

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2019)  
**Heft:** 114

**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:** 10.01.2026

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

# Des coups de main entre

Pro Senectute Vaud vient de lancer une initiative inédite : «La Compagnie des voisins». mêmes immeubles. Les personnes âgées sont au cœur de ce pari sur la solidarité.

**L**'idée est simple : coller des autocollants sur sa boîte aux lettres. Les gommettes indiquent des activités à partager ou des services à rendre. Ces marques de disponibilité ou d'appels à une aide ponctuelle sont appelés à favoriser les échanges entre voisins des mêmes locatifs ou habitant le même quartier. A force, un réseau pourrait voir le jour et donner vie à «La Compagnie de voisins».

Pro Senectute Vaud a lancé cette initiative originale le 24 mai dernier, à l'occasion de la Fête des voisins. Désormais, pour 5 francs — prix qui couvre le coût de production — tout un chacun peut se procurer le kit avec les autocollants. On pourra puiser à sa guise dans le stock proposé d'activités ou de coups de main. Il est même possible

d'en créer soi-même sur des supports neutres.

La Compagnie des voisins est «une déclinaison de Quartiers solidaires», explique René Goy, directeur adjoint de Pro Senectute Vaud. Depuis 2002, ce projet a pour but d'intégrer les aînés à la vie de leur environnement proche. Aujourd'hui, 23 communes vaudoises y participent. A l'origine, précise encore René Goy, on voulait créer dans la foulée «des immeubles so-lidaires». Avec «La Compagnie des voisins», la section vaudoise concrétise cette ambition.

## SE PARLER VRAIMENT

Le projet s'adresse à tout le monde. Mais, souligne René Goy, il veut «contribuer à combattre tout particulièrement l'isolement dont souffrent bon nombre de seniors». Le directeur

adjoint de Pro Senectute Vaud rappelle qu'un tiers des personnes âgées en

*«Ce projet veut combattre l'isolement dont souffrent bon nombre de seniors»*

RENÉ GOY, DIRECTEUR ADJOINT VAUD



Des petits coups de main entre voisins, c'est simple. Encore faut-il y penser et le faire. Le projet devrait contribuer à rompre l'isolement de nombreux habitants. En vignette, l'autocollant à mettre sur sa boîte aux lettres.

# voisins

Le projet veut encourager les échanges entre habitants de

Suisse vivent seules. «La Compagnie des voisins» devrait contribuer à combler la solitude qui guette parfois les seniors. C'est «un soutien à la spontanéité des liens», résume-t-il avec un raccourci éclairant. Autrement dit, les vignettes collées sur les boîtes aux lettres sont destinées à encourager les contacts, les échanges entre des gens qui se côtoient, mais ne se parlent pas forcément, à l'exception des formules de courtoisie d'usage.

Les premières réflexions autour de cette initiative ont démarré, il y a trois ans. René Goy indique que «La Compagnie des voisins» s'est inspirée d'une initiative suisse alémanique — *pumpi-pumpe* — qui prône le partage d'outils et de ressources entre voisins responsables.

A partir de là, des ateliers participatifs et des sondages impliquant au total plus de 150 personnes ont abouti au dispositif de base. Une agence de communication a ensuite réalisé la brochure

explicative et la signalétique. Enfin, un test grandeur nature a eu lieu dans douze immeubles du canton. Ce qui a permis de donner sa forme définitive au kit de «La Compagnie des voisins».

## VIDÉOS DÉCALÉES

Trois vidéos décalées ont été produites pour les besoins d'un marketing à large échelle, s'adressant à des populations plus jeunes. Les petits films, en porte-à-faux avec quelques stéréotypes sur les personnes âgées, montrent des aînés qui jouent à la Playstation au lieu du Scrabble et qui marchent plus vite qu'un jeune homme en pleine forme.

Le bilan de ce projet, qui bénéficie de l'appui des Retraites Populaires et du canton de Vaud, est prévu dans une année. Un projet appelé à s'autofinancer et à se développer par lui-même, grâce à son caractère viral.

MARCO DANESI

## NON AUX CHUTES !

Restez équilibrés au quotidien grâce aux nouveaux cours Gym'équilibre de Pro Senectute Arc jurassien !

Cette offre s'inscrit dans la campagne suisse de Pro Senectute «Equilibre en marche». Dans chaque région sont proposés des entraînements à l'intention des seniors avec des exercices pour gagner en force, en stabilité et en dynamisme. Des tests physiques sont également prévus pour évaluer les progrès accomplis par les participants.

### Programme des cours

Delémont, les jeudis, dès le 26 septembre, 10 h 45-11 h 45  
 Vendlincourt, les mercredis, dès le 28 août, 14 h-15 h  
 Saignelégier, les mardis, dès le 3 septembre, 17 h 30-18 h 30  
 Tavannes, les vendredis, dès le 23 août, 9 h 30-10 h 30  
 Neuchâtel, les mercredis, dès le 4 septembre, 14 h-15 h  
 La Chaux-de-Fonds, les lundis, dès le 2 septembre, 9 h 30-10 h 30

Informations supplémentaires et inscriptions:  
[www.arcjurassien.prosenectute.ch](http://www.arcjurassien.prosenectute.ch) ou au 032 886 83 20

[www.equilibre-en-marche.ch](http://www.equilibre-en-marche.ch)

## PRO SENECTUTE

PLUS FORTS ENSEMBLE

### BIENNE

Rue Centrale 40, CP 940  
 2501 Biel/Bienne  
[biel-bienne@be.prosenectute.ch](mailto:biel-bienne@be.prosenectute.ch)  
 Tél. 032 328 31 11  
 Fax 032 328 31 00

### FРИBOURG

Passage du Cardinal 18  
 CP 169 - 1705 Fribourg 5  
[info@fr.prosenectute.ch](mailto:info@fr.prosenectute.ch)  
 Tél. 026 347 12 40  
 Fax 026 347 12 41

### GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
[info@ge.prosenectute.ch](mailto:info@ge.prosenectute.ch)  
 Tél. 022 807 05 65  
 Fax 022 807 05 89

### TAVANNES

Chemin de la Forge 1, 2710 Tavannes  
[prosenectute.tavannes@ne.ch](mailto: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.delémont@ne.ch](mailto: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  
[prosenectute.ne@ne.ch](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:info@vs.prosenectute.ch)  
 Tél. 027 322 07 41  
 Fax 027 322 89 16