

PartAge

Le magazine de Pro Senectute Vaud

N°4 - 2021

Quelle politique pour les seniors après le coronavirus ?

Zoom

2

Sommaire

Débat

Réforme de la prévoyance vieillesse : Les retraités actuels seront-ils les grands perdants ? 6

ReportAge

Entraînement urbain 7

Ma vie, ma rencontre

Retraite heureuse et solidaire au cœur de Lausanne 8



Manuella Maury
Productrice RTS
et auteure

L'invitée

Vous êtes connectés ? Sachez que Tik Tok a peut-être remplacé Insta, qui a sans doute supplanté FB. Phrase recomposée de mémoire après avoir écouté l'autre soir Philippe Revaz, en chaire, durant la grand-messe du 19h30 sur la RTS.

Quand j'étais enfant, si je parvenais à m'extraire de l'église avant tout le monde, je me faisais une joie de voler une fleur sur la tombe de mon Grand-Oncle Camille. Son rôle de curé au sein de la communauté avait élevé sa dernière demeure au flan de l'édifice, le rapprochant ainsi du chemin des pauvres pêcheurs. Sa tombe était toujours joliment fleurie. Aller à l'église était un rythme, un rite, un mouvement collectif et aussi une contrainte. Je volais des fleurs après la communion pour disais-je « la liberté d'expression ». C'est pour cette même raison j'imagine que, d'instinct, j'ai rejeté Facebook dès son arrivée, puis naturellement ses concurrents, tout en culpabilisant un peu la manière. Alors apprendre, en communion avec tous les disciples du TJ, que les

réseaux se roulaient dessus et s'écrabouillaient pour être plus jeune parmi les jeunes m'a donné l'envie de planter des fleurs sur la tombe des milliers de messages enterrés sans la moindre cérémonie. En 2021, mon père serait rentré « dans sa 85^e année », comme il me l'aurait rappelé avec insistance « on naît à 0 puis on respire sa première seconde ». Une seconde, c'est le temps pris aujourd'hui pour adresser un message. Puis ça vieillit. Souvent ça meurt. Alors si vous êtes déconnectés, permettez-moi de vous recommander la toute dernière technologie qui supplante FB, Insta et Tik Tok par son incroyable fiabilité et indépendance des données : la LEMSP. La lettre écrite à la main sur papier. Mon père dirait : « Si tu ne sais pas où tu vas dans la vie, écris-toi un courrier, tu te trouveras sûrement une adresse. »

<https://www.rts.ch/play/radio/emission/alice-semerveille?id=11536349>
www.lettresdesoie.com

Zoom

Quelle politique pour les seniors après le coronavirus ?

La première vague de la pandémie a mis en évidence les dérives possibles d'une vision dépassée et paternaliste des seniors loin de n'être que des « personnes à risque ». Sans remettre en question les efforts accomplis pour développer un filet médico-social performant pour les plus fragiles, il est désormais l'heure de définir une politique vaudoise moderne du vieillissement, tenant compte des besoins de tous les seniors.



Majoritairement autonomes, en bonne santé et socialement impliqués, de nombreux retraités vaudois ont mal vécu la crise du coronavirus du premier semestre 2020. Réduits du jour au lendemain et du seul fait de leur âge à une condition de « personne à risque », de facto entravés dans leurs libertés de mouvement et d'échanges sociaux, ils ont aussi expérimenté le regard parfois accusateur de leurs concitoyens plus jeunes.

« Bien qu'ayant rectifié le tir à mi-confinement en assouplissant et nuanciant nos recommandations vaudoises, nous savons que la limite de 65 ans fixée par le Conseil fédéral en mars 2020 a été ressentie comme arbitraire et blessante, même si elle se voulait protectrice, analyse Rebecca Ruiz, cheffe du Département de la santé et de l'action sociale (DSAS). Chaque crise nous permet d'apprendre. Pour ma part, j'ai acquis la conviction qu'à l'avenir, nous serons attentifs à être encore plus à l'écoute des besoins des seniors. Avec le recul, nous constatons par exemple que nous avons trop peu pris en compte leurs ressources dans les solutions mises en place durant la pandémie, alors que plusieurs auraient souhaité se rendre utiles en offrant des services à leurs proches ou en faisant du bénévolat. »

D'une certaine manière, la crise COVID-19 a ainsi remis à l'agenda des questions fondamentales sur le rôle et la place des seniors dans nos sociétés modernes vieillissantes, où l'espérance de vie ne cesse de s'allonger (84 ans en moyenne en Suisse), avec aussi son lot croissant d'années en bonne santé après la retraite. « Aujourd'hui c'est surtout la catégorie des moins de 80 ans qui se retrouve dans une certaine zone grise sociétale, résume Tristan Gratier, directeur de Pro Senectute Vaud. Après la vie professionnelle, le « troisième âge » continue largement à œuvrer pour le bien commun, mais de manière discrète, dans son environnement proche, avec une faible reconnaissance institutionnelle. Et il sollicite peu le filet médico-social. En réalité, même si elle ne pourrait fonctionner sans leur apport, la société ne dit pas vraiment ce qu'elle attend des jeunes seniors et ne fait pas grand-chose pour eux. »



Rebecca Ruiz

cheffe du Département
de la santé et de l'action sociale (DSAS)

Vers une politique vaudoise du vieillissement

En 2009, l'ancien directeur de Pro Senectute Vaud, Philipp Uffer, également député, avait ainsi demandé au Conseil d'Etat de proposer une « politique cantonale d'action sociale gérontologique », pour mieux tenir compte en amont du vieillissement en cours et moderniser sa vision, dans la ligne aussi des réflexions alors récentes du Conseil fédéral. Une première réponse fut donnée par le gouvernement vaudois en 2015 et depuis, plusieurs axes de développement ont été poursuivis. Une réelle impulsion se faisait malgré tout attendre.

Forte de l'expérience Covid, Rebecca Ruiz souhaite désormais agir, en commençant par casser les barrières entre monde social et sanitaire : « Trop longtemps, on a conçu ces politiques publiques au service de nos aînés de manière séparée, alors qu'on sait à quel point elles sont imbriquées, d'autant plus lorsque les personnes prennent de l'âge et perdent en autonomie. Mon département démarre actuellement les travaux pour de futures lignes directrices d'une politique cantonale du vieillissement. Celles-ci répondront aux défis démographiques, sociaux, économiques et culturels que nous allons vivre ensemble ces prochaines années. Il est d'ores et déjà clair que la future politique du vieillissement devra mieux coordonner les domaines social et sanitaire et leurs multiples liens. Je souhaite aussi agir contre l'âgisme en œuvrant explicitement en faveur de la solidarité et de la cohésion entre toutes les générations. »

S'il reste à préciser, le processus d'élaboration des futures lignes directrices se fera en tout cas en étroite association avec les milieux et experts concernés, avec une préoccupation toute particulière pour la participation sociale, l'inclusion et l'autonomie des seniors. « Pour l'heure, il est encore prématuré de savoir si une démarche législative similaire à celle du canton de Fribourg (cf. page 3) sera entamée dans le canton de Vaud, précise Rebecca Ruiz. En revanche, je ne peux que saluer l'esprit de la loi fribourgeoise, aussi dans la place faite aux Communes et aux associations. Il me semble qu'une valorisation et un accès plus simple à l'information sur les prestations existantes seront un premier pas important à réaliser dans le canton de Vaud. »



Marc Favez

Fribourg, le modèle à suivre?

En 2016, le Canton de Fribourg a adopté une nouvelle Loi sur les seniors (LSen) à « large spectre », concrétisant ainsi son concept Senior+ développé pendant presque 10 ans avec les milieux concernés. Celui-ci s'articule autour de trois objectifs : l'intégration des seniors dans la société, l'autonomie des seniors, et la reconnaissance de leurs besoins et de leurs compétences. Par « seniors », Fribourg désigne aussi désormais clairement toute personne ayant atteint l'âge légal de la retraite, ce qui implique de ne pas uniquement agir en faveur des personnes âgées fragilisées, mais aussi de mieux reconnaître, voire mobiliser les compétences et ressources des seniors en faveur de la société.

Pour atteindre les objectifs fixés, les pouvoirs publics (Canton et Communes) ont choisi de concentrer leur action sur cinq thèmes : travail ; développement personnel ; vie associative et communautaire ; infrastructures, habitat et services ; soins et accompagnement social à la personne fragilisée.

Pour l'ancien directeur de Pro Senectute Fribourg, Jean-Marc Groppo, à la retraite depuis fin 2020, le bilan du premier plan de mesures 2016 – 2020 reste cependant encore mitigé : « Conceptuellement, Senior+ va clairement dans le bon sens ; le projet a été très bien mené et sa transposition légale en 2016 ne l'a pas dénaturé. Mais malgré l'ambition initiale, cela reste pour l'heure un tigre de papier. Le budget global alloué pour les quatre premières années était très modeste, et largement orienté sur le domaine des soins et de l'accompagnement à la personne fragilisée. À ce jour, nous n'avons pas eu de moyens pour agir et anticiper dans le domaine social et communautaire, même si des études démontrent désormais la valeur ajoutée de tels programmes. Pour pouvoir réaliser à terme les objectifs de la Loi sur les seniors, il faudra donc y mettre nettement plus d'argent public et ne pas se cacher derrière les questions de répartition des tâches entre l'Etat et les Communes. »

Trois questions à Marc Favez, responsable de l'unité « Habitat et travail social communautaire » de Pro Senectute Vaud

« Les deux principaux facteurs de santé des seniors sont l'intégration sociale et le fait de disposer d'un réseau de soutien »

Depuis 2002, les projets de « Quartiers et Villages Solidaires » misent sur une approche sociale globale. Constate-t-on des bénéfices concrets sur la qualité de vie des seniors ?

Aujourd'hui, nous pouvons dire clairement que « quartiers et villages solidaires » est un programme de prévention des conséquences négatives du vieillissement, grâce à la création de lien social et au renforcement du pouvoir d'agir des habitants seniors sur leur environnement direct. Plusieurs études indépendantes mandatées par la Fondation Leenaards ont confirmé la pertinence de la méthodologie et permis de mesurer son impact sur les seniors directement, mais aussi plus largement (quartier, commune).

Une fois à la retraite, est-ce qu'au fond les seniors souhaitent toujours mettre leurs ressources et compétences à disposition de la société ?

Ils nous l'ont dit au printemps 2020 au début de la crise sanitaire. En demandant aux 65+ de renoncer aux activités associatives ou familiales qu'ils exercent bénévolement, on a péjoré leur qualité de vie. Continuer à s'investir pour l'avenir est un facteur de santé psychique déterminant pour les seniors, et nombre d'entre eux souhaitent le faire. Cela dit, on remarque une tendance nouvelle : les seniors ont moins envie de s'investir dans des activités qui les obligent à de la régularité. Nous en tenons déjà compte dans les projets de « Quartiers et Villages Solidaires », afin que chacun puisse y participer au gré de ses envies et possibilités.



Lors de la crise COVID-19 du premier semestre 2020, les « Quartiers et Villages Solidaires » ont-ils mieux su lutter contre l'isolement des seniors ?

C'est ce que nous avons pu constater. Avec des réseaux déjà en place, nous avons pu venir en aide tant aux Communes dans l'organisation de leurs services aux personnes à risque qu'aux seniors directement. Nombre de participants aux « quartiers et villages solidaires » se sont impliqués dans la mise en place de chaînes téléphoniques ou de « cafés rencontres » virtuels. Dans certaines communes, des contacts ont été pris avec tous les seniors de plus de 75 ans, par exemple. Et même s'ils ne participaient pas aux activités du « quartier ou village solidaire », ils en connaissaient en tout cas l'existence.

Brèves

Devenez membre !

Votre Commune n'est pas encore membre de Pro Senectute Vaud? Faites le pas et demandez votre adhésion! Vous aurez ainsi l'opportunité de vous informer sur les enjeux et les nouveautés dans le domaine de l'action sociale gérontologique. Vous pourrez également participer à des échanges fructueux sur diverses thématiques liées aux seniors. Notre association compte actuellement 94 Communes membres, soit 23 de plus en une année.

« La collaboration avec l'animatrice régionale de Pro Senectute Vaud nous a permis de développer et valoriser plusieurs activités au sein de notre Commune telles que le Ciné-seniors et la Table au bistrot. »

Eric Fatio, municipal de Château d'OEx

Une réponse à presque tout

Depuis 2014, le point Info-seniors permet de répondre durant les jours ouvrables à plus de 800 demandes par an sur diverses thématiques. Pro Senectute Vaud a décidé de compléter cette offre par un portail Internet destiné à l'ensemble des personnes à la recherche d'informations pratiques en lien avec la vie à la retraite, dans le domaine de la santé et du social.

Mise en ligne en octobre 2020, la nouvelle plateforme « Info Seniors Vaud » renseigne l'internaute en tout temps et sur toutes sortes de sujets regroupés autour de six thématiques principales. Sont également disponibles un agenda, des actualités et des bons plans, en collaboration avec des organismes partenaires contribuant à enrichir le contenu de la plateforme. Nul doute que les seniors seront nombreux à se rendre sur www.infoseniorsvaud.ch. Selon l'étude de Pro Senectute Suisse « Digital Seniors 2020 », les trois-quarts d'entre eux utilisent internet et souvent quotidiennement, soit deux fois plus qu'en 2010 (voir résultats complets sur www.prosenectute.ch).



Aux côtés des seniors pendant la crise

Malgré la diminution et la réorganisation de la majeure partie de nos activités depuis la mi-mars 2020, notre association poursuit sa mission de veiller au bien-être des retraités vaudois, mais autrement. Avec le concours de nos 90 salariés et plusieurs de nos 600 bénévoles, les mesures suivantes ont notamment pu être mises en place :

- Permanence téléphonique pour les seniors vaudois (information, orientation, écoute, soutien) et appels proactifs auprès des plus vulnérables.
- Mobilisation de collaborateurs auprès de la Centrale des solidarités de l'Etat de Vaud.
- Création et diffusion d'une affichette pour encourager la population à soutenir ses voisins âgés (courses, pharmacie, discussions et chaînes téléphoniques, etc.).
- Actions dans les « quartiers et villages solidaires », en collaboration avec les Communes concernées.
- Diffusion sur la Télé de l'émission « Ça bouge à la maison ». Au programme : une heure quotidienne de gymnastique douce ou dynamique avec les moniteurs de Pro Senectute Arc Jurassien.
- Recettes du confinement, concours photos.
- Calendrier de l'Avent solidaire avec 24 actions simples permettant de lier des contacts avec ses voisins âgés.



Initiatives novatrices

Pro Senectute Vaud a lancé l'accompagnement de projets urbains en collaboration avec l'institut TRANSFORM. Il s'agit de prendre en compte les désirs et besoins tant urbanistiques que sociaux des seniors lors de projets de densification ou de nouveaux quartiers dans une démarche participative. Objectif: favoriser une vie de quartier empreinte de cohésion sociale entre les différentes générations, permettant entre autres un maintien à domicile des personnes âgées. Un premier projet a été lancé en janvier 2020, en collaboration avec la Ville de Lausanne, dans le quartier Sous-Gare.



L'initiative récente du Comité des seniors offre aux retraités l'opportunité de jouer un rôle actif dans leur commune, afin de mettre en œuvre des actions et des activités pour leurs contemporains, en adéquation avec les objectifs de la Municipalité. La Commune bénéficie, elle, de relais et d'interlocuteurs privilégiés au sein de la population grâce à l'engagement de ses habitants plus âgés. Les Communes intéressées par cette démarche peuvent contacter Pro Senectute Vaud qui se chargera de mettre en place son organisation, par l'intermédiaire de ses animateurs régionaux.

Chiffres-clés

80'000

ménages de retraités vaudois ont reçu en 2019 notre calendrier des 100 ans les invitant à toute une série de rendez-vous régionaux.

250

seniors ont réfléchi, en 2019, à leur mobilité et proposé des solutions concrètes à l'occasion de 13 cours qu'ils ont pu suivre, soit via l'application « CFF Mobile » soit dans le cadre des cours gratuits « Être et rester mobile ».

200

séminaires environ sont organisés chaque année par AvantAge, réunissant au total des milliers de participants.

1

Club de Membres a été créé pour porter la voix des seniors et compte à ce jour plus de 1600 adhérents. Les deux premières éditions du ClubMag contiennent une foule de bons plans.

7

cours de prévention des chutes Equilibr'Age sont organisés à Lausanne, Vevey, Morges, Moudon, Echallens, Nyon et Yverdon-les-Bains.



Trois questions à Laurent Wehrli, président de Pro Senectute Vaud

Au printemps 2019, Laurent Wehrli a succédé à Jean-Robert Guignard à la tête de Pro Senectute Vaud. Interview.

Que retirez-vous des 20 premiers mois de présidence ?

D'abord que Pro Senectute ne cesse de montrer son utilité au quotidien pour les seniors vaudois, y compris lors d'une gigantesque crise comme celle du coronavirus, dont nous contribuons à atténuer les effets sociaux collatéraux pour les seniors. Ensuite, en 2020, il y a eu 23 nouvelles adhésions de Communes à notre association et déjà presque un tiers des Communes vaudoises sont membres de notre association. Je m'en réjouis et j'encourage toutes les autres à nous rejoindre prochainement. Pro Senectute Vaud est plus qu'un prestataire utile, c'est un forum thématique précieux.

Qu'est-ce qui vous a motivé à vous engager ?

Déjà auparavant en tant que simple membre du comité, c'était un honneur de pouvoir me mettre à disposition d'une association tout à fait indispensable à nos concitoyens vaudois âgés et à leurs familles. En tant que président depuis plus d'une année et demi, je veux particulièrement aider à faire progresser la cause de la qualité de vie des seniors auprès des autorités communales, cantonales et fédérales, que je connais bien de par mes autres engagements.

Quelles sont vos priorités ?

Je souhaite que sous ma présidence, le travail général de Pro Senectute Vaud présente toujours des offres adaptées aux besoins des personnes concernées par nos actions. Nous le ferons grâce à la collaboration et au rapprochement avec les Communes vaudoises, qui vont donc encore s'intensifier. De fait, les Communes, petites et grandes, pourront toujours moins se passer des prestations et de l'expertise de Pro Senectute pour améliorer leur réponse au vieillissement de la population. Autre priorité, parvenir à compenser un financement fédéral malheureusement en baisse.



Idée cadeau

Vous travaillez dans une Commune ou une entreprise et vous cherchez un cadeau original pour fêter un départ à la retraite ? Pensez à offrir à vos jeunes retraités l'adhésion au Club de Membres et faites-les profiter de nombreux avantages !

Plus d'infos auprès de Charlotte Christeler, responsable Communication, au 021 646 17 21 ou charlotte.christeler@vd.prosenectute.ch

La colonne de Tristan Gratier

Seniors : admirables souvent, vulnérables un peu, irresponsables rarement !

À force de parler mille fois par an en Suisse de l'impact du vieillissement de la population sur les coûts de la santé, notre perception des seniors a visiblement changé. On ne peut plus s'en empêcher, le citoyen nanti de plus de 65 ans d'expérience de vie s'efface peu à peu derrière l'être humain à risque (sanitaire pour lui, financier pour les autres).

Pourtant, avec une espérance de vie en bonne santé après la retraite en constante augmentation, nos aînés ne se sont jamais aussi bien portés collectivement qu'aujourd'hui. Sur les quelque 130'000 seniors vaudois, plus de 100'000 actuellement, peuvent être considérés comme pleinement autonomes (pas à l'EMS et sans aide à domicile).

La perte progressive d'autonomie des seniors, les soucis de santé, l'isolement et le besoin de soutien ou d'accompagnement sont bien sûr des réalités à traiter, comme les problèmes financiers, qui peuvent même survenir sans avoir « démérité » pendant sa vie active. Mais cela ne doit pas occulter un autre phénomène : l'admirable engagement des seniors dans la société et leur grand sens des responsabilités.

Nos aînés ne sont ni un tsunami gris de vulnérabilité dont il faut avoir peur, ni des cibles pour la « silver economy ». Ils sont bien plus que cela : des citoyens à part entière, qui s'engagent souvent jusqu'à un âge très avancé pour le bien commun. Il y a ceux qui gardent leurs petits-enfants pour permettre à leurs enfants de travailler, voire même les aident financièrement ; ceux qui s'engagent bénévolement dans des associations ou font des dons ; ceux qui votent et prennent des responsabilités politiques sur le tard. Ou ceux qui simplement consomment des biens et des services, paient des impôts et surtout transmettent des valeurs, des expériences, du savoir, de la culture. Et même lorsqu'ils décèdent, nos « vieux » fournissent encore souvent via les héritages, contributions liées et legs une ultime participation au bien-être à venir du monde qu'ils quittent.

Le lancement d'une réflexion de fond sur la politique cantonale du vieillissement est donc à saluer. Il est temps de reconsidérer les 65+ vaudois dans la globalité de leurs attentes et besoins, avec eux.

Tristan Gratier

Directeur de
Pro Senectute Vaud



Débat

Réforme de la prévoyance vieillesse : Les retraités actuels seront-ils les grands perdants ?

Alors que la réforme AVS 21 est en discussion au Parlement, le Centre patronal a proposé en octobre 2020 un nouveau modèle de « prévoyance-vieillesse durable, moderne et sociale ». L'idée principale est de baser l'âge de départ à la retraite sur le nombre d'années de cotisation, la rente complète étant fixée à 44 ans de travail. Ce mécanisme serait accompagné des trois mesures suivantes : augmentation de la durée de cotisation, relèvement de la TVA et hausse de la cotisation AVS. Concernant le 2^e pilier, ce modèle propose de rendre celui-ci obligatoire pour les indépendants, de diminuer le taux de conversion et de supprimer la déduction de coordination.

Si ces idées sont retenues dans le plan du Conseil fédéral AVS 21, les retraités actuels et futurs - et notamment les femmes - doivent-ils s'en inquiéter par rapport au niveau de leurs rentes ?

Trois questions à Claudine Amstein, directrice de la CVC (Chambre vaudoise du commerce et de l'industrie), et Gabriela Medici, secrétaire centrale de l'USS (Union syndicale suisse) - responsable des assurances sociales.

Que pensez-vous du modèle proposé par le Centre patronal ?

Claudine Amstein : Cette proposition est arrivée à un moment étrange, puisque les partenaires se sont en fait déjà mis d'accord sur les mesures de réforme urgentes actuellement à l'agenda du Parlement. Toutefois, les idées développées seront peut-être utiles dans le cadre de réformes ultérieures. Déterminer le moment de la retraite en fonction d'une période de cotisation, plutôt que d'un âge de référence, peut contribuer à démystifier le débat sur l'âge de la retraite ; même si cela ne changera rien au fait qu'à terme, face à l'évolution de l'espérance de vie, la durée de la vie active devra être allongée. En tenant compte de la situation de celles et ceux qui commencent à travailler jeunes, l'idée du Centre patronal a le mérite de rendre une telle réforme socialement plus acceptable.

Gabriela Medici : Les modèles basés sur la durée de cotisation semblent toujours séduisants, mais dans les faits, ils conduisent à une hausse de l'âge auquel les gens peuvent concrètement prendre leur retraite. Ainsi, même pour de nombreux apprentis, les premières années de vie active ne seraient pas prises en compte, puisque selon le modèle proposé il faut gagner plus de 2844 francs par mois pour cela. Les avantages pour les gens qui commencent tôt à travailler sont donc illusoire, tandis que les inconvénients pour les autres – et pour toutes les carrières avec des interruptions, qui vont se multiplier – sont réels.

Aujourd'hui pénalisées, les femmes seraient-elles gagnantes ou perdantes ?

Claudine Amstein : Les femmes exerçant davantage d'activités à temps partiel, qui plus est dans des secteurs tendanciellement moins bien rétribués que les hommes, seraient gagnantes s'agissant de leur future rente de prévoyance professionnelle. La suppression de la déduction de coordination leur permettrait en effet de cotiser sur l'ensemble de leur salaire AVS. Malheureusement, le corollaire serait une diminution de leur revenu net durant la vie active. L'autre problème concerne celles qui interrompent leur activité professionnelle pour s'occuper d'enfants en bas âge et dont l'âge de la retraite serait sérieusement retardé. Il faudrait que la société évolue et que les femmes soient moins nombreuses à connaître des interruptions de carrière. De ce point de vue, aujourd'hui, une solution de transition paraît encore nécessaire.

Gabriela Medici : De nombreuses femmes doivent aujourd'hui vivre avec des revenus insuffisants à la retraite, en particulier à cause du 2^e pilier, où elles touchent en moyenne deux fois moins. Nous avons, avec les employeurs, avancé une solution concrète pour la LPP, avec une compensation qui favoriserait les petites retraites. Le modèle du Centre patronal, lui, ne change rien au problème et il n'est même pas clair qu'il continuerait à reconnaître les années passées à s'occuper d'enfants ou de proches comme des années de cotisation pour déterminer la hauteur de la rente, comme aujourd'hui.

Que doivent en penser les retraités actuels ?

Claudine Amstein : Ils ne seront pas directement impactés, et ce peu importe le modèle qui sera retenu par le Parlement. En effet, les retraités bénéficient de droits acquis qui ne peuvent être remis en question par une réforme, quelle qu'elle soit. En tant que rentiers AVS et PP, ils ont néanmoins tout intérêt à ce que le système soit viable sur le long terme, de façon à garantir la pérennité de leurs rentes. Le moment venu, ils auront donc avantage à soutenir la réforme adoptée par le Parlement.

Gabriela Medici : D'abord, il faut dire que de nombreux retraités tirent le diable par la queue aujourd'hui. Un sur dix a besoin de prestations complémentaires pour vivre. Les propositions du Centre patronal n'apportent rien sur ce plan. Il faut d'une part travailler à rendre possibles les préretraites aussi pour les personnes à revenus modestes. Mais de l'autre, il faut enfin augmenter les rentes : c'est ce que nous proposons avec l'initiative pour une 13^e rente AVS, qui s'appliquerait aux retraités actuels et futurs.



Claudine Amstein
directrice de la CVC



Gabriela Medici
secrétaire centrale de l'USS
- responsable des
assurances sociales

ReportAge

Entraînement urbain

« Le plein air est la plus belle salle de gym au monde »



Madeline Dégallier

Parmi la gamme d'activités variées de Pro Senectute Vaud, les séances d'Entraînement urbain ont été impulsées il y a huit ans par Madeline Dégallier, monitrice à Lausanne. Chaque année, c'est une quarantaine d'entraînements qui a lieu dans plusieurs villes du canton, en extérieur et par tous les temps!

Lors de ce mardi d'automne 2020, c'est à l'entrée du Stade Pierre-de-Coubertin que la séance commence. Menée avec entraînement par Madeline, la douzaine de seniors se lance, dans la joie et la bonne humeur, à l'assaut des bancs, troncs d'arbres, barrières et escaliers convertis en matériel de sport le temps d'un exercice. Ça trottine, ça sautille, ça papote... ça rigole aussi beaucoup durant les activités « multitâches » concoctées et guidées par une monitrice pleine d'humour et de créativité.

Combiner activité physique et échanges conviviaux



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

Retraite heureuse et solidaire au cœur de Lausanne

Née à La Réunion en 1942, Marcella Bonnet a 32 ans quand elle arrive en Suisse. La raison? La plus jolie qui soit: l'amour, puisque c'est pour se marier qu'elle est venue ici, dans un pays auquel elle va immensément s'attacher au cours des décennies. Avec son mari qui travaille à son compte dans la peinture, elle s'installe à Lausanne où elle vit encore aujourd'hui, plus de quarante-cinq ans après son arrivée.

À Lausanne, elle œuvre comme technicienne en nettoyage pour la Ville pendant près de trente ans, et souligne en riant qu'elle «en a vu passer des syndics». En dehors de son travail, c'est une femme qui aime découvrir la Suisse à travers des sorties de groupe, et qui se plonge avec plaisir dans les livres. Elle n'a pas eu d'enfants avec son mari, mais celui-ci est déjà père d'un fils et d'une fille lorsqu'elle le rencontre. Des enfants qui deviendront comme les siens. Aujourd'hui, ils lui rendent régulièrement visite à la Maison Mivelaz où elle s'est installée, une joie amplifiée par l'arrivée au fil des années de petits-enfants.

Les appartements protégés: la révélation

La Maison Mivelaz justement... En 2008, Marcella prend sa retraite, une transition qu'elle vit «plutôt bien» à l'époque; mais ce passage paisible est assombri par un autre événement. Son mari, qui arrête également son activité, tombe malheureusement malade quelque temps plus tard et doit quitter l'appartement où ils ont toujours vécu, avenue de Morges à Lausanne, pour être placé en EMS. Il y restera pendant cinq ans, jusqu'à son décès en 2016. Une période difficile pour Marcella pour qui une évidence s'impose: s'installer dans un EMS ne sera jamais une solution pour elle.

Peu de temps après le décès de son époux, la question revient sur la table pour Marcella, sa régie ayant décidé de résilier son bail. C'est en se mettant à la recherche d'un nouveau logement qu'elle entend pour la première fois parler du concept des appartements protégés qui offrent des loyers modérés, des prestations sociales et une vie communautaire. Le fonctionnement est le suivant: les locataires seniors bénéficient d'appartements

indépendants dans des immeubles où la majorité des résidents sont des personnes âgées; une petite partie des appartements est réservée à des locataires plus jeunes qui, en retour, s'engagent à rendre divers services aux aînés de l'immeuble. Le tout est encadré par une référente qui s'occupe de cette petite communauté animée par des bénévoles.

L'idée séduit Marcella qui obtient un appartement à la Maison Mivelaz, en plein cœur de Lausanne. Sur les 39 appartements disponibles, 32 sont occupés par des personnes âgées et le reste par des familles qui leur apportent une aide en cas de besoin. Mais le système de soutien va plus loin: Marcella a pu également compter sur les prestations annexes offertes par Pro Senectute Vaud, notamment par le biais de la consultation sociale qui a pris en charge son déménagement et son installation à la Maison Mivelaz, lui offrant au passage plusieurs meubles pour son nouvel appartement. Grâce à l'aide financière de Pro Senectute Vaud, elle a également pu rendre visite à sa famille à La Réunion et changer l'électroménager de son appartement devenu obsolète.

Des contacts enrichis par la solidarité

Quand Marcella Bonnet parle de la Maison Mivelaz, un large sourire se dessine sur son visage: «Je suis heureuse ici, on y est très solidaires, il y a beaucoup d'entraide et de contact entre les gens. On va les uns chez les autres, on se rend des services, on n'est jamais seul». Une ambiance que la Covid-19 n'a pas ébranlée: «Je ne me suis pas du tout sentie isolée pendant le confinement au printemps 2020, tout s'est bien passé, personne n'a été malade et notre référente Elizabeth s'occupait de nos courses avec d'autres bénévoles». Un esprit de partage auquel participe activement Marcella: «Moi aussi je rends des services, dit-elle en riant. Je m'occupe des chiens des résidents trop âgés ou souffrants, je fais des courses pour eux si je vais en ville». Les journées sont rythmées par ces moments d'entraide mais aussi d'amusement. «Je vais tous les jours jouer au Scrabble chez ma voisine. Tout le monde se connaît ici. J'ai de

vrais contacts avec les gens, cela me rend très heureuse». Elle qui s'était posé un temps la question de retourner à La Réunion après le décès de son époux ne regrette pas un seul instant d'être restée à Lausanne, tant son expérience de vie à la Maison Mivelaz l'a confortée dans son choix. «J'aime les gens, leur parler, avoir des vrais échanges. Tout cela est possible dans les appartements protégés».



Prénom, nom
Année de naissance
Situation
Enfants
Lien avec PSVD

Marcella Bonnet
1942
Veuve
Deux de son époux
Résidente de la Maison Mivelaz à Lausanne et bénéficiaire de la consultation sociale

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
Manuella Maury

Conception, rédaction et coordination
ftc communication

Mise en page et graphisme
DidWeDo Lausanne

Photographies
RTS / KEARNEY Anne
Philippe Pache
Zuzanna Adamczewska-Bolle

Impression
Artgraphic Cavin, Grandson

Nos partenaires

 SODIMED

 BERDOZ

 Pharmacie 24