Zeitschrift: Générations

Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif

Band: - (2019)

Heft: 112

Rubrik: Chronique : poids plume

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

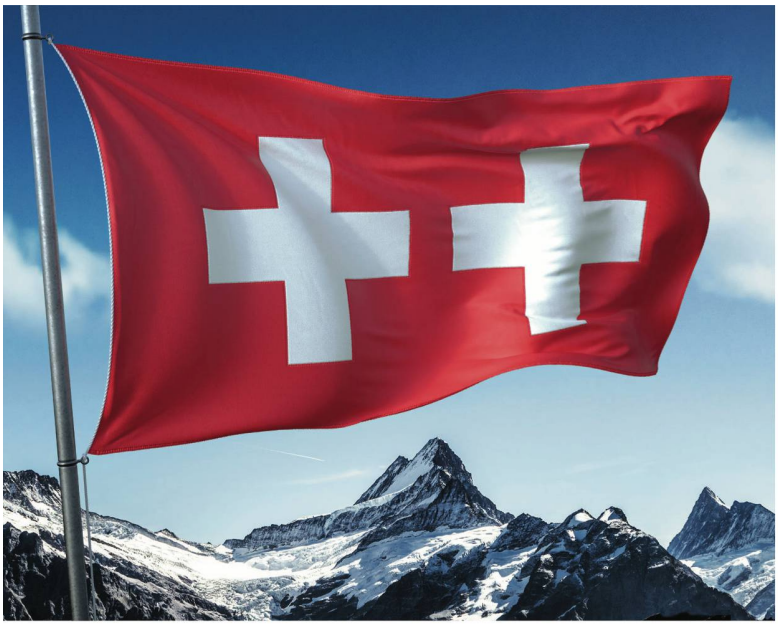
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

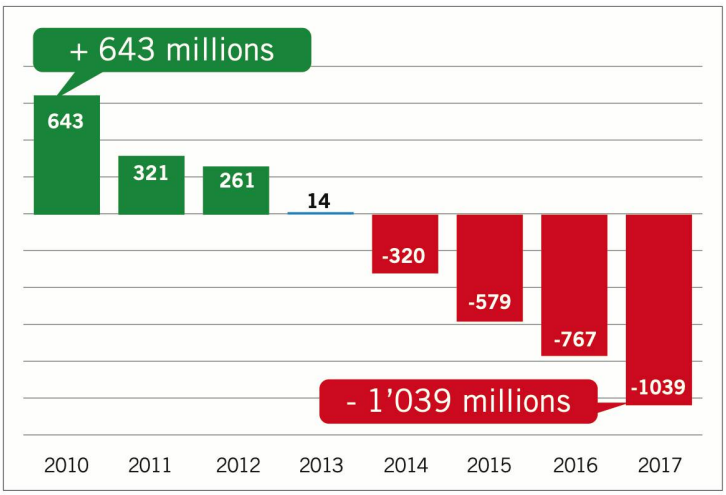
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Sortir l'AVS des chiffres rouges !

L'AVS est dans le rouge. Les déficits augmentent chaque année. Le fonds AVS sera à sec dans une dizaine d'années.

Evolution récente de l'AVS



Depuis 2014, les cotisations ne suffisent plus pour payer les rentes.

Le projet AVS et fiscalité (RFFA) apporte deux milliards d'argent frais. Ainsi on sécurise les rentes.

19 mai
OUI
AVS et fiscalité
avs-fiscalite-oui.ch

On le scrute, le soupèse et le soigne. Car il nous préoccupe, ce corps qui prend de l'âge, et nous nous en occupons. Toujours en forme et avec les formes d'usage, **Isabelle Guisan** *s'en inquiète et s'en amuse.*

Poids plume

Tous les manuels du bien vieillir nous le serinent, il faut s'alléger pour finir ses jours en paix. Cela signifie perdre les kilos qui nous font ralentir devant les rayons sucrés des supermarchés. Mais aussi savoir se réconcilier avec son beau-frère ou/et sa cousine, trouver l'âme charitable qui voudra bien recueillir nos innombrables livres et procéder à mille rangements tant dans notre corps, notre âme et notre esprit que dans notre logement. J'aime penser — mes connaissances en matière religieuse sont approximatives — que l'hindouisme a bien raison d'exhorter les personnes âgées à se délivrer de leurs biens avant de se retirer dans la montagne et de mendier leur pain sur les chemins. J'imagine sagesse et légèreté cheminant de pair.

Le climat est bien différent sur ces sentiers lointains que sur les nôtres et, pour l'instant, mon corps aspire surtout à vivre plus léger sur un mode très prosaïque. Qu'il s'agisse de sacs de commissions à trimballer ou de literie et de vêtements encombrants. Bottines à gros talons compensés, manteau d'hiver rembourré, sac de montagne qui, même vide, fait ployer le dos, tout ça appartient au passé. Comme les couvertures en laine que l'on retrouve parfois dans un hôtel désuet ou une cabane de montagne en soupirant : « Mon Dieu, qu'elles sont lourdes ! »

Nouvelles matières aidant, les dames de plus de 50 ans n'arborent plus que des doudounes aériennes et un petit sac arrimé à leur dos en lieu et place du gros sac à main d'antan. Même les écharpes chaudes sont devenues fines, toutes fines. Et les vendeurs des magasins de sport vont jusqu'à suspendre à un pèse-lettres les baskets de ville ou de randonnée ultralégères, pour nous prouver qu'elles pèsent vingt grammes de moins que leurs concurrentes. Que du bonheur.

Finalement, il n'y a que les poids qu'on soulève au fitness ou ceux qu'on pousse sur le *reformer* au cours de Pilates qui deviennent de plus en plus lourds… Cette évolution va de pair avec le poids des ans, nous l'acceptons donc sans commentaire ni soupir. Cela participe de la légèreté de l'esprit.