

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2018)  
**Heft:** 106

**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:** 24.04.2026

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



Que ce soit pour préparer une collation ou pour lire un conte aux enfants, activité qu'elle reconnaît adorer, Catherine est toujours

# A l'école avec « grand-mère » !

Pro Senectute a lancé le programme « win3 ». Des seniors bénévoles s'activent quelques heures par semaine dans des classes de l'Arc jurassien. Reportage à Saint-Imier avec trois générations coude à coude.

Les jeunes élèves de 4 à 6 ans peinent à tenir en place sur le perron de l'école. Il est 8 heures 15, un vendredi à Saint-Imier dans le canton de Berne. Il fait frais. Carole, leur maîtresse, les surveille d'un œil alerte.

*« Ils pourraient m'appeler grand-mère, mamie, mère-grand, je n'aurais rien contre »*

CATHERINE, BÉNÉVOLE



Catherine, toute en couleurs ce matin de la fin septembre, fait causerie à l'arrière du petit groupe avec deux écoliers.

Cette dame, proche de la retraite, participe au projet « win3 » de Pro Senectute Arc jurassien. Depuis le

mois d'août de cette année, une vingtaine de seniors bénévoles passent deux à quatre périodes scolaires par semaine dans des classes de Saint-Imier dans le canton de Berne ainsi que dans le canton de Neuchâtel. Le projet, qui concerne également Biemme en Suisse romande, touche des élèves de la 1<sup>re</sup> à la 8<sup>e</sup> année.

Pour l'heure, Catherine est en recherche d'emploi. Via une conseillère en réorientation professionnelle, elle a eu vent de ce programme. « Une bonne occasion de faire une expérience, d'être utile et de découvrir un univers inconnu. » Elle accompagne Carole le mercredi et le vendredi, chaque fois pendant deux heures.

Comme les autres aînés, Catherine a été mise dans le bain d'une classe sans préparation préalable, explique Lucas Gigon, responsable de « win3 » pour l'Arc jurassien. « Après une période d'essai d'un mois et un premier bilan, des formations continues leur seront proposées. »

Au bout de quelques minutes, tous les enfants sont là, 17 sur 19 aujourd'hui. Carole et Catherine les font monter dans leur salle, à l'étage. Tout le monde pénètre dans un espace vaste, lumineux, tapissé de bricolages

et de jouets. C'est mouvementé, mais Carole et Catherine règlent le va-et-vient avec maestria.

## LA REINE OU LE ROI DU JOUR

Carole organise les activités, veille à ce que les élèves se mettent au travail et les encourage dans leurs apprentissages, afin que tout se passe au mieux. En parallèle, Catherine entoure paisiblement les enfants. Elle leur parle à voix basse. Parfois, elle distribue une caresse.

Enfin, assis en rond, on désigne la reine ou le roi du jour. Carole mène le jeu. Catherine calme une fillette qui ne tient pas en place, chuchote un mot à l'oreille d'un petit garçon distrait, en câline un autre encore endormi.

Les élèves naviguent entre l'enseignante, qu'ils appellent « maîtresse », et la dame plus âgée, qu'ils appellent « Catherine ». « Ils pourraient m'appeler grand-mère, mamie, mère-grand. Je n'aurais rien contre. » Carole confirme, « Catherine joue un peu ce rôle. C'est une présence discrète qui apporte de la tendresse, de la douceur, de la chaleur humaine et de la bonne humeur à des enfants qui passent dans certains cas une grande partie de la journée loin de leur famille. » Et les parents sont ravis,

# PRO SENECTUTE

PLUS FORTS ENSEMBLE

## BIENNE

Rue Centrale 40, CP 940  
2501 Bienne  
biel-bienne@be.pro-senectute.ch  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

## FRIBOURG

Passage du Cardinal 18  
CP 169 - 1705 Fribourg 5  
info@fr.pro-senectute.ch  
Tél. 026 347 12 40  
Fax 026 347 12 41

## GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
info@ge.pro-senectute.ch  
Tél. 022 807 05 65  
Fax 022 807 05 89

## TAVANNES

Chemin de la Forge 1, 2710 Tavannes  
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, CP 800  
2800 Delémont  
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  
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  
prosenectute.cf@ne.ch  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

## VAUD

Rue du Maupas 51  
1004 Lausanne  
info@vd.prosenectute.ch  
Tél. 021 646 17 21  
Fax 021 646 05 06

## VALAIS

Siège et centre d'information  
Rue de la Porte-Neuve 20, 1950 Sion  
info@vs.prosenectute.ch  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16



là, apportant, en plus, sa tendresse et sa chaleur.

assure Carole. Lucas Gigon ajoute pour sa part que «les retours de tous les partenaires sont positifs».

Catherine se met au service de la classe. «Carole est très ouverte. On discute de ce que je peux faire et je peux prendre des initiatives», assure-t-elle. «De mon côté, je profite des atouts de Catherine, sourit Carole. Par exemple, elle adore raconter des contes.» Ce qu'elle fait pendant une demi-heure avec six élèves dans la salle de lecture. Elle est très théâtrale et suscite l'étonnement, les rires, des cris.

### PETIT DÉBRIEFING

En observant Carole et Catherine, il s'en dégage une complicité déjà bien rodée, alors que leur collaboration vient de démarrer. La plupart du temps, elles évoluent sans dire un

mot au milieu des élèves, quelque peu agités, ce jour-là, par la présence en classe d'un photographe et d'un journaliste.

Il faut dire qu'elles «se sont choisies» presque naturellement lors de la séance organisée par Pro Senectute — une soirée Speed Dating — destinée à mettre en contact enseignants et aînés intéressés par «win3».

Au terme de chaque visite, si elles ont le temps, elles font «un petit débriefing», afin d'enrichir la qualité de leur travail en tandem, dont ni Carole ni Catherine ne voudraient désormais se passer.

MARCO DANESI

Informations sur le projet «win3»: Pro Senectute Arc jurassien — Lucas.Gigon@ne.ch — Tél. 032 886 83 84

## Equilibre en marche

Pro Senectute Suisse, Promotion Santé Suisse et leurs partenaires veulent inciter davantage les personnes d'un certain âge à entraîner leur force et leur équilibre pour prévenir les chutes.

Chaque année, en Suisse, 87 000 seniors se blessent en chutant et plus de 1500 décèdent victimes de ce genre d'accidents. Les blessures sont souvent lourdes de conséquences sur la santé et la vie sociale des personnes touchées.

Face à ce constat alarmant, la campagne «Equilibre en marche», lancée en 2016, passe à la vitesse supérieure: la communication et la formation des responsables des cours d'entraînement sont renforcées.

Enrichie, la plateforme [www.equilibre-en-marche.ch](http://www.equilibre-en-marche.ch) répertorie désormais plus de 1500 cours à travers toute la Suisse. Pour les séances d'entraînement à domicile, elle propose également des exercices destinés aux personnes en bonne forme, limitées dans leur motricité ou qui ont peu bougé dans leur vie. Car il n'est jamais trop tard pour commencer. Belle occasion de se faire du bien et de faire des connaissances.