

# Préparation à la retraite

Autor(en): **Weid, Bernadette von der**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Femmes suisses et le Mouvement féministe : organe officiel des informations de l'Alliance de Sociétés Féminines Suisses**

Band (Jahr): **65 (1977)**

Heft 1

PDF erstellt am: **17.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-274762>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## PRÉPARATION À LA RETRAITE

L'histoire se passe au siècle dernier, dans le sud des Etats-Unis : le pasteur noir venait de décrire les délices du paradis à ses fidèles, et un vieux noir tout courbé par les durs travaux de la plantation, demanda timidement : « Est-ce qu'au ciel on est assis ? ».

Notre forme de culture a bien changé les mœurs et notre idéal, à nous qui allons tous vivre apparemment si vieux, c'est justement de ne pas être assis, et d'exercer notre corps et notre esprit le plus tard possible.

Nous avons interrogé des spécialistes en la matière, M. Jean-Pierre Rageth, chef du Service des personnes âgées de l'Hospice Général Genevois, son adjoint M. Eric Perron, et Mme Ariëlle Wagenknecht, infirmière spécialisée pour les personnes âgées à Lancy.

Depuis plus de dix ans, on s'inquiétait en Suisse de la vie des personnes de plus de 65 ans, et de leur procurer une vieillesse intéressante et sereine. En 1964 déjà, on avait organisé quatre conférences à ce sujet à la Salle Centrale, sur les aspects divers que prenait ce nouveau problème. Or, en pleine prospérité économique, l'intérêt n'avait pas été éveillé.

En 1976, entre les statistiques qui nous montrent un vieillissement accéléré de la population, le fait que la plupart des gens tiennent à résider chez eux autant que possible, une prise de conscience s'est opérée à tous les niveaux. Chaque canton a créé des commissions de préparation à la retraite, en collaboration avec les grandes entreprises. Dans le canton de Vaud, par exemple, les services sociaux Caritas, etc. se sont associés pour créer la Commission vaudoise à voix consultative.

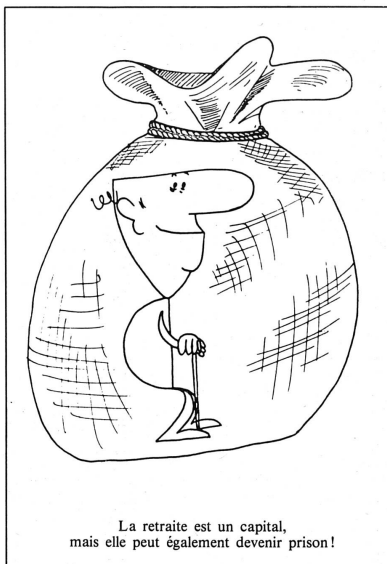
En 1976, les grandes banques ont préparé pour la quatrième année un cycle d'exposés destinés aux employés qui quitteront leur emploi à fin 1977. Les conjoints étaient invités également, et les aspects psychologiques, médicaux et sociaux de la retraite ont été évoqués.

Des exemples concrets ont été donnés. Le leit-motiv: que les plus de 65 ans se prennent eux-mêmes en charge, qu'ils se souviennent bien qu'une existence autonome autant que possible est précieuse.

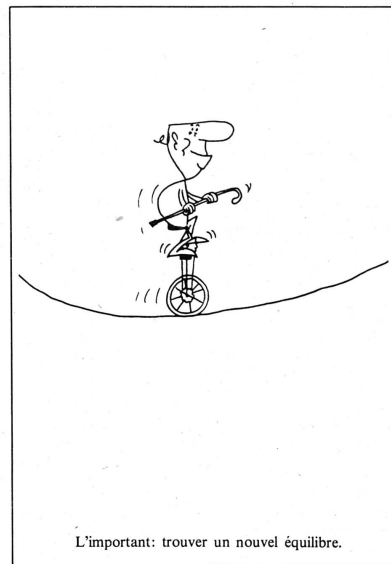
Nous ferons allusion à quatre de ces exposés :

- Hélène Grégoire, écrivain bien connu dont la carrière a commencé tardivement parle de son expérience personnelle (voir art. de Gabrielle Widmer);
- Le Professeur Junod, directeur de l'Hôpital de gériatrie a évoqué les aspects médicaux;
- Le Docteur Tournier, a parlé de son livre « Apprendre à vieillir » (Delauchaux et Niestlé) qui est une source de sagesse et de sérénité;
- MM. Wagenknecht et Rageth enfin, qui ont fait un exposé que nous allons vous résumer, sous forme vivante de projections audio-visuelles de dessins pour mieux éclairer tous les aspects de l'âge venant.

### Différents aspects de l'âge de la retraite



La retraite est un capital,  
mais elle peut également devenir prison!



L'important: trouver un nouvel équilibre.

**Les 3 piliers**

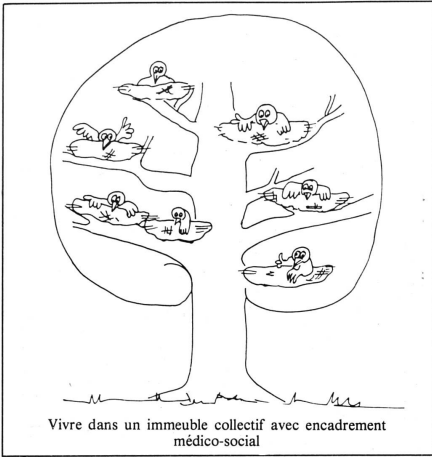
- la caisse de retraite
- la santé: services d'assistance médicale lorsque c'est utile
- financements: la rente AVS est presque toujours insuffisante, et on peut faire intervenir des institutions d'assistance ou de prévoyance sociale tel que à Genève:
  - a) Bureau central d'aide sociale pour confédérés et étrangers
  - b) l'Hospice général pour les Genevois.

Il faut tenir compte également des aides communales possibles: aides alimentaires, aide aux loyers, aux services industriels.

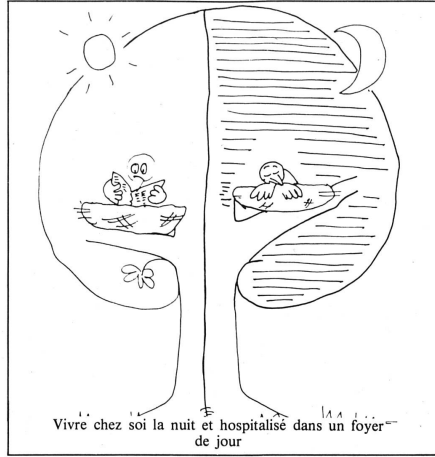
Important: les trois piliers de la retraite:

Les différentes possibilités d'existence:  
A Genève:  
81% des personnes âgées vont et viennent librement  
13% se déplacent mais avec peine  
6% seulement sont plus ou moins grabataires

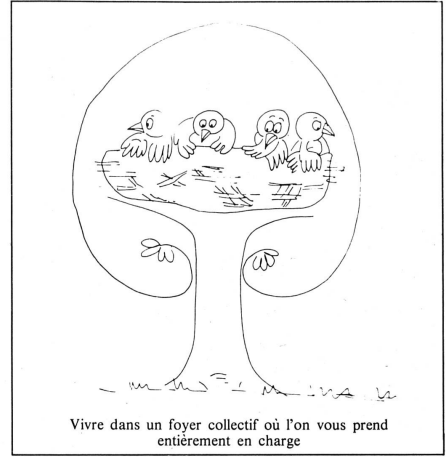
Il est possible de vivre dans les cas suivants:  
Vivre seul chez soi



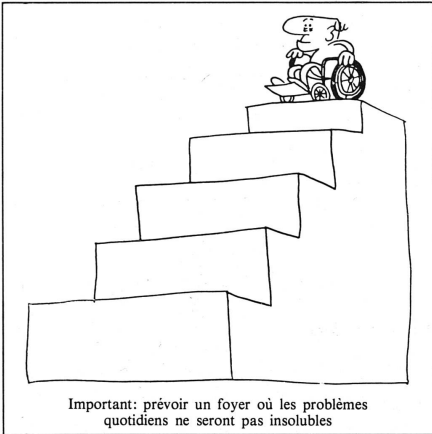
Vivre dans un immeuble collectif avec encadrement médico-social



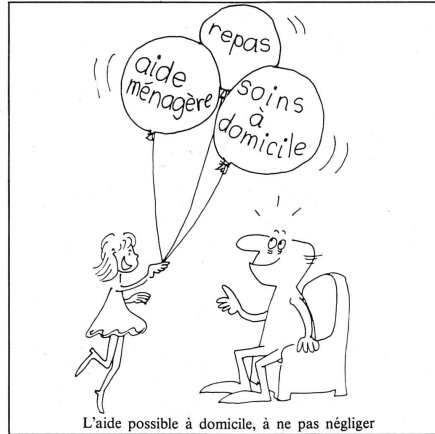
Vivre chez soi la nuit et hospitalisé dans un foyer de jour



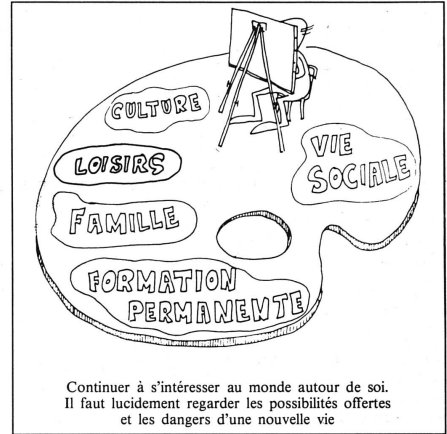
Vivre dans un foyer collectif où l'on vous prend entièrement en charge



Important: prévoir un foyer où les problèmes quotidiens ne seront pas insolubles



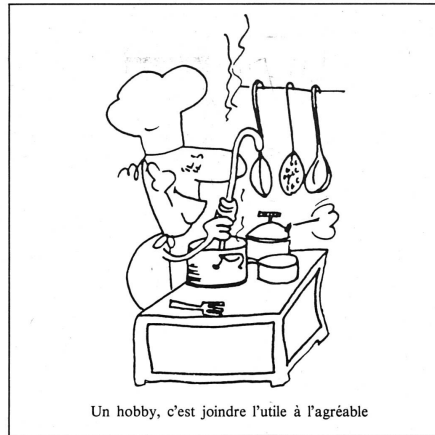
L'aide possible à domicile, à ne pas négliger



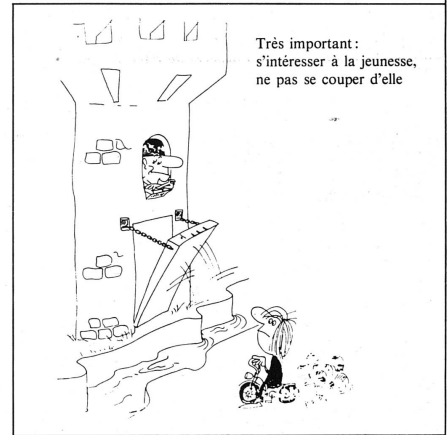
Continuer à s'intéresser au monde autour de soi. Il faut lucidement regarder les possibilités offertes et les dangers d'une nouvelle vie



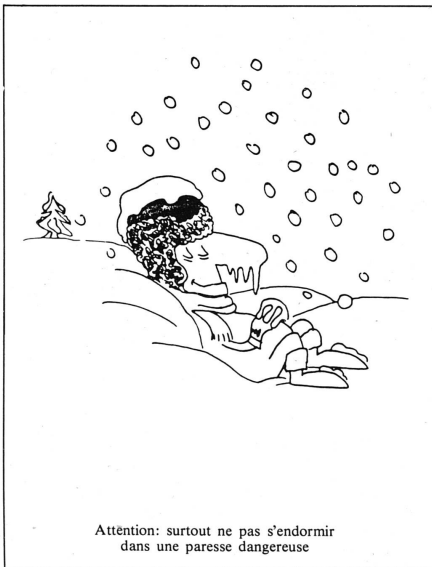
Un couple se retrouve réuni 24 heures par jour. Attention aux nerfs agacés!



Un hobby, c'est joindre l'utile à l'agréable



Très important: s'intéresser à la jeunesse, ne pas se couper d'elle



Attention: surtout ne pas s'endormir dans une paresse dangereuse



Enfin, savoir profiter des bons moments enfin possibles sans se hâter toujours

Il y a mille solutions pour ceux que cela intéresse: que ce soient les infirmières de santé publique qui s'inquiètent de votre santé, les repas portés à domicile qui épargnent des tracas, les clubs d'ânés où toutes les occupations culturelles ou de bricolage sont possibles, l'université du troisième âge ouverte à tous où les meilleurs professeurs font des exposés, les Genevois n'ont qu'à ouvrir un oeil ou une oreille pour avoir les activités les plus intéressantes possibles.

Une moralité se dégage: au fronton d'un temple grec se lisait: «Devient ce que tu es». Autrement dit, il faut déterminer ses goûts propres, user de discipline et de beaucoup de volonté avec un corps moins docile et plus fatigable, rester ouvert aux problèmes des autres et savoir les écouter, goûter les petites choses de la vie et ne pas remâcher de déceptions... un joli programme, cent cinquante ans au moins seraient nécessaires pour acquérir sagesse et sérénité.

Pour tous renseignements particuliers à propos de clubs d'ânés, de foyers de jour, d'aides complémentaires: M. J.-P. RAGETH  
Hospice Général  
Rue des Chaudronniers 5, Genève

A lire: «Apprendre à vieillir» par le Dr Tournier (Delachaux et Niestlé); «Prévoyez et organisez votre retraite» par A.C. Bruère et Dawson (Seghers).

B.v.d.Weid