Genève social

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **22 (1992)**

Heft 7-8

PDF erstellt am: **31.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Relève et confirmation

En 5 jours pris sur la longueur de 3 semaines, 47 personnes (46 dames et un homme!) ont reçu la formation nécessaire pour diriger des activités telles que «gymnastique dans les homes», «gymnastique du 3e âge», «natation» ou «danses folkloriques». Il faut saluer l'arrivée de 23 nouvelles monitrices, et féliciter chaleureusement 24 anciennes, brevetées dans une discipline, qui se sont offert une instruction complémentaire. Ce fait est hautement réjouissant, démontre à l'envi que Pro Senectute Jura peut compter sur le dévouement de nombreux collaborateurs.
Les cours, dispensés dans des salles de gymnastique, dans des locaux scolaires, et à la piscine couverte de la Blancherie, ont été enrichis d'exposés présentés par des médecins, des physiothérapeutes et des samaritains. L'organisatrice, Mme Mariette Ferrari, qui n'en est plus à son coup d'essai, a pu compter sur la collaboration d'une instructrice venue de Genève et d'une autre d'Oberbütschel. Les participants ont fait leur la vérité lancée par l'un des invités: «Le meilleur médicament, c'est le mouvement!» ■

Genève social

Le Groupement genevois pour la gymnastique des aînés vous souhaite un bel été. Il vous conseille de suivre les cours d'été afin de maintenir votre bonne condition physique. Bonnes vacances...

Cours d'été 1992 du 15 juin au 31 juillet

Fr. 3.– la leçon
sans inscription préalable

Mardi de 9 à 10 h:
Club des Aînés des Minoteries,
3, rue des Minoteries
Tram 12: arrêt Place des Augustins
Parking: COOP

Mardi de 15 à 16 h:
Paroisse de Saint-Jean
(salle de réunion)
24, rue de Saint-Jean
Arrêt bus 7: rue de Miléant

Mercredi de 9 à 10 h:
Paroisse de Notre-Dame
(salle 1er étage)
3, rue Argand
Arrêt bus: 22-Cantons

Mercredi de 9 à 10 h en juin et de 10 à 11 h en juillet:
Foyer des 5 Colosses
(salle de réunion)
347, route d'Hermance – Anières
Arrêt du bus E

Jeudi de 9 à 10 h:
Parc des Eaux-Vives
(en plein air)
Rendez-vous:
parking Restaurant du Parc
(entre le rest. et le tennis)
par n'importe quel temps
en tenue de gym
Arrêt bus 2: les Parcs
Arrêt bus 9: Cuisine

Pour tout renseignement:
tél. 345 06 77
le matin de 9 à 11 h. ■

HÔTEL★★★★ MIRABEAU
PLAISIR, PRESTIGE ET SPORT
CH-3962 MONTANA-CRANS Altitude 1500 m AU CŒUR DU VILLAGE
De juillet à septembre
OFFREZ-VOUS
UNE SEMAINE DE RÊVE
au cœur des Alpes valaisannes
du dimanche au dimanche
Fr. 590.– (par personne)
Demi-pension comprise
Renseignements, réservation: tél. 027/40 21 51

MALENTENDANTS!

Appareils acoustiques – Dernières nouveautés. Piles, réparations et service toutes marques.
CENTRE ACOUSTIQUE TISSOT
LAUSANNE
Rue Pichard 12, tél. 021/23 12 26
MONTREUX
Place de la Paix 1, tél. 021/963 87 80
BULLE
Av. de la Gare 3, tél. 029/2 74 52
Fournisseur conventionnel de l'AI et AVS
25 ans au service des malentendants

PHAR-POP LAUSANNE 1905
PHARMACIES POPULAIRES
Lausanne
Officines:
1 Rue de l'Ale 30
✆ 312 38 61
2 Bd de Grancy 4
✆ 26 38 62
3 Av. d'Echallens 61
✆ 24 08 54
4 Route d'Oron 4
✆ 652 48 70
Livraisons à domicile

Physiothérapie Ergothérapie Psychothérapie (II)

Suite de l'article du mois de juin.

Physiothérapie

Le physiothérapeute agit sur le fonctionnement neuro-musculaire de la personne concernée. Que ce soit à la suite d'une chute, d'une fracture du col du fémur, d'une attaque cérébrale, les séances de physiothérapie auront pour but de redonner vie à une jambe, à un bras, de permettre une rééducation à la marche, avec ou sans aide, selon la gravité de l'atteinte.
Douleurs, rhumatisme, arthrose, etc.! Votre médecin vous conseillera de suivre des séances de physiothérapie chez un praticien privé (massages, traitement à base de chaleur, de lumière, d'exercices bien précis et surtout bien dosés). Il pourra prescrire une cure dans un établissement thermal (bains et tous leurs dérivés: boue, fango, etc.). But: limiter les douleurs et améliorer la souplesse des muscles et des mouvements.
C'est également le physiothérapeute qui mettra toute sa compétence à travailler avec des malades dans le coma, afin de maintenir les mouvements essentiels du corps et des membres, d'éviter les déformations et les rétractions.

Ergothérapie

L'ergothérapeute aide le patient à surmonter un handicap en effectuant de manière autonome autant de mouvements, de travaux et d'activités que possible. Le traitement repose donc sur l'activité manuelle. Chaque exercice est choisi en fonction de l'affection du patient et du but recherché.

Les buts

- Faciliter un retour ou un maintien à domicile.
- Encourager l'autonomie dans les actes de la vie quotidienne.
- Proposer des aménagements au domicile d'une personne, pour qu'elle se déplace avec plus d'aisance et dans un contexte de sécurité (exemple: barre d'appui dans une salle de bains, abaissement de seuil, etc.).
- Proposer et choisir avec la personne des moyens auxiliaires suppléant à une difficulté ou apportant un mieux-être dans une maladie (exemple: cadre de marche, fauteuil roulant, matelas spécial, lit électrique avec potence, etc.).
  Ces deux derniers points sont particulièrement du ressort des ergothérapeutes de la Croix-Rouge, se rendant à domicile, faisant un travail d'évaluation spécifique en collaboration avec d'autres spécialistes (médecins, physiothérapeutes, infirmières, travailleurs sociaux, etc.).
- Soutenir un moral défaillant par la création d'exercices permettant de retrouver une capacité apparemment perdue.
- Créer et maintenir des contacts avec le voisinage, que ce soit à domicile, dans un établissement hospitalier, ou dans une maison de retraite.

L'ergothérapeute a donc une gamme variée d'activités et d'exercices à proposer, selon le lieu où il exerce et la personne à laquelle il s'adresse. Sur une base rigoureuse de connaissances scientifiques, il développe une créativité indispensable.
L'Hôpital de gériatrie, Beau-Séjour, la Clinique de Bel-Air, les foyers de jour emploient des ergothérapeutes. Les activités proposées ont une répercussion sur le moral des patients, les aidant à sortir de leur isolement, à se découvrir.
Les maisons de retraite pourraient développer leur collaboration avec des ergothérapeutes. Les nouveaux pensionnaires sont souvent désorientés, tristes, anxieux face à cette étape de vie pleine de bouleversements. De ce fait, ils se sentent moins bien, moralement. Ils «péclotent» physiquement. Ils ont besoin de points de repère que l'ergothérapeute, par son travail et sa créativité chaleureuse, pourrait mettre en place, en collaboration avec l'animatrice et le personnel soignant.

Psychothérapie

L'être humain est une personne entière. A tout âge, un homme, une femme éprouve des sensations. Il/elle se trouve confronté(e) à des événements bouleversants et peut ressentir le besoin de partager et d'approfondir ce qu'il/elle vit. Une souffrance trop épuisante, des inquiétudes non surmontées, un état de mal-être qui devient chronique, qui va peut-être avoir des conséquences physiques (chacun sait que l'ulcère de l'estomac naît de l'angoisse), sont autant de raisons pour engager une rencontre auprès du spécialiste nommé psychothérapeute. Le but: être guidé et soutenu dans une compréhension de cette tranche de vie. La souffrance ne disparaîtra pas forcément. Mais il sera davantage possible de l'apprivoiser, de vivre avec elle, voire de gagner une forme de sérénité (le contraire de la résignation).
Le psychothérapeute appartient au monde de ceux qui écoutent, qui apprennent à s'écouter soi-même, qui aident à découvrir ou à retrouver une communication vraie avec autrui. Il est important de saisir, dans les moments les plus pénibles, la petite lueur qui n'appartient qu'à soi et qui confère à une personne unique une signification qu'elle pouvait croire disparue.
Nous savons appeler le médecin, demander des séances de massages, souhaiter un cadre de marche. Osons-nous demander à notre médecin traitant l'adresse d'un psychothérapeute, dire que l'on a mal à l'âme, intervenir auprès de la Policlinique de gériatrie en précisant que c'est avec le psychiatre ou le psychologue que l'on souhaite s'entretenir?
C'est pourtant possible.
Voilà esquissé, de manière très modeste, ce que recouvrent ces trois mots, se terminant par thérapie = traitement. Ils sont signe d'espoir, en toute relativité, bien sûr.

Monique Jan du Chêne
Assistante sociale Pro Senectute ■