Zeitschrift: Les intérêts de nos régions : bulletin de l'Association pour la défense des intérêts jurassiens

Herausgeber: Association pour la défense des intérêts jurassiens

Band: 65 (1994)

Heft: 1: Les technopôles face au ralentissement conjoncturel ; Colloque de la commission sociale : des rentiers actifs

Artikel: Programme des cours de préparation à la retraite

Autor: Boinay, Joseph

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-824259

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: 11.07.2025

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

Programme des cours de préparation à la retraite

par Joseph Boinay, retraité, ancien Chancelier de la République et Canton du Jura

Au cours du colloque de l'ADIJ du 30 novembre 1993, j'ai été appelé à apporter des précisions sur le programme des «cours de préparation à la retraite» organisés dans le Jura. L'utilité de tels cours a également été évoquée et voici le résumé de cette information.

Les cours de préparation à la retraite sont-ils vraiment utiles ? Si oui, pourquoi ?

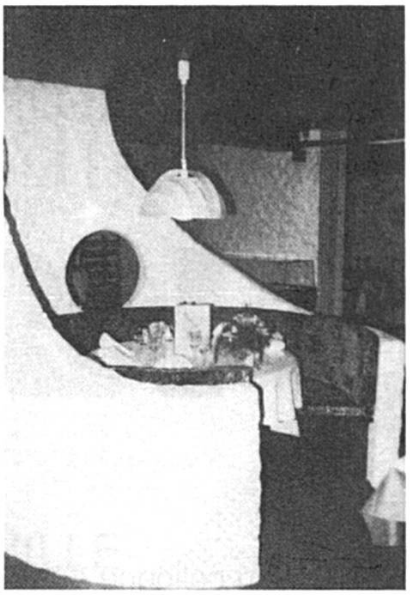
Quelque huit ans d'expérience m'ont convaincu que ces cours sont nécessaires et utiles. Parce que la retraite, pour des générations de travailleurs – ce terme s'entend pour toutes les catégories d'actifs – s'étant fortement impliqués dans le travail, est une période de la vie perçue comme une rupture, c'est-à-dire angoissante. Pour la plupart, la retraite correspond à une perte d'une importante raison de vivre, donc à une perte d'identité. Il est dès lors souhaitable que les futur-e-s retraité-e-s puissent partager leur angoisse avec d'autres personnes qui se trouvent dans la même situation et puissent, en groupe, étudier, dans la sérénité, les problèmes qu'ils rencontrent et réfléchir aux perspectives d'avenir qui seront évoquées. Cela diminue l'inconnu et donc l'angoisse. Les témoignages des personnes ayant accepté de faire le nécessaire chemin de remise en question concordent pour reconnaître l'utilité de cette démarche.

Quant au contenu, il varie selon le temps à disposition. Toutefois, le plus important est de susciter une attitude positive à l'égard de la retraite. Celle-ci devrait être perçue comme une tranche de vie destinée à parfaire l'épanouissement personnel, à réaliser des projets restés en friche. C'est une période de l'existence marquée du sceau de la continuité tout autant que de celui de la rupture. Après qu'une attitude positive ait été suscitée, on aborde l'examen des problèmes concrets rencontrés généralement au cours de la retraite.

Les thèmes développés sont :

- La médecine du troisième âge : longévité et espérance de vie, le mécanisme du vieillissement, physiologie et maladies de l'homme âgé, l'activité sexuelle. Conseils pratiques pour le dépistage des maladies et le contrôle.
- L'alimentation du troisième âge : rappel du mécanisme de digestion, les adaptations nécessaires dans le mode du manger, les aliments recommandés. Conseils pour la préparation des aliments et des boissons.
- Domaine juridique et fiscal : les régimes matrimoniaux, la préparation de la succession, la liquidation du régime matrimonial, le droit de succession, les incidences fiscales du passage à la retraite.
- Les assurances sociales : l'AVS, le 2e pilier, l'assurance maladie et accident.

- Salle à manger au cadre feutré et intime
- Menus d'affaires et repas de familles
- Plats du jour
- Salle de réunion



Rôtisserie du Centre

Se recommandent : Michelle et Philippe Luthi

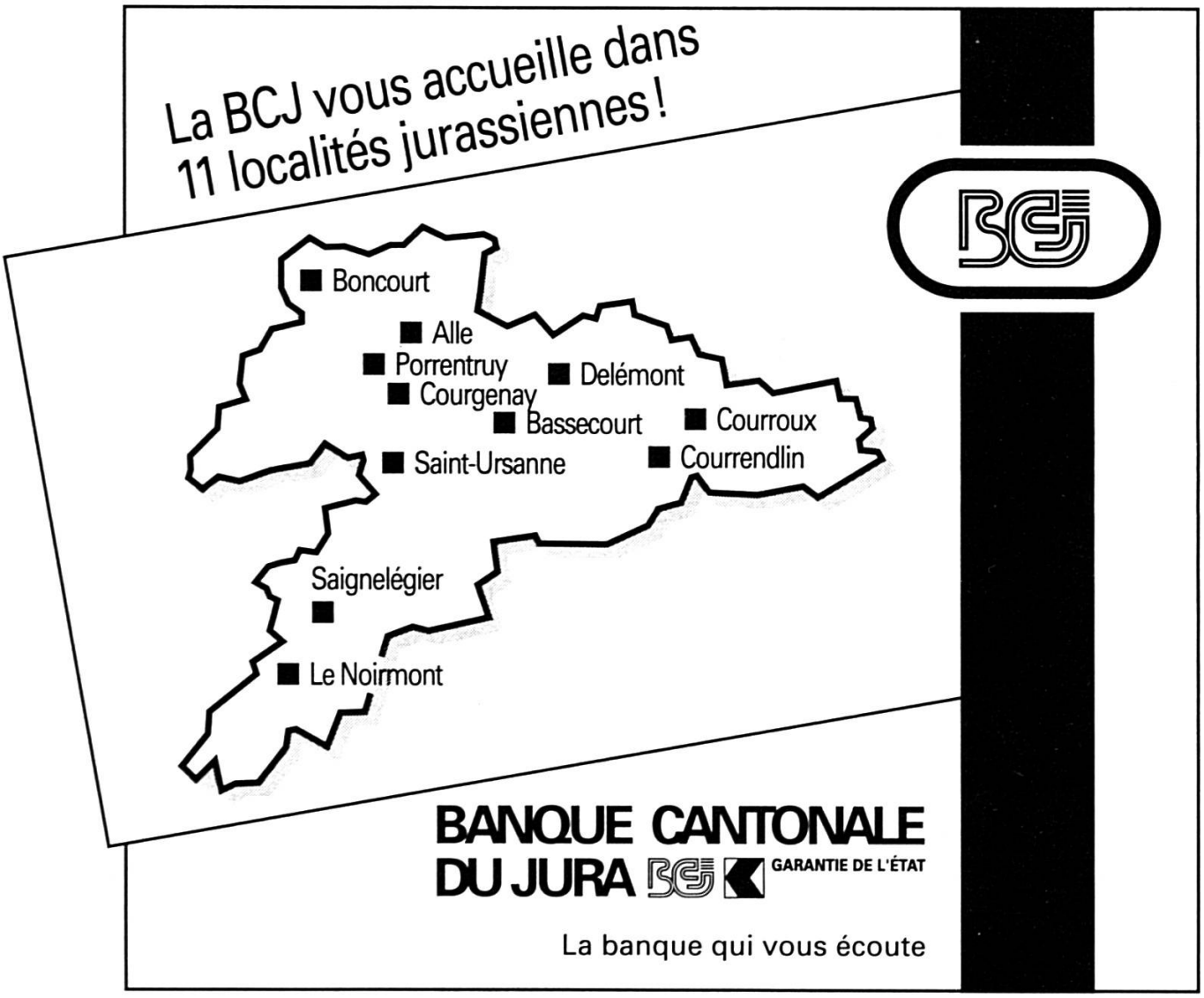
2740 Moutier 78, rue Centrale 032 - 93 17 89

Pour nous, la BPS.
La banque suisse.

Banque Populaire Suisse

- Le budget de retraite : établissement d'un budget de retraite, analyse et décisions nécessaires pour parvenir à un équilibre.
- La gestion de l'argent : les placements financiers, les rentes viagères.
- Les institutions sociales : le lieu de la retraite, le logement, les aides à domicile, vivre en collectivité, les activités de loisirs, les activités sportives.
- La vie de couple.
- Le déroulement, le sens et le but de la vie.

Ces cours sont organisés par les diverses sections de l'Université populaire. ❑



Une sortie a été prévue à l'intention des membres des commissions de l'ADIJ. Etant donné le caractère spécial de ce voyage, et le nombre de places disponibles étant forfaitaire, nous pouvons accueillir quelques personnes en plus. C'est la raison pour laquelle la Direction élargit cette offre aux membres de l'association.

Les inscriptions seront retenues dans l'ordre de leur arrivée ; si cette sortie vous intéresse, répondez donc le plus vite possible !

Elle aura lieu le vendredi 29 avril 1994

Programme complet de la journée :

Dès 09 h. 30	Rendez-vous à Glovelier ; visite de la locomotive à vapeur de «La Traction» pendant les préparatifs du départ.
10 h. 06	Départ de Glovelier avec le train à vapeur
11 h. 01	Arrêt à Bollement – ravitaillement de la locomotive en eau. Pause. Boissons pour les passagers.
11 h. 21	Départ de Bollement
12 h. 06	Arrivée au Noirmont
12 h. 30	Apéritif
13 h. 00	Repas chez Wenger, à l'Hôtel de la Gare du Noirmont
15 h. 30	Visite du Centre jurassien de réadaptation cardio-vasculaire de Roc-Montès
17 h. 41	Départ du Noirmont (avec les CJ réguliers : train, puis bus depuis Saignelégier)
18 h. 35	Arrivée à Glovelier

Le voyage en train à vapeur, la visite de la machine, le ravitaillement en eau et plusieurs manoeuvres sont particulièrement spectaculaires et valent le déplacement.

Une conférence de presse sera donnée dans le train.

Le voyage est offert par l'ADIJ.

Le prix du menu est de fr. 50.— (sans les boissons).

✂---

Coupon de participation à retourner jusqu'au 12 avril 1994, au secrétariat de l'ADIJ, case postale 57, 2740 Moutier 1, tél. 032 / 93 41 51, Fax 032 / 93 41 39

Je m'inscris à la sortie du vendredi 29 avril pour :

- ❒ le programme complet
- ❒ le voyage et le dîner (retour possible à 15 h. 56)
- ❒ seulement le voyage (retour possible à 12 h. 43)

Le retour se fait par les CJ réguliers.

Nom .....Prénom .....

Date .....Signature.....