

**Zeitschrift:** PS info : nouvelles de Pro Senectute Suisse  
**Herausgeber:** Pro Senectute Suisse  
**Band:** - (2008)  
**Heft:** 1: Anti-vieillissement? Pour la vieillesse!

**Artikel:** Envisager la vieillesse avec sérénité  
**Autor:** Schori, Katja / Diener, Thomas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-789398>

### **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:** 02.02.2026

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

# Envisager la vieillesse avec sérénité

**Un entretien avec Thomas Diener, directeur de Pro Senectute Saint-Gall, sur l'âge, le vieillissement, les images de la vieillesse, le culte de la jeunesse et sur les arguments «pro-» et «anti-vieillissement».**

**Katja Schori** – *Marketing & communication, Pro Senectute Suisse*

«Vieillir, ce n'est pas pour les petites natures», a déclaré un jour Bette Davis. De son temps, Hollywood n'aimait guère les rides. Entre-temps, il semble que l'usine à rêves américaine révise quelque peu ses clichés sur la vieillesse (voir page 5), mais Goumoëns-le-Jus est de toute façon bien loin de Hollywood, et qui souhaite vraiment se voir réduire à son apparence extérieure? Vieillir, c'est amusant! Découvrir les rollerblades à 65 ans, se faire un 4000 mètres pour la première fois à 70 ans, et montrer à ses petits-enfants comment faire du snowboard dans le half-pipe à 80 ans, voilà de sacrés changements! Comment se présente la réalité? Est-ce vrai que vieillir, c'est uniquement amusant? Comment les clientes et les clients de Pro Senectute gèrent-ils le vieillissement? Et comment le faisons-nous nous-mêmes en tant que collaborateurs-trices de cette or-

ganisation spécialisée dans les questions de vieillesse? *ps:info* s'est entretenu à ce sujet avec Thomas Diener, directeur de Pro Senectute Saint-Gall.

*Monsieur Diener, quelles conditions facilitent ou compliquent la prise de conscience et la gestion du processus de vieillissement?*

Au cours de ma longue expérience de travailleur social, j'ai observé que c'est plus facile si la personne concernée s'est déjà confrontée à sa propre finitude. Ces abordent d'ordinaire de manière plus tranquille la question du vieillissement: l'acceptation augmente. Habituellement, les gens qui ont été confrontés toute leur vie avec la mort ont une approche plus détendue du sujet. Même si ces expériences ne sont nullement simples et faciles!

Mais n'oublions pas qu'une situation financière assurée et une bonne santé physique sont des conditions initiales idéales pour envisager la vieillesse avec confiance. Si l'un de ces deux critères, voire les deux, n'est pas rempli, il est vraiment difficile de rester confiant sur son avenir.

De manière générale, je dirais que les personnes qui vivent dans le moment présent et qui acceptent les différentes phases de leur vie semblent être les personnes les plus satisfaites pendant leur vieillesse.

*Dans notre travail, nous avons quotidiennement affaire avec la vieillesse. Est-ce aidant de se confronter de manière détendue à son propre processus de vieillissement?*

De par mon travail, j'ai déjà plus d'affinités avec le sujet. Si j'étais banquier ou mécanicien, je devrais approcher ce thème de manière différente. J'ai le bonheur de disposer d'un important réservoir d'expériences faites avec les personnes âgées et la vieillesse. En font partie des rencontres avec des personnes dont la situation est positive, qui sont heureuses et en bonne

santé, mais aussi avec des personnes limitées dans leurs capacités, fatiguées de la vie et nécessitant des soins. Tous ces moments m'aident à envisager la vieillesse avec sérénité.

*Notre propre processus de vieillissement est-il aussi un thème de discussion pour vous et pour vos collaborateurs-trices? Fait-il l'objet d'échanges et de discussions?*

Bien sûr que nous en discutons. Mais d'habitude, cela se passe avec une dose convenable de distance professionnelle. Plus nos collaborateurs vieillissent, et plus ils abordent ces questions de manière ouverte. Les collaborateurs plus jeunes se «cachent» encore souvent derrière leur compétence professionnelle. C'est pourquoi il me tient à cœur de travailler au sein d'équipes rassemblant des personnes d'âges différents. Le dialogue est plus facile.

*En tant que collaborateurs de Pro Senectute, sommes-nous vraiment autorisés à parler ouvertement de nos problèmes liés à l'âge? Ne devrions-nous pas disposer de suffisamment de connaissances spécialisées pour maîtriser la question en étant parfaitement sûrs de nous?*

Ce n'est pas pour la seule raison que nous nous occupons de questions de vieillesse que nous ne devrions avoir aucun problème dans ce domaine! Ce serait une idée entièrement fausse!

*Les opérations de chirurgie esthétique sont en plein boom, car seules les personnes jeunes et dynamiques semblent encore pouvoir suivre le rythme dans notre société qui privilégie la performance. Alors on fait de la gymnastique, on jeûne et on se maquille, et même si cela n'aide plus, on se fait faire un lifting jusqu'à ce que la commissure des lèvres soit à nouveau courbée dans la bonne direction. Dans la publicité, dans les films et à la télévi-*

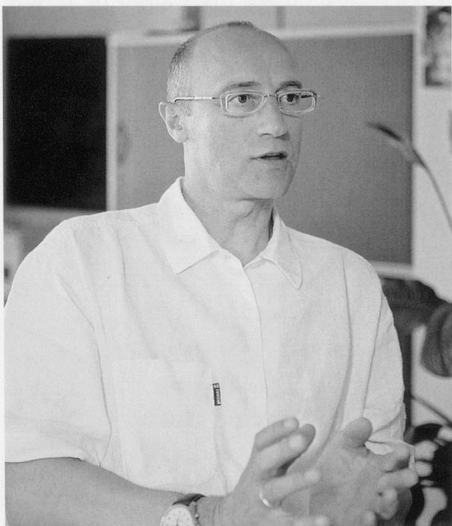


photo: Bildlup/Daniel Ammann

sion, on présente souvent des personnes âgées «embellies» – pourquoi un processus naturel irréversible, cause autant de difficultés à autant de gens? Notre société est-elle victime du culte de la jeunesse?

C'est exagéré. Car nous ne rencontrons pas constamment et à chaque pas des gens qui ont fait l'objet d'une opération de chirurgie «esthétique». Pour beaucoup, la chirurgie plastique n'est tout simplement pas dans leurs moyens.

La personne qui s'entraîne dans un studio de fitness ne doit pas obligatoirement avoir pour seul but de paraître dix ans de moins. En effet, on réalise de plus en plus qu'il est important de bouger et de faire régulièrement de l'exercice physique à des fins de prévention.

Il se peut que Pro Senectute n'atteigne tout simplement pas ce type de personnes qui sont à la poursuite d'une éternelle jeunesse. Pour ma part, je rencontre ces thèmes plutôt dans les médias ou dans des conférences que dans la réalité. Peut-être que notre société a besoin de slogans comme celui du «culte de la jeunesse» et qu'elle crée ensuite les réalités qui lui correspondent? Mais n'oublions pas ceci: un marché gigantesque se cache derrière ces slogans, ce qui permet à certains de gagner beaucoup d'argent...

*Tout le monde veut devenir vieux, mais personne ne veut être vieux. Avec une telle situation de départ, le mandat de Pro Senectute en tant que «Fondation pour la vieillesse» a-t-il encore sa raison d'être?*

Non, tout le monde ne veut pas devenir vieux. Mais cela ne veut pas dire pour autant que personne ne veut être vieux! Je rencontre bon nombre de personnes âgées qui apprécient d'être vieilles, et aussi certaines autres qui ont des difficultés avec la vie et qui préféreraient «partir» plus tôt que plus tard. Et bien sûr que notre fondation a encore sa raison d'être! Nous sommes une organisation solide qui défend les intérêts des personnes âgées afin de répondre à leurs besoins. L'une de nos missions de base, à savoir celle qui consiste à garantir la sécurité matérielle pendant la vieillesse, est aujourd'hui à nouveau menacée. Aujourd'hui, il y a de plus en plus de situations où des personnes âgées, deviennent dépendantes de l'aide sociale. Et toutes les familles monoparentales ou menacées de pauvreté ne deviennent pas plus riches du jour au lendemain uniquement

parce qu'elles vieillissent. Pro Senectute est une organisation sociale, et elle fait bien de le rester.

*Dans notre société, on fait souvent référence aux qualités, aux possibilités et aux performances des personnes âgées. Il n'en demeure pas moins que pour une personne âgée de 60 ans, il est très difficile de trouver encore un emploi adéquat. Quand est-ce que la théorie sera aussi mise en pratique, et quand le recours aux ressources des personnes âgées deviendra une évidence?*

Cela sera le cas, d'une part, au moment où la main-d'œuvre jeune fera défaut et, d'autre part, pour les tâches qui ne peuvent pas être externalisées à l'étranger. Ce potentiel a toujours existé – mais maintenant, on se met à nouveau à s'en souvenir. Cependant, cela ne fonctionnera guère si l'on se contente d'imposer tels quels aux employés âgés le rythme et les exigences du monde du travail moderne.

## «Je souhaite être pris au sérieux quand je serai vieux.»

Dans le canton de St-Gall, Pro Senectute a pour philosophie de ne pas embaucher quelqu'un bien qu'il ait déjà 50 ans, mais parce qu'il a déjà plus de 50 ans. Près de 60 pour-cent de nos enseignantes et de nos enseignants ont plus de 60 ans. Pour les aides ménagères, il s'agit de près de 50 pour-cent de nos collaboratrices et de nos collaborateurs, et dans notre service fiduciaire, même plus de 80 pour-cent de nos employés ont plus de 60 ans.

Je pense que Pro Senectute devrait jouer un rôle de précurseur dans la création de modèles de temps de travail qui permettent de passer de manière souple à des activités post-professionnelles, rendant ainsi possible un meilleur départ à la retraite. Et elle devrait, comme elle le fait déjà aujourd'hui, inviter des collaborateurs âgés à collaborer et à participer après leur retraite. Ces expériences et ces connaissances pourraient aussi être transmises à d'autres petites et moyennes entreprises.

*Comment vous voyez-vous vous-même quand vous serez vieux? Comment pour-*

*rait se présenter la période qui suivra votre départ à la retraite?*

Je pourrais m'imaginer beaucoup de choses... Je pars de l'idée que je prendrai ma retraite vers 67 ans. Mais si la société le souhaite, du point de vue d'aujourd'hui, il serait même envisageable pour moi de travailler un peu plus longtemps. J'espère toutefois que cet engagement ne deviendra pas une exigence d'ordre général, mais uniquement une option. Si je devais alors ne plus «être poussé à accepter de rendre des services», mais si je pouvais au contraire être impliqué activement dans ce processus, j'en serais déjà très heureux. En outre, je peux m'imaginer apporter les expériences que j'ai réunies dans un autre environnement professionnel. Par exemple dans le secteur de la gestion du personnel d'une entreprise axée sur l'économie privée.

Par le biais de ma fille, j'essaie de combler l'écart entre les générations. Ce serait bien si, par la suite, elle voulait aussi écouter de temps en temps mon opinion. Mais mon plus grand souhait pour la «période d'après» est d'être pris au sérieux – et ce, tant dans le sens positif que dans le sens négatif. Je veux dire par là qu'il faudra également rechercher la confrontation avec le «vieux» Thomas Diener que je serai, et qu'il ne faudra pas éviter d'échanger des opinions avec lui tout simplement parce qu'il sera vieux à ce moment-là. Il faut que l'on puisse continuer d'être heureux avec moi tout en se disputant sur certains points.

Thomas Diener travaille depuis 18 ans chez Pro Senectute. Il a commencé à travailler pour l'organisation en 1989 en tant que travailleur social à l'antenne régionale de Rorschach. Après avoir exercé le poste de responsable de l'antenne régionale, il a repris, il y a deux ans, le poste de directeur de Pro Senectute St-Gall, une institution qu'il entend présenter comme une forte organisation sociale. Dans le canton de St-Gall, l'organisation de Pro Senectute est intentionnellement axée sur les besoins de la base et a pour but d'accompagner les personnes âgées en leur offrant ses services dans la plus grande proximité possible.

Thomas Diener aura 50 ans cette année, il est marié et père d'une fille de 10 ans.