



Volume 1
Participation

BASES ET EXEMPLES PRATIQUES

Vieillir en bonne santé – promotion de la santé avec les personnes âgées en Suisse



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la santé publique OFSP



Konferenz der kantonalen Gesundheits-
direktorinnen und -direktoren
Conférence des directrices et directeurs
cantonaux de la santé
Conferenza delle direttrici e dei direttori
cantionali della sanità



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Vieillir en bonne santé – un droit pour tous

La Suisse fait partie des pays où l'on vit le plus longtemps en bonne santé. Outre les progrès de la médecine, les bonnes conditions de travail, le niveau élevé de la sécurité sociale, ainsi qu'un des meilleurs systèmes de santé au monde y sont pour beaucoup. La santé constitue – indépendamment de l'esprit du temps et du contexte historique – une préoccupation humaine centrale et universelle.

Rester le plus longtemps possible en bonne santé physique et psychique, pouvoir décider de sa vie de manière autonome et demeurer socialement intégré, tels sont les attentes et espoirs les plus chers des personnes âgées.

Or malgré de bonnes conditions-cadres, il existe de grandes disparités quant aux possibilités de réaliser de telles demandes. Les principaux obstacles tiennent aux conditions d'existence individuelles – formation insuffisante, pauvreté ou contexte migratoire. Comme la santé a une importante composante biographique, les désavantages finissent par peser lourd. Ils entraînent davantage de maladies, des possibilités d'engagement limitées au profit de la société civile, une participation sociale réduite et l'isolement durant la vieillesse. Les aînés (65 ans et plus) ne forment donc pas un groupe homogène, ne serait-ce que parce que leurs différences d'âge avoisinent parfois 30 ans. On a affaire à deux générations différentes, dont l'état de santé et la participation sociale diffèrent radicalement. Alors que les jeunes retraités actifs voient leur qualité de vie s'améliorer et peuvent diversifier leurs occupations, ce n'est guère le cas des gens très âgés (plus de 80 ans). Car même si l'espérance de vie sans handicap a augmenté, le grand âge requiert davantage d'aide et de soins, en raison de la polymorbidité et du risque accru de maladies démentielles.

Cet aperçu différencié contraste avec la vision de la vieillesse au sein de notre société, qui méconnaît la diversité et la valeur intrinsèque de cette phase de la vie, qui l'occulte et l'associe à des stéréotypes. On parle ainsi volontiers de gérontocratie (domination par les vieillards). Or si l'on examine de près la répartition des âges à l'Assemblée fédérale, les plus de 70 ans, qui représentent 19 % de la population, n'y sont représentés qu'à hauteur de 0,4 % (un membre du Conseil national) et brillent par leur absence du Conseil des États. L'absence de participation des seniors est une réalité non seulement en politique, mais également sur le plan social, culturel et scientifique. Rien d'étonnant donc à ce que les mesures ou offres destinées aux seniors ne répondent guère à leurs besoins dans bien des cas.

La santé – on ne cesse de le répéter – est en définitive une question de responsabilité personnelle. C'est exact. Mais en dernier lieu, il n'est judicieux et possible de déléguer cette responsabilité aux individus que s'ils peuvent d'eux-mêmes l'assumer et développer leur potentiel, ou si on leur en donne les moyens. Par conséquent, la participation sociale et politique n'est pas une option mais un droit fondamental – et cela à tout âge !

Prof. em. Dr Pasqualina Perrig-Chiello, Psychologue du développement, présidente de la Fédération suisse des universités des seniors

Sur le thème de la participation

La présente publication a pour thème la « participation », soit l'implication et le renforcement des personnes âgées. Elle a été conçue avec le concours de seniors engagés et d'experts. Par leurs déclarations, leurs contributions écrites et leurs réponses aux interviews, ils ont clairement montré, au nom des autres seniors et de quantité d'autres projets, qu'une vieillesse en bonne santé comporte de nombreux volets et qu'en donnant une voix aux seniors et en leur permettant de s'engager, on obtiendra d'eux de bonnes idées pour mener de fructueux projets.

Cette publication entend contribuer à renforcer et optimiser encore la promotion de la santé et la prévention auprès des personnes âgées en Suisse. Elle s'adresse aux professionnels du secteur et aux « multiplicateurs », aux politiciens et aux seniors intéressés. Le but étant que les lectrices et lecteurs aient une bonne vue d'ensemble et soient stimulés dans leurs propres démarches.

La « Décennie pour le vieillissement en bonne santé (2021–2030) » des Nations Unies constitue la référence principale. La stratégie nationale Santé2030, la stratégie MNT ainsi que la stratégie nationale Addictions sont également importantes dans ce contexte.

Sommaire

Les seniors ont la parole	6
<small>Bases</small>	
Les personnes âgées en Suisse : une réalité diverse	8
Vieillir en bonne santé est une tâche d'intérêt commun	10
La participation et la santé sont étroitement liées	12
Participation à la promotion de la santé	14
<small>Exemples pratiques</small>	
Quatorze exemples inspirants de la Suisse	17
Un projet participatif réussi a besoin des éléments suivants	37
Publications et références	40

Les seniors ont la parole : Pourquoi vous engagez-vous (ou pas) ?

«Je me suis intéressée à ce projet parce que j'étais seule et que j'avais envie de rencontrer des gens. Je sais que quand je vais à ces rencontres, je peux donner mon avis, et ça me fait du bien de me sentir utile. Cela me pousse à participer à des activités nouvelles pour moi.»

Josiane, participante aux Villages solidaires de Cugy et Bretigny-sur-Morrens (VD)

«En tant qu'homosexuel, je m'engage depuis les années 1970 pour la reconnaissance sociale des couples de même sexe. Je poursuis mon engagement en faveur d'un terreau fertile queer dans la société. Voilà à mes yeux le sens de la participation.»

Max Krieg, SEV, Pink Cross, FARES, SSR, Berne

«Je m'engage parce que depuis plus de 40 ans, j'ai mes racines au village. Je suis heureux de pouvoir contribuer avec la Commission 60+ à des solutions viables et de réaliser ainsi des projets concrets.»

Claudio Fischer, président de la commission 60+, Villmergen (AG)

«Je craignais que ce projet ne me prenne tout mon temps et, finalement, on se laisse prendre parce que c'est tellement agréable. On rencontre des gens si sympathiques qu'on a du plaisir ; ce n'est pas une obligation. C'est stimulant, on discute, on organise de nouvelles choses.»

Andrée, participante aux Villages solidaires de Cugy et Bretigny-sur-Morrens (VD)

«Quand ma belle-fille m'a demandé si je voulais bien garder régulièrement mon petit-fils, j'ai refusé : les crèches sont là pour ça. Mais je suis là quand il est malade ou qu'on a besoin de moi pour une autre raison. Je m'engage dans le service de transport pour personnes âgées, j'organise des tables d'hôtes et j'enseigne l'allemand aux réfugiés ukrainiens. Je pense que tant qu'on est en forme et en bonne santé, on devrait se rendre utile à la société. Je compte bien que la société en fasse autant pour moi, le jour où je serai malade et dépendante.»

Hanna Hinnen, ex-membre de la Révolution des grands-mères, Regensberg (ZH)

«Pour moi, c'est important de considérer davantage les seniors migrants comme spécialistes de leur propre biographie. C'est aussi utile quand on se demande comment les motiver à participer au mieux. Et c'est un point d'ancrage pour aider ce groupe cible et les autres à vieillir en bonne santé.»

Hildegard Hungerbühler, vice-présidente Forum national âge et migration, Berne

«Je n'avais jamais fait de sport jusque-là, et depuis quatre ans, malgré mes maux de jambes, je participe régulièrement à des leçons de gym. Quand je vois autour de moi des gens plus âgés, cela me donne du courage et me motive. Pendant les exercices, j'oublie tous mes problèmes et je me sens bien dans ma peau.»

Participante au projet Âge et migration de l'EPER, Zurich

«Nous nous engageons afin qu'on écoute davantage les seniors et qu'on comprenne mieux leur quotidien. Ce n'est qu'ainsi qu'on parviendra à une participation différenciée d'un maximum de seniors. Et cela s'impose pour que chacun puisse vieillir en bonne santé dans les meilleures conditions-cadres.»

Bea Heim, coprésidente du Conseil suisse des aînés et de la FARES, Starrkirch-Wil (SO)

Les personnes âgées en Suisse : une réalité diverse

Le vieillissement de la population s'accompagne de nombreux stéréotypes et de discriminations. Pour assurer une certaine représentativité et une réelle participation sociale des seniors, il importe d'adopter une démarche inclusive et différenciée.

Les personnes de 65 ans et plus représentent actuellement près de 19 % de la population suisse. Cette part devrait atteindre 25 % dans tous les cantons d'ici 2050. Ce vieillissement s'accompagne généralement d'une vision négative des personnes âgées, qui sont dépeintes comme dépendantes, coûtant cher, constituant un poids pour la société et inactives. Cette représentation est notamment relayée par les médias (notion de « tsunami gris »).

Discriminations liées à l'âge

L'ensemble des préjugés, stéréotypes et discriminations liés à l'âge constituent ce qu'on appelle l'âgisme.

Cette forme de discrimination est très présente dans le domaine de l'emploi où, à compétences égales, il est souvent difficile de retrouver du travail après un certain âge. Il en va de même dans le domaine de la santé où, passé un âge donné et pour un même diagnostic, certains traitements ou examens ne sont plus remboursés par les assurances maladie. Il est aussi plus difficile pour les personnes âgées de prendre une hypothèque, de contracter un crédit bancaire ou de louer une voiture. Elles sont également parfois infantilisées par leurs proches et le personnel médical.

Un impact sur la santé et la participation sociale

De nombreuses études montrent que l'âgisme a des effets négatifs sur la santé (espérance de vie diminuée, capacités de mémoire moins bonnes, etc.). Il constitue une forme de discrimination plus fréquente que le sexisme et le racisme. Il est aussi beaucoup plus accepté socialement. Les discriminations fondées sur l'âge ont également un impact délétère sur la participation sociale, en réduisant objectivement les moyens de participer socialement (par exemple, accès à certaines activités) ou en incitant les personnes âgées à s'auto-limiter (« à mon âge, mon avis n'intéresse personne »). Les effets collatéraux de l'âgisme sur la participation sociale ont été particulièrement manifestes pendant le semi-confinement de 2020.

Promouvoir une vision réaliste du vieillissement

Favoriser la participation sociale des personnes âgées nécessite de s'interroger sur nos représentations de la vieillesse. Nous avons par exemple souvent l'impression que beaucoup de personnes de 80 ans et plus vivent en établissement médico-social. Or, les chiffres indiquent que cette part ne se monte qu'à 15 %. De même, les statistiques mettent en évidence que la majorité des personnes de plus de 65 ans sont actives physiquement, ont une auto-évaluation positive de leur santé (malgré la présence de maladies chroniques pour la moitié d'entre elles), font du bénévolat, participent aux votations fédérales et utilisent régulièrement Internet. Ces chiffres montrent que les personnes âgées sont, en moyenne, en bien meilleure forme que ce que l'on pense généralement.

Une grande hétérogénéité de la population âgée

Les statistiques ont toutefois tendance à gommer les différences interindividuelles. En effet, ce qu'on appelle la « vieillesse » recouvre en fait plusieurs générations, avec des normes, des valeurs, des expériences de vie et des attentes différentes. Ce n'est pas la même chose d'avoir 67 ans ou 95 ans. Les différences entre les individus tendent par ailleurs à se creuser sous l'effet des parcours de vie, notamment du milieu socio-économique. À titre d'exemple, une personne qui a travaillé toute sa vie comme ouvrier non qualifié sur un chantier ne se trouve généralement pas dans le même état physique à 65 ans qu'une personne ayant exercé comme avocat.

Mieux prendre en compte la diversité de la population âgée

Pour que la participation sociale des seniors ne soit pas qu'un vœu pieux ou un argument de marketing social, il importe de réfléchir aux moyens d'inclure une diversité de profils de personnes âgées, c'est-à-dire également des personnes en moins bonne santé, allophones, en situation de précarité financière, LGBT+ ou ayant un parcours migratoire. Cette démarche nécessite d'adapter les méthodes de participation (par exemple, en réalisant des entretiens individuels à domicile plutôt qu'en groupe, dans le cadre d'un projet participatif), mais également les stratégies pour atteindre ces populations (collaboration avec des personnes ou des organisations relais, envoi de courriers postaux, travail avec des interprètes culturels, etc.). Une démarche inclusive et différenciée – prenant en compte les diverses réalités du vieillissement – est indispensable pour assurer une certaine représentativité et une réelle participation sociale des personnes âgées.

Prof. Dr Delphine Roulet Schwab, Professeure à l'Institut et Haute École de la Santé La Source (HES-SO) à Lausanne et présidente de GERONTOLOGIE CH

Pour en savoir plus :

Chang E-S., Kanoth S., Levy S., Wang S.-Y., Lee J. E., Levy B. R. (2020): [Global reach of ageism on older persons' health: A systematic review.](#)

Commission européenne (2015). Discrimination au sein de l'UE en 2015. Eurobaromètre spécial 437.

[Office fédéral de la statistique \(2018\).](#) Seniors

[Office fédéral de la statistique \(2019\).](#) Ressources et comportements en matière de santé chez les seniors.

[Roulet Schwab D. \(2019\).](#) L'âgisme: une discrimination banalisée. Actualité Sociale, la revue spécialisée du travail social, 10, 14-15.

Vieillir en bonne santé est une tâche d'intérêt commun

Quand des seniors s'impliquent activement, tout le troisième âge, le projet spécifique et la société en général en profitent. C'est à juste titre que la participation est ancrée dans les stratégies internationales ou nationales.

Dans le monde entier, on devient toujours plus vieux. Afin que ces années supplémentaires soient vécues en bonne santé et que chacun puisse en profiter, les Nations Unies ont proclamé les années 2021–2030 Décennie pour le vieillissement en bonne santé.

Elles appellent à une collaboration intersectorielle et multidisciplinaire, ainsi qu'à des mesures profitant à l'ensemble de la société. Afin d'alléger le système de santé ainsi que le système social et de remédier aux inégalités croissantes au sein de la société. Car les lacunes n'ont pas disparu dans l'offre destinée aux aînés, qu'il s'agisse des soins de santé ou de la promotion de la santé et de la prévention.

Stratégie nationale « Santé2030 »

La stratégie Santé2030 du Conseil fédéral rejoint à propos des personnes âgées les exigences des Nations Unies. Outre l'évolution démographique, elle mentionne comme grands défis la qualité et la viabilité financière des soins. Dans cet esprit, il s'agit notamment de promouvoir la santé des personnes âgées. La stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (MNT) et la stratégie nationale Addictions jouent un rôle important dans ce contexte. Quel que soit leur statut socio-économique, les individus doivent être habilités à mener une vie saine, dans un environnement favorable à la santé.

Vieillir en bonne santé : concept de base

« Vieillir en bonne santé » (Healthy Ageing) – le concept de l'OMS est un des fondements de la promotion de la santé des seniors. Il explique comment, malgré les éventuelles maladies physiques ou psychiques, le bien-être peut être sauvegardé : chacun a la possibilité de développer ou de maintenir ses capacités fonctionnelles et ses ressources jusqu'à un âge avancé.

Pour y parvenir, les facultés physiques et intellectuelles de chacun ne sont pas tout. L'environnement physique et social compte lui aussi. L'exemple suivant en est une bonne illustration : une dame âgée aimerait prendre part à un événement participatif dans sa commune. Sa mobilité est provisoirement limitée à la suite d'une opération de la hanche. Grâce à l'aide de son voisin et à l'accès sans obstacle au lieu de la manifestation, elle peut s'y rendre. Ces circonstances ont un effet positif sur sa santé psychique.

Les seniors promoteurs du changement

Les seniors sont au cœur de la Décennie pour le vieillissement en bonne santé. Ils sont à la fois promoteurs du changement et bénéficiaires potentiels des offres développées. Aussi leur participation est-elle déterminante.

Facteur clé de la « participation »

À cela s'ajoute que les situations de vie et les besoins diffèrent plus que jamais à un âge avancé. Il est possible de mieux tenir compte de cette diversité, à condition que les seniors aient leur mot à dire dans le cadre de projets ou d'initiatives. Grâce aux échanges avec des personnes âgées, les responsables de projets prennent davantage conscience de leurs propres représentations de la vieillesse. Il en résulte des offres ou des mesures qui interpellent réellement les individus et qui ont un impact accru. Car en général, les personnes âgées savent parfaitement ce dont elles ont besoin et ce qui ne va pas. Et elles ont des idées utiles, une vaste expérience et des ressources multiples. Selon les cas, elles sont disposées à prendre une part de responsabilité et participeront à la concrétisation ou à la réalisation d'un projet. Un tel apport renforce la solidarité au sein de la population.

« Il faut écouter ce que les personnes âgées ont à dire, respecter leur dignité et leur autonomie individuelle, ou encore encourager et protéger leur droit humain à une pleine participation dans la société dont ils font partie. »

ONU (2021). [Décennie pour le vieillissement en bonne santé 2021–2030](#)

« 44 % des personnes âgées de 55 à 74 ans effectuent du travail bénévole formel au sein d'une association ou d'une organisation d'utilité publique. Et 52 % d'entre elles s'engagent informellement dans leur environnement social immédiat, où elles accomplissent un important travail d'accompagnement et de soins. »

[OFS \(2020\). Le travail bénévole en Suisse](#)

En outre, les personnes âgées peuvent constituer un sésame auprès de seniors plus difficiles à atteindre. Car elles ont bien souvent accès à d'autres réseaux ou organisations, ce qui contribue à améliorer l'égalité des chances en matière de santé.

La participation présente des avantages majeurs pour les personnes âgées et pour la société dans son ensemble. Il est par conséquent essentiel que les seniors puissent exploiter durablement leur riche potentiel de ressources et d'expériences. Comme le montrent les exemples concrets décrits sur les pages suivantes, ce ne sont pas les possibilités qui manquent, ni d'ailleurs les organisations ou associations intéressées.

La Décennie pour le vieillissement en bonne santé 2021–2030 des Nations Unies réunit un grand nombre d'acteurs, afin de :

- changer notre façon de penser, les sentiments que nous éprouvons et la façon dont nous agissons face à l'âge et au vieillissement;
- veiller à ce que les communautés favorisent les capacités des personnes âgées;
- mettre en place des soins intégrés et des services de santé primaires centrés sur la personne qui répondent aux besoins des personnes âgées;
- offrir aux personnes âgées qui en ont besoin un accès à des soins de longue durée.

La participation et la santé sont étroitement liées

Non seulement les approches participatives sont bénéfiques pour la santé des personnes âgées, mais elles permettent aussi aux autorités, aux administrations et aux organisations de mobiliser des compétences et des ressources insoupçonnées au sein de la société civile.

La santé psychique et physique des personnes âgées dépend largement de leurs conditions de vie et de leur habitat. La possibilité qu'elles ont d'influencer activement, dans leur commune ou leur quartier, les conditions sociales et politiques en place se révèle ici déterminante. Le cas échéant, les seniors peuvent faire valoir leurs compétences dans la vie quotidienne et en acquérir de nouvelles. Leur confiance en eux et leur capacité d'auto-organisation se renforcent du même coup, et ils nouent de précieux contacts sociaux. Il s'agit là d'éléments centraux de la santé psychique.

Il est par conséquent essentiel de prévoir des possibilités d'engagement bénévole, ou de consolider et de développer l'offre existante. Des méthodes participatives permettent de recueillir les bonnes idées et d'amener la population âgée qui le désire à se mettre au travail et à assumer des responsabilités. Ce processus de co-construction partenariale favorise à son tour la solidarité au sein de la population. En outre, les bénévoles peuvent aider les organisations œuvrant dans le domaine de la vieillesse à joindre des seniors difficiles d'accès qu'ils côtoient dans leurs propres réseaux organisationnels. En ce sens, la participation en vaut la peine à tous les niveaux.

Dans l'idéal, il y aura différentes possibilités au choix, afin que les seniors puissent s'impliquer bénévolement en fonction de leurs possibilités ou de leurs besoins individuels. Et comme le montrent les « nouveaux bénévoles », les idées évoluent à propos du sens du travail bénévole ou des formes d'engagement souhaitables.

Même quand des possibilités sont prévues au niveau communal ou dans le quartier, l'engagement social varie d'un individu à l'autre. Certains seniors restent volontairement en retrait. Parfois aussi la non-participation tient à l'état de santé, à des difficultés financières ou à des barrières linguistiques. La professeure Pasqualina Perrig-Chiello a expliqué en introduction que la santé relève aussi de la responsabilité personnelle. Or la santé n'est pas acquise une fois pour toutes, et il faut l'encourager, la soutenir, voire la rendre possible par des interventions ciblées. Cela requiert du temps, des personnes clés, des rencontres sur pied d'égalité, des démarches participatives inédites ainsi que des moyens financiers.

Sonya Kuchen, Pro Senectute Suisse, membre de la direction, responsable coordination et soutien

«Les études montrent que les personnes ayant des contacts sociaux sont en moyenne en meilleure santé et plus satisfaites de leur vie que les personnes qui se replient sur elles-mêmes. L'intégration sociale aide les personnes âgées dans la gestion de leur quotidien.»

[OFSP \(2019\). Vieillir en bonne santé. Aperçu et perspectives pour la Suisse](#)

Hotelgas

Promouvoir sa santé



Partizipation
bereichert
alle.

Participer,
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

Participation à la promotion de la santé

Aujourd'hui, la promotion de la santé n'est pas seulement menée pour les personnes âgées, mais se fait surtout avec elles. Il existe différentes manières d'associer les seniors. Le présent article signale les pierres d'achoppement ainsi que les critères de succès ayant fait leurs preuves.

La Charte d'Ottawa de l'OMS qualifie la participation et l'autonomisation (empowerment) de piliers essentiels de la promotion de la santé. L'OMS invite par là à prévoir des processus démocratiques dans la promotion de la santé, ainsi qu'à renforcer l'autonomie et le contrôle que les individus ou les groupes peuvent exercer sur leur propre santé.

Qu'entend-on par participation ?

La participation est avant tout une méthode ou une posture professionnelle. Inspirée de Rifkin et al. [1], la définition retenue ici est la suivante :

«Processus social où un groupe d'individus va prendre part 1) à l'identification de ses besoins, 2) aux processus décisionnels et 3) à l'établissement des mécanismes pour répondre à ses besoins.»

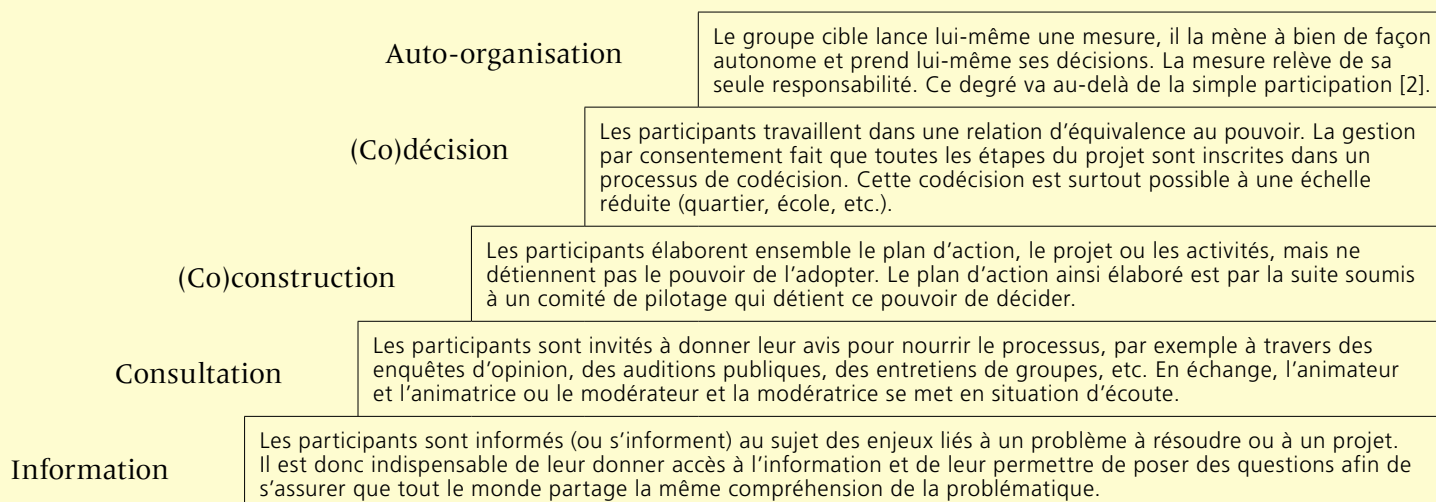
La participation n'est pas une fin en soi, et toutes les mesures ne doivent pas forcément reposer sur une approche participative. Il est toutefois essentiel d'envisager cette option lors du lancement de tout projet de promotion de la santé et d'examiner systématiquement ce qui peut être fait sur ce terrain.

Il est nécessaire également de déterminer qui sont les parties prenantes. Elles sont généralement de trois types dans un processus participatif :

- groupes cibles directs (p. ex. seniors) ;
- acteurs de proximité (p. ex. responsables de processus, multiplicateurs professionnels ou bénévoles, experts) ;
- instances décisionnelles (p. ex. responsables politiques, bailleurs de fonds et administrations).

Le modèle suivant montre que la participation peut revêtir une forme plus ou moins intense.

Degrés de participation



Il existe ainsi différents degrés de participation. Il est donc fondamental de se demander au début d'un projet jusqu'où les acteurs doivent être impliqués et de les informer très clairement sur les formes d'action auxquelles ils peuvent prendre part. Car une obligation de participation imposée à la légère risque souvent d'aboutir à une instrumentalisation et à une participation factice [2].

Défis et critères de réussite :

Une démarche participative de promotion de la santé comporte différents défis. Il faut notamment garder à l'esprit les aspects suivants [3, 4] :

- Il faut souvent prévoir beaucoup de temps et des coûts supplémentaires.
- Les parties prenantes déjà très chargées n'ont que peu de temps pour les processus participatifs.
- La participation des personnes issues de milieux socialement défavorisés est essentielle pour la promotion de la santé. Il est toutefois difficile de faire collaborer ces personnes. Cela exige bien souvent du temps, l'instauration de rapports de confiance, de la continuité dans les activités et une grande disponibilité même en dehors des heures de travail habituelles.
- L'autonomisation totale des parties prenantes et l'auto-organisation sans coordination génèrent souvent des difficultés qui peuvent compromettre le succès des projets.
- Les membres du groupe-cible risquent d'être assimilés à une main-d'œuvre gratuite, et leurs contributions de ne pas être prises au sérieux.

Dans la pratique, des critères de réussite et des solutions ont également été identifiés pour faciliter la participation en matière de promotion de la santé [3–5] :

- La participation a besoin d'un solide ancrage dans la stratégie d'ensemble d'une commune. Et une personne doit veiller à dynamiser la participation.
- Mener un processus participatif nécessite une méthodologie et une expertise dans le domaine. Un accompagnement professionnel et des conditions-cadres sont donc souvent nécessaires.
- Il faut déléguer des responsabilités au groupe cible; le projet doit aussi « être le leur ».
- L'engagement de tous les participants doit faire l'objet d'une appréciation et d'une reconnaissance publiques; un petit budget sera alloué à la participation dans les contrats de prestations et de projet, de façon à indemniser les coûts et frais encourus.
- Le travail axé sur la vie quotidienne et les contextes est essentiel pour atteindre les personnes socialement défavorisées. Par exemple, il vaut la peine d'instaurer une relation de confiance avec leurs associations ou communautés religieuses. Les individus moins actifs et plus isolés pourront ainsi être atteints via leur entourage social (familles, voisins, pairs).

Participation à la promotion de la santé chez les personnes âgées

Dans la promotion des soins de santé des personnes âgées, diverses solutions de participation ont fait leurs preuves, en permettant des expériences pertinentes et des rencontres, entre les générations notamment. On peut citer ici les balades à pied organisées dans les quartiers afin d'en cerner les besoins (consultation), les tables rondes destinées à la mise au point de mesures (cocréation), les groupes de suivi et de pilotage (codécision), ou encore les communautés d'entraide ou caring communities fondées sur l'autonomisation et l'attention réciproque (auto-organisation) [6].

Chloé Saas et Dominik Weber,
Promotion Santé Suisse

Sources

1. Rifkin, S. B., Muller, F., & Bichmann, W. (1988). Primary health care: on measuring participation. *Social Science & Medicine*, 26(9), 931–940.
2. Wright, M. T. (2020). Partizipation: Mitentscheidung der Bürgerinnen und Bürger. BZgA-Leitbegriffe.
3. Promotion Santé Suisse. (2022). Promotion de la santé auprès des migrant-e-s âgé-e-s : atteindre plus ensemble ! Newsletter PAC.
4. Ischer, P., Saas, C. (2019). La participation en matière de promotion de la santé. Document de travail 48. Berne et Lausanne : Promotion Santé Suisse.
5. Weber, D. (2021). Les personnes âgées, acteurs de la promotion de la santé *Commune suisse*, (6), 76–77.
6. Weber, D., Kessler, C. (2021). La promotion de la santé des personnes âgées, de réels bénéficiaires ! Arguments et champs d'action pour les communes et villes. Berne, Promotion Santé Suisse.

Permettre la

PARTICIPATION

active

Partizipation
bereichert
alle.

Participer,
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

Quatorze exemples inspirants de la Suisse

Les divers projets et initiatives décrits aux pages suivantes, issus des quatre coins de la Suisse, montrent comment la participation peut être mise en œuvre. Ces projets de communes, de cantons ou d'organisations actives au niveau national sont représentatifs de bien d'autres initiatives réalisées en Suisse. Ils sont convaincants par leur rayonnement et leur reproductibilité, et offrent ensemble un large éventail de thèmes et d'approches.

Belia – Besoins et qualité de vie des personnes âgées

Conçu par des membres des Panthères grises de Berne et de l'Association des aînés du canton des Grisons en collaboration avec des professionnels du développement de sites Internet, un outil en ligne traite des besoins des personnes âgées en quinze thèmes.

Parmi les thèmes abordés, on trouve la vie quotidienne, la mobilité, les finances, les sentiments, les contacts sociaux et le respect. Cet outil interactif permet à ses utilisateurs âgés de mieux cerner leurs besoins personnels, pour identifier les besoins qu'ils peuvent satisfaire eux-mêmes et ceux pour lesquels ils ont besoin de soutien. La confrontation d'une personne avec ses propres besoins stimule les capacités d'auto-gestion et renforce les ressources individuelles, le but étant que les aînés puissent organiser leur vie de manière autonome le plus longtemps possible.

Les aînés s'entraînent également à utiliser les médias numériques et se rendent mutuellement service à cette occasion, les personnes douées en informatique aidant des contemporains moins à l'aise avec l'outil proposé.

«Les personnes âgées constituent à la fois le groupe cible ET la force motrice du projet.»

Dr Bertino Somaini, chef de projet, Panthères grises de Berne

En tant que membres du groupe cible, les participants au projet apportent une grande expérience, qui va de l'expérience professionnelle à celle de la vie, en passant par le propre vécu du quotidien d'une personne âgée. Ils fournissent beaucoup de travail bénévole et permettent ainsi une mise en œuvre à moindre coût. Motiver le plus grand nombre possible de personnes âgées à participer nécessite beaucoup d'engagement et la capacité à communiquer clairement. Les premières expériences montrent en outre l'importance que revêt, pour la plupart des gens, la protection des données personnelles.

Dans le cadre du projet, les besoins recensés sont comparés, à titre expérimental et au niveau régional (Grisons, région d'Oftringen, ville de Berne), avec les offres existantes. Une fois le projet pilote terminé, l'outil sera étendu et complété, afin que les aînés puissent accéder facilement à des offres correspondant à leurs besoins.

Titre du projet

Belia – Besoins et qualité de vie des personnes âgées

Organisation

Panthères grises de Berne

Lieu

Régions de Berne et d'Oftringen, Grisons

But

Améliorer les conditions permettant à chaque individu de bien vieillir, compte tenu de ses besoins

Groupe cible

Personnes âgées de 65 ans et plus

Marche à suivre

- Élaboration d'un catalogue des besoins
- Développement d'un outil en ligne pour clarifier les besoins individuels
- Mise en relation, à titre d'essai, des besoins avec des offres appropriées

Site Internet

www.belia.me

Impuls Alzheimer – Intégration des personnes atteintes de démence

Alzheimer Suisse se bat pour que les personnes atteintes de démence et leurs proches soient entendus. Ces personnes sont intégrées dans des commissions et des groupes de projets et font partie intégrante de notre société grâce à des offres telles que les cafés Alzheimer ou des cours de danse.

Karine Begey, en tant que directrice adjointe d'Alzheimer Suisse, vous savez comment approcher et intégrer les personnes atteintes de démence. À quoi faut-il veiller ?

La démence est une maladie qui, progressivement, isole aussi bien les malades que les proches aidants. Grâce à des offres adaptées comme les cafés Alzheimer organisés dans un lieu accessible au public, les malades et leurs proches ont la possibilité de rencontrer des personnes confrontées à une situation similaire à la leur et de leur parler. Pour que les personnes atteintes de démence puissent continuer à prendre part à la vie sociale, il faut briser le tabou qui entoure la maladie, permettre aux malades de participer à des activités et sensibiliser la société aux défis que représente la démence. Il est également important que les autorités prennent des mesures et soutiennent les efforts des différentes organisations en vue de donner aux malades et à leurs proches une place dans notre société.

Comment vous assurez-vous de l'implication d'Alzheimer Suisse ?

Plusieurs fois par an, des personnes atteintes de démence rencontrent des collaborateurs d'Alzheimer Suisse pour échanger des idées. Dans le groupe de travail « Impuls Alzheimer », elles contribuent, par leurs opinions et leurs expériences, à ce que le point de vue des personnes atteintes de démence soit pris en considération dans le travail d'Alzheimer Suisse.

Quelles sont les limites des offres et des projets participatifs destinés aux personnes atteintes de démence ?

Les limites auxquelles sont soumises les prestations destinées aux personnes atteintes de démence sont précisément celles que la maladie impose. Plus la maladie progresse, plus les capacités cognitives des personnes souffrant de démence se détériorent. Pour pouvoir participer à une activité, les personnes concernées doivent souvent se déplacer, s'orienter dans l'espace, se souvenir des rendez-vous. Dans un groupe de travail tel que le groupe Impuls Alzheimer, les participants doivent être en mesure de réfléchir à certains aspects de leur maladie, de prendre position et de travailler sur des documents. Or ce sont précisément ces capacités qui sont mises à l'épreuve par la maladie. Ce qui était encore possible à l'entrée dans le groupe ne l'est parfois plus quelques mois, ou un an ou deux plus tard. De plus, l'état de santé des malades varie d'un jour à l'autre. D'où la nécessité d'une certaine flexibilité, d'un suivi adéquat des personnes concernées et d'une approche centrée sur la personne.

senior-lab – co-créer des solutions innovantes pour et avec les seniors

Le senior-lab est une plateforme interdisciplinaire de recherche appliquée et d'innovation dédiée à la qualité de vie des seniors.

Crée en 2018 par trois Hautes écoles vaudoises, le senior-lab développe des produits, services et technologies dans les domaines de la santé, de la mobilité et de l'habitat en partenariat avec les aînés. En partageant leurs avis et leurs expériences à travers des activités participatives telles que des focus groups, des world-cafés ou des études à long terme, les seniors contribuent au développement de solutions mieux adaptées aux besoins de la population âgée et ainsi plus facilement acceptées et adoptées par les bénéficiaires finaux.

«En termes de santé publique, impliquer les seniors dans des projets d'innovation permet de valoriser leur place dans la société, favorise un sentiment d'utilité sociale et procure une meilleure qualité de vie.»

Rafael Fink, senior-lab, chef de projet

Titre du projet

senior-lab

Organisation

Haute  cole de la Santé La Source, Haute  cole d'Ingénierie et de Gestion du Canton de Vaud (HEIG-VD),  cole cantonale d'art de Lausanne (ECAL)

Lieu

Canton de Vaud

But

Co-créer des solutions adaptées aux besoins des a n -e-s et améliorer leur qualité de vie

Groupe cible

Personnes  g es (65+)

Marche à suivre

Living-lab, méthodologie participative, communauté ouverte, interdisciplinarité

Site Internet

www.senior-lab.ch



SELBSTWIRKSAMKEIT FÖRDERN. SELBSTWIRKSAMKEIT FÖRDERN.



Partizipation bereichert alle. une richesse pour tout le monde. La partecipazione arricchisce tutti.

SELBSTWIRKSAMKEIT FÖRDERN. SELBSTWIRKSAMKEIT FÖRDERN.

ATTE – Association tessinoise pour le troisième âge

Au Tessin, l'association ATTE s'engage en faveur de la santé physique et psychique des seniors autonomes. Fondée en 1980, elle compte quelque 11 000 membres.

Les membres aux profils très divers profitent des services proposés par le secrétariat cantonal (Université des seniors, voyages, bouton d'appel d'urgence) et les cinq sections régionales. Ces dernières exploitent quatorze centres de jour (deux focalisés sur l'aspect « social », douze sur l'aspect « loisirs et contacts sociaux »). Bien que le soutien du département cantonal de la santé et des affaires sociales ait permis d'engager des collaborateurs (secrétariat et centres de conseil social), le travail sur le terrain est effectué par plusieurs centaines de bénévoles.

« Notre époque est marquée par une hétérogénéité sociale et culturelle. Il est donc particulièrement important de promouvoir une « citoyenneté active » qui reconnaisse l'interdépendance entre les générations et octroie un rôle clé aux personnes âgées. »

Giampaolo Cereghetti, président cantonal de l'ATTE et directeur de l'UNI3

La liste des activités est longue. Elle tient compte des particularités régionales et aborde les dimensions sociale et culturelle, l'objectif étant de promouvoir le développement personnel. Par exemple, l'initiative « Solidarity Region » a été mise sur pied pour répondre au risque de solitude et d'isolement des aînés dans les régions de montagne. Le projet « Bien vivre à chaque âge » vise par ailleurs à sensibiliser les habitants de tous âges à la question de l'habitat.

Organisation

Association tessinoise pour le troisième âge
(L'Associazione Ticinese Terza Età, ATTE)

Lieu

Canton du Tessin

But / Groupe cible

Promotion de la santé physique et psychique des seniors autonomes

Marche à suivre (principales mesures)

Programme annuel très varié et services d'accompagnement

Site Internet

www.atte.ch

queerAltern – mieux vieillir en communauté altersexuelle (queer)

Le projet « Espenhof » de l'association queerAltern à Zurich crée un lieu de vie commun pour les personnes âgées queer. Elle s'engage également pour une communauté qui se renforce mutuellement.

«queerAltern s'engage pour un lieu de vie où les personnes queer peuvent vieillir en communauté.»

Barbara Bosshard, présidente de l'association queerAltern

Les personnes âgées queer sont particulièrement vulnérables en raison de la discrimination et de la haine qu'elles ont subies. Par peur, beaucoup de personnes âgées passent leur biographie sous silence. Des maladies psychiques et physiques ainsi que la solitude et l'isolement en sont souvent les conséquences.

L'association queerAltern réalise le projet commun « Espenhof – Wir leben Vielfalt! » en collaboration avec des institutions de la ville de Zurich (soit la Fondation pour les logements des personnes âgées et les centres de santé pour les personnes âgées). En 2026, 26 appartements et 24 places pour les personnes nécessitant des soins seront prêts à être occupés lorsque ce projet pionnier en Suisse aura été mené à bien. L'association continue à s'engager pour renforcer la résilience d'une communauté d'entraide (caring community).

queerAltern organise régulièrement des activités. La plateforme « Teamwork » tisse en outre des liens entre ses membres.

Organisation

queerAltern – association fondée en 2014 et comptant environ 400 membres

Lieu

Ville de Zurich et environs

But

- Créer un lieu de vie commun pour les personnes queer.
- Promouvoir une communauté d'entraide.

Groupe cible

Personnes LGBTIQ (abréviation de : lesbiennes, gays, bi, trans, intersexes, queer) et apparentées

Marche à suivre

- Réaliser un lieu de vie queer « Espenhof – wir leben Vielfalt! » en collaboration avec des institutions municipales
- Mettre en réseau, renforcer la communauté d'entraide, notamment par le biais de groupes WhatsApp, d'ateliers et de manifestations diverses
- Publier une newsletter, envoyée à plus de 900 destinataires

Site Internet

www.queeraltern.ch

richäburg.füränand – Commune accueillante pour les personnes âgées

Reichenburg a lancé le projet participatif « richäburg.füränand » commune accueillante. L'objectif est de permettre à près de 4000 habitants de vivre leur vieillesse de manière autonome et en bonne santé.

Au début, un atelier regroupant des personnes clés a permis de faire le point sur l'existant et les besoins. Les offres disponibles ont ainsi pu être mises en évidence et les lacunes identifiées. En outre, l'atelier a permis de parfaire la mise en réseau des acteurs locaux.

La population âgée a été invitée à participer à une réunion consultative en septembre 2021. Dans le cadre d'un atelier prospectif, les seniors ont discuté en groupes

«Il n'est pas nécessaire de réinventer la roue. En matière de mise en œuvre, les communes peuvent profiter de bons exemples et de partenaires expérimentés.»

Armin Kistler, président de commune

de ce qui leur plaît particulièrement à Reichenburg et de ce qui manque actuellement pour assurer une vie saine à un âge avancé. Les grands thèmes suivants se sont dégagés : engagement bénévole, rencontres et convivialité, mouvement et activités. Un groupe de travail a été créé pour chaque thème évoqué lors de la réunion consultative. Ces groupes composés de seniors travaillent depuis lors de manière autonome. Sont notamment en cours de réalisation des offres portant sur des rencontres entre personnes du même âge, des cours portant sur la téléphonie mobile et l'informatique, des sessions de gymnastique pour seniors, un parcours d'activité physique intergénérationnel, ainsi que le lancement de la plate-forme fuerenand.ch, qui vise à encourager l'aide entre voisins et le bénévolat.

En automne 2022, une manifestation publique consacrée aux résultats clôturait le projet. La commission « richäburg.fürenand » assure la poursuite des activités lancées. Il s'agit également de pérenniser la participation mise en place dans le cadre du projet.

«Pour mener le plus longtemps possible et à domicile une vie socialement intégrée et autonome, il faut des réseaux de vie sociale facilement accessibles. La possibilité d'exprimer ses propres idées et de faire connaître ses centres d'intérêt a rencontré un bon accueil.»

Anita Zanchin, responsable du Bureau de coordination pour les questions liées à la vieillesse

Le projet de deux ans est soutenu par un programme d'action du canton de Schwyz axé sur la promotion de la santé et la prévention des maladies liées à l'âge. La commune fournit les ressources nécessaires à la direction locale du projet et est accompagnée dans sa tâche par la Fondation suisse pour la santé RADIX. Un groupe de pilotage stratégique composé de personnes issues de la politique et de l'administration a également été créé.

Titre du projet

richäburg.füränand « Commune accueillante pour les personnes âgées »

Organisation

Commune de Reichenburg
Suivi du projet par la Fondation suisse pour la santé RADIX

Lieu

Reichenburg (SZ)

But

- Intégration sociale des personnes âgées
- Connaissance des offres existantes et création de nouvelles offres
- Amélioration des conditions permettant aux personnes âgées de mener en bonne santé une existence autonome

Groupe cible

Aînés et organisations spécialisées, personnes clés de la politique et de l'administration communales

Marche à suivre

- Inventaire et évaluation des besoins
- Réunion consultative
- Groupes de travail autogérés, composés de seniors
- Manifestation consacrée aux résultats

Site Internet

www.reichenburg.ch

TownVillage – habiter, travailler et se rencontrer à Winterthour Hegi

La cité intergénérationnelle « TownVillage » est un lieu de vie et de travail ouvert à différentes histoires et expériences personnelles. Ses résidents bénéficient de plusieurs offres faciles d'accès et entretiennent des contacts sociaux. La collaboration entre professionnels et aides volontaires joue un rôle clé.

Susanne Gysin, vous êtes la directrice de la cité intergénérationnelle « TownVillage ». Qu'a-t-elle de particulier ?

Les locataires des 61 appartements sont ouverts à d'autres groupes d'âge et à d'autres projets de vie. En plus, ils souhaitent vivre dans une communauté active, offrant certaines structures.

Dans quelle mesure cela a-t-il valu la peine d'impliquer les personnes âgées dès la planification ?

Grâce à un groupe de projet très diversifié, les différents besoins ont pu être pris en considération. L'implication de professionnels, tels que les soignants, a également joué un grand rôle.

Comment les seniors participent-ils aujourd'hui au fonctionnement de « TownVillage » ?

Ils donnent un coup de main dans le voisinage, à la clinique de jour, au café, à la réception ou dans d'autres champs d'activité de la fondation Quellenhof, comme l'aide aux devoirs pour les apprentis. En outre, diverses activités communautaires régulières ont vu le jour, mises sur pied et réalisées par les locataires, telle l'organisation d'un après-midi consacré au tricot ou de cours d'anglais, ainsi que la préparation de repas de midi.

Cela fait deux ans que « TownVillage » est en place. Pouvez-vous déjà constater que les résidents âgés restent plus longtemps autonomes et en bonne santé ?

Je suis convaincue que leur santé émotionnelle et psychique s'est améliorée. Les résidents ont leur intimité. Mais ils ont à tout moment la possibilité de faire des rencontres et de participer à des activités communautaires. De nombreuses amitiés nouvelles se nouent.

Grâce aux soins ambulatoires et au soutien apporté par le voisinage, les personnes âgées peuvent rester plus longtemps chez elles. Le service de piquet médical assuré par Spitex et l'hôpital de jour, qui décharge les proches aidants, sont également précieux. Ces deux éléments font partie du « TownVillage ».

Le rapport d'évaluation récemment publié fournit de plus amples informations à ce sujet.

Que recommandez-vous aux responsables d'autres projets ?

Il faut des zones de rencontre et, surtout au début, des animations communautaires. C'est la base des amitiés, des invitations mutuelles et de l'aide entre voisins. Ensuite, il s'agit de recueillir les idées des habitants et d'aider ces derniers à les mettre en œuvre, notamment par des moyens financiers. Le bénévolat a un coût. Il doit en outre faire plaisir, être valorisé et porteur de sens.

Titre du projet

TownVillage

Organisation

Quellenhof-Stiftung

Lieu

Winterthour Hegi

But

Une cité intergénérationnelle qui favorise la qualité de vie (des personnes âgées) grâce à des offres modulaires et des contacts sociaux.

Groupe cible

Résidents du TownVillage et autres personnes intéressées (aucune offre n'étant réservée aux résidents)

Marche à suivre

- Concept
- Construction de la cité intergénérationnelle
- Exploitation et développement des offres

Site Internet

www.townvillage.ch

C A R I N G
COMMUNITY

Partizipation
bereicher t
alle.

Participer:
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

Partizipation
bereicher t
alle.

C A R I N G
COMMUNITY

EPER AltuM Zurich – Projet Âge et migration du canton de Zurich

EPER AltuM Zurich propose du soutien aux personnes issues de la migration dès 55 ans et les guide sur des questions en lien avec l'âge.

Aida Kalamujic, vous êtes responsable du projet « EPER, Âge et migration dans le canton de Zurich ». Votre projet est volontiers présenté comme un exemple pratique et a reçu plusieurs distinctions : qu'est-ce qui fait son succès ?

Depuis 2006, le projet EPER, Âge et migration dans le canton de Zurich vise à promouvoir la santé, l'intégration sociale et une vie autonome et indépendante des migrants et des réfugiés âgés – avec lesquels ce travail est effectué. L'offre de programmes est très étoffée et s'élargit constamment, car elle croît en fonction de la demande, des intérêts et des besoins des participants.

Les migrants sont particulièrement difficiles à atteindre : quel est le secret de votre réussite ?

Nous faisons appel de manière ciblée à des personnes clés issues de différentes communautés linguistiques. Ces personnes sont soutenues et encouragées dans leur tâche par le biais de formations continues et d'échanges d'expérience, ainsi qu'au moyen d'un coaching individuel assuré dans le cadre du projet Âge et migration. D'une part, les personnes clés font office de pont entre l'offre d'Âge et migration et le groupe linguistique concerné, d'autre part, elles fournissent des indications utiles sur la meilleure manière d'intéresser les migrants âgés, ainsi que sur les besoins actuels desdits migrants.

Qu'est-ce qu'Âge et migration apporte aux migrants âgés ?

L'objectif de chaque offre d'Âge et migration est de fournir aux migrants âgés les informations administratives dont ils ont besoin ainsi que de favoriser, par le biais d'activités de groupe, la mise en relation et l'activité physique. Ces dernières années, la capacité d'auto-gestion des migrants a également été fortement encouragée. Cela a permis de développer des réseaux d'entraide et de réduire l'isolement des migrants âgés.

La fréquentation régulière de cours de gymnastique, de natation, de yoga ou de danse contribue à la santé et à la vitalité générales. Les participants mentionnent souvent qu'ils n'ont pratiquement plus besoin de psychothérapie ou de physiothérapie.

Quelles ont été vos expériences avec les tandems Âge et migration ?

Dans le cadre du projet Tandem, des réfugiés âgés sont accompagnés par des bénévoles. La situation des réfugiés âgés est complexe. Ils portent leurs expériences, leur destin et leurs problèmes comme un lourd fardeau, ils sont mal informés et désorientés. Les tandems instaurent bien souvent une réelle relation de confiance.

Après le succès de la phase pilote conduite en 2020 et 2021 avec l'accompagnement scientifique de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse, le projet Tandem a été intégré au programme « EPER, Âge et migration dans le canton de Zurich ».

Titre du projet

EPER, Âge et migration dans le canton de Zurich

Organisation

EPER – Bureau de Zurich/Schaffhouse

Lieu

Canton de Zurich

But

Sensibiliser préventivement les migrants âgés aux problèmes liés au vieillissement et les aider à combler leurs besoins en cas de difficultés

Groupe cible

- Personnes issues de l'immigration, âgées de 55 ans et plus
- Personnes clés bénévoles

Marche à suivre

- Formation continue de personnes clés bénévoles
- Accès aux migrants fourni par des personnes clés appelées à donner des informations
- Activités de rencontre et de loisirs
- Séances d'information régulières, tables rondes et conseils personnalisés
- Tandem Âge et migration pour les réfugiés de 50 ans et plus

Site Internet

www.eper.ch

À mes yeux – promenade dans le quartier assortie d'une documentation photographique

Le projet « À mes yeux » vise à identifier les lieux du quartier où les personnes âgées se sentent à l'aise ou en insécurité. Cela doit contribuer au développement d'un espace public tenant compte des besoins liés à l'âge et sensibiliser les décideurs aux préoccupations des personnes âgées.

Un espace public attrayant, adapté aux personnes âgées et sans obstacles facilite l'intégration sociale. Il invite également à se déplacer et à se rencontrer au quotidien. Si les personnes âgées sont confrontées à des barrières physiques et sociales qui les empêchent d'utiliser l'espace public, cela risque d'affecter leur santé physique et psychique.

C'est là que le projet intervient : des personnes âgées de 70 ans et plus ont été accompagnées lors de promenades dans leur quartier, puis interviewées. Les lieux parcourus ont été photographiés par des étudiantes de la Haute école des arts de Berne (HKB) et commentés par les personnes âgées.

Le matériel photographique ainsi que les interviews qui l'accompagnent sont actuellement analysés et enrichis d'informations scientifiques. Il en résultera une exposition de photos ouverte au public et assortie d'un programme-cadre. Des spécialistes du développement urbain, de l'aménagement du territoire et du travail de quartier y seront notamment invités à s'exprimer. Le catalogue de l'exposition résumera les principales conclusions de l'étude et les présentera au public. Sur cette base, des barrières spatiales peuvent être éliminées de manière ciblée et l'intégration des personnes âgées améliorée. Près de 30 promenades de quartier ont été effectuées. L'exposition de photos est prévue au printemps 2023.

Titre du projet

À mes yeux – Approche subjective de la vie des seniors dans les quartiers suisses

Organisation

Haute école spécialisée bernoise, Institut de l'âge

Lieu

Villes et villages de Suisse alémanique (en particulier des cantons d'Argovie, de Bâle-Ville et de Berne)

But

Contribuer au développement de quartiers d'habitation adaptés aux personnes âgées

Groupes cibles

- Personnes âgées de 70 ans et plus
- Spécialistes du développement urbain, de l'aménagement du territoire, de l'architecture et du travail de quartier
- Public

Marche à suivre

- Promenades dans le quartier
- Analyse des photos et des interviews
- Synthèse complétée par des informations scientifiques
- Exposition publique de photos assortie d'un programme-cadre

Site Internet

www.bfh.ch/alter

«Le grand public accède par la vue à l'univers des personnes âgées. Cela doit inciter au dialogue entre les générations, encourager la compréhension mutuelle et favoriser des développements socio-spatiaux qui permettent une qualité de vie élevée pour tous les groupes d'âge.»

Jonathan Bennett, Haute école spécialisée bernoise (BFH)

«Le projet a permis d'atteindre des personnes âgées de 70 à 89 ans. Le bouche à oreille, les brochures d'information et la publicité sur Internet ont permis d'obtenir une diversité réjouissante de participants. Tous les milieux professionnels sont notamment représentés.»

Michelle Bütikofer, Haute école spécialisée bernoise (BFH)

Formations continues pour les commissions de la vieillesse – Politique participative de la vieillesse dans le canton d'Argovie

En organisant des formations continues pour les commissions de la vieillesse et les organisations d'aînées, le canton d'Argovie transmet à ses communes et à d'autres personnes clés des éléments centraux de sa politique du 3^e âge. Il s'agit notamment de la participation et de partenariats forts.

Dans le canton d'Argovie, la participation est ancrée depuis 2013 dans les principes directeurs de la politique du 3^e âge. La participation à la politique cantonale du 3^e âge est assurée par le biais de manifestations, de possibilités de donner son avis et de voter, lors du congrès cantonal des personnes âgées par exemple.

Depuis 2018, l'Aargauischer Seniorenverband (ASV) et la Fachstelle Alter und Familie (FAF) travaillent ensemble à la mise en œuvre de projets. C'est à cette occasion qu'est née l'idée de proposer une formation continue pour les commissions de la vieillesse. Du concept à la mise en œuvre, les bénévoles de l'association d'aînés et les collaborateurs du service travaillent ensemble, sur un pied d'égalité et avec des compétences décisionnelles partagées.

«Si le travail est ressenti comme une vraie collaboration et non comme une simple contribution à un projet, alors la politique de la vieillesse peut être considérée comme véritablement participative.»

Esther Egger, présidente, et Regina Wirz, membre du comité de l'Association argovienne des aînés, Christina Zweifel, directrice du Service pour la vieillesse et la famille

Titre du projet

Formations continues pour les commissions de la vieillesse et les organisations d'aînés

Organisation

Aargauischer Seniorenverband et Fachstelle Alter und Familie Kanton Aargau

Lieu

Aarau et ensemble du canton

But

- Mise en réseau et information des commissions communales du 3^e âge et des organisations d'aînés
- Encouragement à la création de nouvelles organisations ayant pour thème la politique de la vieillesse

Groupe cible

Membres de commissions de la vieillesse et d'organisations d'aînés, représentants d'autorités communales

Marche à suivre

Mise en place de modules de formation continue

Site Internet

www.ag.ch/alter
www.asv-ag.ch

Rappresentare



e
sfruttare

la diversità

Partizipation
bereichert
alle.

Participer:
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

Le programme « Commune amie des aînés » – ensemble sur la route

Huit communes du canton de Schaffhouse participent au programme Commune amie des aînés de GERONTOLOGIE CH. Dans chaque commune, des balades participatives sont au cœur du programme.

Les seniors peuvent exprimer leurs souhaits lors d'une reconnaissance des lieux faite en commun. Les questions sont diverses et ne se limitent de loin pas à l'espace public. Elles concernent par exemple l'intégration sociale, la santé et la communication.

La participation n'intervient pas seulement pendant la balade. Elle commence dès les préparatifs d'un tel événement. L'appel lancé à tous les acteurs ou organisations de bénévoles profite à la collaboration dans le village, les réseaux existants sont activés et l'incitation à participer est d'autant plus grande. En outre, la population âgée a son mot à dire sur la mise en œuvre des mesures. En général, des groupes de personnes partageant les mêmes intérêts se forment lors de ces balades. En cas d'empêchement, il est possible de prendre rendez-vous pour un entretien individuel.

« Avec un tel instrument, la commune peut contribuer à ce que les seniors conservent le plus longtemps possible leur autonomie à la maison, à ce qu'ils soient intégrés socialement et restent en bonne santé. »

Simon Stocker, GERONTOLOGIE CH, responsable du bureau d'appui Politique de la vieillesse

Titre du projet

Programme Commune amie des aînés
(projet pilote du canton de Schaffhouse)

Organisation

GERONTOLOGIE CH

Lieu

Communes du canton de Schaffhouse :
Merishausen, Ramsen, Hemishofen, Stein
am Rhein, Beringen, Neunkirch, Gächlingen,
Thayngen

But

Rendre le canton plus attentif aux aînés

Groupe cible

Cantons, communes, seniors

Marche à suivre

Programme en cinq étapes :

1. Lancement et adhésion au réseau
Commune amie des aînés
2. État des lieux de l'offre communale
3. Balades participatives sur le terrain
« sur la route ensemble »
4. Élaboration d'un plan de mesures et de
mise en œuvre (avec financement et
budget)
5. Remise du label de commune amie des
aînés et mise en œuvre des mesures

Site Internet

www.altersfreundliche-gemeinde.ch

Healthy up high – Vieillir en bonne santé dans une tour d'habitation bernoise

La transition vers un âge fragile (80 ans et plus) renforce l'importance du foyer et de la communauté. Dans la ville de Berne, plusieurs tours d'habitation ont entre 50 et 70 ans et ont besoin d'une revitalisation pour correspondre aux besoins vitaux et aux nouveaux standards urbains.

Tannys Helfer, vous dirigez le projet. Quelles sont les nouvelles connaissances que vous espérez recueillir?

Nous nous concentrons sur les seniors qui vivent dans des tours d'habitation anciennes. Nous voulons découvrir comment améliorer leur gestion de la santé, au travers de l'alimentation, de l'activité physique et de la socialisation. Nous étudions l'impact que pourrait avoir une revitalisation structurelle de leur immeuble. Nous étudions également comment le potentiel du système social peut être activé dans cet environnement particulier des tours d'habitation. Enfin, nous aimerions savoir comment les aspects structurels et sociaux interagissent dans les vieux quartiers d'immeubles de grande hauteur.

Qu'avez-vous constaté au fil des entretiens menés avec les résidents?

Les projets de rénovation sont source de grande inquiétude pour les personnes âgées. Elles se demandent si elles devront déménager, comment elles vont s'y prendre, si elles retrouveront leur ancien appartement et dans quelle mesure leurs charges vont augmenter. De tels changements peuvent être éprouvants à un âge avancé.

Comment avez-vous réussi à impliquer des personnes a priori difficiles à atteindre?

Nous avons su créer la confiance propice au dialogue lors de conversations informelles menées dans leur immeuble, devant les boîtes aux lettres, à la buanderie ou dans le hall d'entrée. Cela n'aurait pas été possible avec une enquête standardisée ou un débat public.

Quelle est la durée du projet?

Le projet s'achèvera un an et demi après son lancement, à la fin de l'année 2022, par un rapport de projet.

Titre du projet

Healthy Up High

Organisation

Haute école spécialisée bernoise

Lieu

Ensembles de tours d'habitation de la ville de Berne

But

Connaître les adaptations sociales ou structurelles nécessaires pour « vieillir à domicile » dans des tours d'habitation

Groupe cible

- Habitants de tours d'habitation
- Parties prenantes (p. ex. promoteurs immobiliers, collectivités)

Marche à suivre

- Analyse de l'environnement à l'aide d'un système d'information géographique (SIG)
- Observation des espaces communs
- Entretiens informels avec les habitants
- Entretiens avec cinq habitants par lotissement / tour d'habitation
- Groupe d'accompagnement composé d'experts (ville de Berne, concept régional des tours de Berne, administration(s) des cités, etc.)

Site Internet

www.bfh.ch/healthyuphigh

Vieillir chez soi – Adaptation de l’offre de logements à Lausanne

Des logements adaptés aux besoins des seniors voient le jour dans le quartier Sous-Gare de Lausanne, lors des transformations ou de nouvelles constructions. Il s’agit d’un projet-modèle pour un développement territorial durable, lancé en 2020 et se poursuivant jusqu’en 2024, avec le soutien de plusieurs offices fédéraux.

Pro Senectute Vaud et la Ville de Lausanne ont écrit à toutes les personnes de 55 ans et plus qui habitent dans le quartier comme propriétaires ou locataires, pour les inviter à participer au projet. Une enquête écrite a permis à chacun d’exprimer ses besoins en matière de logement, et il fallait préciser si l’on envisageait de s’engager ou non dans la vie de quartier. Le taux de réponses élevé, d’environ 40 %, montre que le thème est pris au sérieux. Les résultats constituent une précieuse base pour l’actuel travail de lobbying auprès des propriétaires, des gérances d’immeubles et des investisseurs. Des entretiens ont été ponctuellement réalisés avec des seniors et publiés sous forme de vidéos pour montrer le potentiel en matière d’adaptations. Le 31 mai 2022, un forum a été organisé sous forme d’ateliers.

Les seniors, les propriétaires et des représentants de la Confédération, du canton et de la Ville de Lausanne ont ainsi eu la possibilité de traiter des thèmes et de lancer des idées. Certaines personnes ont également accepté de s’acquitter de tâches spécifiques dans le quartier. Une seconde enquête est prévue à la fin du projet, pour mesurer la satisfaction par rapport aux changements intervenus dans la situation de logement. Il s’agira également de déterminer dans quelle mesure l’aide entre voisins se sera développée.

«Il est plus important pour les seniors d’être bien intégrés socialement que de vivre dans un logement adapté à leurs besoins. Nous misons donc aussi sur le renforcement de l’aide entre voisins.»

Marion Zwyzgart, Pro Senectute Vaud

Titre du projet

Vieillir chez soi

Organisation

Ville de Lausanne
Pro Senectute Vaud

Lieu

Lausanne, quartier Sous-Gare

But

Disposer d’une offre de logements en phase avec les besoins des seniors

Groupe cible

Seniors habitant le quartier

Marche à suivre

- Construction et transformation de logements adaptés aux besoins des seniors
- Enquête écrite auprès des seniors (55+)
- Organisation d’un forum avec des ateliers
- Renforcement de l’aide aux voisins

Site Internet

www.quartiers-solidaires.ch
www.ave.admin.ch

Planification anticipée concernant la santé – un accès simple pour tout le monde

La planification anticipée concernant la santé (PAS) vise à ce qu'en cas d'incapacité de discernement, chaque personne soit, dans la mesure du possible, traitée et prise en charge de la manière qu'elle souhaite. Le Conseil fédéral s'est fixé pour objectif d'améliorer les conditions-cadres de la planification anticipée concernant la santé.

Milenko Rakic, vous êtes collaborateur scientifique du centre de coordination «Plate-forme Soins palliatifs». Quel est le rapport entre la planification anticipée concernant la santé (PAS) et la participation?

La PAS est un processus participatif dans lequel toutes les personnes concernées sont impliquées. Les besoins et les souhaits sont identifiés et consignés par écrit lors d'entretiens entre les personnes qui planifient à l'avance leur fin de vie, leurs proches et les spécialistes.

Pourquoi la planification anticipée concernant la santé est-elle nécessaire?

Une réflexion menée suffisamment tôt sur les possibilités de traitement et sur la mort sont des conditions préalables à l'autodétermination de la personne concernée. Il est en outre important de parler de ce sujet. Les proches gagnent ainsi en sécurité lorsqu'il leur faut prendre des décisions à la place de la personne malade. De même, il est utile pour les soignants que les préférences soient consignées par écrit de manière compréhensible.

À qui s'adresse la PAS?

Toute personne, qu'elle soit jeune ou âgée, peut se retrouver à la suite d'un accident, d'une intervention médicale ou d'une maladie, dans une situation où elle n'est pas en mesure de s'exprimer ou est incapable de discernement, mais où des décisions thérapeutiques parfois lourdes de conséquences doivent être prises. C'est pourquoi la PAS concerne chacune et chacun d'entre nous. Elle doit donc être accessible à tous, indépendamment de l'âge, du handicap, de l'origine, du statut socio-économique, du diagnostic et des compétences individuelles en matière de santé.

Comment les conditions pour la PAS – et donc pour la participation du patient – peuvent-elles être améliorées?

Des mesures sont nécessaires pour rendre la PAS plus facilement accessible à tous. Le plus grand nombre possible de personnes doit être en mesure de réfléchir à ce sujet et d'en parler avec des proches et des professionnels. Pour atteindre cet objectif, il convient de sensibiliser et d'informer la population et les professionnels, tout en collaborant avec l'ensemble des acteurs concernés.

Liens et informations complémentaires

Plattform Palliative Care

[Planification anticipée concernant la sante PAS](#)

ASSM

www.assm.ch/Planification_anticipée_concernant_la_santé

OFSP

www.bag.admin.ch/palliativecare

SEEDS
THE BEST
IMMIGRATING
STARTERS

Partizipation
bereichert
alle.

Participer:
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

WISSEN
UND
ERFAHR-
UNGEN
EIN-
BRINGEN

Partizipation
bereichert
alle.

Participer
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

L'essentiel en bref : un projet participatif réussi a besoin des éléments suivants

Planification et communication

- Les responsables de projet incluent d'emblée des seniors et d'autres acteurs – dès la conception et la planification d'un projet, durant sa mise en œuvre, puis lors de son évaluation.
- Leurs attentes sont réalistes. Ils connaissent les ressources des divers acteurs, ou les recensent en début de projet. Les motifs poussant les seniors à s'engager leur sont également familiers.
- Ils informent clairement les acteurs sur les formes de participation prévues à leur intention.
- Ils planifient suffisamment de temps et de ressources financières, mais font aussi preuve d'une grande persévérance. Ils rendent visibles même les résultats modestes, qui motivent à aller de l'avant.
- Ils définissent des garde-fous, mais laissent la créativité s'exprimer. Il convient de faire bon accueil au résultat atteint, quel qu'il soit.

Réseautage et collaboration

- Les responsables de projet peuvent compter sur un réseau et sur des personnes clés motivées.
- Une collaboration basée sur la confiance et l'estime est en place. Un petit budget est prévu – en fonction du degré de participation – pour indemniser ou reconnaître l'engagement des acteurs.
- La responsabilité est déléguée au groupe cible, afin que le projet soit aussi celui des seniors.

Structures et ancrage

- La participation exige des structures et des lieux propices aux rencontres (informelles), par exemple un local public exempt d'obstacles.
- Un ancrage à l'échelon stratégique (p. ex. stratégie communale en matière de vieillesse) est essentiel pour pérenniser la participation.
- Il faut une personne qui dynamise la participation.

Méthodes

- Il n'y a pas de recette universelle avec les personnes âgées. Telle ou telle forme de participation conviendra mieux en fonction du projet, du but visé et du groupe cible. Il peut être utile de prévoir plusieurs formes de participation pour un même projet. En sachant tirer parti de toutes.
- Les approches de terrain, le travail communautaire ou l'accès via des personnes clés aident à prendre en compte les groupes difficiles d'accès (p. ex. personnes ayant un faible niveau d'instruction, issues de la migration ou atteintes de démence).
- Une approche à la fois inclusive et différenciée – tenant compte des réalités multiples du vieillissement – se révèle indispensable pour garantir une certaine représentativité et une véritable participation sociale des personnes âgées.

La participation doit être apprise et vécue. Cela vaut pour les politiciens comme pour les spécialistes du secteur ou les seniors. Un accompagnement professionnel s'impose souvent, comme certaines compétences et conditions-cadres. Une culture de la participation peut ainsi voir le jour.

Participez à notre échange d'expériences !

La présente publication a pour but de vous inspirer dans votre travail et de vous donner un aperçu des nombreuses publications traitant du « vieillissement en bonne santé » et de la « participation » ainsi que des organisations compétentes. Vous découvrirez ainsi par vous-même, dans votre environnement de travail ou votre cadre de vie que la participation en vaut réellement la peine, et cela à bien des égards.

Nous vous souhaitons plein succès dans vos démarches. Faites-nous part de vos succès ou des obstacles rencontrés sous : www.prevention.ch/fr.

Partecipare alla vita



sociale

Partizipation
bereichert
alle.

Participer:
une richesse pour
tout le monde.

La partecipazione
arricchisce
tutti.

Publications et références

Promotion de la santé et prévention

Vieillir en bonne santé. Aperçu et perspectives pour la Suisse. OFSP, 2019

Promotion de la santé pour et avec les personnes âgées. Résultats scientifiques et recommandations pour la pratique. Promotion Santé Suisse, 2022.

Promotion des compétences de vie chez les personnes âgées. Document de base, document de travail 49, Promotion Santé Suisse, 2020

Compétences de vie et santé psychique des personnes âgées. Promotion Santé Suisse, 2020

La promotion de la santé des personnes âgées, de réels bénéfices! Arguments et champs d'action pour les communes et villes. Promotion Santé Suisse, 2022

Fondation Hopp-la : promotion de l'intégration sociale des personnes âgées grâce à des offres d'activité physique intergénérationnelles. Feuille d'information 63, Promotion Santé Suisse, 2021

Publications de Promotion Santé Suisse pour la promotion de la santé des personnes âgées, 2020–2021

SANTEPSY.CH 65+ & SANTÉ MENTALE : Santépsy.ch souhaite apporter informations, ressources et témoignages pour aider à préserver la santé mentale.

Accès aux personnes défavorisées / Aides pratiques sur la participation

La participation en matière de promotion de la santé. Document de travail 48, Promotion Santé Suisse, 2021

Offres de promotion de la santé et de prévention : potentiel pour atteindre les personnes âgées socialement défavorisées. OFSP, 2019

Évaluation du programme Âge et migration (AltuM) de l'EPER, 2019–2021. Feuille d'information 66, Promotion Santé Suisse, 2022

Ältere Migrantinnen und Migranten am Wohnort erreichen. Leitfaden für Verantwortliche im Alters- und Migrationsbereich. ZHAW, Pro Senectute Kanton Aargau, Pro Senectute Kanton Zürich, 2015

Förderung einer Beteiligungskultur im organisierten Wohnen (en allemand) Un projet de recherche du département Travail social de la ZHAW passe en revue les possibilités de développer des activités participatives dans les résidences pour personnes âgées, notamment parmi les groupes difficiles à joindre.

Guide « Comment atteindre les hommes de 65 ans et plus? » Tenir compte du genre dans la promotion de la santé des personnes âgées Collecte d'expériences pratiques à l'attention des professionnel-le-s, Promotion Santé Suisse, 2019

Images de la vieillesse

Films montrant des seniors de la Décennie pour le vieillissement en bonne santé (2021–2030)

Einsamkeit hat viele Gesichter (en allemand) Documentaire sur les multiples visages de la solitude de l'association Familien- und Frauengesundheit, FFG-Videoproduktion .

Trailer » de l'Institut et Haute École de la Santé La Source à Lausanne (HES-SO) et de l'institut de bioéthique et d'éthique médicale de l'Université de Bâle (IBMB)

Podcast WIE LÄBSCH? – Reportagen und Fachwissen kompakt (en allemand) Pro Senectute Suisse rend visite à des personnes d'âges différents, vivant dans une forme de logement particulière.

«Alt? Bilder und Gedanken zum Alter» (en allemand) Installation itinérante réalisée à partir de témoignages vécus par le Service spécialisé du canton d'Argovie pour la vieillesse et la famille

Article sur la manière dont les journaux suisses parlent du vieillissement de la société (en allemand) Haute école spécialisée bernoise, Institut de l'âge

Stéréotypes liés à l'âge dans le développement des quartiers et des villes. Billet de blog d'intergeneration.ch

Leitfaden «Neue Bilder des Alter(n)s – Wertschätzend über das Alter(n) kommunizieren». (en allemand) Guide réalisé en Autriche lors du «Dialog gesund & aktiv altern », 2021

Bénévolat

Projet «geben & annehmen» (donner et accepter). Recommandations pour le bénévolat dans la vieillesse

Freiwilligenmanagement in zivil-gesellschaftlichen Organisationen «Anwerben, Begleiten und Anerkennen von freiwilligem Engagement im Alter.» Cet ouvrage collectif a été publié en 2022 dans le cadre d'un projet de recherche de la ZHAW sur la gestion du bénévolat dans le groupe des 50+.

Freiwilliges Engagement in der zweiten Lebenshälfte. Étude approfondie de l'engagement bénévole des gens dans la seconde moitié de leur vie. Beisheim Stiftung, 2020.

Observatoire du bénévolat en Suisse 2020

Politique de la vieillesse dans les villes et les communes et développement de quartier

Programme d'encouragement pour le développement durable. Le Programme d'encouragement de l'Office fédéral du développement territorial (ARE) soutient le lancement de projets cantonaux, communaux ou organisationnels qui contribuent à la mise en œuvre de la Stratégie pour le développement durable 2030. Six projets sont en chantier sur le précédent thème prioritaire «Changement démographique : concevoir l'habitat de demain».

Generationen-Wohnen heisst Nachbarschaft. Âge-Dossier 2020/2 de l'Age-Stiftung. La fondation publie à la rubrique Förderprojekte un aperçu des projets soutenus par elle.

Espaces propices à l'activité physique pour toutes les générations. Guide pour la planification, la mise en œuvre et l'animation participatives d'espaces extérieurs intergénérationnels. Fondation Hopp-la, 2021

Plateforme Communes amies des aînés de GERONTOLOGIE CH : des outils pratiques pour évaluer la convivialité envers l'âge de votre commune de manière structurée.

Un projet participatif de la commune de Château-d'Oex, Pro Senectute VD, OFSP et ARE, film

Organisation kommunaler Alterspolitik im Kanton Bern La brochure de la BFH (2022) donne des indications utiles à quiconque s'intéresse dans sa commune aux questions liées à la vieillesse.

Altersfreundliche Umgebungen in der Schweiz Cette étude publiée en janvier 2020 sur mandat d'a+ Swiss Platform Ageing Society montre que les communes suisses réfléchissent aux besoins de leurs retraités.

KONTEXTE Nr. 05, 2022: Schwerpunktthema «Quartierentwicklung» Comment peut-on aménager des quartiers selon une approche participative ? Le bureau Kontextplan présente quelques exemples intéressants.

Digitale Plattformen als Katalysator für urbane Koproduktion L'étude (2022) de l'Institut fédéral allemand de la recherche sur le bâtiment, la ville et le développement urbain (BBSR) montre dans quelle mesure les plateformes numériques d'intérêt général peuvent être utiles au développement urbain.

Prise en charge, soins et solitude

Empfehlungen zum Umgang mit älteren Menschen mit einer Abhängigkeit. Ein berufsethischer Leitfaden für Heim- und Hausärztinnen und -ärzte (recommandations médico-éthiques de prise en charge des personnes âgées en situation de dépendance), Fachverband Sucht, 2022

Une bonne prise en charge au troisième âge. Perspectives pour la Suisse : une initiative de la fondation Paul Schiller : contribution thématique de l'Union des villes suisses : «Die Städte sind am nächsten bei den älteren Menschen»

Kompetenznetz Einsamkeit de l'Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik à Francfort.

Données et statistiques

Santé : statistique de poche 2022, Office fédéral de la statistique Cette publication répond notamment aux questions suivantes : quelle est l'espérance de vie en bonne santé ? Quel est parmi les personnes âgées le taux d'hébergement en EMS ou le taux de recours aux soins ou à l'aide à domicile ?

Enquête «Les plus de 80 ans, un groupe délaissé par la société! ?», FARES, 2022

Besoins en soins de longue durée en Suisse Projections à l'horizon 2040. Rapport de l'Obsan 03/2022 (avec résumé en français) Ce rapport montre l'impact de l'accélération du vieillissement démographique sur les besoins en structures de soins de longue durée en Suisse.

Altersatlas L'atlas de la vieillesse de la FHNW visualise les données concernant le groupe des personnes âgées sur des thèmes comme la mobilité et les transports, la formation, la santé ou encore les pratiques culturelles.

Recherche et enseignement

Gérontologie appliquée. (Angewandte Gerontologie AGe+) De quoi a-t-on besoin pour vieillir dignement, avec une qualité de vie souhaitable et dans un climat de sécurité ? La ZHAW mène des recherches et enseigne dans le domaine de la gérontologie appliquée (AGe+), avec le concours d'autres organisations, de personnes âgées et de leurs proches, afin de répondre à ce genre de questions dans une approche pluridimensionnelle.

Plus de publications et de références à des événements sur



Impressum

Éditeur

Office fédéral de la santé publique OFSP
Promotion Santé Suisse
Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé

Date de publication

Janvier 2023

Rédaction

Diana Müller – Gesundheitsförderung & jedes Alter GmbH

Suivi rédactionnel

David Hess-Klein, OFSP
Kathrin Favero, OFSP
Dominik Weber, Promotion Santé Suisse
Silvia Steiner, Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé
Prof. Dr Jonathan Bennett, directeur de l'institut de l'âge, BFH
Severin Eggenschwiler, canton d'Argovie (programme de promotion de la santé des personnes âgées)
Hanna Hinnen, Révolution des grands-mères
Max Krieg, Pink Cross
Sonya Kuchen, Pro Senectute Suisse
Prof. Dr Delphine Roulet Schwab, Gerontologie.ch
Yves Weber, Radix

Photos

Raul Surace
www.surace.ch

Graphisme et affiches

Heyday Konzeption und Gestaltung GmbH, Berne
www.heyday.ch

Versions linguistiques

Cette publication est également disponible en allemand et en italien.

Contact

Office fédéral de la santé publique OFSP, Case postale, CH-3003 Berne
ncd-mnt@bag.admin.ch
www.bag.admin.ch/mnt

Cette publication est la première d'une nouvelle série sur le thème « Vieillir en bonne santé ». La prochaine publication est prévue pour l'automne 2023.

