

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2010)
Heft: 16

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: 13.01.2026

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



COUPS DE FIL, des rendez-vous contre la solitude

Nouer des contacts depuis la maison pour les personnes qui n'ont pas souvent l'occasion de sortir, c'est l'objectif des chaînes téléphoniques que Pro Senectute lance dans les cantons de Fribourg, Jura et Neuchâtel.

Chaque soir après le Téléjournal, Suzanne a rendez-vous. Un rendez-vous téléphonique avec Annette. Puis à son tour Annette appellera Josiane qui téléphonera à Henri. Fort d'expériences pilotes en Suisse alémanique l'an dernier, Pro Senectute lance dès le mois de septembre des projets de chaînes téléphoniques dans les cantons de Fribourg, Jura et Neuchâtel. Elles s'adressent aux personnes âgées dont la mobilité est limitée, qui n'ont donc pas souvent l'occasion de sortir de chez elles et souffrent de solitude.

Se dire simplement bonjour!

Toute simple, l'idée se calque sur les fameuses chaînes d'alerte instaurées dans les écoles, entre les parents. A jour et heure convenus, les membres de la chaîne (des groupes de 3 à 6

personnes) s'appellent les uns après les autres afin de prendre des nouvelles, jusqu'à ce que le dernier appelle le premier, bouclant ainsi la boucle. Ces chaînes sont qualifiées d'alerte, parce qu'elles visent aussi un but sécuritaire. Si une personne ne répond pas à un coup de fil et qu'elle n'a pas annoncé de vacances ou d'absence, un plan de secours s'active. «Le responsable de la chaîne contacte un proche, une connaissance ou un voisin, de préférence qui a la clé de son appartement, pour vérifier que tout va bien», explique Carmen Stenico, responsable du marketing et de la communication à Pro Senectute Suisse.

Mais au-delà de l'aspect sécurisant, Pro Senectute vise avant tout à favoriser les contacts sociaux entre personnes âgées. Ce sont eux qui décident de l'heure

et de la fréquence de ces rendez-vous téléphoniques: ils peuvent varier entre une fois par jour et une fois par semaine. «On essaye de regrouper les gens en fonction de leurs besoins et de leurs affinités. On peut aussi en cours de route changer l'ordre des appels si le feeling ne passe pas entre deux personnes.»

De quoi se parlent donc ces interlocuteurs privilégiés? Ici, deux dames se fixent des thèmes de conversation d'une fois à l'autre, là, d'autres participants se passent simplement le bonjour et prennent des nouvelles de leur santé. Là encore, le contact a si bien passé entre deux vieilles dames qu'elles sont devenues copines sans jamais s'être vues. Et le contact téléphonique perdure malgré l'entrée en EMS de l'une d'elles.

Parfois, les participants sont si heureux de ce nouveau réseau,

qu'ils s'appellent en dehors des chaînes ou se rencontrent carrément pour de vrai, comme le raconte Gertrud, dont le mari est en EMS, et qui ne voit que rarement son fils et sa sœur.

Des contacts réguliers et un plan d'urgence sécurisant: les deux atouts de ces chaînes téléphoniques contribuent à ce que des personnes âgées puissent garder plus longtemps leur indépendance dans leur environnement habituel. Accessibles à tous, elles ne nécessitent pas de

grands moyens. Il suffit d'avoir un téléphone et d'avoir envie de s'en servir.

Isabelle Kottelat

Plus d'informations sur
www.chainestelephoniques.ch

Pour tout renseignement complémentaire et participation à une chaîne téléphonique, s'adresser aux antennes régionales de Pro Senectute aux coordonnées ci-contre ou à Pro Senectute Suisse au 044 283 89 89.

Appelez-les!

Ne raccrochez pas! A l'occasion de la Journée internationale des personnes âgées des Nations Unies qui aura lieu le 1^{er} octobre prochain, Pro Senectute reconduit son action «Un coup de fil, c'est facile!» pour favoriser la vie sociale des seniors. Ce jour-là, l'organisation invite chacun à appeler une personne âgée de son entourage. En tant que partenaire, Swisscom propose de passer des appels gratuits depuis plusieurs Swisscom Shops du pays, notamment à Lausanne, Genève, Berne, Lugano, Lucerne et Zurich. «La peur de l'isolement est particulièrement forte chez les personnes âgées. Par cette action, nous voulons réveiller les gens et montrer que le manque de contacts sociaux est une réalité», souligne Werner Schärer, directeur de Pro Senectute Suisse.

Plus d'informations sur www.pro-senectute.ch

Devenez jury pour LE PRIX CHRONOS

C'est le bon moment de s'inscrire pour participer au Prix Chronos! Consciente de ce qui paraît répondre à une véritable attente chez les uns et les autres, Pro Senectute Suisse réédite pour la quinzième fois ce concours littéraire: comme membres inhabituels du jury, il réunit près de 2100 élèves primaires et/ou abonnés de bibliothèques de jeunesse et quelque 400 personnes âgées, pensionnaires de home, grands-parents de Suisse romande autour d'une sélection de cinq ouvrages de jeunesse. Pour l'édition 2011, il s'agit de *Mon cœur n'oublie ja-*

mais, d'Agnès de Lestrade, *Mon petit cœur imbécile*, de Xavier-Laurent Petit, *La petite Caillotte*, de Claire Clément, *Picasso ou rien*, de Sylvaine Jaoui et *Louis et le jardin des secrets*, de Véronique Delamarre Bellégo. Le prix Chronos sera décerné fin avril 2011 dans le cadre du Salon du livre de Genève.

Tous les renseignements sur la sélection de livres, les fiches d'inscription et les bulletins de vote sur www.prix-chronos.ch ou par téléphone à Pro Senectute Suisse, Mme Doris Wahlen, au 021 925 70 15.



BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263

2502 Bienne

e-mail:

biel-bienne@be.pro-senectute.ch

Tél. 032 328 31 11

Fax 032 328 31 00

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

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.delemont@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