



RENCONTRE



**VALÉRIE
TRIERWEILER
&
CONSTANCE
VERGARA**

“ Le bonheur
ne passe pas
forcément par
le couple”

En signant avec Constance Vergara l'ouvrage *C'est pour une amie*, guide drôle et pratique à destination des quinquas fatiguées des lieux communs qui leur sont accolés, Valérie Trierweiler invite à la réflexion en déconstruisant pas mal d'idées reçues qui nous collent à la peau. Par ici l'interview.

Par Sophie Davant

**Photographe: Alexandre Isard
pour S, par Sophie Davant**

Merci au Royal Monceau – Raffles Paris
pour son accueil chaleureux.

Pourquoi avoir choisi ce titre? **Valérie Trierweiler:** on a beaucoup cherché, Constance et moi de notre côté, l'éditeur du sien, et c'est vrai que ce n'était pas simple de trouver un bon titre... Au final, c'est un jeune homme qui a lu le manuscrit et qui a suggéré: «*En fait, c'est pour vos amies, ce livre.*» Nous avons immédiatement adopté son point de vue. En effet, l'ouvrage, constitué d'anecdotes, de conseils, de chiffres, est assez pratique tout en étant drôle. Il s'adresse à nos amies au sens large, aux femmes de province, comme de la capitale.

Constance Vergara: nous voulions tordre le cou aux idées reçues sur les femmes de 50 ans qui se retrouvent seules, sans enfants, puisque ces derniers quittent le nid. À 50 ans, nous n'avons plus en tête, comme à 30 ans, de « construire une vie avec l'homme qui va avec ». Beaucoup d'entre nous ont une existence bien remplie... C'est le moment de s'occuper de soi, de savoir ce que l'on recherche vraiment pour être heureuse... Il y a de la place pour l'amitié, pour l'amour.

V.T.: oui, ce livre est aussi une ode au célibat. À 50 ans, on peut vivre libre, seule, hors système. Le bonheur ne passe pas forcément par le couple. Mille et une aventures sont devant nous – d'ordre pratique, sentimental, amical, culturel...

C.V.: il y a en effet un chapitre où l'on explique comment souvent les femmes se disent incapables de gérer l'administratif qu'elles ont pris l'habitude de déléguer, par souci de confort, aux hommes... Eh bien, rien que ce sujet parle à nombre de femmes. Cela ne devrait plus être le cas. Et pourtant, cela reste un vrai commandement du patriarcat...

*J'avais
croisé Valérie
Trierweiler*

sur le Bassin d'Arcachon, alors qu'elle participait à son premier raid Défi d'Elles: un raid féminin solidaire qui englobe plusieurs épreuves sportives réunissant des femmes engagées, de tous horizons. L'idée est de se surpasser, entre femmes, pour porter des causes caritatives et faire passer des messages: la prévention du cancer du sein par exemple. Je trouvais sympa que cette ex-Première dame ayant quitté « ses fonctions » un peu trop tôt et sans vraiment l'avoir choisi se fonde presque anonymement, sans prétention, dans ce groupe de sportives, parfois chevronnées. Depuis, elle a renouvelé l'expérience plusieurs fois, un peu partout dans le monde, notamment en bouclant le marathon de New York. Pas mal, non? J'ai admiré son courage, ses prises de parole sans détour, son audace d'avoir osé publier un livre sur sa rupture avec son ex (-président), son humour quand elle participe aux Grosses Têtes... Je me suis donc plongée avec curiosité dans le livre qu'elle vient d'écrire à quatre mains avec son amie journaliste Constance Vergara (*C'est pour une amie*, éd. Les Arènes), dans lequel elle dresse un portrait des quinquas flamboyantes d'aujourd'hui (un thème que l'on connaît bien et que l'on aborde souvent dans notre magazine), qui revendiquent haut et fort leur indépendance, sans en occulter les zones d'ombre ni leur envie de mordre la vie à pleines dents. J'ai eu envie d'en savoir plus en rencontrant ces deux amies. Le courant est si bien passé entre nous que j'ai hâte de les revoir, lors de l'une de leurs soirées entre « filles »!

C.V.: autre exemple, celle qui se retrouve en panne et qui ne sait pas démonter un pneu, le changer, le regonfler... C'est frustrant, il faut s'y coller ou alors prier pour que quelqu'un vous vienne en aide. Ce sont des embûches du quotidien que nous ne connaissons pas auparavant, dans notre vie de couple, de famille.

Vous êtes toutes deux journalistes, amies depuis vingt-cinq ans. Comment est née l'idée de ce livre?

V.T.: justement parce que nous sommes toutes deux journalistes, amies, et qu'en même temps nous avons des expériences différentes. Nous avons travaillé ce livre en mêlant l'anecdote aux chiffres, aux études qui montrent à quel point la société change. Si je vous dis que le nombre de femmes libres de plus de 50 ans a doublé en dix ans... Que 14 millions de femmes sont ménopausées... Vous ne pouvez plus dire comme par le passé que votre vie est derrière vous. Au contraire, c'est un deuxième chapitre qui s'ouvre.

C.V.: c'est vrai qu'en écrivant cet ouvrage, nous avions une idée forte pour fil conducteur. À savoir le fait que notre bonheur ne dépend pas de l'homme de « sa vie ». Au contraire, alors que vous avez consacré vingt ans de votre existence à votre famille, à votre travail, il y a soudain un grand besoin d'ouverture vers les autres. De vraies amitiés se créent, qui sont basées sur la sororité. Et puis commence aussi cette étape où aller chercher du travail, quel qu'il soit, parce que vous avez des enfants à nourrir, ne vous fait plus peur. Tout ce qui vous semblait inintéressant, ou secondaire, devient une aventure, celle du présent. Vous avez un rôle, il faut le trouver. **Les conseils que vous prodiguez sont aussi très importants, graves...**

VT.: évidemment, nous avons voulu être dans la connivence mais en même temps, comme «vous le diriez à une amie», nous donnons des informations très sérieuses. Il y a par exemple cette étude inquiétante sur les quinquas qui ne se protègent pas, qui pensent que les maladies sexuellement transmissibles, dont le VIH, sont des infections d'une autre époque. C'est faux. Dès lors que l'on multiplie

“Nous vivons une période
pleine d'inconnues.
L'âge n'est plus tabou.
Le genre n'est plus tabou.”

Valérie Trierweiler



les relations, il faut se protéger... J'estime qu'il n'y a pas assez de prévention.

Vous allez du côté de la légèreté, du look des femmes, et de cette obsession qui a été celle de nos mères, la minceur, le poids idéal...

VT.: heureusement, la maigreur n'est plus à l'ordre du jour... Et si nous avons vécu dans ces obsessions d'un autre temps, les jeunes femmes d'aujourd'hui nous aident à avancer. Elles sont naturelles, affichent leurs petits bourrelets, n'ont plus cette obsession du «corps modèle». Alors oui, nous nous sentons plus libres. De porter nos cheveux blancs et de mieux nous assumer telles que nous sommes.

Vous écrivez que les hommes jeunes aiment les femmes de 50 ans?

C.V.: il est vrai que certains jeunes sont attirés par des personnes plus âgées. Et puis peut-être se disent-ils qu'avec nous, ils n'auront pas à se confronter au besoin vital de faire des enfants. (*Rires.*) C'est assez tentant, finalement!

VT.: je crois que nous vivons une période pleine d'inconnues. L'âge n'est plus tabou. Le genre n'est plus tabou. Beaucoup de femmes se rendent compte que les relations avec des femmes sont plus douces, plus agréables, moins rigides... Donc oui, dans ce livre, on

apprend énormément de choses qui sont étayées par nos interviews, nos enquêtes et les témoignages de nos amies...

Selon vous, la cinquantaine est un âge stratégique pour la société...

VT.: oui, on ne le dit pas assez, mais à 50 ans, nous sommes un centre névralgique de la société. Nous sommes au milieu du gué, avec des parents vieillissants dont nous nous occupons, des enfants qui quittent le nid peu à peu, mais que nous gérons encore. Nous devons les nourrir... Lorsque l'on est célibataire, travailler n'est pas une option. Donc oui, avoir 50 ans, c'est l'inverse de ce que des phénomènes tels que la ménopause disent de nous, à savoir que nous serions périmées.

Vous évoquez également le deuil amoureux. Comment fait-on?

VT.: un chagrin d'amour est toujours terrible. Il n'y a pas de recette pour s'en protéger. Des conseils, sans doute... Mais pas de recette. Certaines femmes parviennent à le surmonter assez vite. D'autres sont inconsolables. Le deuil est une étape obligatoire...

C.V.: souvent, ce sont les autres, les amis, qui vous aident à passer à la suite. Le temps où on regarde des séries est fini. Il faut se maquiller, sortir... Les autres jouent un grand rôle ►►



►► dans la fin du deuil. J'ai même une amie très cash qui m'a dit un jour: «*Bon, on va arrêter d'en parler et se changer les idées.*» Les coups de pied sont formateurs aussi.

Combien de temps a duré votre deuil de votre relation avec François Hollande?

V.T.: je dirais deux ans... Ce n'est pas si long, en fait. Effectivement, les autres m'ont beaucoup aidée, et la discipline sportive aussi. L'ambiance des cours, les émotions que procurent le sport et l'entraide. Et puis cette phrase que m'a dite Elisabeth Roudinesco: «*Vous vous rendez compte de l'état dans lequel vous auriez été si vous étiez restée jusqu'au bout à ses côtés?*» Elle avait raison... Le statut de président de la République de François Hollande, qui a duré cinq ans, a été très difficile à vivre. Aujourd'hui, cette expérience, qui remonte à il y a une dizaine d'années, me semble incroyable...

Vous évoquez l'entraide... Les femmes ont-elles été présentes au cours de cette période?

V.T.: j'ai reçu beaucoup de lettres, de petits mots d'encouragement. Ces témoignages de soutien étaient touchants et réparateurs.



Le sport aussi est important, dites-vous...

V.T.: oui, par périodes, de manière irrégulière, j'en ai fait intensément. J'ai même couru le marathon de New York en novembre 2022, sous les couleurs de Défi d'Elles. Je voulais le faire en moins de six heures trente. J'ai mis six heures. J'étais tellement fière!

C.V.: alors moi, je ne vais pas vous mentir, je suis inscrite dans une salle de sport mais j'y vais au maximum une fois par mois... Comme vous pouvez le constater, il n'y a pas d'injonction dans ce livre! (*Rires.*)

Autre sujet abordé dans l'ouvrage, l'invisibilité des femmes de plus de 50 ans...

V.T.: oui. 10 % des femmes d'âge mur sont au chômage. Il est compliqué, voire impossible, de trouver du travail après 50 ans. Pourtant, nous sommes de bonnes affaires pour les entreprises... Je pense que c'est très français... En Grande-Bretagne, ce problème n'existe pas.

C.V.: il faut savoir nous montrer astucieuses, car si même si nous sommes célibataires au chômage, nous devons nourrir votre famille!

Vous consacrez également un chapitre au «slashing»...

“Dans quatre mois, j'aurai 60 ans... Je suis déjà presque dans ma prochaine dizaine! J'imagine que je vais garder ma liberté, me rendre disponible pour mes enfants...” Valérie Trierweiler



C.V.: il s'agit d'une réaction à un défaut du monde du travail actuel, qui survalorise la capacité de se démultiplier pour rapporter de l'argent à la maison. En bref, cumuler plusieurs métiers pour constituer un semblant de salaire. Il existe d'ailleurs un salon du Slash.

Comment vous voyez-vous dans dix ans ?

V.T.: dans quatre mois, j'aurai 60 ans... Je suis déjà presque dans ma prochaine dizaine ! J'imagine que je vais garder ma liberté, me rendre disponible pour mes enfants. Peut-être serai-je la parfaite grand-mère, ou bien encore partirai-je au bout du monde.

C.V.: moi, je m'imagine bien pieds nus, au fin fond de l'Amazonie...

Ensuite, vous consacrez un chapitre à la Dropbox, ou cette appli Splid, utilisée entre amis pour déterminer le budget à ne pas dépasser par personne...

C.V.: oui, parmi les applications, nous trouvions qu'il y avait des « trucs » très utiles pour se faciliter la vie !

Et côté engagement ?

V.T.: c'est essentiel. J'ai rejoint le Secours populaire français depuis deux ans...

C.V.: de mon côté, je fais partie de l'association Les Extraordinaires [à l'origine notamment des premiers restaurants solidaires de France, ndr].



TOUT CE QU'ELLES AIMENT

Un film culte ?

V.T. et C.V.: *Sur la route de Madison*, de Clint Eastwood.

Votre livre de chevet ?

V.T.: *La Promesse de l'aube*, de Romain Gary.

Un coup de cœur musical ?

V.T.: *Lucky Love*. Je l'écoute en boucle depuis les J.O.!

C.V.: *Carmen*, de Georges Bizet.

Un film ou une série qui donne la pêche ?

V.T.: la série espagnole *Valeria* (sur Netflix).

C.V.: la série américaine *Nobody Wants This*, où l'héroïne, agnostique, tombe amoureuse d'un rabbin. (sur Netflix).

Une devise ?

V.T.: « *Demain est un autre jour.* »

Et pour les femmes ?

V.T. et C.V.: Croyez en vous, ne renoncez à rien, déculpabilisez. Trouvez ce qui vous rend heureuse, sentez-vous utile dans la société. Ne laissez personne vous victimiser.

Un regret ?

V.T. et C.V.: Que les femmes touchent, entre autres inégalités, un salaire inférieur de 24 % à celui des hommes.

Quel regard portez-vous sur Brigitte Macron ?

V.T.: je trouve qu'elle subit des attaques très violentes. Elle a tellement peur de déranger son mari qu'elle ne communique pas du tout sur ce qu'elle fait. Alors qu'elle est extrêmement engagée. ■