

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 30

Anhang: Fiches pratiques
Autor: [s.n.]

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: 19.02.2026

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

40

VOS DROITS

Echange de marchandise:
aucune obligation

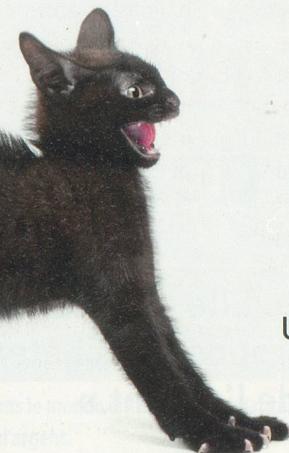


Valerie Popova

Générations *Plus*

Fiches pratiques

Eric Isselee



43

VÉTÉRINAIRE

Un chat qui a horreur
de la neige

Filmfoto



VOTRE ARGENT

La vérité sur le secret
bancaire

41



LE JARDIN DE JACKY

Pour une nuit
de rêve

44



SEXUALITÉ

Les limites
du fétichisme

47

VOUS AVEZ UNE QUESTION?

Si votre intervention est retenue, nos spécialistes
répondront dans les fiches pratiques

fichespratiques@generationsplus.ch

Générations Plus

Rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne



Christopher Jones

45

PRO SENECTUTE

Bénévolat, un
double cadeau



Taiga

ÉCHANGE DE MARCHANDISE

Une question de bon vouloir

«J'ai acheté une bague pour ma femme. Elle a voulu la changer contre un objet moins cher. La bijouterie me propose d'acheter autre chose avec la différence. Mais j'aimerais recevoir de l'argent.»

Armand, Veyrier (GE)



Sylviane
Wehrli
Juriste,
ancienne
juge de paix

Lorsqu'une personne estime que, dans une relation contractuelle, elle n'obtient pas ce à quoi elle aurait droit de l'autre partie, elle peut faire appel à un juge. Néanmoins, cette possibilité n'est efficace que si la loi donne des règles concernant le cas litigieux.

Lorsqu'on achète une marchandise dans un magasin, la relation commerciale entre vendeur et acheteur relève du contrat de vente traité dans le Code des obligations. Les deux parties ont des droits et des obligations. Certes, de par leur propre volonté, il est possible de déroger aux dispositions légales. Mais lorsqu'il y a un désaccord, il faut examiner ce que dit la loi concernant ce désaccord.

Un contrat de vente est conclu lorsque l'acheteur et le vendeur se sont mis d'accord sur les éléments essentiels, à savoir l'objet, le prix, la livraison. En principe, la vente n'est pas à l'essai et il n'y a pas de temps de réflexion permettant de renoncer à l'achat ou de le modifier.

Le vendeur doit reprendre la marchandise et la remplacer lorsque celle-ci présente un défaut, selon les règles de la garantie. Celle-ci est d'un an si rien n'est spécifié, mais l'acheteur a l'obligation de vérifier la marchandise et de signaler immédiatement les défauts apparents pour obtenir l'appli-

cation de la garantie. Il a la même obligation si les défauts apparaissent ultérieurement.

Dans le cas qui nous occupe, la marchandise ne présente aucun défaut, ce qui implique que la bijouterie n'était pas tenue de reprendre ou de changer la bague. La loi ne prévoit pas de dispositions spéciales pour les cadeaux achetés à des personnes qui les apprécieront ensuite ou non. Dans certains magasins, pour éviter des déceptions, il est établi des bons d'échange, permettant de rapporter la marchandise et de se procurer un autre objet.

Qu'en est-il si les deux objets n'ont pas la même valeur? Lorsque l'objet échangé est plus coûteux, il est évident que l'acheteur paiera la différence. En revanche, lorsque le vendeur accepte le changement, doit-il restituer une partie de l'argent si le nouvel achat est moins cher? La réponse n'est pas dans la loi; si le vendeur accepte de restituer une partie de l'argent, plutôt que de proposer un bon d'achat, il s'agit d'un geste commercial qui ne peut être imposé par un juge, faute de base légale.

Dans une situation délicate comme l'achat d'un bijou, il serait judicieux d'évoquer ce point avec le vendeur avant de conclure la vente et de prévoir les conséquences concrètes d'un changement d'objet si celui-ci ne convient pas au destinataire.

SECRET BANCAIRE

Un devoir de discrétion

«Pouvez-vous m'expliquer en quoi consiste exactement le secret bancaire en Suisse?»

René, 52 ans, Siviriez (FR)



S'il est réputé dans le monde entier, le secret bancaire suisse peut toutefois être levé, notamment lors d'une procédure pénale contre le blanchiment d'argent.



Fabrice Welsch
Directeur
Prévoyance & conseils financiers
BCV

Le secret bancaire suisse repose sur des bases juridiques diverses, la première étant le droit de toute personne au respect de sa vie privée et familiale (Constitution fédérale, article 13), étant entendu que les revenus et la situation patrimoniale font partie de la sphère privée. Un client lésé sur ce point peut ainsi faire appel à la justice (Code civil, article 28a). La Loi fédérale sur la protection des données sert, quant à elle, à «protéger la personnalité et les droits fondamentaux des personnes qui ont fait l'objet d'un traitement de données» (article 1 LPD).

Tout employé de banque est également soumis, à l'instar des médecins, des ecclésiastiques ou des avocats par exemple, à un devoir de confidentialité des données dont il a connaissance dans l'exercice de son activité professionnelle. En fait, le secret

bancaire est un secret professionnel ayant pour fonction de protéger la sphère privée du client. En cela, on lui préfère parfois le terme de «secret professionnel du banquier» ou de «devoir de discrétion du banquier».

Le secret professionnel du banquier est nommément inscrit à l'article 47 de la Loi fédérale sur les banques et les caisses d'épargne et fait notamment référence aux sanctions pénales appliquées en cas de violation du secret: «Est puni d'une peine privative de liberté de trois ans au plus ou d'une peine pécuniaire celui qui, intentionnellement, en sa qualité d'organe, d'employé, de mandataire ou de liquidateur de la banque (...) révèle un secret à lui confié ou dont il avait eu connaissance en raison de sa charge ou de son emploi, incite autrui à violer le

secret professionnel. Si l'auteur agit par négligence, il est puni d'une amende de 250 000 francs au plus (...). La violation du secret professionnel demeure punissable alors même que la charge, l'emploi ou l'exercice de la profession a pris fin. (...»).

Limites du secret bancaire

Le secret bancaire n'est toutefois pas absolu. Il peut être levé lors de demandes de droit civil (comme une procédure de divorce par exemple), de procédures pénales (comme le blanchiment d'argent) ou lors de procédures d'entraide administrative ou judiciaire internationale.

DEMANDES CIVILES

Chaque époux peut demander à son conjoint qu'il le renseigne sur ses revenus, ses biens et ses dettes au sens de l'article

170 alinéa 1 du Code civil (CCS). L'époux requérant peut aussi faire appel au juge pour obtenir les renseignements souhaités. Dans ce cadre, le juge peut astreindre – outre le conjoint – des tiers, qui comprennent notamment les établissements bancaires, à les lui fournir (article 170 alinéa 2 CCS).

PROCÉDURES PÉNALES

Blanchiment d'argent

Si les banques disposent d'indices laissant supposer que les fonds inscrits dans leurs livres proviennent d'un crime, elles peuvent en informer les autorités sans pour autant violer le secret bancaire (article 305 ter alinéa 2 du Code pénal). Si les banques ont un soupçon fondé et disposent d'indices clairs, elles ont alors l'obligation d'informer le Bureau de communication en matière de blanchiment d'argent (article 9 de la Loi fédérale sur le blanchiment d'argent).

Soustraction et fraude (ou escroquerie) fiscale

La soustraction fiscale consiste à ne pas déclarer des éléments imposables. En Suisse, c'est le contribuable qui est responsable de déclarer ses avoirs aux autorités fiscales, les banques n'étant pas habilitées à leur fournir directement les documents relatifs aux avoirs financiers de leurs clients. La soustraction fiscale est amendable, mais n'est pas considérée comme un délit pénal en Suisse.

Pour lutter contre la soustraction fiscale, la Suisse applique l'impôt anticipé qui consiste à prélever à la source un impôt de 35% sur les revenus provenant de placements en capitaux suisses (intérêts et dividendes). Cet impôt est récupérable pour autant que les avoirs soient déclarés. Pour les clients étrangers, l'impôt est récupérable si une convention de double imposition entre les deux pays le prévoit. La retenue d'impôt auprès des banques suisses en faveur de l'Union européenne (article 1 chiffre 1 de l'accord bi-

latéral sur la fiscalité de l'épargne conclu en 2004 entre la Suisse et la Communauté européenne) fonctionne selon le même principe, la retenue sur le paiement d'intérêts des placements réalisés par des citoyens de l'Union européenne en Suisse étant fixée à 35% depuis le 1^{er} juillet 2011.

L'escroquerie fiscale, quant à elle, désigne le comportement de celui qui trompe les autorités fiscales par l'utilisation de documents falsifiés, par exemple; elle constitue un cas spécifique d'entraide internationale en matière pénale, qui englobe la fraude fiscale et tous les moyens visant à induire en erreur les autorités fiscales.

La différence de définition et de traitement entre la soustraction fiscale et la fraude fiscale en Suisse entraîne des pressions de la part des pays tiers, qui voient cette nuance comme une aide à l'évasion fiscale (soit le placement d'avoirs sur des comptes en Suisse de contribuables étrangers, non déclarés au fisc de leur pays, ceux-ci étant protégés par le secret bancaire). En effet, seuls les délits sanctionnés pénalement peuvent faire l'objet d'une demande d'entraide judiciaire ou administrative de la part d'un Etat tiers.

Entraide administrative et judiciaire

Le secret bancaire peut être levé dans le cadre de demandes d'entraide administrative. Ces demandes doivent généralement cibler un client identifié dans une banque désignée. Elles peuvent être motivées dans le cadre d'enquêtes pour fraude fiscale par exemple. En 2009, le Conseil fédéral a décidé que la Suisse reprendrait les standards de l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) définis à l'article 26 de son modèle de convention de double imposition et a conclu ou renégocié depuis des conventions de double imposition (CDI) avec divers Etats. Depuis lors, l'entraide administrative concerne

aussi des cas d'évasion fiscale de citoyens résidant dans l'un ou l'autre des Etats signataires de ces CDI avec la Suisse.

Avec la Loi fédérale sur l'entraide internationale en matière pénale, la Suisse accorde une entraide judiciaire aux Etats étrangers. Celle-ci se fonde sur trois principes:

- ◆ double incrimination: le délit doit être punissable pénalement aussi bien dans l'Etat étranger qu'en Suisse pour que les tribunaux suisses appliquent des mesures de contraintes – comme la levée du secret bancaire;
- ◆ spécialité: les informations transmises ne peuvent être utilisées que dans le cadre de la procédure pénale pour laquelle elles ont été demandées;
- ◆ proportionnalité: la discréption est exigée lors de cas peu importants ou lorsqu'il y a un risque de porter atteinte aux intérêts de personnes non impliquées.

Qu'en est-il des comptes «chiffrés»?

Les comptes anonymes n'ont pas été pratiqués en Suisse et sont dans tous les cas interdits par la première Convention de diligence des banques de 1977.

En revanche, il existe encore des comptes «chiffrés»: en lieu et place du nom du titulaire, il est possible de mettre une suite de chiffres ou un pseudonyme. Dans ce cas, un nombre très limité de personnes dans la banque connaît l'identité du titulaire du compte et ses données personnelles.

L'ensemble des opérations se fait sous le chiffre ou pseudonyme choisi. Cette pratique vise uniquement à limiter les risques de fuite d'informations à l'intérieur de l'établissement bancaire, car le compte «en clair» et le compte «chiffré» sont tous deux soumis aux mêmes règles légales en matière de secret bancaire et de lutte anti-blanchiment notamment.

«Pourquoi mon chat semble DÉTESTER L'HIVER»

«Mon matou de 7 ans appréhende le retour de l'hiver. Durant cette période, il s'automutile et lorsqu'il neige, il refuse de sortir.»

Estelle, Grandvaux (VD)



Danielle
Perrin-Frei
Médecin-vétérinaire
Cabinet
Au Furet
Echichens

Ce cas est assez surprenant. Il faut d'abord chercher à savoir pourquoi ce chat adopte une telle attitude, en commençant par passer au peigne fin l'intérieur de l'habitation, avant de donner dans l'anthropomorphisme en parlant de burn-out, ce qui me semble irrespectueux par rapport aux personnes souffrant de dépression.

Des raisons pratiques?

Comme l'hiver est une période où l'on chauffe les appartements, l'air devient peut-être trop sec, ce qui pourrait expliquer les démangeaisons. Durant cette période, les animaux restent automatiquement plus volontiers à l'intérieur et la chaleur est aussi propice à la prolifération de puces et autres parasites. Il est donc judicieux de vérifier également que votre animal n'ait pas besoin d'un traitement antiparasitaire.

En général, un chat adopte ce type de comportement lorsqu'il ne peut pas sortir, alors que cela ne semble pas être le cas, en l'occurrence. La chatière est-elle gelée? Il est utile aussi de contrôler que l'accès que votre chat emprunte habituellement pour se rendre à l'extérieur ne comporte pas une zone désagréable, de nature à le faire renoncer à ses envies de balades.

Des états d'anxiété

En parallèle à la vérification de tous ces points, il faut savoir que les chats vivent aussi certaines formes d'émotions, avec des symptômes liés à des états d'anxiété. Votre compagnon a-t-il changé de comportement? A-t-il pris ou perdu du poids? Peut-être a-t-il besoin de distractions? Pour calmer son instinct de chasse, une solution consiste à mettre à sa disposition un Pipolino, le distributeur mobile de croquettes.

Par ailleurs, s'accorde-t-il bien avec vos éventuels

autres animaux de compagnie ou avez-vous peut-être adopté un nouveau chat récemment? Dans ce cas, il est possible que votre compagnon soit perturbé par ce nouvel arrivant, en particulier s'il s'agit d'une femelle non stérilisée qui peut être en chaleur au mois de janvier.

Si vous venez effectivement d'accueillir un deuxième chat, n'oubliez pas de prévoir une litière et une gamelle pour chacun d'entre eux. De plus, leur caisse est-elle propre? En effet, les chats détestent faire leurs besoins dans une caisse sale.

Une solution apaisante

De votre côté, avez-vous modifié votre rythme de vie? Il est important de se souvenir que les chats n'aiment pas les changements, quels qu'ils soient.

Un événement traumatisant, comme une attaque par un animal domestique ou sauvage, qui aurait eu lieu en hiver, pourrait également expliquer le comportement dysfonctionnel de votre

chat. Néanmoins, il est difficile de déterminer pour quelles raisons il ne craint pas de sortir le reste de l'année. Le risque de rencontrer à nouveau son agresseur ne peut pas être, en effet, lié à une seule saison. Quoi qu'il en soit, quelques gouttes de phéromones, disséminées dans les endroits où il se tient généralement, lui procureront la détente et l'apaisement nécessaires pour affronter au mieux la période hivernale.



Utekina Anna

JE DORS donc je suis

Les troubles du sommeil constituent un cauchemar pour beaucoup d'entre nous. Heureusement, Dame Nature nous offre des armes comme le bigaradier, l'aubépine et le miel d'oranger pour retrouver de douces nuits.



Jean-Jacques
Descamps

Phyto-
thérapeute

Respecter un rythme de sommeil régulier est, sans aucun doute, une des bases de garantie de qualité de vie. Encore faudrait-il pouvoir s'endormir comme on l'entend et trouver un repos salvateur dans les bras de Morphée. Malgré la bonne volonté, ce n'est malheureusement pas donné à tous.

S'il est «normal», voire même banal, aujourd'hui, de ne pas trouver aisément le sommeil, lorsqu'on se sent perturbé ou tracassé par des soucis divers, que le lendemain nous réserve un événement source de stress et d'angoisse, il n'est toutefois pas acceptable de souffrir au quotidien des troubles divers affectant le repos.

Véritable réparateur nocturne de notre organisme, lorsqu'il est sain, le sommeil permet, entre autres fonc-

Yuri Arcurs



La qualité de vie dépend beaucoup de celle de votre sommeil. L'enjeu est donc de taille.

tions vitales, la régénération de nos cellules, il renforce nos défenses, il économise notre énergie, remet notre horloge biologique à l'heure et régule

notre appétit. Altéré, le repos ne permet plus d'assurer ces fonctions, nos défenses immunitaires diminuent et l'organisme tout entier en souffre.

CHASSEZ LA MAUVAISE HUMEUR

Parmi les responsables de cette altération, l'insomnie, tout d'abord, apparaît comme une évidence. Ses causes sont naturellement très diverses, nous ne pourrions pas avancer de généralité, tant les insomniaques présentent des raisons diverses à leur incapacité à trouver le sommeil. Les conséquences du manque de sommeil permettent par contre de rassembler les personnes qui en souffrent en un groupe homogène: ils se plaignent pour la plus grande majorité, et en toute évidence, de fatigue chronique et de l'altération de leur humeur. Cela ayant évidemment des répercussions sur la qualité de leur vie sociale, familiale et professionnelle. Le meilleur médecin, c'est la nature car elle guérit sept malades sur dix et ne dit jamais du mal de ses confrères... C'est durant la journée que

vous mettrez toutes les chances de votre côté pour trouver un sommeil rapide et réparateur.

NOS CONSEILS

- ◆ Eviter la consommation excessive de boissons comme le café, le thé, l'alcool et les sodas.
- ◆ Plusieurs fois par jour laisser sous la langue un bouton de bigaradier bio durant une vingtaine de minutes (ne pas sucer ni croquer).
- ◆ Après le repas du soir, préparer une infusion en versant deux décis d'eau bouillante sur cinq boutons de bigaradier bio. Laisser infuser deux minutes, puis filtrer et rajouter 20 gouttes d'actiplante d'aubépine avant de sucer avec du miel d'oranger. Boire chaud ou froid.



LE BÉNÉVOLAT comment donner pour recevoir

Le volontariat est au cœur de l'activité de Pro Senectute. Il permet d'aider ceux qui en ont besoin, tout en mettant en avant les compétences accumulées pendant des années par ceux qui offrent de leur temps.



Imageegami

Entre les bénévoles et les personnes qui reçoivent un coup de main, les relations sont souvent riches d'émotions et donnent même naissance à de réelles amitiés.

Elle a le goût des autres, Madeline Jodry. Cette Chaux-de-Fonnière de 69 ans aime la notion de partage, «héritée depuis toute petite», elle qui est issue d'une famille nombreuse. C'est donc logiquement qu'elle fait partie depuis cinq ans des bénévoles de Pro Senectute. «Une fois à la retraite, cela m'est apparu comme une évidence de donner de mon temps pour les autres», explique cette ancienne employée dans le secteur des ressources humaines, qui offre aussi un après-midi par semaine au Magasin du monde de La Chaux-de-Fonds – une enseigne prônant un commerce équitable. Madeline Jodry s'engage incontestablement pour des

causes qui lui tiennent à cœur. «Contrairement à mes parents, tout le monde n'a pas la chance d'avoir un entourage familial proche et disponible», insiste-t-elle.

Concrètement, Madeline Jodry s'occupe de trois personnes pour le compte de Pro Senectute: deux en EMS et une à domicile. Il s'agit pour elle de leur apporter un appui administratif, car elles ne sont plus en mesure de gérer leurs affaires courantes et n'ont personne pour les aider, mais ne tombent pas pour autant sous le coup d'une mesure de tutelle ou de curatelle. Une tâche très pointue, qui n'enlève rien à la qualité des rencontres. «De vraies amitiés

se sont créées, et ma venue est toujours très attendue. De mon côté, j'apprends vraiment beaucoup à leur contact. Ce sont de véritables relations d'échange. Et un jour, comme je n'ai pas d'enfants, ce sera peut-être moi qui ferai appel à Pro Senectute», s'Imagine volontiers Madeline Jodry, encore prête à prolonger de longues années son mandat pour Pro Senectute. L'organisation à but non lucratif peut d'ailleurs s'appuyer sur un réseau de 10 000 bénévoles à travers la Suisse, répartis dans tous les cantons via un total de 130 bureaux.

Gagnant-gagnant

Madeline Jodry est représentative du bénévole-type de Pro

Senectute: une femme, âgée entre 55 et 75 ans. A ceci près toutefois qu'elle s'est engagée dans un mandat administratif assez exigeant. «Nous recherchons avant tout des bénévoles disposés à faire des visites chez les gens, qui n'ont pas besoin d'avoir des compétences administratives, précise François Dubois, directeur de Pro Senectute Arc Jurassien. Il s'agit vraiment de rompre la monotonie, de permettre un moment d'échange.» L'objectif du bénévolat, inscrit dans les statuts de Pro Senectute, est double, comme le souligne François Dubois: «Ce n'est de loin pas une façon d'économiser de l'argent, comme pourraient nous le reprocher les mauvaises langues! D'autant que nous devons engager du personnel pour encadrer nos bénévoles. Non, le bénévolat permet d'une part d'offrir des prestations à des gens qui en ont besoin et, d'autre part, de mettre en avant les compétences des personnes bénévoles, qui ont accumulé une somme de compétences importantes durant



DR

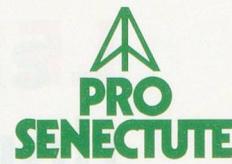
Pour la Chaux-de-Fonnière Madeline Jodry, donner de son temps est une évidence.

des années. Cela leur permet de rester actives et de développer leur sens de la solidarité. Avis aux amateurs, car nous sommes constamment à la recherche de bénévoles.» Une sorte d'échange de bons procédés valorisant au final celui qui reçoit du temps et celui qui en offre. La définition même du partage.

Frédéric Rein

Le «Tricothon» dans les mailles du succès

Dans les mailles de laine tissées lors de la troisième édition du «Tricothon» se sont également pris les fils du succès... En effet, pas moins de 80 675 bonnets tricotés main ont été réalisés, contre 45 000 l'an dernier! «Nous avons été stupéfaits par la quantité et la qualité de certaines des créations qui nous ont été envoyées, avoue la directrice de projet Line Büchner. Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à cette action. Il s'agit là d'un extraordinaire témoignage de solidarité.» Car derrière ces couvre-chefs aux couleurs et aux formes très différentes se cache une bonne cause. Lors de la vente qui se poursuit début décembre dans l'un des quelque 600 magasins Coop du pays d'une de ces bouteilles de smoothies de la marque Innocent coiffée d'un bonnet, 50 centimes seront reversés à Pro Senectute. Comme généralement tous les bonnets se vendent, l'organisation peut donc espérer récolter 40 000 francs. Ces fonds serviront à aider les personnes âgées de Suisse qui se retrouvent dans une situation financière précaire à l'approche de l'hiver. Les mailles tricotées par les participants au «Tricothon» auront donc servi à embellir les petites bouteilles de jus, mais surtout la vie de personnes dans le besoin...



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. 032 886 83 80
Fax 032 886 83 89

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

«EXCITATION Le fétichisme limite mes rapports»

«Nous avions un jeu avec ma femme; il consistait à lui faire porter des bottes pendant que nous faisions l'amour. J'ai l'impression qu'elle veut de moins en moins les mettre et je le regrette.» Paul, 56 ans



Antoinette Liechti Maccarone, psychologue, spécialiste en psycho-thérapie FSP, thérapeute Imago pour couples et sexologue clinicienne à Genève.

Cher Paul,

Ce que vous décrivez est une situation où vous avez investi les bottes comme le moyen par excellence pour faire monter votre excitation sexuelle, ce dont vous êtes peu à peu devenu dépendant. C'est du fétichisme, une difficulté sexuelle qui vient à poser problème, lorsque la partenaire refuse de porter le fétiche en question. Il peut s'agir de bottes, de chaussures pointues, de petites culottes d'un certain genre, ou d'un objet qui doit être présent et visible lors du rapport sexuel pour permettre non seulement la montée de l'excitation sexuelle, mais parfois aussi pour maintenir l'érection tout le long du rapport.

Chacun a des codes d'attraction en matière de sexualité. Ils peuvent être larges (on n'a pas de préférence spécifique) ou plus étroits (on aime un certain type de personne, de couleur de cheveux, de taille, de corpulence, etc.). Le fétichisme est simplement un code d'attraction extrêmement limitatif où la personne investit un code très spécifique. Il s'agit d'ailleurs plus fréquemment d'hommes. On l'explique par l'importance du visuel comme source d'excitation sexuelle chez l'homme. Souvent, cela les amène à développer de fines stratégies pour convaincre leur partenaire à porter le fétiche car sans ce dernier, ils peuvent en arriver à en perdre leurs moyens, donc leur érection.

Trouver des repères

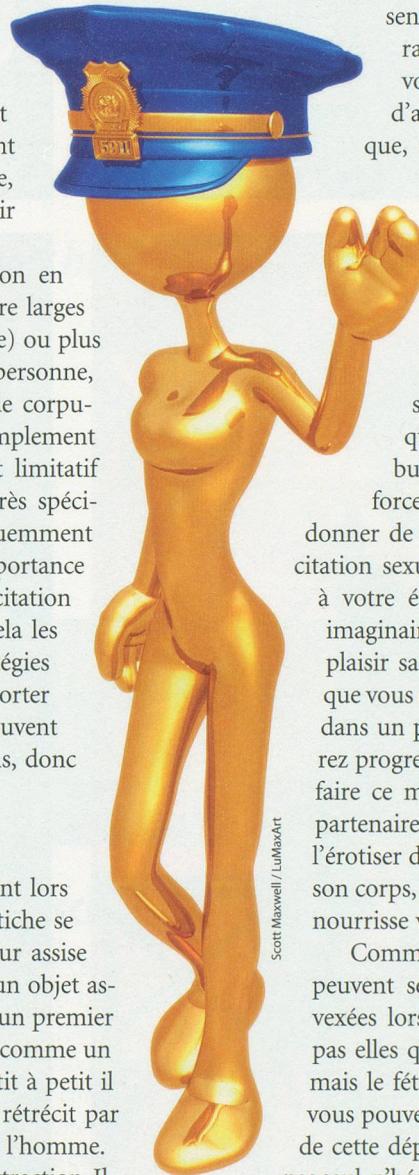
On a remarqué que c'est souvent lors de l'adolescence que le choix du fétiche se fait chez des jeunes peu sûrs de leur assise sexuelle et qui vont fantasmer sur un objet associé à leurs premiers émois. Dans un premier temps, le futur fétiche est introduit comme un jeu qui «met du piquant», mais petit à petit il peut devenir une dépendance et il rétrécit par là-même les sources d'excitation de l'homme.

Vous avez à élargir vos codes d'attraction. Il s'agira d'habiter plus votre corps dans ses sensations et consolider votre excitation, faute de quoi

vous risquez l'impasse tôt ou tard. Pour ce faire, réinvestissez la masturbation en y amenant de la qualité. Souvent, un homme souffrant de fétichisme a besoin de s'appuyer sur la vision de son fétiche pour pouvoir déclencher son excitation, sinon rien ne se passe. Mettez les bottes à portée de vue. Apprenez à vous masturber en vous centrant sur vos sensations, sur la lenteur, en respirant profondément, en bougeant votre bassin dans une bascule d'avant en arrière de façon à ce que, ce soit votre bassin qui fasse bouger votre pénis dans votre main, tout cela en variant le tonus musculaire de vos cuisses, fesses et périnée.

Pensez à fermer les yeux autant que possible et, de temps en temps, guignez sur le fétiche, si vous sentez que votre érection diminue. Le but est de progressivement renforcer votre ressenti corporel, vous donner de meilleurs repères de votre excitation sexuelle (donc aussi de la qualité à votre érection), de développer votre imaginaire érotique, d'augmenter votre plaisir sans devoir passer par le fétiche que vous devrez probablement employer dans un premier temps. Vous l'éliminez progressivement. Ensuite il s'agira de faire ce même apprentissage avec votre partenaire pour la regarder autrement, l'érotiser de façon que ce soit la vision de son corps, ou de parties de son corps, qui nourrisse votre excitation.

Comme votre épouse, les femmes peuvent se lasser et parfois même être vexées lorsqu'elles réalisent que ce n'est pas elles que l'homme trouve désirables, mais le fétiche. Le plus beau cadeau que vous pouvez lui faire, c'est de vous libérer de cette dépendance et si vous n'y arrivez pas seul, n'hésitez pas à consulter car ce serait dommage de vous priver de sexualité s'il n'y a plus de bottes!



Scott Maxwell / LuMaxArt