

**Mercredi 15 mai 2019 à 18h30**  
**Sierre, Hôtel de Ville**

**Conférence publique**

# **Vieillir, une chance?**

**Rosette Poletti**



©Shutterstock

---

Organisation **projetsanté** avec l'appui de



**Entrée gratuite**

**ProjetSanté** est une association à but non lucratif émanant de l'ensemble des communes précédemment propriétaires de l'Hôpital régional de Sierre-Loèche.

**Notre mission** Valoriser le patrimoine immobilier resté en main des communes, dont l'ancien hôpital devenu l'École de design et haute école d'art du Valais (édhéo) et le bâtiment du personnel. L'ex-Clinique Sainte-Claire, dont nous conduisons la transformation en EMS (Résidence Plantzette), fait partie de ce patrimoine.

**A notre actif** Nous soutenons financièrement des projets émanant de tiers (nouveau skatepark de Sierre, jardins thérapeutiques dans les homes, chiens d'aveugle le Copain, etc.) et organisons chaque année un concours d'affiches ouvert aux étudiants de l'édhéo.

**Nos conférences** Nous en organisons quatre par année. Ces soirées publiques, animées par d'éminents spécialistes, portent sur des thèmes d'actualité touchant à la santé et au mieux-être : troubles du sommeil, plantes anti-âge, hypnose, techniques pour apaiser la douleur, etc.

---

### Notre cycle de conférences 2019

#### Devenir vieux, quoi de neuf ?

Ce cycle est organisé avec l'appui du CMS de la région de Sierre, dans le cadre de l'ouverture prochaine de la Résidence Plantzette.

## Vieillir, une chance?

L'espérance de vie en Suisse, l'une des plus hautes du monde, a atteint 83 ans et le seuil des 90 ans est en vue à l'horizon 2030 pour les femmes. Cette longévité, c'est un cadeau de notre époque. Mais bien vieillir, qu'est-ce que cela veut dire au juste ? C'est beaucoup plus que d'atteindre un certain nombre d'années. C'est entre autres apprendre la sagesse qui permet de devenir un « Ancien » dans toute la noblesse de ce terme, plutôt qu'un vieux. C'est de ce parcours qu'il sera question durant la conférence de Rosette Poletti.

Toujours très active et engagée, Rosette Poletti vient de fêter elle-même ses quatre-vingts printemps. On ne présente plus cette personnalité très populaire en particulier pour sa chronique *Sagesse*, que les Romands lisent depuis trente ans dans *Le Matin Dimanche*. Elle est également l'auteur de nombreux livres : *Se désencombrer de l'inutile*, *Accepter ce qui est*, *Des pensées pour grandir*, *Vivre son deuil et croître*, *Lâcher prise*, *L'estime de soi*, *La résilience*, *Donner du sens à sa vie*, *La voix du cœur*, *Oser la liberté*, etc.

Titulaire de deux maîtrises en soins infirmiers, d'un diplôme en théologie de l'Université de Genève et d'un doctorat en sciences de l'éducation de l'Université Columbia à New York, Rosette Poletti a derrière elle une longue carrière de conférencière, d'infirmière et d'enseignante.