Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 35 (2005)
Heft: 12

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: 11.12.2025

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

Des bénévoles pour soulager les familles

Pro Senectute Valais et la Croix-Rouge valaisanne organisent un réseau de bénévoles pour venir en aide aux proches de personnes âgées, dépendantes, atteintes de démences comme la maladie d'Alzheimer. Un beau projet qui correspond à une réelle attente.

«C'est un appel aux bénévoles que nous lançons, parce que nous savons qu'il y a un vrai besoin d'aide aux familles», constate M. Jean-Pierre Lugon, directeur de Pro Senectute Valais. En Suisse, il y a actuellement 89 000 personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer. Un chiffre qui, selon les projections, devrait croître et atteindre 115 000 en 2020. Autour de chaque malade, il y a une famille, un conjoint, des enfants, des proches qui sont lourdement mis à contribution. Plus la maladie s'installe, plus le malade devient dépendant, plus la charge s'accroît pour son entourage. Il y a dans ce domaine un manque de relais, qui permettraient aux familles de souffler, de décompresser un peu. Le service que mettent en place les deux organismes valaisans répond à ce besoin spécifique.

«En Valais, précise Jean-Pierre Lugon, le directeur valaisan de Pro Senectute, on compte plus de 3000 personnes atteintes d'Alzheimer ou de maladies analogues. Chaque année, sept cents nouveaux cas sont décelés. Il faut savoir que les malades restent souvent plusieurs années à domicile, avant d'être placés en institution, lorsque leur état le nécessite. Huit ans de soins, jour et nuit parfois, c'est une charge énorme pour les familles.» Bien sûr, il existe les services d'auxiliaires de vie, mais leur intervention se borne aux soins. «L'idée de créer un service de bénévoles est d'après nous une action complémentaire à ce qui existe», ajoute M. Lugon.

Une formation adéquate

Marylène Moix, directrice de la Croix-Rouge Valais, a donc décidé de mettre sur pied la formation des bénévoles qui se rendront, à raison d'une ou deux fois par semaine, auprès d'un malade d'Alzheimer. Durant un matin ou un après-midi, le bénévole prendra soin de «son» malade, ce qui donnera aux proches l'occasion de sortir et de s'occuper un peu d'eux-mêmes. «Une personne âgée malade requiert une présence continuelle, ce qui prive la femme, le mari ou l'enfant qui en a la charge de toute vie sociale. Un simple rendez-vous chez le coiffeur devient difficile à organiser», rappelle Mme Moix.

La formation est primordiale pour les bénévoles. Il s'agit de bien comprendre les stades de la maladie, les comportements fréquents et «normaux» des malades, tels que la peur, un besoin irrépressible de bouger, des troubles du sommeil ou des oublis répétés de ce qui vient de se passer, par exemple. Les cours donnent une vision d'ensemble des différents aspects de la maladie: des premières manifestations d'oubli au stade avancé. Les attitudes des soignants sont évoquées et expliquées. Il est par exemple essentiel de savoir qu'il ne faut pas contredire ou se moquer d'un malade qui prétend des choses invraisemblables, mais le prendre au sérieux et chercher à détourner son attention vers un autre sujet.

«Ensuite, après la formation de base, il est nécessaire d'accompagner le bénévole dans la famille, de créer un lien de confiance entre tous les partenaires ainsi qu'avec la personne malade et de proposer un suivi», explique Mme Moix.

Les personnes qui ont participé cet été au premier cours étaient toutes de près ou de loin concernées dans leur cercle familial par cette problématique. Pour M. Lugon, c'est bien la preuve qu'il y a un important besoin d'information sur ce type d'affec-

Demandez le programme!

Pro Senectute Valais propose pour 2006 aux seniors du canton pas moins de 300 activités culturelles, sportives ou autres. Son directeur, M. Jean-Pierre Lugon, a réuni l'offre dans une brochure disponible gratuitement. Ce programme paraîtra désormais deux fois par an. Il sera ainsi plus aisé aux retraités, que l'on sait très occupés, de planifier leurs loisirs à long terme. Chacun pourra aussi prendre connaissance des cours organisés dans une autre partie du canton, «un bon moyen de décloisonner nos activités et de faire correspondre offre et demande», précise le directeur. S'initier au taï-chi, participer à une sortie aux bains de Lavey ou à une balade «Contes et légendes à Saint-Luc», pratiquer des danses traditionnelles, se former à un atelier d'écriture ou sillonner les petites routes en VTT: tout est dans le programme! Et, pour Noël, pourquoi ne pas offrir un bon-cadeau qui permette à un parent ou à un ami de choisir ce qui l'intéresse?

››› *Programme et bon cadeau: Pro Senectute Valais, rue des Tonneliers 7, 1950 Sion, tél. 027 322 07 41.*

B.P.

Marylène Moix, de la Croix-Rouge Valais, et Jean-Pierre Lugon, de Pro Senectute.

tions liées à l'âge. «Bien sûr, cette maladie fait peur à tous, il n'y a pas de raison de s'en cacher. C'est sans doute pour cette raison aussi que le dépistage est souvent tardif, car il y a une phase de déni dans les familles qui aimeraient mieux ignorer ce qui est train d'arriver.»

On considère aujourd'hui que seule la moitié des cas de démence sénile sont diagnostiqués. Des tests peuvent être effectués auprès du médecin traitant, comme premier dépistage, ce qui permet d'entreprendre un traitement médicamenteux ralentissant la maladie et atténuant ses symptômes. On peut ainsi envisager des mesures de soins plus progressives et former la famille au fil du temps et non pas dans l'urgence.

Demander de l'aide

Les familles qui sont confrontées à la maladie d'Alzheimer hésitent souvent à demander de l'aide ou attendent d'être à la limite de l'épuisement avant de le faire. En réalité, il faut s'y prendre tôt pour qu'un meilleur encadrement soit assuré à tous. Un malade modérément atteint accepte mieux la présence d'une nouvelle personne dans son entourage. «Il est indispensable que les proches du malade prennent soin d'eux-mêmes pour tenir le coup et pour ne pas céder à l'agacement, par exemple», affirme M. Lugon. Il n'y a pas de honte à être débordé, pas de culpabilité à dire qu'on a besoin d'aide. Pro Senectute et la Croix-Rouge invitent donc les familles qui le souhaitent à s'inscrire dans le programme afin de bénéficier de l'appui d'un bénévole.

Il est important aussi pour les personnes qui soignent un malade de savoir qu'elles peuvent participer à des groupes de soutien et de parole, organisés un peu partout par l'Association Alzheimer Suisse. Il existe aussi, dans le cadre de cette organisation, des séjours de vacances spécifiques pour les malades et leurs proches.

Intéressés par la formation de bénévoles? Que vous soyez concernés directement par cette maladie ou non, il y a fort à parier que cette formation vous apportera un enrichissement personnel et humain et un savoir-faire de qualité.

Bernadette Pidoux

››› ***Rens.*** *Croix-Rouge Valais, tél. 027 322 13 54.*
Les cours ont lieu à Sion et à Monthey.
Alzheimer Suisse, rue des Pêcheurs 8, 1400 Yverdon-les-Bains, tél. 024 426 20 00, www.alz.ch

Adresses utiles

Pro Senectute **Bienne**
Quai du Bas 92, c.p. 372,
2501 Bienne
e-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch
Tél. 032 328 31 11
Fax 032 328 31 00

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**
Ch. de la Redoute 9 , c.p.
1752 Villars-sur-Glâne 1
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
Ch. du Puits 4, 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 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

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

Pro Senectute **Vaud**
Maupas 51
1004 Lausanne
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