



photo: Markus Schaefer, Hamburg

## Vieillesse et addiction : un sujet tabou

**Voilà un sujet guère plaisant à évoquer : l'abus d'alcool, de tabac et d'autres substances engendrant la dépendance touche également les personnes âgées. Que peut faire Pro Senectute ? Informer et guider les personnes concernées.**

Selon l'enquête suisse sur la santé, 8 % des hommes et 3 % des femmes en âge AVS présentent une consommation d'alcool problématique. Leur bien-être et leurs relations sociales s'en voient

affectés. La consommation excessive de somnifères, calmants et antidouleurs est quant à elle plutôt spécifique aux femmes. Ainsi, un cinquième des femmes à la retraite prennent chaque jour ce type de médicaments, dont certains présentent un potentiel d'addiction élevé et entraînent rapidement une dépendance.

A court terme, les drogues peuvent faire oublier les soucis et les problèmes, mais à long terme, elles détériorent la

qualité de vie. Les personnes concernées peuvent changer de comportement et améliorer leur situation. Mais pour y parvenir, elles doivent procéder à un bilan personnel. Les collaboratrices et collaborateurs de la consultation sociale de Pro Senectute sont là pour informer les personnes âgées dépendantes et les aiguiller vers des institutions spécialisées. Il y a également lieu de sensibiliser le public, afin de briser le tabou.

## La nécessité de sensibiliser le public



L'addiction présente de nombreux aspects, facettes et formes transitoires : du besoin encore normal jusqu'à la dépendance malade. La personne touchée se met à négliger ses tâches quotidiennes et abandonne ses autres centres d'intérêt

pour se consacrer exclusivement à la consommation de substances engendrant la dépendance.

L'addiction peut non seulement aggraver la situation des personnes

directement concernées, mais aussi celle de leur entourage. C'est souvent lorsqu'elles atteignent un seuil de souffrance élevé que ces personnes se résignent à demander de l'aide. Car aujourd'hui encore, l'addiction reste un sujet tabou, associé à nombre de préjugés. On ne prononce ce mot que du bout des lèvres, et les personnes dépendantes sont souvent mises au ban de la société.

Force est malheureusement de constater que l'addiction touche également les personnes âgées, et que ce phénomène a même tendance à augmenter. Nous ne saurions donc nous

voiler la face. Au prix d'un grand effort de sensibilisation, il y a lieu d'instaurer de la compréhension à l'égard des personnes concernées : c'est l'une des conditions sine qua non d'une aide efficace.

Les pages suivantes vous fourniront de nombreuses synthèses et nouvelles informations sur ce sujet, ainsi que de précieux conseils pour votre travail au quotidien.

Werner Schärer, directeur

## THÈME

# Les problèmes de dépendance sont sous-estimés

**La dépendance à l'alcool et à d'autres drogues chez les personnes âgées reste un thème peu pris en considération. Cela s'explique par un manque de connaissances et un déni de réalité des personnes concernées et de leur entourage. Il faut leur venir en aide : les possibilités existent.**

**Kurt Seifert** – Responsable du domaine Recherche et travail de base, Pro Senectute Suisse

Un petit verre ou deux, ce n'est pas de refus... Les boissons alcoolisées font partie des plaisirs de la vie pour beaucoup de personnes, durant la vieillesse également. Certaines personnes boivent aussi du vin ou des spiritueux pour trouver un peu de réconfort : c'est si facile de noyer ses soucis au fond d'un verre. La limite entre, d'une part, le verre de l'amitié ou un petit verre occasionnel pour se remonter le moral et, de l'autre, la dépendance à l'alcool n'est jamais très nette.

Le même constat vaut pour d'autres substances entraînant une dépendance, telles que la nicotine et, en particulier, les somnifères et les calmants qui contiennent de la benzodiazépine.

Ils s'avèrent efficaces contre les troubles du sommeil, une baisse de moral et les anxiétés les plus diverses, mais présentent aussi un potentiel de dépendance élevé en cas d'utilisation prolongée. Il s'agit de produits délivrés uniquement sur ordonnance. Deux tiers des ordonnances pour des médicaments contenant de la benzodiazépine concernent des personnes de plus de 60 ans.

### « Nihilisme thérapeutique »

Diverses études montrent que les médecins ont tendance à préférer la prescription de médicaments psycho-actifs à des traitements sans produits pharmaceutiques pour soigner les dépressions, les anxiétés et les troubles du sommeil chez les patients âgés. C'est surtout parmi les femmes à la retraite que l'usage de ces médicaments atteint une ampleur considérable : une retraitée sur cinq prend chaque jour des analgésiques, des somnifères ou des calmants. De nombreux homes et EMS utilisent des psychotropes pour calmer leurs pensionnaires.

C'est ainsi que le système de santé lui-même favorise la dépendance de personnes âgées, estimant qu'il n'existe

pas d'alternatives ou que celles-ci nécessiteraient un investissement trop important. Un rapport de l'Institut de recherche sur la santé publique et les addictions ISGF (basé à Zurich) paru en 2006 conclut à l'existence d'un « nihilisme thérapeutique » en ce qui concerne les problèmes d'addiction chez les personnes âgées : il estime qu'on se permet d'avoir des idées préconçues sur leur situation de vie, mais qu'on ne sait que peu de choses sur les solutions thérapeutiques existantes.

### Des chances de s'en sortir

Plus de la moitié des hommes et des femmes en proie à des problèmes de dépendance durant leur vieillesse l'étaient déjà bien avant leur départ à la retraite. Plus d'un tiers des cas d'addiction durant la vieillesse n'apparaissent que vers l'âge de 60 ans. Dans la plupart des cas, il s'agit alors de personnes sans histoires, bien intégrées dans la société. Les causes de la dépendance sont multiples : la résignation, le sentiment d'inutilité, les troubles physiques, ainsi que des douleurs liées à l'âge peuvent favoriser un glissement vers l'addiction.



photo : John Foxx Images

*La résignation, le sentiment d'inutilité, les troubles physiques, ainsi que des douleurs liées à l'âge peuvent favoriser un glissement vers l'addiction.*

Lorsque leur consommation de substances engendrant une dépendance est abordée de manière appropriée avec ces personnes, elles se montrent souvent prêtes à entamer un traitement – avec de bonnes chances de s'en sortir. En revanche, les thérapies échouent plus souvent dans le cas des personnes dépendantes depuis plus longtemps, car celles-ci manquent souvent de motivation. A cela s'ajoute aussi souvent un problème de codépendance lorsque ces personnes vivent en couple.

### **Une qualité de vie affectée**

Pour la personne concernée et son entourage, l'abus de substances engendrant une dépendance a généralement des effets dévastateurs : troubles psychiques, troubles de la perception et souvent aussi accidents en série, en particulier des chutes, viennent lourdement affecter la qualité de leur vie. Les conséquences financières peuvent par ailleurs s'avérer considérables, par exemple en cas de transfert en EMS. Ce sont là de bonnes raisons de ne pas fermer les yeux sur les problèmes d'addiction chez les personnes âgées.

Malheureusement, ces dépendances sont encore très souvent minimisées. Dans ce contexte, il ne s'agit pas de tenir la personne concernée sous tutelle, mais de lui montrer que des changements de comportement peuvent per-

mettre d'améliorer ses conditions de vie. Le psychiatre Thomas Meyer, qui a été directeur d'une clinique spécialisée, a expliqué que le traitement de l'alcoolisme des personnes âgées est dominé par le « dilemme entre le droit à l'autodétermination » et « la perte d'autonomie souvent accélérée par la dépendance » chez ces personnes.

### **Un point de repère**

Pro Senectute n'est pas une organisation spécialisée dans les questions d'addiction, mais ses bureaux de consultation peuvent offrir un premier point de repère. Il s'avère toutefois difficile de parler ouvertement de dépendance : dans la plupart des cas, les personnes concernées – et bien souvent aussi leurs proches – préfèrent passer sous silence ce problème qui affecte leur vie dans une large mesure, que ce soit par gêne ou par déni de réalité. Les travailleuses et travailleurs sociaux doivent alors faire preuve d'une grande compétence professionnelle et humaine pour aborder ce sujet tabou.

A elles seules, la psychiatrie et la psychothérapie ne suffisent pas à résoudre le problème de la dépendance durant la vieillesse. Le problème couvrant de nombreuses facettes de la vie, il est indispensable d'adopter une approche globale, intégrant la question de la qualité des relations des per-

sonnes concernées et de leurs réseaux sociaux, ainsi que le sens qu'elles donnent à leur existence. Le travail social de Pro Senectute peut apporter quelque chose dans ce domaine. Le travail de sensibilisation joue aussi un rôle important, que ce soit pour mieux comprendre les facteurs déclencheurs de la dépendance durant la vieillesse et l'ampleur du phénomène, ou pour donner aux personnes âgées concernées la confiance de pouvoir s'en sortir.

Formation organisée en partenariat avec le Groupement Romand d'Etudes des Addictions (GREA), Yverdon-les-Bains :

Personnes âgées et problèmes d'alcool : aborder le sujet et accompagner des situations, les 10 et 11 novembre 2011 à Yverdon-les-Bains. Cette formation s'adresse aux intervenants du champ médico-social ainsi qu'aux bénévoles.

Plus d'informations :

Pro Senectute Suisse, Secrétariat romand, tél. 021 925 70 10, [secretariat-romand@pro-senectute.ch](mailto:secretariat-romand@pro-senectute.ch), [www.pro-senectute.ch/fr/savoirs-specialises/offres-de-formation/formation-continue/cours.html](http://www.pro-senectute.ch/fr/savoirs-specialises/offres-de-formation/formation-continue/cours.html)

# Addictions chez les aînés : anciens et nouveaux défis

**Si la consommation d'alcool constitue le problème d'addiction majeur chez les personnes âgées, avec 12,3% des plus de 65 ans, soit un aîné sur huit, ayant une consommation à risque, d'autres dépendances existent aussi, y compris celles liées aux drogues illégales !**

**Michel Graf** – Directeur d'Addiction Info Suisse, Lausanne



A partir de la soixantaine, la consommation d'alcool peut poser plus de problèmes qu'auparavant. En vieillissant, la quantité d'eau présente dans l'organisme diminue ; l'alcool consommé est donc dilué dans une plus faible quantité de liquide, générant des alcoolémies plus élevées à quantité d'alcool égale. De plus, la tolérance à l'alcool diminuant, les effets d'ébriété sont plus

fortement marqués. Ainsi, la consommation d'alcool peut provoquer plus rapidement des dommages physiques ou engendrer une dépendance. Sans oublier l'augmentation des risques d'accident, notamment les chutes. De plus, l'alcool est contre-indiqué avec de nombreux médicaments, qui sont consommés beaucoup plus fréquemment et en plus grande quantité par cette population, pour d'évidentes raisons de santé.

## La retraite, une étape

Pour deux tiers des personnes âgées ayant un problème d'alcool, celui-ci a démarré bien avant l'âge de la retraite et n'a fait que s'accroître ensuite. Pour un tiers des aînés cependant, c'est cette étape qui marque le début d'une consommation problématique. En effet, la fin du rôle et des défis professionnels peut donner un sentiment d'inutilité ; la déstructuration des journées peut déstabiliser, donnant tout à la fois une sensation de liberté et de vide. Tout cela peut faire baisser fortement l'estime de soi de certains aînés et les conduire à des états dépressifs ou à des stress élevés. Le risque de recourir à l'alcool pour les soulager est alors fort, essentiellement chez les hommes. Isolement social, diminution des capacités, déprime : les femmes sont elles aussi dans des situations de risques similaires à l'âge de la retraite. Proportionnellement toutefois, elles sont nettement moins nombreuses à abuser de l'alcool. C'est bien plus le recours aux médicaments qui doit ici préoccuper.

## Que voir, que dire ?

Les symptômes d'une consommation problématique se confondent fréquemment avec ceux du vieillissement : troubles de la mémoire, pertes d'équilibre, insomnies, troubles digestifs et de l'appétit, angoisses, etc. Souvent l'entourage, après avoir constaté certains de ces signes, n'ose rien dire. Pourtant, la dépendance alcoolique, comme toutes les addictions, est une source de souffrance à tout âge ; il vaut donc toujours la peine de réagir ! Pourquoi ne pas parler avec la personne concernée de ce qu'on constate, des soucis que l'on a pour elle, sans juger ni faire la morale ? On peut aussi l'encourager à en parler avec son médecin, voire lui proposer de l'accompagner dans cette démarche. Les services de consultation spécialisés proposent aussi du soutien aux proches.

## Nouveaux défis

Le futur proche nous confronte à de nouvelles réalités : comment accompagner les héroïnomanes arrivant à la soixantaine ? Les EMS sont-ils adaptés pour les accueillir, pour gérer des programmes de substitution, voire des suivis HIV ? La question des fumeurs a déjà ébranlé les lieux de vie des aînés un peu partout en Suisse, posant de nombreuses questions éthiques et pratiques. Les aînés ont les mêmes droits que les autres, la collectivité a les mêmes devoirs de les protéger et les aider. Pour les addictions aussi, il s'agit de ne pas l'oublier, ni de les oublier !



Les problèmes d'argent ou de santé sont aussi fréquemment une raison pour les client-e-s souffrant d'addiction de s'adresser à la consultation sociale de Pro Senectute.

#### SAVOIRS SPÉCIALISÉS

## Vieillesse et addiction : un tabou

**L'addiction chez les personnes âgées reste un problème sous-estimé et tabou. Les personnes concernées placent la consultation sociale de Pro Senectute face à des tâches exigeantes.**

**Marianne Weber** – responsable consultation sociale et information, Pro Senectute Suisse

Une addiction réduit considérablement la qualité de vie des personnes concernées et de leurs proches. Chez les personnes âgées, il s'agit essentiellement de dépendances à l'alcool, à la nicotine et aux médicaments. Outre ces substances licites, la dépendance à des substances illicites (héroïne, cocaïne) ou à leurs substituts (méthadone) est de plus en plus répandue. Cette dernière caté-

gorie concerne le plus souvent des personnes dépendantes de longue date. Nombre d'entre elles consomment depuis plusieurs décennies, présentent des addictions chroniques et tombent souvent dans la déchéance. Ce phénomène pose de nouveaux défis aux EMS : parallèlement aux soins médicaux, il convient également d'intégrer les dépendant-e-s de longue durée dans le quotidien des homes.

#### **Une addiction cachée complique le traitement**

L'addiction chez les aîné-e-s reste un sujet tabou. Les personnes concernées cachent leur dépendance et sont difficiles à atteindre. Souvent, leurs proches les « couvrent ». S'ensuit une codépendance : outre le sujet dépendant, d'autres personnes se com-

portent d'une manière qui favorise la consommation. Elles soutiennent par exemple les personnes dépendantes en leur fournissant régulièrement des produits engendrant la dépendance, en les aidant financièrement ou en tolérant tacitement l'addiction. La souffrance des personnes dépendantes est atténuée, certes, mais leur traitement devient nettement plus difficile. Interpellées sur leur addiction, les personnes concernées ou codépendantes la nieront ou la minimiseront dans la majorité des cas. Ce déni peut être compris en tant que mécanisme de défense, car la confrontation revêt un caractère menaçant et soulève des questions très pénibles.

#### **En parler ou non ?**

Tôt ou tard, une addiction entraîne en règle générale des difficultés financières. Les problèmes d'argent ou de santé sont aussi fréquemment une raison pour les client-e-s souffrant d'addiction de s'adresser à la consultation sociale de Pro Senectute, bien que la plupart d'entre eux/elles taisent leur dépendance. Les travailleurs sociaux se trouvent donc confrontés à un dilemme : faut-il aborder le sujet si le client ne l'évoque pas de lui-même ? Et courir le risque qu'il refuse de nouvelles séances, voire coupe tout contact ? Avant d'aborder le sujet de l'addiction, le travailleur social doit impérativement instaurer une relation de confiance avec son client. Dans un entretien de confrontation, l'entrée en matière requiert beaucoup de doigté. Les travailleurs sociaux doivent formuler leurs perceptions ou suppositions de manière directe, neutre et sans jugement de valeur. Ce qui est possible avec des phrases commençant par : « Je remarque que... », « J'ai l'impression que depuis notre première discussion, vous avez davantage... ».

Une fois que la problématique de l'addiction est « sur la table » et que le client est disposé à changer et à régler son problème, il est fait appel à des services spécialisés dans le traitement des addictions. Le médecin de famille et les proches sont eux aussi des personnes clés à intégrer lors du traitement de dépendances.

photo : Tres Camenzind

# Aller au-delà des apparences

**Les expériences des professionnels de la consultation sociale chez Pro Senectute montrent que le phénomène de la dépendance chez les personnes âgées est non seulement complexe, mais aussi très répandu. Un entretien avec Raimund Disch et Heidi Messerli de Pro Senectute Thurgovie.**

**Dieter Sulzer** – spécialiste en information documentaire, Bibliothèque et centre de documentation de Pro Senectute Suisse

Le logement communautaire pour toxicomanes, situé à proximité immédiate du bureau de consultation de Pro Senectute Thurgovie à Kreuzlingen, confère au thème de la dépendance une dimension particulière. Avec les bâtiments environnants qui abritent l'association Spitex, un home pour personnes âgées et un centre de rencontre, ce site symbolise le maillage des institutions sociales qui, comme le montrera cet entretien, joue un rôle essentiel dans le conseil et la prise en charge de personnes âgées ayant un problème de dépendance.

Raimund Disch, responsable du domaine de l'action sociale et des bureaux de consultation de Kreuzlingen et Diessenhofen, réserve un accueil chaleureux au visiteur et lui sert un café et des friandises. A l'évidence, il sait comment créer en quelques instants un climat de confiance avec ses clientes et clients. Bien qu'il s'engage aussi dans de nombreux autres domaines du travail avec les personnes âgées en tant que travailleur social, Raimund Disch voue un attachement particulier au problème de la dépendance : avant d'entrer au service de Pro Senectute, il a travaillé dans une clinique de désintoxication et s'est occupé d'héroïnomanes sans-abri en tant que travailleur social « hors murs ». Quant à la responsable adjointe du domaine, Heidi Messerli, qui vient d'arriver de son bureau de consultation à Arbon, c'est lors d'un stage de travail social en milieu hospita-

lier qu'elle a rencontré pour la première fois des personnes âgées dépendantes. Très vite, il apparaît que les deux travailleurs sociaux sont aussi fréquemment confrontés à la dépendance sous ses formes les plus diverses dans leur travail quotidien chez Pro Senectute.

## A propos d'addictions

Pour souligner d'emblée la complexité de ce thème, Heidi Messerli ne parle pas des cas bien connus de personnes alcooliques ou pharmacodépendantes, mais de sa rencontre avec une personne âgée, ancienne héroïnomane et cocaïnomane, qu'elle allait conseiller dans un EMS. Bien qu'il s'agisse d'un cas isolé jusqu'à ce jour, elle s'attend à rencontrer des cas semblables à l'avenir. Raimund Disch apporte à son tour une nouvelle perspective, en évoquant l'enjeu des dépendances sans produit,

---

« Une telle dépendance sert à compenser un manque, que ce soit parce qu'on vit dans la solitude ou parce qu'on n'arrive pas à tourner la page sur le passé. »

---

comme l'achat compulsif, le jeu pathologique ou la dépendance à l'internet. Même si ces dernières n'ont qu'une incidence minime sur la santé dans l'immédiat, elles peuvent néanmoins entraîner des conséquences fatales sur le plan social et psychique. La différence réside dans le fait que la société s'intéresse davantage aux dépendances provoquées par des substances. Il n'est pas rare que les dépendances sans produit apparaissent comme un « effet secondaire » et qu'elles ne deviennent visibles qu'en marge de cas plus graves qui mènent à la prise de contact avec le bureau de consultation sociale. Et Heidi Messerli d'expliquer : « De graves problèmes peuvent survenir en cas d'achats

compulsifs. Nous avons déjà procédé à un assainissement de dettes avec plusieurs clients incapables de gérer leur budget. Dans la plupart des cas, une telle dépendance sert à compenser un manque, que ce soit parce qu'on vit dans la solitude ou parce qu'on n'arrive pas à tourner la page sur le passé. Ces personnes veulent s'évader, elles vont faire des achats et dépensent plus qu'elles ne peuvent se permettre. Je suis souvent confrontée à cette situation – pas comme problème principal mais comme effet secondaire. »

## Des situations multifactorielles

Raimund Disch souligne : « Au fond, ce ne sont là que des symptômes qui apparaissent. » Des situations a priori banales et très fréquentes, comme un départ à la retraite, figurent parmi les événements susceptibles de déclencher une dépendance. « Les hommes ont davantage tendance à vite tomber dans la déprime après leur départ à la retraite, parce qu'ils sont moins entourés que les femmes et qu'ils vont moins à la rencontre des autres. C'est pourquoi ils sont moins attirés par des activités de groupe », poursuit Raimund Disch. « Il ne leur reste plus qu'à aller au café ou au bistrot. Il devient plus difficile de résister à la tentation de boire et de fumer. » Raimund Disch insiste sur le fait que, contrairement aux apparences, il s'agit d'un problème multifactoriel : il est essentiel de considérer toutes les dépendances et toutes leurs causes, sociales et psychologiques également. Les effets secondaires de la dépendance mentionnés auparavant tendent à dissimuler le vrai problème et contribuent à le rendre tabou : lorsqu'une personne âgée alcoolique fait une chute, la cause réelle de cette chute – à savoir l'alcoolisme – est souvent oubliée lors du traitement de la fracture. Dans d'autres cas, c'est parfois précisément l'accident qui permet de le déceler et de l'aborder. Il en est de même lorsqu'un diagnostic de démence ou de dépression est posé sans avoir tenu



photo : Pro Senectute Suisse

Heidi Messerli et Raimund Disch de Pro Senectute Thurgovie dans leur salle de consultation.

compte d'une éventuelle consommation de substances engendrant une dépendance.

### Comment repérer une dépendance

Que ce soit dans le cadre des prestations d'assistance au quotidien, de visites d'anniversaire ou du service de repas, le personnel de Pro Senectute rencontre chaque jour des personnes exposées à un risque de dépendance. Raimund Disch raconte le cas d'une femme qui avait été victime d'un grave accident de la circulation. Souffrant de fortes douleurs, elle les soulageait à l'aide de médicaments. Des collaborateurs du service de repas, auquel cette dame faisait appel depuis un certain temps, découvrirent de plus en plus de factures qui traînaient dans l'appartement. Cette cliente n'était plus en mesure de gérer ses formalités administratives. Elle fut dès lors soutenue par le service de consultation sociale dans ses démarches administratives. Un jour, elle a été retrouvée à côté de son lit avec une côte cassée et des difficultés respiratoires. Au terme de sa prise en charge médicale, son entrée dans un EMS était devenue inéluctable. Il a toutefois fallu attendre l'arrivée des déménageurs pour connaître la véritable cause de cet incident : dans une armoire, ils découvrirent des sacs

entiers de médicaments, bien dissimulés à l'abri des regards. Comme cette dame, beaucoup de personnes âgées parviennent à cacher leur dépendance pendant longtemps. Raimund Disch connaît d'autres indices qui peuvent être révélateurs d'une addiction : odeurs corporelles (exhalaisons), comportements agressifs (en particulier lorsque la question de la dépendance est abordée), faible tolérance à la frustration, dénutrition, tendance à se laisser aller, absence d'organisation du quotidien (ce dernier élément pouvant toutefois aussi apparaître en cas de dépression et de démence).

### Réseau de contacts et intervention

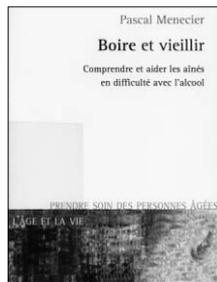
Quelles mesures peut-on attendre de la part des collaborateurs de Pro Senectute s'ils détectent de tels indices ? Raimund Disch souligne que le travail de Pro Senectute repose sur le principe d'une aide fournie à la demande des personnes en quête de conseil : « On peut seulement aider les personnes qui acceptent de l'aide ». Par ailleurs, Pro Senectute ne propose pas de cures de désintoxication. Des actes thérapeutiques seraient néanmoins prodigués de façon très rudimentaire : en effet, les assistantes et assistants sociaux représentent souvent la première personne de confiance. Leur travail repose sur la

confiance qui ne s'est parfois installée qu'au terme d'une longue période. A la différence des thérapeutes ou des médecins, leur point fort réside dans leur façon globale de voir les choses et d'agir : ils considèrent la situation de vie dans son ensemble, entretiennent un réseau de contacts dans le social et connaissent les passerelles vers d'autres services sociaux. Au lieu d'une intervention thérapeutique, il leur appartient d'accomplir une tâche tout aussi exigeante et lourde de responsabilités, à savoir d'orienter les clientes et les clients consentants vers une prise en charge adaptée : un psychiatre, un centre de conseil sur les dépendances, un EMS. Ils sont en contact permanent et échangent des informations avec ces structures.

Heidi Messerli se souvient d'un cas qui illustre bien la nécessité de travailler en réseau et l'importance d'une personne de confiance : pendant longtemps, elle a conseillé un couple à propos d'un changement de logement et l'a aidé à sortir de ses dettes. Un jour, alors que Heidi Messerli s'apprêtait à repartir après une visite chez ces clients, l'épouse, en l'absence de son conjoint, a abordé un thème qui allait finalement s'avérer être la véritable raison pour laquelle le couple avait pris contact au départ : l'alcoolisme de son mari. L'idée lui était passée par la tête de demander le divorce, parce qu'elle ne supportait plus les ivresses de son mari. A la suite de cela, Heidi Messerli est parvenue à aiguiller le mari vers un centre de conseil sur les dépendances, où il s'est engagé dans une thérapie.

Pour elle, cet exemple constitue un cas emblématique de « déclic progressif ». Une fois de plus, il s'est révélé nécessaire d'instaurer une relation de confiance et d'aller au-delà des apparences, jusqu'à ce que la personne concernée, en l'occurrence une personne codépendante, trouve le courage et le moment opportun pour rompre le silence. Les nombreuses expériences de Heidi Messerli et Raimund Disch et leur vision différenciée des choses montrent que, même si le sujet reste encore largement tabou et imperceptible, la dépendance constitue un phénomène quotidien dans le travail avec les personnes âgées.

# lu – vu – entendu



Pascal Menecier  
**Boire et vieillir**  
Comprendre et aider les aînés  
en difficulté avec l'alcool  
Toulouse :  
Eres, 2010

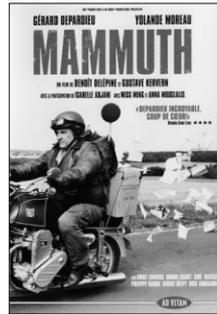
Parler d'alcool à des personnes âgées est difficile, souvent tabou, pour de nombreux intervenants professionnels comme pour de nombreux proches. Ainsi, en partie par défaut de repères théoriques permettant de mieux comprendre les personnes en difficulté avec l'alcool et les mécanismes en jeu, l'aide et l'accompagnement de ces personnes, à domicile comme en institution, restent sources d'embarras, de maladresse ou d'évitement. L'auteur propose ici de multiples éléments de réflexion et d'intervention, utilisables par tout aidant, proche ou professionnel auprès de personnes âgées.



**Les addictions  
du sujet âgé**  
Paris :  
In Press, éd. 2009

Les sujets âgés sont eux aussi exposés aux dépendances : alcoolisme, tabagisme, consommation de médicaments psychotropes... touchent de plus en plus souvent cette population. Mais il existe également d'autres addictions plus rarement évoquées : les psycho-stimulants (café, thé, chocolat) ou encore le jeu, la télévision... Comment aider les per-

sonnes âgées à se déprendre de ces dépendances, souvent dangereuses, qui peuvent les conduire à un isolement accru ? Cet ouvrage fait le point sur les connaissances actuelles concernant les addictions du sujet âgé.



**Mammuth**  
Un film de  
Benoît Delépine et  
Gustave Kervern  
[S.l.] : Mira Film,  
2010.

Serge Pilardosse vient d'avoir 60 ans. Il travaille depuis l'âge de 16 ans, jamais au chômage, jamais malade. Mais l'heure de la retraite a sonné, et c'est la désillusion : il lui manque des points, certains employeurs ayant oublié de le déclarer ! Poussé par Catherine, sa femme, il enfourche sa vieille moto des années 70, une « Mammuth », et part à la recherche de ses bulletins de salaires. Durant son périple, il retrouve son passé et sa quête de documents administratifs devient bientôt accessoire... Avec Gérard Depardieu et Isabelle Adjani.

## Bibliothèque Pro Senectute

Les livres et films présentés sur cette page peuvent être empruntés à :  
Pro Senectute Suisse,  
« Bibliothèque et documentation »  
Bederstrasse 33  
Case postale  
8027 Zurich  
Tél. 044 283 89 81  
bibliotheque@pro-senectute.ch  
www.pro-senectute.ch/bibliotheque

# Actuel

## Remise du Prix Chronos 2011

Pour de nombreux enfants et seniors, le Prix Chronos de littérature est déjà une institution. Tout naturellement, ils se plongent dans les représentations, les besoins, les souhaits et les points de vue de l'autre génération, ils échangent et trouvent un dénominateur commun à travers le livre. Année après année, le Prix Chronos réserve toujours des surprises, des rencontres rafraîchissantes et de nouvelles amitiés.

Organisées à Genève et à Lucerne, les remises du prix sont une vraie fête du livre pour les jeunes et les moins jeunes. Le dépouillement des votes des lecteurs est imminent, et le suspense est à son comble pour savoir quel auteur le Prix Chronos récompensera cette année. Les lauréats se verront remettre personnellement leur distinction lors des deux cérémonies, où ils répondront aux questions du public et, bien entendu, signeront des autographes.

## Genève

Date : mardi 3 mai, 14 heures  
Lieu : Café Littéraire (au Salon International du Livre et de la Presse)  
prix.chronos.fr@pro-senectute.ch,  
tél. 021 925 70 15

## Lucerne

Date : lundi 18 avril, 14 heures  
Lieu : Musée des transports  
(Conference Center)  
prix.chronos@pro-senectute.ch,  
tél. 044 283 89 81

Pour de plus amples informations :  
www.prix-chronos.ch

## Impressum

**Édition** : Pro Senectute Suisse, Lavaterstrasse 60, case postale, 8027 Zurich, tél. 044 283 89 89, communication@pro-senectute.ch, www.pro-senectute.ch  
**Rédaction** : Ursula Huber (responsable), Dieter Sulzer **Textes** : Michel Graf, Werner Schärer, Kurt Seifert, Dieter Sulzer et Marianne Weber.  
**Traduction** : Pro Senectute Suisse, Roestibruেকে.ch  
**Secrétariat romand** : Pro Senectute Suisse, rue du Simplon 23, 1800 Vevey, tél. 021 925 70 10, secretariat-romand@pro-senectute.ch  
Cette publication est imprimée sur du papier blanchi sans chlore.