

Zeitschrift: Magazine aide et soins à domicile : revue spécialisée de l'Association suisse des services d'aide et de soins à domicile

Herausgeber: Spitex Verband Schweiz

Band: - (2020)

Heft: 2

Artikel: Des étudiants s'engagent à la rescousse des aînés

Autor: Bächtold, Beatrix

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-928278>

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: 01.02.2026

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



Agé de 22 ans, Rron Mazrekaj, étudiant en économie, aime échanger avec les clients de l'ASD comme Eugen Strässle, avec qui il va souvent se balader.
Photo: Rron Mazrekaj

Des étudiants s'engagent à la rescousse des aînés

Le coronavirus attire actuellement l'attention sur les personnes âgées isolées. Le fait que les aînés aient besoin d'aide pour participer à la vie sociale a déjà été un défi pour notre société par le passé et le sera dorénavant encore davantage. C'est la raison pour laquelle des étudiants de l'Université de Saint-Gall – en collaboration avec l'organisation d'Aide et soins à domicile de Saint-Gall – offrent leur soutien à des clientes et des clients âgés dans le cadre du projet intergénérationnel «Engagement social: théorie et pratique». Le Magazine ASD est allé à la rencontre des initiateurs et a discuté avec Eugen Strässle, qui, malgré sa cécité et grâce au projet, n'est pas obligé de renoncer aux promenades qu'il apprécie tant.

Pour sa sortie, il a enfilé son pull lilas et ses nouvelles chaussures de marche pointure 45. Il est assis dans son fauteuil et se présente: «Mon nom est Eugen Strässle et je vis la belle vie», dit-il en plaisantant. Ce monsieur de 90 ans est vraiment de bonne humeur quand on sonne et son épouse s'en va ouvrir la porte. C'est Rron Mazrekaj, 22 ans, étudiant en quatrième année en gestion d'entreprise qui salue Madame Strässle: «Bonjour Marianne, ton mari est-il prêt?» Rron Mazrekaj participe au projet intergénérationnel «Engagement social: théorie et pratique», initié il y a 13 ans par l'Université de Saint-Gall et l'organisation d'Aide et soins à domicile (ASD) de la ville pour

mettre en contact des étudiants et des personnes âgées. Ce projet est partie intégrante de leurs études. Les jeunes apprennent ainsi que dans la vie, tout ne se traduit pas en chiffres et rentabilité. Au contact des seniors, ils acquièrent une compétence sociale qui s'avérera très utile dans leur vie professionnelle et privée.

Rron Mazrekaj et Marianne Strässle se tutoient, car les derniers mois ont vu naître une vraie complicité. Récemment en prenant le café, Rron a installé WhatsApp sur le smartphone de la dame de 75 ans. C'est pratique pour convenir de la date de la prochaine promenade d'Eugen. Le jeune homme s'adresse au monsieur âgé en l'aidant à se

lever: «Allons-y.» Eugen Strässle fait maintenant confiance à son déambulateur et à ses nouvelles chaussures pour faire une promenade qui durera 90 minutes.

«Une vraie bénédiction!»

La randonnée a toujours été le loisir préféré d'Eugen Strässle. Ce contremaître qui a fait carrière dans une filature a été un collaborateur consciencieux et fiable. Il est resté alerte, adore les livres audio et semble être content de son quotidien. Il ne vous dira jamais que de rester assis toute la journée dans son appartement lui pèse énormément. Pour ce monsieur instruit et plein de joie, se lamenter à cause de sa cécité n'est pas une option. Bien au contraire: dans la nature et en compagnie de l'étudiant, Eugen Strässle entend le chant des oiseaux, ressent les caresses du vent et le soleil encore hésitant du printemps. Les deux hommes se mettent donc en route. Les personnes qu'ils croisent reconnaissent parfois le vieil homme et le saluent, mais il ne les voit plus. C'est Rron qui lui décrit les personnes rencontrées et Eugen hoche la tête en souriant. Le malheur l'a touché à 60 ans sous la forme d'une dégénérescence oculaire appelée rétinite pigmentaire. Son champ de vision s'est restreint sournoisement sans qu'il en souffre. Depuis le printemps 2018, il est aveugle.

Bien sûr que ce manque de mobilité le déconcerte. L'organisation d'ASD de Saint-Gall lui procure deux fois par semaine des soins corporels. Une aide-ménagère nettoie l'appartement et des amis visitent le couple fréquemment. Tout se passe bien, mais ce qui manque à Eugen Strässle, c'est l'activité en pleine nature. «Il va beaucoup mieux depuis que les étudiants se promènent avec lui une fois par semaine. Il s'épanouit, il est heureux», affirme son épouse, en soulignant que ces balades la soulagent aussi. «Je peux lire mon journal tranquillement. Je peux quitter la maison sans avoir mauvaise conscience, car je sais que mon mari est entre de bonnes mains. C'est une vraie bénédiction», dit-elle en ne tarissant pas de louanges pour les étudiants. «Je n'ai que du bien à en dire. Et mon mari est carrément enthousiaste. Car ces jeunes gens, ne sont-ils pas les futurs dirigeants et grands patrons? C'est quand même incroyable et très touchant de voir comment ils assistent mon mari.» Pour les époux Strässle, ce petit bonheur a commencé à l'automne 2019: «L'ASD nous a demandé si mon mari apprécierait éventuellement de faire une promenade une fois par semaine en compagnie d'un étudiant. J'ai tout de suite dit oui. Car je ne peux pas le faire, vu mon mal de dos et l'âge qui me pèse», explique-t-elle.

La naissance du projet

Il y a une quinzaine d'années, un journaliste du quotidien «St-Galler Tagblatt» suit la journée de travail des collaborateurs et collaboratrices de l'ASD. Son reportage souligne la pression économique croissante pesant sur les soins et le

«Il était important pour moi qu'un stage social soit assimilé à un stage en entreprise.»

Andrea Hornstein,
ASD de Saint-Gall-Est



temps toujours plus restreint pour les échanges sociaux. Anna-Katharina Klöckner, chargée de cours à l'Université de Saint-Gall, est profondément touchée en lisant ce reportage. «Le travail de l'ASD est si précieux. Cela m'a fait de la peine d'apprendre que le personnel n'a quasiment pas le temps d'apporter un soutien social. Il doit y avoir un moyen de faire quelque chose», se dit la professeure.

Elle contacte alors Andrea Hornstein, directrice de l'ASD de Saint-Gall-Est. Par la suite, les deux femmes cherchent à mettre en place une forme de collaboration entre les étudiants et l'Aide et soins à domicile à but non lucratif. En outre, Hans-Ulrich Bösch, à l'époque responsable du service académique de l'Université de Saint-Gall et jadis membre du comité de l'ASD, fournit un apport précieux et des propositions sur le mode de collaboration. Andrea Hornstein est catégorique: elle ne veut pas d'engagement bénévole et philanthropique sans profondeur et sans contexte scientifique. «Il était important pour moi qu'un stage social soit assimilé à un stage en entreprise avec les mêmes crédits pour les deux», dit-elle. Après deux ans de réflexions et de délibérations, un concept solide tenant compte de tous les points de vue est mis sur pied.

Mode d'emploi

Après adaptation des statuts de l'université en 2007, le séminaire «Engagement social: théorie et pratique» voit



«Je suis émue et parfois en larmes quand je découvre tout ce que les élèves retirent de leurs expériences.»

Dr. Anna-Katharina Klöckner,
Université de Saint-Gall

le jour, initialement avec un cours donné par année. Mais depuis 2010, le projet est publié dans le «studynet» de l'Université de Saint-Gall, ouvert à quatorze étudiants pour les trimestres de printemps et d'automne. Le cours est très populaire. Seule la moitié des postulants environ peut y participer.

Dans le cadre de la mise en pratique, les participants au projet accompagnent régulièrement les collaboratrices et les collaborateurs de l'ASD et assument – après concertation et en accord avec la direction du service d'ASD – leurs propres tâches. Parmi les activités sociales menées auprès des personnes âgées, il y a par exemple le fait de bavarder, marcher, faire des courses ou assister à une manifestation en leur compagnie. Il arrive parfois que les futurs gestionnaires d'entreprise s'impliquent dans la résolution de problèmes soulevés par l'administration de l'organisation d'ASD. On les rencontre également au sein du foyer de jour de l'ASD «Notkerstübli», qui s'occupe de l'assistance et de la prise en charge de personnes atteintes de démence.

Actuellement et à quelques exceptions près, tous les participants au séminaire sont des hommes. Au début de chaque cours, qui requiert au minimum 50 heures d'engagement auprès des clients par trimestre, les étudiants prennent connaissance du mandat de l'Aide et soins à domicile et reçoivent les thèmes sur lesquels ils travailleront

en groupe. Un cours théorique peut par exemple poser la question: «Comment vivre et montrer plus d'empathie, également dans les rapports avec les personnes âgées?». Les participants décrivent par la suite dans un rapport personnel quelle situation les a particulièrement touchés lors de leur stage auprès de l'ASD, pourquoi et comment cela se répercutera sur leur vie. «Je suis émue et parfois en larmes quand je lis les réflexions des élèves et que je découvre tout ce qu'ils retirent de leurs expériences», relève Anna-Katharina Klöckner. Dépeignant le quotidien d'une vieille dame qui vit seule depuis quarante ans et ne quitte son domicile que rarement à cause d'un handicap physique, une étudiante a par exemple écrit: «Je veux consacrer plus de temps à ces êtres humains. Ma vie doit changer: je dois prendre en considération les opinions des personnes plus âgées et remettre en question mon propre point de vue. J'en ai énormément tiré profit. Je suis contente que ce cours existe. Il faut absolument continuer à l'offrir.»

En tant qu'élément fondamental du séminaire, la participation au cours est récompensée par 4 crédits ECTS (un master correspond à 120 crédits ECTS) et par un certificat. Il s'agit d'un atout considérable pour tout dossier de candidature, car les cadres ayant des compétences sociales sont très demandés. Mais le certificat de stage est plus qu'un accélérateur de carrière: «Les participants au projet apprennent que la joie de vivre n'est pas uniquement liée à l'argent et à la santé. Ils sont confrontés à des personnes ayant appris à faire face malgré toutes leurs limites. Et ils découvrent parfois des situations de vie vraiment difficiles», explique Andrea Hornstein. «Souvent, ils réalisent aussi qu'il ne vaut pas la peine de repousser ses rêves jusqu'à la retraite. Et ils comprennent en principe qu'ils sont extrêmement privilégiés, que toutes les portes leur sont ouvertes.»

Et quel est l'intérêt de l'ASD dans tout ça?

Sans ressources personnelles supplémentaires et sans expérience pratique, la mise en place du projet dans le cadre des interventions courantes a été pour l'ASD un vrai défi. La première séance d'information, la présentation de l'ASD en tant qu'association à but non lucratif et les premiers contacts avec les clientes et les clients ont pris pas mal de temps. «Mais quand je ressens aujourd'hui la forte acceptation du projet et que je lis les travaux de réflexion des étudiants, je dois dire que les efforts consentis par l'ASD se sont avérés payants», souligne Andrea Hornstein. Le recul montre que l'expérience marque durablement les participants. Ces derniers partagent volontiers leurs impressions et rendent ainsi publics les défis auxquels l'ASD est confrontée au quotidien. «La valeur de ce travail de relations publiques en faveur de l'ASD ne peut pas être estimée en francs sur le long terme. Car au final les personnes qui seront ainsi sensibilisées aux questions de santé



Eugen Strässle s'est récemment acheté une nouvelle paire de chaussures de randonnée, car désormais, le nonagénaire se promène régulièrement avec des étudiants. Ce qui réjouit aussi sa femme Marianne. Photo: Beatrix Bächtold

et aux préoccupations de l'ASD seront celles qui occuperont plus tard des postes décisifs.» Pendant le stage, les étudiants n'effectuent pas de prestations de soins, ni de tâches ménagères. Ils se présentent comme personnes neutres et complètent le travail de l'ASD par leur soutien social.

Andrea Hornstein pense que le projet est en phase avec notre temps et le juge digne d'être imité. «Dans notre région, le pourcentage de célibataires et de personnes vivant seules se situe aux alentours de 45 %, avec une tendance à la hausse. Toujours plus de gens auront donc dorénavant besoin de soins, mais aussi de soutien social», prédit Andrea Hornstein. Avant de conclure: «Le projet fonctionne! Nous serions heureux d'apprendre que d'autres universités, des écoles spécialisées ou des organisations d'aide et de soins à domicile se servent de notre savoir-faire.»

Garder le contact une fois le cours terminé

Mais revenons à Rron Mazrekaj et Eugen Strässle. Ensemble, les deux promeneurs refont le monde. «Mon grand-père est mort il y a deux ans. Il a aussi perdu la vue à la fin de sa vie, mais en Albanie, il n'y a pas de service d'aide et de soins à domicile. Et vous savez, il n'avait même pas de déambulateur», raconte l'étudiant. Après quoi, le duo continue un bon bout de temps en silence. Finalement, c'est Eugen Strässle qui reprend le dialogue. Il avoue avoir eu une chance folle en choisissant son épouse. «Deux décisions sont extrêmement importantes dans la vie d'un homme: le choix de la profession et le choix du partenaire.» Rron Mazrekaj a choisi ce cours car il adore faire plaisir aux

gens. «Avec Eugen Strässle, le résultat s'est fait immédiatement sentir. Il est très ouvert et adore communiquer. Par contre, la dame à qui je rends visite reste renfermée. Elle a eu une vie difficile. Elle ne participe pas vraiment, elle est simplement contente que je sois là», dit l'étudiant qui a appris grâce au cours que l'ASD ne s'engage pas uniquement auprès de personnes âgées, mais également auprès de personnes malades ou accidentées. Il est prévu que Rron Mazrekaj termine au début de l'été la partie théorique du séminaire, tout comme les 50 heures d'heures pratiques. Mais il tient à ajouter: «Dans tous les cas, je garderai contact avec Eugen Strässle et j'irai me promener avec lui quand l'occasion se présentera.»

Beatrix Bächtold

Un projet qui en génère d'autres

Le projet intergénérationnel «Engagement social: théorie et pratique» a été récompensé en 2016 par le *Pour-cent culturel Migros*. Plusieurs étudiants ont développé d'autres projets à la suite de leur stage: c'est le cas par exemple du projet *BeneWohnen*, qui invite des seniors à partager leur logement avec des étudiants en contrepartie d'une partie de leur temps. Le projet a aussi inspiré la startup *Volunty*, qui a lancé le programme de bénévolat en entreprise *Corporate Volunteering*. Pour des informations supplémentaires concernant son projet, Andrea Hornstein reste à disposition: ost@spitex-stgallen.ch.