

## «Dialogue avec le temps» – Discuter du vieillissement

Margareta Annen-Ruf, Comité de l'ASA

Le Musée de la communication à Berne présente, sur le thème de la vieillesse, une exposition intitulée «Dialogue avec le temps». Une visite de l'exposition montre principalement que tous les humains deviennent vieux mais que «la vieillesse» n'existe pas.

En politique et dans le public, l'image d'une vieillesse déficiente et malade est largement répandue. L'exposition «Dialogue avec le temps» au Musée de la communication à Berne montre cependant une image plus différenciée de la vieillesse. Que le processus de vieillissement apporte en soi des changements et souvent également des limitations n'est pas nié dans l'exposition; il est également présenté concrètement. Dans le même temps, cela montre que la vieillesse est également une joie de vivre et engendre des chances pour

les concernés eux-mêmes et pour la communauté. De plus le processus de vieillissement se déroule de manière différente et individuelle. Cela signifie, et ressort bien dans l'exposition, que chacun vieillit mais que pourtant «la vieillesse» n'existe pas.

La nouveauté particulière de l'exposition est constituée par ce qui est appelé les guides seniors, âgés entre 70 et 84 ans. Expérimentés du fait de leur propre vieillissement et de leur âge, ils vous guident à travers l'exposition. Leurs portraits avec des points de vue sur la vieillesse sont suspendus à une paroi à l'entrée de l'exposition. Que le fait de vieillir soit un processus naturel est visible de manière impressionnante sur un grand écran également dans le hall d'entrée. A partir de la 4/5<sup>ème</sup> année, le visage se modifie de manière presque imperceptible, puis toujours plus visiblement jusqu'à 65 ans. Différents objets comme un sablier dans la vitrine ou des affiches éveillent, optiquement ou avec des questions et citations, des réflexions sur son



### TABLE DES MATIÈRES

«DIALOGUE AVEC LE TEMPS» – DISCUTER DU VIEILLISSEMENT	1–2
EDITORIAL	2
SENIORS DANS LES SALLES DE CLASSE – UN GAIN POUR TOUS	3
LE SYSTÈME DE RENTES DÉFAVORISE LES JEUNES! – VRAIMENT?	4
AGENDA	4
IMPRESSUM	4



propre âge et l'âge en général: Comment aimerais-je vieillir? Qu'est-ce que j'attends de la vieillesse? Qu'est-ce qui me fait peur? La vieillesse a de l'avenir.

### La vieillesse est multiple

La visite, accompagnée par un guide senior à travers l'exposition, dure environ une heure. Elle a lieu par groupes et passe par différentes salles et postes intermédiaires. Dans un endroit aménagé en forme de salon, avec des photos de personnes âgées dans différentes situations de vie, il est discuté à chaque fois, individuellement ou en groupe, du ressen-

## EDITORIAL



Evelyne Reich, Présidente de l'ASA

### Chère lectrice, Cher lecteur

Chaque année terrestre compte beaucoup d'heures, exactement 8760. Cela paraît énorme et malgré tout nous avons le sentiment que les jours deviennent continuellement plus courts. Plus nous vieillissons, plus le temps nous semble s'enfuir. Mais chaque heure est toujours précieuse et de plus gagne en valeur, lorsque nous pouvons la partager avec d'autres personnes.

Le projet «Prévoyance Temps» (Zeitvorsorge) à St Gall, qui nous a été présenté lors de la dernière Conférence des présidents équivaut à vrai dire à donner des heures. Des personnes passent leur temps ensemble, dans le sens qu'elles s'aident mutuellement et peuvent converser. Elles donnent du temps et gagnent du temps – pour leur propre futur. Pour le moment, où elles dépendront des autres.

Une idée séduisante du temps! Est-ce qu'elle s'imposera? Il y a des sceptiques et des partisans. Les sceptiques pensent que trop de temps s'écoule jusqu'à ce qu'on puisse utiliser sa propre réserve de temps, les partisans pensent que seul le moment qui passe est vraiment important. Qui peut donc savoir, combien de temps nous vivrons?

Mais de tels projets sont néanmoins un bon moyen contre l'isolement des personnes seules, âgées et malades!

ti et de la signification des images, également au cours de la ronde.

De plus, dans une autre salle divisée en jaune et rouge, les visiteuses et visiteurs ont la possibilité d'expérimenter un peu la diminution des sens et des aptitudes physiques/psychiques comme conséquences du vieillissement. Ainsi le sens du toucher diminue déjà à partir de 30 ans, la vieillesse s'accompagne d'une perte progressive de la masse musculaire et 93 pour cent des plus de 60 ans portent une paire de lunettes. De plus ils peuvent tester leurs propres aptitudes et sens comme la vue et l'ouïe et/ou leur perspicacité, c'est à dire la capacité de résoudre des tâches complexes – écouter et en même temps réaliser. Un soulier spécialement conçu permet d'expérimenter la montée d'escaliers avec des jambes lourdes.

En contrepoint, des histoires de vie passionnantes et intéressantes des guides seniors montrent que la vie dans la vieillesse est davantage qu'une régression, qu'elle comprend beaucoup d'enrichissement et dispose de compétences propres à l'âge spécifiques comme par exemple le calme et l'expérience de vie. De la sorte, elle constitue également un bon contrepoint à la société de «burn-outs» hyperactifs que le monde moderne crée.

### 1'550 centenaires

De plus il est une lapalissade, également signalée dans l'exposition, que le mouvement et l'exercice d'activités en tous genres, comme par



exemple l'engagement dans la famille ou dans une institution d'utilité publique, la pratique de «nouveaux» hobbies ou le développement d'aptitudes ou intérêts particuliers contribuent de manière importante à une bonne et saine vieillesse.

L'exposition fournit également quelques indicateurs démographiques, par ex.:

- La proportion de personnes en âge de l'AVS représente 22 pour cent de la population totale (8 256 000).
- En 2015, plus de 1550 centenaires vivaient en Suisse et
- L'augmentation de l'espérance de vie, actuellement en moyenne de 83 ans, est pronostiquée à 88 ans en 2050.

Ne sont pas thématiques les questions et problèmes de politiques sociales et de santé, car cela aurait dépassé le cadre, comme nous l'avons appris. En outre des conférences et discussions avec des spécialistes sur différents thèmes de la vieillesse, ainsi qu'une série de films au cinéma Rex à Berne, complètent l'exposition.

Au dire des guides seniors - confirmé par un coup d'œil dans le livre des visiteurs - l'exposition est bien fréquentée et par tous les groupes d'âge, en particulier également par les classes d'école. Il est à espérer que «Dialogue avec le temps» contribue à une autre perception, plus différenciée, de la vieillesse.

«Dialogue avec le temps» dure jusqu'au 10 juillet 2016. L'exposition est ouverte du mardi au dimanche ainsi que les jours fériés de 10 à 17 heures.

Davantage d'informations sur [www.dialogmitderzeit.com](http://www.dialogmitderzeit.com) ou [www.mfk.ch](http://www.mfk.ch).

Et pour les films: [www.rexbern.ch](http://www.rexbern.ch)



# Seniors dans les salles de classe – un gain pour tous

Margareta Annen-Ruf, Comité de l'ASA

**De nombreuses personnes âgées fournissent un travail bénévole dans des organisations et institutions d'utilité publique très variées. En fait partie en de nombreux endroits, comme dans le canton de Zoug, l'engagement bénévole de seniors dans les classes d'école pour soulager le personnel enseignant. Parmi eux Hansrudolf Enggist. Une tâche enrichissante, dit-il.**

Dans différentes communes du canton de Zoug, les seniors sont présents un ou deux demi-jours par semaine dans les classes d'école. Le projet, à l'origine venant d'Amérique, fut lancé par Pro Senectute Zoug en 2010. Il y a environ 4 ans, Hansrudolf Enggist participa à une des séances d'information sur le projet «Seniors dans les salles de classes». Le thème l'a intéressé, si bien qu'il décida de se mettre à disposition pour une telle activité. Depuis lors, il effectue cette tâche de manière engagée et avec beaucoup de joie.

Le rôle du «senior de la classe» est de décharger la personne enseignante et de transmettre aux enfants son expérience, ses connaissances et son savoir.

L'enseignant et le senior constituent un team qui détermine en commun, quelle tâche sera confiée au senior, en fonction de ses aptitudes. Enggist réalisa son premier engagement dans un jardin d'enfants à Zoug. A cette occasion, comme il le dit, il joua avec les enfants quelque peu plus lents, pendant que l'enseignante dirigeait les travaux de bricolage avec les autres enfants.

## Le sentiment de rajeunir

Par la suite, Hansruedi Enggist fut actif dans des classes de première et de deuxième année, où il exerça la lecture et le calcul mental avec les



De plus les parents apprécient également l'aide des seniors à l'école.

enfants ayant du mal à apprendre. Depuis une année, il travaille avec la directrice de l'école dans le domaine des travaux manuels. Il s'agit, selon Enggist, de soutenir d'une part les enfants à plus faible motricité durant les travaux manuels et le bricolage et de les assister pendant les travaux manuels lors de la manipulation d'outils délicats ou dangereux comme les scies à ruban ou la colle forte chaude, pour prévenir des accidents, d'autre part.

«Le travail me satisfait beaucoup. Toutefois je dois faire quelque peu preuve de retenue afin que je n'aide pas trop». Enggist explique que l'engagement de seniors dans les classes d'école non seulement soulage grandement le personnel enseignant mais qu'il agit aussi positivement sur le «niveau de la classe». Les enfants fournissent de meilleures prestations grâce au soutien et à l'aide des seniors. En particulier les enfants de langue étrangère profitent de son engagement. De plus

les parents apprécient également l'aide des seniors à l'école.

«Pour les enfants je suis le grand-père», indique Hansruedi Enggist. Le travail est fatiguant mais en même temps un grand enrichissement. Il a le sentiment de «rajeunir». Maintenant dans notre époque trépidante, avec un environnement sociétal et familial souvent instable, il n'y a rien de plus à ajouter que les personnes âgées avec leur sérénité et leur calme sont pour les enfants comme «un havre au milieu du déferlement des vagues».

**Les seniors comme Hansrudolf Enggist s'engagent bénévolement un demi-jour par semaine. Deux fois par an, les seniors se retrouvent dans une salle de classe pour un échange d'expériences et d'idées.**

“ Les personnes âgées sont comme les musées: L'important n'est pas la façade, mais les trésors à l'intérieur ”

Jeanne Moreau



## Le système de rentes défavorise les jeunes! – Vraiment?

Margareta Annen-Ruf, Rédaction de l'ASA

**En relation avec la prévoyance professionnelle, une critique de l'actuel système de rentes est parue il y a peu dans la NZZ et le Tagesanzeiger. Il défavorise les jeunes par rapport aux aînés, selon les ténors. Cette critique est-elle fondée? Mais cela n'est pas aussi simple comme le montrent les explications ci-après:**

Les problèmes de la prévoyance professionnelle ne peuvent pas être reprochés aux retraités, mais sont davantage une conséquence de la crise et du système financier.

Les conséquences sur le 2<sup>ème</sup> pilier de l'augmentation de l'espérance de vie furent longtemps en partie sous-estimées. Une situation de placements comme maintenant, même avec des intérêts négatifs, ne fut jamais évoquée. L'adaptation du taux de conversion agit négativement non pas pour les retraités actuels mais pour les générations les plus jeunes.

Contrairement à l'avis d'un critique, il n'existe aucune interdiction de réfléchir à la sécurité des rentes LPP, mais elle est fixée à l'art. 65. C'est-à-dire que les rentes LPP ne peuvent être réduites pour la partie obligatoire que dans des cas bien déterminés, en cas d'insuffisance considérable de couverture d'une institution autonome de prévoyance. Légalement il est réglé que le montant de la rente fixé lors de l'ouverture du droit à la rente demeure en tout cas garanti. Dans de telles

situations, les autorités de surveillance collaborent et selon les circonstances, le Fonds de garantie LPP peut être appelé à y contribuer. Des entorses à cette réglementation contrediraient également la Constitution fédérale.

Pour les fondations collectives et communes des assurances, il existe une garantie de rentes. Elle est utilisée comme argument de vente et un «supplément de garantie» est calculé dans la prime.

Les seniors actuels ont payé des suppléments pour la génération d'entrée, ce qui a été épargné aux cotisants actuels.

En outre, depuis des années aucun renchérissement et/ou adaptation à l'évolution des prix n'ont plus été accordés pour les rentes des caisses de pensions.

Les retraités paient également des impôts, financent des tâches publiques et également des projets qui profitent principalement aux générations à venir. Enfin, il est oiseux d'opposer passé et présent, car aucune génération ne peut choisir elle-même sa durée de vie.

### AGENDA

- **Conférence des présidents de l'ASA**  
Mercredi 26 avril 2016,  
10h00, Glockenhof, Zürich
- **Séance de la fraction ASA au CSA**  
MJeudi 28 avril 2016, 10h45,  
Hôtel Ador, Berne
- **Assemblée des délégués du CSA**  
Vendredi 13 mai 2016, 10h45,  
OFAS, Berne
- **Préavis Congrès de l'ASA**  
Jeudi 1er septembre 2016,  
Centre de Congrès zwei Raben  
8840 Einsiedeln
- **Préavis**  
Assemblée des délégués du CSA  
22/23 septembre 2016,  
en Valais



### IMPRESSUM

Rédaction  
Margareta Annen-Ruf  
tél. 033 251 36 13  
Margareta.annen-ruf@bluewin.ch  
Production  
Lithouse, 3013 Berne

ASA Association Suisse des Aînés  
Secrétariat  
Ueli Brügger  
Grossmorgen 5, 8840 Einsiedeln  
079 /434 02 36  
info@seniorenfragen.ch  
www.seniorenfragen.ch