

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 27 (1997)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Ces femmes qui donnent leur temps sans compter  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-827429>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Ces femmes qui donnent leur temps sans compter

*Pour sa première semaine d'action qui commence le 22 septembre, la Fondation suisse pour la vieillesse a choisi d'attirer l'attention du public sur le bénévolat et le temps social, c'est-à-dire ces instants de notre vie qui ne sont consacrés ni à une activité professionnelle ni à la satisfaction de besoins personnels.*

La Suisse romande compterait plus de 10 000 bénévoles, des femmes en grande majorité. Un retraité sur 10 exerce une activité bénévole. On estime qu'en Suisse les seniors de 55 à 74 ans accomplissent chaque année quelque 20 millions d'heures de travail. La Fondation suisse pour la vieillesse compte elle aussi sur des milliers de bénévoles à l'œuvre dans des domaines aussi différents que le sport des aînés, l'animation et les repas à domicile, l'accompagnement, les transports, et la gestion.

## Bénévole à plein temps

Animatrice socio-culturelle de métier, Regina Gafner consacre certes quelques heures rétribuées le lundi après-midi à «l'Espace animation» de Neuchâtel. Mais pour le reste du temps elle voue presque toute son énergie et son temps libre à soigner sa belle mère dépendante et à tout ce qui tourne autour de ces rencontres hebdomadaires. Autant dire que M<sup>me</sup> Gafner «travaille» comme bénévole à plein temps.

A l'origine de son engagement, l'isolement dans lequel vivent de nombreuses personnes âgées. M<sup>me</sup> Gafner, qui habite Dombresson dans le Val-de-Ruz, donnait des cours de stimulation-mémoire, lorsque Pro Senectute Neuchâtel lui a confié le premier «Espace animation» ouvert au chef-lieu, il y a un an et demi.

Chaque semaine le lundi après-midi, M<sup>me</sup> Gafner accueille une dizaine de personnes que leur manque de mobilité empêche d'aller à la rencontre des autres. Elle transporte celles qui habitent sa région. Elle mobilise aussi les chauffeurs

bénévoles des autres régions, ainsi qu'une auxiliaire, bénévole elle aussi, qui l'aide à s'occuper de ses hôtes tout au long de l'après-midi. Tout se passe dans une atmosphère de confiance, afin que chacun se sente libre de parler, de se confier.

«Souvent la rencontre se prolonge à d'autres moments au gré de conversations particulières, soit par téléphone, soit ailleurs. C'est ce temps de l'écoute gratuite que les personnes isolées apprécient tant et qui les reconforte, relève M<sup>me</sup> Gafner. Passé l'âge de la retraite, je n'ai pas l'intention de baisser les bras bien au contraire; je voudrais créer un lieu d'accueil du même type, mais qui serait ouvert régulièrement tout au long de la semaine.»

Il est une autre forme de bénévolat aussi discret qu'exigeant: le soin que des proches prennent d'un parent âgé et dépendant. Tout au long de la semaine, M<sup>me</sup> Gafner s'occupe de sa belle-mère, la lève, l'aide à faire sa toilette, prend son petit déjeuner avec elle, puis revient préparer le repas de midi; en fin de journée, c'est le rite inverse qui s'accomplit.

## Sortir du giron familial

Mère de trois enfants, veuve, en âge de retraite, Gisèle Mayor pratique l'animation à domicile depuis deux ans et demi dans l'Ouest lausannois. Auparavant, elle a travaillé pendant cinq ans à mi-temps au réfectoire d'un grand commerce.

Bien qu'elle reçoive beaucoup de son entourage familial, M<sup>me</sup> Mayor désirait en sortir pour aller à la rencontre des autres. La confiance rencontrée auprès de ses jeunes collègues de travail dans son activité professionnelle l'a incitée à répondre à une offre de Pro Senectute Vaud, qui recrutait des bénévoles pour son service d'animation à domicile à Lausanne. Après deux jours de formation, elle a reçu pour

mission de rendre visite au moins une fois par semaine à quelques personnes isolées (âge entre 69 et 91 ans); elle consacre à cette mission une dizaine d'heures par semaine. Tâche difficile, qu'elle mène à bien avec l'aide de la coordinatrice et des autres membres de l'équipe qui se retrouvent tous les deux mois.

«Mes hôtes, qui traversent une période difficile, n'hésitent pas à m'appeler au téléphone et à parler une voire deux heures.



*Les animatrices à domicile, des aides précieuses*

De mon côté, je prends de leurs nouvelles, si nécessaire, souligne la bénévole. Je gère mon temps avec rigueur, car je continue à entretenir des relations suivies avec mes enfants et petits-enfants qui m'apportent beaucoup; je devrai bientôt m'occuper d'une belle-sœur qui commence à avoir des difficultés. Passionnante, valorisante, cette activité gratuite que j'entends bien poursuivre jusqu'à ce que les forces m'abandonnent. Un seul regret pourtant, que la société éprouve tant de peine à imaginer que l'on puisse être bénévole. Je ne me sens pas dévalorisée pour autant, car je peux compter sur une grande force intérieure.»

**PRO  
SENECTUTE**

*Pour la vieillesse*