

Revue spécialisée

Psinfo



1/2019

**Recherche sur
le vieillissement**
Défis et opportunités
pour la science

Société vieillissante
Mesures à l'échelle
fédérale, cantonale et
communale

CareNet+
Un projet pilote
prometteur



Werner Schärer, directeur,
Pro Senectute Suisse

Promouvoir la santé, un enjeu primordial

Depuis sa création, la fondation Pro Senectute a pour but d'aider les personnes âgées à maintenir leur qualité de vie et leur autonomie. En notre qualité de plus grande organisation offrant un service de conseil et de prestations aux personnes âgées et à leurs proches en Suisse, nous proposons une offre complète plus actuelle que jamais. Dans tout le pays, nous mettons à disposition nos compétences en matière de gestion du quotidien, d'organisation du temps libre, de logement, de finances et de droit. Avec le concours de nos bénévoles, partenaires et donateurs, nous apportons une contribution majeure pour offrir une vieillesse en bonne santé et porteuse de sens à la population suisse.

Le «Rapport mondial sur le vieillissement et la santé» publié en 2016 par l'Organisation mondiale de la santé souligne que vieillir en bonne santé représente bien plus que l'absence de maladies. Il met notamment en évidence une nouvelle approche de la santé, qui abandonne le modèle curatif basé sur les maladies au profit de prestations de soins intégrés, centrées sur les besoins des personnes âgées. Outre le renforcement des ressources personnelles, la création d'un environnement accueillant pour les personnes âgées s'avère primordial.

Le thème du «vieillissement en bonne santé» présente de multiples facettes et pose de nombreux défis. Quelles responsabilités incombent à la science, à la pratique et à la politique? Quelles mesures sont nécessaires pour permettre à nos aînés, qui atteignent un âge de plus en plus avancé, de vivre de manière autonome et autodéterminée en dépit de soucis de santé? Ce numéro de Psinfo apporte quelques éléments de réponse.

Agir pour mieux vieillir

L'évolution démographique fait émerger le besoin de nouveaux concepts dans de nombreux domaines, afin de pouvoir préserver la qualité de vie des seniors jusqu'à un âge avancé. Un constat qui concerne aussi bien la prévention et la promotion de la santé, que l'habitat, le travail social communautaire ou encore le système de soins et de santé.

Sonya Kuchen, responsable domaines spécialisés, Pro Senectute Suisse

Rahel Schmid, spécialiste communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

D'après les calculs de l'Office fédéral de la statistique, la pyramide des âges est amenée à évoluer dans les 30 ans à venir. Cette transformation repose d'une part sur le recul des naissances observé au cours des dernières décennies, et d'autre part sur les mutations profondes de la pyramide des âges provoquées par la forte natalité des années 1950 à 1970. L'allongement de l'espérance de vie contribue également à ce phénomène, dans la mesure où il conduit à l'augmentation de la part des personnes âgées dans la population.

Les besoins des seniors évoluent avec l'âge. La préservation de la qualité de vie, le maintien à domicile le plus longtemps possible et la conservation de l'autonomie constituent à cet égard des enjeux essentiels. Principale organisation consacrée aux questions liées à la vieillesse, Pro Senectute a pour responsabilité de se préoccuper des besoins des personnes de 65 ans et plus et d'adapter son offre à celles-ci.

Aide et soins à domicile

Nombreuses sont les personnes qui souhaitent vieillir à leur domicile, dans un environnement qui leur est familier. Environ 90 % des seniors, majoritairement des femmes, demeurent dans leur logement après 65 ans, et cette proportion reste relativement élevée (57 %) chez les personnes du grand âge. Les proches jouent un rôle essentiel dans l'aide et les soins. Cependant, ce qui allait de soi autrefois s'avère de plus en plus complexe de nos jours. Si ce sont toujours principalement des femmes qui remplissent cette mission d'aide et de soins, leur participation accrue à la vie professionnelle, la réduction de la cellule familiale, la modification des structures familiales ainsi que l'éloignement géographique des proches constituent autant de difficultés supplémentaires pour la jeune génération lorsqu'il s'agit de s'occuper de leurs aînés. Les services d'aide et de soins sont onéreux, ce qui engendre des situations pénibles pour de nombreuses familles. Il est nécessaire que des solutions novatrices, notamment sur le plan financier, voient le jour au sein du système d'accompagnement, afin de garantir la prise en charge ambulatoire et les soins à domicile à l'avenir.

L'offre de prestations existante de Pro Senectute permet aux personnes âgées de vivre plus longtemps à leur domicile. Elle inclut des services de visite, d'aide ménagère, de soutien administratif et de jardinage,

ainsi qu'un service de relève pour les proches. Pro Senectute fournit des prestations modernes: il est par conséquent important de les réévaluer en permanence et d'étudier des offres innovantes.

Impact des inégalités sociales sur la santé

Les études scientifiques mettent en évidence une forte corrélation entre la santé des personnes âgées et les inégalités sociales. Ces dernières reposent avant tout sur le statut socioéconomique, qui inclut des facteurs tels que la formation, le revenu, la situation professionnelle et le patrimoine. Le niveau de formation joue à cet égard un rôle important. En moyenne, les personnes ayant un degré de formation inférieur possèdent moins de compétences dans le domaine de la santé. La situation financière des seniors peut également influencer sur les inégalités en matière de santé. La pauvreté pendant la vieillesse limite l'accès aux soins médicaux. Elle réduit également l'intérêt des personnes concernées pour les événements sociaux et culturels, augmentant ainsi le risque d'isolement, qui affecte à son tour la santé physique et psychique.

Les enjeux liés à l'égalité des chances dans ce domaine sont multiples. L'acquisition de compétences dans le domaine de la santé, la préservation d'un style de vie sain, l'accès aux services de santé et l'intégration sociale sont des stratégies potentielles pour favoriser l'égalité des chances en la matière. Pro Senectute met tout en œuvre pour que les seniors aient connaissance des offres existantes et puissent bénéficier d'un soutien financier pour accéder à ces services. Les projets élaborés avec le concours et dans l'intérêt de la population au sens large, en collaboration avec d'autres organisations et institutions, dans le but de créer un climat favorable aux personnes âgées dans la commune ou le quartier, permettent d'atteindre plus facilement les personnes âgées en situation d'isolement.

Activité physique pour le corps et l'esprit

Il est prouvé scientifiquement que l'activité physique a une influence positive sur la santé physique et psychique. Bouger régulièrement permet non seulement de renforcer le corps, mais aussi d'améliorer le bien-être et la joie de vivre. Un entraînement ciblé favorise la préservation de la force musculaire et de l'équilibre, qui sont essentiels pour prévenir les chutes, entretenir la mobilité et garantir l'autonomie jusqu'à un âge avancé. L'offre de sport et d'activité physique de Pro Senectute permet aux personnes âgées encore mobiles d'accéder à des exercices variés correspondant à leurs besoins. La plupart des seniors limités dans leur mobilité ne recourent plus aux offres de sport et d'activité physique extérieures. Dans ces cas de figure, Pro Senectute propose des exercices adaptés avec DomiGym : des coaches bénévoles et formés entraînent des personnes âgées à domicile pour les aider à regagner en force, en mobilité et en équilibre, leur facilitant ainsi la vie quotidienne et prévenant les chutes.



Les défis de demain pour l'aide et les soins à domicile

Les services d'aide et de soins à domicile ne manquent pas.

À l'avenir, la difficulté consistera à assurer la coordination et la coopération entre les prestataires correspondants. Les interfaces entre les organisations de soins, telles qu'Aide et soins à domicile Suisse, et les offres d'aide par des organisations comme Pro Senectute doivent être repensées. Comment les spécialistes des organismes de prise en charge et de soins peuvent-ils se compléter de façon optimale? Comment mettre en place une collaboration de qualité entre les bénévoles, les proches aidants et les spécialistes? Quelles offres de formation et de soutien seraient utiles aux bénévoles? Il convient d'élaborer et de mettre en œuvre de nouveaux concepts et solutions avec le concours de tous les acteurs.

Cette démarche doit être axée sur la personne âgée, avec son parcours personnel et son mode de vie, laquelle bénéficie du soutien d'un groupe de personnes clairement identifié afin de pouvoir vivre en toute autonomie et dans la dignité.

www.prosenectute.ch

Vieillir en bonne santé: l'interdisciplinarité

Il est essentiel que les personnes âgées puissent conserver leur qualité de vie et vieillir en bonne santé. Pour les gérontologues, il s'agit de renforcer les connexions entre les disciplines sociales, intellectuelles, scientifiques et médicales, ainsi que de créer des liens avec les expériences et les exigences issues du travail concret avec les personnes âgées. Les mesures adéquates pourront ainsi être élaborées pour la prise en charge des seniors.

Entretien avec Mike Martin, directeur du Centre de gérontologie de l'Université de Zurich, réalisé par Rahel Schmid, spécialiste communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

Qu'entendent les gérontologues par «vieillir en bonne santé»?

D'après la définition de l'OMS, une personne vieillit en bonne santé lorsqu'elle est en mesure de maintenir ses «capacités fonctionnelles». Les capacités fonctionnelles se définissent comme ce qui permet «aux individus d'être et de faire ce qu'ils jugent valorisant». Cette approche est novatrice, car les précédentes définitions partaient du principe que l'individu était soit malade, soit en bonne santé. De plus en plus de personnes âgées atteintes de plusieurs pathologies chroniques sont cependant en mesure de maintenir leurs capacités fonctionnelles. Par conséquent, la nouvelle définition de base tient compte de cette évolution. Du point de vue des gérontologues, cela signifie qu'il est impératif de comprendre comment interagissent tous les facteurs relatifs à une personne et son environnement. Nous pouvons ainsi découvrir comment un individu est susceptible de maintenir ses capacités fonctionnelles.

Les individus vieillissent-ils différemment de nos jours?

Les personnes vivent aujourd'hui plus longtemps, ont divers profils de capacités et de besoins, ainsi que différentes possibilités d'action dans leur environnement. Elles sont plus souvent autonomes dans la gestion de leurs capacités fonctionnelles et de leurs décisions. Comme d'autres tranches d'âge, elles sont tributaires des offres de formation pour être en mesure d'évaluer de façon critique l'évolution de la digitalisation.

Comment la gérontologie a-t-elle évolué?

La discipline s'est complexifiée, ce qui l'a rendue d'autant plus intéressante. En tant que gérontologue, je dois non seulement connaître les méthodes traditionnelles qui permettent de tester les changements amenés par des interventions, mais également imaginer des méthodes pour vérifier les effets stabilisateurs de ces interventions. Je dois être en mesure de déterminer les capacités fonctionnelles des personnes âgées de façon systématique et à large échelle, en fonction du contexte, de la situation et de l'individu, éventuellement en m'appuyant sur des outils numériques. Il me faut connaître les conditions techniques, éthiques, juridiques et analytiques pour évaluer, à l'aide de données courantes, l'impact d'une intervention.

Mike Martin, professeur de gérontopsychologie et de gérontologie depuis 2002, est directeur du centre de gérontologie de l'Université de Zurich. Le centre a pour objectif d'élaborer des principes scientifiques permettant de préserver la qualité de vie durant la vieillesse. La sensibilisation de tous les acteurs aux thèmes en lien avec la gérontologie, sur les plans économique, politique, culturel, religieux et public, est au centre de ses préoccupations. Le centre aspire à établir une définition transdisciplinaire du «bien vieillir» et met en lien théorie et pratique afin de concevoir des mesures ciblées destinées aux personnes âgées.

Centre de gérontologie
www.zfg.uzh.ch

À quels défis la gérontologie sera-t-elle confrontée à l'avenir?

Elle aura de plus en plus souvent la possibilité non seulement d'analyser différents aspects de la santé, mais également d'étudier celle-ci «en action», c'est-à-dire d'observer des comportements directement dans le quotidien. Cette approche d'évaluation inédite dans un nouveau domaine permet de déterminer ce que font réellement les individus. La gérontologie ne se limite plus à l'identification des compétences, des capacités ou des déficiences, ni aux informations fournies par les individus eux-mêmes.

Quelles conclusions avez-vous pu formuler autour du thème «vieillir en bonne santé»? L'une d'elles vous a-t-elle particulièrement surpris?

J'ai constaté avec étonnement que les personnes de plus de 70 ans étaient largement exclues des études réalisées dans le monde. Cela s'explique par le fait que la recherche est plus complexe lorsque l'individu est atteint de plusieurs maladies chroniques que quand il souffre d'une seule pathologie. Mais l'observation la plus surprenante est que de nombreuses personnes âgées parviennent à maintenir leurs capacités fonctionnelles. La gérontologie a donc désormais pour mission de livrer des constats relatifs à l'interaction entre les différents facteurs permettant de maintenir les capacités fonctionnelles. Ces résultats alimentent la pratique des soins, en permettant d'élaborer de nouveaux concepts et mesures.

Quelles questions relatives au thème «vieillir en bonne santé» font actuellement l'objet de votre recherche?

Nous aspirons à déterminer de façon objective les capacités fonctionnelles des personnes âgées. Notre but consiste à mesurer la santé en tenant compte de tous les facteurs importants. Cette mesure doit être fiable et économique, de manière à pouvoir servir de point de repère dans le cadre de la recherche et de la pratique des soins. Le domaine médical parle en la matière de «points de repère numériques». Nous entendons utiliser ces mesures pour que la société prenne des décisions ciblées, reposant sur des informations plus précises.

Quelles opportunités la recherche intensive en gérontologie offre-t-elle aux institutions telles que Pro Senectute?

Les prestations comme celles de Pro Senectute sont orientées sur la personne, le contexte, la situation et les possibilités d'action. Jusqu'à présent, la gérontologie ne prenait pas en compte les circonstances et les actions quotidiennes, au nom d'une «objectivité» supposée. Le nouveau concept «vieillir en bonne santé» et les possibilités liées aux mesures numériques au quotidien ajoutent à la recherche fondamentale des aspects de la vie de tous les jours, propres au contexte et à la situation. Les résultats futurs seront ainsi pertinents et applicables dans la pratique. Pro Senectute se caractérise par son ouverture aux nouvelles tendances – l'organisation peut désormais bénéficier du fait que les chercheurs s'intéressent à la pratique et aux problématiques correspondantes – et constitue à ce titre un partenaire essentiel pour assurer le lien entre la recherche et le terrain.



Conférence des parties prenantes «Vieillir en bonne santé – une contradiction?», 6 mai 2019

La conférence des parties prenantes à Berne est consacrée aux deux stratégies nationales Prévention des maladies non transmissibles et Addictions. «Vieillir en bonne santé – une contradiction?» constitue le thème central de l'édition de cette année.

Des acteurs importants du secteur de la santé partagent leurs découvertes et présentent des exemples tirés de la pratique. Les participants échangent et discutent de leurs expériences dans le cadre d'ateliers dédiés.

L'Office fédéral de la santé publique, la Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé et la fondation Promotion Santé Suisse ont établi le programme en collaboration avec Infodrog et Pro Senectute Suisse.

Celui-ci peut être consulté sur le site de l'Office fédéral de la santé publique: www.ofsp.admin.ch



Pascal Strupler est directeur de l'Office fédéral de la santé publique depuis 2010. Il occupait précédemment le poste de Secrétaire général du Département fédéral de l'intérieur. Auparavant, il a travaillé au sein du Bureau de l'intégration DFAE/DFE, du Département fédéral de l'économie et du Département fédéral des finances. En complément de ses études de droit à l'Université de Berne, Pascal Strupler a suivi une formation diplômante à l'Institut de hautes études en administration.

Office fédéral de la santé publique (OFSP)
www.ofsp.admin.ch

Point de vue

Vieillir en bonne santé en Suisse

Le vieillissement démographique mondial place également la Suisse face à des défis. Comment s'assurer que les personnes âgées demeurent en bonne santé et indépendantes le plus longtemps possible? Pascal Strupler, directeur de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), met en lumière la responsabilité de son service à cet égard.

Entretien avec Pascal Strupler, directeur de l'Office fédéral de la santé publique, réalisé par Rahel Schmid, spécialiste communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

Pourquoi l'OFSP est-il aussi actif dans l'élaboration de stratégies et dans la mise en œuvre de mesures destinées aux personnes âgées?

Le vieillissement de la population compte parmi les principaux défis auxquels est confronté le système de santé. En Suisse, l'espérance de vie est élevée et la part des personnes âgées dans la population s'accroît. Ces constats sont réjouissants. Nous devons nous efforcer de préserver une qualité de vie la plus élevée possible durant ces années supplémentaires. Cependant, les chances de rester en bonne santé jusqu'à un âge avancé ne sont pas les mêmes pour tous. L'état de santé à cette époque de la vie dépend de nombreux facteurs: les progrès de la médecine, mais également la génétique jouent un rôle important. L'influence de l'environnement, les rapports sociaux et le comportement individuel sont également décisifs.

Quel rôle joue l'OFSP dans la politique de la vieillesse? Quels sont les principaux défis auxquels il est confronté dans ce contexte?

Le nombre croissant de patients âgés fait augmenter les besoins en prestations médicales et thérapeutiques. Il devient nécessaire de disposer de davantage de personnel de santé qualifié et de structures de soins appropriées. Les exigences relatives à l'harmonisation de la prise en charge sont également de plus en plus élevées. Les structures de soins actuelles sont trop fortement orientées sur la médecine intensive et ne répondent pas aux besoins de ce groupe de patients. Notre attention doit impérativement porter sur la prévention et sur une collaboration plus étroite et plus efficace entre les acteurs. L'exigence d'efficacité par rapport aux coûts ne doit pas générer de crainte du rationnement. Elle résulte de l'interaction entre prévention, qualité élevée des prestations médicales et thérapeutiques, et organisation pertinente. Il n'est pas simple de parvenir à un consensus entre les différents acteurs. En matière de coûts, tous doivent s'engager et faire des concessions. Nous entendons préserver un système abordable, notamment pour les familles et les personnes à faible revenu.

Qu'entend l'OFSP par «vieillir en bonne santé»?

En bonne santé ne signifie pas nécessairement exempt de pathologies ou de limitations: une certaine dégradation physique et cognitive fait

partie du vieillissement. Le bien-être subjectif a lui aussi son importance. D'ailleurs, il peut être tout à fait satisfaisant pour une personne atteinte d'une maladie chronique. Nous collaborons étroitement avec la fondation Promotion Santé Suisse, qui conçoit des plans d'action destinés à promouvoir la santé des personnes âgées. Elle apporte son aide aux cantons, p. ex. pour l'organisation de cours visant à encourager l'activité physique et à prévenir les chutes, de campagnes d'information pour une alimentation saine ou d'événements conviviaux.

Pourquoi la bonne collaboration entre médecins, soignants, physiothérapeutes et autres prestataires est-elle importante?

La coordination entre les prestataires est cruciale, notamment pour les personnes atteintes de maladies chroniques. Elle permet d'éviter à la fois les traitements inutiles et les lacunes de prise en charge. La mise en place du dossier électronique du patient nous permettra de réaliser d'importants progrès. Celui-ci facilite la collaboration entre toutes les parties prenantes dans le cadre du suivi des personnes âgées, qui consultent souvent plusieurs médecins. Il contient l'ensemble des données et documents importants, tels que les radiographies et les rapports de sortie de l'hôpital. Cette amélioration de l'information devrait éviter les doublons et la prise de décisions erronées. L'objectif consiste en effet à améliorer la qualité de la prise en charge et la sécurité des patients.

Les coûts de la santé augmentent-ils autant que le craint la société avec l'accroissement de la part des personnes âgées dans la population? Les seniors pourront-ils toujours se permettre de recourir à une prise en charge et à des soins extérieurs à l'avenir?

La hausse des coûts de la santé constitue un véritable problème. La démographie en est une des causes, de même que les progrès de la médecine. À cela s'ajoute une augmentation du volume des prestations médicales injustifiées. Ainsi, le vieillissement de la population n'est pas la seule explication. Une chose est toutefois certaine: les coûts les plus élevés sont générés durant le dernier tiers de la vie. Si nous permettons à de plus en plus de personnes de vivre sans pathologie chronique à un âge avancé, cela sera bénéfique non seulement pour les individus concernés, mais aussi pour le système de santé dans son ensemble.

L'augmentation du nombre de personnes âgées ne doit pas être considérée uniquement comme un défi à relever. Quelles sont les opportunités correspondantes pour la société?

Les personnes âgées participent à la vie sociale de diverses manières, p.ex. en effectuant des tâches bénévoles ou en s'occupant de leurs proches ou de leurs petits-enfants. Leur expérience est précieuse pour la société. Les efforts entrepris par de plus en plus d'organisations et de communes en vue d'une intégration ciblée des personnes âgées dans la vie sociale, l'encouragement de formes d'habitat assorties de services de prise en charge et les projets de ce genre vont dans la bonne direction.

Que signifie «vieillir en bonne santé» pour vous, personnellement?

Je souhaite pouvoir rester à mon domicile en toute autonomie le plus longtemps possible et pouvoir compter sur un médecin traitant fiable.

Avec la stratégie Santé2020, adoptée en 2013, le Conseil fédéral entend améliorer le système de santé dans tous les domaines, de sorte que les personnes vivant en Suisse puissent continuer à bénéficier de soins de grande qualité sur tout le territoire. En effet, la pression exercée sur notre système de santé, performant et de haute qualité, est de plus en plus forte. Augmentation du nombre de personnes âgées et, partant, de pathologies chroniques, orientation des structures actuelles sur la médecine intensive, manque de transparence et de flexibilité: la stratégie Santé2020 permet au Conseil fédéral de préparer le système de santé à ces défis de façon optimale. Les 36 mesures de ce programme ont été mises en œuvre avec la participation de tous les acteurs.

Certains sous-projets de Santé2020 sont placés sous le signe du changement démographique, qu'il s'agisse de la consolidation des soins médicaux de base ou de la formation de personnel soignant qualifié. Ces conditions jouent un rôle important dans la prise en charge des patients âgés, car ce public souhaite avoir affaire à un médecin de confiance, qui connaisse ses antécédents médicaux. Ces individus ont également besoin de personnel soignant capable de répondre à leurs besoins spécifiques.

Le site www.g2020-info.admin.ch donne une vue d'ensemble des activités en cours.

De nouvelles politiques vieillesse pour les cantons et les communes

Le vieillissement démographique est un sujet de préoccupation non seulement pour la Confédération, mais aussi pour les cantons et les communes. Au sein de l'office chargé de la santé du canton des Grisons, le service de promotion de la santé et de prévention a élaboré en réponse à cette problématique un programme à long terme, afin que les personnes âgées puissent conserver leur autonomie, préserver leur santé et maintenir leur qualité de vie le plus longtemps possible.

Rahel Schmid, spécialiste communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

Denise Rudin est née à Bâle en 1974 et vit aujourd'hui à Coire avec sa famille. Depuis une dizaine d'années, elle assure la fonction de directrice du service de promotion de la santé et de prévention au sein de l'office chargé de la santé du canton des Grisons. Auparavant, elle a œuvré pendant sept ans en qualité de responsable de programme Activité physique, alimentation et détente chez Promotion Santé Suisse, participant à des projets et à des campagnes sur ces thèmes. Forte de sa formation de professeur de gymnastique et de sport à l'EPF Zurich, ainsi que d'un diplôme de master en administration de la santé de l'Université de Berne, Denise Rudin sait allier théorie et pratique. Durant son temps libre, elle entraîne petits et grands, transmettant ainsi sa passion pour le sport.

«J'apprécie énormément mon travail. Les membres de mon équipe et les autres acteurs du secteur travaillent main dans la main pour apporter une contribution essentielle à la préservation de la qualité de vie des personnes âgées.»

Plateforme de promotion de la santé et de prévention de l'office chargé de la santé du canton des Grisons: www.bischn.ch

«Le vieillissement démographique nous a contraints à repenser et à adapter la vision directrice et la politique en matière de vieillesse dans le canton», explique Denise Rudin, directrice du service de promotion de la santé et de prévention de l'office chargé de la santé du canton des Grisons. Avec son équipe, elle met en place des campagnes et des programmes destinés aux jeunes et aux moins jeunes à l'échelle du canton et des communes.

La vision directrice en matière de vieillesse donne l'orientation de la politique du canton des Grisons en la matière. C'était également le cas pour la conception du programme à long terme de promotion de la santé et de prévention à destination des personnes âgées. «À travers les mesures visant à promouvoir un style de vie sain au quotidien et les interventions d'ordre social dans l'environnement de vie, nous aspirons à allonger la période de vie en bonne santé et à retarder le placement en établissement spécialisé», déclare Marianne Lüthi, responsable de programme pour la promotion de la santé et la prévention à l'intention des personnes âgées.

La collaboration avec les communes et les organisations relevant du système de santé et des services sociaux revêt une importance capitale pour l'office chargé de la santé. «Notre fonction de conseil et d'assistance est largement acceptée par les différents acteurs», analyse Denise Rudin. De nombreuses communes ont constaté à quel point il était essentiel de tenir compte de la parole des personnes âgées et de les intégrer dans les actions. À ce sujet, un collaborateur d'une commune ayant mené une action participative déclare: «L'ancienne génération veut et doit être entendue au sujet de son environnement de vie. De nombreuses personnes âgées apportent volontiers des idées et des ressources, et sont prêtes à assumer la responsabilité de leur mise en œuvre.» La vie d'une commune repose sur la participation active et constructive de ses habitants, qui renforce et enrichit la communauté. Et lorsque les individus participent, ils se considèrent comme des éléments importants d'une collectivité vivante.

NEUROTH

ENTENDRE MIEUX • VIVRE MIEUX

Neuroth, spécialiste de l'audition, est une entreprise familiale fondée il y a 110 ans en Autriche. Elle n'a cessé de croître depuis sa création, devenant leader du marché autrichien. En Europe, le groupe Neuroth compte désormais parmi les premiers spécialistes de l'audition, avec 240 instituts spécialisés et centres d'audition, dont plus de 65 en Suisse. Près de 1200 collaborateurs travaillent pour Neuroth en Europe.



Entraînement auditif

Plus d'informations sur l'entraînement auditif de Neuroth au numéro gratuit 00800 8001 8001 ou sur le site www.neuroth.com/hoertraining

Partenaire

L'entraînement auditif par Neuroth: mieux comprendre sans appareil auditif

Avec l'âge, le risque de perte auditive s'accroît, altérant la qualité de vie des personnes concernées. Certes, les appareils auditifs améliorent sensiblement le bien-être physique, émotionnel et social, mais ils ne constituent pas la seule solution. Un entraînement auditif ciblé permet également d'apprendre à mieux comprendre, sans dispositif médical. Les exercices du spécialiste Neuroth sont un moyen efficace d'affiner de façon ciblée les performances auditives et la compréhension orale.

Rahel Schmid, spécialiste communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

La perte auditive liée à l'âge survient généralement de façon insidieuse et constitue l'un des problèmes de santé chroniques les plus courants chez les seniors. Ses conséquences touchent non seulement les personnes concernées, mais également leur entourage. La perte auditive génère des difficultés au quotidien: conversations en groupe, discussions téléphoniques ou débit rapide de l'interlocuteur deviennent de véritables casse-tête. Les personnes affectées s'éloignent ainsi souvent de ces activités et évitent les situations en société. Il en résulte un isolement social. L'identification et l'acceptation de la perte auditive, ainsi que la recherche d'aides et de solutions pour traiter le problème représentent un long processus pour les individus concernés. Il se passe en général jusqu'à sept ans avant qu'ils ne prennent le problème à bras-le-corps. Sept ans pendant lesquels ils ratent des conversations passionnantes avec leurs amis et leur famille.

Le spécialiste de l'audition Neuroth propose non seulement des conseils spécialisés et une vaste gamme d'appareils auditifs, mais aussi, depuis quelques mois, un programme d'entraînement de quatre semaines pour les personnes touchées par une perte auditive. «En cas de perte auditive, l'oreille ne perçoit plus certains bruits et certaines fréquences sonores. La parole devient ainsi indistincte et semble brouillée», explique Fabian Heeg, spécialiste de l'audition chez Neuroth. Le cerveau, qui était habitué à une bonne audition, doit être réentraîné. Grâce à l'entraînement auditif de Neuroth, les personnes concernées peuvent améliorer leur niveau de performance auditive et de compréhension orale sans avoir recours à un appareil. «L'entraînement auditif permet d'enseigner une meilleure compréhension au cerveau, à l'aide d'outils modernes», précise Fabian Heeg. Des collaborateurs expérimentés de Neuroth accompagnent la personne en formation et mesurent ses progrès. Les participants constatent une différence en à peine quatre semaines: ils comprennent de nouveau leurs interlocuteurs et suivent les conversations sans problème de compréhension majeur. Et ce n'est pas tout: grâce à cet entraînement, Neuroth rend aux personnes concernées une certaine qualité de vie.



Offre de prestations de CareNet+

Le centre de coordination CareNet+ offre une gamme de prestations diversifiée, avec les missions suivantes:

- Définition de la prise en charge médicale et sociale, en concertation avec les clients, les proches, les médecins et les autres spécialistes concernés
- Évaluation du besoin de prise en charge et élaboration d'un plan de traitement et d'accompagnement – en concertation avec les clients et les proches, les médecins, l'ASSASD, l'assurance-maladie et d'autres organisations
- Coordination des prestations dont bénéficie le client
- Définition des responsabilités des organismes de financement (assurance-maladie) et confirmation de la prise en charge des coûts
- Définition et coordination du financement des prestations

Contact du centre de coordination:

CareNet+
Werkstrasse 1
8910 Affoltern am Albis
Tél. 044 760 19 11
info@carenetplus.ch

Projets Pro Senectute

CareNet+ – un projet prometteur

CareNet+ est un projet unique en Suisse, initié par Pro Senectute dans le canton de Zurich, dans le but d'assurer une coordination intensive entre toutes les parties prenantes dans le domaine sanitaire et social. Ce centre de coordination soulage, dans les cas complexes, les prestataires, tels que les organismes de financement, afin d'améliorer la prise en charge et de réduire les coûts.

*Monica Flückiger, responsable du service Marketing et Communication,
Pro Senectute canton de Zurich*

En cours depuis 2016, le projet pilote s'adresse aux personnes de plus de 50 ans dans des situations de vie et des états de santé complexes. CareNet+, centre de coordination indépendant et neutre qui ne défend pas ses propres intérêts, a pour objectif d'améliorer l'efficacité et la qualité de la prise en charge des personnes âgées. Le projet est porté par Pro Senectute canton de Zurich. Grâce à une coordination ciblée, les mesures adoptées sont harmonisées au mieux, en travaillant main dans la main avec toutes les parties impliquées. Cette approche permet d'éviter les doublons et de diminuer la charge administrative.

Les expériences menées jusqu'à présent sont très prometteuses. CareNet+ a permis à l'échelle locale d'unir différents acteurs et de mettre en place une collaboration efficace au cas par cas. La situation de prise en charge des personnes concernées s'en trouve améliorée et les prestataires se voient déchargés d'une partie de leur travail.

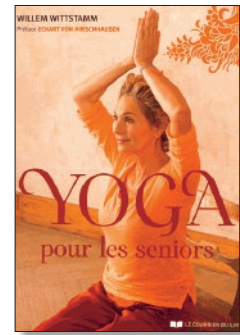
Le passage de l'offre en phase d'exploitation nécessite encore la preuve claire de son effet durable et économique, ainsi que la volonté d'un co-financement à long terme. Le rapport d'évaluation externe atteste que CareNet+ permet une prise en charge plus efficace et mieux coordonnée des personnes âgées. La courte durée du projet – deux ans et demi – et le faible nombre de cas traités jusqu'à présent ne permettent pas encore d'obtenir des résultats sûrs. Pro Senectute canton de Zurich poursuit le projet dans le district d'Affoltern pour les deux ans à venir, afin de collecter davantage d'expériences. L'offre a vocation à être étendue à d'autres régions du canton.

CareNet+ possède un grand potentiel pour fournir de nouvelles informations sur l'impact de la coordination des prestations de prise en charge. Tous les participants activement impliqués sont convaincus que la poursuite de CareNet+ pourra non seulement améliorer la qualité du conseil, de l'accompagnement et des traitements des personnes âgées, mais également renforcer globalement et à long terme l'efficacité et la coopération dans le cadre de leur prise en charge.

Yoga pour les seniors

Willem Wittstamm; préface de Eckart von Hirschhausen; [traduit de l'allemand par Flora Brunier]. Paris: Le courrier du livre, 2017

Les nombreux bienfaits du yoga ne sont plus exclusivement réservés aux personnes jeunes et sportives, tant il est possible de pratiquer bon nombre de postures – asanas – sur ou avec une chaise. Avec douceur et néanmoins exigence, l'auteur a développé des séries d'exercices particulièrement efficaces dédiées aux séniors. Avec ou sans expérience, quel que soit votre âge, vous pourrez vous initier ou parfaire votre pratique tout en douceur, dans le respect de votre corps. Et peut-être, avec le temps, remplacerez-vous la chaise par un tapis de yoga!



Comment mieux vieillir

Christophe Büla, Elisabeth Gordon; en collaboration avec François-Xavier Borruat, Roland J. Campiche, Karl-Heinz Krause. Chene-Bourg: Editions Planète Santé, 2018

Inéluctablement, chacun d'entre nous subit les outrages du temps. Mais chacun à son rythme et à sa manière, si bien que certains octogénaires sont en meilleure forme physique et intellectuelle que des personnes bien plus jeunes. Certes, au-delà de 65 ans, nos fonctions vitales ont tendance à s'affaiblir et à se fragiliser. En nous alimentant sainement, en ayant des activités physiques, en faisant fonctionner nos neurones, en entretenant un réseau social, nous pouvons retarder le processus de sénescence et, surtout, nous y adapter plus harmonieusement. Ce nouveau volume de la collection «J'ai envie de comprendre...» explore les différentes facettes du vieillissement à l'attention des jeunes et des moins jeunes.



Jeux pour 60 ans et plus

Auteures: Barbara Vanza, Sonja Werz; traduction: Véronique Keim. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO, 2017

Le plaisir! C'est l'élément central des jeux destinés aux adultes de plus de 60 ans. Les participants trouvent ainsi une motivation à bouger, à réfléchir, et cela sur le long terme. La coopération et l'esprit d'équipe occupent une place de choix dans les activités ludiques. Ce thème du mois présente des petits jeux qui visent à animer les trois parties d'une leçon ou d'un entraînement.



Ressources sociales: La promotion des ressources sociales, une contribution importante à la santé psychique et à une qualité de vie élevée (ressource électronique)

Nicole Bachmann; Promotion Santé Suisse. Berne: Promotion Santé Suisse, 2018

Dans son rapport de base intitulé «La santé psychique au cours de la vie», Promotion Santé Suisse a identifié le soutien social comme une ressource externe centrale des individus. Le soutien social est une dimension importante des ressources sociales, qui agit de pair avec la ressource interne centrale qu'est l'auto-efficacité (c'est-à-dire la conviction de pouvoir agir avec succès grâce à ses propres compétences et surmonter les situations, même si elles sont difficiles). La santé psychique peut être renforcée par la promotion de ces deux ressources.



www.npg-rsp.ch

Prêt de médias: Bibliothèque de Pro Senectute
Bederstrasse 33 · 8002 Zurich
044 283 89 81 · bibliothek@prosenectute.ch
www.biblio.prosenectute.ch
Horaires d'ouverture: lu, mer et ven: 9 à 16 h
mar et jeu: 9 à 18 h

Symposium suisse de gérontologie 2019

Le vendredi 22 novembre 2019 aura lieu le 4^e Symposium suisse de gérontologie. Cet événement, organisé par Pro Senectute en collaboration avec une haute école, se tient tous les deux ans. Il sera cette année consacré à la discrimination envers les personnes âgées, avec le concours de la Haute école de travail social de Fribourg.

Le symposium met en avant les approches innovantes et prometteuses, ainsi que les connaissances appliquées autour de la vieillesse. Dans un cadre interdisciplinaire et interactif, le thème de cette année, «Discrimination envers les personnes âgées», fera l'objet d'une analyse scientifique, sociologique, psychologique et linguistique.

Il s'adresse à un large public spécialisé, réunissant des représentants du secteur de la vieillesse, des responsables politiques de ce domaine et d'autres personnes intéressées.

Le symposium de cette année a pour objectif d'identifier de nombreuses situations dans lesquelles se produisent des phénomènes de discrimination des personnes âgées. Il s'agira par ailleurs d'en évaluer les conséquences pour les individus et la société. Le symposium vise également à définir comment lutter contre ces discriminations à l'aide d'outils d'interprétation et de moyens adéquats.

La remise du Prix Pro Senectute 2019 aura lieu dans le cadre de cet événement. Les spécialistes intéressés peuvent s'inscrire au symposium de gérontologie jusqu'au 15 novembre 2019 et bénéficier d'un rabais pour réservation anticipée jusqu'au 15 juillet 2019.

Plus d'informations sur le programme et l'inscription:
www.prosenectute.ch/symposiumdegerontologie

Impressum

Édition : Pro Senectute Suisse, Lavaterstrasse 60, case postale, 8027 Zurich, tél. 044 283 89 89, kommunikation@prosenectute.ch, www.prosenectute.ch

Parution : 4 x par an

Rédaction : Rahel Schmid

Textes : Werner Schärer, Monica Flückiger, Sonya Kuchen, Rahel Schmid

Traduction : Pro Senectute Suisse, CB Service

© Pro Senectute Suisse

Actualités



Inscriptions en ligne aux formations de moniteur de sport

Pro Senectute est la principale organisation proposant une offre d'activités physiques et sportives diversifiée pour les personnes de plus de 60 ans. Elle permet aussi aux personnes intéressées de suivre des formations pour devenir moniteur de sport et exercer ensuite dans le cadre de l'offre d'activité physique et sportive au sein d'une organisation de Pro Senectute.

Les formations sont reconnues par l'Office fédéral du sport (OFSP). En complément, Pro Senectute Suisse propose également des formations continues.

Le formulaire de recherche disponible sur le site Internet de Pro Senectute a été optimisé afin de faciliter la recherche de formations de moniteur à l'échelle de la Suisse. Les passionnés de sport peuvent ainsi s'informer de façon efficace et ciblée sur la formation de moniteur et s'inscrire au cours souhaité.

www.prosenectute.ch/sportleiter
(pour l'instant seulement en allemand)



Recherche de participants à l'enquête sur le service civil

Les personnes qui s'engagent dans un service civil pourraient-elles épauler les proches aidants et les personnes nécessitant une prise en charge, dont le nombre ne cesse de croître? La Careum Haute école de santé réalise, pour le compte de l'Office du service civil, une enquête visant à déterminer si le recours à des personnes en service civil serait envisageable pour les services de santé à domicile. Ces interventions devraient respecter strictement les règles du marché du travail et le principe de neutralité concurrentielle. L'organisme chargé de l'enquête recherche, par le biais des organisations partenaires, des personnes nécessitant une prise en charge et leurs proches qui souhaiteraient y participer à compter du 30 avril 2019.

www.careum.ch/ageing/zivi