

**Zeitschrift:** Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2018)

**Heft:** 131: Angehörige : Rolle der Angehörigen = Proches : le rôle de l'entourage = Congiunti : il ruolo dei familiari

**Artikel:** "Désormais, j'ai du temps pour moi"

**Autor:** Robmann, Eva

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-842618>

### **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:** 13.01.2026

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



# « Désormais, j'ai du temps pour moi »

Vingt-cinq ans durant, Serge Bertholet a accompagné son épouse parkinsonienne. Quinze bonnes années ont été suivies de dix années rythmées par les soins, dont deux particulièrement éprouvantes. Il doit maintenant réorganiser sa vie.





Nous avions prévu de réaliser le portrait d'un proche soignant. Malheureusement, quand nous lui avons proposé un entretien Serge Bertholet venait de devenir veuf. Contre toute attente, ce Lausannois de 73 ans a accepté de nous raconter son histoire. « Désormais, j'ai du temps pour moi. » Pendant notre conversation au mois de juillet dans le jardin de sa maison, la photo de sa femme, Ute, trône sur la table. C'est à l'âge de 21 ans qu'il a rencontré cette jeune Allemande à Zurich. « Nous avons eu le coup de foudre. » Trois ans plus tard, ils se sont mariés.

Après avoir obtenu sa maturité en section économique, Serge Bertholet, originaire du Bas-Valais, a intégré l'école de recrues de Winterthour. Il a profité de cette période pour améliorer ses connaissances en allemand. Par la suite, il a trouvé un emploi dans la filiale zurichoise de la Zurich Assurance, où il a rencontré sa future femme. Après avoir fondé une famille, ils ont déménagé à Lausanne. « En tant que francophone, j'avais de meilleures perspectives de promotion en Suisse romande », explique Serge Bertholet. Leurs deux garçons étaient à peine adultes quand le diagnostic de Parkinson a été annoncé à Ute. C'était il y a vingt-cinq ans. Quasiment en même temps, les deux époux ont constaté un léger tremblement de la main droite d'Ute. Leur médecin traitant n'a pas tergiversé : « Rien ne sert de se leurrer, il s'agit sûrement du Parkinson. » Il a ensuite adressé Ute, alors âgée de cinquante ans, et Serge, de deux ans son cadet, à un neurologue de l'hôpital universitaire de Lausanne (CHUV).

« Bien sûr, ce fut un choc. Mais durant les quinze années suivantes, nous avons pu voyager et nous adonner à diverses activités sportives », raconte Serge. Par la suite, la maladie a rythmé de plus en plus leur existence. Les heures de prise des médicaments se sont rapprochées, les activités sociales se sont raréfiées et le risque de chute a augmenté. « J'étais de garde 24h/24, nuit et jour. » Pour Ute, il était trop dangereux d'aller aux toilettes seule. Les vacances à l'hôtel ou les sorties au restaurant n'étaient plus envisageables depuis des années. Parfois, quand un blocage requerrait d'annuler une excursion, Ute lui disait en soupirant : « Ça doit être difficile pour toi. »

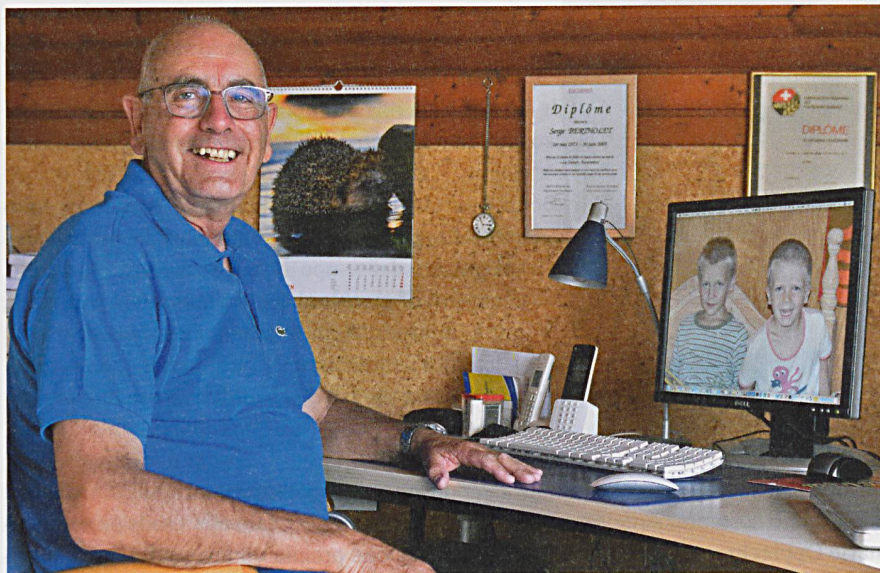
Serge Bertholet raconte : « Bien sûr, tout le monde attendait de moi, l'époux, que je la soutienne, même quand la charge

est devenue de plus en plus lourde. ». Seul le médecin traitant – qui est toujours le même depuis le diagnostic – lui a dit il y a dix ans : « Demandez de l'aide. Je ne veux pas que vous soyez tous les deux malades à la maison. »

Trois jours par semaine, Ute s'est alors rendue dans une structure d'accueil de

voyager. Au mois d'août, il rend visite à des proches en France et en Allemagne. En septembre, il part en randonnée avec des amis allemands et français – sur la Zugspitze, l'un des plus hauts sommets d'Allemagne.

Eva Robmann

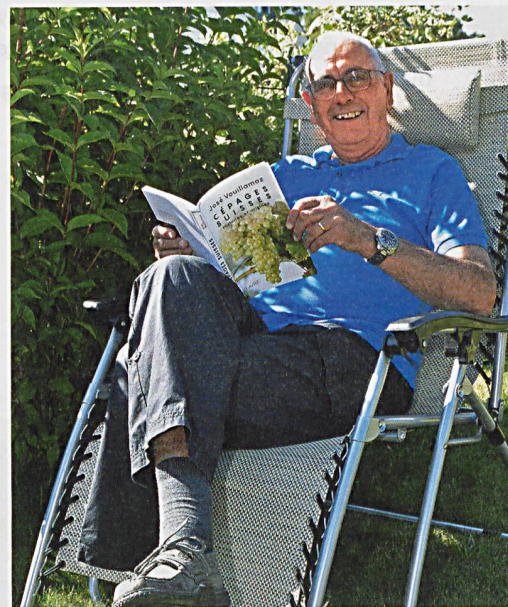


Serge Bertholet pourra inviter plus souvent ses petits-enfants. Photos : Kurt Heuberger

jour. Le canton de Vaud a aussi permis à Serge de prendre des vacances : trois semaines par an, Ute séjournait dans une institution. Pendant une semaine, Serge Bertholet partait en randonnée, toujours avec le même groupe fondé dans le cadre du jumelage des villes de Münster (Allemagne) et Beaugency (France). C'est son beau-frère allemand qui l'y a introduit. À l'époque, sa belle-sœur s'occupait encore d'Ute pendant une semaine par an.

Il y a dix ans, Serge Bertholet et son épouse sont devenus membres de Parkinson Suisse. Il a rejoint le groupe d'entraide pour les proches de Pully, dont il est responsable depuis deux ans. « Les 21 membres, parmi lesquels quatre autres hommes, sont devenus mes amis. » Il veut à son tour témoigner son soutien, en remerciement de celui qu'il a reçu pendant toutes ces années. « Je vais rester à la tête du groupe. »

Depuis le décès de son épouse bien-aimée, Serge Bertholet dispose soudain de beaucoup de temps libre qu'il s'agit d'organiser. Il a des projets. Il pourra inviter plus souvent ses petits-enfants. Il pourra



Depuis le décès de son épouse bien-aimée, Serge Bertholet dispose soudain de beaucoup de temps libre qu'il s'agit d'organiser.

Pour les personnes intéressées : portrait télévisuel du couple sur Canal 9 (28 août 2015) : <http://canal9.ch/proches-aidants-sos-je-mepuise>