

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 61

**Rubrik:** Pro Senectute

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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

# «Pour aider, il est essentiel de se faire aider»

Pour la première fois, Vaud et Genève font campagne commune, à l'occasion de la Journée des proches aidants du 30 octobre. Ambassadeur de cette cause depuis 2011, Philippe Jeanneret, Monsieur Météo de la RTS, témoigne de son émouvante expérience.



Uniquement à Genève, quelque 55 000 personnes consacrent régulièrement de leur temps à un membre de leur famille ou de leur entourage\*. Philippe Jeanneret, le responsable météo de la RTS a vécu une expérience similaire durant cinq ans. «Ma mère était quelqu'un de très actif, qui a connu passablement de réussites dans sa vie professionnelle, et qui ne laissait à personne le soin de décider de sa vie, et surtout pas ses enfants, explique-t-il en préambule. En 1980, elle se savait déjà atteinte d'une maladie dégénérative, mais elle avait de la peine à nous en parler. Nous avons appris plus tard par son médecin que c'était la maladie d'Alzheimer. A l'époque, nous étions allés consulter plusieurs spécialistes qui tous nous disaient: si vous étiez venus plus tôt, on aurait pu faire quelque chose. Ce qui nous laissait assez perplexes sur le moment. Aujourd'hui j'ai le sentiment que c'était surtout le reflet de l'impuissance de la médecine face à cette maladie, dont les causes sont encore difficiles à cerner.»

## Le dédicé

Dans les premières années de sa maladie, sa mère n'accepte pas l'évidence. C'est en 1985 que le dédicé a lieu. «Elle était partie à Londres avec un client pour lui vendre un Renoir bien précis. Mais elle avait confondu cette œuvre avec une autre. Elle est revenue complètement défaits. C'est à ce moment-là qu'elle a accepté d'être aidée.»

Avec pudeur et comme une forme d'espoir aussi, Philippe Jeanneret poursuit: «A partir de là, j'ai eu paradoxalement la mère dont je rêvais! Avant, je ne faisais jamais juste, jamais assez bien à ses yeux! Et là, lorsque je l'aidais, elle était contente, elle souriait et était reconnaissante. Elle se reposait sur moi, ce qu'elle n'avait jamais fait auparavant. J'ai donc vécu avec elle des moments douloureux, mais aussi extraordinaires.»

## Deux dénominateurs communs

Cette expérience émouvante, il la partage depuis trois ans en tant qu'ambassadeur de la Journée des proches aidants qui, cette année, aura lieu le 30 octobre. «Ce sont d'abord des aides à domicile de ma mère qui m'ont fait remarquer que mon engagement était devenu trop lourd pour moi, vu l'aggravation de la maladie de ma mère. Ce regard de professionnels a été important. Le fait que ma mère pouvait devenir violente et que je ne savais pas comment réagir dans cette situation a été un autre facteur déclenchant. Lors d'une crise, je lui ai tapé sur la main et elle s'est mise à pleurer comme un enfant. Vous vous rendez compte? Je m'étais emporté contre ma mère! C'était le signe que je n'arrivais plus à m'en occuper.»

L'hospitalisation, puis l'internement de sa mère à l'hôpital psychiatrique Belle-Idée, à Genève, en raison de

ses accès de violence, ont aussi été une épreuve pour le présentateur. «Ma mère m'a supplié de ne pas la laisser là... Je l'ai très mal vécu car j'ai eu le sentiment de l'avoir abandonnée. J'étais au bout du rouleau aussi. En discutant avec d'autres personnes qui se sont trouvées dans la même situation, j'ai compris que la culpabilité et la fatigue sont des dénominateurs communs chez les proches aidants, quelle que soit la maladie de la personne aidée. J'ai surtout réalisé que pour aider, il est essentiel de se faire aider. C'est le message de cette Journée!»

N'est-ce pas douloureux pour lui d'évoquer, année après année, cette période de sa vie? «Non, cela m'a obligé à revenir en arrière, de comprendre les engrenages dans lesquels j'étais tombé et comment je m'en suis sorti. Je peux l'expliquer à d'autres aujourd'hui. Je me sens également plus serein.»

## Eviter l'épuisement

Depuis une dizaine d'années déjà, le canton de Vaud a élaboré et soutenu toute une série de mesures – notamment sous forme d'information et de soutien psychologique – en faveur des proches de personnes de tout âge, handicapées, malades ou en fin de vie. «Avec l'augmentation du nombre de personnes âgées et l'allongement de l'espérance de vie, les personnes qui se retrouveront un jour dans le rôle de proche aidant ou de proche aidé seront de plus en plus nombreuses, explique Fabrice Ghelfi, chef de service du Service des assurances sociales et de l'hébergement. Pour celles et ceux qui se fragilisent, le développement des services de soins à domicile et des structures d'accompagnement retardé, voire permet d'éviter, l'entrée en institution.»

Au quotidien, les proches aidants sont rarement préparés à ce rôle. «Ils sont pourtant nombreux à l'assumer, sans parfois savoir poser leurs propres limites, avec des risques sur leur qualité de vie et leur santé, souligne-t-il. L'aide apportée par les proches montre d'une part, une solidarité très active dans notre contexte; d'autre part, des attentes de soutien. En effet, les proches aidants développent des pathologies physique et psychique en lien avec leur statut. Le risque de dépression ou d'utilisation de médicaments psychotropes est accru.



«J'ai compris que la culpabilité et la fatigue sont des dénominateurs communs chez les proches aidants.»

Philippe Jeanneret, responsable météo de la RTS

Néanmoins, ils montrent de la réticence à demander et accepter de l'aide pour divers motifs d'ordre personnels, contextuels et culturels.»

## Vaud et Genève, ensemble!

Vaud et Genève se sont dotés d'une commission consultative sur la thématique du soutien aux proches aidants, où siège Pro Senectute. Cette année, et c'est une grande première, la Journée des proches, le 30 octobre, est organisée conjointement sur Vaud et Genève, sur la base d'un concept commun, avec des expositions et des animations à la clé\*\*. Pro Senectute participe aussi à cet événement annuel qui, à l'avenir, pourrait s'étendre à d'autres cantons. «Les proches aidants sont un chaînon indispensable dans la prise en charge des personnes dépendantes, souligne en préambule Maurice Demont, directeur de Pro Senectute Genève. Leur rôle est essentiel, il doit être mieux reconnu et valorisé.» Depuis plus de dix ans, cette organisation propose avec l'association Alzheimer des prestations de répit à ces proches aidants. Ainsi, des accompagnatrices formées prennent le relais du proche quelques heures par jour. Deux assistantes sociales de Pro Senectute Genève organisent et coordonnent ce service. L'une de leurs fonctions consiste à trouver la bonne personne en tant qu'accompagnatrice pour créer le lien avec le ou la malade, sachant que la clé du succès d'un accompagnement dépend essentiellement de ce choix initial.

S. F. K.

\*Selon l'enquête suisse sur la santé, réalisée en 2012.

\*\*Interview (vidéo) de Philippe Jeanneret et programme complet des animations et expositions du 30 octobre sur [www.vd.ch/proches-aidants](http://www.vd.ch/proches-aidants) (Vaud) et [www.ge.ch/proches-aidants](http://www.ge.ch/proches-aidants) (Genève). Entrée libre.

BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263  
2502 Bienne  
e-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

FRIBOURG

Ch. de la Redoute 9,  
c.p. 1752 Villars-sur-Glâne 1  
e-mail: info@fr.pro-senectute.ch  
Tél. 026 347 12 40  
Fax 026 347 12 41

GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
e-mail: info@ge.pro-senectute.ch  
Tél. 022 807 05 65  
Fax 022 807 05 89

TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes  
e-mail: prosenectute.tavannes@ne.ch  
Tél. 032 886 83 80  
Fax 032 886 83 89

DELEMONT

Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4, c.p. 800  
2800 Delémont  
e-mail: prosenectute.delemont@ne.ch  
Tél. 032 886 83 20  
Fax 032 886 83 19

NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel  
Rue de la Côte 48a  
2000 Neuchâtel  
e-mail: prosenectute.ne@ne.ch  
Tél. 032 886 83 40  
Fax 032 886 83 41

LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25  
2300 La Chaux-de-Fonds  
prosenectute.clf@ne.ch  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

VAUD

Maupas 51  
1004 Lausanne  
e-mail: info@vd.pro-senectute.ch  
Tél. 021 446 17 21  
Fax 021 446 05 06

VALAIS

Siège et centre d'information  
Rue de la Porte-Neuve 20, 1950 Sion  
e-mail: info@vs.pro-senectute.ch  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16

## Info seniors

0848 813 813  
du lundi au vendredi  
Vaud: de 8 h à 12 h  
et de 14 h à 17 h  
Genève: de 8 h à 12 h