



photo : Tres Camenzind

Les différentes facettes de la vieillesse

Nous sommes sur la voie d'une « société de longue vie ». De plus en plus de personnes atteignent un âge avancé. Elles sont nombreuses à avoir besoin d'aide. Pour Pro Senectute, c'est un nouveau domaine d'activités qui s'ouvre.

La période qui suit la fin de l'activité professionnelle et des obligations à l'égard des enfants se caractérise par une phase de vieillissement « actif » et un passage vers une dépendance

accrue. La transition ne se fait pas du jour au lendemain. Pour de nombreuses personnes, les années gagnées sont signes de nouvelles libertés. C'est un aspect réjouissant de la vieillesse, qui ne doit pas pour autant faire oublier les aspects plus difficiles. Certaines personnes âgées sont tributaires d'un accompagnement fiable et d'un soutien. Les proches – s'il y en a – assument de nombreuses tâches, tout en ayant aussi besoin d'être déchargés ponctuellement.

La présente édition montre la manière dont Pro Senectute vient en aide aux personnes âgées. Elle présente notamment un projet d'habitat visant à souligner l'importance de la solidarité mutuelle, ou le travail de bénévoles qui favorise le contact et renforce les liens sociaux. C'est aussi l'occasion de relever que nous avons réussi, à la fin de l'année du bénévolat, à montrer le caractère indispensable du bénévolat, à l'avenir également.

Mûrir d'accord, mais vieillir ?



Autrefois, les plus de 75 ans étaient considérés comme les plus âgés. Avec l'allongement de l'espérance de vie, c'est désormais seulement à partir de 80 ans que débute le grand âge. Cette longévité accrue fait apparaître une part plus importante de personnes vivant seules et de femmes. Le grand âge se singularise et se féminise.

En français, on exprime la notion d'âge avancé par le « grand âge ».

Elle fait référence à une étape précieuse en dépit des nombreuses limitations qui s'imposent au quotidien et des troubles fonctionnels.

Le grand âge peut nous concerner toutes et tous, et de diverses manières, parce qu'il évolue aussi. C'est ce qui ressort des différents articles de cette édition. Ils montrent les limites de la médecine, décrivent des formes d'habitat pour les personnes d'un âge avancé en Valais et nous font découvrir le service de visite du canton de Schwyz. Le portrait de cette offre permet aussi d'avoir un bon aperçu du bénévolat à Pro Senectute.

La plupart des êtres humains rêvent de vivre à la maison jusqu'à la fin de leur vie. Avec ses différentes prestations de service, Pro Senectute met tout en œuvre pour répondre à ce souhait, en comptant sur le formidable engagement de ses bénévoles.

Charlotte Fritz, responsable Action sociale, Prévention & Recherche, membre de la direction de PS CH

THÈME

En route vers le « quatrième » âge

L'espérance moyenne de vie ne cesse de s'allonger, et de plus en plus de gens atteignent un âge très avancé. Ce fait place tant les individus que la société dans son ensemble face à de nouveaux défis. Pro Senectute propose son soutien.

Kurt Seifert – Responsable du domaine Recherche et travail de base, Pro Senectute Suisse

Les données démographiques et les pronostics servent aussi à influencer l'opinion et à alimenter des scénarios catastrophe : nous devenons trop vieux, nous n'avons pas assez d'enfants, nous ne pouvons plus financer nos retraites et, un beau jour, nos enfants et nos petits-enfants ne toucheront plus l'AVS... Les discours apocalyptiques de ce genre semblent procéder d'une logique scientifique, alors qu'ils éclipsent des questions essentielles par négligence ou de façon délibérée, mais c'est là un autre sujet. Il est ainsi souvent omis de dire que le recul du taux de natalité et la diminution du nombre de

décès précoces constituent des progrès de la civilisation dont nul ne voudrait se passer aujourd'hui. Pourquoi ne serait-il pas possible de concrétiser une société qui préserve précisément ces progrès ?

L'allongement de la durée de vie implique aussi une différenciation de la vieillesse. La phase de vie inaugurée à la fin de la vie active se distingue par le fait que beaucoup de personnes jouissent encore d'une très grande autonomie. Suivant leurs ressources matérielles, les personnes du « troisième » âge peuvent conserver une indépendance plus ou moins importante pendant un certain temps. Elles se consacrent à leurs petits-enfants et leurs amis, s'adonnent à des loisirs ou partent en voyage. Les signes avant-coureurs du déclin des facultés et d'une dépendance croissante de tiers sont toutefois inévitables. Ils annoncent le passage vers le « quatrième » âge, qui, lui, est marqué par un besoin d'aide accru.

Un fardeau pour la société ?

Un des gérontologues les plus en vue dans notre pays, François Höpflinger,

indique que le troisième âge connaît une « revalorisation sociale » de nos jours. En même temps, les « images négatives traditionnelles sur la vieillesse se concentrent de plus en plus sur le grand âge, où l'autonomie d'action des individus est très limitée ». L'augmentation prévue du nombre de personnes ayant besoin de soins serait perçue comme un « fardeau pour le contrat social entre les générations ». Ici aussi, il est essentiel de faire la part des choses : on ne peut pas juste calquer les pourcentages actuels des personnes dépendantes de soins par groupe d'âge et les appliquer à un futur éloigné. Il faut en tout cas tenir compte des conditions de vie modifiées et des progrès dans le domaine médico-technique.

Si le grand âge est avant tout perçu comme un fardeau, la question se pose bien entendu de savoir comment s'en défaire. Les solutions proposées restent souvent floues – or ce n'est pas sans raison : si la réflexion était poussée jusqu'au bout, il en ressortirait des idées pour le moins contestables d'un point de vue éthique. Faudrait-il par

exemple suggérer aux personnes ayant besoin de soins de mettre fin à leurs jours en recourant à l'euthanasie, pour aider l'Etat à faire des économies ? Ou faudrait-il réserver les soins aux personnes qui ont mis de l'argent de côté ? Des propositions de ce genre nous emmènent sur un terrain glissant où il n'existe plus de garde-fous.

La valeur de la vie

Le grand âge fait partie intégrante de la vie, au même titre que l'enfance, l'adolescence ou la période de vie active professionnelle et familiale. Si de plus en plus de gens peuvent atteindre cette phase de la vie grâce aux progrès de la civilisation, il ne faut pas s'en plaindre. Comme toutes les phases précédentes, cette dernière étape de l'existence présente aussi des conditions qui lui sont propres. Les regards extérieurs ont tendance à s'arrêter sur les problèmes. Beaucoup de personnes plus jeunes sont étonnées d'entendre des personnes très âgées dire qu'elles aiment vivre – malgré toutes les limitations et les infirmités qui rendent leur vie quotidienne plus pénible. Prendre conscience de notre finitude ne doit pas être un motif de déprime. Cela peut aussi nous aider à apprécier la vie vécue à cet instant à sa juste valeur.

Des conditions cadres adéquates s'avèrent nécessaires pour que le grand âge n'apparaisse pas comme une menace individuelle et collective. Le besoin de sécurité augmente beaucoup chez les personnes très âgées. Elles ont besoin d'un soutien fiable, que ce soit à leur domicile ou dans une institution. Notamment durant la transition d'une vie indépendante vers une vie marquée par un besoin accru d'assistance, les réseaux sociaux d'une personne sont appelés à jouer un rôle important. Les personnes qui lui offrent leur soutien ont aussi besoin d'appui : elles dépendent d'institutions comme Pro Senectute, les services d'aide et de soins à domicile ou les EMS. Les ressources humaines et financières nécessaires à cet effet doivent être mises à disposition. Cela se révélera impossible sans consensus autour du fait que prendre soin des personnes très âgées représente un devoir de société !



photo: Béatrice Ropers

Comme toutes les phases de la vie, le grand âge présente aussi des conditions qui lui sont propres.

Notre mission

Cela fait partie de la mission de Pro Senectute d'être également disponible pour des femmes et des hommes très âgés, dont toute une partie ne vit d'ailleurs pas dans un home médicalisé. La transition du « troisième » vers le « quatrième » âge est abordée à la consultation sociale. Dans les domaines du sport et de la formation, il existe des offres spécifiques destinées aux personnes très âgées. Sans oublier le travail d'information et de sensibilisation qui fait partie des tâches centrales de Pro Senectute. Nous voulons contri-

buer à ce que les personnes très âgées soient perçues comme des membres à part entière de la société et à ce que leurs besoins et leurs préoccupations soient pris au sérieux.

« L'air du temps – Le grand âge en question » : tel est le titre du congrès de la Société Suisse de gérontologie qui aura lieu à Fribourg les 2 et 3 février 2012. Pour en savoir plus : www.sgg-ssg.ch

Médecine des personnes âgées : quelles limites ?

La médecine se heurte aux limites de la faisabilité et de la capacité financière. Comment peut-on utiliser à bon escient la médecine chez les personnes (très) âgées ? Un éclairage éthique.

Luzius Müller, aumônerie universitaire protestante des deux cantons de Bâle, aumônier à l'hôpital universitaire de Bâle



Grande figure de la bioéthique américaine, Daniel Callahan a publié en 1987 un ouvrage intitulé « Setting Limits : Medical Goals in an Aging Society ». Il y écrit qu'avec les progrès de la médecine, les personnes âgées vivent de plus en plus longtemps. Ce qui signifie que les coûts de la santé continueraient d'augmenter et que l'on

passerait à côté du sens profond de la phase de la vieillesse. L'auteur ajoute que les personnes âgées devraient accepter leur vieillissement et leur mort dans la dignité, et ne pas lutter à tout prix contre leur finitude. Il entendait ainsi limiter la médecine pour les personnes d'un âge avancé. Ce « rationnement » prévoit notamment que l'alimentation artificielle, la réanimation, la dialyse et les antibiotiques ne soient plus prescrits à partir d'un certain âge.

Pas de règles générales

Le problème fondamental du rationnement pour les personnes âgées tel que préconisé par D. Callahan, c'est qu'il découle de représentations données du sens de la vieillesse (= finitude et mort). Dans une société libérale, il est aussi possible d'avoir une idée très différente de la vieillesse. Bien que les thèses de D. Callahan soient largement partagées en Suisse, il n'y a pas lieu d'en extrapoler une règle générale pour la fourniture de soins médicaux aux aînés. De nombreuses personnes rédigent leurs directives anticipées dans une optique qui rejoint les idées du bioéthicien. Mais la différence essentielle entre ce document et les revendications de D. Callahan réside dans son caractère individuel : dans leurs directives anticipées, les personnes déterminent les traitements médicaux qu'elles souhaiteraient une fois âgées, sur la base de leur projection de la vieillesse.

La rédaction de ce document soulève la difficulté de devoir se fonder sur

des prévisions. Tant que des mesures médicales améliorent le confort de vie, nous les plébiscitons, y compris dans la phase de vieillesse. Mais si elles entraînent des interventions pénibles à répétition, leur sens est remis en question. Les soins médicaux impliquent une régression momentanée de la qualité de vie, visant à améliorer celle-ci à plus long terme. Pour les patients très âgés, cet objectif n'est atteignable que dans une mesure limitée, car les processus de guérison sont de plus en plus incertains et longs. Par conséquent, les perspectives d'une amélioration de la qualité de vie s'amenuisent.

Les soins palliatifs et le grand âge

Il convient d'accorder une plus grande importance à la médecine palliative chez les personnes très âgées. Elle maintient autant que possible la qualité de vie de la personne, sans nourrir d'improbables espoirs de guérison. La médecine palliative n'est pas moins chère que la médecine curative. Mais elle entend laisser les personnes concernées dans l'accomplissement de leur vie et dans leur contexte habituel, et leur permettre ainsi d'organiser leur vieillesse et leur fin de vie à leur guise. Un souhait souvent rendu impossible par des mesures curatives intensives. Pour des personnes conscientes du peu de temps qui leur reste à vivre, la médecine palliative constitue un choix intéressant, pour autant, bien entendu, qu'elle émane de la volonté propre et explicite du patient.



photo: Irès Camenzind

Les résidant-e-s des communautés d'habitation domino font appel, en fonction de leurs besoins, aux services du CMS et de Pro Senectute, comme l'aide au ménage.

SAVOIRS SPÉCIALISÉS

Les appartements *domino* : vivre en communauté pour rester autonome

La question de l'habitat devient, avec l'âge, une question très importante. L'appartement *domino* constitue une alternative crédible au placement en institution pour les personnes ne pouvant plus rester à domicile ou souffrant de profonde solitude.

Jean-Pierre Lugon, Directeur Pro Senectute Valais

En effet, le lieu de vie n'est pas toujours adapté lorsque surviennent les premières difficultés à se mouvoir (barrières architecturales). Avec l'âge, le départ des enfants et la perte du conjoint, la solitude guette nos aînés. Pour répondre à ces problèmes concrets, il est donc nécessaire d'imaginer des alternatives, qui permettent aux personnes âgées de garder un maximum d'autonomie, tout en leur assurant une sécurité optimale à domicile.

Pro Senectute Valais et le Centre Médico-social de Sion (ci-après CMS) se sont associés pour permettre

l'ouverture, en 2006, d'un appartement à encadrement médico-social à Sion, qui abrite 6 personnes âgées, sur le modèle des *domino* (domicile nouvelle option) développés par le Centre Médico-social de Sierre depuis plusieurs années. Un deuxième *domino* vient d'ouvrir ses portes en 2011, et qui accueille 7 personnes âgées.

L'appartement *domino* constitue selon nous une alternative crédible au placement en institution pour les personnes ne pouvant plus rester à domicile ou souffrant de profonde solitude. Le CMS et Pro Senectute assurent en effet un encadrement sur mesure, en fonction des besoins des résidants (soins à domicile, aide au ménage, repas à domicile, sécurité, soutien social, etc.).

Définition

L'appartement *domino* réunit sous le même toit un petit groupe de personnes âgées tout en respectant l'intimité et l'indépendance de chacune d'entre elles. Il est composé de six studios d'environ

26 m². Chaque studio est équipé d'une cuisine indépendante et d'une salle de bains adaptée, permettant à chaque résidant de préserver au maximum son autonomie. Un espace commun est à disposition des résidants et de leurs proches (cuisine commune et salon). De plus, étant situé au centre de la ville, à proximité des commerces et institutions, l'appartement *domino* permet à la personne âgée de conserver ses habitudes et son réseau.

Des prestations adaptées aux besoins individuels

L'appartement *domino* s'inscrit résolument dans la logique du maintien à domicile. Le locataire reste « maître chez lui » et fait appel aux services du centre médico-social régional et de Pro Senectute, en fonction de ses besoins, notamment Soins à domicile, Repas à domicile, Soutien social, Sécurité à domicile, Moyens auxiliaires.

Les locataires bénéficient en outre d'un encadrement sécurisant assuré par le passage quotidien des auxiliaires de vie du CMS, soit environ 2 heures par jour. Une présence est ainsi offerte, qui tranquillise les locataires et permet aux professionnels de prévenir les éventuels problèmes de ces derniers.

Le cadre professionnel est volontairement minimal. Il ne propose pas d'animations spécifiques ni de présence 24h/24. Ce choix nous a été dicté par notre volonté de promouvoir au maximum l'autonomie de nos locataires. Ce cadre minimal permet ainsi aux locataires de développer entre eux des formes de solidarités nouvelles et de trouver par eux-mêmes des solutions communautaires : échanges de coups de main, soutien et partage entre locataires témoignent de la capacité des personnes âgées à « faire communauté », alors même que leur autonomie s'érousse.

Si les *domino* n'apportent de loin pas toutes les solutions aux problèmes rencontrés par les personnes âgées dépendantes en matière d'habitat, ils représentent bien souvent une étape importante entre le domicile et l'EMS, appréciée tant par les personnes âgées elles-mêmes que par leurs proches. En cela, les *domino* complètent utilement les dispositifs médico-sociaux mis en place dans notre canton.

Enrichissement mutuel

Les bénévoles de Pro Senectute chargés des visites à domicile sont régulièrement confrontés à l'univers des personnes du grand âge, qui sont tributaires d'une aide, et avec lesquelles il n'est pas rare qu'ils nouent des liens personnels. La Schwyzoise Anne-Marie Tschümperlin ne dira pas le contraire puisqu'elle côtoie également de nombreuses personnes âgées dans sa vie privée en dehors de son engagement pour Pro Senectute.

Dieter Sulzer, documentaliste auprès de la bibliothèque et documentation de Pro Senectute Suisse

Malgré une légère brume qui enveloppe les versants montagneux de Schwyz, le soleil brille en cet après-midi de septembre. Anne-Marie Tschümperlin préférerait peut-être se promener au pied de la montagne Mythen plutôt que d'être au bureau. Mais la Schwyzoise, retraitée de longue date et bénévole auprès du service des visites à domicile de Pro Senectute, prend le temps de discuter avec nous. C'est Annemarie Rehm, responsable du service fiduciaire et de la consultation sociale dans plusieurs communes du canton, qui a organisé cette rencontre au bureau de consultation de Pro Senectute Schwyz. En tant que spécialiste de l'accompagnement auprès du service de visite, introduit il y a dix ans à Pro Senectute Schwyz, c'est elle qui tire les ficelles dans l'ombre. Pour manifester sa reconnaissance et sa gratitude, elle laisse largement la parole à sa « visiteuse ».

Anne-Marie Tschümperlin a eu connaissance du service de visite à domicile par le biais d'un dépliant. Elle a découvert qu'il était possible de tenir compagnie à des personnes âgées à mobilité réduite. A l'époque, elle était retraitée depuis un certain temps. Il lui a semblé naturel de s'engager dans ce domaine pour pouvoir mettre à

profit son expérience avec des personnes âgées. Pendant trois ans, elle a pris soin de sa mère atteinte de la maladie de Parkinson, jusqu'au décès de cette dernière, tout en s'occupant de ses cinq enfants. Ce que d'autres auraient pu qualifier de charge était pour elle un accomplissement et une incitation à renouveler cette forme d'engagement: « Cette expérience m'a beaucoup apporté ! C'est ainsi que tout a commencé... ». Outre sa mère, sa belle-mère devenait également de plus en plus tributaire d'une aide en prenant de l'âge. Elle était souvent en voyage après la retraite, mais a été contrainte d'y renoncer à l'âge de 82 ans en raison de problèmes de santé.

Le plaisir d'aider

Au début, Anne-Marie Tschümperlin s'occupait de la lessive. Puis, elle a commencé à donner le bain à sa belle-mère fortement atteinte dans sa mobilité, et a constaté une chose : « J'ai plaisir à le faire, ça me convient parfaitement ! » Aidée par ses belles-sœurs, elle a organisé le « service du midi » en semaine et les visites du dimanche, pour structurer les journées de sa belle-mère. Il a fallu la doter d'un « bouton d'urgence » pour sa sécurité. La deuxième fois qu'elle a dû l'activer, c'était « la fin... ».

« Soigner ma mère
m'a beaucoup apporté.
C'est ainsi qu'est né mon
engagement... »

L'implication du cercle familial n'est pas une évidence pour tout le monde mais, dans ce cas de figure, la vieille dame a eu de la chance que ses proches résident dans les alentours. « De nos jours, les parents habitent à St-Gall, en Autriche ou aux Etats-Unis. Cet éloignement de l'entourage concerne aussi les

pensionnaires de home ; ils reçoivent certes des soins mais ont très peu de contacts, d'où l'importance des visites. » La plupart des visites organisées par Pro Senectute Schwyz sont d'ailleurs effectuées dans des homes, beaucoup moins au domicile privé des personnes âgées.

Un cas loin d'être banal

La personne que la coordinatrice des visites à domicile, également bénévole, a finalement confiée à Anne-Marie Tschümperlin a été décrite comme un « cas lourd » : Vreni (nom fictif), dans la septantaine, a eu une attaque cérébrale il y a quelques années. Elle était restée dans son lit pendant trois jours avant que quelqu'un ne la trouve. Devenue hémiplegique, elle a été contrainte de déménager dans un home. Comme il lui était difficile de nouer des relations avec d'autres pensionnaires, les responsables de l'établissement ont pris contact avec Pro Senectute pour la mise en place de visites. La première visiteuse désignée n'est pas parvenue à gagner la confiance de Vreni. C'est alors qu'Anne-Marie Tschümperlin est entrée en jeu. Au début, elle était très bouleversée : « Je n'aurais jamais pensé qu'une telle misère pouvait encore exister ! Ma Vreni n'avait aucun repère ! » Personne ne lui avait jamais vraiment accordé d'attention. C'était une « personnalité singulière » qui n'avait guère l'envie ni les capacités d'améliorer sa situation. Enfant, elle a perdu l'un de ses parents, ce qui l'a amenée à devoir quitter sa région. Elle a ensuite vécu au contact de religieuses, avant de travailler comme aide dans la restauration durant toute sa vie professionnelle. Elle ne s'est jamais mariée et n'a de contact avec aucun proche, en dehors de son frère qui lui rend visite deux fois par an.

Naissance d'une amitié

Même si les débuts ont été difficiles et qu'elle avait parfois l'impression d'at-



photo: Pro Senectute Suisse

Annemarie Rehm (à g.), spécialiste de l'accompagnement auprès du service de visite de Pro Senectute Schwyz, et Anne-Marie Tschümperlin, bénévole dudit service.

teindre ses limites, Anne-Marie Tschümperlin a finalement réussi à gagner la confiance de Vreni. Une victoire qu'elle doit avant tout à son expérience. Cela fait déjà quatre ans qu'elle passe deux heures avec Vreni tous les mercredis après-midi. Elle lui lit des histoires faciles pour entrer en contact avec elle. Il arrive également aux deux femmes de faire des mots croisés, de jouer au Solitaire sur l'ordinateur ou de faire une partie de Hâte-toi lentement. Si la météo le permet, elles en profitent pour faire une promenade avec un passage obligé au café du village. « Eh Vreni, nous sommes amies, n'est-ce pas ? », lui dit parfois Anne-Marie Tschümperlin, ce à quoi Vreni répond par un sourire.

Le fait que Vreni soit plus jeune que la visiteuse peut sembler paradoxal, mais c'est la preuve que certaines personnes peuvent avoir besoin d'aide avant d'atteindre le grand âge en raison de problèmes de santé. Vreni est parfaitement consciente de cette différence d'âge. Anne-Marie Tschümperlin imite la voix rauque de Vreni : « Je sais que je suis bien plus jeune que toi ! », ce à quoi Anne-Marie rétorquerait typiquement : « Et oui, bientôt c'est toi qui t'occuperas

de moi, hein, Vreni ? ». Elles en rieraient alors toutes les deux de bon cœur.

Dans les moments difficiles, Vreni lui fait part de sa peur de mourir. Anne-Marie Tschümperlin, qui a donné des cours de catéchisme à l'école pendant de nombreuses années et qui donne aujourd'hui la communion à l'hôpital, se dit qu'elle peut peut-être atténuer ces appréhensions. En attendant, elle sait que ses visites représentent les rares moments de divertissement pour Vreni « A vrai dire, je vais volontiers la voir », fait-elle remarquer en s'étonnant de sa propre réponse. En effet, chacune de ces rencontres reste malgré tout un défi.

Limites et zones d'ombre du bénévolat

Le sentiment de soulager les infirmières en réalisant ses visites est une source de motivation supplémentaire pour Anne-Marie Tschümperlin. Vreni a souvent envie d'une cigarette et demande ainsi régulièrement l'autorisation d'en fumer une au personnel soignant. La présence d'Anne-Marie lui fait un peu oublier sa dépendance, mais la visiteuse a également eu des moments de faiblesse, accordant à Vreni plus de cigarettes que le nombre autorisé par le médecin

du home. Et c'est précisément Vreni qui l'a trahie en disant à une infirmière : « Mais Anne-Marie me donne aussi des cigarettes à chaque fois que nous allons au café... ». A la suite de quoi Anne-Marie Tschümperlin a été convoquée dans le bureau de la direction du home. Cette mésaventure lui a servi de leçon, lui montrant qu'en tant que bénévole, elle avait une autre vision des choses que le personnel soignant.

Après une pause, Anne-Marie Tschümperlin en vient à aborder les zones d'ombre de son engagement : « On me dit souvent que je veux simplement me donner de l'importance. C'était déjà le cas lorsque je soignais ma mère. D'autres proches soignants ou bénévoles se sont déjà entendu dire : « Tu ferais mieux de t'occuper de toi-même, on dirait que tu as 10 ans de plus ». C'est une remarque quelque peu affligeante. « Mais, après avoir rendu visite à Vreni, je rentre toujours chez moi avec un sentiment de satisfaction et me réjouis déjà de notre prochaine rencontre. Cet engagement est loin d'être une charge ! » Aussi étrange que cela puisse paraître, c'est en sortant boire un café avec des amies qu'elle a déjà eu l'impression de perdre son temps.

Des adieux empreints de chaleur

Pour finir l'entretien, Anne-Marie Tschümperlin nous raconte un événement qui l'a profondément touchée. Par un après-midi ensoleillé, le plus grand des hasards a fait qu'elle n'était pas assise sous les arbres aux côtés de Vreni mais avec sa sœur de dix ans son aînée, qui vivait dans le même home. « L'atmosphère, le temps, tout était merveilleux ! Ma sœur a tellement apprécié ces instants qu'elle tenait à en profiter le plus longtemps possible. » Elle est ensuite allée manger avant d'être victime d'une attaque cérébrale dans la soirée. Le lendemain, elle est décédée. « Est-ce que les personnes pressentent la fin ? », se demande Anne-Marie Tschümperlin, le regard sérieux en quête de réponses, faisant allusion à la mort. « Pour moi, ce sont des expériences incroyables ! D'un autre côté, la vie nous gâte aussi ! » Et, après un long silence : « Oui, et maintenant elle est partie en paix. Et un jour, ce sera notre tour, mais nous ne savons pas comment ».

lu – vu – entendu



Frédéric Balard
Les plus âgés des âgés
 Sarrebruck : EUE,
 2010

Les « oldest old », littéralement les « plus âgés des âgés » sont ces personnes nonagénaires et centenaires qui vivent parmi nous et dont le nombre connaît une expansion sans précédent. Moins médiatiques que les seniors, ils oscillent entre l'image d'êtres extraordinaires qui défient la mort et celle de vieillards grabataires. A travers la rencontre de plus d'une centaine de ces personnes et le suivi de plusieurs d'entre eux pendant 4 ans, cette thèse propose l'analyse du grand âge à travers leurs mots, leurs actes et leurs représentations.



Christian Lalive d'Épinay et coll.
Les années fragiles
 Québec : Les presses de l'université Laval, 2008

Qu'est-ce que la vie quand on a atteint le cap des quatre-vingts ans ? Plutôt que de scruter les pathologies de la vieillesse, le parti pris des auteurs est de s'interroger sur le déploiement et sur l'organisation de la vie dans le grand âge. L'ouvrage s'appuie sur une observation de longue durée : 340 octogénaires ont été suivis pendant cinq années. Les années fragiles est une invitation à explorer le pays du grand

âge, un pays que, sauf accident, nous irons un jour habiter ! Cet ouvrage a été réalisé par une équipe interdisciplinaire de recherche du Centre interfacultaire de gérontologie (CIG) de l'Université de Genève.



La petite chambre (DVD)
 Un film de Stéphanie Chuat et Véronique Raymond [Zurich] : Vega Film, 2011

C'est une histoire de cœur. Celui d'Edmond n'est plus très solide. Mais il bat au rythme d'une indépendance farouche, celle qui lui fait refuser l'idée même d'entrer en maison de retraite, celle qui le pousse à refuser les soins de Rose, qu'on lui envoie comme infirmière à domicile. Papy fait de la résistance ? La jeune femme lui tient tête. Elle sait le tumulte qui saisit un cœur quand il faut accepter l'inacceptable. Le sien n'est pas encore remis. Un jour, une mauvaise chute oblige Edmond à accepter l'aide de Rose... Gagnant du Prix du cinéma Suisse.

Bibliothèque Pro Senectute

Les livres et films présentés sur cette page peuvent être empruntés à :
 Pro Senectute Suisse,
 « Bibliothèque et documentation »
 Bederstrasse 33
 Case postale
 8027 Zurich
 Tél. 044 283 89 81
 bibliotheque@pro-senectute.ch
 www.pro-senectute.ch/bibliotheque

Actuel

Colloque : l'art de vieillir

L'Union européenne a proclamé 2012 « Année européenne du vieillissement actif et de la solidarité entre les générations ». Pro Senectute exploite cette année pour développer et diffuser l'image d'un vieillissement réussi. La notion de « vieillissement réussi » est plus large que le simple fait d'être actif. Elle renvoie à la diversité des modes de vie et aux conditions sociétales et individuelles nécessaires pour bien vieillir.

Le 26 avril 2012, Pro Senectute Suisse organise un colloque national intitulé « Sur la voie d'un vieillissement réussi. Pour une société dans laquelle il fait bon vivre, toutes générations confondues » à Berne. Au programme : des exposés de spécialistes de Suisse et de l'étranger, parmi lesquels la psychologue Pasqualina Perrig-Chiello, le sociologue François Höpflinger et le gérontologue Andreas Kruse, qui répondront aux questions et remarques des participant-e-s dans les six ateliers prévus. Deux discussions auront également lieu. L'animation de cette manifestation sera confiée à la journaliste Klara Obermüller.

La Société suisse d'utilité publique et Pro Juventute collaboreront aussi à ce colloque pour souligner l'importance de la solidarité entre les générations.

Pour en savoir plus et pour s'inscrire :
www.pro-senectute.ch/ae2012fr

Impressum

Édition : Pro Senectute Suisse, Lavaterstrasse 60, case postale, 8027 Zurich, tél. 044 283 89 89, communication@pro-senectute.ch, www.pro-senectute.ch

Rédaction : Ursula Huber (responsable), Dieter Sulzer **Textes** : Charlotte Fritz, Jean-Pierre Lugon, Luzius Müller, Kurt Seifert et Dieter Sulzer.

Traduction : Pro Senectute Suisse, Semantis Translation SA, Röstbrücke.ch

Secrétariat romand : Pro Senectute Suisse, rue du Simplon 23, 1800 Vevey, tél. 021 925 70 10, secretariat-romand@pro-senectute.ch

Cette publication est imprimée sur du papier blanchi sans chlore.

ISSN 1664-3976