

Revue spécialisée

# Psinfo



Edition spéciale sur  
le colloque national  
*care@home*

1/2016

## Bien vieillir chez soi

Comment garantir le soutien et les soins aux personnes âgées à l'avenir ?

## La discussion est primordiale

Le conseiller fédéral Alain Berset s'exprime sur le projet « Prévoyance vieillesse 2020 ».

## Vivre avec la démence

Bernadette et Franz Inauen nous expliquent comment y arriver.



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

En 2009, nous avons pour objectif de mettre sur pied un colloque national. Nous nous sommes attelés à la tâche et, en 2012, la première édition, consacrée au « bien vieillir », a rencontré un joli succès.

Le 24 mai 2016, notre colloque national connaîtra déjà sa troisième édition, intitulée cette fois « care@home ». Comme en 2012, Alain Berset prononcera une allocution et répondra aux questions du public. Pour en savoir plus sur la réforme « Prévoyance vieillesse 2020 » du Conseil fédéral, rendez-vous aux pages 6–7.

« Who cares? » : qui doit s'occuper des personnes âgées et qui doit payer ? Tôt ou tard, nous devons toutes et tous réfléchir à cette question. Les proches aidants sont indispensables afin d'assurer durablement les soins de longue durée des personnes âgées. Ce soutien constitue une ressource importante, qui permet la prise en charge, la qualité de vie et le bien-être social. La pression est toutefois forte concernant le financement du besoin croissant en aide et en soins, encore loin d'être garanti. Les pages 2–3 présentent un article sur le travail de care. Quant aux pages 4–5, elles vous fourniront une vue d'ensemble des exposés et des ateliers au programme du colloque.

Je profite de ces quelques lignes pour prendre congé de vous. Partagée entre le sourire et les larmes, je tiens à vous remercier chaleureusement pour votre collaboration. Après neuf ans d'une activité passionnante et épanouissante, j'ai décidé de chercher un nouveau défi professionnel.

Je vous souhaite une agréable lecture et un colloque captivant !

# Bien vieillir chez soi

**Les personnes qui souhaitent vivre leur vieillesse chez elles auront un jour besoin du soutien de tiers. Souvent, il s'agira de leurs proches. Toutefois, ces proches aussi ont leurs limites quant à l'aide qu'ils peuvent apporter. A l'avenir, comment garantir l'assistance et les soins aux personnes âgées ?**

*Par Kurt Seifert, responsable du domaine Travail de base, Pro Senectute Suisse*

La plupart des gens souhaitent pouvoir vivre leur vieillesse dans leur environnement familial, et une large majorité des aînés y arrivent. En effet, seule une minorité (10%) des plus de 65 ans résident dans un home. Même chez les 85 ans et plus, ils sont près de 60% à vivre de manière autonome. La tendance à vouloir conserver son autonomie durant sa vieillesse va très certainement perdurer au sein des futures générations de seniors, même si la population vit en moyenne de plus en plus longtemps.

Toutefois, vivre sa vieillesse chez soi ne signifie pas n'avoir aucunement besoin de soutien. Lorsqu'on voit ses forces s'amenuiser, les tâches quotidiennes liées à la tenue d'un ménage et au soin de sa propre personne se font de plus en plus pesantes. Si des maladies ou des handicaps viennent compliquer la situation, les personnes concernées ont d'autant plus besoin d'aide. L'accompagnement requis est souvent assumé par les proches. Toutefois, ils atteignent eux aussi fréquemment les limites de leurs possibilités et de leurs forces. Les services d'aide et de soins à domicile fournissent un soutien d'ordre médical, dont les coûts sont partiellement couverts par les caisses-maladie. Les prestations relevant des tâches ménagères, par contre, sont à la charge des personnes concernées ou de leurs proches.

### Une question de ressources

Selon des estimations effectuées par le Center for *Disability and Integration* de l'Université de Saint-Gall sur mandat de Pro Senectute, les coûts induits par l'assistance à domicile vont augmenter de 45% d'ici à 2030. Aujourd'hui, ces coûts se montent à quelque 7,2 milliards de francs par an. Cette aide est financée essentiellement à titre privé ou assumée grâce à l'aide bénévole des proches.

Une étude de la Haute école de travail social de la Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, intitulée « Agile, puis fragile. La transition du troisième au quatrième âge chez les personnes vulnérables » et publiée par Pro Senectute, montre que le système actuel d'assistance et de soins aux personnes âgées comporte des lacunes conséquentes, au niveau des offres mais aussi du financement. Ainsi, les personnes qui disposent de ressources financières et sociales suffisantes vont généralement vivre une vieillesse plus clémente que les personnes qui sont moins à l'aise matériellement et reçoivent moins de soutien de leur réseau familial ou de leur voisinage.

### Une assurance de soins comme solution ?

Comme le rappelle l'étude susmentionnée, la Constitution fédérale stipule à l'article 112c, alinéa 1, que « les cantons pourvoient à l'aide à domicile et aux soins à domicile en faveur des personnes âgées [...] ». Jusqu'ici, les cantons n'ont pas assumé pleinement ce mandat constitutionnel. En particulier, ils encouragent insuffisamment l'assistance et les soins. Très souvent, les offres correspondantes font défaut et même lorsqu'elles existent, les personnes aux ressources financières modestes ne peuvent se permettre d'y recourir, à moins de bénéficier de prestations complémentaires.

Une assurance de soins permettrait-elle d'assurer le financement futur de l'assistance et des soins aux personnes âgées ? Jérôme Cosandey, chef de projet chez Avenir Suisse (le *think tank* financé par de grandes entreprises du pays), a présenté en 2014 un concept de ce type dans un livre intitulé « *Generationenungerechtigkeit überwinden: Revisionsvorschläge für einen veralteten Vertrag* », résumé en français sous le titre « Vers un nouvel équilibre entre les générations : propositions pour une société qui vieillit ». Dans la démarche qu'il propose, tous les assurés devraient se constituer un capital-soins sur le modèle du deuxième pilier de la prévoyance vieillesse. Les coûts se monteraient à 160 francs par personne et par mois, qui viendraient s'ajouter à la prime d'assurance-maladie. Par conséquent, on verrait probablement encore plus de retraités dépendre de prestations complémentaires. Ce mode de financement antisocial ne constitue dès lors pas une solution.

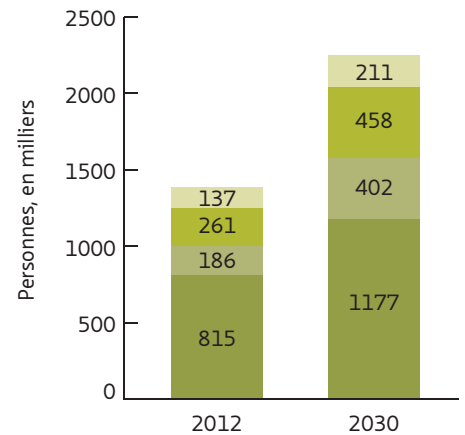
### Proposition : créer une loi-cadre

En dépit de toutes les critiques qu'il peut susciter, le modèle proposé par Avenir Suisse contient une proposition remarquable : celle de privilégier une vision globale de l'assistance et des soins. La distinction entre les deux modes de fonctionnement et, avant tout, leurs financements distincts débouchent effectivement sur un système qui capte des ressources limitées et laisse souvent une impression d'opacité aux personnes concernées. Dans la pratique, c'est avant tout la question de savoir qui finance quels actes qui sert à délimiter l'assistance et les soins.

Beaucoup d'arguments plaident ainsi en faveur d'une vision globale de l'assistance et des soins dans l'esprit de « soins aux personnes âgées » (voir page 4). Il convient d'adopter l'approche la plus large possible pour étudier ce travail de soin. L'étude « Agile, puis fragile » propose la création d'une loi-cadre fédérale relative à l'article 112c de la Constitution fédérale. Une telle loi n'attribuerait pas de nouvelles compétences à la Confédération. Elle devrait plutôt astreindre les cantons et les communes à définir les droits des personnes dépendantes d'aide et de soins. Cette loi-cadre énoncerait également les droits juridiquement contraignants garantis par le texte constitutionnel, les fournisseurs de ces prestations ainsi que les modalités de financement de ces prestations.

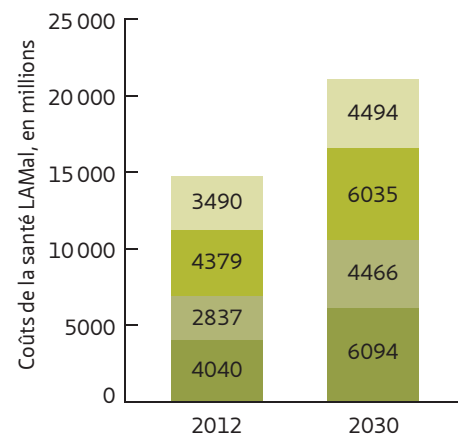
### Développement démographique et état de santé des personnes âgées de 65 ans et plus: dépendant-indépendant-tributaire de soins

Nombre de personnes, total des classes d'âge



### Coûts de la santé pour les personnes âgées de 65 ans et plus: dépendant-indépendant-tributaire de soins

Coûts de la santé LAMal, total des classes d'âge



■ autonomes                      ■ fortem. dépendants  
■ légèrem. dépendants        ■ en institution

Source: Center for Disability and Integration, Université de St-Gall (CDI-HSG)

### Travail de care: de quoi s'agit-il?

Une nouvelle notion fait beaucoup parler d'elle: celle du «travail de care». Qu'entend-on par là? Ce travail regroupe les activités indispensables pour la vie des humains, comme la sollicitude, l'éducation et le soutien. Il s'agit du soin aux autres et pour le bien commun, qui ne peut être réalisé que sur la base d'un soin approprié à soi-même.

Quelle est la particularité du travail de care? Il est avant tout relationnel et se caractérise par la nécessité d'y consacrer du temps. Il s'oppose ainsi à toute rationalisation telle qu'elle s'observe dans la production industrielle.

A l'origine, le travail de care était considéré comme le devoir «naturel» des femmes, mais avec la participation de plus en plus active de ces dernières sur le marché du travail, les proportions ont changé entre les différentes formes de travail («productif» VS. «improductif», «rémunéré» VS. «non rémunéré», «masculin» VS. «féminin»).

La question de savoir comment répartir le travail de care entre les salariés et les bénévoles ainsi qu'entre les hommes et les femmes suscite un débat virulent à plusieurs niveaux. Une comparaison entre différents pays (p. ex. la Suisse et la Suède) montre que la répartition des coûts entre public et privé représente l'aboutissement de processus sociaux et de décisions politiques.

# Colloque national « care@home » le 24 mai 2016 à Bienne

**La plupart des personnes souhaiteraient vivre leurs vieux jours à la maison. Pour que cela soit possible, un tissu social solide est indispensable. Le colloque national « care@home » se penchera sur les conditions nécessaires au bien vieillir à domicile. Cet événement constituera une occasion unique de s'informer sur la teneur actuelle des débats liés au travail de care pendant la vieillesse et de s'entretenir avec des spécialistes pour déterminer comment permettre au plus grand nombre de seniors possible de couler des jours heureux chez eux.**

---

Par *Franziska Richlin*, responsable Travail social communautaire et relations intergénérationnelles, Pro Senectute Suisse

### Exposés dédiés aux problématiques de l'aide à domicile et des soins

Pour commencer, Carlo Knöpfel, sociologue enseignant à la Haute école de travail social de la Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, nous éclairera sur l'avenir de l'aide à domicile et des soins: comment le travail de care est-il indemnisé? Quelle place occupe le travail de care non rémunéré par rapport au travail de soin rémunéré? Qui fournit ce travail de care? Les hommes s'impliquent-ils autant que les femmes? Nous entendrons ensuite l'ancienne conseillère aux Etats Christine Egerszegi-Obrist, qui s'est occupée de sa mère et de son mari. Cette expérience lui a appris que s'il est important d'apporter de l'aide et du soutien, il faut aussi observer ses propres limites et accepter de l'aide.

Puis, Martine Ruggli (pharmaSuisse) et Jürg Hofer (Avidamo AG) présenteront des outils d'assistance innovants. Le conseiller fédéral Alain Berset prendra quant à lui position sur le projet «Prévoyance vieillesse 2020» avant de répondre aux questions du public. Enfin, Jérôme Cosandey nous exposera les nouveaux concepts de financement requis du point de vue d'Avenir Suisse, comme la constitution d'un capital-soins individuel et obligatoire, qu'il serait possible de léguer.

Pour terminer, la situation des proches aidants sera présentée au public au travers d'un portrait en son et en images réalisé par Pia Kaeser, animatrice à la SRF Musikwelle. Toute la journée, Pfütschi apportera une touche d'humour critique avec ses caricatures tant appréciées.

Inscription  
care-at-home.ch



### Ateliers d'approfondissement des connaissances

En plus des exposés, huit ateliers vous permettront d'aborder la thématique de la conférence sous différents angles.

- A** Au travers d'une animation de théâtre forum interactif sur la situation des proches aidants, assurée par le Théâtre Knotenpunkt, les participants seront invités à proposer des possibilités d'action en incarnant les personnages sur scène, d'après leurs propres représentations (atelier en allemand uniquement).
- B** L'historien et démographe Michel Oris, qui dirige un projet de recherche de grande ampleur sur la situation des personnes âgées en Suisse, abordera les questions démographiques au cœur des défis concernant l'assistance et les soins aux personnes âgées.
- C** Iren Bischofberger, chercheuse en sciences des soins et vice-rectrice de la Haute école spécialisée Kalaidos, examinera avec les participants comment éviter des ruptures dans les processus de traitement en améliorant le partage des tâches et la coordination. En effet, devant la multiplicité des offres et des prestataires, le risque est grand que les proches aidants peinent à s'y retrouver (atelier en allemand uniquement).
- D** Avec Olivier Tamarcaz, coordinateur du festival Visages, les participants discuteront de la façon dont les proches aidants apparaissent dans une sélection de films.
- E** Quand ? Où aller ? Rester à la maison ? Les besoins en matière de logement changent avec l'âge. Avec Antonia Jann, experte du logement pendant la vieillesse, les participants aborderont les questions liées à cette thématique et compareront les résultats de la discussion aux enseignements de l'« Age Report » (atelier en allemand uniquement).
- F** Un autre atelier présentera des exemples de bonnes pratiques des organisations de Pro Senectute en Suisse alémanique, en Suisse romande et au Tessin (plus d'informations en page 10).
- G** Le travail de care est sous pression. Avec l'assistante sociale Monika Stocker, les participants examineront quelles conditions-cadres sociétales doivent être remplies pour qu'il soit possible de maintenir aussi bien la qualité de la vie que le sens de la vie chez les personnes âgées. En effet, assurer une existence de qualité aux personnes âgées touche non seulement ces dernières, mais aussi leur entourage proche et élargi (atelier en allemand uniquement).
- H** Aider un proche âgé à domicile : quelles sources de stress sont liées à cette situation et quelles ressources permettent d'assumer cette tâche au quotidien ? Avec Stéphanie Pin, chercheuse en sciences sociales, les participants aborderont ces questions en s'appuyant sur la comparaison de trois sondages effectués auprès de plus de 600 proches aidants. Ils esquisseront également d'un point de vue socio-écologique des possibilités d'intervention adaptées aux besoins des personnes du grand âge et de leur entourage.

# La discussion est primordiale

**Le conseiller fédéral Alain Berset souhaite réformer l'AVS et la prévoyance professionnelle pour assurer leur avenir. Il s'exprimera le 24 mai à Bienne sur le projet «Prévoyance vieillesse 2020». Pour PSinfo, il prend déjà position sur des points sujets à discussion.**

*Interview mené par Annegret Honegger et Marianne Noser, publié en octobre 2015 dans Zeitlupe*

### **L'espérance de vie et le nombre de retraités augmentent, la situation économique est difficile. Qu'en est-il de la prévoyance vieillesse ?**

Actuellement, la situation de la prévoyance vieillesse est bonne. Néanmoins, nous savons que de grands défis nous attendent. L'augmentation de l'espérance de vie seule pourrait probablement être maîtrisée. Ce qui rend la situation de l'AVS plus délicate, c'est que les «baby-boomers» prendront leur retraite dans les années à venir. En effet, les personnes nées entre 1955 et 1965, années riches en naissances, prendront leur retraite à partir de 2020. Ils ne verseront plus de cotisations et percevront une rente. Cette évolution démographique nécessite davantage d'argent pour notre premier pilier. En ce qui concerne le deuxième pilier (prévoyance professionnelle), la réforme s'impose surtout en raison des rendements des placements, bas depuis des années.

### **Les différentes tentatives de réforme de la prévoyance vieillesse de ces dernières années ont toutes échoué. Pourquoi réussirait-elle cette fois-ci ?**

Toutes les tentatives avortées étaient des mesures isolées. La conclusion qui a pu en être tirée est que nous avons besoin d'une proposition complète et équilibrée, qui permettrait de convaincre la majorité. Les électrices et les électeurs veulent une transparence totale par rapport aux coûts de cette réforme et aux avantages qui en découleront. De plus, elle doit être ressentie comme juste.

### **Le maintien du niveau des rentes fait partie des objectifs principaux de la réforme. Comment le financer ?**

Pour le Conseil fédéral, il est primordial que les rentes ne baissent pas. Etant donné la retraite proche des baby-boomers, des moyens financiers supplémentaires sont nécessaires. L'idée d'un impôt national sur les successions a été discutée. Celle-ci a été rejetée. Dès le départ, le Conseil fédéral avait à l'esprit l'augmentation de la taxe sur la valeur ajoutée (TVA). Cette solution a l'avantage d'être répartie sur l'ensemble de la population, car tout le monde consomme. Les personnes aisées qui n'ont pas besoin de travailler apporteraient aussi leur contribution, tout comme les retraités, dont le nombre atteint bientôt deux millions. En outre, l'augmentation de la TVA constituerait pour les gens une perte moindre que le relèvement de l'âge de la retraite.

### **Plusieurs cordes à son arc**

Le conseiller fédéral socialiste **Alain Berset** (43 ans) est, depuis 2012, à la tête du Département fédéral de l'intérieur (DFI). Il est donc notamment ministre de la santé publique, des affaires sociales et de la culture. Au terme de ses études, il obtient une licence en sciences politiques et un doctorat en sciences économiques. Cet ancien conseiller aux Etats fribourgeois est marié et père de trois enfants âgés de 12, 10 et 8 ans. Il vit à Belfaux (FR). Alain Berset est un passionné de piano jazz, qui a pratiqué assidûment la course à pied par le passé.

**Les milieux économiques se battent contre l'augmentation de la TVA et craignent que cette réforme mette en péril des postes de travail.**

Bien entendu, l'impact sur l'économie doit être le plus petit possible. Précisons que les entreprises bénéficieraient elles aussi de la stabilité du système des rentes dans la durée. En effet, cette stabilité crée un environnement sûr et propice aux innovations.

**La réforme ne portera pas atteinte aux rentes actuelles. Sera-t-elle donc à la charge des jeunes?**

Justement, nous devons assurer l'avenir du système pour les jeunes générations. Si les personnes qui pensent que cette réforme prêterait les jeunes ont une solution plus équitable à me proposer, je suis preneur. J'accueille volontiers les critiques et suis prêt à discuter. Toutefois, certaines personnes veulent simplement se profiler, sans avoir une solution à proposer susceptible d'être acceptée par la population. Certes, ce n'est pas grave, mais je trouve qu'il serait bien d'assumer ses responsabilités.

**Etant né en 1972, vous faites partie des «jeunes». Etes-vous optimiste par rapport à votre propre rente et à celle de vos enfants?**

Bien sûr. L'objectif de cette réforme est de rendre le système des rentes viable dans le futur, aussi bien pour les retraités que pour les personnes actives et les générations à venir. L'histoire de l'AVS est un véritable succès, admiré à l'étranger. Beaucoup envient notre système solide, largement ancré et bien organisé. Les générations précédentes ont toujours su l'adapter à temps aux besoins de la société. C'est à notre tour de le faire. Il faut être conscient qu'il s'agit d'une grande responsabilité. L'ensemble des acteurs et des partis sont appelés au compromis.

**Que se passerait-il si la réforme échouait?**

Si nous ne faisons rien, les déficits annuels de l'AVS augmenteront à partir d'environ 2020 pour atteindre environ huit milliards de francs en 2030. J'espère sincèrement que la Suisse ne sera pas confrontée à une telle situation ! Je suis confiant : il y a trois ans, on me disait que le projet serait balayé en l'espace de quelques mois. Puis, le projet étant toujours dans la course, on m'a dit qu'il ne fonctionnerait jamais. Et aujourd'hui, le Parlement en débat. Il reste certes encore beaucoup à faire ; mais, petit à petit, l'oiseau fait son nid. Nous-mêmes, nous évoluons au rythme de la réforme.

**Sur quel horizon les mesures contenues dans la réforme sont-elles prévues? D'autres mesures suivront-elles rapidement, comme l'augmentation de l'âge de la retraite?**

La réforme ne comporte aucune brèche qui permettrait de relever l'âge de la retraite par la suite. La loi est très claire sur ce point. L'augmentation de l'âge de la retraite ne répond pas aux souhaits des personnes actives et n'est pas compatible avec les possibilités offertes par le marché du travail.

**Tendance de l'approbation de la réforme «Prévoyance vieillesse 2020» selon l'âge**

18 à 39 ans

septembre 2014



octobre/novembre 2015



40 à 64 ans

septembre 2014



octobre/novembre 2015



65 ans et plus

septembre 2014



octobre/novembre 2015



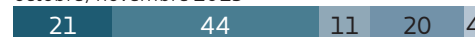
**Tendance de l'approbation de la réforme «Prévoyance vieillesse 2020» selon l'appartenance politique**

PS

septembre 2014



octobre/novembre 2015

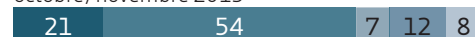


PDC

septembre 2014



octobre/novembre 2015



PLR. Les libéraux-radicaux

septembre 2014



octobre/novembre 2015



UDC

septembre 2014



octobre/novembre 2015



aucun parti

septembre 2014



octobre/novembre 2015



En % d'électeurs

Source: gfs.bern, réforme de la prévoyance vieillesse, 2<sup>e</sup> étape, octobre/novembre 2015 (2014: N = 2507; 2015: N = 1007)

# Vivre avec la démence

**Bernadette Inauen vit à la maison avec son mari atteint de démence. Ils nous racontent comment ils ont trouvé leur équilibre depuis le diagnostic il y a deux ans et comment leur vie s'organise.**

*Texte: Michelle Sandmeier, Pro Senectute Suisse, portrait: Pia Kaeser, SRF Musikwelle*



**Franz Inauen** se balade encore souvent seul. Tout se passe bien, même si, parfois, il perd son sens de l'orientation. Les gens lui répondent toujours avec bienveillance, lui indiquent le chemin ou l'accompagnent jusqu'à l'arrêt de bus suivant. Pour Franz, cette indépendance est importante. « Je suis vraiment heureux que Bernadette me laisse sortir seul », confie-t-il. Bernadette confirme : « Je sais que tu n'hésites pas à demander de l'aide et qu'ainsi tout se déroule bien. » Et Franz d'ajouter : « Elle me fait vraiment confiance, et cette confiance m'aide beaucoup. »

Pour Franz, 56 ans, le diagnostic a été un véritable choc. Pendant des années, il a accompagné, en tant que pasteur, des personnes atteintes de démence. Il connaît donc le sujet. Pour Bernadette, pouvoir enfin mettre des mots sur les maux de son mari a été un soulagement. Malgré tout, il n'a pas été facile d'appivoiser la maladie, surtout après avoir subi de nombreuses réactions incroyables de la part de leur entourage. Même des proches leur ont reproché de dramatiser pour rien. Ceux-ci leur disaient que tout le monde oublie parfois quelque chose. Bernadette a mal vécu ces réactions. Elle se demandait : « Et si les médecins s'étaient trompés ? » Ce qui est aussi difficile pour Bernadette, c'est que Franz oublie rapidement ce qu'elle lui raconte. Prendre conscience que ces oublis étaient dus non pas au désintérêt mais à la démence a pris du temps.

Depuis, Bernadette et Franz ont su s'adapter à la situation. C'est Bernadette qui assure la plus grande partie des tâches de la vie quotidienne. Franz a surtout besoin de soutien en matière de structures et d'organisation. Bernadette s'occupe donc de tout ce qui a trait à l'organisation, au ménage et aux tâches administratives. Franz et elle discutent beaucoup de la démence ; et ce, également dans le cadre de la psychothérapie qu'ils suivent ensemble. Ces discussions constituent pour eux une précieuse béquille, qui leur permet de faire face aux difficultés de la maladie. « Je suis vraiment content du fait que nous ne devons rien nous cacher ! », avoue Franz.

Franz est encore très indépendant. Il participe aux tâches ménagères et travaille quelques jours par semaine dans un jardin. Grâce à l'organisation mise en place et au soutien de la famille, Bernadette a beaucoup de liberté. Elle continue à travailler et s'investit parallèlement dans le bénévolat. Cette liberté est également importante pour Franz et elle le sait. « Mon mari a toujours fait en sorte que j'aie une certaine liberté et que je ne doive pas m'occuper de tout. Cela fait partie de notre histoire. Malgré la maladie, je ressens encore aujourd'hui que c'est important pour lui. »

Les moments passés ensemble continuent aussi à être importants. Ils ont même gagné en signification. Bernadette et Franz prévoient davantage de moments et d'excursions à partager. Ils savourent le plaisir d'être ensemble.

Bernadette explique que, très clairement, elle ne se sent pas comme l'accompagnatrice de son mari. Elle se sent encore comme la partenaire de son mari, qui fait son possible pour l'aider dans sa maladie.



# Médicaments : davantage de sécurité

**La quantité de médicaments à prendre augmente avec l'âge. Pour ne pas perdre de vue les effets, le dosage et les moments de prise, il est bon de bénéficier de conseils.**

*Martine Ruggli, pharmacienne et responsable du département « Collaboration interdisciplinaire » chez pharmaSuisse*

Quand aux pilules vertes s'ajoutent des capsules oranges et bleues, des pastilles à sucer et des patchs contre la douleur, il n'est pas facile, pour les personnes âgées, de garder une vue d'ensemble des médicaments à prendre chaque jour. Les erreurs de prise peuvent se révéler être dangereuses pour la santé et peuvent mettre en péril l'efficacité du traitement.

En cas de doutes ou de questions sur la médication, comme les différentes formes galéniques, les effets secondaires ou les interactions, la pharmacie peut fournir une aide utile. Composé de différents compartiments et d'indications sur le dosage ainsi que sur le jour et le moment de la prise, le semainier, notamment, peut considérablement faciliter la vie. Pour les personnes qui doivent prendre plus de quatre médicaments par jour, un entretien de polymédication est conseillé. Les coûts de cette prestation sont pris en charge par l'assurance de base. L'entretien de polymédication permet d'analyser l'ensemble des médicaments pris par le patient, de l'aider à mieux comprendre sa maladie et de lui donner l'occasion de poser ouvertement des questions. On y aborde aussi bien le moment de la prise que le dosage correct et les effets de chaque médicament. Si le patient a de la peine à avaler des tablettes ou n'aime pas le goût des gouttes, le pharmacien peut proposer des solutions de remplacement ou donner des conseils.

### Antennes pour toutes les questions de santé

Les pharmaciens abordent également avec les patients et leurs proches d'autres questions liées à la santé: examen de la pharmacie familiale, tests de dépistage de maladies comme le diabète, les troubles rénaux, l'asthme et le cancer de l'intestin, conseils en matière de vaccination et de voyages et divers check-ups. Par ailleurs, leur service d'urgence permet de fournir des médicaments 24 heures sur 24. Ainsi, des risques pour la santé ou des maladies peuvent être dépistés suffisamment tôt pour être ensuite suivis en collaboration avec d'autres spécialistes.

A l'avenir, les personnes souffrant de maladies chroniques pourraient bien aussi être suivies. Les pharmaciens travailleraient en étroite collaboration avec des médecins, des soignants et des hôpitaux, permettant ainsi une prise en charge optimale du point de vue pharmaceutique ainsi qu'une transition sans rupture lors de l'entrée/de la sortie à/de l'hôpital.



### Compétence, confiance, réseau

En tant qu'association faîtière des pharmaciens, pharmaSuisse œuvre pour un approvisionnement optimal de médicaments et des conseils et des prestations de qualité dans l'ensemble de la Suisse. Plus de 5000 pharmaciens travaillent dans les 1764 pharmacies que compte la Suisse. Ceux-ci forment, avec d'autres prestataires de l'approvisionnement de base, un réseau extrêmement efficace et constituent l'interlocuteur privilégié en matière de santé aussi bien pour les personnes malades que pour celles en bonne santé. Avec, par exemple, la campagne de prévention du cancer du côlon ou la vaccination d'adultes en bonne santé, les pharmacies publiques s'investissent également dans la prévention.

[www.pharmasuisse.org](http://www.pharmasuisse.org)

[www.non-au-cancer-du-colon.ch](http://www.non-au-cancer-du-colon.ch)

[www.vaccinationenpharmacie.ch](http://www.vaccinationenpharmacie.ch)

**Vue d'ensemble des ateliers du colloque national :**  
**24 mai 2016, 13 h 00 – 14 h 15**

### **Atelier A**

*Engagement : lorsque les proches aidants atteignent leurs limites*

Théâtre Knotenpunkt, Théâtre forum interactif (en allemand)

### **Atelier B**

*Les défis de la démographie*

Prof. Michel Oris, historien et démographe (en allemand et en français)

### **Atelier C**

*Les proches sur le carreau ? Améliorer la gestion des cas*

Prof. Iren Bischofberger, chercheuse en science des soins (en allemand)

### **Atelier D**

*Films sur le thème « proches aidants »*

Olivier Tamarcaz, collaborateur Pro Senectute Suisse, coordinateur du festival Visages (en français)

### **Atelier E**

*Quand ? Où aller ? Rester à la maison ? Questions sur le logement pendant la vieillesse*

Antonia Jann, gérontologue (en allemand)

### **Atelier F**

*Exemples de bonnes pratiques des organisations de Pro Senectute*

Organisations de Pro Senectute (en allemand et en français)

### **Atelier G**

*Le travail de care sous pression : comment bien vivre le grand âge ?*

Monika Stocker, assistante sociale (en allemand)

### **Atelier H**

*Aider un proche âgé à domicile : sources de stress et ressources*

Stéphanie Pin, chercheuse en sciences sociales (en français)

## **Atelier « Bonnes pratiques » : propice à l'innovation et à l'échange d'expériences**

**Trois exemples de bonnes pratiques seront présentés et discutés dans l'un des ateliers du colloque national « care@home » du 24 mai 2016 à Bienne. Ils visent un objectif commun : retarder l'entrée des personnes âgées en EMS et favoriser leur maintien dans leur environnement familial.**

### **Suivi personnalisé : un instrument pour le suivi, l'aide et la formation des proches à domicile**

Les proches de personnes atteintes d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence doivent faire face à de profonds changements et à une situation complexe en matière d'aide et de soins. Une lourde charge pèse sur leurs épaules, ils tombent souvent eux-mêmes malades et voient leur espérance de vie diminuer. Il est donc essentiel pour eux de pouvoir recourir à des offres de relèvement et de soutien souples et accessibles. Du fait de leur mobilité souvent limitée, les personnes concernées et leurs proches ont besoin d'un suivi personnalisé. C'est sur ce constat que se fonde le projet pilote des organisations partenaires Alzheimer Suisse et Pro Senectute en Argovie : visites à domicile, conseil aux proches et suivi continu permettent de soutenir, renforcer et décharger.

### **Foyers de jour**

Avec leurs offres de prise en charge et de soutien psychosocial, les quatre foyers de jour de Pro Senectute Genève ont pour mission de favoriser le maintien à domicile des personnes âgées en perte d'autonomie. Ils travaillent en étroite collaboration avec la personne âgée et son entourage, le médecin traitant, les services d'aide à domicile et les services sociaux hospitaliers et extra-hospitaliers. Ces foyers de jour permettent d'éviter les hospitalisations inappropriées ou d'écourter une hospitalisation. Ils familiarisent aussi à la vie communautaire.

### **Des partenariats pour des solutions de logement novatrices**

Pro Senectute Ticino e Moesano et l'organisation d'Aide et soins à domicile à but non lucratif de Bellinzone encouragent et gèrent activement depuis longtemps de nouvelles formes de logement, qui se situent entre les soins à domicile traditionnels et le séjour stationnaire. Une personne au bénéfice d'une formation dans le social et les soins est chargée de coordonner ou de fournir elle-même les prestations nécessaires, ce qui permet aux seniors de rester le plus longtemps possible dans leur propre logement.

## L'éthique du « care »

Fabienne Brugère. Paris: Presses Universitaires de France, 2014

En portant l'attention sur ce « prendre soin », l'éthique du care met au cœur de nos relations sociales la vulnérabilité, la dépendance et l'interdépendance. Elle rend ainsi audible la voix des fragiles et met en garde contre les dérives de nos sociétés néolibérales.

Cet ouvrage propose une synthèse des recherches autour de la notion de care et montre en quoi cette philosophie sociale constitue aujourd'hui un véritable projet de société.



## Le travail du care

Pascale Molinier, Paris: La Dispute, 2013

Le care est une zone de conflits, de tiraillements et de dominations. Il est urgent de penser une transformation politique en plaçant le care au centre de la réflexion sur le travail.

Pascale Molinier renouvelle ses recherches sur les enjeux psychiques du travail et sur les théories et pratiques du care en s'appuyant sur une enquête de l'activité des pourvoyeuses du care dans une maison de retraite de la région parisienne. Elle analyse les conflits et tensions entre les cadres et les salariées, et montre que l'empathie pour les vieillards ne peut jamais être comprise en dehors de ces conflits pratiques et hiérarchiques. Le livre fait entendre la voix des travailleuses du care. Il défend une position singulière au sein des débats contemporains autour du care et propose de changer de regard sur le travail, le soin et la société.

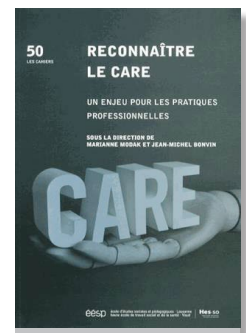


## Reconnaître le care: un enjeu pour les pratiques professionnelles

Sous la dir. de Marianne Modak, [et al.]. Lausanne: EESP, 2013

Le care, c'est à la fois se soucier et prendre soin des autres. Cette activité est mal reconnue, sans doute parce que la vulnérabilité sociale n'a guère de place dans des sociétés. Les personnes qui effectuent ce travail, des femmes pour l'essentiel, en paient le prix.

Le défi de la reconnaissance du care est dès lors politique, puisque le reconnaître c'est admettre sa nécessité et donner les conditions de son accomplissement adéquat.



## La vie des gens

Un film d'Olivier Ducray, Paris: Tamasa, 2014

Lyon, 2013. Pendant un an, nous suivons à travers Françoise, infirmière libérale, le quotidien d'hommes et de femmes souvent âgés et isolés. D'eux, elle sait presque tout; pour eux, elle est parfois absolument tout. Sans misérabilisme, avec enthousiasme et humour, cette professionnelle hors norme nous invite chez celles et ceux que nous ne voyons plus, nous offrant l'occasion de rencontres en apparence simples mais d'une inestimable richesse.



**Prêt de médias:** Bibliothèque de Pro Senectute  
Bederstrasse 33 · 8002 Zurich  
**044 283 89 81 · [bibliothek@prosenectute.ch](mailto:bibliothek@prosenectute.ch)**  
**[www.prosenectutebibliothek.ch](http://www.prosenectutebibliothek.ch)**  
**Horaires d'ouverture:** lu, mer et ven: 9 à 16 h  
mar et jeu: 9 à 19 h

## Le Prix Chronos souffle ses 20 bougies !

**« J'aime lire, j'aime les enfants et le Prix Chronos est une superbe idée pour mettre en présence les jeunes et les aînés. Bravo ! », nous écrit Mme Gonthier de Crassier.**

Par son beau témoignage, elle nous prouve que le Prix Chronos a toute sa raison d'être, et qu'il est important et stimulant de rassembler les générations. Madame Gonthier fait partie des 2300 personnes inscrites au 20<sup>e</sup> Prix Chronos en Suisse romande, alors que l'on en comptait 170 il y a 20 ans !

Environ 20% des participants sont des seniors, les autres sont de jeunes ados âgés de 10 à 12 ans.

Ceux-ci lisent avec leur classe ou via une bibliothèque les cinq livres sélectionnés pour leur thématique intergénérationnelle. Quand les anciens rencontrent les jeunes pour échanger autour de leurs lectures, la confiance s'installe et les cœurs s'ouvrent, comme celui de Katia de Cressy, 12 ans, qui nous confie :

*« Je trouve que c'était très sympa de faire ce projet car il m'a appris combien la jeunesse peut faire du bien à la vieillesse et combien la vieillesse fait du bien à la jeunesse. Ensemble ils sont extraordinaires. »*

Cette année, la 20<sup>e</sup> remise du Prix Chronos prendra des allures de fête. Nous accueillerons le lauréat 2016 pour une cérémonie de remise officielle, puis, pour remercier nos fidèles participants, l'humoriste suisse Karim Slama nous emmènera avec humour et bruitages dans l'univers des générations. Cette cérémonie se déroulera le 27 avril 2016 dans le cadre du Salon du livre et de la presse à Genève.

*L'entrée pour cette manifestation est gratuite mais l'inscription obligatoire.*

Renseignements, programme et inscriptions auprès de [sylvie.fiaux@prosenectute.ch](mailto:sylvie.fiaux@prosenectute.ch) ou via notre site : [www.prixchronos.ch/fr](http://www.prixchronos.ch/fr)

### Impressum

**Edition:** Pro Senectute Suisse, Lavaterstrasse 60, case postale, 8027 Zurich, tél. 044 283 89 89, [communication@prosenectute.ch](mailto:communication@prosenectute.ch), [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)

**Parution:** 4x par an

**Rédaction:** Simon Fischer, Peter Burri, Dieter Sulzer

**Textes:** Charlotte Fritz, Kurt Seifert, Franziska Ricklin, Annegret Honegger, Marianne Noser, Michelle Sandmeier, Sylvie Fiaux, Judith Bucher

**Traduction:** Pro Senectute Suisse, Semantis Translation SA

© Pro Senectute Suisse

### Les chutes des aînés ne sont pas une fatalité

Pro Senectute et le Bureau de prévention des accidents (bpa) lancent la campagne « L'équilibre en marche ». L'objectif? Inviter la population à bouger davantage dans la seconde moitié de la vie, en pratiquant des exercices pour entraîner force et équilibre ou en suivant l'un des 500 cours répertoriés sur [www.equilibre-en-marche.ch](http://www.equilibre-en-marche.ch).

Les chutes représentent à elles seules 43% des accidents non professionnels dans la maison, le jardin et pendant les loisirs. Chaque année, quelque 278 000 personnes tombent, dont 83 000 sont âgées de plus de 65 ans. Outre la souffrance et les douleurs, les chutes occasionnent des coûts élevés: en 2012, les frais de soins et de guérison ont atteint CHF 1,6 milliard.

### Davantage d'activité physique

Bonne nouvelle: l'activité physique régulière réduit le risque de chutes. Flavian Kühne, responsable Sport et mouvement chez Pro Senectute Suisse, résume: « Les chutes des aînés ne sont pas une fatalité: la pratique d'exercices pour entraîner la force et l'équilibre permet de diviser par trois le risque de chutes chez les personnes âgées. Telle est la pierre angulaire de notre campagne. Tout le monde peut s'y mettre sans attendre. »

Sur [www.equilibre-en-marche.ch](http://www.equilibre-en-marche.ch), une sympathique équipe de démonstration présente neuf exercices de force et d'équilibre à réaliser chez soi. Celles et ceux qui préfèrent bouger en groupe trouveront sur le site web de la campagne plus de 500 cours adaptés pour entraîner l'équilibre et la force. Il y en a pour tous les goûts: fitness / gymnastique en salle ou dans l'eau, nordic walking, Pilates, randonnée, tai-chi et yoga, danses de tous styles.

