

# Vieillir sans se mettre en retrait(e)

---

Le titre de cette présentation est un programme en soi. En 21 pages, il dresse un état des lieux des conditions de vie des personnes de 65 ans et plus à Genève. Il donne aussi des conseils aux seniors. Quelques chiffres:

- **Lieux de vie.** Le canton compte 81'200 personnes de plus de 65 ans. En 2016, seules 3884 personnes étaient hébergées en EMS.
- **Santé.** Entre 1979 et 2011, les personnes âgées ont gagné une meilleure forme physique et mentale, avec une nette diminution des troubles de la mémoire et du manque d'énergie. Les symptômes de dépression sont toutefois répandus.
- **Indépendance fonctionnelle.** Les trajectoires de santé révèlent de nombreuses inégalités (avec les tableaux et graphiques de Michel Oris et François Höpflinger). Un chiffre à souligner: parmi les octogénaires genevois et valaisans, 55% des décès ont eu lieu sans que la personne passe par une situation de dépendance.
- **Soins à domicile.** Parmi les 80 ans et plus, 41.8% à Genève (19,9% en moyenne suisse), surtout des femmes, bénéficient des services d'aide et de soins à domicile et 28.4% d'aide informelle.

Le document se termine avec neuf constats et conseils de **Hans Peter Graf**, «retraité non pratiquant» comme il se définit lui-même. Il souligne qu'après la retraite de la vie professionnelle, une tranche de vie de 25 ans s'ouvre pour la majorité des personnes. C'est une période aussi longue que celle qui mène de la naissance à l'âge adulte ! Il importe donc de lui donner du sens, de surmonter les vues négatives sur le vieillissement, de prendre soin de soi, d'apprendre à vieillir futé, de rester acteur de sa vie.

A lire aussi sur ce thème des seniors genevois, le numéro spécial «Causes communes», bimestriel du Parti socialiste de la ville de Genève, juillet-août 2018, 36 pages, [en format pdf](#). Avec notamment une interview du psychiatre-sexologue Georges Abraham, 91 ans, intitulée «Sensuellement senior».

[Documentation](#) de la conférence-débat organisée par le Syndicat interprofessionnel des travailleuses et travailleurs (SIT) et Hans Peter Graf, Fondation pour la formation des aînées et des aînés de Genève, 13 juin 2018, 21 pages