

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 55

**Rubrik:** Votre argent

#### 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>**



# Génération sandwich Peu de soutien financier!

J'ai des enfants à charge et mes parents âgés nécessitent des soins. Comment puis-je assumer financièrement?

Claude, Pully (VD)



**Fabrice Welsch,**  
directeur  
Prévoyance & conseils  
financiers BCV

Les personnes âgées d'environ 40 à 60 ans doivent souvent prendre soin à la fois de leurs enfants et de leurs parents âgés. Ils font partie de ce que l'on appelle aujourd'hui la *génération sandwich*. Ce sont des personnes qui ont au moins un enfant à charge, vivant encore sous le même toit ou étant financièrement dépendant, ainsi qu'un parent dépendant, vivant ou non dans le même foyer. Ce cas de figure devient plus fréquent et génère des questions, notamment financières.

## Quelques chiffres

En Suisse, la naissance du premier enfant est relativement tardive et les études réalisées sur cette thématique révèlent qu'une faible proportion de personnes entre 40 et 49 ans se trouve réellement dans cette situation

*sandwich* (environ 6% à 7% des femmes). Ce résultat s'explique principalement par le fait qu'au cours de ces dernières années, l'espérance de vie sans handicap de la génération des parents a significativement augmenté\*.

Toutefois, dans la tranche d'âge des 50 ans et plus, la proportion se révélerait bien plus importante: 35% à 43% de ces personnes auraient encore des enfants à charge vivant chez eux. Cette tranche d'âge se caractériserait aussi par une implication de plus en plus importante auprès des parents encore vivants. Jusqu'à 50% d'entre eux déclareraient leur fournir de l'aide\*\*. Selon une étude réalisée en 2008,

200 000 personnes exerçant une activité lucrative, majoritairement des femmes, seraient confrontées à la prise en charge d'un proche\*\*\*.

Outre la nécessité de disposer de temps, d'énergie et de la compréhension de son entourage, la prise en charge d'un parent âgé nécessitant des soins peut présenter une charge physique et émotionnelle importante qu'il faut pouvoir gérer au mieux, à côté de ses activités habituelles. Je n'aborderai pas cette problématique ici, mais, pour répondre à votre question, je me pencherai sur les impacts financiers d'une telle prise en charge.

## Les soutiens financiers disponibles

### → Pour les personnes soignantes et celles nécessitant des soins:

Les soutiens financiers étatiques restent globalement peu nombreux. Toute personne qui prend en charge des parents nécessitant des soins a droit à des bonifications pour tâches d'assistance de la part de l'AVS. Ces bonifications doivent faire l'objet d'une demande écrite, renouvelable chaque année, auprès de la caisse de compensation AVS. Il ne s'agit pas de prestations en espèces, mais d'une majoration du revenu annuel qui est inscrit sur le compte individuel AVS de la personne concernée,



Lisa S.

responsable de la prise en charge. A noter que ces bonifications ne peuvent pas être accordées parallèlement à des bonifications pour tâches éducatives.

Du côté des personnes nécessitant des soins, des prestations complémentaires peuvent être obtenues auprès de l'AVS. En sus, le nouveau régime de financement des soins en vigueur depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2011 permet aux personnes légèrement dépendantes de soins qui vivent à domicile de percevoir une allocation pour impotent.

Le travail bénévole fourni dans le cadre d'organisations comme Pro Senectute, la Croix-Rouge suisse ou l'association Alzheimer Suisse offre également des possibilités de décharger les personnes s'occupant de membres de leur famille. Plusieurs fondations peuvent également apporter des aides financières.

Par ailleurs, deux initiatives parlementaires intitulées *Créer une allocation d'assistance pour les personnes qui prennent soin d'un proche* et *Permettre aux personnes qui s'occupent d'un proche de prendre un congé de repos* ont été déposées en 2011 par la conseillère nationale Lucrezia Meier-Schatz.

### ► Pour les études des enfants

Des bourses d'études et des prêts de formation peuvent être demandés pour aider au financement des études des enfants, notamment par le biais de l'Office cantonal des bourses d'études dans le canton de Vaud.

Il peut également arriver qu'un enfant majeur poursuive ses études au-delà de 25 ans. S'il ne perçoit aucun autre revenu (chômage, petits emplois),

les autorités fiscales peuvent entrer en matière pour que l'enfant soit considéré fiscalement comme un enfant à charge pour les parents; il figurera alors au même titre qu'un enfant mineur sur la déclaration fiscale des parents, avec les déductions auxquelles cela conduit.

### Impacts financiers

Il n'est pas rare que les personnes qui assurent des tâches d'assistance le fassent sur deux fronts: pour leurs enfants et pour leurs parents. Si ces derniers ont besoin d'assistance, ce sont souvent les femmes qui réduisent leur taux d'activité professionnelle pour y faire face. Parfois, la personne qui assure la prise en charge renonce totalement à son activité professionnelle. Ces deux solutions doivent être analysées avec soin: il y aura dans les deux cas une perte de revenu, une réduction des prestations futures de vieillesse et une mise en danger potentielle de la suite de la carrière professionnelle.

Si la personne nécessitant des soins est partiellement prise en charge par un hôpital de jour ou des aides à domicile, ou totalement prise en charge en étant placée dans une institution spécialisée, il est aussi possible que la famille désire financer des prestations complémentaires à choix, permettant d'augmenter le confort de la personne.

### Envisager une planification financière

Le risque d'une double charge professionnelle et intergénérationnelle est particulièrement élevé durant les dix années précédant la retraite. Cette période est aussi celle à privilégier pour planifier financièrement sa retraite.

Toutefois, les éventuelles dépenses de santé de ses proches sont imprévisibles et se planifient donc rarement à l'avance. Lorsque cette situation survient et en fonction de l'appui que chacun désire apporter à ses proches, il peut être utile d'établir un budget et de faire appel à un conseiller en planification financière. Ce dernier pourra évaluer si les sommes consacrées aux soins peuvent être assurées sur le long terme et si ces frais ne viennent pas trop péjorer la future situation des personnes concernées lorsqu'elles prendront leur retraite. Il en va de même pour le financement des études des enfants.

### Pour en savoir plus:

- \* Source: [www.socialinfo.ch](http://www.socialinfo.ch)
- \*\* Muriel Golay, *Les femmes de la génération «sandwich»*, Le Courrier, 28.07.2009
- \*\*\* Bischofberger I., Höglinder M., *Herausforderungen für die Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und Angehörigenpflege*, Schweizer Arbeitgeber, 2008
- \*\*\*\* Au sujet des frais d'EMS, voir [www.vd.ch/themes/social/ems/mementos/](http://www.vd.ch/themes/social/ems/mementos/)

## Les sept questions à se poser

- ✓ Devez-vous puiser dans votre épargne pour financer les soins de vos parents?
- ✓ Arrivez-vous toujours à cotiser pour votre retraite (3<sup>e</sup> pilier ou rachats dans la caisse de pensions, par exemple)?
- ✓ Devez-vous réduire votre activité professionnelle et avez-vous calculé l'impact sur vos revenus futurs?
- ✓ Avez-vous examiné toutes les prestations dont vos parents dépendants peuvent bénéficier?
- ✓ Avez-vous évalué le coût d'une prise en charge totale de vos parents, en comparaison d'un maintien à domicile?
- ✓ Avez-vous pensé aux alternatives possibles pour financer les études de vos enfants?
- ✓ Les études de vos enfants vont-elles nécessiter la location d'un appartement? En avez-vous tenu compte dans votre budget?