

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 33 (2003)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Pro Senectute

#### **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:** 16.02.2026

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

# La solitude, ça existe!

## L'animation à domicile organisée par Pro Senectute vise à favoriser le maintien à domicile et l'intégration sociale des personnes âgées, en leur assurant des visites régulières de bénévoles.

**L**a prétendue société de communication dont on nous rebat les oreilles génère de plus en plus l'isolement et l'angoisse de la solitude. On envoie des courriers électroniques tous azimuts, mais on ignore tout de son voisin de palier. Dans les transports publics, jeunes et moins jeunes pianotent des SMS sur leurs téléphones portables au lieu de converser avec leurs vis-à-vis. Comme le déplore Jacques Salomé, on privilégie la communication avec le lointain au détriment du prochain. L'illusion de la proximité masque souvent le déficit relationnel.

Bien que la solitude ne soit pas un problème spécifique des personnes âgées, ces dernières y sont plus vulnérables. Le veuvage, l'éloignement géographique de leurs enfants, lié à la mobilité professionnelle ou au chômage, un handicap qui limite leur autonomie, un déficit sensoriel, comme la surdité, un déracinement ou un manque de ressources constituent autant de facteurs susceptibles de les priver de contacts sociaux indispensables. Il importe, bien sûr, de distinguer la solitude subie, qui peut avoir des effets dévastateurs, de la solitude choisie, vitale pour se ressourcer. Ce qui est grave, ce n'est donc pas nécessairement le fait de vivre seul, dont certains s'accommodent fort bien, mais le sentiment de ne compter pour personne. Cette solitude-là, délétère, corrode l'estime de soi et conduit ses victimes à se replier sur elles-mêmes, à s'isoler davantage. Une personne peut fort bien vivre dans la même maison que sa fille ou son fils et se sentir néanmoins délaissée, alors qu'une autre sera comblée par les appels téléphoniques réguliers des siens.

Depuis 1995, Danièle Gay est responsable de l'animation à domicile pour le district d'Aigle. Cette prestation de Pro Senectute consiste à détecter les personnes qui ont besoin d'aide et à les mettre en contact avec les bénévoles disposés à leur tenir compagnie. Manifestation spontanée de solidarité, acte gratuit et désintéressé, le bénévolat n'en nécessite pas moins un solide encadrement. «En effet, insiste Danièle Gay, c'est une activité exigeante qui requiert un sens élevé des responsabilités. C'est pourquoi les bénévoles remplissent un questionnaire, signent une convention de collaboration, qui constitue un engagement moral, et reçoivent une formation d'un jour portant, notamment, sur les aspects du vieillissement.» Les questionnaires permettent de tenir compte des affinités, intérêts et passe-temps favoris des bénévoles et des bénéficiaires. Le contrat précise le temps que chaque bénévole met à disposition. Pro Senectute organise régulièrement des rencontres de bénévoles (environ 120 personnes dans le seul canton de Vaud).

Les bénévoles doivent avoir conscience de la portée et des limites de leur rôle. Leur engagement implique sensibilité, doigté et discrétion. Au cours d'une visite à domicile, on peut se rendre compte, par exemple, si une personne est bien alimentée, bien soignée; dans certains cas, cela permet d'orienter les professionnels. Mais cela ne signifie pas qu'il faille «espionner» la famille. Il ne s'agit pas non plus de se livrer à des tâches ménagères, ni d'effectuer des démarches administratives pour lesquelles, si besoin est, on recourra à un assistant social. L'animation à domicile n'empêche pas les sorties, au contraire! Promenades, visites d'expositions, séances chez le coiffeur sont souvent au programme. Les bénévoles donnent leur temps; Pro Senectute rembourse les frais, comme les déplacements et les appels téléphoniques.

## Leçon de vie

Danièle Gay se réfère à un travail de recherche\* qui étudie, à partir de deux exem-

## Une oreille amicale

D'origine zurichoise, Jeannette Schönenberger s'est établie en Suisse romande il y a 12 ans, d'abord à Yverne, puis à Villeneuve. Elle vit seule avec sa chatte Vigna, âgée de 12 ans, qui lui tient compagnie et la suit lors de ses promenades dans le quartier. Son fils, qui ne lui donne plus signe de vie, et sa fille, qui lui rend quelquefois visite, vivent dans la région de Zurich. Mme Schönenberger a appris le français, dont

elle n'avait que des connaissances scolaires, grâce à Lise, une étudiante qui lui a donné des cours durant 7 ans. Malvoyante, Mme Schönenberger bénéficie, une fois par mois, de l'aide d'une assistante sociale de la Fédération suisse des aveugles qui vient lui faire ses paiements. Tous les quinze jours, sa voisine lui donne un coup de main pour son ménage. Nicole Lettry s'est engagée dans le bénévolat à

Pro Senectute depuis 3 ans. Deux heures par semaine, elle se rend au domicile de Mme Schönenberger, à qui elle fait la lecture de l'actualité locale qu'elles commentent ensemble. Elles se connaissent toujours mieux et Mme Schönenberger est heureuse de pouvoir confier à une oreille amicale les épisodes de sa vie que les épreuves n'ont pas épargnée.

Nicole Lettry, bénévole »



Mme Schönenberger bénéficie des visites à domicile organisées par Pro Senectute.

## Adresses utiles

**Pro Senectute Bienne**  
 Quai du Bas 92, c.p. 372,  
 2501 Bienne  
 e-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch  
 Tél. 032 322 75 25  
 Fax 032 322 75 51

**Pro Senectute Jura bernois**  
 Rue du Pont 4, 2710 Tavannes  
 e-mail: jura-bernois@be.pro-senectute.ch  
 Tél. 032 481 21 20  
 Fax 032 481 15 10

**Pro Senectute Fribourg**  
 Rue Saint-Pierre 10, c.p. 566,  
 1701 Fribourg  
 e-mail: info@fr.pro-senectute.ch  
 Tél. 026 347 12 40  
 Fax 026 347 12 41

**Pro Senectute Genève**  
 Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
 e-mail: info@ge.pro-senectute.ch  
 Tél. 022 807 05 65  
 Fax 022 807 05 89

**Pro Senectute Jura**  
 Centre d'action sociale des aînés  
 Av. de la Gare 49, c.p. 800,  
 2800 Delémont  
 e-mail: info@ju.pro-senectute.ch  
 Tél. 032 421 96 10  
 Fax 032 421 96 19

**Pro Senectute Neuchâtel**  
 Secrétariat cantonal  
 et bureau régional La Chaux-de-Fonds  
 Av. Léopold-Robert 53,  
 2301 La Chaux-de-Fonds  
 e-mail: info.pro-senectute.cf@ne.ch  
 Tél. 032 911 50 00  
 Fax 032 911 50 09

**Bureau régional Neuchâtel**  
 Rue de la Côte 48a, 2000 Neuchâtel  
 e-mail: info.pro-senectute.ne@ne.ch  
 Tél. 032 729 30 40  
 Fax 032 729 30 41

**Pro Senectute Vaud**  
 Maupas 51, c.p. 752  
 1000 Lausanne 9  
 e-mail: direction@vd.pro-senectute.ch  
 Tél. 021 646 17 21  
 Fax 021 646 05 06

**Pro Senectute Valais**  
 Siège et centre d'information  
 Rue des Tonneliers 7, 1950 Sion  
 e-mail: info@vs.pro-senectute.ch  
 Tél. 027 322 07 41  
 Fax 027 322 89 16

bles significatifs, les motivations et les attentes des personnes liées par le bénévolat. Il s'agit, a priori, d'une relation asymétrique, souligne l'auteur: l'une reçoit de l'aide gratuitement, sans contrepartie matérielle. Cependant, le bénévole espère une rétribution de type affectif et moral, une reconnaissance implicite; quant au bénéficiaire, il doit ressentir que la démarche du bénévole cor-

respond aussi à un besoin existentiel. Une relation humaine ne peut perdurer que s'il y a une certaine complémentarité des attentes. C'est à cette condition que les deux partenaires peuvent entrer en résonance. Tendre la main, c'est être prêt à donner et à recevoir. Le bénévolat est aussi un moyen d'échapper à la solitude et au sentiment d'inutilité. Selon la terminologie en usage, le ou la bénévole s'occupe d'un ou une bénéficiaire; dans la réalité vécue, les deux doivent avoir le sentiment de bénéficier de la relation pour que celle-ci soit équilibrée et gratifiante.

Savoir communiquer, écouter, comprendre les non-dits, accepter le rythme d'une personne qui a peut-être perdu en rapidité d'élocution ce qu'elle a gagné en profondeur de réflexion; être attentif aux regards et aux gestes, ne pas craindre les moments de silence, être capable, au contraire, d'en apprécier la plénitude: c'est une leçon de vie pour celles et ceux qui osent prendre le beau risque de l'amitié en se souvenant que le plus court chemin de soi à soi passe par autrui.

### Jacques Repond

\* *Au risque de l'amitié. L'animation à domicile: enjeux affectifs et relationnels du bénévolat auprès des personnes âgées*, par Yves Dénéréaz, UNIGER, Institut de Psychologie, Faculté des Sciences sociales et politiques, Lausanne 1997.

