

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2009)  
**Heft:** 1

**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:** 14.01.2026

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



# DEVENEZ BÉNÉVOLE, c'est gratifiant!

Animations, visites à domicile, bénévolat administratif, chacun peut trouver un domaine où exercer ses talents auprès des personnes âgées.



Une aide pour régler les questions administratives et partager un instant d'échange.

Vous avez du temps libre, envie de vous investir dans une activité utile et enrichissante, de l'intérêt pour les personnes âgées? Cela tombe bien, Pro Senectute a toutes sortes de suggestions à vous faire, vous jeune retraité-e, comme moniteur de sport, animateur de cours, visiteur à domicile ou aide administratif, une nouvelle manière d'apporter un soutien concret.

## Volontaires recherchés

«Nous sommes à la recherche de personnes susceptibles d'aider des seniors à régler leurs problèmes administratifs.» L'appel émane de Pro Senectute Vaud qui veut développer ce service aux aînés. Corinne Perlini, responsable de cette activité, explique: «Il s'agit de se rendre une fois par mois ou plus, selon entente, chez une personne âgée et de l'aider à préparer ses paiements, à contrôler les remboursements, à rédiger une lettre à une gérance, une demande de subside, des courriers divers,

voire une aide à la déclaration d'impôt. Le but est de maintenir la personne autonome et responsable, tout en lui apportant un soutien.»

Le bénévolat administratif n'est pas une curatelle ou une mise sous tutelle de la personne, bien au contraire. Le bénévole agit en accord avec la personne qui conserve ses pleins pouvoirs. Une assistante sociale de Pro Senectute forme les futurs bénévoles au cours d'une journée de travaux pratiques. Elle demeure ensuite à disposition pour toute question technique de gestion. Ce sont souvent des personnes âgées isolées, sans enfant qui sollicitent ce type d'aide. «Et nos volontaires sont généralement de jeunes retraités – hommes – qui se sentent plus à l'aise avec ce type de questions que dans l'aide directe à la personne», ajoute Corinne Perlini.

L'engagement du bénévole, qui peut être amené à suivre une ou plusieurs personnes selon ses disponibilités, est évalué au bout

de trois mois, pour s'assurer que tout fonctionne bien de part et d'autre. Un suivi sur un plus long terme est bien sûr recommandé.

## Tisser des liens

Chez le bénéficiaire, la séance se termine le plus souvent par un café pris ensemble. Ainsi des liens se tissent entre les deux personnes, comme en témoigne Christiane Meylan, de Vevey, bénévole depuis presque un an. «Une fois par mois, je règle les problèmes administratifs de Pierrette Balet, la dame que j'accompagne, et je lui rends visite une autre fois pour le plaisir. Mme Balet a 81 ans et de la peine à se déplacer seule, alors nous sortons pour une petite promenade, c'est un moment que nous apprécions toutes deux», explique la jeune retraitée de 59 ans, qui vient de quitter son emploi d'éducatrice auprès de handicapés. Des rencontres entre bénévoles sont régulièrement proposées par Pro Senectute, «ces discussions entre nous sont très enrichissantes,



nous apprenons quantité de subtilités sur les assurances et autres», souligne Christiane Meylan.

A Neuchâtel, Genève et Fribourg, Pro Senectute cherche aussi parfois des bénévoles administratifs pour aider des personnes résidant en EMS.

## Propositions bienvenues

Karine Tassin, responsable des activités bénévoles à Pro Senectute Vaud, accueille les personnes intéressées et cherche à les orienter vers une activité dans laquelle elles vont s'épanouir. «Il y a clairement un besoin dans certains centres régionaux pour des animations ou pour de l'ac-

ueil. Mais ce que nous recherchons d'abord c'est de mettre en adéquation les compétences des volontaires et les besoins de l'institution.» Toute proposition est donc bienvenue et appréciée. Pro Senectute travaille en partenariat avec d'autres institutions et peut aussi aiguiller les futurs bénévoles vers d'autres activités, organisées par Caritas ou la Croix-Rouge, notamment.

**Bernadette Pidoux**

**Renseignements pratiques:**  
toute personne intéressée par le bénévolat ou qui veut en bénéficier peut s'adresser à son bureau régional Pro Senectute.

## Compétences et plaisir

Pro Senectute a défini cinq grands domaines où l'on peut exercer du bénévolat auprès des personnes âgées:

**1 Accompagnement à domicile:** une visite une fois par semaine pour une discussion, une balade, une course.

**2 Formation:** donner des cours d'informatique ou transmettre des connaissances particulières à un groupe dans un centre de rencontre.

**3 Sport:** accompagner des groupes de marche, de ski de fond, de nordic walking, organiser une activité sportive régulière ou ponctuelle.

**4 Transport:** chauffeur avec véhicule personnel pour conduire une personne âgée qui doit se rendre à un rendez-vous.

**5 Animation:** assurer l'accueil de seniors dans les centres de rencontres régionaux, le service au repas, l'animation d'événements ou de fêtes, l'organisation de loisirs, jeux, séances de cinéma, etc. Proposer chez soi, une table d'hôte qui réunit des aînés à midi une ou plusieurs fois par semaine.



### BIENNE

Quai du Bas 92, c.p. 1263  
2501 Biel/Bienne  
e-mail:  
biel-bienne@be.pro-senectute.ch  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

### FРИBOURG

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

### 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

### TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes  
e-mail:  
prosenectute.tavannes@ne.ch  
Tél. 032 482 67 00  
Fax 032 482 67 09

### DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4, c.p. 800  
2800 Delémont  
e-mail:  
prosenectute.delémont@ne.ch  
Tél. 032 886 83 20  
Fax 032 886 83 19

### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel  
Rue de la Côte 48a  
2000 Neuchâtel  
e-mail: prosenectute.ne@ne.ch  
Tél. 032 886 83 40  
Fax 032 886 83 41

### LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

### VAUD

Maupas 51  
1004 Lausanne  
e-mail: info@vd.pro-senectute.ch  
Tél. 021 646 17 21  
Fax 021 646 05 06

### 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

### Info seniors

0848 813 813  
du lundi au vendredi  
Vaud: de 8 h 15 à 12 h  
et de 14 h à 17 h  
Genève: de 8 h 30 à 12 h