

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 19 (1989)  
**Heft:** 4

**Rubrik:** Pro Senectute : pour la vieillesse

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.02.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

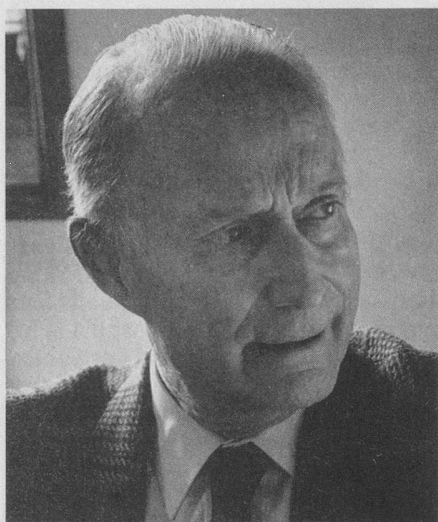
# PRO Pour la Vieillesse SENECTUTE

## SECRETARIATS CANTONAUX:

Genève, 4, rue de la Maladière (022) 21 04 33  
Lausanne, 51, rue du Maupas (021) 36 17 21  
La Chaux-de-Fonds, 53, av. L.-Robert (039) 23 20 20  
Bienna, 8, rue du Collège (032) 22 20 71  
Delémont, 49, avenue de la Gare (066) 22 30 68  
Tavannes, 4, rue du Pont (032) 91 21 20  
Fribourg, 26, rue Saint-Pierre (037) 22 41 53  
Sion, 7, rue des Tonneliers (027) 22 07 41

## L'évolution d'une importante institution

Photo Y. D.



Entretien avec M. Peter Binswanger, président du Comité de direction de Pro Senectute.

En mars 1985, «Aînés» a résumé ce que fut la carrière de M. Peter Binswanger, président du Comité de direction de Pro Senectute. M. Binswanger est depuis neuf ans le «général» d'une «armée» de presque 14 500 personnes, dont 14 000 bénévoles, œuvrant pour la Fondation pour la vieillesse Pro Senectute. Mais sa carrière professionnelle antérieure revêt une importance primordiale: dès 1944, il fut le premier fonctionnaire de l'AVS, c'est-à-dire réellement l'un de ses créateurs! Entré en 1956 à la compagnie d'assurances Winterthur-Vie, comme chef de la division des assurances collectives, il en est devenu le directeur général en 1968. Ses connaissances en matière de prévoyance sociale sont des plus étendues. Nous l'avons rencontré dans son bureau de Zurich, pour faire le point sur les activités de Pro Senectute.

- Au début des années 80, vous vous êtes fixé un certain nombre d'objectifs. Lesquels avez-vous atteints et que reste-t-il à faire?

«- Ces objectifs représentaient une politique nouvelle, formulée par Pro Senectute. Il s'agit d'une procédure de longue durée... des tâches à long terme. Il nous reste encore beaucoup de travail à réaliser dans ce domaine. Ce n'est pas seulement notre tâche à nous, mais également celle de tous ceux qui s'attachent aux problèmes de la vieillesse. En ce qui nous concerne, nous avons fait bien des progrès, notamment dans les domaines des loisirs et de l'instruction. Nous encourageons les personnes âgées à se prendre en charge, parce que la plupart d'entre elles n'ont pas encore compris qu'elles doivent le faire. J'aimerais préciser ma pensée: si les personnes les moins âgées ne prennent pas en charge les plus âgées, nous aurons des difficultés énormes. Ceci parce qu'il y aura encore pour longtemps toujours plus de personnes âgées et moins de personnes jeunes.»

- Comment avez-vous vécu l'avènement du deuxième pilier?

«- Lorsque nous avons préparé l'AVS, il existait déjà de nombreuses caisses de pension. C'était un élément primordial, puisque l'AVS seule ne pouvait suffire en tant que prestation unique. Nous avons toujours pensé qu'il faudrait développer les caisses de pension. A la fin des années 60, le parti du travail avait lancé une initiative pour remplacer l'aide à la vieillesse par une assurance populaire, qui les aurait fait disparaître. Nous avons rédigé, à cet effet, un contre-projet qui, lui, a été retenu en 1972. J'en étais l'un des rédacteurs. C'était, en fait, le début du deuxième pilier obligatoire. La nouvelle loi a touché 20% des personnes concernées, les autres étant déjà assurées. Aujourd'hui on attaque beaucoup trop cette loi, et ceci de part et d'autre, laquelle est, il faut le reconnaître, trop compliquée.»

- Comment se coordonnent aujourd'hui les disparités intercantionales de Pro Senectute?

«- Le développement de notre fondation est très différent d'un canton à l'autre. Dans certains d'entre eux, l'Etat fait beaucoup lui-même, comme c'est le cas à Genève, par exemple. Dans d'autres, les autorités ne font presque rien. Il faut se rappeler que nous ne commandons pas les comités cantonaux, mais nous leur dictons l'esprit dans lequel ils doivent agir, et ceci avec ou sans l'aide de l'Etat.»

- Quelles sont aujourd'hui les armes dont dispose Pro Senectute pour lutter contre la solitude des aînés?

- C'est surtout par les activités en commun, comme le sport, par exemple. Plus de 80 000 personnes âgées font de la gymnastique organisée par Pro Senectute. Nous développons aussi beaucoup d'autres disciplines, comme la natation, la danse ou même l'instruction en général. Nous avons des cours pratiquement partout et, après ceux-ci, les gens restent ensemble... nous leur inculquons la notion de s'apprécier les uns les autres. Il y a aussi les voyages en groupe, pour lesquels la demande est de plus en plus forte. Nous recommandons à tous de chercher aussi des amis plus jeunes qu'eux. La situation évolue rapidement et nous devons la suivre... mais une chose est sûre: les personnes vraiment seules peuvent toujours s'adresser à l'un de nos centres!»

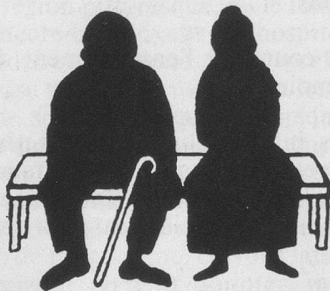
- Et que reste-t-il à faire?

«- Les bases actuelles sont dictées par le statut de 1917, qui avait alors pour but de voir arriver l'AVS. Aujourd'hui, il est essentiel d'adapter ces anciennes structures aux nouvelles conceptions, ce qui nous permettra de devenir encore plus efficaces. Des décisions à ce sujet seront prises en 1990.»

Propos recueillis par René Hug

## Au secours des malades Alzheimer

Le nombre des patients atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'affections apparentées est estimé en Suisse à 50 000. Les proches de ces malades, dont le nombre avoisine 150 000 personnes sont impliqués si lourdement dans leur situation d'accompagnants qu'un tiers d'entre eux souffre de dépression. Il n'en fallait pas davantage pour que l'Association Alzheimer Suisse (AAS) se constitue dans le but notamment de leur venir en aide.



Le vieillissement accentué de la population en Suisse comme dans d'autres pays industrialisés provoque un accroissement considérable des cas de maladie Alzheimer et d'affections similaires (syndrome psycho-organique). Identifiée en 1906 déjà, cette maladie dont les causes restent pour l'heure inconnues, est l'objet de recherches assidues depuis 1973. Elle se caractérise par une altération du fonctionnement de l'intelligence, de l'affectivité et du comportement des patients. Elle atteint dans notre pays 5% des personnes en âge de retraite, mais au moins 20% des octogénaires. Elle affecte directement ou indirectement 200 000 personnes, un chiffre qui croîtra rapidement ces prochaines années et pourrait doubler en moins de cinquante ans. La maladie qui évolue très lentement – sur plus de dix ans – met à rude épreuve la solidarité du couple et de l'entourage familial.

Jointes aux coûts sociaux et financiers, ces circonstances ont incité diverses personnalités à constituer une Association Alzheimer (AAS) dans notre pays, à l'instigation du professeur Jean Wertheimer, directeur de l'Hôpital psycho-gériatrique de Prilly-Lausanne et président de la Société suisse de gérontologie. Etablie à Genève, AAS a fait appel aux services d'un secrétaire général, Raymond Rigoni, directeur de l'Institut de management de la santé qui œuvre à temps partiel.

AAS s'est donné pour tâche de soutenir les patients et leur entourage, d'informer l'opinion publique et les milieux proches de la santé publique, de stimuler les échanges entre les groupes d'entraide et autres personnes intéressées.

Il existe des sections et des groupes d'entraide dans les cantons suivants: Genève, Bâle-Ville, Zurich, Berne, Vaud, Saint-Gall et Zoug.

La gravité de cette implacable maladie dégénératrice incite AAS à vouer une grande partie de ses efforts à soutenir les patients et leur entourage; la tentation est grande pour le couple de

se replier et pour l'entourage de s'éloigner. Les peurs liées à la méconnaissance de cette maladie et le surmenage dû à la continuité des soins engendrent de graves états de fatigue et de souffrance intérieure. Pourquoi alors ne pas confier le patient à un établissement approprié? Pourtant c'est chez lui, dans un espace qui lui est familier, que le malade se sent le mieux, d'où la nécessité de prendre des mesures propres à soulager son entourage. On s'efforcera de tout mettre en œuvre pour que le malade puisse vivre aussi normalement que possible en organisant notamment des rencontres ou des fêtes de familles. Lorsque l'aggravation de la maladie imposera une admission à l'hôpital, c'est alors qu'il faudra encore accompagner l'entourage.

Pour l'heure il n'existe aucun moyen de prévenir la maladie ni d'en enrayer efficacement le progrès, malgré quelques médicaments capables d'améliorer certains symptômes. Simultanément la multiplication des cas va provoquer une escalade des coûts. Des chiffres américains rapportés à la Suisse révèlent que les coûts directs de la maladie pourraient s'élever à 500 millions de francs par année et les coûts indirects à plus de trois milliards sur un montant de 20 milliards dévolus à la santé publique.

Pro Mente Sana, Pro Senectute et Sandoz-Suisse ont généreusement accordé à AAS des dons qui lui ont permis de mener à chef ses premières tâches. Pro Senectute Vaud et Genève mettent à la disposition d'AAS des locaux pour la réunion des groupes d'entraide et prodiguent des conseils pour l'organisation des sections cantonales.

Vous pouvez aider l'association à distribuer plus largement son bulletin d'information, à recruter de nouveaux membres, à créer dans votre localité des groupements d'entraide, à rassembler des renseignements utiles aux membres de l'association (adresses d'institutions, titres d'articles de presse, donateurs potentiels, etc.).

(jd)

Secrétariat: Association Alzheimer Suisse, 5, route de Florissant, 1206 Genève, tél. 022/47 77 81.

## GENÈVE

### Préparation à la retraite un anniversaire à marquer d'une pierre blanche

En 1979 un groupe d'employés de la Migros ayant 60 ans dans l'année, participait pour la première fois à un cours de préparation à la retraite. Nous saisissons l'occasion de ce dixième anniversaire pour vous parler de cette importante prestation dont le programme a été mis sur pied il y a un douzaine d'années par M. J.-Ch. Burky qui continue aujourd'hui encore à en assumer la responsabilité.

Depuis le début, Pro Senectute, Genève, représenté par sa secrétaire cantonale M<sup>me</sup> Monique Humbert, collabore à ce programme de préparation à la retraite par une intervention ponctuelle de 2 heures.

#### Un programme très varié réparti sur 15 mois...

... composé de cours théoriques et pratiques ainsi que de visites, soit au total une cinquantaine d'heures comprenant:

- des informations médicales concernant le rhumatisme, le cancer, le diabète, l'hypertension, le cholestérol, la prévention de l'alcoolisme et du tabac;
- un cours concernant la diététique, les régimes, l'alimentation;
- une réflexion sur les aspects de la vie et de la mort;
- des informations sociales: présentation des services sociaux de la Ville de Genève, présentation de Pro Senectute;

- des informations juridiques concernant testaments et successions;
- un cours sur l'entraînement de la mémoire;
- des informations sur les activités des retraités, leurs droits, leurs privilèges ainsi que des témoignages de personnes actuellement à la retraite;
- des visites telles que celles du Centre artisanal et de détente (CAD) et du Centre de soins continus (CESCO);
- des cours de respiration et relaxation;
- une matinée piscine, sauna.

Tous ces cours sont donnés par M. Burky ainsi que par des intervenants extérieurs, spécialistes du domaine traité.

#### ...qui répond à un besoin

Le passage de la vie professionnelle à la retraite ne va pas de soi. Pour qu'il se passe «en douceur» il doit être préparé afin d'être accepté. Cette réalité semble parfaitement perçue par les membres du personnel de Migros puisque 90% d'entre eux ont répondu favorablement à la dernière invitation et que les cours ont été suivis avec un maximum d'assiduité.

Pro Senectute tient encore à souligner l'importance des cours de préparation à la retraite et encourage toutes les entreprises à développer de telles possibilités pour leur personnel. Il est, en effet, essentiel que tous les futurs retraités aient la possibilité d'être informés afin qu'ils puissent envisager leur avenir de manière constructive.

H. Maillard

## VAUD

### Journée gérontologique

Pro Senectute-Vaud a placé cette année sa journée gérontologique sous le thème «Géragogie et entraînement de la mémoire». Elle aura lieu le mercredi 26 avril 1989 au Théâtre de Beausobre, à Morges.

Quelle est l'influence du vieillissement sur les facultés intellectuelles? Quelles sont les conditions d'apprentissage au cours des âges de la vie? Ces questions se posent à chacun, à titre personnel ou professionnel. Tout individu est confronté à ce phénomène et l'enjeu est de taille. La qualité de vie à un âge avancé ne dépend pas uniquement de la sécurité matérielle, mais aussi de la capacité d'appréhender son environnement. L'objectif de cette journée est double: faire le point sur l'évolution des capacités intellectuelles et examiner les conditions d'apprentissage avec l'âge à l'aide d'exemples tirés des techniques d'entraînement de la mémoire.

Le matin, le professeur J. Wertheimer, médecin-directeur de l'Hôpital psycho-gériatrique de Prilly, fera un exposé sur «les capacités intellectuelles et l'avance en âge». Puis Mlle E. Dirks, psychologue aux Institutions universitaires psychiatriques de Genève présentera «une nouvelle approche: la géragogie». Ces deux conférences seront suivies d'une table ronde animée par Jean-Blaise Held, journaliste. L'après-midi sera réservé à la présentation détaillée des diverses méthodes d'entraînement de la mémoire par M. Y. Ledanseur, psychologue à l'Association de gérontologie du XIII<sup>e</sup> arrondissement de Paris, Mme Ch. Reinprecht, éducatrice des adultes à Wettswil, Pierre Tâche, responsable du service «Loisirs» de Pro Senectute-Vaud et Mmes V. Giacomin, psychologue au CESCO à Genève et D. Ermini, gérontologue à l'hôpital Félix Platter de Bâle.

Et c'est à MM. J.-F. Bourgeois, directeur de Pro Senectute-Vaud et Ph. Vultier de Pro Senectute-Vaud également, de faire la synthèse de cette journée.

Pour tout renseignement et inscription, téléphoner à M. Ph. Vultier, Pro Senectute-Vaud, tél. 021/36 17 21.

## JURA

### Repas à domicile

Un article de presse vient de rappeler à la population que des repas chauds peuvent être livrés à domicile, aussi à Porrentruy et en Ajoie. Le total annuel des livraisons atteint 8000. Un restaurateur les prépare, 3 livreurs les distribuent dans le chef-lieu, tandis que les villageois sont servis par des aides au foyer. Pro Senectute se trouve à l'origine de ce service apprécié tous les jours, sauf le lundi. Les inconditionnels commandent à double le dimanche... et réchauffent le lendemain! Fait à relever: l'hôpital régional prépare les nourritures destinées aux personnes obéissant à des règles diététiques.

Au secrétariat central, on nous assure, par la voix de Dominique Monnin, que toute demande est prise en considération. Dans tout le Jura, plusieurs restaurants collaborent. Il n'y a qu'à s'adresser au (066) 22 30 68, que ce soit pour un service régulier ou temporaire, en cas de fatigue, de maladie ou simplement pour sortir de la routine. Pro Senectute prête les cantines.

### Activités locales

Au bureau nous venons de voir le calendrier 1989 du groupe de Courroux-Courcelon. Il s'y passe toujours quelque chose. Il en est de même ailleurs. Le secrétariat cantonal renseigne. Les municipalités et les paroisses mettent volontiers des locaux de rencontre à disposition. Et si vous voulez vous lancer dans la formation d'un groupe de loisirs, des personnes expérimentées vous donneront le coup de main nécessaire au début.

A. Richon

## VAUD

### Loisirs à la carte

#### Vacances en Calabre

«Y a toujours le ciel, le soleil et la mer...» chantait François Deguelt. Sans doute avez-vous fredonné cette chanson en imaginant des horizons lointains sous des cieux plus cléments! Eh bien, c'est peut-être à la Calabre que vous rêviez! Pro Senectute-Vaud vous suggère de la découvrir ou de la revoir, en participant aux vacances qu'il organise à **Baia del Sole, Tropéa, du 6 au 28 septembre**. Une région pittoresque, où le folklore est encore bien vivant et l'hospitalité légendaire. Si donc vous préférez prendre vos vacances lorsque les plages ne sont plus bondées, lorsque la mer est encore chaude et la température de l'air délicieusement agréable, en vous déchargeant sur l'accompagnatrice de toute responsabilité d'horaire, de programme, en vous laissant doucement vivre et dorloter, inscrivez-vous vite!

Pro Senectute-Vaud a aussi mis à son programme des vacances d'un tout autre genre si le farniente n'est pas votre fort!

A **Thoune**, par exemple, **du 10 au 21 septembre**, elles seront liées à un cours d'informatique. Oh, pas de quoi transformer ce séjour en contrainte. Il s'agit avant tout de vacances et qui dit vacances dit aussi repos, détente, découvertes. Quelques heures de cours (16 h en 12 jours) entre visites et excursions dans cette région magnifique, de quoi se familiariser avec cette technique moderne.

#### Twannberg ou la Montagne de Douanne

Dans ce village de vacances, le sport est roi. Que vous pratiquiez la gymnastique, la natation ou tout simplement la marche, le coin est idéal pour maintenir sa forme! En participant à ce séjour **du 4 au 9 septembre**, vous vous rallieriez au mot d'ordre: «sportez-vous bien!»

Quant à **Romanshorn**, au bord du lac de Constance, vous aurez le coup de foudre pour cette ville dont le nom commence comme une romance. Un séjour de 7 jours, **du 7 au 13 septembre**, permettra de faire des excursions dans des coins de rêve: l'île de Lindau, celle de Mainau, Reichenau et le château d'Arenenberg alternant avec un cours d'entraînement de la mémoire (quelques petites heures, 8 en tout), pas de quoi se fatiguer mais juste activer ses facultés amnésiques.

A **l'Isle sur la Sorgue**, des vacances insolites s'il en est! Situé près d'Avignon, ce village de vacances, composé de bungalows confortables, vous enchantera. Au cours de ce séjour, **du 5 au 18 octobre**, placé sous le thème «activités à la carte», chacun fera ce qui lui plaît. Des activités manuelles, sportives, ludiques ou touristiques seront proposées et chacun fera son choix en fonction de l'envie et de l'humeur du moment!

**Avec toutes ces vacances, un petit plus de taille: la sécurité! Un ou une responsable de Pro Senectute-Vaud s'occupera de vous et vous libèrera de tout souci.**

**Renseignements et inscriptions: Pro Senectute-Vaud, service «Loisirs», 021/36 17 27.**

## Des problèmes avec vos jambes?



*Bio-Strath N° 1  
Gouttes pour  
les veines*

Composée de levure sauvage, d'extraits de marron d'Indes et de racines de primevère, cette préparation combat: troubles de la circulation sanguine veineuse, froid dans les membres, varices, hémorroïdes, engourdissement des membres et crampes, de plus elle soulage les jambes lourdes et douloureuses.



# BIO-STRATH®

Pharmacies et drogueries