à nos examens, à nos... à un rendez-
800 vous chez le dentiste, à un coiffeur hein ! » parce que le coiffeur c'est tous les 6 mois hein ? Et...
801 oui on vit mieux, on vit mieux si on arrive à faire la part des choses oui.

802 Er : ça devient urgent de prendre du temps pour soi à 50 ans ? Parce que par exemple, c'est vrai
803 que quand on est jeune on a aussi tendance à, après ça dépend des jeunes hein ? Mais on a aussi
804 tendance à tout donner pour son travail etc. Est-ce que ça devient, vous le ressentez maintenant
805 comme une urgence le fait de prendre du temps pour soi, de penser à soi etc. ?

806 M: Oui. Oui oui. Ouais. C'est une urgence et puis c'est un besoin. C'est, vraiment il faut, l'équilibre,
807 faut vraiment trouver un équilibre.

808 Er : Et cet équilibre, comment vous le décririez ?

809 M: Bah il faut, il faut essayer de faire des horaires normaux. Là maintenant c'est fini, j'arrivais, on
810 me laissait pas passer la barrière. A 7h du matin on me disait « bon je vous laisse passer parce qu'il
811 est moins cinq » mais j'arrivais avant l'heure légale. Il y a des fois, je me suis retrouvée à sept
812 heures moins cinq, c'est fini. Je me mets plus de pression, je, j'arrive à 9h, 9h30, dix heures moins
813 quart, j'ai trouvé un équilibre le matin, je reste longtemps au déjeuner, je prends plus mon café en
814 même temps que je me lave la tête et que... je reste une demi-heure au déjeuner le matin chez
815 moi et je me dis, et j'y trouve du contentement et du coup je trouve un temps pour moi. Alors
816 parfois je fais des recherches sur internet, pour moi, parfois je réponds à des messages, et j'ai un

817 temps pour moi le matin. Et le soir, bon le soir c'est de ma faute, j'ai du mal à partir le soir. Ça va
818 changer à Rueil, on va aller à Rueil. Peut-être que je vais avoir des horaires précis de train et me
819 dire je vais être obligée, là j'ai pas d'horaires hein, j'ai ma voiture en dessous. Bon, ça va peut-être
820 m'aider aussi. Et ça va me faire marcher, ça va me faire marcher, on va avoir un peu de marche et
821 ça va me faire du bien aussi d'avoir une activité.

822 Er : Oui, parce que...

823 M: Parce qu'on a vraiment besoin de ça, c'est vraiment un besoin.

824 Er : L'activité physique c'est un besoin pour quoi ?

825 M: Pas forcément l'activité physique parce que je suis pas du tout sportive. C'est le fait de se dire
826 « je fais autre chose que travailler ». A une époque je me disais « je ne fais que travailler, ma vie
827 c'est le travail ». Et là, le fait de déjeuner tranquillement à la maison, d'arriver ici à 10h c'est pas
828 grave, si je tombe dans les embouteillages une fois que j'ai fini de déjeuner, je trouve pas ça
829 dramatique. Avant, ça m'aurait mis mais un nœud à l'estomac et là j'y pense plus.

830 Er : D'accord. Et vous travailliez, alors c'est un peu, je le pose comme ça. Je me dis on est dans une
831 grande entreprise, mais on est quand même dans un labo pharmaceutique et le labo
832 pharmaceutique, moi j'aurais dit, enfin après vous avez peut-être pas du tout cette vision parce
833 que ça fait longtemps que vous travaillez dans un laboratoire pharmaceutique, mais avec quand
834 même derrière des causes qui sont la santé des gens. Il y a beaucoup du burn out, enfin moi tous
835 les burn out que j'ai vu, c'était dans le secteur médico-social ou dans des labo pharmaceutique.
836 C'est bizarre quoi.

837 M: Mais parce qu'ils ne pensent pas du tout, les gens avec qui on travail pensent pas, enfin quand
838 ils pensent à la santé des gens c'est à ce qu'elle leur rapporte financièrement. C'est à combien de
839 boîtes est-ce qu'on va vendre dans le mois. La première chose qu'ils font quand ils arrivent le
840 matin c'est de regarder le nombre de boîtes qui ont été vendues dans la nuit, qui sont parties chez
841 le grossiste. Donc ils ne pensent pas à la santé des gens.

842 Er : En fait la santé c'est beaucoup d'enjeux financiers.

843 M: C'est ça !

844 Er : Plus que des enjeux d'intérêt général.

845 M: Bien sûr. Et du coup ils pensent pas à la nôtre non plus. Au contraire, nous ils ont besoin de
846 nous pour justement, plus on vend, parce que, plus on bosse et plus on vend des boîtes, parce que
847 les délégués médicaux sont, pour qu'ils travaillent et ben il faut que nous en amont on ait fini les
848 fiches posologiques, les ADV, les réunions, les séminaires et tout donc voilà, c'est un cercle vicieux
849 et...

850 Er : Le marché du médicament c'est un marché comme un autre ?

851 M: Bien sûr.

852 Er : C'est un produit comme un autre.

853 M: Oui.

854 Er : Et du coup vous, le fait d'avoir ce regard critique, au moins ce recul que tout le monde n'a pas,
855 le fait d'être dans le cœur du système de l'industrie du médicament, est-ce que ça vous... est-ce
856 que vous avez une vision particulière du système de santé en France ? De la manière dont on
857 soigne les gens ? De tout ce qui est médical etc. ? De la façon dont on soigne les gens au sein du
858 système de santé ?

859 M: Non. Non, je suis convaincue que c'est un business qui est pas...la principale préoccupation
860 c'est pas le patient contrairement à ce qu'ils disent. C'est pas le patient leur principale
861 préoccupation, c'est le business. Donc c'est un peu, c'est un peu, c'est dénaturé.

862 Er : Et vous pensez que les labos pharmaceutiques, il y a un peu de lobbying qui se fait par
863 exemple vis-à-vis des médecins, vis-à-vis des...

864 M: Bien sûr.

865 Er : Donc quand un médecin prescrit quelque chose c'est jamais anodin ?

866 M: Bah...

867 Er : Parce qu'avant il y avait des visiteurs médicaux, non ?

868 M: Bah avant les médecins étaient payés, avant, parce que je crois qu'on est pratiquement le seul
869 laboratoire qui ne paye pas les médecin, maintenant c'est fini. On en paie plus les médecins, ils
870 sont plus rémunérés. Ils viennent intervenir et ils interviennent gratuitement donc du coup on les
871 achète moins. Mais... mais...mais à une époque quand on les payait, maintenant on verra moins
872 ça, mais quand ils étaient rémunérés, ça date pas de longtemps, ils étaient rémunérés jusqu'à il y a
873 deux ans hein ? Ça date de l'année dernière l'arrêt des rémunérations. Mais c'est sûr que si on les
874 rémunérait ils se devaient de prescrire et donc c'était un peu orienté. Les prescriptions sont
875 orientées.

876 Er : Ouais. Est-ce que ça a influé, influencé en fait votre relation aux médecins ?

877 M: Non parce que je les vois pas beaucoup. Moi personnellement, non ça ne l'a pas... Bah on voit
878 bien que c'est orienté, que les prescriptions, les prescriptions sont peut-être orientées.
879 Maintenant quand il me prescrit quelque chose bah je me dis « bon bah c'est qu'il a un intérêt
880 pour ce laboratoire plutôt qu'un autre ». Je me le dis, mais bon il faut se soigner et puis voilà.

881 Er : Vous vous êtes jamais dit « voilà on me prescrit un médicament, c'est peut-être... », enfin vous
882 êtes jamais dit « finalement, moi j'ai pas envie de prendre des médicaments, je vais me tourner
883 peut-être vers d'autres pratiques... » ?

884 M: Si si. bien sûr ! Si si. Oui je le fais régulièrement.

885 Er : Alternatives ?

886 M: Oui oui bien sûr.

887 Er : Vous vous tournez vers des médecines alternatives ?

888 M: Oui oui.

889 Er : Quel type ?

890 M : Bah homéopathie, ostéopathe.

891 Er : Et qu'est-ce qui fait que vous choisissez de vous tourner vers des médecines alternatives ou
892 complémentaires ou douces ?

893 M: Bah...

894 Er : Plutôt que vers de la médecines allopathique.

895 M: Bah je suis pas très médicaments donc ça m'apporte...je sais pas si ça m'apporte quelque chose
896 mais j'ai jamais été très médicaments donc.

897 Er : Comment ça vous avez jamais été très médicaments ? C'est lié à quoi ? À votre famille ? À
898 votre éducation ?

899 M: Non j'ai jamais eu besoin, j'ai jamais eu vraiment de maladie. Quand j'étais en burn out j'ai pas
900 pris d'antidépresseurs donc, elle était contre aussi le médecin donc elle m'a dit « on va faire en
901 sorte que vous n'ayez pas de médicaments à prendre ».

902 Er : Et vous ne vouliez pas non plus prendre des antidépresseurs ?

903 M: Non c'est pas ça. S'il avait fallu que j'en prenne, j'en aurais pris, elle me les a pas prescrit et puis
904 bon, elle a peut-être une idée aussi sur les prescriptions et sur les labos. Cela dit, malgré tout, pour
905 être arrêté en burn out, pour la sécu, elle est obligé d'en prescrire, c'est ça où il y a un (inaudible).
906 On n'est pas en burn out si on prend pas d'antidépresseurs. Elle me l'a prescrit pour mon arrêt
907 maladie, c'est important, il fallait qu'elle me le prescrive. Il fallait que j'aille le chercher à la
908 pharmacie mais il fallait pas que je les prenne.

909 Er : D'accord. Et pourquoi elle vous disait de pas en prendre justement ?

910 M: Parce qu'on peut s'en passer. Et je suis convaincue qu'on prescrit trop. Et que c'est pour ça qu'il
911 y a autant de business.

912 Er : Ouais et au niveau des vaccins, vous en pensez quoi ?

913 M: Au niveau des vaccins je sais pas. Il y a peut-être des vaccins qui sont indispensables quand on
914 est jeune enfant après... ?

915 Er : Le vaccin contre le cancer du col de l'utérus pour votre fille. Elle l'a fait ?

916 M: Elle l'a fait mais après, enfin, les laboratoires, quand ils prennent des rendez-vous à l'ANSM,
917 l'Agence Nationale du médicament, ils font passer des messages et après ils prennent, ils prennent
918 pas mais je veux dire...

919 Er : Ouais, pour vous c'est pas un milieu très net.

920 M: Non.

921 Er : C'est pas très transparent.

922 M: Non.

923 Er : Il y a des enjeux financier jusqu'au médecin qui vous prescrit quelque chose.

924 M: Oui.

925 Er : Du coup, je sais pas, peut-être que les médecines alternatives pour vous ça vous paraît plus...

926 M: En tout cas c'est plus transparent et ça m'a l'air plus honnête.

927 Er : Ouais. Et vous votre rapport avec ces autres thérapeutes vous paraît comment ?

928 M: Il y a pas d'intérêt. Ni de la part du médecin, ni...

929 Er : L'intérêt c'est vous quoi ?

930 M: Oui plus.

931 Er : Votre bien-être.

932 M: J'ai l'impression oui.

933 Er : Et vous jugez, le fait de vous tourner vers les pratiques alternatives, vous jugez par rapport à
934 cette relation qui est peut-être...

935 M: Plus saine.

936 Er : Ok. Et par rapport à l'efficacité ? Ça vous paraît efficace ?

937 M: Oui ça me paraît efficace hein ? Là le SIDA ça me paraît efficace ce qu'ils font actuellement au
938 sein de l'entité X. Les leaders sont contents, les patients, il y a plus de confort pour les patients.
939 Après avec toutes les contre-indications et moi j'ai appris que tous les médicaments, il y avait un
940 risque dans tous les médicaments. Donc bon après on essaie de s'en préserver mais ça c'est parce
941 qu'on travaille dedans. Quand on voit tout ce qui est rapporté à l'ANSM sur les effets secondaires,
942 je me dis « ola » et on sait pas tout. Et quand on voit tous les médicaments qui sont sortis du
943 marché et ça fait 20 ans qu'ils y sont. Je me dis « bon bah moins on en prend et mieux c'est pour
944 nous ».

945 Er : Ouais. On produit et on prescrit dans une logique immédiate, sans avoir de recul.

946 M: C'est ça.

947 Er : Parce que l'économie nous impose de toujours...

948 M: Bah après le recul, ils en ont parce qu'il y a les études, il y a quatre phases dans les études et
949 quand on arrive à la quatrième c'est la mise sur le marché. Ils ont une petite phase. Mais après
950 c'est sur...A long terme effectivement, après on se rend compte de certaines choses et il y a quand
951 même beaucoup de cas. Donc bon, moi je suis pas médicaments parce que j'observe et c'est peut-
952 être parce que je suis dans un labo aussi et qu'on observe tout.

953 Er: Mais en tout cas les médecines alternatives ça vous enlève un petit peu... avec de
954 l'homéopathie vous avez pas à craindre d'avoir des effets secondaires et tout ça.

955 M: C'est ça. Ou ce sera moindre.

956 Er : Ouais. Et ça vous paraît aussi efficace les médecines alternatives ?

957 M: Bah faut pas avoir non plus un cancer. Après voilà, on a le SIDA, on peut pas aller chez
958 l'homéopathe hein ? Mais voilà, après ça dépend, quand on a des petites, des petites choses
959 comme il peut arriver tous les jours, un rhume, une fatigue, un état nerveux, on va chez un
960 homéopathe et on s'en sort bien.

961 Er : Et quand vous pouvez en fait, vous préférez d'abord prendre...

962 M: Oui. Mais après c'est sûr que pour certaines, pour une infection, une infection quelconque,
963 c'est sûr qu'à un moment il faudra peut-être prendre un antibio et pas de l'homéopathie. Moi je
964 reste quand même très... je pense qu'il faut avoir un point de vue équilibré là.-dessus. Je dis pas
965 que... mais bon, je trouve qu'on prescrit trop et les laboratoires prescrivent trop. Après il y a des
966 affections pour lesquelles c'est indispensable.

967 Er : Bien sûr. Et vos parents, ils sont en bonne santé ?

968 M: Bah mon père est mort d'un cancer. Donc ben il eu tout ce qu'il fallait pour le cancer. Maman
969 elle est fatiguée mais elle est en bonne santé.

970 Er : Votre père il avait quel âge ?

971 M: Mon père il devait avoir 72 ans.

972 Er : Et il est mort il y a combien de temps ?

973 M: Il y a 10 ans.

974 Er : D'accord. Et votre mère elle a ?

975 M: Maman elle a 70 ans là.

976 Er : D'accord. Et ils ont vécu...

977 M: Non maman elle à 79 ans.

978 Er : Ok. Et ils avaient une bonne hygiène de vie ?

979 M: Oui oui. Ils avaient une bonne hygiène de vie. Mon père fumait hein ? Il l'a pas volé son cancer.

980 Er : Ah ok d'accord. Donc vous ne vous dites pas qu'il y a une dimension génétique ou quelque
981 chose comme ça ? Parce que moi, j'ai certains enquêtés qui me disaient que voir leurs parents
982 mourir etc. notamment d'un cancer ça les perturbait parce qu'ils pouvaient pas s'empêcher d'avoir
983 un peu peur pour eux. Et du coup ils changeaient un peu de rapport au choses quoi, en se disant
984 « bah il faut que j'en profite parce que mon père est mort vers 70 ans ». Mais c'était une
985 dimension génétique, ce qui n'est pas votre cas. Vous pensez que pour votre père c'était lié à...

986 M: Au tabac hein. Encore qu'il y a des gens qui ont le cancer du poumon et qui ont jamais fumé.
987 Est-ce que c'est les passifs je sais pas. Est-ce qu'ils ont été en contact avec de la cigarette ou de la
988 fumée je sais pas.

989 Er : En tout cas ça vous stresse pas spécialement ?

990 M: Non.

991 Er : Et quand vous voyez vos parents vieillir, vous ne vous projetez pas ? Vous ne vous identifiez
992 pas en vous disant « je vais avoir à peu près le même chemin » ?

993 M: En fait, en fait on y pense à partir du moment, on pense à la deuxième, au vieillissement à
994 partir du moment où l'on rentre dans des systèmes de retraite où on commence à constituer son
995 dossier de retraite.

996 Er : C'est à partir de quel âge ça ?

997 M: Bah 55 ans. A 55 ans je pense qu'on peut demander son décompte. Mon mari en plus il a un
998 régime spécial puisqu'il était à la SNCF. Et à partir... et puis c'est ma sœur qui m'a aussi alerté là-
999 dessus puisqu'elle me dit, je lui dis « t'es contente, ton mari va être à la retraite, vous allez faire
1000 plein de trucs et tout ». Elle me fait « oui, mais d'un autre côté, ça veut dire qu'il est vieux, ça veut
1001 dire qu'il a un certain âge, qu'il est vieux et que malgré tout il y a aussi tout ce qui va arriver
1002 derrière ». Et elle m'a fait réaliser ça et elle a raison parce qu'il y a plein de personnes qui arrivées
1003 à la retraites et ben on eu des problèmes de santé. Alors est-ce que c'est la coupure pour des
1004 hommes plus que pour des femmes. Parce que des femmes travaillent peut-être moins, moins de
1005 carrière, moins j'en sais rien, mais oui un relâchement et tout et c'est vrai qu'elle m'a fait réaliser
1006 ça et on a observé autour de nous et c'est vrai qu'à partir du moment où certains sont arrêtés,
1007 alors pas tous hein ? Mais bah il y a des problèmes de santé qui arrivent, il y a des problèmes, ils y
1008 a des AVCs, j'ai un ami il a eu un triple (inaudible) et maintenant il peut plus rien faire, il faut qu'il
1009 reste... et depuis qu'il est à la retraite alors qu'il était hyper actif avant, il avait jamais rien, jamais
1010 rien.

1011 Er : Et ça vous pensez que c'est lié au travail qui leur a demandé trop...?

1012 M: Ils se retrouvent chez eux avec plus de pression, plus de contraintes et c'est là où les problèmes
1013 arrivent. C'est curieux.

1014 Er : Ouais et ça ça vous...

1015 M: Bah du coup j'ai réalisé. Je me suis dit bah oui, effectivement donc bon, on est content, on se
1016 dit on est content, Rémi il est content, mais à côté de ça avec le risque que des choses arrivent.

1017 Er : Ouais c'est stressant. Et ça ça vous inquiète par rapport à votre mari ou par rapport à vous ?

1018 M: ça me stresse pas plus que ça parce qu'il faut pas non plus vivre, voilà faut profiter de la vie et
1019 sinon on arrête jamais de gamberger.

- 1020 Er : Oui. Vous vous projetez pas trop à long termes dans ce genre de réflexion.
- 1021 M: Non.
- 1022 Er : Vous préférez vivre au jour le jour.
- 1023 M: C'est ça oui.
- 1024 Er : Mais est-ce que par anticipation vous ne vous dites pas « il faut que je me préserve aussi
1025 pour... »
- 1026 M: Oui, si si je me le dis, je me dis qu'il faut que je prenne du recul, qu'on s'énerve moins, que je
1027 prenne moins à cœur certaines choses dans le bureau, qui arrivent, des avis à rendre, des
1028 aberrations, « olala » je me dis « ça me concerne pas ». Mais faut que je sache écouter et que ça
1029 me passe au-delà, ça rentre, ça sort immédiatement, faut prendre les choses moins à cœur quoi.
1030 C'est-à-dire qu'il faut arriver encore une fois à concilier la vie professionnelle à la vie, et arriver
1031 chez moi et que je sois plus dispo parce que mon mari lui, voilà il a plus tout ça dans la tête, il a
1032 plus tout ces problèmes de travail et le fait que j'en arrive moi avec mes problèmes de travail, j'en
1033 parle pas du travail d'ailleurs. J'en parle jamais. Je ne parle pas travail à la maison. Il me dit « bon
1034 bah t'es arrivée tard ! », je dis « oh j'ai eu une sale journée mais bon ».
- 1035 Er : Ouais. Et après vous parlez de quoi ?
- 1036 M: Ce qu'on va faire à dîner, voilà le soir, le week-end, ce qu'on est en train de prévoir pour les
1037 vacances. Là le mariage de Clémence.
- 1038 Er : Vous en parliez avant ?
- 1039 M: Non jamais.
- 1040 Er : La maison c'est rester ce sanctuaire...
- 1041 M: Oui. Non mais en plus mon mari est à la retraite, on est complètement complètement, il était à
1042 la SNCF. Quand il était en activité à la SNCF on était, il comprenait pas si j'arrivais à 8h du soir. Il y a
1043 des fois je mentais, je partais à 8h d'ici et je dis « oh mais j'ai été 2h dans les embouteillages »,
1044 alors que j'ai fait mon trajet hyper... mais je mentais sur mon... Il y en a qui mentent parce qu'elles
1045 ont un amant, moi je mentais sur mes trajet, pour dire « bah non mais j'ai mis 1h30 pour rentrer
1046 alors que j'ai mis une demi-heure ». Il en avait marre.
- 1047 Er : Et lui il avait un autre rythme ?
- 1048 M: Lui il était à la SNCF, bah il avait un autre rythme, il avait des horaires précis parce qu'il était
1049 souvent dans les trains. Du coup le train quand il arrive à 8h15 à la gare, son travail se terminait à
1050 8h15. Moi j'ai pas d'horaires précis. Donc il comprenait pas.
- 1051 Er : Vous êtes au forfait jour ? Vous avez pas les 35h badgées etc. ?
- 1052 M: Non. Moi j'ai pas ça. Et du coup moi je suis en forfait cadre. Je suis...
- 1053 Er : Vous êtes cadre ou assimilé cadre ?
- 1054 M: Je suis cadre.
- 1055 Er : Ok.
- 1056 M: Et du coup quand je dis « oui mais Rémi, j'avais pas le choix il fallait que ce soit terminé parce
1057 que c'est demain la réunion, il fallait que tout soit terminé la veille ». Il me dit « mais pourquoi tu
1058 fais pas ça le lendemain ? », « bah parce que le lendemain c'est trop tard ». Mais parce que lui ne
1059 se rend pas compte. Comme il était roulant, il ne se rend pas compte ! Lui son train démarre à
1060 8h01, il a pas besoin d'être là à 7h55 ! Son travail commence à 8h01. Et il fini à 5h23, le train arrive

- 1061 en gare à 7h23, il a rien, il a même pas de boulot en sortant, son dossier s'arrête à 5h23. Donc on a
1062 arrêté d'en parler parce qu'on était pas en phase. Et puis à la SNCF voilà, ils ont une retraite
1063 spéciale, ils ont des horaires spéciaux, ils ont...
- 1064 Er : Pas le même stress.
- 1065 M: Pas le même stress donc ouais il aurait jamais compris. Il resterait pas cinq minutes ici. Et du
1066 coup j'ai appris à ne pas parler de mon travail à la maison.
- 1067 Er : Même si ça pénétrait votre quotidien dans votre volonté que tout soit parfait quoi.
- 1068 M: Oui et puis Rémi il m'aurait pas dit « bon bah, bon courage ». Il comprend pas, il comprend pas
1069 donc, il cherche pas à comprendre. Il comprend pas qu'on passe 12h au boulot. Il me dit « je ne
1070 comprends pas que ça ne puisse pas se faire le lendemain ». Donc c'est pas la peine que je lui
1071 explique, il comprendra pas donc... il a jamais, il est pas dans le milieu tertiaire en plus donc voilà,
1072 c'est pas la peine. Au moins j'avais un conflit en moins
- 1073 Er : Ok. Et du coup par rapport à votre formation qu'est-ce que vous avez fait ? Votre parcours à la
1074 fois en termes de formation et de parcours professionnel jusqu'à aujourd'hui ?
- 1075 M: Bah à l'école j'ai fait une licence, j'ai fait, j'ai été jusqu'à la licence.
- 1076 Er : Vous avez eu votre bac ?
- 1077 M: Oui.
- 1078 Er : Dans quelle filière ?
- 1079 M: à l'époque on les appelait C ou D je sais plus. Secrétariat, j'ai fait secrétariat et gestion de
1080 secrétariat. Et puis après on a des formations régulières etc. Et puis après on a des plans de
1081 développement dans l'entreprise qui nous développe.
- 1082 Er : Vous êtes arrivée dans l'entreprise Y directement ?
- 1083 M: Non j'ai été dans la métallurgie, dans le secteur métallurgique, je faisais de la gestion et puis
1084 après je suis venue chez l'entreprise Y oui. Depuis 30 ans. Là ça va faire 30 ans l'année prochaine.
- 1085 Er : Et après vous êtes passées dans l'entité X.
- 1086 M: Oui mais c'est dans les 30 ans, je l'ai incluse parce que mon contrat n'a pas eu de rupture.
- 1087 Er : Ok. Et deux dernière questions pour le bilan. Si vous deviez résumer la cinquantaine en trois
1088 mots, vous diriez quoi ?
- 1089 M: Prendre du recul et puis se projeter, essayer de se projeter. C'est l'opportunité les 50 ans, les
1090 55 ans, c'est l'opportunité pour, enfin faut encore qu'on nous le permette dans les entreprises,
1091 mais... pour essayer de concilier travail et vie personnelle.
- 1092 Er : D'accord. Dans une optique peut-être de transition ?
- 1093 M: Ouais.
- 1094 Er : Pas de rupture ?
- 1095 M: Non. A moins que voilà. C'est pas possible d'arrêter. Parce que si on arrête on est pas payé par
1096 la... on n'a pas notre retraite. Du coup on est bien obligé d'aller jusqu'au bout.
- 1097 Er : Mais si vous allez jusqu'au bout, pour vous l'idéal c'est d'avoir vraiment cette transition, que
1098 tout se fasse un peu en douceur.
- 1099 M: C'est ça que ça se fasse en douceur. Et faut qu'on nous le permette dans l'entreprise après.
1100 C'est pas toujours simple. Mais bon c'est l'idéal oui. C'est qu'ils arrêtent de prolonger les années

- 1101 des séniors et puis c'est voilà les dernières... Mais il y des formations chez nous, ici, « un temps
1102 pour soi » hein ?
- 1103 Er : Ah bon ? « Un temps pour soi » ?
- 1104 M: Oui. Un temps pour soi ! Dans le plan de développement, ils mettent une formation qui
1105 s'appelle un temps pour soi. Et c'est « comment appréhender » donc je pense que ça rentre dans
1106 ton dossier, je pense que, on en parle de plus en plus et on le propose à partir de 50 ans.
- 1107 Er : D'accord. C'est intéressant ça.
- 1108 M: Ouais. Prendre un temps pour soi. Alors faudrait que tu regardes le contenu de cette
1109 formation, ça s'appelle formation, si tu tape dans internet « formation un temps pour soi », tu vas
1110 peut-être avoir le contenu des sociétés qui la font et qu'est-ce qu'on propose.
- 1111 Er : C'est pour préparer à la retraite ?
- 1112 M: Pour préparer, alors moi, pour mon développement cette année, j'ai été voir les RH et je lui dis,
1113 Barbara elle me demande de trouver une formation pour mon plan de développement. Bon tu
1114 comprends bien qu'à mon âge c'est pas prétentieux mais, je lui dis moi un plan de développement,
1115 j'ai fait de la com, j'ai fait de la RH, j'ai fait, qu'est-ce que tu veux que je trouve à 55 ans ? On s'est
1116 développé tous les ans, à un moment faut arrêter quoi, je sais plus quelle formation, je les ai
1117 toutes faites les formations ! Et elle me dit « est-ce que t'as fait un temps pour soi ? ». Je dis « je
1118 pense que sincèrement j'en ai pas besoin. ». Je lui dis « parce que pour travailler, j'ai pas besoin...
1119 un temps pour soi c'est... pour moi les formations », parce qu'elle me dit « mais qu'est-ce qu'
1120 t'attends des formations ? », bah que je fasse ma formation, que ça m'apprenne certaines choses
1121 pour que je sois bien dans mon travail le lendemain, que je mette en application et que ça m'aide
1122 dans mon travail. Un temps pour soi ça va pas m'aider dans mon travail. J'ai besoin de choses
1123 pratiques, connaître les process, connaître outlook le mieux possible pour que je trouve toutes les
1124 fonctions qui me fassent aller plus vite et tout. Mais un temps pour soi c'est pas concret. Pour moi
1125 c'est pas de la formation pour mon travail. C'est peut-être comment appréhender... mais c'est pas
1126 du concret pour moi, ça va pas m'aider à travailler plus efficacement.
- 1127 Er : C'est à vous peut-être de construire votre temps pour vous dans votre vie personnelle.
- 1128 M: Exactement Matthieu ! C'est ça. Et ce travail-là je le fais. Je le fais actuellement sur moi, mais
1129 j'ai pas besoin que la société...
- 1130 Er : C'est pas encore une entreprise qui va vous former à.
- 1131 M: C'est ça.
- 1132 Er : Vous imposer...
- 1133 M: C'est ça ! Exactement ! Ça les regarde pas. Pour moi, je lui ai dit « mais j'ai pas besoin que
1134 l'entreprise me paye un formation pour savoir comment je vais être dans... si je dois avoir des
1135 formations c'est pour être plus efficace dans mon travail, dès que j'arrive le lendemain dans mon
1136 travail en me disant « bah tiens j'ai appris ça hier, je vais le mettre en application parce que je vais
1137 gagner 10 minute là-dessus ». C'est ça, donc elle m'a dit « bon bah alors à ce moment-là je peux
1138 pas t'aider, tu les as toutes faites mais... » voilà on a mis des trucs fictifs qui me fichent la paix. Ils
1139 ont bien compris qu'il fallait qu'ils me fiche la paix.
- 1140 Er : C'est quand même, enfin moi ça me pose énormément question, c'est-à-dire que des
1141 entreprises qui vont nous apprendre entre guillemets, enfin rien que le titre, après je sais pas le
1142 contenu, mais que des entreprises nous apprenne à comment prendre du temps pour soi, c'est

- 1143 presque, pas cynique mais je me dis que, bah voilà on vous a absorbé toute votre sève pendant 20
1144 ans et maintenant on vous apprend à revenir à vous quoi.
- 1145 M: C'est pour ça, j'en veux pas ! Je mets un point d'honneur à ne pas accepter celle-là. Ils se
1146 rachètent en se disant, bon bah maintenant on va vous aider à vous retaper et à vous projeter
1147 dans l'avenir. Bientôt on aura plus besoin de vous donc essayez de penser à votre départ pour...
1148 c'est curieux hein ? Regardes ce que c'est, ça s'appelle « un temps pour soi ». Il y a des formations
1149 de deux jours et ils viennent, ils les proposent à partir de 50 ans. J'ai dit à Élisabeth, « non je n'en
1150 veux pas, pour moi ça ne m'aidera pas à travailler, je ne prendrai pas celle-ci ». J'ai pas besoin de la
1151 société je lui ai dis, je lui ai dis hein à la DRH, j'ai pas besoin que la société me paye une formation
1152 pour que je pense à un temps pour moi. Je pense qu'il n'y a que moi qui peux quelque chose à ce
1153 niveau-là. C'est me raisonner en me disant, comme hier la salle de réunion elle y était pas, et bah
1154 je prends un temps pour moi, je ne fais qu'un dossier à la fois, j'ai pas le temps, je ne traite plus
1155 mille dossiers en même temps. C'est terminé, j'en prends un et je leur dis « bah là je peux pas, je
1156 suis sur ce dossier-là, tu reviendras toute à l'heure », j'ai appris ça aussi, je travaille plus, je ne
1157 saute plus di coq à l'âne et tout.
- 1158 Er : Mais il y aurait des formations ou un groupe de parole à l'extérieure ce serait pas la même
1159 chose qu'un formation au sein de l'entreprise ? Par exemple un groupe de parole dans le cadre
1160 d'une association qui nous apprend à prendre du temps pour soi.
- 1161 M: C'est pas pareil. C'est une association, c'est pas la société qui... Alors qu'est-ce que la société...
1162 est-ce qu'ils nous motivent pas parce qu'ils y voient leur intérêt hein, s'ils nous payent cette
1163 formation c'est aussi qu'il y a une intérêt pour eux, c'est pas pour nous dire « bah essayez de
1164 déconnecter un petit peu et puis profitez de vos journées, de vos soirées, partez à 4h ». Je pense
1165 qu'on n'est pas dans ce trip-là, donc s'ils nous la proposent, s'ils nous la payent c'est qu'il y a un
1166 intérêt pour eux. Est-ce qu'ils essaient pas de nous dire... Parce qu'on pourrait être tenté, à partir
1167 de 50 ans et 55 ans, on a notre plan de carrière, notre, de se dire « bah ils sont en train de prendre
1168 trop de recul et du coup ils sont pas suffisamment là comme ils devraient être, ils ont pas l'esprit à
1169 la société, ils ont plutôt à leur départ », donc est-ce qui nous recadrent pas un peu en nous disant,
1170 qu'ils nous mettent dans le droit chemin en nous disant « attention vous êtes quand même là pour
1171 travailler et faut être équilibré et voilà ».
- 1172 Er : En fait pour vous un temps pour soi, c'est dire « bon là vous être au travail, le temps pour soi
1173 c'est pour après ».
- 1174 M: Moi je pense.
- 1175 Er : C'est plutôt pour vous recadrer d'après vous.
- 1176 M: J'ai deux copines qui le font mais elles sont sur le terrain donc il faudrait que je les coince pour
1177 leur demander.
- 1178 Er : Vous avez l'impression que c'est le énième truc pour vous dire « restez productif jusqu'au
1179 bout » quoi.
- 1180 M: C'est ça. C'est ça. C'est ça. Et je pense que c'est une façon détournée de nous dire, bon on
1181 comprend que vous avez cet âge-là, on le comprend, mais vous êtes quand même au travail,
1182 essayez de rester motivés, on vous conseille de... je pense que c'est ça.
- 1183 Er : Ouais. Bah j'irai regardé sur internet.
- 1184 M: Bah moi aussi j'irai ! Ça me donne envie de regarder.
- 1185 Er : Moi j'assisterais même à la formation pour voir (rire).

- 1186 M: (rire) Ah bah je demanderai à une copine si ça t'intéresse. Si elle a quelque chose.
 1187 Généralement on a toujours un bouquin de formation.
- 1188 Er : Oui ça m'intéresse.
- 1189 M: Mmh, je vais demander à Corinne.
- 1190 Er : Merci. Et du coup la santé pour vous est-ce que ça devient un enjeu à 50 ans ? Est-ce que vous
 1191 avez changé de rapport à la santé ?
- 1192 M: Oui j'ai changé de rapport à la société...
- 1193 Er : A la santé.
- 1194 M: Oui à la santé. Oui je fais beaucoup plus attention et j'y pense beaucoup plus. Je me dis que
 1195 c'est important et qu'on en a qu'une et qu'elle est à nous, qu'elle nous appartient, elle appartient
 1196 pas à la société. La société ne peut pas, on ne peut pas tout accepter y compris de se détériorer la
 1197 santé pour le boulot. Elle nous appartient, c'est notre santé. Moi quand j'ai vu la médecine du
 1198 travail, elle m'a dit « vous n'en avez qu'une, c'est la vôtre ». Alors je me suis bloquée le dos parce
 1199 que j'étais trop stressée. Le médecin m'a dit « vous en avez plein le dos ». Et ça a commencé
 1200 comme ça. Les premiers signes c'était que je me suis coincé le dos pour la première fois chez
 1201 l'entité X. Il m'a dit « vous en avez plein le dos ».
- 1202 Er : Mmh. Et qu'est-ce que ça permet d'être en bonne santé ? Qu'est-ce que c'est « être en bonne
 1203 santé » à 50 ans ?
- 1204 M: Qu'est-ce que c'est ? Bah pour moi c'est avoir l'esprit dégagé, avoir l'esprit libre, avoir un paix
 1205 d'esprit. C'est pas pouvoir sauter, de faire du vélo pendant 100 km et tout, c'est pas tellement
 1206 physique, c'est avoir l'esprit tranquille. Venir travailler l'esprit tranquille et partir du travail en
 1207 ayant pas la peur au ventre qu'on ait oublié de faire un truc, se réveiller en pleine nuit en se disant
 1208 « j'ai pas fait ça » et on n'en dort pas de la nuit. C'est ça, c'est faire sa journée, c'est donnant
 1209 donnant, j'estime qu'on est payé donc on se doit de travailler par rapport aux objectifs qu'on se
 1210 met et à notre salaire donc c'est donnant donnant. Moi je suis pas du tout dans l'esprit d'obtenir
 1211 des choses, je suis payée donc ça mérite que je travaille, moi je le conçois comme ça. Je suis
 1212 payée, donc je me dois de travailler, je me dois d'être dans l'entreprise, de... Tu vois ce que je veux
 1213 dire ?
- 1214 Er : Bien sûr.
- 1215 M: Voilà. Donc c'est donnant donnant, on me paye, je viens mais pas à n'importe quel prix. Et à 50
 1216 ans on, ça devient plus concret pas à n'importe quel prix. Pas au prix de sa santé par exemple.
- 1217 Er : C'est pas dans le contrat ça.
- 1218 M: C'est pas dans le contrat. Exactement Matthieu, c'est vraiment, c'est super intéressant ce que
 1219 tu dis. C'est pas dans le contrat. Et la médecine du travail elle m'a dit « votre santé elle vous
 1220 appartient, c'est à vous de décider quand est-ce que vous mettez stop. C'est à vous. C'est à vous,
 1221 quand on vous parle mal, c'est à vous de dire, je m'en vais du bureau, je reviendrai quand tu seras
 1222 calmé. ». Et ça, quand on est trop, avant je n'aurais jamais été capable de le faire. Maintenant je
 1223 suis capable de le faire. Et je me suis vue dire à quelqu'un, « tu n'es pas en condition de parler
 1224 maintenant, quand tu seras prêt, on en discutera ». Je lui ai pas dit qu'il était énervé, je lui dis je
 1225 trouve, notre discussion n'aboutira à rien, quand tu seras plus prêt on en discute. Il y a des façon
 1226 de l'amener mais c'est vrai que la médecine du travail, le psychologue et tout nous aide à... le
 1227 psychologue aussi, moi j'ai pas été trop... le psychologue j'ai pas un bon souvenir. C'est pas lui qui
 1228 m'aura aidé.

- 1229 Er : le psychologue de la médecine du travail ?
- 1230 M: Non j'ai vu un psychologue, mon médecin qui m'a prescrit. C'est un, je suis pas très
1231 psychologue et j'ai pas aimé. Il m'a pas aidé en tout cas.
- 1232 Er : D'accord. Alors que la médecine du travail vous a aidé ?
- 1233 M: La médecine du travail elle m'a dit « votre santé elle vous appartient et c'est à vous de dire
1234 stop, c'est à vous de dire « non ce soir j'ai quelque chose, je m'en vais, j'ai un dîner, j'ai des amis
1235 qui viennent dîner » ». J'aurais jamais osé le dire. Quitte à ce que je demande à mon mari « tu
1236 peux lancer le repas, j'arrive, prenez l'apéritif », voilà maintenant je dis « non non je peux pas ».
- 1237 Er : Et pourquoi le psychologue vous a moins aidé que la médecine du travail ?
- 1238 M: Alors moi j'avais jamais vu de psychologue avant mon burn out. Je pensais que j'allais tomber
1239 sur quelqu'un qui allait me faire découvrir quelque chose. En fait, je parlais de rien et je me suis
1240 trompée sur la façon dont il traite, dont il amène les choses. J'avais des rendez-vous, il me posait
1241 des questions, il me faisait réfléchir sur des choses, il me posait des questions, je trouvais des
1242 réponses, donc ça me faisait, ça m'aidait peut-être... Plusieurs fois, j'ai eu plusieurs séances et
1243 donc, c'était une heure, donc on a arrêté au bout d'une heure, et puis un jour je lui dis « bon, bah
1244 là ça fait plusieurs séances qu'on se voit, donc j'aimerais bien avoir votre point de vue, l'idée que
1245 vous vous faites de moi ». Il me dit « ah non c'est pas comme ça que je travaille. », il me dit « moi
1246 je vous pose des questions, vous trouvez les réponses ». Et ? Et puis rien. Et je lui dis « mais
1247 j'apporte les réponses mais... », j'étais déçue parce que je pensais qu'il allait me dire « donc bon,
1248 dans votre situation voilà où vous en êtes, je vous conseille de faire ci ». En fait, comment
1249 t'expliquer ?
- 1250 Er : oui il y a une écoute mais il n'y a pas de concret.
- 1251 M: Oui, pour moi il m'a rien apporté. Alors il me posait des questions et un jour il me dit « ça
1252 va ? », je lui dis « oui ça va ». Il me dit « non je recommence tout. Ça va ? », bah je dis « oui ça
1253 va ». Il me fait « non je recommence tout » et puis j'en ai eu ras le bol et je fais « non non ça va
1254 pas » pour qu'il arrête. Il me dit « mais qu'est-ce qui va pas ? ». Alors du coup il a fallu que je
1255 trouve un truc puisque je dis « bah il y a rien qui va pas ». J'étais arrêtée, je menais la belle vie
1256 chez moi, alors il a fallu que je trouve quelque chose pour qu'il arrête de m'embêter et je me suis
1257 dis « j'ai pas besoin d'un psychologue en fait ». Il m'a rien apporté. C'est surtout que, alors après
1258 c'est normal que je me fâche de temps en temps avec Clémence et tout. Alors il me dit « mais
1259 qu'est-ce qui va pas ? », oh bah il a fallu que je trouve quelque chose. Je dis « bah je me suis
1260 fâchée avec Clémence cette semaine parce que voilà », « Ah oui », mais il me dit « faut lâcher
1261 prise aussi, moi aussi avec mes enfants, je vais vous raconter ce qu'il s'est passé avec mes
1262 enfants », mais moi je le paye pas pour qu'il me parle de ses enfants ! Et du coup bah je me suis
1263 dit, là encore c'est encore un... un truc à fric. Je le payais 80 euros la séance, non remboursé par la
1264 sécurité sociale, il me parle de ses enfants, mais je me dis mais. « Vous voulez un café ? », moi au
1265 début je disais oui, il mettait trois plombs à aller chercher un café là-haut et il redescendait avec
1266 deux cafés mais, non j'ai pas aimé. Alors il paraît qu'il est très bon. Elle m'a dit « je vous conseille
1267 celui-là parce que c'est un excellent » mais moi ça m'a rien apporté du tout. Et honnêtement j'ai
1268 une copine qui m'a dit, « tiens je sais que t'as vu un psychologue, qu'est-ce que t'en penses ? », je
1269 dis « moi il m'a rien apporté ». Donc c'est peut-être pas forcément un psychologue, parfois il faut
1270 se poser les bonnes questions soi-même. On n'a pas forcément besoin d'un psychologue. Et moi ce
1271 qui m'a apporté beaucoup, bon je savais d'où venait mon problème, M. F, on ne se supportait pas.
1272 J'avais trop de travail, j'avais trop avec des impératif, des dates, j'avais tous les jours une urgence,
1273 tous les jours mais 10 urgences par jour et bah ça a fini par m'esquinter et d'ailleurs c'est Nathalie
1274 qui a mis le point là-dessus. Et puis j'ai su que quand il allait pas revenir, ça m'a reconstruit. Mais

- 1275 c'est pas le psychologue, le psychologue il m'a aidée en rien. Et honnêtement, ma fille me dirais
1276 faut que j'aïlle voir un psychologue, j'irais bon bah à une séance ou deux mais pas plus.
- 1277 Er : Parce que le problème venait pas de vous tout simplement. Le problème venait de
1278 l'environnement extérieur. Donc il n'y a pas de solution à trouver en vous-même à partir du
1279 moment où c'est un problème de personne et de travail.
- 1280 M: Moi quand j'ai su que j'allais revenir, bah ça m'a vachement aidé. D'abord j'ai dit au médecin,
1281 M. F va partir, il est malade, il change de poste, c'est sûr que je reviens plus sereine. Et du coup ça
1282 m'a aidé hein ? Donc...
- 1283 Er : D'accord. Et donc la santé pour vous à 50 ans, c'est la sérénité.
- 1284 M: Oui. Oui c'est clair Matthieu.
- 1285 Er : Ok. Bah écoutez, est-ce que vous avez des choses à ajouter par rapport à tout ce qu'on s'est
1286 dit, voilà que ce soit sur la santé, sur la cinquantaine, sur des choses que je n'aurais pas abordées ?
- 1287 M: En fait je voudrais juste amener une précision. Dernièrement j'ai vu un film. La fille elle avait
1288 fait un burn out et quelqu'un lui dit : « c'est quoi un burn out ? » Et elle lui dit c'est une charge de
1289 travail considérable sans aucune reconnaissance. Et moi j'avais pas, moi sans reconnaissance,
1290 c'est, le manque de reconnaissance m'a amené à faire un burn out elle expliquait. Et c'est vrai que
1291 pour moi c'était la charge. Mais c'est pas forcément que la charge, si ça t'intéresse dans le cadre
1292 de ton rapport.
- 1293 Er : Bien sûr.
- 1294 M: Et j'ai trouvé super intéressant, je l'ai trouvé dans un film, c'était une série et je regarde jamais
1295 de séries, je suis tombé là-dessus. Parce que la fille elle disait, j'ai entendu burn out. Et je me suis
1296 dit « tiens ça va m'intéresser parce que j'en ai fait un ». Moi je pense que je me suis arrêtée avant
1297 le burn out. Je pense que, j'ai vu des témoignages où des profs disaient « bah je me suis retrouvé
1298 devant un tableau et je savais pas qu'est-ce que je faisais là, je savais pas comment s'appelaient
1299 mes élèves et tout » moi ça m'est jamais arrivé ça. J'en ai joué un petit peu pour qu'on me laisse
1300 tranquille pendant 9 mois ici, mais ça ne m'est pas arrivé. Moi je savais où je venais le matin, je
1301 savais comment elles s'appelaient mes collègues. Mais, donc je pense que je me suis arrêtée avant
1302 le burn out. Donc bon, avec le médecin, voilà, on a convenu que c'était un burn out pour qu'ils me
1303 fiche la paix ici pendant quelques mois.
- 1304 Er : Ce serait un épuisement professionnel plutôt.
- 1305 M: C'est ça. Exactement. Exactement. Je pense que c'était un épuisement, mais je le sens encore.
1306 Pour moi je suis encore épuisée professionnellement. Quand j'ai deux urgences en même temps je
1307 le vis mal, quand j'entends trop de bruit dans le bureau et que je dois être concentrée je le vis très
1308 très mal, j'ai envie de mettre tout le monde dehors. Je pense que je suis épuisée, ça je pense que
1309 je l'ai encore cette fatigue. Je pense que je l'aurai tout le temps. Mais du coup je l'ai aussi chez moi
1310 et c'est ça où j'en veux à l'entreprise, c'est que du coup cette fatigue, je la subis aussi chez moi.
1311 C'est que je supporte pas dès qu'il y a d'autres trucs, dès qu'il y a un truc mal organisé, je le vis pas
1312 bien, voilà. Je pense que cette fatigue je l'aurai à vie. Et du coup ça implique aussi ma vie de tous
1313 les jours chez moi.
- 1314 Er : Ouais. C'est plus qu'une lassitude en fait. Vous avez dépassé une sorte de seuil critique, vous
1315 arrivez plus à tolérer quoi.
- 1316 M: C'est ça. Oui je suis allée trop loin et j'ai l'impression, en tout cas les 9 mois où je suis restée à
1317 la maison ne m'ont pas suffi à redevenir normale. Pour moi je suis pas normale là.

- 1318 Er : Vous êtes encore en équilibre.
- 1319 M: Oui oui, mais je sais pas si je redeviendrai normale. Souvent j'y pense. Je me dis « est-ce que je
1320 vais redevenir... ». Je pense non. Quand on me parle trop vite, on me donne une recommandation
1321 et qu'on me le dit trop vite, je dis « oui oui », « C'est bon ? », « Oui oui c'est bon », mais il y a rien
1322 de bon, je me dis « qu'est-ce qu'elle m'a dit ? ». Je me remets dans mon bureau en me disant bon,
1323 « faut que je remette tout à plat pour que je paraisse normale », j'essaie de paraître normale. Et
1324 c'est ça qui est aussi dangereux, ils se disent « bon bah, elle est guérie », alors qu'en fait on n'est
1325 pas du tout guéri. On reprend, on n'est pas guéri hein.
- 1326 Er : Mmh. Et ça se fera que sur le temps long.
- 1327 M: C'est pour ça qu'il faut pas retomber dans l'excès d'avant.
- 1328 Er : Faut mettre ses limites tout de suite.
- 1329 M: C'est ça. Mais le film disait « le manque de reconnaissance m'a conduit au burn out ». C'est
1330 possible aussi. Quand on considère que t'es rien, que quoi que tu fasses c'est normal, c'est dans
1331 tes fonctions, et sans aucune augmentation et sans aucun merci, je pense qu'on en arrive-là aussi.
- 1332 Er : La reconnaissance elle est d'une part financière mais dans la relation humaine, comment elle
1333 s'exprime ?
- 1334 M: Bah, en nous incluant dans les équipes, en nous disant merci, en nous disant « bah merci c'est
1335 génial. Merci pour ton travail. ». Enfin c'est pas que financier c'est les deux qui sont importants.
- 1336 Er : Vous avez eu l'impression d'avoir été traitée avec un manque d'humanité ?
- 1337 M: Oui et puis complètement ignorée. Il nous a complètement ignoré M. F., ignoré quand il le
1338 voulait et pas quand il le voulait pas.
- 1339 Er : Vous êtes un peu les invisibles qui font le sale boulot.
- 1340 M: C'est ça.
- 1341 Er : C'est votre patron ou les gens en général ?
- 1342 M: Non mon patron, c'était l'ancien patron.
- 1343 Er : Mmh.
- 1344 M: Mais c'est intéressant, la fille elle a dit « le manque de reconnaissance m'a conduit au burn
1345 out ». Et moi je voyais pas les choses comme ça, moi c'était la fatigue, la charge. Mais
1346 effectivement, quand j'ai entendu ça, je me suis dit « mais elle a raison, c'est aussi un manque de
1347 reconnaissance qui fait que, en fait, quoi qu'on fasse, tout est normal » et t'as jamais, tous les
1348 autres ils ont des awards, alors c'est 300, 500, 700, 1000 euros mais toi t'en a jamais quoi que tu
1349 fasses. Quand du fais, il y a des fois M. F., il m'a demandé, par exemple à Noël, il fallait venir
1350 travailler, il fallait une permanence. Tous ceux qui sont venus ils avaient droit à un award. Donc il
1351 fallait une assistante, donc je me suis proposée parce que les autres elles avaient des enfants en
1352 bas âge et pour Noël elles partaient, moi je faisais rien, Noël chez moi c'est pas comme chez tout
1353 le monde. Donc et puis Clémence était pas là surtout. Donc, j'ai proposé de venir, je me suis
1354 proposée et il propose de donner un award, il me dit « Marine faut que tu lances un award à tous
1355 ceux qui sont venus ». Volontairement je dis, « c'est qui tous ceux qui sont venus ? ». Il m'a dit Tac
1356 tac tac tac, il m'a pas mis dedans. Et je lui dis « Et moi ? ». Il me fait « Oh oui toi bien sûr. » Mais il
1357 y avait jamais, on était tout le temps en dehors de tout.
- 1358 Er : Jamais on vous a donné l'impression que vous aussi vous participiez à la réussite de
1359 l'entreprise ?

- 1360 M: Non jamais.
- 1361 Er : Et ça c'est hyper important quand on travail.
- 1362 M: Oui c'est important.
- 1363 Er : C'est pas que gagner sa vie.
- 1364 M: C'est pas que gagner sa vie.
- 1365 Er : C'est aussi être reconnu par les autres, être inclus dans une société, on appelle ça une
1366 « société », et c'est ça aussi qui peut créer le burn out. Le burn out c'est aussi un manque de sens.
- 1367 M: Ouais.
- 1368 Er : Au-delà d'une charge qui épuise physiquement et psychologiquement, c'est un manque de
1369 sens.
- 1370 M: Oui oui. Et c'est marrant, parce que j'ai été arrêtée 9 mois où je me suis interrogée et j'y ai pas
1371 pensé. Il a fallu que j'entende les propos de cette fille dans un film pour me dire « mais elle a
1372 raison ! C'est aussi le manque de reconnaissance ! ». Je suis tombée des nues. Pour moi c'était
1373 trop de travail. Mais non c'est pas que trop de travail.
- 1374 Er : Et là il y a eu un changement d'attitude ?
- 1375 M: Oui il y a eu un changement d'attitude. Barbara en est consciente.
- 1376 Er : Et ça vous aide ?
- 1377 M: ça aide, parce qu'on a plus envie de s'investir. Pas trop parce qu'il faut pas retomber dans le
1378 système où...parce qu'elle va te dire « bah oui mais moi je t'ai pas demandé Marine. C'est toi qui a
1379 voulu faire au-delà ». Donc il faut pas aller trop au-delà, c'est vraiment important Matthieu. Il faut
1380 pas aller trop au-delà. Mais moi mais tout le monde me dit « mais tu t'investis à 200 % ». Il faut
1381 pas trop. Parce qu'après ils vont te dire « Mais nous mais on t'a rien demandé. C'est toi qui a voulu
1382 faire ça, c'est toi qui a voulu aller au-delà ».
- 1383 Er : Si vous êtes allée au-delà c'est peut-être parce que vous attendiez cette reconnaissance ?
- 1384 M: Mmh.
- 1385 Er : Et ce besoin de reconnaissance au niveau professionnel, ça prenait racine dans votre histoire
1386 personnelle ? Parce que l'autre enquêtée que j'ai eu, qui a fait un burn out, il y a avait aussi ce
1387 besoin de reconnaissance qui...
- 1388 M: Ils auraient pu se dire, « elle anticipe plein de choses donc on lui montre », parce que moi
1389 j'aurais pu lui dire « oui mais attendez, vous dites toujours qu'il faut qu'on aille dans
1390 l'empowerment, vous dites toujours qu'il faut qu'on anticipe, vous avez quelqu'un qui connaît son
1391 boulot, qui anticipe les demandes, vous me le demandez pas, au moment où vous me le
1392 demandez c'est déjà fait, enfin c'est top pour l'entreprise » et puis la DRH un jour m'a dit « Marine
1393 méfies-toi », parce que l'entreprise ne te récompensera jamais par rapport à tes efforts, donc
1394 ménages-toi. Un jour quelqu'un de la RH m'a dit ça. « Méfies-toi, ménages-toi, l'entreprise ne te
1395 récompensera jamais par rapport à ce que tu feras ». Donc ça sous-entendait « N'en fais pas trop
1396 parce que tu va être déçue à un moment ».
- 1397 Er : Et pourquoi... enfin, la reconnaissance c'est aussi l'attestation de la part de l'autre qu'on a de
1398 la valeur.
- 1399 M: Oui mais les tâches de secrétariat elles sont méprisées. Quoi qu'ils disent, elles sont méprisées
1400 dans l'entreprise. Un cadre il sera beaucoup, enfin je suis cadre mais je suis assistante, un cadre,

1401 un chef de produit, il sera beaucoup plus valorisé, on va penser à lui parce qu'il est venu à Noël, on
 1402 va lui donner, la preuve, je lui ai dit volontairement « C'est qui ? A qui je donne des awards » et
 1403 bah il m'a donné toute l'équipe sauf moi.

1404 Er : Il y a peut-être certains métiers qui sont moins exposés au burn out ?

1405 M: Oui. Parce qu'ils ont cette reconnaissance. Ils ont la charge, mais ils ont la reconnaissance qui
 1406 va avec. Et au niveau verbal et au niveau financier.

1407 Er : Et vous en aviez de la reconnaissance à côté, dans votre vie personnelle etc. ?

1408 M: Oui heureusement que j'avais ma vie personnelle parce que sinon... Les gens qui n'ont rien, qui
 1409 n'ont que... C'est dramatique. Oui oui, moi je faisais la part des choses, j'essayais de faire la part
 1410 des choses une fois que j'étais à la maison. Mais ce qui était difficile c'était que... en fait ça allait
 1411 tellement mal au boulot qu'en fait ça débordait sur le week-end, je prenais pas plaisir à être en
 1412 week-end, je prenais pas plaisir à voir mes amis, mes amis m'envoyaient des messages, j'avais pas
 1413 le temps de leur répondre, donc je les perdais de vue, je perdais tout le monde de vue. Ma voisine
 1414 elle me demande, j'ai fait des travaux chez moi, elle voit le plombier avec écrit « plomberie » et
 1415 tout. Elle me dit « Marine est-ce que vous êtes contente de votre plombier ? », je lui dis « oui je
 1416 suis contente », « est-ce que vous pouvez me donner le numéro ? », je lui dis « oui je vous
 1417 l'envoie ». Et puis un mois, deux mois, trois mois, elle me relançait et un jour je me suis cachée, j'ai
 1418 dit à Rémi « mais caches-moi Rémi, il y a Marie qui va encore me demander le numéro du
 1419 plombier » et Rémi me dit « mais pourquoi tu lui donnes pas le numéro du plombier ? Ça fait trois
 1420 mois qu'elle te le demande ». Et je me mets à pleurer, je lui dis « parce que j'en ai marre ! Mais
 1421 pourquoi elle s'adresse à moi ? C'est toujours à moi ! Mais qu'ils s'adressent à quelqu'un d'autre
 1422 mais qu'elle le prenne sur le camion ! », mais tout me débordait ! Tout était une source d'angoisse
 1423 supplémentaire, j'avais tellement de demandes du boulot que dés que, je faisais, c'est dingue, je
 1424 faisais ce qu'il fallait pour le travail, mais à fond, à 200 %, mais j'étais vidée et j'étais incapable de
 1425 rien faire. Je ne faisais plus rien pour ma vie perso, tu vois ce que je veux dire ? C'est... Après je me
 1426 disais c'est perso c'est pas grave, oh c'est pas le boulot oh bah c'est pas grave, ça attendra, oh bah
 1427 je répondrai pas, il me relancera. Mais c'est...

1428 Er : Et ça on arrive à se l'expliquer avec du recul ? De comment on en arrive entre guillemets là, à
 1429 se dire « tout ce qui relève de ma vie perso, bah c'est pas grave » et de tout donner face à des
 1430 gens qui ne délivrent en plus aucune reconnaissance ?

1431 M: Ouais, ouais c'est ça. Oh c'est bien ça. Vraiment.

1432 Er : Comment est-ce qu'on explique ça ?

1433 M: On est dans un engrenage où il faut faire et que si on fait pas... il était odieux hein, M. F., il était
 1434 odieux. Mais si je faisais pas, en faisant bien hein, je peux te dire Matthieu que mes dossiers ils
 1435 sont tirés à quatre épingles, je ne me trompais jamais. Imagine si je faisais pas bien. Imagine. Il
 1436 était odieux en faisant bien. Imagine si je faisais pas bien. Donc tu te dois de faire bien, d'anticiper,
 1437 de... et t'es dans cet engrenage, tu te dis j'ai la paix grâce à ça, et tu te dis bah faut que je
 1438 fonctionne comme ça pour avoir la paix. Et tu demande plus rien, tu demandes pas une
 1439 augmentation parce que t'as peur qu'il te dise « bah si t'as une augmentation, bah je vais te
 1440 remettre un dossier en plus, donc tu demandes pas d'augmentation », donc ça l'arrange que tu
 1441 n'en demande pas. Donc t'as plus de reconnaissance.

1442 Er : En fait vous avez été totalement absorbée par...

1443 M: Complètement.

1444 Er : Vidée de vous-même.

- 1445 M: Vidée. J'ai tout donné. A un moment je ne pouvais plus rien, je ne pouvais pas lui donner plus.
1446 Ou alors je restais la nuit ici et... ouais c'est dingue. Faut vraiment...
- 1447 Er : Ouais. Et aujourd'hui là voilà, c'est... vous êtes plus, vous avez changé de patron etc. mais vous
1448 plus du tout prête à tout sacrifier comme ça. Faut vraiment prendre du temps pour vous etc.
- 1449 M: Ouais, faut se rééduquer, faut vraiment se rééduquer, se dire qu'ils en valent pas la peine,
1450 quelque soit la société, ça n'en vaut pas la peine.
- 1451 Er : Et vous avez envie entre guillemet de rattraper le temps perdu ?
- 1452 M: Oui. Ah oui oui c'est vraiment important.
- 1453 Er : Et ça passerait par quoi rattraper le temps perdu ?
- 1454 M: Bah c'est plus de temps avec sa famille, décider de faire des choses qu'on ne faisait pas avant.
1455 J'en sais rien... Il y a des choses qui sont moins importantes et donc profiter, j'ai négliger Clémence
1456 et Rémi, ben faire autrement, décider de faire d'autres choses avec eux, de... plus d'écoute, plus
1457 de temps, quitte à ce que je fasse pas quelque chose pour moi mais voilà leur accorder plus de
1458 temps, plus d'attention.
- 1459 Er : D'accord. Et vous avez des projets aussi ? Vous faites des projets peut-être ? Avec votre mari
1460 ou je sais pas ?
- 1461 M: Bah oui, oui des projets de vacances, on se projette pas à long terme mais enfin c'est la vie
1462 courante quoi.
- 1463 Er : Ok. Donc moi ce que je retiens de cet entretien c'est vraiment ouais le travail, c'est ce qui a été
1464 un peu le, vraiment le centre de votre vie et le moment de tension aigu arrivé à la cinquantaine. Et
1465 aujourd'hui vous aspirer à plus de sérénité, à prendre beaucoup plus de temps pour vous, mais en
1466 tout cas la problématique du vieillissement, du vieillissement du corps, après je sais pas, j'ai peut-
1467 être pas assez axé mes questions là-dessus mais j'ai pas senti que c'était une véritable
1468 problématique pour vous.
- 1469 M : Non.
- 1470 Er : Voilà.
- 1471 M: C'est surtout l'esprit. C'est surtout être bien dans sa tête. Rentrer le soir reposée, c'est ça qui
1472 est important. C'est de se dire, j'arrive en état de passer à une deuxième journée le soir. Ça c'est
1473 vraiment important. Je suis en état, le vendredi soir j'arrête mon boulot, je vais passer un week-
1474 end tranquille, je vais penser à autre chose que faire mon travail, vraiment c'est ça l'équilibre.
1475 C'est vraiment, quand on rentre le soir, si on rentre le soir et qu'on n'est pas tranquille et qu'on a
1476 le nœud, on a un nœud à l'estomac parce qu'il y a un truc qui est pas fait et ben c'est qu'il y a un
1477 mauvais équilibre. Alors ça peut arriver de temps en temps mais faut vraiment trouver un
1478 équilibre pour vivre les choses bien et à long terme.
- 1479 Er : Mmh. Et vous diriez qu'à 50 ans vous avez changé de regard...enfin 50 ans c'est un âge peut-
1480 être où l'on a de l'expérience et du coup on a appris de ses expériences, on sait ce qu'on veut, on
1481 ne veut peut plus perdre du temps, on sait où est notre équilibre ?
- 1482 M: Oui c'est ça.
- 1483 Er : 50 ans, si l'on devait se définir, c'est « j'ai de l'expérience et je sais ce que je veux, j'ai appris de
1484 mes expériences ».
- 1485 M: C'est ce que j'allais dire, on a appris de nos expériences et on fait autrement, on essaye de faire
1486 autrement pour mieux vivre les choses.

Annexes

- 1487 Er : Et 50 ans pour vous, c'est un âge où tout est encore possible ?
- 1488 M: Oui. Complètement.
- 1489 Er : Ok. Ecoutez je sais pas si vous avez d'autres choses à rajouter par rapport à cet entretien ?
- 1490 M: Non mais si j'ai je t'appelle.
- 1491 Er : Ok d'accord. Bah pour moi c'est parfait.

Entretien n°9/10 – Terri	
<i>« Je ne suis plus une femme. Je n'ai plus d'emploi, donc je ne suis plus gardienne, donc je ne connais plus personne dans la résidence, donc ça ça me fait beaucoup de mal parce qu'avant je connaissais tout le monde. Maintenant je connais plus personne. Et en fait le seul truc qu'il me reste, c'est d'être mamie. C'est la seule chose qu'il me reste et qui m'apporte. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Femme, en situation d'invalidité, 52 ans, sans diplôme, mariée (à Jean-Marc), deux enfants, a été atteinte d'un cancer colorectal à l'âge de 45 ans, le traitement a donné lieu à des complications et des séquelles irréversibles qui expliquent son invalidité aujourd'hui.
Date de l'entretien	27 mai 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	Bailly
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	78 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai rencontré Terri par une chaîne d'interconnaissances, ce qui fait que nous étions deux parfaits inconnus l'un pour l'autre. J'ai dû faire un travail de mise en confiance et faire preuve de beaucoup de prudence au début de l'entretien, afin de voir quelles questions je pouvais poser ou non sans craindre de générer un malaise. Je me suis également aperçu de son faible niveau d'instruction à travers son niveau de langage et j'ai par conséquent essayé d'adapter au mieux mes questions dans leurs formulations et de lui laisser un maximum d'initiative dans les thèmes à aborder. L'entretien s'est déroulé simultanément avec son mari, ce qui n'était pas prévu. Un peu déstabilisé et n'intégrant que très ponctuellement son mari dans mes questions, j'ai vu que ce dernier m'interpellait, répondait aussi et j'ai compris que l'expérience traumatisante de sa femme avait été aussi pour lui un traumatisme et une épreuve majeure. J'ai donc décidé de l'intégrer véritablement dans l'entretien et finalement de le considérer comme un enquêté à part entière en lui posant des questions sur lui. J'ai compris qu'interroger l'un n'avait pas de sens sans la présence de l'autre dans ils ont vécu avec la même intensité le cancer, l'un en position de malade, l'autre en position d'aidant. L'entretien se serait parfaitement déroulé, si nous n'avions pas été interrompu par l'arrivée de la fille et de son amie, perturbées par ma présence et décidées à investir les lieux. En outre, les enquêtés ont dû couper court à notre entretien pour des obligations externes, bien que je leur eusse précisé de réserver un créneau d'environ deux heures. Une perruche faisait également beaucoup de bruit, ce qui était vraiment gênant pour la concentration. J'ai tout de même pu récolter des informations extrêmement précieuses à mon sens et j'ai l'impression que tous les désagréments externes n'ont perturbé que moi. Ils n'ont pas nui à la qualité des réponses des enquêtés.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	A l'âge de 45 ans, Terri a appris qu'elle était atteinte d'un cancer colorectal (sans métastase). C'est « une pub à la télé » qui l'avait poussé à aller se faire dépister. Sa maladie a bouleversé sa vie puisque le traitement par radiothérapie lui a causé une fistule recto-vaginale, la rendant incontinente à

Annexes

	100 % et la contraignant à abandonner son travail de gardienne de résidence. Aujourd'hui âgée de 52 ans, elle affirme n' « être plus rien » excepté « mamie » de trois petits-enfants. Sa prise en charge médicale a été un véritable parcours du combattant. Une fois sortie des protocoles de prise en charge du cancer, elle affirme avoir été livrée à elle-même, courant de spécialistes en spécialistes, sans obtenir la moindre considération pour sa personne. Il a fallu qu'elle se batte pour faire reconnaître son invalidité auprès de la Sécurité sociale et toucher ses indemnités. Elle a l'impression d'avoir été traité comme un numéro, un cobaye et s'est sentie profondément rabaissée. Son mari, la psychologue, ses petits-enfants et la religion lui permettent de trouver du sens dans un monde agressif et violent.
Enquêteur	Matthieu Pace

Entretien n°10/10 – Jean-Marc	
<i>« Ils ont voulu la faire retravailler. Mais moi je leur ai dit qu'elle ne pourrait pas. Donc même la médecine du travail, il en avait rien à cirer, ils voulaient absolument la faire travailler. A chaque fois que j'y suis allé, je leur ai expliqué qu'elle pouvait pas. La médecine du travail, le docteur elle me fait « vous savez monsieur... », je pense qu'elle devait se dire « c'est lui qui veut qu'elle touche une pension », je l'ai compris comme ça et je pense que c'est ce qu'elle devait penser. »</i>	
Description signalétique de l'enquêté :	Homme, gardien de résidence, 52 ans, BEP mécanicien, marié, deux enfants, des douleurs importantes liés à un travail physique et usant, une femme en rémission d'un cancer et invalide depuis 7 ans.
Date de l'entretien	27 mai 2017
Lieu de l'entretien	A domicile
Ville	Bailly
Mode de recrutement	Recrutement par interconnaissance
Type de passation	En face à face in situ
Durée de l'entretien	78 minutes
Conditions de l'entretien	J'ai rencontré Jean-Marc par hasard. J'avais demandé à sa femme Terri un entretien. Femme que je rencontrais elle-même pour la première fois le jour de notre entrevue. Une chaîne d'interconnaissances éloignées m'avait mis en relation avec elle en raison de son profil atypique : un cancer avec complication. Jean-Marc est devenu un enquêté à part entière lorsque j'ai vu l'intérêt qu'il portait à l'entretien que j'effectuais avec sa femme. Il était assis à la table avec nous dans son salon et répondait aussi à mes questions, notamment à propos du cancer de sa femme. C'est que la maladie de Terri l'a affecté autant que cette dernière. <i>« Et par contre le plus touché ça a été mon mari. Lui ça l'a carrément assommé quoi, ça lui a mis un coup de massue. » (l. 95-97).</i> J'ai donc trouvé intéressant d'avoir son point de vue de proche de malade et d'aidant et j'ai fini à m'intéresser spécifiquement à lui dans son individualité. Je l'ai malgré tout senti plus ouvert dans la formulation de son ressenti par rapport au cancer de sa femme et plus en retenue quand je lui posais des questions directement liées à son histoire personnelle. Cette autre forme d'entretien, à la manière d'un focus groupe a été enrichissant, puisque les enquêtés se sont écoutés l'un l'autre sans trop vouloir « parler à la place de... » (une attitude que j'ai néanmoins quelque

Annexes

	peu perçue chez le mari). J'ai pu en tout cas avoir une idée de la relation qui s'est tissée entre deux individus dans l'épreuve de la maladie, et pu constater par moi-même dans quel sens elle avait été un support existentiel pour que chacun puisse continuer à vivre.
Type de Retranscription	Intégrale
Nature de l'entretien	Entretien semi-directif
Résumé de l'entretien	Jean-Marc est le mari de Terri. Son passage à la cinquantaine a été profondément marqué par le cancer de sa femme, qu'il a dû accompagner dans le chaos administratif du système de santé. D'après lui, il est impossible pour un malade de faire front seule face au système, à côté des traitements lourds et abrutissants qui lui sont assignés. Comme Terri, Jean-Marc est gardien de résidence. Son travail est physiquement « usant » et il en mesure aujourd'hui les conséquences, à 52 ans : hernie discale, arthrose, sciatique etc. Pour soulager ses douleurs, il essaie en première intention de se tourner vers les médecines douces (ostéopathie et étioopathie) dont l'approche lui paraît plus à même de prendre en compte l'individu. Cette position est à relier avec l'expérience chaotique qu'il a connu au sein du système de santé actuel via les complications du cancer de sa femme.
Enquêteur	Matthieu Pace

Annexes

- 1 Er : Voilà, juste pour l'exercice je vais commencer par vous rappeler que cet entretien va être
2 entièrement enregistré et entièrement retranscrit, est-ce que vous êtes d'accord ?
- 3 T : Oui, oui pas de souci.
- 4 Er : Parfait. Alors du coup je vous rappelle que mon mémoire porte sur les 45-60 ans et la santé. Le
5 but c'est d'essayer de comprendre quel rapport ce groupe d'âge entretient avec sa santé et la
6 santé en générale et qu'est-ce que le passage à la cinquantaine a changé dans l'existence des
7 individus. Donc voilà, ma première question portera là-dessus. Est-ce qu'il y a quelque chose qui a
8 changé dans votre vie à partir du moment où vous avez eu 50 ans ?
- 9 T : Il y a quelque chose qui a changé dans ma vie c'est à partir de 45 ans, j'ai eu un cancer. Et
10 depuis, et le cancer avec beaucoup d'aléas, et puis depuis je ne travaille plus. Donc ça fait 7 ans
11 maintenant que je ne travaille plus et puis aujourd'hui j'ai 52 ans et ben en fait je suis toujours
12 fatiguée, j'ai en fait, j'ai une fatigue chronique tout le temps et je fais plus grand-chose en fait.
- 13 Er : D'accord. C'est lié à votre maladie ?
- 14 T : Ouais, c'est lié à mon cancer.
- 15 Er : D'accord. Et l'arrivée de la maladie a radicalement bouleversé vos habitudes ?
- 16 T : Ah oui oui oui, totalement oui.
- 17 Er : Au quotidien ?
- 18 T : Oui. Au quotidien et puis le fait, en fait je travaillais avant, moi je ne peux plus travailler. Donc
19 ça a carrément bouleversé toute la vie.
- 20 Er : D'accord. Vous travailliez où ?
- 21 T : Bah on travaille ici parce qu'on est gardien de résidence.
- 22 Er : Ok. Et c'est la fatigue véritablement qui a fait que vous ne pouvez plus travailler ?
- 23 T : Ouais il y a eu la fatigue et en fait le cancer parce que c'était un cancer du colorectal. Donc du
24 coup, à cause de ce cancer-là, la radiothérapie a tout brûlé à l'intérieur de moi et ce qui fait que
25 maintenant je suis incontinente à 100 % quoi.
- 26 Er : D'accord. Parce que vous l'avez appris de manière tardive votre cancer ?
- 27 T : Euh non, c'est quand j'ai vu les pubs à la télé, ça a commencé à m'inquiéter. Donc j'ai été voir
28 un médecin et on a fait des examens et il s'est avéré que j'avais un cancer. Mais bon, quand ils ont
29 fait la radiothérapie après, ça a été millimétré mais j'ai quand même fait la radiothérapie et il y a
30 eu l'opération et après il y a eu la chimio.
- 31 Er : D'accord. Quand vous parlez des pubs à la télé c'était quoi ?
- 32 T : Bah c'était en fait on voyait dans une espèce de petite grotte avec une petite bête et on disait
33 que si c'était pris à temps c'était pas méchant. Et bon, cette pub-là me faisait très peur et j'ai bien
34 fait d'avoir eu peur.
- 35 Er : Ouais. C'est la pub en elle-même qui vous a fait peur ou vous aviez déjà des questions par
36 rapport à certains symptômes ?
- 37 T : Non non. C'est cette pub qui m'a fait peur.
- 38 Er : D'accord. Parce que vous n'aviez rien remarqué sinon ?
- 39 T : Non non.

Annexes

- 40 Er : D'accord. Donc vous êtes allée passer des examens. Donc je suppose que vous êtes allée voir
41 votre généraliste, puis que vous êtes allée passer des examens ?
- 42 T : Ouais.
- 43 Er : Et dans ce cadre-là on vous a dit que vous aviez un cancer en stade avancé ?
- 44 T : Bah en fait, il y avait combien de nodules (au mari) ?
- 45 M : Deux ganglions atteints je crois.
- 46 T : Ouais et il y avait 9 ou 7 je sais plus ?
- 47 M : Je sais plus.
- 48 T : Ouais il devait y en avoir 9 ou 7 et il y en avait 2 qui étaient atteints et après donc ils m'ont dit
49 que je devais passer la radiothérapie. Donc ils m'ont fait faire 20 séances de radiothérapie et en
50 fait après ils m'ont opéré.
- 51 Er : Ils font la radiothérapie avant l'opération ?
- 52 T : Ouais. Et quand ils ont fait la radiothérapie ils se sont aperçu que ça avait vachement rétréci et
53 après donc ils m'ont opéré et après ils ont fait de la chimio par précaution.
- 54 Er : D'accord, ok. Parce que la radiothérapie c'est l'idée de détruire le maximum de cellules avant
55 l'opération.
- 56 T : Voilà c'est ça.
- 57 Er : Pour que l'opération soit moins lourde je suppose ?
- 58 T : Voilà.
- 59 Er : D'accord. Et c'est un traitement par ondes qui éclatent les cellules cancéreuses c'est ça ?
- 60 T : Oui oui.
- 61 Er : Et après de la chimiothérapie en prévention c'est ça ?
- 62 T : Ouais.
- 63 Er : Et ça a duré combien de temps ce traitement ?
- 64 T : La chimiothérapie j'ai commencé fin juillet et ça s'est arrêté en février. Donc ça fait 7, 8 mois. 8
65 mois de chimio.
- 66 Er : D'accord. Vous avez dit que vous avez eu cette maladie à 45 ans ?
- 67 T : Ouais.
- 68 Er : Et là vous en avez 52 aujourd'hui.
- 69 T : ouais.
- 70 Er : là vous avez arrêté la chimio il y a quelques mois ?
- 71 T : Non, ça s'est arrêté en 2011. J'ai été opérée en juin 2010 et ça s'est arrêté en 2011.
- 72 Er : Et vous aviez eu des métastases ?
- 73 T : Non.
- 74 Er : Et depuis vous ne pouvez plus travailler. C'est-à-dire que le cancer en fait, c'est quelque chose
75 qui reste ?

76 T : En fait avec la radiothérapie en fait, tous mes organes se sont collés les uns aux autres et ce qui
77 fait qu'en plus, à cause de ça j'ai eu une fistule recto-vaginale, donc ils m'ont opéré à plusieurs
78 reprises pour essayer de (inaudible) jusqu'à la plus costaud quoi. Et la dernière a été la plus
79 costaud et c'est la seule qui a réussi. Et donc après je suis allée dans un autre hôpital pour la vessie
80 mais en fait les tissus sont tellement abîmés qu'on peut rien faire du tout. Ce qui fait que
81 maintenant je suis incontinente des deux côtés. Donc je ne peux plus travailler, je ne peux plus
82 bouger comme je veux, je peux plus manger comme je veux.

83 Er : Donc c'est quelque chose de très lourd. C'était pas prévu en fait ces effets secondaires ?

84 T : Non non non.

85 Er : Non. C'est lié à des complications en fait.

86 T : Ouais.

87 Er : D'accord. Et vous par rapport à cette expérience, donc je pense déjà que le cancer c'est déjà
88 une expérience assez traumatisante...Déjà quelle a été votre relation aux médecins ? Comment
89 est-ce qu'ils vous ont pris en charge ? Vous aviez peur je suppose ?

90 T : Non non. Parce que le médecin quand il m'a appris que j'avais mon cancer, il m'a dit « moi je
91 vous opère, vous êtes guéri ». Et donc moi, à partir de ce moment-là où il m'a dit ça, pour moi
92 c'était impeccable. Donc je m'en suis pas fait en fait. Parce que moi je me suis dit « ça y est, je vais
93 être opérée », ça s'est passé en juin, je me suis dit « aller au mois de septembre je retravaille
94 quoi ». Mais je m'attendais pas à ce qu'il y ait autant de complications derrière. Et par contre le
95 plus touché ça a été mon mari. Lui ça l'a carrément assommé quoi, ça lui a mis un coup de massue.

96 Er : L'annonce ?

97 JM : Ouais.

98 T : Ouais. Ça l'a... et heureusement on était bien suivi parce qu'il y avait une psy qui était là-bas et
99 donc on avait des rendez-vous avec elle pour savoir comment le dire aux enfants et...

100 Er : D'accord. Régulièrement ?

101 T : ouais. Et on a été vraiment bien soutenu.

102 Er : D'accord. Vous trouvez qu'il y a une vraie prise en charge ?

103 T : Oui. Que ce soit les médecins, les infirmières, les aides-soignantes, tout. Ils étaient tous
104 vraiment très très bien.

105 Er : Le dispositif est très humain pour vous ?

106 T : Ouais ouais.

107 Er : Et après vous avez eu effectivement des complications. Est-ce que ça a du coup changé un peu
108 votre regard sur la médecine ? En se disant je sais pas, sur les traitement, voilà c'est quelque chose
109 de violent...

110 T : Ouais. Je pense que la radiothérapie était violente. Je pense qu'ils auraient dû m'opérer avant,
111 voire après s'il fallait faire de la chimio ok, mais la radiothérapie je pense qu'elle a été trop
112 violente.

113 JM : La radiothérapie c'est pour brûler la cellule cancéreuse pour pas que ça s'étale quand ils
114 opèrent (inaudible).

115 Er : Ouais. Ils vous ont expliqué ça tout comment ça allait se passer ?

116 T : Oui. Mais ils m'ont pas dit ce qui allait se passer après (rire).

- 117 JM : Oui parce que c'était pas prévu ça.
- 118 T : C'était pas prévu.
- 119 Er : Et vous leur avez demandé des explications à ce moment-là ? Voilà, comment ça se fait que j'ai
120 eu ces complications ?
- 121 T : bah en fait, c'est pas moi qui ait posé des questions, parce que moi j'étais complètement
122 perdue. C'est plus mon mari qui a posé les questions et en fait comme moi j'ai été opérée à
123 plusieurs reprises, en fait, je suis un peu perdue dans ma tête et j'ai énormément de mal à me
124 concentrer... et à... à intégrer tout ce qu'on me dit. J'oublie tout. Et donc mon mari était tout le
125 temps avec moi et c'est lui en fait qui me servait plus ou moins de secrétaire quoi.
- 126 Er : ça c'était lié au traumatisme psychologique ? ou c'était lié au traitement ?
- 127 T : Non c'était lié à toutes les opérations que j'ai eu.
- 128 Er : ouais. C'est les opérations qui ont eu un effet secondaire ou c'est simplement vous, ça vous a
129 choqué ?
- 130 T : Non je pense que c'est...
- 131 JM : ça a fait beaucoup d'anesthésies.
- 132 T : ça a fait beaucoup d'anesthésies. Donc tout ça ça m'a...
- 133 Er : Elles étaient rapprochées etc.
- 134 T : Oui oui oui.
- 135 Er : Et vous en avez gardé peut-être aujourd'hui des séquelles ?
- 136 JM : Il y a des petits restes hein ?
- 137 T : Oui oui oui.
- 138 Er : D'accord. Au niveau de la concentration...
- 139 T : oui voilà c'est ça ouais.
- 140 Er : Et du coup voilà, pour vous reposer ma question... l'anesthésie, les substances, la manière de
141 soigner les gens aujourd'hui, notamment pour le cancer, avec des techniques qui sont quand
142 même assez radicales, qu'est-ce que vous en pensés de ça ? Est-ce que ça vous met dans une
143 position critique vis-à-vis de la médecine ? Est-ce que vous trouvé que c'est trop violent ?
- 144 T : Non.
- 145 Er : C'est nécessaire pour vous ?
- 146 T : Oui. Bah oui. Parce que je pense que déjà, heureusement qu'il y a eu la pub, après c'est vrai
147 que... bah heureusement déjà qu'on les a, qu'on est arrivé à les soigner.
- 148 JM : Et puis faut voir sur qui tu tombes.
- 149 T : ouais et puis il faut voir.
- 150 JM : Parce que c'est toujours pareil. Parce que nous on est tombé sur des gens franchement euh...
151 complètement dès le départ où, le médecin qui t'opère au début, moi je le sentais pas trop. Parce
152 qu'il se présente, il est tout petit, il parle pas beaucoup. Et puis tu rentres là-dedans, tu te dis... il y
153 avait une dame qui disait « moi je l'aime pas, il m'a opéré moi-même et donc moi je l'aime pas ».
154 Nous on est passé avec lui. Franchement il était très bien. Quand on est revenu avec le problème
155 de la fistule, il a dit « je comprends pas ça m'est jamais arrivé ». Faut bien que ça commence un

156 jour. Parce que des accidents comme ça en pourcentage c'est pas énorme. Moi j'avais regardé sur
157 internet, il y a en a pas beaucoup. Mais faut savoir que ça arrive. Alors au départ, si c'était bah son
158 opération du cancer et tout, bah elle aurait pu retravailler hein. S'il y avait pas eu ça, je dis au bout
159 de deux trois ans, elle aurait pu retravailler, mais là c'était pas possible.

160 Er : Et à long terme vous avez encore un suivi là ?

161 T : Ah oui oui oui, je suis suivie tous les ans. Tous les ans. Et je fais un scanner... tous les ans j'ai
162 rendez-vous aux environs du mois de novembre décembre, je fais toujours un scanner, je fais les
163 prises de sang pour les marqueurs et là tous les trois ans je fais une coloscopie.

164 Er : Ok. Donc vous êtes rentrée dans un protocole très suivi.

165 T : Ah oui oui oui. Très suivi.

166 JM : Bon après ça s'espace avec le temps. C'est une visite par an je crois.

167 Er : Ouais. Du coup je suppose que pour vous la prévention, ça vous a un peu sauvé quoi ?

168 T : Ah oui oui oui. Franchement si j'avais pas vu ça à la télé, franchement j'y aurais jamais pensé. Et
169 c'est vrai que ça m'a fait très peur et c'est là où j'y suis allée.

170 Er : Parce que moi j'ai quelques enquêtés qui me disent « bah moi, j'ai l'impression à partir de 45
171 ans, d'être assaillie de courriers de prévention etc. et je trouve ça stressant ».

172 T : C'est faux.

173 Er : Qu'est-ce que vous pensez des gens qui disent « bon bah moi je le fais pas, ça m'agace ».

174 JM : Bah après, vu ce qu'elle vient de te dire, que la tête qui marche pas bien, si t'as personne à
175 côté, il y a un moment où t'es paumé quand même. Si t'es tout seul, tu es dans une merde
176 monstrueuse, parce qu'il faut que tu t'accroches pour ta maladie, faut que tu suives tes soins, faut
177 que tu suives tes rendez-vous. Il y a des rendez-vous qu'elle a loupé. Ça c'est lourd.

178 T : Je sais que là...

179 JM : C'est-à-dire si t'as beaucoup de rendez-vous, tu dois te déplacer... Bon après tu te balades
180 avec les ambulanciers, tu tombes sur des mecs comme ça ils sont géniaux : ils t'emmènent, moi ils
181 me disaient « Monsieur, je vous ramène ». C'était nickel ils étaient très bien. Mais au niveau
182 papier quand tu dois t'en occuper, si t'es tout seul, ça peut être compliqué. Parce que t'es pris
183 dans la maladie et puis bon t'as des traitements, si t'es dans la chimio, t'as pas toute ta tête hein ?
184 T'es pas bien, un jour t'es bien, un jour t'es pas bien, tu peux être bien et puis le lendemain tu
185 peux être au fond du trou.

186 Er : Et ça s'il n'y a pas de conjoint c'est compliqué.

187 JM : Voilà. Si t'as pas une personne ou un ami ou quelqu'un à côté qui peut te... t'aider quand tu
188 n'y arrives pas trop, c'est le bienvenu. Mais tout seul, c'est dur à gérer là. Sa sœur elle a eu un
189 cancer aussi, elle était toute seule. Des fois elle le dit, c'est dur.

190 T : Mmh mmh.

191 Er : Ouais, parce que dans la famille c'est génétique ?

192 T : Bah mam sœur en fait elle, elle a eu un cancer aux poumons parce qu'elle fumait beaucoup.
193 Donc du coup, bien sûr ça lui a fait arrêter la cigarette tout de suite mais elle est toute seule. Donc
194 heureusement qu'elle a sa fille qui est pas trop loin de chez elle pour l'aider à comprendre ce qu'il
195 y a à faire et tout mais, heureusement qu'elle est soutenue quand même hein.

196 Er : Elle est en traitement aujourd'hui votre sœur ?

- 197 T : Elle est toujours en traitement parce qu'en fait elle a toujours sa tumeur au niveau des
198 poumons et donc elle fait toujours de la chimio.
- 199 Er : Elle a des métastase et tout.
- 200 T : ouais et en fait ils la reposent pendant huit mois et après ils refont, après ils font une pause et
201 le problème c'est que quand ils font la pause, et ben la tumeur elle a tendance à grossir quoi.
- 202 Er : D'accord. Ouais... Et vous avez combien de frères et sœurs ?
- 203 T : On est à trois filles et quatre garçons, dont un qui est décédé dans un accident de voiture. Ma
204 sœur, elle elle a fait la coloscopie, elle a rien. Donc elle s'est fait suivre parce qu'elle a eu peur et
205 par contre mes frères ils veulent pas en entendre parler et puis, ouais il y a que mon autre sœur
206 qui a un cancer aux poumons.
- 207 Er : D'accord. Ils veulent pas en entendre parler vos frères ?
- 208 T : Non, ils veulent rien savoir. Mais en même temps on est 7. On est 7 frères et sœurs mais on
209 n'est pas tous du même papa. Et moi mon père il est hongrois et la famille là-bas, moi je connais
210 pas donc je connais pas les antécédents de mon père et de sa famille.
- 211 Er : D'accord. Vous ne voyez plus votre père ?
- 212 T : Bah non mon père est décédé, j'avais 18 ans.
- 213 Er : Ok. Et impossible de savoir. Vous ne connaissez pas la famille autour.
- 214 T : Non. Donc je ne sais pas. Est-ce que ça vient du côté, de ma famille, côté papa... Parce que du
215 côté de ma mère, elle a jamais eu tout ça ma mère. Du côté de ma mère il y en a pas.
- 216 JM : Du côté de ta mère c'est plus des trucs cardiaques que des cancers.
- 217 Er : Est-ce que ça pose beaucoup de questions de pas savoir justement ?
- 218 T : Ah bah oui.
- 219 Er : Ouais. Ça crée de la peur etc. ?
- 220 T : Ouais.
- 221 Er : Parce que d'un côté, je suppose que vous vous identifiez un petit peu à vos parents ?
- 222 T : Bah oui voilà !
- 223 Er : Dans l'idée que si mon père il a eu tel parcours, moi j'ai des chances d'avoir le même.
- 224 T : Bah voilà c'est ça !
- 225 JM : Son père ils l'ont retrouvé mort dans sa maison.
- 226 Er : Et il est mort d'un cancer aussi ?
- 227 T : On ne sait pas, on ne sait pas.
- 228 JM : Non parce qu'ils ont encore dit la dernière fois qu'ils avaient pas fait d'autopsie. Ils ont pas
229 voulu.
- 230 Er : Ah bon ?
- 231 JM : Non ils l'avaient demandé mais bon ils ont pas voulu. Il était pas tout jeune non plus mais...
- 232 Er : Ah on fait pas obligatoirement une autopsie ?
- 233 JM : Pas forcément non.

- 234 T : Non et puis à cette époque-là moi, 18 ans, j'y connaissais rien.
- 235 JM : C'est une mort apparemment naturelle.
- 236 Er : Ouais donc vous ne savez pas s'il est mort d'un cancer.
- 237 T : Bah non je sais rien du tout.
- 238 Er : Et ça ça crée vraiment...
- 239 T : Bah oui, on se pose des questions.
- 240 Er : Et votre mère ?
- 241 T : Bah ma mère elle a rien. Elle est toujours en bonne santé. Bah elle a des petits problèmes
242 cardiaques mais sans plus quoi. Et elle est en bonne santé.
- 243 Er : Elle a quelle âge votre mère ?
- 244 T : Ma mère elle est née en 32 donc elle a...82, elle va avoir 83 là.
- 245 Er : euh... ouais voilà. Bon les maths (rire).
- 246 JM : On peut pas être bon partout (rire).
- 247 T : (rire). Non ma mère, bon elle a des douleurs, elle a des rhumatismes, mais sinon sans plus, elle
248 se porte comme un charme. Et elle galope, elle galope, elle galope.
- 249 Er : Et vous monsieur, ça vous a incité à... Est-ce que vous faisiez la prévention, enfin tout ce qui
250 était prévention, dépistage avant le problème de votre femme ?
- 251 JM : Non mais moi j'ai ma grand-mère qui est morte de ça.
- 252 Er : D'un cancer.
- 253 JM : Ouais et j'ai une tante qui est morte il y a quatre ans cinq ans.
- 254 T : ouais et du coup quand j'ai eu mon cancer et quand il en a parlé au cancérologue, bah le
255 cancérologue il lui a dit « mais qu'est-ce que vous attendez ? » Et du coup il a fait une coloscopie
256 et il y a rien tout va bien.
- 257 Er : D'accord. Et vous avez fait ça à partir de quel âge du coup ?
- 258 T : Bah 46 ans.
- 259 JM : 46.
- 260 Er : D'accord. Et ça vous touchait pas avant tout ce qui était prévention ?
- 261 JM : Non bah non.
- 262 T : Non. Nous le seul truc qu'on faisait attention c'était au fer, parce que son père il a trop de fer
263 dans le sang, donc ça il était un moment où on faisait attention, on faisait des prises de sang pour
264 le fer. Mais bon il y avait rien donc on n'a pas insisté. Mais là c'est pareil, on a reçu le papier pour
265 qu'il fasse l'examen, le test pour le cancer du colorectal. Donc ce qu'il y a des bien avec la sécu,
266 c'est qu'à partir de 50 ans, ils nous envoient les papiers pour faire faire quelque chose, ça c'est
267 vraiment génial.
- 268 Er : (au mari). Et ça même en ayant les papiers ça vous a pas spécialement touché ?
- 269 JM : Non pas plus que ça non.
- 270 Er : Vous vous êtes dit quoi ? c'est un papier de plus encore ?
- 271 T : Non et puis il y a une prévention, c'est quand même bien je trouve !

- 272 Er : Ouais. Vous vous trouvez ça bien.
- 273 T : Oh bah oui. Ah oui !
- 274 Er : Et du coup, je suppose qu'à partir de 45 ans, vous l'avez vécu comme une vraie rupture.
- 275 T : Ah oui.
- 276 Er : On doit changer d'optique vis-à-vis de l'existence ? On doit se poser d'autres questions ? On
277 doit voir les choses d'une autre manière ?
- 278 T : Ah bah on est obligé de toute façon. On est obligé de voir les choses différemment parce que ça
279 chamboule tout. Ça chamboule tout, ça chamboule... déjà ça chamboule ma vie, ça chamboule sa
280 vie (celle de son mari), ça chamboule celle des enfants aussi, parce que mine de rien j'ai été à
281 plusieurs reprise hospitalisée. Donc la grande ça allait parce qu'elle avait quand même 19 ans,
282 mais la dernière elle avait quand même que 8 ans. Et elle ça l'a complètement traumatisée.
- 283 Er : C'est sûr. Et du coup il y avait une inquiétude par rapport à vous mais aussi une inquiétude je
284 suppose par rapport à vos enfants ?
- 285 T : Oui.
- 286 Er : Et par rapport à votre mari ?
- 287 T : Oui.
- 288 Er : Avec une grosse maladie comme ça, on doit se dire qu'il y a des couperets comme ça.
- 289 T : Et bah voilà, c'est ça.
- 290 Er : Et on prend conscience que si l'on avait pas fait cette démarche...
- 291 T : Ouais.
- 292 Er : Du coup on doit se poser un peu des questions sur la fin de la vie, sur l'échéance de vie ?
- 293 T : Oui voilà c'est ça. Moi la fin de la vie ça ne me fait pas peur parce que, enfin nous on est très
294 croyants donc on n'a pas peur mais...comment ? c'est sûr que si on avait pas vu la prévention à la
295 télé, je me serais pas posé de question et à l'heure qu'il est peut-être que je serais plus là. Et c'est
296 vrai que... enfin je sais pas. Je sais pas. C'est... je pense que heureusement qu'il y a eu la
297 prévention à la télé. Et le fait que la sécurité sociale nous envoie les papiers pour faire les
298 préventions et tout, je pense que ça permet peut-être de sauver la vie de pas mal de personnes.
- 299 Er : Bien sûr. Et au quotidien du coup, vous êtes... si vous deviez comparer votre vie par rapport à
300 avant... Je suppose que la santé est devenue un peu centrale ?
- 301 (une perruche fait un bruit très dérangeant dans la pièce d'à côté)
- 302 Er : C'est un oiseau ou c'est le chien qui fait ça ?
- 303 JM : C'est une perruche.
- 304 Er : Ah d'accord ok. Je trouvais ça bizarre pour un chien (rire).
- 305 JM : Non c'est la perruche.
- 306 Er : D'accord. Du coup je ne sais plus ce que je disais... euh... (à voix basse) donc changement de
307 perspective dans l'existence... Je sais plus ce que je vous disais juste avant ?
- 308 T : Bah c'est vrai qu'après, on voit les choses différemment et si on peut prévenir des personnes.
309 En fait on raconte notre façon de voir les choses, on raconte ce qui nous est arrivé et si on peut
310 prévenir les gens, dire « faites attention, n'attendez pas la cinquantaine que la Sécu vous

311 préviennne », « faites quand même des coloscopies, faites des mammographies, faites ceci, faites
312 cela ». Parce qu'après, là j'ai une amie d'enfance qui vient de décéder d'un cancer du sein et je dis
313 « c'est vrai qu'il faut pas attendre », parce qu'il y en a qui se disent « bon bah il y a pas de souci on
314 va attendre les cinquante ans », bah non ! Non !

315 Er : la prévention devrait se faire avant ?

316 T : Ouais, donc c'est pour ça, moi quand je rencontre quelqu'un, bon je lui parle de ce qui m'est
317 arrivé et du coup je dis, vaut mieux prévenir que guérir en fait. Donc voilà, c'est comme ça que je
318 vois les choses maintenant. Je préfère discuter avec une personne et lui faire comprendre que faut
319 pas attendre que ça vienne de la sécu. Faut vraiment faire le nécessaire avant.

320 Er : Ouais. Et ma question c'était par rapport, voilà si vous comparez votre vie d'avant le cancer à
321 votre vie aujourd'hui, est-ce que vous êtes dans un sentiment d'hyper vigilance au quotidien ? Est-
322 ce que vous avez l'impression de devoir toujours faire attention ?

323 T : Je suis pas tout le temps dans la vigilance mais je fais quand même attention. Quand par
324 exemple, je dois faire un examen je le fais, mais je veux dire j'y pense pas tout le temps tout le
325 temps non plus. Parce qu'il m'arrive de l'oublier aussi. Mais je le note sur le calendrier, je laisse les
326 papiers en évidence et...mais ça m'inquiète pas plus que ça. Mais je les fais.

327 Er : D'accord. Ça ne vous inquiète pas plus que ça ?

328 T : Non.

329 Er : C'est-à-dire que vous arrivez à penser à autre chose et à encore profiter de la vie au jour le
330 jour ?

331 T : Profiter de la vie je peux pas dire ça. Parce que maintenant je suis plus souvent à la maison du
332 fait que je suis incontinente donc je ne peux plus faire les choses que je faisais avant. Donc... ouais
333 ce qui m'embête c'est de plus pouvoir faire comme avant. Par exemple travailler, sortir toute une
334 journée sans avoir peur qu'il m'arrive un accident. Enfin pas un accident de voiture, mais un
335 accident...

336 Er : Oui oui je vois.

337 JM : Des fuites.

338 T : Des fuites ouais.

339 Er : Oui je comprends.

340 T : Bon il y a des fois où mon mari sort. Je peux pas l'accompagner parce que... ou alors c'est que je
341 suis trop fatiguée, ou alors c'est parce que je dois passer des heures et des heures aux toilettes.
342 Donc c'est vrai que la vie a complètement changé.

343 Er : Oui. Et c'est donc le corps qui impose ça.

344 T : Ah oui oui, c'est le corps qui impose ça ouais. C'est le corps et puis ma façon de manger,
345 puisque j'ai plus le droit de manger certaines choses. Donc tout ce qui est à base de fibres, j'y ai
346 plus droit.

347 Er : Donc légumes, fruits...

348 T : Il faut que je fasse attention à ce que je mange.

349 Er : D'accord. Donc votre régime alimentaire c'est quoi exactement ?

350 T : Eh ben mon régime alimentaire, c'est ce que je parlais tout à l'heure avec la psy. C'est riz,
351 pâtes, pommes de terre, semoule et les légumes, c'est carotte, courgettes, concombres, le blanc

352 des poireau, navets et puis c'est tout ça s'arrête-là. Et la viande, c'est que de la viande grillée ou
353 cuit au beurre, mais pas de la viande bouillie comme du couscous, enfin la viande de couscous, ou
354 la viande de bouillon. Ces viandes bouillies là je ne peux pas manger.

355 Er : D'accord. Et vous devez vous en remettre aux conseils d'une nutritionniste ?

356 T : Euh non non puisqu'en fait à l'hôpital ils m'ont donné une liste de ce que je pouvais manger ou
357 pas. Donc du coup, au bout de 7 ans on sait ce qu'on mange ou pas. Donc c'est toujours la même
358 chose.

359 Er : D'accord. Vous avez l'impression d'être un peu... je ne sais pas si je m'exprime bien mais,
360 d'être un peu aux mains des médecins quoi ?

361 T : Ah oui oui oui ! Totalement ouais.

362 Er : Que toute votre vie elle est en fait dirigée de l'extérieure ?

363 T : Oui.

364 Er : Et ça ça doit être justement difficile à vivre ? C'est de se dire que le corps finalement on n'y
365 pense pas avant, jusqu'au moment où il nous fait défaut quoi ?

366 T : Ouais c'est ça.

367 Er : Vous sentez un décalage entre votre esprit et votre corps peut-être ?

368 T : Oui. Oui parce que de toute façon mon esprit des fois, en fait j'ai la pêche et puis d'un seul coup
369 bah mon corps il me dit « bah non, ça sera pas pour aujourd'hui ». Et puis voilà quoi.

370 Er : Donc le corps c'est un peu... Est-ce qu'il y a des fois où vous avez l'impression de vivre une
371 sorte de dualité, une sorte de conflit ? Parce que quand on n'a aucun problème de santé, on n'y
372 pense pas au corps. On se vit un peu comme un tout et puis on fait quoi.

373 T : Oui c'est ça. C'est vrai que la personne qui a la santé, il sait pas la chance qu'il a.

374 Er : Ouais. On se rend compte de ça.

375 T : Oui.

376 Er : Et est-ce qu'au-delà de votre maladie, il y a une problématique de vieillissement qui se pose à
377 partir de 50 ans ?

378 T : Des douleurs.

379 Er : Oui voilà. Et pour les femmes il y a aussi la ménopause. C'est un signe beaucoup plus fort que
380 pour les hommes.

381 T : Bah moi la ménopause je l'ai eu dès que j'ai eu mon cancer. Donc au lieu d'avoir...

382 JM : C'est avec la chimio.

383 Er : ça vient avec la chimio ? C'est déclenché par la chimio ?

384 JM : Quand ils te font la chimio, quand elle a fait sa première coloscopie, il y avait des infirmières,
385 déjà elles te pose des questions et si on n'est assez malin, si on écoute les questions, parce qu'elle
386 lui a posé « est-ce que t'as des enfants ? Neini, nana ». Et puis là je me suis dit « tiens ? ». Et puis
387 elle fait « Tiens si t'as des enfants c'est bien, ninin, nana ».

388 Er : Ah ouais, on la voit venir.

- 389 JM : Ouais mais c'est dans la discussion. C'est pas malsain. Mais c'est pour rassurer la personne,
390 mais je suis même pas sûr qu'elle avait fait attention (sa femme). Mais moi ça avait tilté. Je me suis
391 dit « tiens c'est bizarre qu'elle parle de ça ».
- 392 T : Mais j'étais un peu ailleurs de toute façon.
- 393 Er : Pourquoi la ménopause elle l'amène comme ça ?
- 394 JM : Bah apparemment la chimio ça fait beaucoup aussi.
- 395 Er : Mais la façon dont l'infirmière en parle. Pourquoi elle enrobe la ménopause ? En soi qu'est-ce
396 que... ça peut être mal...
- 397 JM : Je pense que ça tue pas que le mauvais. Après pour les rayons c'est pareil.
- 398 Er : Oui bien sûr mais...
- 399 JM : Donc je pense qu'elles le savent. Et il y a un truc aussi qu'on s'est aperçu c'est quand tu
400 rentres à l'hôpital, à la clinique de l'Europe, tu rentrais, tu ressortais avec un dossier de tel
401 couleur. Telle couleur t'avais rien, telle couleur un petit truc et telle couleur t'avais un gros truc.
- 402 T : Au fur et à mesure qu'on y allait on voyait les dossiers qui changeaient de couleur.
- 403 Er : Mais comment vous saviez à quoi correspondait les couleurs ?
- 404 JM : T'as cette couleur-là, tu te dis j'ai un cancer, tu regardes après tous les gens qui sortent avec
405 la même couleur et c'est impressionnant.
- 406 Er : ça vous vous êtes fait la réflexion comment ?
- 407 JM : Au début on voyait les gens sortir, on faisait pas attention et puis après avec le temps faut
408 que tu patiente, donc tu regardes...
- 409 T : On discutait avec les gens en fait. Et c'est là qu'on s'aperçoit qu'on a les mêmes dossiers, les
410 mêmes couleurs et si c'est pas trop méchant, ben c'est une autre couleur.
- 411 JM : T'apprends vite. Mais au début t'es... ils sont très bien hein ! Mais après t'es aspiré dans un
412 truc. Alors le seul truc où ça fait défaut c'est quand t'arrives au bout, qu'ils ont fait tout ce qu'ils
413 avaient à faire. Là on te lâche.
- 414 T : Il y a pas de suivi.
- 415 JM : Et là c'est démerde-toi.
- 416 Er : Donc ça veut dire quoi quand ils sont arrivés au bout ? Quand ils ont fini leur phase de
417 traitement ?
- 418 JM : Bah tout ce qui est opérations, phases de traitement, machin. Bon après c'est un suivi et là on
419 te lâche. Alors tu viens aux rendez-vous, tu viens pas, ils ont tellement de monde que des fois ils
420 t'oublient. Moi j'ai eu un gars qui venait quand elle faisait son... quand elle voyait le...
- 421 T : Madame M ?
- 422 JM : Madame M ouais. Pour la chimio. Bah le gars il est pas venu pendant un an et demi. Et puis un
423 jour à nouveau elle fait « oh bah vous êtes là vous ». Bah il dit « ouais, non mais moi je viens », il
424 avait eu un cancer du poumon donc. C'est sérieux. Il venait quand il avait envie mais personne ne
425 l'appelait. Personne ne relance les rendez-vous. C'est là où ça pêche. Parce que dès le départ,
426 franchement t'es porté. Alors au début si, le truc qui te fait peur c'est que là tu fais les examens,
427 mais là tu fais les frais.
- 428 Er : Avant d'être remboursé.

- 429 T : Ouais.
- 430 JM : Alors après il te dit « vous inquiétez pas vous allez être remboursés ». Oui mais derrière tu te
431 dis il y a des charges, ils y a des trucs, il y a des machins. On va faire comment ?
- 432 Er : Bien sûr. Et vous êtes remboursés combien de temps après ?
- 433 T : Oh, ça va assez vite hein !
- 434 JM : Un mois et demi, deux mois. Le temps qui...
- 435 Er : Ouais. Il y a des gens qui peuvent aligner comme ça mais d'autres non.
- 436 T : Oui les personnes qui n'ont pas beaucoup d'argent, qui sont seules.
- 437 Er : Et pour vous ça s'est posée la question financière ?
- 438 JM : Bah moi à un moment donné je me disais, à l'époque je me disais, ça va s'arrêter quand ?
439 Alors il y a des fois où ils nous débitaient pas tout de suite, ils le faisaient plus tard. Enfin pour les
440 grosses grosses sommes. Mais parfois des petites sommes ajoutées bah ça fait des grosses
441 sommes. Alors c'est vrai que ça au début ça...
- 442 Er : Ouais. Et ça vous est déjà arrivé hormis le cancer de renoncer à des soins pour des raisons
443 financières ?
- 444 T : ouais. Nous, il y a deux ans de ça, deux ou trois ans, on a eu des soucis d'argent et du coup j'ai,
445 pendant un an, le temps de remettre à flots, et ben j'ai pas pu aller chez l'ophtalmo. Donc si je suis
446 allée chez l'ophtalmo, j'ai pas pu faire mes lunettes. Par contre j'avais des problèmes dentaires et
447 j'ai dû attendre une bonne année qu'on soit remis à flots pour pouvoir faire mes problèmes
448 dentaires.
- 449 Er : D'accord. Il y a deux ans.
- 450 T : Il y a deux ans ouais. Et là je viens seulement de faire la réparation de mes dents. Et là il faut
451 que je prenne rendez-vous chez l'ophtalmo pour pouvoir y aller parce que j'ai, du coup ça fait 6
452 ans que j'ai toujours les mêmes lunettes mais je vois de moins en moins. Donc il faut vraiment que
453 je fasse le nécessaire parce que ben, on a eu de gros problèmes financiers et on pouvait pas faire
454 les soins.
- 455 Er : D'accord. Et au niveau de votre cancer, vous êtes payée par la sécu ? Vous êtes en arrêt de
456 travail depuis 7 ans ?
- 457 T : Non.
- 458 JM : Elle est en invalidité.
- 459 T : Je suis en invalidité, donc qui c'est qui me paye ? (à son mari)
- 460 JM : Bah c'est la Sécu.
- 461 T : Ah c'est pas une société spéciale ?
- 462 JM : La CRAMIF⁹.
- 463 T : Ah oui la Cramif.
- 464 JM : C'est la Cramif qui versent les pensions mais c'est la Sécu.
- 465 Er : Ils vous indemnisent à 100 % ?

⁹ Caisse Régionale d'Assurance Maladie d'Ile-de-France

466 T : Oui bah en fait je suis indemnisée à peu près à mon salaire, et en fait on a une maison au Mans
467 et comme moi je ne peux pas la payer comme je suis en invalidité, du coup ils payent à ma place.
468 Donc en gros ça fait mon salaire en fait.

469 Er : D'accord. Mais ça vous coûte entre guillemets, tous ces frais liés au cancer, ça vous coûte plus
470 cher qu'avant, même s'il y a la part de remboursement ?

471 JM : Alors au début c'est, au début tu payes, t'es obligé, après c'est le temps que le cancer soit
472 déclaré, reconnu, machin. Après c'est du 100 %.

473 T : Après c'est du 100 %. Tous les rendez-vous que j'ai par rapport à mon cancer sont à 100 %.

474 JM : C'est-à-dire que tu passes à 100 % quand t'es reconnu en affection longue durée. Dès qu'ils te
475 font le dossier, là t'es tranquille, mais au début il faut que t'allonges.

476 Er : D'accord. Et au niveau de vos habitudes de vie, comme vous avez dû changer vos habitudes de
477 vie à cause du cancer, est-ce qu'il y a un surcoût qui n'est pas pris en charge ?

478 T : Bah oui. Parce que je suis obligée de me protéger maintenant. Comme je suis incontinente des
479 deux côtés. Et je ne peux pas me balader dans la rue ou dormir sans protection. Donc les
480 protections déjà, il m'en faut deux paquets de 10 pour une semaine, voire des fois plus et c'est 10
481 euros par paquet à chaque fois, donc ça me fait, voire 80 euros par mois. Et ça je ne suis pas
482 remboursée. Donc on avait demandé à mon médecin de faire un courrier à la sécurité sociale pour
483 lui dire que c'est dû à mon cancer que je suis incontinente, pour avoir une subvention de la sécu.
484 Et ils ont jamais voulu. Du coup c'est nous qui devons payer les protections. Donc ça je trouve pas
485 ça normal.

486 Er : Voilà, c'est ça, c'est que ça change des habitudes de vie.

487 T : bah oui voilà c'est ça.

488 Er : Et pour revenir à la problématique du vieillissement. Voilà il y a le vieillissement qui commence
489 à s'installer et qui peut créer aussi d'autres problèmes, non ?

490 T : Si, comme l'arthrose, des lumbagos, des...

491 JM : Hernies discales.

492 T : des hernies discales.

493 Er : Vous avez l'impression d'avoir plus de problèmes de santé qu'avant ?

494 T : Non, je pense que ça c'est les trucs de vieillesse hein, c'est comme tout le monde. Ouais. Par
495 contre oui, j'ai la vue qui baisse plus rapidement, mais sinon non j'ai rien vu de différent. Non je
496 pense que c'est la vieillesse normale quoi.

497 Er : D'accord. Et au niveau du vieillissement. Il y a des gens (inaudible). Est-ce que vous êtes dans
498 cette disposition ?

499 T : Bah déjà c'est vrai qu'avec le cancer, à la base je faisais plein de choses mais maintenant j'en
500 fais moins. Mais non je pense que c'est plus dû au cancer que j'en fais moins que dû à la vieillesse.
501 Par contre, mon mari oui parce que du fait que son boulot est assez prenant par rapport au corps,
502 il arrive de moins en moins à en faire.

503 Er : D'accord. (au mari). Vous êtes gardien ici du coup ? Comment ça se passe pour vous ? Vous
504 sentez que...

505 JM : Oh bah moi c'est le squelette hein. Avec les conteneurs, le jardinage.

506 Er : Des problèmes de dos ?

- 507 JM : Des problèmes de dos, épaules, avant-bras, poignets. Il y a de l'arthrose hein. C'est pas pareil
508 mais bon ça use plus.
- 509 T : Et en fait depuis le 1^{er} mai il souffre énormément d'une douleur dans le dos et suite à ça il a eu
510 une sciatique. Et... mais les douleurs elles sont toujours là. Il a beau prendre des traitements, la
511 douleur elle passe pas.
- 512 Er : (au mari) Vous allez voir régulièrement des médecins ?
- 513 JM : Ouais ouais. J'ai été voir un ethyopathe.
- 514 Er : Ethyopathe ? C'est une médecine alternative ça.
- 515 JM : ouais c'est un peu comme l'ostéopathe.
- 516 Er : C'est comme l'ostéopathe, d'accord.
- 517 JM : C'est un peu plus...C'est la même chose, parce que...
- 518 Er : C'est de la manipulation.
- 519 JM : Ouais. J'ai été voir un ostéopathe aussi qui me manipulait plus doucement. Mais elle me fait,
520 de toute façon c'est des ostéopathes aussi. C'est parce que comme on est en dehors de la
521 médecine, il faut trouver un autre nom pour pouvoir passer entre les mailles du filet. Pour pouvoir
522 s'infiltrer un peu.
- 523 Er : Ok. Alors vous deux, vous avez recours aux médecines alternatives, aux médecines douces,
524 naturelles, il y a plein d'appellations ?
- 525 T : M oui. Pour son dos il en a besoin.
- 526 Er : D'accord. Mais pourquoi pas un kiné par exemple ?
- 527 JM : Kiné ça fait plus rien.
- 528 Er : ça fait plus rien ?
- 529 JM : Non. La kiné non. Ah non la kiné j'en ai fait, même au bout de 20 séances ça change rien.
- 530 Er : D'accord. Et vous trouvez qu'il y a une différence, enfin c'est plus efficace pour vous
531 l'ethyopathe que le kiné déjà ?
- 532 JM : L'etyopathe il te remet les vertèbres en place, le kiné il fait mais pas...
- 533 Er : Pas aussi rapidement.
- 534 JM : pas aussi rapidement. Et c'est plus sur les massages. Travailler avec la chaleur. Ça serait plutôt
535 au niveau des tendons et de la régions musculaires. Alors après une fois que tu sors de là, il faut
536 passer à autre chose. Bon l'étyopathe j'ai essayé. Bon il m'a remis sur la journée, le lendemain
537 j'avais mal, j'y suis retourné une deuxième fois. Il m'a dit « s'il faut, faudra revenir une troisième
538 fois », mais bon j'ai pas envie d'y retourner une troisième fois. Mais bon, c'est pareil j'ai des
539 hernies discales légères, j'ai pas envie qu'on me les aggrave. Donc là comme j'avais mal, la
540 sciatique elle s'est passée, j'avais encore mal, donc j'ai été voir une dame qui est ostéopathe mais
541 qui travaille mais en douceur.
- 542 Er : Et ça vous a fait quoi ?
- 543 JM : Bah ça m'a fait du bien deux trois jours. Après j'ai retravaillé, le lendemain j'ai retravaillé,
544 donc il faut pas retravailler.
- 545 T : Mais par contre quand il est allé voir l'ostéopathe, bah quand il marchait il était de travers et
546 quand il est sorti de là il était tout droit.

- 547 Er : ouais donc il y a une vraie efficacité.
- 548 T : Ouais.
- 549 JM : (inaudible), moi ici de ce côté-là, à droite j'ai une contracture musculaire. Alors quand c'est
550 contracté, ça me faisait une plaque comme ça, ça me faisait une bosse. Et quand j'y suis allé, ma
551 fille était avec moi, elle m'a dit « Ouuh papa, tu sais que t'avais une bosse dans le dos », déjà elle
552 était pas partie complètement, mais la deuxième fois que j'y suis allé, même moi je la sentais,
553 donc c'est des trucs efficaces. Mais bon après niveau douleur, si c'est de l'arthrose, lui il pourra
554 rien faire.
- 555 Er : Ouais. Mais en tout cas ça soulage.
- 556 JM : ça fonctionne.
- 557 Er : Et vous trouvez qu'au-delà de la technique médicale, vous trouvez qu'il y a une différence de
558 prise en charge entre la médecine conventionnelle on va dire et les médecines alternatives ?
- 559 JM : Bah je dirais que quand tu prends les ostéopathes, ethyopahes, machin, bah c'est des gens
560 déjà qui discutent plus avec le client. Ils vont chercher plus une information. Moi la dame que j'ai
561 vu, elle me dit « vous avez fait une chute sur la fesse gauche ou un truc comme ça ». ça m'est
562 arrivé plus d'une fois de tomber. Et il y avait quelqu'un qui y était allé, je sais plus, il avait un autre
563 truc. Mais elle met le doigt dessus. Elle discute plus avec le client.
- 564 T : En plus, ce qu'il y a de bien c'est qu'elle le savait pas. Et elle lui a dit « mais t'es tombé sur la
565 fesse ». Et j'ai dit « oui ! il est tombé, il s'est péti la cheville ! ». Mais sans qu'on lui dise, elle l'avait
566 vu !
- 567 Er : Ouais et du coup on n'est pas une maladie sur pattes, en fait c'est lié à notre histoire, à ce
568 qu'on a fait.
- 569 T : Oui voilà.
- 570 JM : Il y a des médecins chez qui tu vas, t'arrives « bonjour docteur, j'ai mal ». Bon ils te files des
571 cachets et ils te disent « c'est bon ».
- 572 Er : C'est ça, ils ne cherche pas la cause.
- 573 JM : C'est ça.
- 574 Er : Ou à donner du sens en fait.
- 575 JM : C'est pour ça que moi j'y vais pas souvent parce qu'il sait ce que j'ai. Quand j'y vais, c'est
576 vraiment que je suis bloqué. Là j'y suis allé pour la sciatique. Je lui dit « quand je travaille ça me
577 fait pas mal ». Par contre si je suis allongé ou si je suis assis, je peux pas rester assis. Elle me dit
578 « ça veut dire qu'il faut travailler ». Je lui dit « bah oui ! ». Bon j'ai travaillé tant que j'ai pu sauf que
579 la semaine d'après, à la fin de la semaine, je pouvais plus. Je pouvais pas rester debout, je pouvais
580 pas rester assis. J'étais bien qu'allongé. Bon elle me dit « là je vous redonne la même chose, vous
581 restez chez vous ». ça va mieux, c'est pas encore parti, mais ça va mieux. Je peux travailler.
- 582 Er : Mmh. Mais le fait de savoir aussi qu'il y a une personne qui sait que vous êtes tombé ça vous
583 fait quoi ?
- 584 JM : Bah on se dit « tiens ! » elle est attentive. Ils cherchent l'info.
- 585 T : Je pense qu'avec la manipulation, elle doit se dire « bah tiens, normalement, ça ça doit pas être
586 là, pourquoi c'est là ? C'est peut-être parce qu'il est tombé ? ». Et donc elle lui pose la question et
587 puis voilà. Et il y a un autre monsieur qui y est allé. Et il avait mal à une cheville et en fait elle lui a
588 dit « t'as mal à ta cheville », parce qu'en fait il y avait quelqu'un qui lui avait tapé un ballon au

- 589 niveau de la tête, et elle dit « t'as été blessé au niveau de la tête, t'as eu quelque chose » et la
590 douleur venait de là. C'est dingue !
- 591 Er : En fait, il prend le corps, contrairement au médecin qui va se focaliser sur une partie de corps,
592 il va prendre le corps dans son ensemble et dans son unité. C'est ça la grande différence ?
- 593 T : Ouais voilà !
- 594 Er : Et vous, vous pensez quoi de ça ? Vous trouvez ça plus agréable ? Enfin agréable, je sais pas si
595 c'est le mot ?
- 596 JM : Ouais ouais ouais.
- 597 T : Bah si c'est quand même plus agréable de savoir que la personne elle sait ! elle sait parce
598 qu'elle sait comment le corps est et elle sait pourquoi on a ceci ou pourquoi on a cela.
- 599 Er : Et vous est-ce que vous avez eu l'impression, par confrontation que parfois les médecins, ils se
600 sont focalisés sur la maladie, votre côlon et sur « comment soigner l'organe », sans vraiment tenir
601 compte de votre personne et des effets secondaires ?
- 602 JM : Non.
- 603 T : Si je pense que si, ils ont quand même, bon c'est sûr qu'ils étaient là pour me soigner, ça c'est
604 sûr et certain, et ils étaient très agréables mais à la base ils sont là pour soigner. Après c'est tout.
605 Parce que moi quand je reviens voir le Dr P., quand je vais le voir et que je lui dis que je suis
606 incontinente, il comprend pas pourquoi.
- 607 JM : Il a toujours pas enregistré.
- 608 T : Il a toujours pas enregistré que je suis incontinente. Et pourtant c'est quand même lui qui m'a
609 fait un courrier à la Sécu parce que je suis incontinente, pour avoir des protections, et à chaque
610 fois que je vais le revoir, il me dit « Mais pourquoi vous êtes là ? », « Qu'est-ce que vous faites-
611 là ? », je dis « bah c'est simple, mon médecin veut que vous me fassiez ça, ça et ça » et après je lui
612 dis que je suis incontinente, il comprend pas. Il comprend pas parce que lui normalement les nerfs
613 auraient dû repousser et je devrais pas être incontinente.
- 614 JM : Parce que les nerfs apparemment ça repousse.
- 615 T : Et là les nerfs n'ont pas repoussé parce que je suis encore incontinente, donc... Et à chaque fois
616 qu'il me voit arriver, il se demande ce que je fais là.
- 617 Er : Il se pose que la question du mécanisme en fait.
- 618 T : Ouais voilà c'est ça.
- 619 Er : C'est-à-dire qu'il voit quelqu'un qui arrive, il dit qu'il comprend pas parce que normalement ça
620 fonctionne comme ça, mais vous ce qui vous arrive dans votre vie et sa responsabilité entre
621 guillemets, parce qu'on pas dire qu'il l'a fait exprès, mais sa responsabilité et la façon dont ça peut
622 impacter votre vie c'est pas ça qui l'intéresse, en tout cas, c'est pas la question qu'il se pose et
623 qu'il vous pose.
- 624 T : Ouais voilà, ça l'intéresse parce ce qu'il se passe dans mon corps. Lui ce qu'il veut c'est que mon
625 cancer soit parti c'est tout ! Après ce qu'il peut s'y passer il s'en fout !
- 626 Er : Voilà il se focalise sur sa spécialité d'oncologue, spécialiste du côlon et ce qui dépasse son
627 périmètre n'est plus de son domaine et ne l'intéresse pas.
- 628 T : Voilà.

629 JM : Non parce que dans certains cancers, t'as tout un suivi si tu regardes sur internet. Alors,
630 comme on dit toujours, internet faut pas tout prendre pour argent comptant, mais il y a des trucs
631 qui sont intéressants. Si tu prends une femme qui va avoir un cancer de l'utérus, on lui enlève
632 tout. Alors après pour la vie de couple et tout, il faut refaire ça. Et je disais qu'une femme, une fois
633 que t'as tout enlevé, tu refais ce qui ressemble à un vagin mais qui n'en est plus un. Donc ils sont
634 obligés de te... à la base ils doivent te filer ce qu'ils appellent des dilatateurs pour recréer une
635 profondeur, une dimension, pour qu'un homme puisse avoir encore des rapports avec son épouse.
636 Mais il y en a qui t'en parles même pas de ça !

637 T : Non ! En plus là j'en ai parlé avec ma gynécologue et elle m'a dit que de toute façon valait
638 mieux pas parce que vu l'état de mes tissus intérieurs, je risquerai encore une fissure
639 rectovaginale. Donc il m'a dit, vaut mieux même pas.

640 JM : Parce qu'aujourd'hui on peut te faire une vessie avec un bout d'intestin. On peut te faire plein
641 de truc. Mais bon c'est toujours des opérations, on peut te foutre un anus artificiel, on peut te
642 foutre plein de machins mais bon après c'est pas une vie non plus. Tu te sens pas humain après je
643 pense. Parce que le dernier recours pour sa vessie, enfin le...comment ? L'urologue, il était bien
644 l'urologue...

645 T : Mmh

646 JM : à chaque fois il essayait de trouver des solutions pour essayer de régler le problème. Dès qu'il
647 avait pensé à un truc, la dernière fois c'était des injections de botox, il disait qu'il fallait faire une
648 injection de botox, mais il pouvait pas. A chaque fois qu'elle y allait il la renvoyait à la maison.
649 Après il a voulu mettre des bandelettes pour la vessie pour la ressuporter. Il était fout furieux, il l'a
650 engueulé, après il m'a dit « non je suis en colère, parce que je peux rien faire ».

651 T : Il peut pas m'aider en fait.

652 JM : Il lui dit, votre vessie, les rayons ils ont tout brûlé. Il dit votre vessie elle est collée,
653 normalement on peut décoller mais si je décolle vous avez plus de vessie.

654 Er : En fait j'ai l'impression que tout le monde fait des dégâts de son côté et qu'il n'y a plus de
655 cohérence. C'est à vous de trouver une solution à chaque fois.

656 T : Oui c'est ça.

657 JM : Alors lui quand même il a essayé de trouver des solutions pour l'aider.

658 Er : Ouais, mais dans son périmètre encore une fois.

659 JM : Alors après il lui a dit, la dernière chose, c'est il nous dit vulgairement c'est « une sacoche à
660 chaque jambe ».

661 T : En fait ouais, il voulait me mettre une sacoche à chaque jambe pour être tranquille au niveau
662 des urines. Mais moi je veux pas de ça !

663 Er : Ouais. Pourquoi ? C'est quelque chose qui n'est pas concevable pour vous ?

664 T : Bah non ! C'est rabaissant ! A l'avenant je préfère me protéger et courir aux toilettes vite fait
665 que d'avoir des sacs.

666 Er : Et ça il le comprend ?

667 T : Bah il s'en fout hein. Non et puis en plus je le vois plus, parce qu'une fois en fait, j'avais encore
668 une infection urinaire. Donc en fait on arrive le matin à 6h. J'avais fait une analyse d'urine et je lui
669 avais donné les résultats. Et il m'a pris le soir à 5h. Vous allez pas me dire qu'entre 6h du matin et
670 17h il a pas eu le temps de lire mon dossier quand même ?! Et quand je suis arrivé sur la table il

671 m'a engueulé parce que j'avais une infection urinaire. « Vous vous rendez pas compte ! j'ai loué un
672 bloc pour vous ! ninini nanana », bah il avait qu'à lire mon dossier à ce moment-là ! Et bah il m'a
673 rien fait, pas fait de botox ni rien du tout, il m'a engueulé, puis il m'a renvoyé. J'ai dis « bah
674 puisque c'est comme ça je viens plus ». Donc voilà, ça s'est arrêté là.

675 Er : Et puis par rapport aux poches, il se pose que la question du côté fonctionnel.

676 T : Ouais voilà !

677 Er : Pour lui il propose une solution. Mais après la dignité de la personne...

678 T : Voilà. Il s'en fout.

679 Er : Tous les soucis de l'individus et les problèmes que ça peut poser dans la vie sociale, dans la vie
680 de couple...

681 JM : Bah ça il rentre pas dedans. Après ils ont voulu la faire retravailler. Mais moi je leur ai dit
682 qu'elle ne pourrait pas. Donc même la médecine du travail, il en avait rien à cirer, ils voulaient
683 absolument la faire travailler. A chaque fois que j'y suis allé, je leur ai expliqué qu'elle pouvait pas.
684 La médecine du travail, le docteur elle me fait « vous savez monsieur... », je pense qu'elle devait se
685 dire « c'est lui qui veut qu'elle touche une pension », je l'ai compris comme ça et je pense que
686 c'est ce qu'elle devait penser. Et du coup elle me fait « oui mais vous savez monsieur, on peut faire
687 travailler des gens. Regardez, moi je travaille assise ». Alors elle boitait un petit peu. J'ai pas voulu
688 lui dire vulgairement « Mais madame, vous vous chiez pas dessus, vous vous pissiez pas dessus ! »
689 Parce que je lui ai dit « ma femme il lui faut une camionnette derrière ». Ah bah oui mais bon.
690 Vous iriez vous travailler avec la merde au cul et la pisse au cul avec des collègues ? C'est pas la
691 peine.

692 Er : La médecine du travail ?

693 JM : Ouais. Alors c'est un petit jeune de la plateforme de maintien dans l'emploi qui nous appelait
694 souvent. Au début je lui ai dit, on a essayé.

695 T : C'est vrai parce que moi en fait, ici je donnais des colis. Mais en fait je peux donner les colis
696 mais si j'ai, il m'arrive parfois de rester, sans mentir, quatre heures aux toilettes. Et il me dit, si
697 jamais quelqu'un vient chercher un colis que t'es aux toilettes, comment tu fais ? Une fois ça va
698 aller, deux fois, ça va aller, mais au bout d'un moment les gens ils vont être colère.

699 Er : Bien sûr. Et vous vous n'avez pas à vous justifier devant tout l'immeuble.

700 T : Voilà ! Et du coup le jeune homme il a compris, il a très bien compris que même si je voulais
701 travailler je ne pourrais pas. Il y a même une, à la sécurité sociale ils m'ont dit que j'avais qu'à faire
702 nourrice agréée. Ouais mais si je suis collée aux toilettes, je vais quand même pas emmener les
703 marmots avec moi à la...

704 JM : ça c'est le médecin conseil ! Le médecin conseil (inaudible) L'invalidité ? Bah il me fait « je
705 vous demande l'invalidité type 1 », en sachant tout ce qu'elle avait comme séquelles. (inaudible).
706 Je vous demande l'invalidité type 1, bon on s'en va. Et puis donc elle était en longue maladie, donc
707 affection longue durée, c'est trois ans. Et on arrive au bout. Moi je me dis « c'est bon », on va
708 prendre le relais. Et je vois plus d'argent qui revient, et là je deviens fou, je me dis « mais qu'est-ce
709 qu'il se passe ? ». Donc j'appelle la sécu je demande « qu'est-ce qu'il se passe ? Mon épouse n'a
710 pas touché ses indemnités et tout. », « bah l'affection longue durée elle est finie », elle me fait
711 « bah qu'est-ce qu'on vous a dit ? vous avez vu le médecin conseil ? », je lui fais « oui ».
712 (inaudible). « Vous avez amené votre dossier quand ? », je lui fais « quel dossier ? j'ai jamais eu de
713 dossier », elle me dit « bah le médecin conseil il vous a pas donné de dossier ? », bah je lui fais
714 « non ! le médecin conseil il nous a juste dit qu'elle la mettait en invalidité », alors déjà on a perdu

715 un mois ou deux de versement d'indemnité, et puis bah elle me fait « bah il aurait dû vous donner
 716 un dossier à remplir, mais qu'est-ce que c'est que ça et tout ? ». Alors à Versailles ils m'ont fait
 717 venir tout de suite, elle m'a donné le dossier, je reviens avec et après je dis « j'en fais quoi ? ». Bah
 718 elle me dit « vous le remplissez, vous nous le ramenez et nous on l'envoie ». Et puis sur l'entre fait,
 719 on arrive ici et pour le remplir on demande quelques renseignements et puis elle fait bah « vous
 720 nous le ramenez ? », bah elle fait « non non », elle fait « vous savez quoi ? vous le prenez, vous
 721 allez directement à Paris, vous l'emmenez et vous le remettez en main propre ». J'ai dû courir
 722 après et le remettre en main propre et là on a été reconnu en invalidité type 1. Et avec le temps,
 723 un jour on a rencontré une assistante sociale de la cramif, qui verse les indemnités. Elle lui
 724 explique et tout, elle fait « mais madame je comprends pas, tout ce que vous avez comme
 725 séquelles, vous devez être au type 2 depuis le début », « bah je suis en train de me battre depuis le
 726 début mais on veut pas m'entendre ».

727 Er : Faut se battre pour être reconnu, en plus dans une catégorie où on est réduit à un dossier en
 728 fait ?

729 T : Oh bah là maintenant on est un numéro hein !

730 Er : On est un numéro ?

731 T : Oui.

732 JM : (inaudible) médecine du travail. Toc toc toc toc. Alors à un moment donné, la dernière fois
 733 que j'y suis allé avec elle, je lui dit « faut reconnaître que non pour moi elle peut pas travailler »
 734 (inaudible) On va voir le médecin...

735 T : A Beaujon.

736 JM : Ouais à Beaujon. (inaudible). Mais sortie de là, avec toutes les séquelles qu'elle avait, toutes
 737 les catastrophes, elle voulait mourir. Et moi elle me dit « j'en ai marre ! » à chaque fois elle partait
 738 en live et elle est traitée pour un syndrome dépressif. Déjà rien que ça tu te retrouves en
 739 invalidité. C'est-à-dire que même ça ils en ont pas tenu compte. Et du coup, on va voir le médecin
 740 et puis là après tu vois les internes, t'as plus à faire au professeur. Le professeur : « Bonjour
 741 Madame G. ça va ? », c'était toujours comme ça. Et puis un jour, il passe sa tête : « Bonjour
 742 Madame G. ça va ? », elle fait « Non ! ça va pas ». Alors il fait « Qu'est-ce qu'il se passe ? », « Ah
 743 c'est le bordel », « Ah bon ? Qu'est-ce qu'il se passe ? », « Oui et ben je suis toujours aux toilettes,
 744 nani nana... » Alors lui, grand professeur, tiens-toi bien, il y a un truc qu'il a pas dit et j'y reviendrai
 745 après, et il fait « Qu'est-ce qu'il se passe ? », bah elle dit « Je suis aux toilettes tout le temps, je
 746 peux passer des heures, je jour, la nuit, sans arrêt... », « Mais faut savoir pour vous, le minimum
 747 c'est sept fois par jour », je le regarde, je lui fais, « Je sais bien docteur mais là c'est dix fois par
 748 heure », « Ah bon ? », « Et puis là j'ai un autre problème, on veut me la faire travailler ». Il me dit
 749 « Comment ça ? », bah je dis « oui, j'ai un problème avec la médecine du travail, ils veulent me la
 750 faire retravailler », mais je lui dis « moi pour moi, elle peut pas ». Et puis il me dit « bah oui mais
 751 bon... » alors il repart dans un autre truc, puis je lui dis « maintenant, je vais juste vous dire un
 752 truc, j'ai une femme qui veut mourir », « Ah bon ?! » il me dit. Il referme la porte une deuxième
 753 fois et il me dit « bah je vous fais tous les papiers que vous voulez ». Alors je fais « Non ». Il me dit
 754 « Vous voulez quoi ? ». Je lui dis « Moi je veux rien », je lui dis « c'est vous le docteur, pas moi.
 755 C'est à vous d'attester l'état dans lequel elle se trouve aujourd'hui, avec tous les séquelles qu'elle
 756 a, ce qu'elle peut faire ou pas faire ». Bon il fait un petit truc dans son parlophone là il fait, bon il
 757 me dit « voilà... », alors il a jamais dit qu'elle ne pouvait pas travailler, il a dit qu'elle ne pouvait pas
 758 prendre les transports. Bon déjà rien que ça (inaudible). Il me fait « ça vous va ? », je lui fais « C'est
 759 vous le docteur, c'est pas moi ». Donc il me dit « je vous l'envoie par courrier » et après on est allé
 760 chez le, chez l'urologue. Et l'urologue c'est pareil, lui il a pas fait de difficultés, il me dit « voilà

761 Monsieur G., je vous donne avec ça... ». Bon, il me donne le truc et on va voir le petit jeune. Le
 762 petit jeune, il demandait tout le temps « Alors Madame G. vous en êtes où ? ». Bah (inaudible)
 763 « Bah vous me tenez au courant et dès que vous avez quelque chose, on se tient au courant et je
 764 vous appelle, vous m'appellez et puis on en discute ». Et puis un jour il l'appelle, il dit « Madame G.
 765 vous en êtes où ? », bah elle fait « j'ai pas été opérée moi Monsieur, mais de toute façon je
 766 voudrais bien travailler mais je peux pas » (inaudible) et il discute un peu avec elle gentiment, il
 767 prend un petit peu la température et puis il me fait « vous avez des certificats ? » « je lui fait non
 768 (inaudible) dans 15 jours c'est fini ». Alors le professeur, il y avait un truc qu'il avait pas vu, il faut
 769 savoir que quand tu fais une occlusion, parce que ce qu'elle avait, qu'elle était aux toilettes tout le
 770 temps, c'est une occlusion. On est retourné le voir et là il nous renvoie sur le docteur qui avait fait
 771 sa première coloscopie et il lui dit « vous allez faire une coloscopie de contrôle et on va le voir ». Et
 772 lui qui ne fait que des coloscopies, il lui explique « il y a un truc que je comprends pas », « Qu'est-
 773 ce que vous dites ? », « Pour moi vous êtes bouchée ». Elle fait, « bah non c'est pas possible c'est
 774 liquide et tout ». Il fait « non non, moi je vous le dis que vous êtes bouchée », « Ah non ! », « Si si !
 775 Ne bougez pas, allô la radiologie ? je vous envoie quelqu'un, vous faites une radio tout de suite et
 776 vous m'envoyez le résultat en retour ». Alors elle fait la radio et tout. Et on s'assoie. Il dit « Vous
 777 voyez Madame G., vous êtes bouchée, votre intestin il est plein ». L'autre il avait pas vu.

778 Er : Le professeur ne l'avait même pas vu.

779 T : Et puis il y a une chose aussi que, qui a été bizarre c'est que, quand, normalement je prends de
 780 l'immodium pour éviter d'aller trop aux toilettes, et celui qui a vu que j'étais bouchée, il m'a dit
 781 que je devais prendre un immodium si j'allais plusieurs fois aux toilettes. Et je devais en prendre
 782 que un par jour. Un seulement quand j'allais aux toilettes. Et donc pendant les vacances, je ne
 783 mangeais pas du tout. Parce que sinon j'étais toujours aux toilettes et du coup quand je suis
 784 revenue de là, j'ai été voir mon médecin traitant. Je dis « docteur c'est pas normal, je mange plus
 785 parce que je suis toujours coincée aux toilettes et puis c'est pas agréable d'être toujours aux
 786 toilettes ». Il me fait « Mais vous prenez pas d'immodium ? », « Bah non, on m'a dit d'en prendre
 787 qu'une fois de temps à autres quoi ». Il me dit « Mais non Madame G. vous devez en prendre deux
 788 matin, deux midi, deux le soir ! ».

789 Er : Mais c'est infernal ! Chacun dit des trucs complètement différents !

790 T : Bah voilà !

791 Er : Et vous en fait, vous êtes là, tout le monde a sa petite spécialisation, vous devez déjà formuler
 792 vous-même vos propres problèmes alors que vous êtes pas médecin...

793 JM : On doit répéter à chaque fois.

794 Er : On doit formuler ses propres problèmes, faire presque un autodiagnostic, aller voir des
 795 médecins à droite à gauche, qui prennent à peine le temps de vous voir, qui ne vous considèrent
 796 même pas, qui vous considèrent comme un numéro, et puis tantôt on est une vessie, tantôt on est
 797 un côlon, tantôt on est ci, on est ça, parce qu'on va voir que des spécialistes. Et il n'y a personne
 798 qui est là pour fédérer en fin de compte ? C'est vous qui devez tout faire !

799 JM : Et puis là t'es lâché hein ! Une fois que t'a été traité, ils te lâchent dans la nature, t'as un
 800 problème, si tu sais pas exprimer ce que tu ressens, ce qui te dérange ou ce qui va et ce qui ne va
 801 pas, bah si ils veulent savoir ce qui va pour les statistiques, pour dire « oui bah celui-là c'est bien ».
 802 Après tu peux regarder le pourcentage de ceci ou cela, ça tu l'as. Mais après... (frappe des mains).
 803 Là il lui a donné un truc c'est, le docteur qui la suit maintenant, il lui a donné un truc c'est ce qu'il
 804 appelle du (inaudible). Tu prends ça...

- 805 (La fille du couple entre dans le salon avec une amie. Elle n'était pas au courant de ma présence.
806 Je suis brièvement présenté. Elle goûte et reste dans le salon avec son amie.)
- 807 Er : Je sais plus ce dont nous étions en train de parler.
- 808 JM : Si, il lui donne une ordonnance pour du normacol. (inaudible). Donc il faut être médecin, tu
809 passes une heure aux toilettes (inaudible).
- 810 T : Non mais de toute façon ça fait cinq ans qu'elle me le donne, ça fait cinq ans qu'il est chez le
811 pharmacien, je veux pas l'essayer. Je lui ai dit « De toute façon à la base, j'ai toujours mal au
812 ventre et donc je vais pas encore rajouter un truc qui me donne toujours mal au ventre aussi ».
813 Donc elle me dit « Oui, mais Madame G., faut essayer, faut essayer », je lui ai dit « Mais j'ai pas
814 besoin d'essayer ! je suis tout le temps aux toilettes, donc qu'est-ce que vous voulez que j'essaye
815 un truc en plus ? bah ça irait pas ! »
- 816 JM : Mais si ils essaient pas après ça rentre dans les statistiques.
- 817 T : Tant qu'elle m'obligera à le prendre, je le prendrai pas.
- 818 JM : Mais ils font des rapports sur la durée de vie à cinq ans, machin, de récidives, les trucs, les
819 machins et donc tel produit, ça fonctionne autant... Tu regardes sur internet, c'est un truc de fou !
820 Tu sers de cobaye après ! »
- 821 T : Ouais voilà, c'est ça ! Mais moi je suis pas un cobaye. Il me semble que j'ai déjà été assez...
- 822 JM : Au début, pas trop, c'est...
- 823 T : Ouais mais là, je pense qu'avec tout ce qu'ils m'ont fait, je pense que ça y est, j'ai déjà assez
824 servie de cobaye. C'est bon. Ça s'arrête.
- 825 Er : Vous avez l'impression que finalement la médecine aujourd'hui elle est plus là pour soigner les
826 gens mais pour répondre à des, parce que je vois pas exemple la médecine du travail « Mais
827 comment ça vous ne pouvez pas travailler ? », le médecin conseil, la sécurité sociale qui vous
828 demandent toujours de rendre des comptes. En fait la médecine elle est pas au service des
829 individus...
- 830 T : Non !
- 831 Er : Mais au service d'un système...
- 832 T : Ouais voilà c'est ça ! Il y a la médecine du travail, elle voulait que je prenne les transports en
833 commun pour aller travailler dans un bureau. Déjà, prendre un transport en commun, s'il y a pas
834 de toilettes je fais comment ? Si jamais, admettons, ouais ok je vais travailler en bureau. Mais si un
835 patron me dit « bah écoutez Madame G., vous avez ça, vous avez 4h pour me faire ça », si pendant
836 ces 4h là, je vais 15 fois aux toilettes, mon dossier il sera pas fait ! Le patron il sera pas content ! Et
837 je fais comment là ? Bah oui effectivement, il faudrait peut-être comprendre qu'il y a des
838 moments où il faut dire, « je ne peux pas travailler, je ne peux pas travailler » point barre. C'est
839 tout, ça s'arrête là.
- 840 JM : En plus le truc, c'est que tu, admettons que tu perdes ton boulot, ou que tu peux pas
841 reprendre ton boulot, c'est à toi de chercher autre chose à faire, à savoir ce que tu vas faire. Le fait
842 que tu sois dans une maladie, t'es complètement à l'ouest mais faut que tu saches ce que tu vas
843 faire derrière.
- 844 Er : Ouais. En fait c'est à vous de trouver des solutions personnelles à des problèmes qui sont
845 censés être des problèmes pris en charge par la collectivité, alors qu'en plus, toutes vos séquelles
846 ont été créées par le corps médical lui-même.

- 847 T : Oui voilà c'est ça.
- 848 Er : Et ça, psychologiquement, comment est-ce qu'on... Parce que c'est quand même un regard
849 que la société pose sur soi. Ça aussi ça vous, au-delà du fait que votre maladie soit difficile
850 psychologiquement, cette attitude de la société, du corps médical à votre égard, est-ce que ça ça
851 vous pèse psychologiquement ?
- 852 T : Bah oui parce que je vais, j'étais chez la psy là donc... bah c'est simple, au départ, quand je
853 savais pas qu'il fallait que je prenne de l'immodium, on prenait l'autoroute et je m'arrêtais tout le
854 temps...
- 855 JM : Ah les aires d'autoroutes on les faisait toutes.
- 856 T : Et du coup, c'est là que, dans ces cas-là on veut mourir. Et... qu'est-ce que je voulais dire ? Le
857 fait qu'ils comprennent pas que la vie ne reviendra jamais comme avant, déjà ça, bah on a envie
858 de mourir aussi.
- 859 Er : Vous parlez de médecins en plus ?
- 860 T : Oui !
- 861 Er : Et ils comprennent pas ?
- 862 T : Ils comprennent pas ! Ils comprennent pas ! Pour eux, ça y est, je suis guérie, je dois aller
863 bosser. Mais ils comprennent pas que d'aller 4 à 5h par nuit aux toilettes ou dans la journée... il y a
864 rien derrière ! Enfin je veux dire... Et c'est pour ça que j'ai décidé d'aller voir un psychologue, pour
865 que, pour que je puisse essayer de ravoir une vie plus ou moins entre guillemets normale quoi.
866 Parce que, bah dû à tout ça, bah j'ai plus envie de manger, j'ai plus envie de faire le ménage, j'ai
867 plus envie de sortir, on n'a plus envie de rien quoi. Et c'est pour ça que j'ai un traitement contre la
868 dépression. Parce que je, personnellement je vais pas bien.
- 869 Er : Il y a un manque de considération ? Un manque de reconnaissance ? Un manque d'empathie ?
- 870 T : Déjà à la base, je ne suis plus une femme.
- 871 Er : Vous n'est plus une femme ? C'est dur comme...
- 872 T : Bah oui je ne suis plus une femme. Je n'ai plus d'emploi, donc je ne suis plus gardienne, donc je
873 ne connais plus personne dans la résidence, donc ça ça me fait beaucoup de mal parce qu'avant je
874 connaissais tout le monde. Maintenant je connais plus personne. Et en fait le seul truc qu'il me
875 reste, c'est d'être mamie. C'est la seule chose qu'il me reste et qui m'apporte.
- 876 Er : Vous avez des enfants qui ont...
- 877 T : Bah en fait, Emilie elle a un petit garçon et mon autre fille a une petite fille aussi. C'est la seule
878 chose qu'il me reste, être mamie.
- 879 Er : Et mère aussi peut-être.
- 880 T : Mère euh... elle se débrouille bien encore déjà toute seule donc ça va.
- 881 La fille : c'est pas vrai.
- 882 T : Non parce qu'elle est maman.
- 883 La fille : Tu peux être maman, mais faut que tu gardes ta place de mamie aussi.
- 884 T : Ouais voilà c'est ça.
- 885 Er : (rire). Vous vous occupez des petits pendant qu'elle va à l'école ?

- 886 T : Bah en fait, j'emmène Mathéo à la crèche le matin et je vais le rechercher le soir et donc de
887 temps à autre, j'ai Mathéo et Ilona à la maison, mais c'est à la maison et pas, on va pas dehors, on
888 va pas se promener, on va pas à la balançoire, on va pas au parc, on reste ici.
- 889 Er : Et en fait, c'est à la fois tous les problèmes que ça vous a créé sur le plan physique et aussi le
890 manque de considération, qui fait que vous vous posez la question... enfin, vous vous êtes posé la
891 question : « Qui suis-je ? »
- 892 T : Je ne suis rien. Je me suis dit maintenant, je suis une mamie c'est tout. Si le Seigneur m'a laissé
893 vivre sur cette Terre, c'est pour être mamie. Point barre. Ça s'arrête là.
- 894 Er : Mais dire que vous n'êtes plus une femme, je trouve ça très dur.
- 895 T : Bah je ne suis plus une femme parce que je peux plus avoir de rapport avec mon mari. Il y a
896 plus rien entre mon mari et moi et encore j'ai de la chance, ça fait 7 ans que ça dure et mon mari
897 est toujours là, alors que dans les statistiques normalement, une femme qui a un cancer, 10 %, il
898 reste que 10 % des hommes qui restent avec leur femme.
- 899 Er : Vous êtes mamie mais aussi toujours la femme de votre mari qui vous aime.
- 900 T : Ouais, voilà. On s'aime énormément donc heureusement qu'il y a l'amour entre nous, qu'on se
901 porte l'un pour l'autre. Sinon il y a plus rien du tout... on est... voilà.
- 902 Er : Et vous dites aussi que vous n'êtes plus gardienne et que vous ne voyez plus personne.
903 Personne ne vient vous rendre visite ?
- 904 T : Non. Personne ne vient me voir, moi je ne sors pas et je ne connais plus personne. Donc les
905 gens quand je leur dis bonjour parce que je leur dis bonjour, parce que c'est normal j'étais la
906 gardienne donc je dis bonjour. Mais les gens ils me regardent comme si j'étais une bête curieuse
907 quoi. « Pourquoi elle me dit bonjour celle-là ? »
- 908 Er : Et ils savent ce qu'il vous est arrivé ?
- 909 T : Quelques-uns oui mais pas les autres.
- 910 Er : Ok. Vous évoquez la religion, le Seigneur, c'est quelque chose qui vous aide ça ?
- 911 T : La religion ça nous est venu quand je suis allé à Beaujon. Parce que je me suis fait opérée de la
912 fistule colrectale et du coup il m'a réopéré et je suis tombé dans la même chambre qu'une dame
913 qui était fort chrétienne et donc elle m'a donné un livre de « Marie qui défait les nœuds ».
- 914 Er : Marie comment ?
- 915 T : Marie qui défait les nœuds.
- 916 Er : D'accord je ne connais pas. Qui est cette dame ?
- 917 T : Marie, la Vierge Marie.
- 918 Er : Ah d'accord ! J'avais pas compris !
- 919 T : En fait c'est Marie qui défait les nœuds (mime)
- 920 Er : Ah ! J'avais pas du tout compris !
- 921 T : Elle a un ruban et en fait quand on la prie elle enlève tous les soucis de notre vie.
- 922 Er : Moi j'avais compris que vous parliez d'une dame qui s'appelait Marie Quidéféléneux. (rire)
- 923 T : (rire). Et en fait on a rencontré sa cousine qui travaillait à Beaujon et donc je lui ai montré le
924 livre que la dame m'avait donné et elle m'a dit que c'était très gentil de sa part et comme sa
925 cousine est très chrétienne, et qu'elle va partout dans les églises et tout ça, elle a dit à JM (le mari)

926 comme il se sentait pas bien et tout, elle a dit « va à l'église ». Et JM il a dit « Pas maintenant. Pas
927 maintenant. Pas maintenant. Pas maintenant » et puis au bout, un beau jour il y est allé et il se
928 sentait mieux et il m'a dit « tu devrais venir » et puis donc j'y suis allée. Et c'est vrai que
929 maintenant bah, je suis la nouvelle intendante de la maison paroissiale (rire). Donc bah en fait je
930 fais pas grand-chose hein ? Je vais là-bas, je rentre, je vais faire un tour, je ressors et je regarde si
931 tout va bien, si tout est bien en place et tout. Ça dure pas longtemps, un petit quart d'heure mais
932 ça me fait du bien. De me sentir utile à quelque chose ça me fait du bien. Et puis d'être bien aussi
933 avec les gens de la paroisse. Quand on se voit, on se demande tous des nouvelles des uns des
934 autres et le Père B. est très très gentil, mais c'est vrai que ça fait du bien.

935 Er : Et vous n'étiez pas croyants tous les deux à la base ?

936 T : Si on était croyant mais pas pratiquants.

937 JM : ça n'existe pas.

938 Er : Comment ?

939 JM : ça ne doit pas exister mais bon. Tu es croyant, tu vas à l'église sinon.

940 Er : Il y a plein de gens qui sont croyants et qui pratiquent pas.

941 T : Ouais voilà c'est ça. Bah Emilie elle a fait sa communion et elle croyait pas hein.

942 JM : Bah il faut qu'il te tombe une tuile pour te dire « tiens faut que...

943 Er : Ouais, il faut une expérience... Et ça parlait de quoi ce livre *Marie qui défait les nœuds* ?

944 T : Et bah en fait, c'est des prières qu'on fait tous les jours et on demande à ce qu'elle enlève... par
945 exemple un souci de notre vie, par exemple...

946 JM : C'est un ruban avec des nœuds dessus et c'est Marie qui défait les nœuds parce que chaque
947 fois que tu fais ta prière, ça enlève un nœud de ta vie.

948 Er : D'accord. Vous l'avez lu aussi ? (au mari)

949 JM : Non moi je l'ai pas lu.

950 T : Non il y a que moi qui l'ai lu. Et bah je les fais et puis bah en fait ça enlève les petits soucis de la
951 vie par exemple quand on n'a pas d'argent. On demande si ça peut aller mieux après, enfin des
952 trucs comme ça quoi.

953 Er : Et est-ce que à un moment de votre vie qui manquait de sens, justement la religion est venue
954 apporter du sens à cette vie ?

955 T : Ouais. Elle en apporte beaucoup en ce moment.

956 Er : Parce que ça vous permet de vous sentir utile ? De trouver de la dignité ?

957 T : Je vais vous raconter un truc. Samedi JM avait très mal au dos et il était complètement tordu et
958 donc je suis allée sur internet et j'ai regardé les archanges. Et donc je suis tombée sur Archange
959 Raphaël, et donc il est guérisseur et je lui ai demandé s'il pouvait me donner un coup de main pour
960 aider JM à guérir. Et donc le lendemain je vais à l'église parce que j'avais fait une messe à mon
961 père et j'arrive dans l'église, je vais pour m'asseoir à ma place et manque de bol, il y avait des
962 communions. Donc je suis allée de l'autre côté et je suis tombée sur une personne, j'ai dit « je
963 peux m'asseoir à côté de vous ? », elle me fait « oui ». Je dis « parce que d'habitude je viens avec
964 mon mari mais là il est cloué au lit, il a mal au dos ». Et ben c'était une, une ostéopathe et elle m'a
965 dit « ben demandez lui de venir à 14h, je vais le soigner ». Et elle l'a soigné gratuitement. Donc
966 quelque part il y a quelque chose quand même ! (rire) Et ça...

- 967 Er : ça pose question.
- 968 T : Voilà !
- 969 Er : Vous ça vous a...
- 970 T : Ah oui, bah je me suis dit, « ben franchement Raphaël m'a aidé ». Donc oui il y a quelque chose.
- 971 Er : Et la spiritualité qu'est-ce que ça vous apporte ? Vous croyez en la vie après la mort ?
- 972 T : Oui. Le purgatoire, oui.
- 973 Er : Et qu'est-ce que ça représente pour vous ? Parce que j'ai rencontré par exemple des athées
974 qui pensent qu'il n'y a rien. Et notamment une athée qui avait aussi des problèmes de santé et
975 voilà, elle avait une vision de la mort qui était très... et donc de la vie aussi, qui était quand même
976 assez noire. Parce que finalement, on pense qu'il n'y a rien et on ne voit pas plus loin que sa
977 maladie. Et coup la mort pour vous c'est pas quelque chose de... ?
- 978 T : Bah non. Du coup pour moi la mort c'est pas quelque chose de méchant, c'est pas... c'est une
979 autre vie qui se fait ailleurs.
- 980 Er : Ouais. Qui donne du sens peut-être aussi à ce que vous vivez aujourd'hui ? A vos épreuves
981 quoi.
- 982 T : Ouais.
- 983 JM : Ouais. Parce que sinon ça n'a pas de sens. Moi je me suis demandé parfois.
- 984 Er : Oui, on se demande pourquoi ça nous arrive.
- 985 JM : Oui parce que, bon t'as des soucis dans la vie, on en a tout le temps hein, des petits. Et puis
986 quand tout va bien ça va. Et puis d'un seul coup, PAF ! t'as une tuile qui te tombe dessus. Et tu te
987 dis « pourquoi ? », tu te demandes pourquoi. T'as beau cherché, t'as pas de réponse.
- 988 Er : Et à cinquante ans, est-ce qu'il y a plus de tuiles ?
- 989 JM : Non non non. Je pense c'est l'une des plus grosses tuiles qu'on a pu avoir. Là tu te dis bon... Et
990 après, c'est là que j'ai quand même senti le besoin qu'il fallait que je fasse quelque chose. Donc je
991 suis retourné à l'Eglise. Bah les premiers jours, franchement les premiers jours je me suis dit
992 « Mais qu'est-ce que je fous là ? ». Et puis les gens ils te parlent pas, ils te connaissent pas. J'y suis
993 allé une fois, deux fois et puis un jour, il y a une dame à la paroisse, elle traversait toujours la
994 résidence pour aller chercher les gamins à l'école et quand elle est tombée malade on discutait
995 beaucoup. Et puis quand elle m'a vu là, elle m'a dit (inaudible). Et quand elle a baptisé son, enfin la
996 plus vieille elle a baptisé sa fille, et du coup elle me fait « bah tiens, vu que ça va pas, je prends
997 rendez-vous pour le baptême et puis je te prends rendez-vous pour toi ». Donc j'ai rencontré le
998 père, on a discuté un petit peu et puis il me dit « là on arrête tout », là on est divorcé et remarié
999 (inaudible), ce qui fait que t'as pas le droit à la communion, t'as pas le droit de...
- 1000 Er : Ah bon ?
- 1001 JM : Ah oui non mais... Mais c'est logique. Mais le temps de l'avalier la pilule, ça fait mal.
- 1002 Er : Vous êtes tous les deux divorcés et remariés ?
- 1003 T : Ouais. Tous les deux ouais.
- 1004 JM : Moi je suis marié à l'Eglise donc normalement tu ne peux pas te remarier. Le divorce t'as pas
1005 le droit mais t'as quand même droit à la confession, t'as le droit au corps du Christ. Mais nous on
1006 n'a pas le droit. Donc ça faut l'avalier et du coup je suis allé voir le père, on a discuté un bon
1007 moment, et puis il me dit « là il y a un cheminement » et puis (inaudible) là où j'étais bien accueilli

1008 donc bah (siffle), on va faire ça. Là un jour, il m'envoie une nana dans le noir, alors en plein hiver
1009 dans le noir, 19h, 17h30-18h, quelque chose comme ça. Elle savait mon nom, elle savait que je
1010 travaillais ici, mais elle connaissait pas mon adresse, ni rien du tout. Et bizarrement, je venais de ce
1011 sens-là, elle elle rentrait dans la résidence, dans le noir on s'est tombé dessus l'un et l'autre. Elle
1012 me dit « ah c'est toi que je cherchais », je lui ai dit « bah t'as de la chance parce que normalement
1013 à cette heure-ci je suis rentré chez moi ». Bon bah là tu te dis « tiens c'est bizarre ».

1014 Er : il y a des choses qui sont peut-être pas liées au hasard.

1015 T : C'est comme un fois, il est allé, il a fait une retraite pendant trois jours et il a rencontré
1016 quelqu'un et il a parlé de ce qu'il avait ressenti quand j'ai eu mon cancer. Et là sa femme elle vient
1017 d'avoir un cancer de l'utérus et du coup bah, Greg ça l'a vachement aidé par rapport au ressenti
1018 de JM (le mari) et il dit tout le temps à JM « Merci parce que franchement tout ce que tu m'as dit,
1019 tout ce que t'as ressenti, ça me permet de moi d'aider ma femme et d'avancer aussi avec elle ».

1020 Er : La religion, ça vous donne les mots pour essayer de donner une explication à ce que vous vivez
1021 et ça soulage peut-être la douleur ?

1022 T : Oui et ça aide les gens.

1023 Er : Oui. Ça soulage peut-être pas la douleur du corps mais la douleur de l'esprit ?

1024 T : Ouais c'est ça.

1025 Er : On sent qu'on existe aux yeux d'une entité, enfin de Dieu, de Jésus etc. ?

1026 T : Ouais.

1027 Er : Il y a un manque, dans nos sociétés vous trouvez qu'il y a un manque de spiritualité, de...
1028 Qu'est-ce qui fait qu'aujourd'hui... La spiritualité répond aussi à un manque peut-être que vous
1029 avez eu ? Qu'est-ce que la religion vous apporte et que la société, le monde dans lequel on vit ne
1030 vous apporte pas ?

1031 T : Bah déjà la spiritualité c'est un bien-être, quelque chose qui nous pose, qui nous calme. Par
1032 contre le monde extérieur c'est que de la violence. Donc le monde extérieur ça n'apporte rien. Je
1033 préfère franchement rester ici, faire mes prières, plutôt que d'aller dehors et écouter tout ce qu'il
1034 se passe. Parce que franchement, c'est pas beau dehors.

1035 Er : Mmh. Le regard des autres est violent, l'attitude...

1036 T : Bah tout ce qu'il se passe avec les explosions, le... j'aime pas. Je préfère rester ici dans mon coin
1037 et puis prier.

1038 JM : C'est pareil, après quand tu vas dans les églises tu rencontres des gens. Tu t'aperçois que dans
1039 le milieu de l'Eglise, t'as plein de gens malades, qui sont atteints de cancers. Moi depuis que j'y
1040 vais, et puis là avec le temps, bah tiens lui il a eu un cancer. Et puis finalement tu te dis que t'es
1041 pas tout seul.

1042 Er : Vous avez trouvé un soutien là-dedans.

1043 JM : Ouais.

1044 Er : Autour d'une même cause en plus, spirituelle.

1045 T : Ouais. On se soutien beaucoup.

1046 JM : Les gens tu peux discuter avec eux, enfin « tiens bah mon mari il a eu un cancer ». Et puis là tu
1047 te dis que bah finalement « bon on n'est pas tout seul ».

1048 T : Mmh. Mais une fois quand il y avait eu une jeune femme qui avait perdu son papa, ça faisait
1049 déjà trois ans. Et en fait, je cherchais la lumière de Bethléem, c'est une flamme qui vient de
1050 Bethléem et on la partage tous dans la maison, dans toutes les maisons. Et donc je la vois, elle
1051 était assise sur la banc et elle pleurait. Mais c'était au moment de Noël et je lui dis « Mais
1052 pourquoi tu pleures ? ». Elle me fait « bah parce que j'ai perdu mon papa ». Ma sœur veut qu'on
1053 fasse Noël avec mon frère mais moi je ne veux pas parce que mon papa n'est plus là. Et je dis
1054 « Mais ton papa il aimait Noël ? ». Elle me fait « oui ». Je lui dis « bah il faut que t'y ailles alors ». Et
1055 je l'ai revue plus tard et elle avait le sourire aux lèvres, elle m'a dit « franchement merci d'avoir
1056 parlé avec moi », mais j'étais pas venu pour elle, mais j'étais venue pour chercher la flamme de
1057 Bethléem. Et depuis elle va vachement mieux, parce qu'elle a réussi à passer au-delà. Sinon elle
1058 pleurait tout le temps, elle était vraiment pas bien.

1059 Er : Et je suppose que là, du coup moi je fais le parallèle avec le monde où on vous disait
1060 « voilà... », enfin on a l'impression de pas avoir sa place parce que, déjà, de 1) on nous demande
1061 de travailler alors qu'on peut pas, on se sent un peu inutile etc., un peu entre guillemets un
1062 dossier, une charge pour la sécurité sociale, pour la société en générale, et là, dans l'Eglise et la
1063 spiritualité on arrive à trouver sa place et à se dire qu'on peut aider des gens et reconnaître par là
1064 son utilité.

1065 T : ouais voilà c'est ça.

1066 Er : Et par ailleurs, aussi le fait qu'on soit face à des médecins où il n'y a aucune cohérence, il n'y a
1067 aucune aide etc., là dans l'Eglise justement, on retrouve cette cohérence qui est qu'on croit tous à
1068 la même chose et on peut parler et se comprendre.

1069 T : Ouais. C'est ce qui manque avec les médecins. C'est ce qui manque.

1070 Er : On va dire que l'Eglise permet de soigner un peu l'âme ce que le corps médical ne fait pas.

1071 T : Ouais voilà c'est ça.

1072 JM : C'est les bobos de l'âme hein.

1073 Er : Et c'est aussi important que le corps on va dire.

1074 T : Ouais.

1075 Er : Et du coup, ça me fait penser aussi. Bon, au-delà des médecines alternatives, type ostéopathe
1076 etc., il y a pas mal de médecines qui sont... Alors je sais pas si vous avez entendu par exemple dans
1077 les hôpitaux, il y a les barreurs de feu.

1078 T : Ah oui oui oui !

1079 Er : Les guérisseurs ou des choses comme ça, magnétiseurs, enfin des choses qui sont un peu
1080 plus...

1081 T : Son parrain fait du Réki.

1082 Er : Du Réki ? Qu'est-ce que c'est ?

1083 JM : Alors le Réki c'est, il travaille beaucoup sur les énergies.

1084 T : Je peux vous laisser ? (se lève)

1085 Er : Euh... oui bien sûr.

1086 JM : Il travaille beaucoup sur les énergies. Et il fait ça depuis...

(Le téléphone de JM sonne).

1087 JM : Ah, on va avoir besoin de moi.

Annexes

1088 Er : Bah du coup, l'entretien s'arrêté là ?

1089 T : Ouais.

1090 Er : Ok. Bon bah du coup je vais vous laisser.

1091 T : ça ira ?

1092 Er : Oui oui. C'est vraiment gentil de m'avoir accordé du temps.

4. Chartes d'engagement non plagiat

Déclaration d'originalité

ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT (à insérer dans chaque mémoire)

Afin de valoriser le travail personnel, l'équité, la propriété intellectuelle et le droit d'auteur, il est rappelé que le plagiat, qui consiste à « s'approprier les mots ou les idées de quelqu'un d'autre et de les présenter comme siens », est interdit.

Quelques exemples de plagiat :

- copier le passage d'un livre, d'une revue ou d'une page WEB ou encore du mémoire ou du rapport de stage sans le mettre entre guillemets et /ou sans en mentionner la source ;
- résumer les mêmes types de document sans mentionner la source ;
- insérer dans un travail des données, des graphiques, des images en provenance de sources extérieures non identifiées, non citées ;
- traduire partiellement ou totalement un texte ou réutiliser un travail produit, sans avoir obtenu au préalable l'accord de son auteur ;

Ce qu'il est possible de faire :

- il est possible de reprendre ponctuellement les idées d'un auteur (y compris d'un autre étudiant) ou ses travaux mais il est obligatoire d'indiquer les références utilisées ;
- emprunter textuellement aux autres est possible, sous réserve de placer les citations ou les extraits de textes « entre guillemets » et d'en mentionner la provenance de manière précise y compris pour les images, les tableaux et schémas. Les citations et emprunts doivent être de longueur raisonnable et adaptée aux propos du travail personnel.

Je, soussigné(e)Jacq. Eugène GRELAUD.....

atteste avoir pris connaissance du contenu de cet engagement de « non-plagiat » et déclare m'y conformer dans le cadre de la rédaction de ce mémoire. Je déclare sur l'honneur que le contenu du présent mémoire est original et reflète mon travail personnel. J'atteste que les citations sont correctement signalées par des guillemets et que les sources de tous les emprunts ponctuels à d'autres auteur-e-s, textuels ou non textuels, sont indiquées.

Le non respect de cet engagement m'exposerait à des sanctions.

Signature, précédée de la mention « lu et approuvé ».

lu et approuvé

~~Lu et approuvé~~

Déclaration d'originalité

ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT (à insérer dans chaque mémoire)

Afin de valoriser le travail personnel, l'équité, la propriété intellectuelle et le droit d'auteur, il est rappelé que le plagiat, qui consiste à « s'approprier les mots ou les idées de quelqu'un d'autre et de les présenter comme siens », est interdit.

Quelques exemples de plagiat :

- copier le passage d'un livre, d'une revue ou d'une page WEB ou encore du mémoire ou du rapport de stage sans le mettre entre guillemets et /ou sans en mentionner la source ;
- résumer les mêmes types de document sans mentionner la source ;
- Insérer dans un travail des données, des graphiques, des images en provenance de sources extérieures non identifiées, non citées ;
- traduire partiellement ou totalement un texte ou réutiliser un travail produit, sans avoir obtenu au préalable l'accord de son auteur ;

Ce qu'il est possible de faire :

- il est possible de reprendre ponctuellement les idées d'un auteur (y compris d'un autre étudiant) ou ses travaux mais il est obligatoire d'indiquer les références utilisées ;
- emprunter textuellement aux autres est possible, sous réserve de placer les citations ou les extraits de textes « entre guillemets » et d'en mentionner la provenance de manière précise y compris pour les images, les tableaux et schémas. Les citations et emprunts doivent être de longueur raisonnable et adaptée aux propos du travail personnel.

Je, soussigné(e) Apahtine Pissinallier.....

atteste avoir pris connaissance du contenu de cet engagement de « non-plagiat » et déclare m'y conformer dans le cadre de la rédaction de ce mémoire. Je déclare sur l'honneur que le contenu du présent mémoire est original et relève mon travail personnel. J'atteste que les citations sont correctement signalées par des guillemets et que les sources de tous les emprunts ponctuels à d'autres auteur-e-s, textuels ou non textuels, sont indiquées.

Le non respect de cet engagement m'exposerait à des sanctions.

Signature, précédée de la mention « lu et approuvé ».

Lu et approuvé


Déclaration d'originalité

ENGAGEMENT DE NON PLAGIAT (à insérer dans chaque mémoire)

Afin de valoriser le travail personnel, l'équité, la propriété intellectuelle et le droit d'auteur, il est rappelé que le plagiat, qui consiste à « s'approprier les mots ou les idées de quelqu'un d'autre et de les présenter comme siens », est interdit.

Quelques exemples de plagiat :

- copier le passage d'un livre, d'une revue ou d'une page WEB ou encore du mémoire ou du rapport de stage sans le mettre entre guillemets et /ou sans en mentionner la source ;
- résumer les mêmes types de document sans mentionner la source ;
- Insérer dans un travail des données, des graphiques, des images en provenance de sources extérieures non identifiées, non citées ;
- traduire partiellement ou totalement un texte ou réutiliser un travail produit, sans avoir obtenu au préalable l'accord de son auteur ;

Ce qu'il est possible de faire :

- il est possible de reprendre ponctuellement les idées d'un auteur (y compris d'un autre étudiant) ou ses travaux mais il est obligatoire d'indiquer les références utilisées ;
- emprunter textuellement aux autres est possible, sous réserve de placer les citations ou les extraits de textes « entre guillemets » et d'en mentionner la provenance de manière précise y compris pour les images, les tableaux et schémas. Les citations et emprunts doivent être de longueur raisonnable et adaptée aux propos du travail personnel.

Je, soussigné(e) Mathieu PACE.....

atteste avoir pris connaissance du contenu de cet engagement de « non-plagiat » et déclare m'y conformer dans le cadre de la rédaction de ce mémoire. Je déclare sur l'honneur que le contenu du présent mémoire est original et reflète mon travail personnel. J'atteste que les citations sont correctement signalées par des guillemets et que les sources de tous les emprunts ponctuels à d'autres auteurs, textuels ou non textuels, sont indiquées.

Le non respect de cet engagement m'exposerait à des sanctions.

Signature, précédée de la mention « lu et approuvé ».

Lu et approuvé

