

# LA VOIX DES SENIORS

SSR  
CSA

Schweizerischer Seniorenrat  
Conseil suisse des aînés  
Consiglio svizzero degli anziani

VASOS  
FARES

Vereinigung aktiver Senioren- und  
Selbsthilfe-Organisationen der Schweiz, 3000 Bern  
Fédération des Associations des  
retraités et de l'entraide en Suisse, 3000 Berne  
Federazione associazioni dei  
pensionati e d'autoaiuto in Svizzera, 3000 Berna

SVS

Schweizerischer Verband für Seniorenfragen  
Association Suisse des Aînés (ASA)  
Associazione Svizzera degli Anziani (ASA)

Juillet No 2/2021

# SOLIDARITÉ

*Dans cette édition...*

Congrès du Jubilé 2021: le programme

L'autonomie, une composante essentielle

L'initiative pour des soins infirmiers forts

Démagogie avec de la démographie

Plaidoyer für pour une démocratie vivante





Roland Grunder, Coprésident CSA

### Sommaire

- 2 Editorial
- 3 L'autonomie est une composante essentielle de l'indépendance des personnes âgées
- 4-6 Jubilé 2021 20 ans de CSA
- 7 Stop à la maltraitance des personnes âgées
- 8 L'humour, ingrédient du Bien-vivre
- 9 Initiative sur les soins infirmiers - le contre-projet ne suffit pas !
- 10 Taux de mortalité élevé dû au Covid-19 chez les personnes âgées
- 11 Comme la grêle après les vendanges !
- 12 De la démagogie par la démographie
- 13 Association queerAltern: fière de son impact
- 14 Plädoyer pour une démocratie vivante
- 15 La vie des autres avec le Covid-19

**Comment commencer un éditorial sans évoquer la pandémie qui a occupé notre quotidien depuis plus d'une année. Les seniors étaient en première ligne. Ce sont eux qui ont, dans une première phase, payé le plus lourd tribut à la maladie par un grand nombre d'hospitalisations et de décès.**

Certes, ils ont été considérés comme les plus vulnérables. Mais de là à les mettre sous séquestre, les isoler, il y a un pas qu'il ne fallait pas franchir. Et cette lutte intense contre la discrimination, contre la ségrégation intergénérationnelle, a été l'une des grandes

### Le CSA doit prendre une nouvelle dimension nationale plus représentative

préoccupations du CSA. Il s'est agi d'une présence régulière dans la presse et les médias, comme d'une présence partout où il était possible de faire valoir notre point de vue. Le maître mot n'était autre que la *Solidarité*.

L'humain est un être vivant de relations sociales qui doivent être basées sur la solidarité. La pandémie a mis à jour des initiatives de quartiers solidaires pour éviter l'isolement et pour favoriser les contacts interpersonnels et intergénérationnels qu'il faut poursuivre. Le CSA se doit d'être un fondement initiateur d'une telle philosophie qui est à construire partout dans notre pays.

Oui le nombre de décès a été important en raison de cette pandémie. Mais ne devons-nous pas mettre en perspective l'espérance de vie toujours plus longue, générant toujours plus d'octo-, de nona-, voire de centaines, dont le risque de décès augmente de façon exponentielle, pandémie ou non.

La pandémie a également mis en exergue les limites de la solidarité imposées par la digitalisation, notamment celle des rencontres, qu'elles soient professionnelles ou privées. Le CSA en a fait la difficile expérience en réalisant ses multiples séances de travail par écran interposé, montrant les faiblesses du système faisant abstraction du contact humain visuel et physique. Certes les réunions administratives peuvent se satisfaire du mode virtuel, alors que les décisions stratégiques basées sur la présence physique, la conviction et la persuasion, sont extrêmement péjorées par l'éloignement virtuel.

La pandémie a aussi marqué un tournant pour le CSA, qui après 20 ans d'activités, doit prendre une nouvelle envergure. Une dimension nationale, une stratégie plus représentative de tous les courants d'opinion, de toutes les tendances, de toutes les régions.

Il doit se poser en représentant de plus d'un quart de la population pour toutes les questions liées au vieillissement de la société. C'est notamment l'un des objectifs qu'il s'est fixé en organisant son Jubilé du 20<sup>ème</sup> anniversaire, un moment fort qui pourrait être le révélateur de « La Voix des Seniors ».

### IMPRESSUM

**Editeur:**

Conseil Suisse des Aînés (CSA):

Coprésidence:

Bea Heim & Roland Grunder

Association Suisse des Aînés (ASA):

Karl Vögeli, Président

Fédération des Associations des retraités

et de l'entraide en Suisse (FARES):

Bea Heim, Présidente

**Graphisme & Impression:**

Comarg GmbH, Aigle

**Rédaction:**

CSA: Reinhard Hänggi

ASA: Margareta Annen

FARES: Inge Schädler

**Administration:**

Secrétariat CSA

Kirchstrasse 24

CH-3097 Liebfeld /BE

info@ssr-csa.ch

www.ssr-csa.ch

©ssr-csa

Unterstützt von/Soutenu par /Sostenuto da



Schweizerische Eidgenossenschaft

Confédération suisse

Confederazione Svizzera

Confederaziun svizra

Langues DE/FR/IT

La Voix des Seniors

Die Stimme der Senioren

La Voce degli Anziani

# L'autonomie est une composante essentielle de l'indépendance des personnes âgées

Felicitas Würth-Zoller, Déléguée au CSA

**Lors d'un colloque de Gerontologie.ch, il a été démontré qu'il existe une ambivalence entre l'autonomie et les soins. Les dispositions anticipées sont une bonne base pour discuter des attentes et des attitudes de la personne dont on s'occupe. Cependant, 80 % des dispositions anticipées sont formulées de manière imprécise et laissent souvent une trop grande marge de manœuvre.**

Dans la réalité, l'EMS-Etablissement Médico-Social, est l'habitat lorsque l'autonomie n'est plus possible. L'EMS est rarement voulu ou choisi par la personne elle-même. Pour cette décision, la coordination conjointe de toutes les parties concernées est nécessaire pour trouver la meilleure solution pour les personnes concernées. L'idée d'un réseau de proximité semble être une bonne solution à l'avenir. Un point de contact dans la Commune, facilement accessible, où l'on informe sur des solutions et des suggestions pour les personnes âgées, peut être d'une grande utilité. Le ou la responsable doit disposer d'un excellent réseau afin de proposer une aide efficace.

## La mobilité, un point essentiel

L'élément crucial de la vieillesse est la mobilité, afin de rester autonome. Toutefois, l'évolution technologique constitue un défi majeur pour la génération des retraités : distributeurs automatiques en tout genre, modification du mode d'affichage des horaires, achats de billets sur un smartphone, achats sur une tablette, paiements en ligne en e-banking, abonnement et lecture virtuelle du journal, paiements avec Twint, etc. Ceux qui ne suivent pas constamment les innovations technologiques et n'apprennent pas à les utiliser seront socialement laissés pour compte.

La pandémie du COVID-19 a limité l'autonomie des personnes âgées, tant au bénéfice qu'au détriment de leur santé. C'est là que les préoccupations sociales et privées se rejoignent. Dans plusieurs villes, des initiatives de jeunes ont proposé une aide à la génération des 65 ans et plus, par exemple pour faire leurs courses. De nombreux détaillants ont étendu leurs services à la livraison à domicile. Espérons qu'il en restera un peu après la pandémie !

## La pandémie a mis en lumière les forces et les faiblesses de notre système de santé

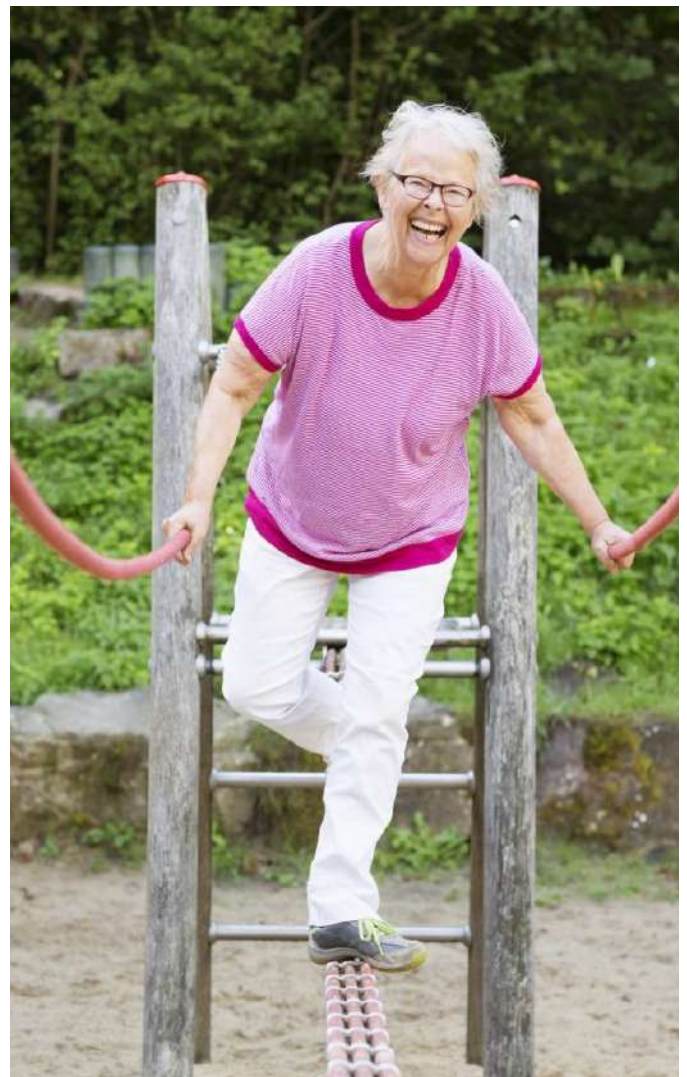
### En conclusion...

En particulier pendant cette période de pandémie, l'importance des contacts au sein des familles et entre les générations a été clairement mise en exergue. Les conséquences du déficit de contacts se sont révélées préjudiciables pour la santé. De nombreuses personnes âgées ont souffert de dépression.

Quels enseignements de ces situations :

- Le personnel des EMS et des hôpitaux doit être mieux formé.
- Les relations entre les soignants et les patients doivent être améliorées, notamment dans les EMS.
- Des masques et des combinaisons de protection, comme du matériel de désinfection, doivent être disponibles.
- L'injonction "Restez à la maison" était une erreur. Elle a aggravé l'état de santé général des personnes âgées.

La pandémie a mis en évidence les forces et les faiblesses de notre système de santé. En ce qui concerne les nouvelles technologies, la formation et "pratiquer, pratiquer et encore pratiquer" pour les seniors est essentiel. Une prise de conscience a eu lieu sur la nécessité de promouvoir la participation des personnes âgées afin de maintenir leur autonomie le plus longtemps possible.





## Le Conseil Suisse des Aînés est la voix de l'expérience

Il y a 20 ans, le Conseil fédéral appelait de ses vœux la création du Conseil Suisse des Aînés en tant qu'organe consultatif sur les questions liées au vieillissement pour lui-même, pour le Parlement fédéral et les offices fédéraux.

Depuis lors, le CSA représente les intérêts sociaux, économiques et culturels des personnes âgées auprès du gouvernement fédéral, des médias et du grand public. L'objectif est de véhiculer une image positive de la vieillesse. Les personnes âgées constituent un fondement important de notre société ; elles ne peuvent pas être mises sur la touche.

Environ un quart de la population suisse est à l'âge de l'AVS. Avec une telle proportion, les seniors jouent un rôle prépondérant dans l'évolution de la société et de la politique. Pour certains seniors, et malgré des décennies d'activité professionnelle et de cotisations aux assurances sociales, il devient de plus en plus difficile de faire face à leurs dépenses. Le CSA milite pour la garantie d'un niveau de vie adéquat pour toutes les personnes âgées, comme le prescrit la Constitution fédérale.



## Congrès du Jubilé à l'Hôtel National, Hirschengraben 24, 3011 Berne

Nous serions heureux de vous accueillir pour ces moments de partage.

Le programme peut être téléchargé sur [www.ssr-csa.ch](http://www.ssr-csa.ch) ou commandé par courrier à [info@ssr-csa.ch](mailto:info@ssr-csa.ch).





Hôte d'Honneur, Guy Parmelin  
Président de la Confédération

Inscriptions pour le  
Congrès du Jubilé  
[www.ssr-csa.ch](http://www.ssr-csa.ch)

## Programme 24 septembre 2021

- Dès 9.00 **Enregistrements**, café et croissants  
09.50 **Bienvenue et introduction**  
Roland Grunder, Coprésident CSA
- 10.00 **J'ai participé à la fondation du CSA**  
Anc. Conseillère fédérale Ruth Dreifuss
- 10.20 **L'espace au travers des générations**  
Prof. Dr. Claude Nicollier, Astronaute
- 11.20 Table ronde:  
**Les stratégies pour maintenir les seniors dans le tissu social, économique et intergénérationnel**  
Anc. Conseillère fédérale Evelyne Widmer-Schlumpf, Prof. Walter Schmid, Conseillère aux Etats Lisa Mazzone, Lukas Bäumle, membre du Comité CSA
- 11.50 **Message** des Autorités du Canton et de la Ville de Berne
- 12.00 **Animation, Apéro, Buffet, Networking**  
Quintetto Inflagranti
- 14.00 **Devons-nous craindre pour nos rentes ?**  
**Moins de cotisants pour plus de rentiers**  
Dr. Stéphane Rossini, Directeur Office fédéral des Assurances sociales
- 14.30 **La Vieillesse de demain! La santé des seniors passe par la télémédecine ?**  
**Vieillesse 2.0 et l'intelligence artificielle.**  
Prof. Dr. Astrid Stükelberger
- 15.30 Brefs avis d'experts:  
**La discrimination fondée sur l'âge: une réalité d'aujourd'hui et de demain**  
Prof. Delfine Roulet-Schwab et Karl Vögeli, Président ASA
- 16.00 **Message d'EURAG:** Prof. Dr. Dirk Jarré, Président EURAG
- 16.10 **Message de clôture du Président de la Confédération Guy Parmelin**
- 16.40 **Conclusion et remerciements,**  
Beatrice Heim, Coprésidente du CSA
- 16.50 Cocktail de clôture

**Présentation: Stephan Klapproth**

*Sous réserve de modifications*

Programme détaillé à télécharger sur [www.ssr-csa.ch](http://www.ssr-csa.ch)

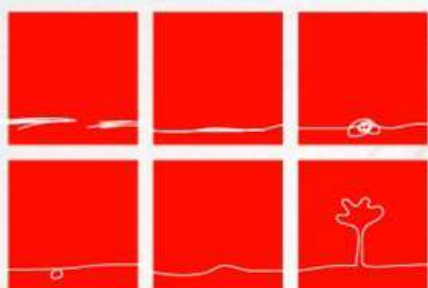
**Dans un monde qui change,  
vieillir est un futur à inventer**



«J'achète mon  
billet plus vite  
que mon ombre.»



UNABHÄNGIGE  
BESCHWERDESTELLE  
FÜR DAS ALTER



alter ego

ASSOCIATION POUR LA PRÉVENTION DE LA MALTRAITEMENT  
ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES

PRO  
SENECTUTE

PIÙ FORTI INSIEME

0848 00 13 13

Wirksame Hilfe in Situationen von Misshandlung gegen ältere Menschen  
Une aide précieuse dans les situations de maltraitance envers les personnes âgées  
Un'assistenza efficace in situazioni di maltrattamento nei confronti degli anziani

# STOP à la maltraitance des personnes âgées

Bea Heim, Coprésidente du CSA

**Comme elle avait raison ! Il y a de nombreuses années, Anja Bremi, infirmière spécialisée et pionnière dans le domaine de la vieillesse, a brisé un tabou en dénonçant publiquement la violence à l'égard des personnes âgées. Grâce à elle, depuis 1997, les personnes concernées trouvent soutien et conseil auprès de l'"Office indépendant de plaintes pour les personnes âgées" (UBA). C'est également elle qui m'a incité à défendre les droits et la dignité des personnes âgées.**

A l'époque, en tant que nouvelle élue du Conseil national, je n'avais pas idée qu'il serait si difficile d'obtenir l'attention nécessaire de la part des politiciens sur cette thématique. Ce n'est que l'automne dernier, après plusieurs interventions parlementaires, que le gouvernement fédéral a publié une étude sur le sujet ! Quiconque le lit, peut être choqué. Selon les estimations, entre 300 000 et 500 000 personnes âgées de plus de 60 ans sont confrontées chaque année à des violences physiques, psychologiques ou par la maltraitance. La maltraitance des personnes âgées se produit aussi bien à domicile qu'en institution.

## Les maltraitances se produisent généralement au domicile

L'OMS appelle désormais à lutter contre l'âgisme. Ce "fléau insidieux" s'est aggravé avec la pandémie de COVID 19, probablement aussi en Suisse. En fait, Spitex, les maisons de retraite et de repos présentent d'importantes insuffisances en matériel, mais surtout en personnel soignant. Cette discrimination structurelle liée à l'âge a suscité un débat embarrassant sur la rationalisation des services de santé nécessaires aux personnes âgées.

## Images négatives de l'âge, terreau de l'âgisme, des dérives et de la maltraitance.

Les images dévalorisantes de la vieillesse encouragent la discrimination. Le manque de respect favorise les dérives dues au stress, par exemple à l'égard des personnes nécessitant des soins, dans le milieu familial autant que dans les institutions. Il n'existe pratiquement aucune donnée fiable à ce sujet. L'étude fédérale parle de centaines de milliers de cas et d'un grand nombre de cas méconnus.

Le sujet de la maltraitance des personnes âgées ne doit plus être un tabou. La Confédération et les Cantons sont appelés à protéger les personnes âgées, leurs proches et le personnel soignant. Les mesures habituelles en matière de violence domestique, telles que l'expulsion des agresseurs, ne sont pas réalisables dans le cas de maltraitance des personnes âgées. Les personnes qui ont besoin de soins ne sont souvent pas en mesure d'appeler à l'aide. D'autres mesures sont nécessaires. Les abus à l'encontre des personnes âgées ne doivent plus rester ignorés.

## Rompre le silence...

- Par une vaste campagne de sensibilisation nationale
- Par un plan d'action national pour la prévention de la maltraitance
- Par des "bureaux de plaintes indépendants pour la maltraitance des personnes âgées" auxquels les personnes concernées et leurs proches peuvent s'adresser et auprès desquels les soignants peuvent également trouver conseil.
- Par des services de soutien aux proches aidants
- Par de meilleures conditions de travail et moins de stress pour les soignants.

La devise, tant pour la Confédération que pour les Cantons et les Communes, doit être d'observer, d'appeler la discrimination fondée sur l'âge par son nom et surtout, d'agir.





# L'humour, ingrédient du Bien-vivre !

Reinhard Hänggi, délégué au CSA

**Depuis plus d'un an, la pandémie du COVID-19 a largement influencé nos vies : masques obligatoires, règles d'hygiène, contacts sociaux restreints, mesures de confinement déconcertantes et peu cohérentes, concepts de protection à l'efficacité limitée, campagnes de vaccination et de dépistage retardées, etc. On peut en perdre son sens de l'humour.**

En ce qui concerne le COVID, il n'y a pas de véritable dialogue avec la population. Des craintes sont générées si les mesures prescrites ne sont pas respectées. La communication devrait, en fait, réduire ces craintes, créer la confiance et proposer des perspectives.

**"Ce qui doit être pris au sérieux est mieux dit en plaisantant."**

*Wilhelm Busch, humoriste*

## L'humour, une défense contre la réalité

Dans certains cas, l'humour joue un rôle essentiel. Il endosse une variété de fonctions sociales, remplissant souvent des objectifs contradictoires. Il favorise la coopération, suscite l'approbation et la sociabilité, parfois même la contradiction. L'humour est la capacité d'affronter les insuffisances du monde, les difficultés et les épreuves quotidiennes avec un certain détachement serein.

## L'humour est bénéfique lorsque manquent les perspectives

L'humour a une dimension ludique. Il fait apparaître que ce qui est dit ou écrit ne doit pas toujours être pris pleinement au sérieux.

Un état émotionnel positif s'établit entre les personnes. Il agit comme un déclencheur pour générer des situations plus souriantes. Divers psychologues soulignent qu'un sens de l'humour naturel est le signe d'une personnalité mature et équilibrée, qui fait preuve de confiance en soi, de perspicacité et de tolérance. En outre, dans le monde du travail, on constate que les employés qui ont le sens de l'humour, ont plus de facilité à éviter les brimades et le mobbing.

L'humour est également de plus en plus présent en médecine. Les réflexions sur l'humour et le rire ne sont plus considérées comme dérisoires. Car plus la médecine se perfectionne techniquement, plus elle court le risque de perdre ses qualités humaines et relationnelles.

## L'humour, c'est quand on rit malgré tout !

Une conséquence directe de l'humour, c'est généralement le rire. "Le rire est bon pour la santé" et "Celui qui rit, vit plus longtemps" rappelle le dicton populaire. Le sens de l'humour crée un lien et possède la capacité de faire rire les gens ou de conférer un aspect amusant à des situations problématiques. De cette façon, l'humour peut aider à résoudre des conflits. L'humour est l'art de ne pas se prendre au sérieux, ni de prendre ses problèmes au sérieux.

Leland Stanford, entrepreneur américain et fondateur de l'Université de Stanford, a déclaré un jour : "L'humour est un médicament agréable, qui ne coûte rien, n'est pas interdit, ne fait pas grossir et n'a pas d'effets secondaires graves autres qu'un mal de ventre, des yeux humides et un souffle court." L'inégalable humoriste Wilhelm Busch a écrit : "Ce que l'on veut dire avec sérieux est mieux dit en plaisantant." Et l'écrivain Bertolt Brecht a déclaré : "Vivre dans un pays où l'humour n'existe pas est insupportable. Mais c'est encore plus insupportable dans un pays où l'humour est nécessaire."





## Initiative sur les soins infirmiers - le contre-projet ne suffit pas !

Rudolf Joder, anc. Conseiller national, Président du Comité d'initiative pour le OUI

**En Suisse, nous vivons une crise des soins infirmiers. Le manque d'infirmières est important. En raison de la très lourde charge et des mauvaises conditions de travail, 25 000 postes d'infirmières sont actuellement vacants. Chaque année, 3000 infirmières qualifiées ne sont pas formées. De plus, après quelques années seulement, un tiers des professionnels formés quittent la profession. Globalement, le taux de départ des professionnels est d'environ 50 %. En raison du vieillissement croissant de la population, 65 000 infirmiers supplémentaires seront nécessaires d'ici à 2030.**

Les effets de la crise des soins infirmiers sont de plus en plus perceptibles. La sécurité des patients et la qualité des soins sont en péril. Les centres hospitaliers des régions frontalières de Bâle, Genève et Lugano ne pourraient pas être opérants sans personnel infirmier étranger. En raison de la pénurie aiguë d'infirmières qualifiées, le risque est grand de voir augmenter les complications sanitaires et les ré-hospitalisations, au détriment des patients. Lors de la pandémie du COVID-19, la moitié des pensionnaires des maisons de retraite du Canton de Vaud sont décédés parce qu'ils étaient soignés par des infirmières insuffisamment formées.



Initiative populaire  
Pour des soins infirmiers forts

120'000  
signatures  
obtenues en  
8 mois  
seulement.

Tout  
le monde  
veut des  
soins  
infirmiers  
forts !

[pour-des-soins-infirmiers-forts.ch](http://pour-des-soins-infirmiers-forts.ch)

### Initiative populaire fédérale "Pour des soins infirmiers forts"

Tout cela n'intéresse ni le Conseil fédéral, ni l'Assemblée fédérale. Pour le Gouvernement et le Parlement, la seule tâche des soignants est, a priori, la réduction des coûts de la santé. La sécurité des soins, le sauvetage et la préservation des vies, ainsi que la qualité des soins ne figurent pas au vocabulaire des politiciens. Depuis l'an 2000, le Conseil fédéral, le Conseil national et le Conseil des États ont rejeté une trentaine d'initiatives parlementaires qui visaient à combattre la crise des soins infirmiers et à trouver une solution.

C'est pourquoi l'initiative populaire fédérale "Pour des soins infirmiers forts" a été lancée en 2017 avec un important soutien de la population. En peu de temps, 114 000 signatures ont été recueillies. Ce que veut l'initiative populaire :

- promouvoir le recrutement et la réinsertion dans les professions de la santé,
- abolir le statut de l'infirmière comme une simple profession auxiliaire,
- développer les soins indépendants sans ordonnance du médecin, afin de réaliser des économies ainsi qu'une réduction de la charge administrative,
- ajuster les ratios de dotation en personnel pour éviter qu'une infirmière diplômée soit seule responsable de plus de 30 patients,
- protéger la santé du personnel infirmier,
- plus de temps de repos, de meilleurs systèmes d'affectation et de rotation pour le personnel infirmier,
- introduire des salaires qui correspondent mieux aux exigences élevées de la profession d'infirmière,
- une meilleure protection des droits du personnel infirmier en matière de retraite et de fonds de pension,
- le renforcement général de l'attractivité de la profession d'infirmier.

Le contre-projet dit indirect élaboré par le Parlement étant totalement insuffisant, l'initiative pour des soins infirmiers forts sera bientôt soumise à la décision du peuple et des Cantons. Si, en tant que patient, cotisant à l'assurance maladie, contribuable et citoyen, vous souhaitez que des soins de qualité soient assurés à l'avenir dans notre pays pour vous-même, votre famille, vos proches, vos amis et vos connaissances, soutenez l'initiative pour des soins infirmiers forts et répondez OUI !

## Taux de mortalité élevé dû au Covid-19 chez les personnes âgées

Lukas Bäuml, Membre du Comité et Délégué au CSA

**En Suisse, le taux de mortalité des personnes âgées dans les maisons de retraite et de soins, dû au Covid-19 est très élevé par rapport à d'autres pays. C'est pourquoi plus de cent éthiciens médicaux demandent une enquête scientifique sur ce taux de mortalité élevé dans les institutions de longue durée.**

La pandémie du COVID-19 a démontré la grande vulnérabilité des personnes dans les établissements médico-sociaux. Les restrictions drastiques auraient entraîné des pertes importantes de qualité de vie et une détérioration de la santé de nombreux résidents de maisons de retraite et de maisons de repos, de foyers pour malades mentaux ou handicapés.

**Les patients atteints de démence sont particulièrement touchés par la crise du Coronavirus.**

En particulier pour les patients atteints de démence, l'isolement physique et social par rapport à la famille et aux proches aidants a entraîné un déclin cognitif accéléré et une détérioration physique avec, fréquemment, des maladies dérivées à l'issue fatale. Cependant, l'isolement n'a pas empêché plus de la moitié des décès liés au Covid-19 de se produire dans les maisons de retraite. Les raisons de cette situation ne sont que partiellement connues : par exemple, le risque accru d'infection pour les personnes vivant dans de grandes familles et, dans certains cas, le manque d'équipement de protection pour le personnel infirmier ou le fait qu'il ait été fourni trop tard.

Par conséquent, des fonds ont dû être alloués à une étude scientifique indépendante visant à expliquer les corrélations entre les taux de mortalité élevés dans les maisons de retraite et les maisons de repos. Les répercussions de la pandémie sur les résidents des maisons de retraite, leurs proches et les professionnels doivent également faire l'objet de recherches. En outre, les spécialistes de l'éthique médicale demandent que la liberté et les droits personnels des personnes bénéficiant de soins de longue durée soient également garantis en cas de pandémie et que les critères d'hospitalisation des résidents des maisons de retraite suivent les mêmes critères que pour le reste de la population.



**Objectifs de vaccination Covid-19 : Réduire l'émergence de maladies graves et diminuer le taux de mortalité.**

A ce jour, plus de la moitié des personnes décédées du Covid-19 vivaient dans des maisons de retraite. Elles ont beaucoup souffert de la pandémie, ont été socialement isolées et le personnel soignant a travaillé jusqu'à l'extrême limite.

Selon les enquêtes en cours, seuls quelque 40 % du personnel soignant des maisons de retraite et de soins souhaitent être vaccinés contre le Covid-19. Chez les résidents, le chiffre est d'environ 60 %. C'est extrêmement préoccupant. Le personnel soignant, qui est en contact direct avec les résidents, devrait absolument se faire vacciner pour se protéger et protéger les autres. Mais les personnes âgées doivent également être vaccinées pour leur propre protection. C'est le seul moyen de vaincre la pandémie afin que la vie puisse reprendre son cours normal dans les maisons de retraite, tant pour le personnel que pour les résidents.

## 50 ans de l'Association Suisse des Aînés ASA

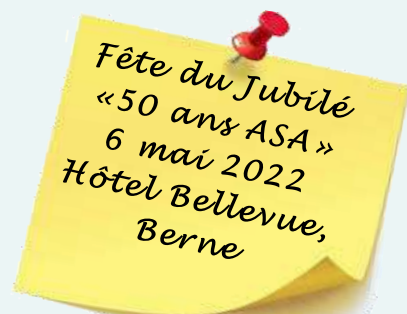
Vous êtes cordialement invités à célébrer avec nous notre 50e anniversaire lors du Congrès de l'ASA à Berne le 6 mai 2022.

Avec des personnalités du monde politique et d'organisations privées, nous organiserons notre congrès et la célébration de notre anniversaire dès 10 heures à l'hôtel Bellevue. Après une présentation sur la sécurité à long terme des retraites et les aspects éthiques du vieillissement, nous approfondirons le sujet avec deux générations de parlementaires dans le cadre d'une table ronde.

Le programme détaillé et le formulaire d'inscription seront bientôt disponibles sur notre site internet [www.seniorenfragen.ch](http://www.seniorenfragen.ch).

Nous nous réjouissons de vous rencontrer !

*Fabienne Bachmann, Vice-présidente ASA*





## Comme la grêle après les vendanges...

Karl Vögeli, Président ASA

**Souvenez-vous, l'automne dernier, le Conseil fédéral décidait, sans autre préavis, que les jeunes cyclistes jusqu'à 12 ans pourraient dorénavant circuler aussi sur les trottoirs, cela dès le début 2021.**

En fait, il s'agit d'une reconnaissance tardive d'un statu quo ! Cependant, de nombreux cyclistes adultes se sont tellement habitués à rouler sur les trottoirs, qu'ils les empruntent régulièrement. L'ASA avait protesté, en vain, contre cette pratique entraînant une nouvelle restriction pour les piétons. De nombreux piétons ne peuvent que difficilement s'écarter rapidement du chemin, notamment ceux qui ont une poussette ou un déambulateur qui ont peine à réagir très vite. L'Autorité qui a mis au point la nouvelle réglementation semble y réfléchir, du moins a posteriori.

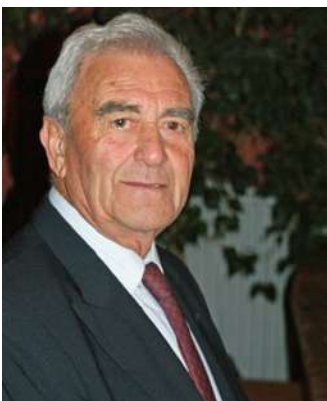
C'est pourquoi les deux organisations Pro Vélo Suisse et Mobilité piétonne Suisse ont lancé une campagne d'information commune au nom du Fonds de sécurité routière. La campagne s'adresse principalement aux écoliers et les invite à faire preuve de considération pour les piétons, qui ont la priorité dans tous les cas ([www.walknrollforkids.ch](http://www.walknrollforkids.ch)). Un dépliant avec les règles applicables sur les trottoirs est également présenté. Cependant, une évaluation n'est pas prévue. Et la Secrétaire générale de Mobilité piétonne Suisse, Monika Litscher, n'est vraiment pas très à l'aise avec cette situation. Au gré des conversations, on entend des mots tels que "situation difficile" ou "quand le vin est tiré, il faut le boire"! Les piétons auront probablement bientôt besoin d'un rétroviseur, car les vélos, eux, n'ont plus besoin d'une sonnette avertisseur.



## IN MEMORIAM

### Hommage à Kaspar Zimmermann (1932–2021)

Ulrich Brügger, Secrétaire général ASA



De manière tout à fait inattendue, au début du mois de janvier, nous avons appris la nouvelle du décès soudain du président de longue date de l'Association des aînés de Glaris. Kaspar Zimmermann, ancien Maire de Glaris, a non seulement construit avec succès l'Association cantonale de Glaris, mais il a également obtenu un réel succès avec la réorientation de l'Association Suisse des Aînés. C'est lui qui a ramené le navire de l'ASA dans des eaux plus calmes à partir de 2006.

L'Assemblée des Délégués de l'ASA du 25 mars 2010 avait décerné le titre de Membre d'honneur à Kaspar Zimmermann. En tant que président, il s'est intéressé aux travaux des associations cantonales et a assisté à leurs assemblées générales chaque fois que cela lui était possible. Il était également un invité régulier et bienvenu lors des Assemblées des Délégués de l'ASA.

Kaspar Zimmermann est toujours présent dans nos mémoires.

Nous présentons à sa famille et à ses proches, nos plus vives condoléances.

# De la démagogie par la démographie

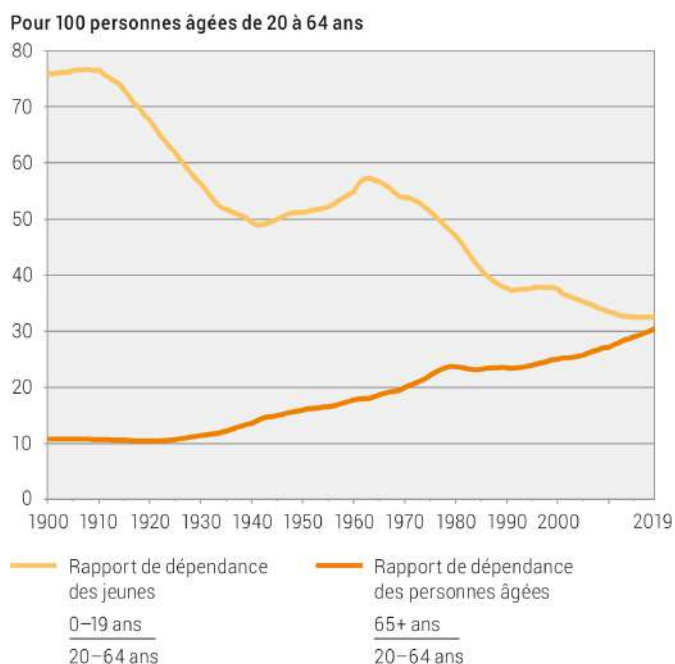
Marco Medici, délégué de la FARES au CSA

**La "charge" d'une retraite, qui est actuellement partagée par près de quatre personnes actives, devrait donc être supportée par un peu plus de deux personnes actives dans trois décennies. Ces chiffres proviennent d'un rapport de 2006 de l'Office fédéral de la statistique (OFS), qui a élaboré des scénarios pour l'évolution de la population suisse jusqu'en 2050. Les chiffres cités correspondent au scénario moyen, que le OFS qualifie de probable.**

Cela semble dramatique. Cependant, l'argument est fondamentalement erroné. Le facteur décisif pour la viabilité des systèmes de sécurité sociale n'est pas le taux de dépendance des personnes âgées, mais le taux de la charge totale. Ce quotient exprime le rapport entre la somme des inactifs et des actifs, y compris les enfants, les retraités et les chômeurs. Les salariés doivent assumer, non seulement les bénéficiaires de rentes de vieillesse, mais aussi toutes les autres personnes qui ne gagnent pas leur propre revenu. Dans une population stagnante, par exemple, la diminution du nombre d'enfants peut compenser l'augmentation de la proportion de retraités, ce qui influe sur la charge pesant sur la population active. Les taux de dépendance des jeunes et des personnes âgées sont présentés sur des périodes plus longues dans le graphique suivant de l'Office fédéral de la statistique.

Pour avoir une idée de l'évolution du rapport total de dépendance des personnes âgées, il faut additionner les deux courbes. La somme des taux de dépendance des rentiers et des jeunes était d'environ 85 % au début du siècle dernier, de 75 % en 1970, puis a diminué de manière continue pour atteindre 60 % aujourd'hui.

## Évolution des rapports de dépendance



Sources: OFS – ESPOP STATPOP

© OFS 2020

Les personnes en âge de travailler, qui ne sont pas en mesure de réaliser un revenu (handicapés, chômeurs) ne sont pas incluses dans ce décompte ; ce groupe représente actuellement environ 8% de la population suisse.

Le taux de charge global est donc actuellement de 68 %. Il s'agit d'un chiffre extraordinairement bas par rapport aux normes historiques. Utiliser la matraque démographique pour justifier les réductions de l'AVS est tout simplement erroné et démagogique !





## queerAltern - fière de son impact

Barbara Bosshard, Présidente Association queerAltern

**Il est important pour notre Comité que nos lecteurs apprennent à connaître les organisations membres de la FARES. C'est l'occasion de présenter l'Association "queerAltern".**

**Nous vous souhaitons une bonne lecture.**



La photo ci-dessus a été prise lors de la "Zurich Pride". Je suis à droite, présidente de l'association queerAltern (pas de traduction française), avec ma partenaire. Pour les personnes homosexuelles LGBTQIA+ (lesbiennes, gays, bisexuelles, trans et intersexes), il s'agit probablement du jour le plus important de l'année. À la mi-juin, les personnes homosexuelles se souviennent de 1969, lorsque les personnes trans et homosexuelles se sont rendues visibles pour la première fois à New York, opposant une résistance publique à l'exclusion, à l'arbitraire et aux agressions homophobes.

De tels événements marquent la vie des personnes homosexuelles, également pour nous, en Suisse. La génération senior en particulier, qui, dans notre démocratie, a vécu une vie littéralement cachée pendant des décennies, parce qu'en tant qu'homosexuel, on risquait de perdre son logement ou son emploi. Les associations d'homosexuelles, telle que queerAltern ont vu le jour précisément pour cette raison. Nous existons depuis 2014 et sommes une association basée à Zurich comptant plus de 350 membres.

### Contre la discrimination

queerAltern a été fondée à l'origine, avec l'intention de créer un lieu de vie pour les personnes homosexuelles dans la dernière étape de leur vie, la plus vulnérable. Un lieu où les personnes âgées ne doivent plus cacher leur orientation sexuelle et leur parcours de vie, mais peuvent vivre ouvertement, sans préjugés et sans être heurtées psychologiquement. Une femme lesbienne peut afficher une photo d'elle et de sa partenaire décédée sans qu'on lui demande si c'est sa sœur.

Où un homme gay peut se promener dans les allées en tant que travesti en talons hauts sans être regardé de travers. Un tel lieu sans parti pris a été soutenu par QueerAltern depuis sa création. Dans la société, nous n'avons essayé que des refus, entre autres avec l'argument qu'on ne peut pas mêler un tel groupe à d'autres résidents (sig !).

### Une construction séparée de la superstructure est en cours

C'est pour cette raison que notre association a pris contact, il y a deux ans, avec la ville de Zurich. Pour la première fois, nos préoccupations ont été prises au sérieux. Le Département de l'environnement et de la santé (DES), nous a soutenu pour qu'il y ait une plus grande diversité, maintenant aussi ancrée comme qualité de vie dans le rapport "Age Strategy 2035". Notre association a d'ailleurs participé avec succès à plusieurs ateliers au cours du processus de rédaction. Et pour la mise en œuvre, queerAltern a aussi été invité à apporter sa contribution.

2025, la ville, en coopération avec notre association, mettra en œuvre notre concept de lieu de vie pour les personnes âgées homosexuelles. Dans les locaux de la Fondation "Espenhof - nous vivons la diversité !" seront construits 26 appartements pour personnes homosexuelles, adaptés à leur âge, avec une salle commune et trois groupes d'habitat avec soins infirmiers pour un total de 23 personnes.

### Une Association active

queerAltern est une association active, tant sur le plan interne qu'externe. Nous organisons également des événements publics qui rendent visibles les questions LGBT. Récemment, par exemple, un forum sur le "Mariage pour tous - dégel de la politique et de la religion". Les concerts publics avec des artistes LGBT et les conférences-débats sur les questions politiques qui nous touchent font également partie de nos activités.





## Plaidoyer pour une démocratie vivante

Bea Heim, Présidente FARES

Que signifie l'augmentation du nombre de personnes âgées pour la démocratie ? Les médias parlent d'une imminente "domination des vieux sur les jeunes", de stagnation et de gérontocratie, voire d'une "guerre des générations". L'effet du "age-bashing" florissant ne doit pas être sous-estimé. Même les propositions visant à priver les personnes âgées de leurs droits politiques sont désormais considérées comme "socialement acceptables".

Ainsi, le professeur Bruno S. Frey, spécialiste du bonheur, propage dans la NZZ en mars dernier, la diminution du droit de vote des personnes âgées. En contrepartie, les jeunes de 16 ans et plus devraient acquérir un demi-droit de vote. En 2016, un homme politique de premier plan a lancé l'idée de pondérer le droit de vote en fonction de l'âge. En tant que citoyenne active, à qui la participation politique a été refusée jusqu'en 1971, je trouve cela doublement discriminatoire. Refuser les droits démocratiques aux personnes âgées, c'est leur refuser le respect en tant que membres à part entière de la société. Le message est clair : à bas les gothiques, au mieux ils sont encore acceptables en tant que consommateurs, clients des banques et contribuables.

Quel "bel" avenir pour l'avenir des jeunes d'aujourd'hui qui seront vieux demain !

**au mieux ils sont encore acceptables en tant que consommateurs, clients des banques et contribuables...**

L'expérience de la pandémie a montré combien il était important pour les seniors d'être entendus et d'avoir leur mot à dire. La crédibilité de la démocratie dépend de la participation du plus grand nombre et de toutes les générations. Le fort engagement des jeunes, du mouvement des femmes et des organisations actives de seniors, l'a rendu plus diversifié, plus vivant et les points communs entre les générations plus perceptibles. Nous sommes unis par la vision d'œuvrer pour un avenir socialement sûr et un environnement sain.

Le CSA, ainsi que ses associations fondatrices, FARES et ASA, s'engagent dans cette perspective...





## La vie des autres sous le Covid-19

Elisabeth Leo-Dupont, Déléguée du CSA

**Quelque que soit sa génération, chacun doit faire face à cette pandémie avec ses ressources, son expérience et son histoire de vie. Les difficultés psychologiques et sociales nous concernent tous à des degrés divers, que l'on soit jeune, en milieu de vie ou à la retraite. Cependant la capacité de résilience dans les périodes d'anxiété n'est pas développée de manière égale.**

Il y a en effet des facteurs psychosociaux, tels que les émotions positives, l'optimisme, les compétences relationnelles ou le soutien de son entourage qui vont jouer un rôle clé. De plus le fait d'être ou non dans la vie professionnelle change la perspective.

Notre statut de senior nous a éloignés des soucis professionnels, contrairement aux plus jeunes qui, eux, sont dans la tourmente. Pendant toutes ces années, nous avons pris du recul et capitalisé sur notre liberté d'hier, qui nous a souvent permis d'ouvrir notre horizon par des engagements auprès des petits enfants, du bénévolat ou encore des voyages. Nous portons en nous cette riche expérience qui nous nourrit, nous autorise à relativiser et à témoigner de patience, mais à rester attentifs à la réalité professionnelle compliquée que vivent les autres.

Ainsi ai-je voulu partager avec vous quelques exemples qui m'ont frappé :

**"Flexibilité, de nouveaux collègues, des habitudes de travail différentes, toutes des exigences qui s'ajoutent aux tâches quotidiennes"**

### Monique, 75 ans

Elle a accompagné son mari pendant sa longue maladie devenue mortelle en raison du coronavirus. Seule, dans un village de montagne, confrontée à son chagrin et à toutes les procédures administratives du décès, elle a dû se battre pour ne pas se laisser aller et redonner du sens à son existence. Ainsi a-t-elle accepté la sollicitation de son fils unique, père de trois petits enfants, de venir pallier à la fermeture de la crèche. Ainsi cette septuagénaire dévouée roule 150 km pour assumer quatre jours par semaine ce rôle utile, fatigant et exigeant, sans compter que le silence s'impose car le couple est en télétravail et souvent en vidéo conférence. Contraintes pour tous...voilà Monique complètement mobilisée et épuisée, tant son sens du devoir et des responsabilités est fort.

Où sont les limites de la solidarité intergénérationnelle ? qui doit-elle écouter...sa conscience ? sa santé ? son fils adoré ou les demandes de sa belle-fille ?

### Sophie, 48 ans

Infirmière dans un hôpital cantonal, elle doit s'investir toujours plus depuis des mois... Les deux premières vagues l'ont confrontée au manque de connaissances, d'effectif et de matériel, les informations contradictoires sur le virus. Le risque toujours présent de contamination personnelle et de transmission familiale, l'activité en flux continu et surtout le nombre inhabituel de décès ont perduré, tout comme les demandes répétées des proches pour une dernière visite à leur père ou leur mère.

En fonction du nombre de cas hospitalisés et de la pénurie de personnel, elle doit régulièrement réorganiser son travail ou s'intégrer à un autre service pour y prêter main forte. Flexibilité, nouvelles collègues, autres habitudes de travail, autant d'exigences qui s'ajoutent aux tâches quotidiennes. Comment surmonter la fatigue et s'occuper encore d'un ménage avec deux adolescents qui souffrent de l'éloignement social d'avec leurs pairs, leurs grands-parents, sans compter leur motivation scolaire émue ?

### Alberto, 36 ans

Cuisinier, au bénéfice d'un permis C, se voit contraint, en raison des décisions du Conseil Fédéral, de suspendre son activité auprès du grand restaurant qui l'emploie. Toutes sortes d'interrogations l'assaillent : va-t-il continuer à faire partie du personnel ? A être rémunéré ? Aura-t-il les moyens de faire face à ses engagements contractuels ? A verser de l'argent à sa famille au Portugal ? Que va-t-il faire de ses journées, lui qui a toujours été dans l'action ? Comment vivre, seul, dans une petite chambre mansardée, sans cuisine et sans confort ?

Ces quelques situations de vie sont des exemples d'une souffrance psychologique.

Les uns sont seuls ou désœuvrés alors même que les autres sont surchargés avec, bien sûr, des risques différents. Si les premiers dépriment, passent leur temps sur les jeux en ligne (avec au rendez-vous l'addiction possible) ou sur les réseaux sociaux avec leur lot de fake news, les autres frôlent le burnout sans oser le formuler de crainte de perdre leur emploi. Tous sont confrontés à l'imprévu et aux changements avec des difficultés à se projeter dans l'avenir. La notion du temps et donc du rythme se pose. Les repères diminuent, ce qui crée de l'insécurité et par conséquent de l'anxiété. Le climat est lourd, chacun est face à ses propres émotions (colère, peur, tristesse, résignation). Les échappatoires sont rares, tant les contraintes sont omniprésentes.

Dans ces circonstances, comment retrouver un équilibre de vie ? Prendre de la distance, se réjouir de petits riens, visualiser un nouveau chemin, se connecter à la nature, à ses valeurs, s'appuyer sur ses réussites ou sur des moments d'auto-efficacité pour retrouver confiance dans sa vie et surtout témoigner de force pour supporter ce qui ne peut être changé et de courage pour changer ce qui peut l'être, tout en ayant la sagesse de différencier l'un de l'autre. C'est ce que nous enseignait le philosophe stoïcien Marc Aurèle 150 ans après Jésus Christ.

Coronavirus

**VOICI COMMENT  
NOUS PROTÉGER:** 

JUBILÄUM  
Schweizerischer Seniorenrat  
SSR 2001  
CSA 2021  
Conseil Suisse des Aînés  
JUBILE


# JE ME FERAI VACCINER.

*Franziska von Arx,*  
experte en soins intensifs diplômée,  
souhaite se faire vacciner pour donner  
l'exemple à ses collègues et à sa  
famille et pour contribuer à endiguer  
la pandémie.

Informez-vous sur  
[ofsp-coronavirus.ch/vaccination](https://ofsp-coronavirus.ch/vaccination)  
ou au 058 377 88 92 et prenez  
votre propre décision.



Franziska von Arx est présidente exécutive de  
la Société Suisse de Médecine Intensive.

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Office fédéral de la santé publique OFSP  
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP  
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Cette campagne d'information est soutenue par les organisations suivantes :

