

# Jeunes et moins jeunes

Sonnegg est un foyer bouillonnant de vitalité où habitent une vingtaine d'étudiantes originaires de divers endroits de la Suisse et de l'étranger. L'atmosphère y est familiale et chaleureuse et le foyer propose une multitude d'occasions pour échanger des idées et élargir son horizon à travers un programme culturel très varié.

02.05.2018

Les jeunes générations sont habituées à un rythme de vie très rapide et intense, où la pause n'a pas sa place. Il se passe toujours quelque chose et on veut toujours être à jour. Le progrès technique permet d'être connecté en permanence et de connaître tout de suite les dernières nouveautés. Ce n'est pas toujours ainsi chez les aînés qui ont un rythme plus tranquille et une facilité plus grande pour trouver le temps de réfléchir et de se souvenir du passé. Ils portent une grande richesse dans leurs cœurs : l'expérience de leur vies.

Ces deux réalités semblent opposées et on serait parfois tenter de dire qu'il est difficile d'y trouver des points en commun. Pourtant, à Sonnegg, nous avons découvert que ce n'est pas ainsi mais tout le contraire : les échanges entre les générations sont une vraie richesse puisqu'ils nous aident à changer

notre point de vue et à voir la vie sous une autre perspective.

C'est déjà une tradition –depuis que le foyer a ouvert ses portes il y a presque 50 ans- qu'une fois par semestre nous organisions une fête pour les aînés du quartier. C'est réjouissant de voir à chaque fois le salon rempli de gens.

Chaque résidente collabore dans la mesure de ses possibilités et selon ses talents : préparer le programme pour les participants, aller chercher les personnes âgées qui ne peuvent pas venir toutes seules, présenter les différentes productions, jouer un morceau au piano, à la flûte, au violon ou n'importe quel autre instrument, danser, etc.

L'après-midi se conclue par un petit goûter pendant lequel les aînés nous racontent leur vie. Un temps privilégié, parce qu'ils n'ont pas l'habitude d'avoir tant de gens qui les

écoutent et, moins encore, des jeunes sympathiques et pleines de délicatesse. C'est beau de les voir heureux et on dirait même qu'ils rajeunissent ! Leur joie est contagieuse et le temps passe vraiment trop vite.

D'autres occasions de rencontres intergénérationnelles sont les repas dans la *Maison du quartier*, qui dispose d'une cuisine. Une ou deux fois par semestre, les étudiantes y préparent un repas, aidées par les aînées et partagent ensuite ce repas avec eux, prolongeant la soirée par une conversation très animée. Ce sont des menus très simples mais riches en bonne humeur et provenant de quelques recettes des grand-mères.

Lors du dernier repas, l'idée nous est venue d'organiser un cours d'informatique pour les personnes âgées désireuses de s'initier aux

nouvelles technologies et qui peuvent trouver cela trop compliqué au début. Le projet nous a semblé intéressant et deux résidentes sont déjà en train de réfléchir à sa mise en place pour le prochain semestre.

---

pdf | document généré automatiquement depuis <https://opusdei.org/fr-ch/article/jeunes-et-moins-jeunes/> (08.01.2026)