

PartAge

Le magazine de Pro Senectute Vaud

N° 6 – 2023

Des mesures sociales concrètes pour relever le défi du vieillissement de la population

Zoom

2

Sommaire

Débat

Assurance maladie complémentaire :
quelles solutions pour les seniors? 6

ReportAge

Apprendre...
à tout âge! 7

Ma vie, ma retraite

La retraite? Sur la route, au service des autres! 8



Philippe Jeanneret
Parrain de l'action des Proches aidants du canton de Vaud

L'invité

Quel avenir pour les proches aidants?

J'avais un peu plus de 25 ans lorsque ma mère a été rattrapée par la maladie d'Alzheimer. À l'époque, elle dirigeait une galerie d'art.

Le marché était florissant mais ses comptes étaient dans le rouge car elle n'y arrivait plus. J'ai laissé tomber mes projets pour m'occuper d'elle et reprendre ses affaires. Cela a duré plusieurs années...

Ma mère, femme de tête, n'avait pas un caractère facile. Elle avait un tempérament autoritaire et de la peine à dire merci quand on lui venait en aide. Aussi, je m'attendais à des moments difficiles!

Aussi surprenant que cela puisse paraître, cette période s'est avérée être l'une des plus importantes de ma vie. Ma mère a changé avec le temps: plus douce, elle est surtout devenue reconnaissante! De mon côté, j'ai pu lui montrer mon attachement. Certes, ces moments n'ont pas toujours été faciles. Mais cela nous a rapproché.

Mon cas n'est pas isolé, j'entends régulièrement des témoignages de proches aidants qui vont dans le même sens. C'est une note d'espoir pour ceux qui se trouvent ou qui se trouveront un jour dans la même situation. En y regardant cependant de plus près, les équilibres sont fragiles.

Selon une enquête menée en 2017 par l'Office fédéral de la statistique, près de 20% de la population suisse des 15 ans et plus exerce aujourd'hui une activité de proche aidant, ce qui représente 1,4 millions de personnes. Cette activité touche toutes sortes de catégories, dont les aînés, qui peuvent ainsi préserver un contact social avec leur entourage, se faire aider dans leurs démarches et surtout rester à domicile plus longtemps.

Or c'est une réalité, la population suisse vieillit. Fin 2018, on comptait 30 personnes en âge d'être retraitées pour 100 personnes en âge de travailler. D'après le scénario de référence établi par la Confédération, ce rapport passera à 46,5 personnes fin 2050, ce qui signifie qu'il y aura environ deux personnes en âge de travailler pour chaque personne en âge d'être à la retraite.

Le pourcentage de personnes proches aidantes passera-t-il de 20% à 30% d'ici à la fin 2050 pour que les aînés continuent de bénéficier de leur aide? Apparemment, le scénario a peu de chances de se réaliser; il faudra se contenter des taux actuels dans le meilleur des cas.

Cela signifie que les personnes proches aidantes devront en faire plus pour répondre aux besoins des aînés. Et qu'elles soient soutenues également. Les enjeux ne sont pas que pratiques et financiers, ils sont humains aussi...

Zoom

Des mesures sociales concrètes pour relever le défi du vieillissement de la population

Avec son programme de législature 2022-2027, le Conseil d'État vaudois identifie pour la première fois des mesures sociales tangibles pour accompagner le vieillissement de la population dans le canton. Le président de Pro Senectute Vaud et conseiller national Laurent Wehrli nous dit ce qu'il en pense et fait le point sur les enjeux à venir. Interview.

Que pensez-vous de la place donnée aux enjeux liés aux seniors dans le programme de législature 2022-2027 du Conseil d'État vaudois ?

C'est la première fois que le Conseil d'État vaudois identifie des axes de travail concrets et des mesures sociales pour relever le défi du vieillissement de la population dans son programme de législature. Il s'agit selon moi d'un signal fort, à la hauteur des enjeux. Car d'ici 2040, plus de 20% de la population vaudoise sera âgée de 65 ans et plus. Il faudra assurer à ces personnes une retraite heureuse, en bonne santé... Et cela ne se fera pas sans le concours de l'État. En tant que président d'une institution qui œuvre depuis plus de 100 ans en faveur du bien-être des seniors, je suis ravi que cette thématique fasse désormais l'objet de propositions tangibles dans un document aussi stratégique qu'un programme de législature.

Les acteurs associatifs disposent-ils selon vous des ressources nécessaires pour mettre en œuvre les mesures identifiées dans le programme ?

De nombreuses personnes et institutions privées s'engagent financièrement pour les associations, dont Pro Senectute Vaud, et nous les en remercions. Toutefois, il faut reconnaître qu'elles le font de plus en plus pour des projets ponctuels plutôt que pour financer les coûts de fonctionnement de nos structures (ressources humaines, locaux, etc.).

De plus, l'État de Vaud a compris qu'investir dans le social aujourd'hui signifie économiser sur les coûts de la santé demain. Une institution comme Pro Senectute Vaud œuvre au quotidien pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées, par le biais de prestations visant à renforcer leur autonomie, leur mobilité ainsi que leur intégration et leur participation à la société. Or, on le sait, un senior qui bouge, qui mange bien, qui dispose d'un bon réseau pour l'aider en cas de besoin, qui bénéficie d'un logement adapté, vivra plus longtemps en bonne santé que son voisin qui n'aurait pas cette chance. Travailler sur ces aspects-là en y allouant les moyens nécessaires permet, au bout du compte, de limiter les hospitalisations et de retarder au maximum l'entrée des seniors en établissement médico-social.

Est-ce que le canton de Vaud est mieux positionné que d'autres pour relever le défi du vieillissement de la population ?

Il est en tout cas bien positionné, justement parce qu'il a beaucoup investi dans le secteur social et qu'il est pionnier en matière de maintien à domicile. Par ailleurs, le canton de Vaud dispose d'un nombre impressionnant d'acteurs associatifs qui contribuent à améliorer la qualité de vie des seniors. Dans d'autres cantons, il n'y a que Pro Senectute qui est présent sur ce terrain-là... L'offre y est donc bien plus limitée ! Cette richesse vaudoise est bien sûr une grande chance, mais elle nous impose aussi d'être très attentifs à la manière dont est distribué l'argent public. L'État doit veiller à ne pas financer des prestations à double ou à triple.

Comment envisagez-vous l'évolution du rôle de Pro Senectute Vaud dans le dispositif cantonal d'accompagnement des personnes âgées à l'avenir ?

Je pense que son rôle ne va pas fondamentalement changer sauf à devenir encore plus essentiel vu l'évolution démographique, et que l'institution s'adaptera continuellement à ses bénéficiaires. Les intérêts, les envies et les besoins des personnes qui prendront leur retraite d'ici 10 ou 20 ans ne seront pas les mêmes que ceux des seniors que Pro Senectute Vaud accompagne actuellement. Elles seront plus longtemps en bonne santé, seront plus actives, maîtriseront les outils technologiques... Et nos prestations devront faire écho à ces tendances pour rester pertinentes.

Il en va d'ailleurs de même pour les bénévoles : Pro Senectute Vaud constate déjà que ses 500 bénévoles, principalement retraités, ont des vies bien plus remplies qu'auparavant. Ils voyagent, s'occupent de leurs petits-enfants. C'est très positif, mais cela implique qu'ils ne peuvent plus s'engager dans des activités trop régulières ou contraignantes. Ils nous font un cadeau extraordinaire en consacrant leur temps à notre association (et ce cadeau vaut des centaines de milliers de francs !) ... De notre côté, nous devons trouver de nouvelles façons de travailler avec eux.

En outre, dans les cinq à dix prochaines années, Pro Senectute Vaud souhaite renforcer et développer ses activités dans le domaine de la préparation à la retraite. Notre programme AvantAge, qui accompagne les jeunes seniors dans la planification de leur vie post-professionnelle, est déjà leader sur ce marché. Mais je pense qu'il existe encore une belle marge de progression et que ce type de prestations, fournies clé en main aux entreprises, seront de plus en plus importantes pour assurer que les seniors de demain disposent de revenus suffisants à la retraite. À noter également que la préparation à la retraite n'est pas qu'une question financière : elle doit aussi tenir compte de bien d'autres facteurs, notamment sociaux, sur lesquels Pro Senectute dispose d'une expérience et de compétences avérées.



Laurent Wehrli
Président de Pro Senectute Vaud



Selon vous, quelles sont les problématiques émergentes de l'accompagnement au vieillissement de la population qui attendent les institutions comme Pro Senectute Vaud ?

J'en vois une principale, et non des moindres. Il s'agit de l'accès à l'information. Le secteur associatif vaudois met à disposition des aînés de nombreuses prestations pour favoriser leur qualité de vie... Mais encore faut-il que les personnes âgées soient informées de leur existence et qu'elles osent les demander! Le dispositif d'information doit absolument être renforcé, surtout pour les populations les plus démunies ou issues de l'immigration qui ont encore tendance à passer à travers les mailles du filet social.

Le modèle actuel de subsidiarité entre Confédération, Cantons et milieux associatifs est-il à vos yeux optimal pour les seniors ?

Le modèle actuel a l'avantage de répartir les responsabilités et les coûts. Les acteurs associatifs, au plus près des bénéficiaires, innovent et s'adaptent rapidement aux besoins du terrain. Je trouve donc louable qu'ils ne dépendent pas que d'une seule source de financement. Nous devons par contre veiller à ce que les différents échelons étatiques ne se déchargent pas de leurs responsabilités sur les administrations inférieures. Le secteur social doit absolument pouvoir compter sur le soutien de la Confédération, des Cantons et des Communes pour relever l'immense défi que représente le vieillissement de la population.

« Vieillir 2030 » et « Vaud pour vous », avec Pro Senectute Vaud !

Début 2023, le jury d'experts chargé d'évaluer les projets soumis dans le cadre de « Vieillir 2030 » a préavisé positivement 30 initiatives, parmi lesquelles les 4 proposées par Pro Senectute Vaud (seule ou en partenariat avec d'autres institutions).

Par ailleurs, Pro Senectute Vaud a soumis une idée innovante au Canton dans le cadre de l'appel à projets « Vaud pour vous ». Celle-ci repose sur la mise en place de relais d'information citoyens de proximité et vise à faciliter l'accès à l'information, contribuer à l'orientation des seniors, ainsi qu'à identifier les seniors isolés ou vulnérables pour aller à leur rencontre.

Les prestations de Pro Senectute Vaud en parfaite adéquation avec les priorités du Canton

Les mesures sociales pour accompagner le vieillissement de la population identifiées dans le programme de législature 2022-2027 du Conseil d'État vaudois font pleinement écho à la palette de prestations de Pro Senectute Vaud.

Mesures sociales du programme de législature 2022-2027

Prestations Pro Senectute Vaud

Renforcer le maintien à domicile et développer des mesures d'adaptation des logements privés

- Activités sportives, conviviales et informatives
- Logements adaptés avec accompagnement
- Actions conjointes dans le domaine architectural, urbain et social
- Visites à domicile par des référentes sociales ou des bénévoles

Renforcer la participation des seniors et les liens intergénérationnels

- Cours d'activité physique
- Tables conviviales, cours et rendez-vous divers, Ciné-seniors et thés dansants
- Conférences Info-seniors
- Projets communautaires
- Accompagnement pour l'utilisation des outils numériques

Favoriser un usage efficace des ressources existantes en renforçant l'accès à l'information

- Espace d'information et d'accueil et site internet Info Seniors Vaud
- Bus d'information (Bus 65)
- Conférences et ateliers Info-seniors
- Cours de préparation à la retraite

Brèves

1+ de Solidarité: une mesure d'insertion innovante

Pro Senectute Vaud a développé un tout nouveau programme pour les personnes de 25 ans et plus au bénéfice du Revenu d'Insertion (RI) ou suivies par le Centre social d'intégration des réfugiés (CSIR). Centré sur la création de liens sociaux entre les bénéficiaires de la mesure et les retraités, il est proposé dans des cités de logements adaptés avec accompagnement ou dans le cadre des projets communautaires mis en place par notre association.



Prévenir pour mieux vieillir

Le 11 mai passé, l'assemblée générale de Pro Senectute Vaud a élu Françoise Vonmoos et Patricia Spack Isenrich au comité de l'association et admis 21 nouveaux représentants communaux en tant que membres. Après la partie statutaire et les interventions d'Alain Huber, directeur de Pro Senectute Suisse, ainsi que de la conseillère d'État Rebecca Ruiz, quelque 180 personnes sont venues écouter les constats réjouissants effectués par le professeur Didier Jourdan, sur les bienfaits de nos activités sur le plan de la prévention sanitaire. Se basant sur des études de grande qualité, il a confirmé la nécessité d'investir dans le domaine du social pour réduire les coûts de la santé.

« Parlons-en ! », le nouveau blog d'Info Seniors Vaud

Gratuite, simple et intuitive, la plateforme Info Seniors Vaud permet de trouver des renseignements utiles dans des domaines spécifiques liés aux secteurs de la santé et du social ainsi que des bons plans, pour faciliter le quotidien de ses utilisateurs. Le site s'est récemment enrichi d'un blog, où les contributeurs seniors partagent leurs réflexions, astuces et autres idées de sorties.

Vous souhaitez permettre aux retraités de votre réseau ou commune d'accéder facilement à des informations de qualité dans des domaines qui les concernent? N'hésitez pas à partager le lien vers la plateforme sur votre site et vos réseaux sociaux (www.infoseniorsvaud.ch)!

Vieillir chez soi: oui, mais comment?

Comment répondre aux attentes des seniors qui désirent vieillir chez eux, dans un logement adapté à leurs besoins, dans un environnement familier et proche de leur entourage? Cette question essentielle sera au cœur de la 5^e édition du Forum de la prévoyance, organisé conjointement par Retraites Populaires et Pro Senectute Vaud le 3 novembre prochain. Au programme, les interventions de Rebecca Ruiz, conseillère d'État en charge du Département de la santé et de l'action sociale, Sébastien Henchoz, sous-directeur de Retraites Populaires et responsable du service patrimoine et gérance, Laura Mechkat, architecte à l'origine d'un projet d'habitat évolutif et inclusif pour quatre générations, ainsi que deux spécialistes de Pro Senectute Vaud: Marc Favez et Marion Zwygart.

Forum Habitat seniors — 3 novembre 2023, de 8h à 14h

Auditoire Paternot de l'Espace Agora à la Fondation ISREC · Rue du Bugnon 25A, à Lausanne

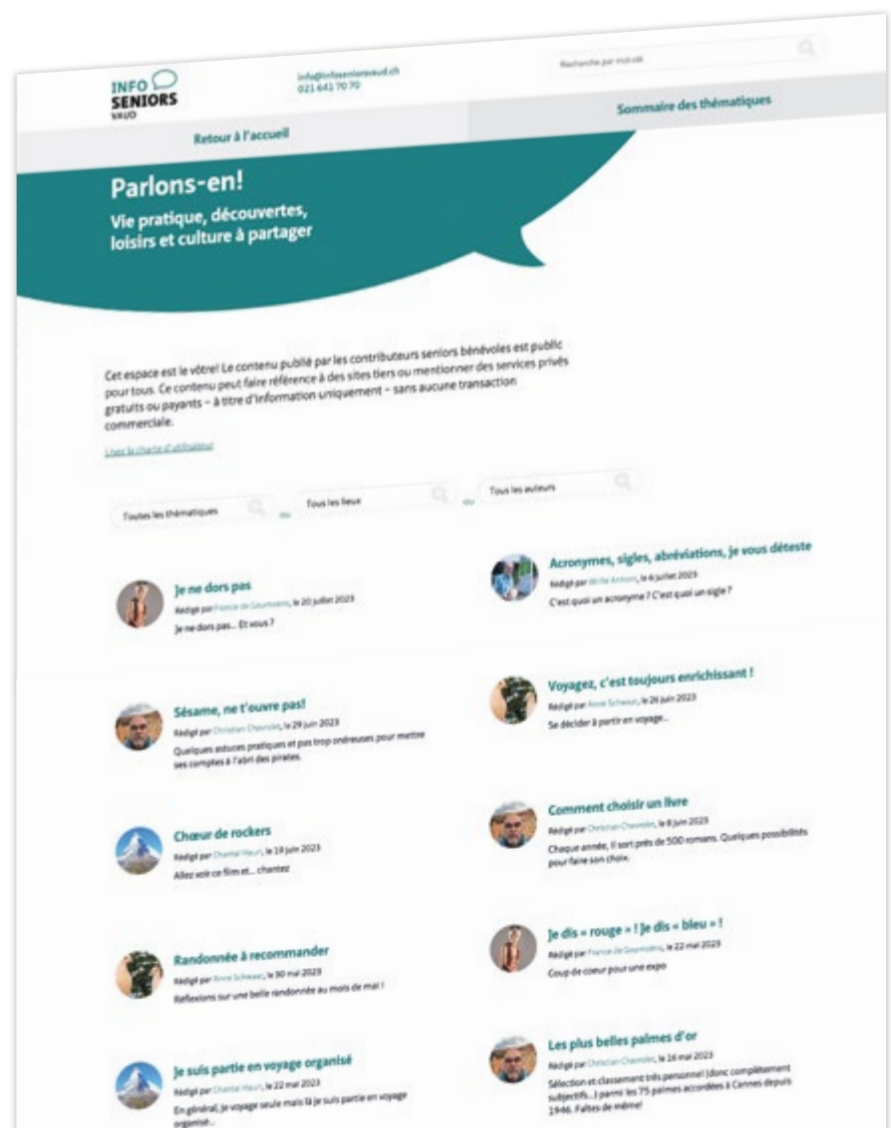
Plus d'informations et inscriptions sur le site de Retraites Populaires.



Habitat et projets communautaires: nouveaux programmes

Sous la houlette de l'unité Habitat et travail social communautaire, Pro Senectute Vaud propose désormais aux Communes un tout nouveau programme pour organiser des projets communautaires avec et pour leurs habitants retraités. Ainsi, les « Actions communautaires » durent deux ans et ont pour objectif de faciliter l'intégration des personnes âgées au sein de leur quartier ou village afin d'améliorer leur qualité de vie. Quatre projets sont en cours à Bussigny, Echallens, Corsier-sur-Vevey et Bourg-en-Lavaux.

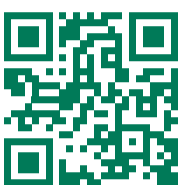
Le programme « Habitat et vie de quartier », quant à lui, se décline en trois volets. Le premier (« Vieillir chez soi ») propose d'accompagner les propriétaires et locataires vers l'adaptation de logements individuels tout en valorisant l'entraide et le vivre ensemble à l'échelle d'un groupe d'immeubles. Le deuxième, « Vie de quartier », a pour objet de développer une véritable vie de quartier lors de nouvelles constructions. Enfin, Pro Senectute Vaud accompagne également des EMS dans leurs projets de construction ou de rénovation lourde, pour les intégrer dans leur environnement et renforcer les liens avec le quartier ou le village.



Les communes, actrices de l'inclusion numérique des seniors

Les permanences numériques organisées par Pro Senectute Vaud en 2022 ont connu un vif succès, avec la participation de 477 seniors au total et une moyenne de 12 personnes par session. L'objectif est d'offrir aux retraités un espace pour poser leurs questions sur l'utilisation de leur smartphone, en toute décontraction... Et d'ainsi promouvoir une société inclusive où la population âgée n'est pas laissée pour compte dans un monde de plus en plus digitalisé. Les participants apprécient l'ambiance conviviale des permanences, qui peuvent être organisées avec le soutien de leur Commune.

Intéressé par cette prestation?
Nous sommes à votre disposition!



« Pour les communes » : toute l'offre en un coup d'œil!

Pro Senectute Vaud a récemment créé une page spécialement dédiée aux Communes sur son site web, offrant un aperçu de toutes les prestations que l'association leur propose en tant que partenaire spécialisé. Des rencontres et activités organisées par des bénévoles aux programmes de soutien pour le maintien à domicile, en passant par les actions communautaires, les conférences Info-seniors ou les consultations sociales, Pro Senectute Vaud dispose d'une gamme de services inégalée dans le canton pour accompagner les seniors près de chez eux!

www.vd.prosenectute.ch/communes

Chiffres-clés 2022

100

offres hebdomadaires
d'activité physique,
toutes disciplines
confondues

10'163

repas servis dans le cadre
des Tables conviviales

670

demandes à l'espace
d'information
et d'accueil
Info Seniors Vaud

4'126

participants aux
formations du
programme AvantAge

2'200

visites aux locataires
par les référentes sociales
des logements protégés

4'818

demandes de
consultation sociale

La colonne de Tristan Gratier

Préparer après- demain : que dit la voix du terrain ?

Le programme de législature 2022-2027 commenté dans ce numéro de PartAge fixe des priorités à moyen terme pour l'action à mener en faveur des seniors vaudois. Mais il faut bien sûr déjà penser à la suite. Et si les prévisions démographiques nous donnent une idée assez précise du nombre de personnes qui auront atteint l'âge de la retraite dans 10, 20 ou 30 ans, l'évolution réelle des besoins est plus difficile à cerner. De fait, on ne sait pas encore grand-chose de la situation économique et sociale des prochaines décennies, ou des progrès à venir dans le domaine médical.

Au-delà des chiffres, le ressenti au quotidien des collaboratrices et collaborateurs, ainsi que des bénévoles, est un indicateur précieux. À la réception de Pro Senectute Vaud, on constate par exemple que le profil des seniors qui spontanément poussent notre porte tend à évoluer. Parfois, c'est juste une question, encore jamais entendue, qui nous met la puce à l'oreille.

À cet égard, si l'on écoute cette voix du terrain, certaines évolutions nous semblent devoir être suivies avec attention. Principalement, l'on observe toujours plus fréquemment des situations de grave détresse sociale, ainsi que de difficultés psychiques. Les préoccupations de tous les retraités en lien avec le logement sont également devenues récurrentes. Par contre, presque 40 ans après l'introduction de la LPP, on voit enfin un peu moins de cas aigus de détresse financière chez celles et ceux qui ont accompli une carrière complète en Suisse.

Si ces tendances se confirment, la nature de nos prestations pour les prochaines générations de seniors sera appelée à évoluer, comme cela a d'ailleurs souvent été le cas par le passé. Rester à l'avant-garde des besoins est aussi une nécessité vis-à-vis des Communes. Celles-ci auront toujours besoin d'un partenaire expert pour les aider à innover et ainsi soutenir la qualité de vie de la population âgée.

Tristan Gratier

Directeur de
de Pro Senectute Vaud



Débat

Assurance maladie complémentaire : quelles solutions pour les seniors ?

Avec l'avancée en âge, les besoins en prestations de santé ont tendance à augmenter : les seniors recourent à des soins dentaires ou ophtalmologiques, séjournent parfois à l'hôpital ou profitent d'une cure balnéaire. Or, l'accès aux assurances maladie complémentaires se complique après 55 ans : certains aînés ne peuvent tout simplement plus en contracter de nouvelles ou en changer, d'autres se voient contraints de payer des primes importantes. Point de situation avec Joy Demeulemeester, membre du comité de la Fédération suisse des patients (section romande) et Irit Mandel, porte-parole de santésuisse.

Les seniors sont-ils suffisamment informés des conditions d'accès aux assurances maladie complémentaires et des limitations qui peuvent s'appliquer après un certain âge ?

Joy Demeulemeester : Non, parce que la grande majorité de la population conclut des assurances complémentaires lorsqu'elle est encore jeune, au moment de choisir une compagnie pour son assurance de base. Argument classique des courtiers et des sites web : « Avec votre assurance de base, vous me prendrez bien une ou deux petites complémentaires pas chères ? ! » Je caricature à peine.

Jeune assuré, on va s'intéresser au remboursement de son abonnement de fitness ou de l'appareil dentaire, mais rarement à sa future prime de retraité et ne comptez pas sur les courtiers pour signaler l'inflation programmée. Or, j'ai vu des tables de prix prévoyant +80% entre 69 et 70 ans !!! L'assuré est alors pris en otage, puisqu'il ne peut choisir qu'entre payer ou résilier. Aller voir ailleurs ? Que les compagnies d'assurances prêtes à offrir une couverture complète à prix équitable aux seniors lèvent la main !

Irit Mandel : Les seniors sont globalement bien informés des conditions d'accès aux complémentaires. En effet, nombre d'entre eux ont connu la période avant l'introduction de l'assurance-maladie obligatoire (1996). Les personnes souhaitant une couverture d'assurance santé avaient alors l'habitude de comparer les offres qui étaient très différentes d'un assureur à l'autre.

Rappelons également que les assureurs maladie conseillent de manière complète et détaillée toute personne qui souhaite conclure une nouvelle assurance qui réponde aux mieux à ses besoins. Ces conseils sont primordiaux, car les prestations dans le domaine des complémentaires diffèrent d'une assurance à l'autre, au contraire de l'assurance maladie obligatoire.

Quelles mesures pourraient être mises en place pour promouvoir un accès équitable à l'assurance maladie complémentaire ?

Joy Demeulemeester : Améliorer la couverture offerte par l'assurance maladie de base, pour pouvoir se passer des assurances complémentaires, dont le modèle d'affaire n'est pas conçu pour être équitable, mais rentable.

C'est l'accès aux soins et à une vie en bonne santé qui doit absolument rester équitable. La Suisse dépense près de 80 milliards pour traiter les problèmes de santé et moins de 2 milliards pour les prévenir. Inclure dans le catalogue LAMal les traitements pour l'arrêt du tabac, la gym pour le dos, les soins en podologie ou un contrôle dentaire annuel, par exemple, amènerait de l'équité en santé.

Irit Mandel : Pour nous l'accès est équitable ; tous les assurés qui souhaitent souscrire une assurance complémentaire doivent remplir les mêmes formalités. Il faut rappeler que les complémentaires fonctionnent selon un tout autre principe que l'assurance maladie obligatoire, dans laquelle les gens sont assurés du début à la fin de leur vie et où il existe un mécanisme financier dit de compensation des risques. C'est pourquoi, dans le domaine des assurances complémentaires, il est important que les gens s'assurent avant d'avoir de graves problèmes de santé. Sans quoi les primes deviendraient inabordables et pénaliseraient les gens qui se sont assurés suffisamment tôt, ce qui serait pour le moins inéquitable.

Quel regard portez-vous sur les conditions d'accès aux assurances maladie complémentaires des seniors ?

Joy Demeulemeester : Économiquement, je comprends les assureurs privés, mais cela ne signifie pas que j'approuve le modèle. Un assuré vieillissant coûte souvent plus cher en prestations qu'il ne rapporte en primes. Il devient un « mauvais risque » pour la compagnie d'assurances, à moins d'augmenter sa prime ou de restreindre sa couverture d'assurance.

Par contre, je trouve scandaleux que des compagnies imposent à leurs assurés seniors, après des années de cotisation fidèle, des hausses de primes explosives pour l'hospitalisation privée ou semi-privée, juste au moment où cette couverture devient utile.

Irit Mandel : Les assurances complémentaires sont des offres très prisées des seniors. Nombre d'entre eux sont au bénéfice d'une assurance privée ou semi-privée pour les hospitalisations, par exemple. Par ailleurs, nous observons que de plus en plus d'assureurs proposent de nouveaux produits d'assurances complémentaires qui leur sont destinés. Nous sommes convaincus que ces offres vont fortement se développer à l'avenir en raison de l'évolution démographique et de la part croissante des seniors dans la population suisse.



Joy Demeulemeester

*Membre du comité
de la Fédération suisse
des patients (section romande)*



Irit Mandel

Porte-parole de santésuisse

ReportAge

Apprendre... à tout âge !

Les conférences Info-seniors de Pro Senectute Vaud invitent les aînés du canton à s'informer sur des thématiques variées (habitat, santé, assurances sociales, nouvelles technologies, etc.) au cours de rencontres conviviales avec des spécialistes. Celles-ci offrent aux seniors vaudois un espace bienveillant favorisant l'échange, le partage d'expérience et l'apprentissage de nouvelles notions. Elles réunissent chaque année près de 1'000 participants.

En juin 2023, une conférence Info-seniors sur le thème « Recherche d'informations sur internet : comment faire le tri? », donnée à Pully, a mis en lumière les différentes techniques permettant de reconnaître les sources fiables sur le web.

« Ces conférences offrent aux seniors des outils pratiques et concrets pour mieux vivre leur retraite. »

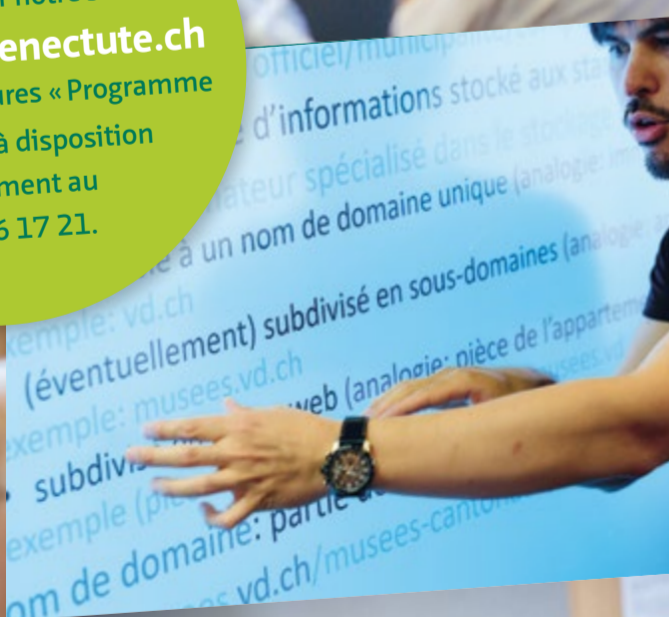


Karine Tassin

Responsable Information
et bénévolat



Retrouvez
toutes nos activités
par région sur notre site
www.vd.prosenectute.ch
et dans nos brochures « Programme
d'activités », à disposition
gratuitement au
021 646 17 21.



Ma vie, ma retraite

La retraite ? Sur la route, au service des autres !

Jean-Daniel est un Vaudois de souche, originaire d'Etagnières et établi depuis de longues années à Morges, où il vit avec son épouse. Au terme de sa scolarité, ce père de deux enfants, maintenant trois fois grand-père, se tourne naturellement vers la mécanique et l'automobile. Après son apprentissage, il devient mécanicien en automobiles à Epalinges, puis effectue un virage professionnel au bout de quelques années : il intègre l'armée suisse pour laquelle il sera instructeur-moniteur de conduite sur tous véhicules à pneus, en particulier les camions et camions remorques. Rattaché à la place d'armes de Bière, il sillonnera pendant des décennies — trois précisément — la Suisse et ses écoles d'infanterie, rencontrant au passage de nombreux jeunes « toujours motivés, passionnés, désireux d'apprendre », à qui il se plaît à enseigner des compétences également utiles dans le civil. Les six dernières années de sa carrière le voient même prendre en charge l'instruction des véhicules de combat d'infanterie Piranha 8x8.

Un cœur au moteur puissant

À 58 ans vient l'âge de la retraite, comme il est à l'époque de coutume dans l'armée. La question se pose alors : que faire ? Bien avisé, Jean-Daniel décide de s'y préparer, par le biais d'un cours donné sur le sujet par Pro Senectute Vaud. C'est ainsi que s'ouvre à lui ce qui deviendra presque, de fait, une seconde carrière... De bénévole cette fois-ci ! Consciente des atouts de Jean-Daniel, Pro Senectute Vaud lui propose d'assurer la conduite de minibus pour les sorties voire même les voyages de ses bénéficiaires. Cette activité prend rapidement de l'ampleur dans le quotidien de Jean-Daniel, qui assure des liaisons jusqu'à quatre à cinq fois par semaine. Il décrit avec une tendresse palpable les rencontres, même souvent les amitiés, avec les aînés qu'il prendra en charge pendant 18 ans, ainsi que la joie réelle ressentie à faire découvrir à de nombreuses personnes des lieux qu'ils n'avaient jamais vus auparavant.

Ainsi défilent durant ces années la Suisse, la France, mais aussi l'Italie. Les Dolomites, l'Alsace, les Grisons, les ballons de Château-d'Œx, le barrage de Moiry au-dessus de Grimetz, la Grande Dixence, les visites de musées, de zoos, d'une fromagerie ou d'une fabrique de cloches, les pièces de théâtre... Au final, ce sont ainsi plus de 400'000 kilomètres que Jean-Daniel va parcourir avec Pro Senectute Vaud.

Pro Senectute Vaud, un enrichissement de plus de deux décennies

À 75 ans, il finit par ralentir quelque peu le rythme, mais sans renoncer toutefois à son activité de bénévole. Aujourd'hui, à 81 ans, il s'investit toujours et encore en venant en renfort à des aînés pour de petits trajets ou en contribuant à l'organisation de thés dansants, une occupation qui lui tient d'autant plus à cœur qu'il a gardé contact avec nombre des personnes rencontrées par le biais de Pro Senectute Vaud au fil de ses années de bénévolat. Des contacts téléphoniques presque hebdomadaires, mais aussi des fêtes d'anniversaire et d'autres occasions de retrouver ceux qu'il a accompagnés pendant si longtemps. Il souligne à quel point le contact avec les aînés a été facile et plaisant : « Ils voient la vie du bon côté, sont toujours heureux de sortir, de voir des choses nouvelles, surtout s'il s'agit de la nature. Cela donne une autre perspective sur la vie. » C'est cet enrichissement qui le pousse à poursuivre son activité bénévole, notamment en proposant une fois par semaine son aide pour emmener un petit groupe d'aînés basé au Chalet-à-Gobet faire ses courses. « Ils m'ont sollicité lorsque j'étais encore chauffeur de bus bénévole pour Pro Senectute Vaud, et j'ai organisé ce système d'aide aux courses par le biais de l'association Cérébral Vaud, à laquelle la Fondation Net Âge de Pra Roman loue un petit bus pour le transport. » Aujourd'hui, fort de « la gentillesse et de la reconnaissance » reçues tout au long de ces années d'engagement, Jean-Daniel se décrit comme un retraité tout simplement... Heureux !



Prénom	Jean-Daniel
Année de naissance	1942
Situation	Marié, père de deux enfants
Activité PSVD	Bénévole

Impressum

Pro Senectute Vaud
Rue du Maupas 51
1004 Lausanne
021 646 17 21

info@vd.prosenectute.ch
www.vd.prosenectute.ch

**Responsable
de la publication**
Tristan Gratier

Contributions
Philippe Jeanneret

**Conception, rédaction
et coordination**
ftc communication

Mise en page et graphisme
DidWeDo Lausanne

Photographies
Philippe Pache
Marco Zanoni
Yves Leresche
Laurent Kaczor

Impression
Artgraphic Cavin, Grandson

Notre partenaire