Quelle retraite voulons-nous?

Autor(en): **J.R. P.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **26 (1996)**

Heft 10

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-828790

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

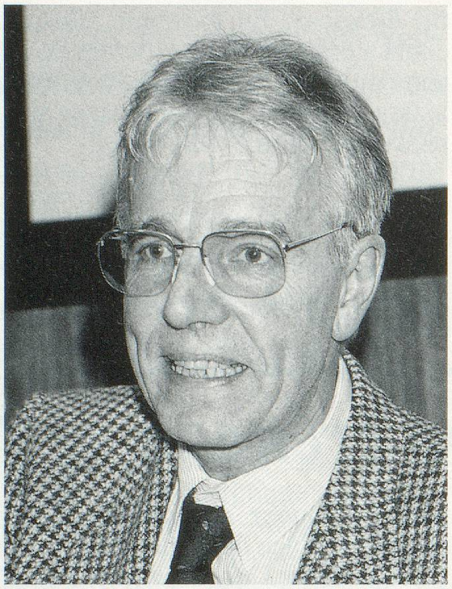
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

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

http://www.e-periodica.ch

GE

Quelle retraite voulons-nous?



Christian Lalive d'Epinay
Photo Alain Gavillet-Team Reporters

Vivre longtemps, d'accord, mais surtout vivre bien! C'est le désir de chacun d'entre nous. Pour y parvenir, il est impératif de se maintenir en bonne santé. Dans le canton de Genève, il existe heureusement plusieurs institutions qui permettent de concilier le sport et les loisirs, garants d'une bonne santé.

L'Université de Genève a été la première en Suisse, à créer un centre interfacultaire de gérontologie. De nombreuses recherches ont été entreprises dans le domaine du sport, dans le but d'améliorer la qualité de la vie. Avec une question à la clé: «Quelle retraite voulons-nous, quelle vieillesse, quelle fin de vie?»

Christian Lalive d'Epinay, responsable de ce centre, remarque que l'évolution de la société offre un surplus de vie (une demi-vie supplémentaire par rapport au début du siècle). Un cadeau intéressant, qu'il faut évidemment apprendre à gérer.

«Au début du siècle, on dénombrait moins de 200 000 Suisses âgés de plus de 65 ans. Aujourd'hui, il y en a un million. Actuellement, la retraite correspond à une nouvelle jeunesse, une parenthèse entre la période rétribuée et la fin de vie. Alors la question se pose: faut-il rajouter de la vie aux années plutôt que des années à la vie?»

La réponse appartient bien entendu à chacun d'entre nous. Mais il peut être utile de connaître le mécanisme qui rend notre vie agréable: une bonne alimentation, la non-sédentarité, la sociabilité du troisième âge et la créativité, l'aptitude à donner du sens à sa vie.

«Vieillir est l'occasion de réinventer sa vie!» déclare Christian Lalive d'Epinay.

Fin de vie tabou

«Les gens qui ont une pratique physique régulière raisonnable meurent-ils différemment des autres?» questionne Christian Lalive d'Epinay. «Je ne sais pas. On n'en parle pas, car il existe un tabou sur la fin de vie. Une chose est évidente: la dernière année de vie coûte plus, en soins, que toutes les autres années. Dans l'idéal, il faudrait mourir la veille du jour de la dernière année...»

Derrière cette remarque un brin cynique, se cache pourtant une réalité. L'allongement de l'espérance de vie est lié à une explosion des coûts de la santé.

En observant une hygiène de vie convenable, ces coûts se réduiront considérablement. Et les personnes âgées souffriront moins...

«Les retraités doivent assumer leur citoyenneté et être, avant tout, des adultes en bonne forme physique», conclut le professeur Lalive d'Epinay. A Genève, les possibilités de prendre soin de son corps sont heureusement innombrables.

J.-R. P.

Informations: Service des sports, Genève, tél. 022/418 40 00.

Onex-santé

Grande première dans le domaine de la santé: le Centre de prévention et de promotion de la ville d'Onex a donné mandat à une vingtaine d'étudiants du diplôme de santé publique de l'Uni de Genève pour élaborer un projet de prévention de la grippe par la vaccination chez les personnes âgées.

Une expérience originale, qui créée une synergie fondamentale pour le développement de la santé communautaire... Par cette collaboration, l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Uni de Genève va permettre à ses étudiants de développer des compétences en répondant aux besoins d'une commune.

Le but que s'est fixé Onex-Santé est de répondre à des priorités de santé publique, en développant une politique de prévention et de promotion de la santé à l'échelle d'une commune de 16 000 habitants.

«Diffuser un message de prévention de la vaccination contre la grippe relève d'une démarche professionnelle où des compétences diverses sont nécessaires. Bénéficier de la réflexion d'étudiants en formation supérieure de santé publique est alors une source d'échanges utiles».

Renseignements: Elisabeth Debenay, tél. 022/879 89 89.