

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2010)  
**Heft:** 19  
  
**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:** 12.01.2026

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





# «LES BÉNÉVOLES OFFRENT un visage à notre organisation»

En cette année européenne du bénévolat, Werner Schärer, directeur de Pro Senectute Suisse, rend hommage aux 10 000 volontaires de cette organisation. Si leur nombre est stable, leur profil semble avoir changé avec le temps.

**Que serait Pro Senectute sans ses bénévoles?**

**WERNER SCHÄRER** – En plus de donner de leur temps, ce qui nous permet de mener à bien toutes nos activités, ils offrent à notre organisation un visage. Ils représentent la moelle de notre réseau, qui s'étend dans tous les cantons via un total de 130 bureaux.

**Sont-ils plus difficiles à trouver aujourd'hui qu'avant?**

Leur nombre est stable, même si en ville, ils sont de moins en moins nombreux à s'engager. On constate que dans le milieu urbain, les gens s'impliquent plus qu'auparavant dans les soins prodigués à domicile à leurs proches, et ont donc moins de temps pour nous. A la campagne, en revanche, ce type de bénévolat est intégré dans le réseau social. Lors de notre collecte d'automne, les personnes allaient par exemple toquer aux portes de leurs voisins pour récolter des fonds, ce qui n'est plus pensable en ville.

**Existe-t-il un profil type du bénévole?**

On peut seulement dire que la majorité d'entre eux sont des femmes. Souvent des mères de famille dont les enfants ont grandi, et qui ont davantage de temps pour elles et pour les autres... Le bénévolat est souvent un premier pas avant de réintégrer la vie active.

**Et les jeunes dans tout ça?**

Je dois avouer qu'ils se font assez discrets au sein de nos bénévoles.



La plupart des bénévoles sont des femmes pour qui le passage chez Pro Senectute est un premier pas vers le retour à la vie active.

**Justement, les jeunes femmes d'aujourd'hui ne restent désormais plus nécessairement à la maison pour s'occuper des enfants. Faut-il craindre pour l'avenir du bénévolat?**

C'est un fait. Mais il faut aus-

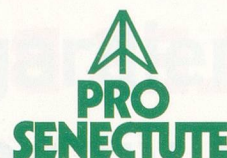
si voir qu'il y a de plus en plus de retraités en bonne forme, capables de s'occuper des personnes du quatrième âge. Ce modèle sera probablement celui que l'on rencontrera le plus souvent dans le futur...







Werner Schärer,  
directeur de Pro  
Senectute Suisse.



## Peut-on dire que Pro Senectute donne un nouveau sens à la vie de vos bénévoles?

Certainement, car ils s'engagent auprès d'une organisation qu'ils apprécient et qui vient en aide aux autres. Ils sont ainsi intégrés et leur travail, bien que non rémunéré, est valorisant.

## Est-ce aussi dans l'idée de bénéficier un jour eux-mêmes des services que vous proposez?

Je peux tout à fait me l'imaginer. Mais il ne faut pas non plus oublier la dimension formatrice de leurs activités chez Pro Senectute. Les personnes qui

donnent des cours de sport sont, par exemple, encadrées d'experts de Pro Senectute, ainsi que par l'Office fédéral du sport.

## Quel est le bénévolat le plus courant chez Pro Senectute?

Ce sont généralement les visites à domicile. Beaucoup de bénévoles donnent aussi un coup de main aux personnes qui ont de la peine avec tout ce qui est administratif ou ont une activité soit en rapport avec la migration, soit en lien avec les relations intergénérationnelles.

Propos recueillis par  
Frédéric Rein

## Jeu de mémoire

Votre mémoire vous joue des tours? Alors jouez un peu avec elle! Faites-la travailler, faites-lui pratiquer ses quinze minutes de gym quotidienne. C'est ce que propose le programme d'entraînement cérébral Memofit, dont la Swiss Edition 2 vient de sortir. Ce fitness virtuel dédié à nos capacités intellectuelles, développé en partenariat par Pro Senectute et Coop, se veut à la fois ludique, divertissant et efficace. Les exercices, conçus par des neuropsychologues, permettent notamment de stimuler la mémoire à court terme, l'orientation spatiale, les réactions, la mémoire visuelle ou encore la concentration. Comme un vrai jeu, le niveau de difficulté augmente progressivement. Destiné aux personnes de tout âge, Memofit est disponible en DVD, dans plus de 300 points de vente Coop au prix de lancement de 19 fr. 90 (au lieu de 29 fr. 90) jusqu'à la fin de l'année. Vous pouvez aussi tester gratuitement des exercices sur Internet sur [www.coop.ch/memofit](http://www.coop.ch/memofit), ou vous abonner online – soit au prix de 20 fr. pour trois mois, soit 49 fr. pour un an – pour de nouveaux exercices. Désormais, vous ne pourrez plus dire que vous avez la mémoire qui flanche, que vous ne vous rappelez plus très bien!

F. R.

### 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