



Rosette Poletti

Quel âge avez-vous ?

Je suis née le 21 octobre 1938. J'ai donc 82 ans.

Est-ce que vous mentionnez facilement votre âge ?

Oui, très facilement. Pour moi, c'est un privilège que de vieillir ; cela signifie que l'on a acquis de l'expérience, de la sagesse, et que l'on a agrandi son cœur qui peut aimer tellement de gens.

Comment vous sentez-vous dans votre âge ?

Psychologiquement et spirituellement très bien. Physiquement, il y a des limitations à accepter. Il faut faire preuve de volonté pour faire des choses qui se faisaient naturellement auparavant, comme d'aller marcher lorsque les rhumatismes sont douloureux !

Avoir mon âge ne me pose pas de problème, je peux continuer à faire la plupart des choses que j'aime faire : écrire, donner des cours (sur Zoom !), soutenir des gens en deuil (par WhatsApp !).

Par quel terme (une vieille dame, une personne âgée, une seniore...) aimez-vous qu'on appelle une personne de votre âge ?

J'aime le mot « senior », mais vieille dame ou personne âgée, cela ne me gêne pas.

Avez-vous un souvenir du moment où vous vous êtes dit, pour la première fois : « Je suis vieille ! » ?

Oui, c'était un jour où ma petite fille de cœur de 3 ans, que je garde souvent, souhaitait que je la porte pour monter l'escalier ; ce jour-là, je n'y suis pas arrivée, et là, j'ai pris conscience de mon âge et je lui ai dit : « Tu vois ma chérie, je suis vieille, je n'y arrive pas ! » Elle m'a regardée avec étonnement, m'a pris la main et elle est montée lentement à mes côtés.

Quand vous vous tournez vers les années qui viennent, comment les voyez-vous ?

Je les « vois » avec confiance, je sais que je suis entre les mains de forces beaucoup plus grandes ! Elles seront ce qu'elles seront. Moi, je vais faire tout ce que je peux pour garder la meilleure santé physique possible, et la meilleure santé spirituelle pour accepter ce qui viendra.

Quand vous pensez au jour où il vous faudra partir, que ressentez-vous ?

Je ressens de la tristesse, car j'aime la vie, de la tristesse aussi à l'idée de la souffrance du deuil que devront traverser mes tout-proches et ma petite fille de cœur qui est très liée à moi.

Spirituellement, je suis prête, j'essaie aussi de mettre de l'ordre dans mes affaires et de vivre très intensément ici et maintenant.

Quelles activités vous sont-elles les plus précieuses dans cette période de votre vie ?

Les activités les plus précieuses sont celles qui me permettent d'être en contact avec d'autres personnes et de me sentir utile.

J'apprécie aussi tellement le temps que je passe avec ma petite fille de cœur. Je n'ai pas eu d'enfant et, à 80 ans, l'univers m'a permis de contribuer à prendre soin de cette enfant, de lui apprendre le français, de lui montrer les beautés de la vie et de la nature et de lui donner plein d'amour chaque jour ! J'ai aussi du plaisir à lire, à apprendre, à admirer la nature, à méditer et à prier.

Comment vous sentez-vous dans le monde d'aujourd'hui ?

Dans le monde d'aujourd'hui, je suis passionnée par toutes les possibilités, et un peu anxieuse devant toutes les difficultés que les plus jeunes devront résoudre, mais je leur fais confiance !

Je tente de me maintenir au courant, d'apprendre à utiliser tout ce que l'informatique nous offre, mais parfois je me demande si je pourrai tenir le rythme.

Quand vous rencontrez une personne proche de votre âge, de quoi parlez-vous ?

Cela dépend beaucoup de qui est cette personne. J'essaie de comprendre son monde, et surtout de l'écouter ; il y a toujours des souvenirs à évoquer.

Qu'est-ce que toutes ces années vous ont appris ?

À collectionner les beaux souvenirs et à lâcher-prise des autres.

À lâcher-prise de la nécessité de tout contrôler, car en réalité rien d'essentiel n'est contrôlable.

À m'accepter radicalement comme je suis ; je n'ai rien à prouver, simplement à « vivre intensément ».

Que chaque personne marche à son rythme sur son propre chemin. Je n'ai pas à comprendre, mais à accepter et à aimer.

À donner la priorité à la recherche de la paix et de la compassion pour les autres et pour moi.

31 mars 2021



Rosette Poletti est née à Payerne, le 21 octobre 1938. Après des études d'infirmière à Genève, elle a obtenu une licence (master) en sciences de l'éducation à l'université de Genève, puis, à Genève toujours, un diplôme de théologie. Elle s'occupait alors de patients en fin de vie en milieu hospitalier. Elle a obtenu un master en sciences infirmières, puis un doctorat en sciences de l'éducation à l'université Columbia de New York. Par la suite, elle a enseigné à l'université Pace de New York, où elle effectuait des travaux de recherche clinique infirmière, notamment au sujet du deuil, de l'autonomie individuelle et de l'accompagnement de fin de vie.

De retour en Suisse, elle est devenue co-directrice à l'École Supérieure d'Enseignement Infirmier à Lausanne. Par la suite, elle a pratiqué la psychothérapie, animé la rubrique du courrier des lecteurs du journal *Le Matin*, a été responsable d'un centre de formation à l'accompagnement des personnes en difficulté et a travaillé comme experte auprès de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

Elle a également participé à des sessions à l'Institut de recherche et de formation à l'accompagnement des personnes en fin de vie et des personnes en deuil, à Yverdon.

