

Pro Senectute : les pages de la fondation suisse pour la vieillesse

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse**

Band (Jahr): **6 (1976)**

Heft 4

PDF erstellt am: **29.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

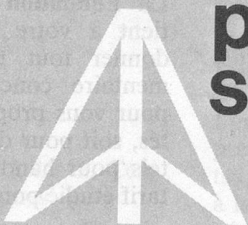
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

<http://www.e-periodica.ch>

LES PAGES

DE LA
FONDATION
SUISSE
POUR
LA VIEILLESSE



pro
senectute

Secrétariats cantonaux:

Genève, 3, place de la Taconnerie 022/21 04 33
Lausanne, 49, rue du Maupas 021/36 17 21
La Chaux-de-Fonds, 27, rue du Parc 039/23 20 20
Bienne, 8, rue du Collège 032/22 20 71
Delémont, 49, avenue de la Gare 066/22 30 68
Tavannes, 4, rue du Pont 032/91 21 20
Fribourg, 26, rue Saint-Pierre 037/22 41 53
Sion, 3, rue des Tonneliers 027/22 07 41

A
MONTHEY

Le carnaval des aînés

En novembre 1975, les aînés de Martigny recevaient ceux de Monthey. Animés du meilleur esprit, les deux clubs se rencontrèrent au-dessus de Martigny pour une « brisolée » que nous avons qualifiée d'historique dans un reportage paru dans le numéro de décembre. Charmante manifestation intervilles qui constitua un précédent des plus encourageants.

Le 27 février écoulé il y eut la revanche: le Club des aînés de Monthey recevait celui de Martigny à l'occasion du Carnaval. Ces réjouissances profanes groupèrent, grâce à l'excellente organisation de Pro Senectute, près de 300 personnes enthousiastes, dans la grande salle de la gare. Ce fut un après-midi mémorable entièrement placé sous le signe de la joie et de la fantaisie. Sans oublier l'amitié. Car entre les deux clubs, de solides liens se sont noués à l'occasion de la « brisolée ». Monthey avait bien fait les choses: orchestre, chœur d'enfants, cotillons, et, bien entendu, en pâtisserie, de délicieux « triboulets » qui symbolisent, même quand on les mange, le Carnaval de Monthey. Il y eut des masques très amusants et de charmants costumes. On dansa beaucoup, sur scène et dans la salle.

En contemplant cette salle en liesse, on sentait que le printemps était proche. C'était joyeux, plein de fantaisie. Une grande fête au cours de laquelle chacun retrouva ses vingt ans!

(Photos G. G.)



De Lausanne à Syracuse

Les vacances Pro Senectute 1976

Le Secrétariat romand des vacances Pro Senectute vient de publier son calendrier 1976, le programme complet des voyages et séjours organisés dans le cadre de ce secrétariat.

De tout, pour tous, à tous les prix... Ainsi se présentent ces vacances organisées sous le double signe de la sécurité et de la joie de vivre.

Parce que Pro Senectute est une fondation mandatée par la Confédération, parce qu'elle a pour unique but d'aider tous les retraités à mieux, à bien vivre leur troisième âge, elle s'est attachée, en effet, à organiser minutieusement ces vacances qui font partie intégrante de sa mission. Les hôtels, lieux de séjours et voyages ont été sélectionnés avec le plus grand soin pour offrir à tous un confort adapté aux goûts de chacun. Un responsable expérimenté accompagne chaque groupe ainsi qu'une infirmière et un animateur chargé de maintenir une ambiance heureuse.

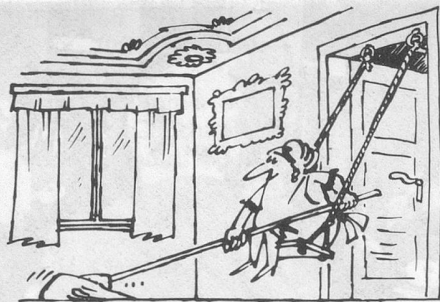
Ajoutons à cela que les personnes les plus démunies peuvent obtenir, après étude de chaque cas, un rabais sur les prix de certains voyages, cela dans le cadre des tâches humanitaires confiées à la fondation. Pour cette année sont prévus des séjours à Lugano, Tessin ; Crans, Valais ; Saint-Aygulf et Maxima 2000, Côte d'Azur ; Ajaccio, Corse ; Lido de Jesolo et Cattolica, Italie ; un voyage culturel à Bordeaux et des séjours de trois jours à Paris, quatre jours à Londres et quatre jours à Bruxelles. Au programme, également une merveilleuse croisière Méditerranée (Toulon, Palerme, Malte, Patras, Syracuse, Capri, Toulon), ainsi qu'une croisière sur le Rhin avec retour en car par Amsterdam, Ostende, Bruges, Bruxelles, les grottes de Han, Luxembourg, Strasbourg.

Pour tous renseignements concernant ces vacances ou voyages, les prix, les éventuelles réductions, renseignez-vous au Secrétariat romand des vacances Pro Senectute, Maupas 49-51, 1004 Lausanne.

La Fondation pour la Vieillesse à Genève

La Fondation connaît bien les divers services sociaux et culturels du canton. Une équipe, dont deux assistantes sociales, est à votre disposition et vous indiquera, selon la nature du problème, à qui et où vous adresser. La fondation s'efforce aussi de répondre à toutes questions concernant : loisirs, santé, finances, impôts, maisons de vacances et de retraite et peut dans certains cas, lorsqu'une personne a besoin d'un moyen auxiliaire (appareil acoustique, canne, chaise roulante, etc.), offrir un soutien financier.

La Fondation pour la Vieillesse peut mettre à disposition des personnes âgées et handicapées une équipe d'aides familiales pour permettre à ces personnes de conserver leur indépendance le plus longtemps possible.



Sans paroles. (Dessin de Moese-Cosmopress)

GENÈVE

Les organisateurs de vos vacances

La Fondation pour la Vieillesse rappelle que des séjours de vacances sont organisés par ces services sociaux :

Centre social protestant, rue du Village-Suisse 14, 1205 Genève, téléphone (022) 20 78 11.

Caritas, rue du Conseil-Général 6, 1205 Genève, tél. (022) 20 23 30.

Hospice Général, rue des Chaudronniers 7, 1204 Genève, téléphone (022) 20 21 33.

Ligue genevoise contre le rhumatisme, rue Lamartine 27, 1203 Genève, téléphone (022) 45 62 89.

La **Fondation pour la Vieillesse** se tient à votre disposition pour vous donner tout renseignement complémentaire concernant ces séjours et pour vous proposer d'autres possibilités, soit pour des cures thermales, hôtels pour handicapés, hôtels suisses à tarif étudié pour personnes âgées.

Un foyer de jour

La Fondation pour la Vieillesse ouvrira prochainement un foyer de jour dans le quartier Carouge-Acacias. Dans ce lieu de rencontre et d'échanges, les aînés pourront, dans un climat propice, lier des amitiés, partager leurs expériences et leurs intérêts en participant à diverses activités et repas communautaires avec l'ensemble de la population du quartier. Nous sommes encore dans la phase d'aménagement des locaux. Toute personne ayant des propositions, des envies de bricoler pour participer à cette création est chaleureusement invitée à prendre contact avec nous.

VAUD

Journée troisième âge au Salon des vacances : un immense succès

Pour la première fois, le comité vaudois de Pro Senectute organisait, cette année, une journée troisième âge dans le cadre du Salon international du tourisme et des vacances, au Palais de Beaulieu, à Lausanne.

Cette journée fut une magnifique réussite pour quelque 1300 retraités venus de tout le canton (plus une délégation fribourgeoise). Encore les responsables avaient-ils dû renoncer à lancer une prospection plus large. Si l'on en juge par les demandes, en effet, il eût fallu trois immenses salles comme le Grand Restaurant de Beaulieu pour accueillir tous ceux qui auraient voulu venir.

L'après-midi du 2 mars fut, en tout cas, une grande fête de la joie, de la bonne humeur, grâce au programme mis sur pied par Pro Senectute, avec l'aide de la direction du Salon : des ballets folkloriques très applaudis (Sicile et Hongrie), un show du dessinateur de Disneyland, Robin, l'animation de Gilles Aubert et le tirage au sort de la tombola, par deux charmantes hôtesses, sans oublier le thé et les gâteaux offerts par le Tourisme français. Une magnifique journée dont nos amis du troisième âge se souviendront longtemps !

B.

NEUCHÂTEL

Clubs de midi :

Neuchâtel

Mercredi 21 avril 1976, à 12 h., Centre paroissial des Valangines.

Saint-Aubin - La Béroche

Selon convocation, par le Club des loisirs.

Le Locle

Vendredi 30 avril 1976, à 12 h., réfectoire des FAR, rue du Jardin.

Ces clubs sont ouverts aux personnes âgées et aux handicapés isolés. Le transport est assuré, si nécessaire, par des automobilistes bénévoles. Il est indispensable de s'inscrire 8 jours à l'avance en téléphonant aux secrétaires de Pro Senectute : Neuchâtel (038) 24 56 56, La Chaux-de-Fonds (039) 23 20 20.

Centre d'accueil du Crêt-Vaillant, Le Locle

Il vient de s'ouvrir un local d'accueil et animation pour les personnes âgées, les handicapés, les chômeurs, les ménagères... L'animation, à la carte, permet à chaque visiteur d'exercer ses talents, d'en découvrir de nouveaux en s'initiant à des techniques qui lui sont peu familières. Les artisans pourront, pourquoi pas ? transmettre leur art et permettre à certaines techniques de ne pas disparaître. Les amateurs de cartes, de jeux de société pourront aussi se distraire, d'autres discuteront autour d'un thé ou d'un café.

Ce lieu de rencontre, ouvert aux adultes actifs ou à la retraite, deviendra, grâce à la collaboration de chaque participant, agréable et dynamique, et permettra aux uns et aux autres de mieux se connaître. Il est ouvert les mardis et mercredis après-midi.

Pour tous renseignements complémentaires, adressez-vous à Pro Senectute, Marais 36, le lundi après-midi, ou à l'Office social (039) 32 62 22/32 62 23.

Vacances pour personnes âgées et handicapées 15 au 29 mai 1976

C'est aux Chevalleyres, près de Blonay-sur-Vevey, que se déroulera le premier séjour de vacances pour les personnes âgées handicapées.

La pension, Le Maillon, est spécialement conçue pour ce genre d'activité. Elle offre la tranquillité, la campagne, le bon air, une vue magnifique sur le Léman et les Alpes. L'animation est prévue et adaptée selon les possibilités des hôtes. Une infirmière attachée à la maison assure les soins, et, si c'est nécessaire, un médecin peut être appelé rapidement.

Pro Senectute met également à la disposition des vacanciers une hôtesse pour la durée du séjour.

Informez-vous et réservez rapidement vos chambres à Pro Senectute : Neuchâtel (038) 24 56 56, La Chaux-de-Fonds (039) 23 20 20.

JURA SUD

Le printemps à Sornetan

Du 23 avril au 1er mai, Pro Senectute Jura Sud organise à Sornetan un séjour de printemps. Le Centre de Sornetan, dont « Aînés » a déjà parlé à plusieurs reprises, est situé au cœur du Jura, dans une région paisible, pleine de charme. Toutes les commodités y sont prévues pour les aînés. Le prix pour 8 jours est de Fr. 280.— (chambre à un lit) et Fr. 240.— (chambre à deux lits). Des réductions allant jusqu'à 50 % sont accordées aux personnes de condition modeste, notamment aux bénéficiaires des prestations complémentaires à l'AVS. Compris dans ce prix : transport (pour les personnes du Jura), nourriture, logement, taxe de séjour, assurance accidents, excursions et activités (facultatives). Permanence médicale assurée. Les régimes alimentaires sont possibles.

Pour tout renseignement, s'adresser à Pro Senectute Jura Sud, Pont 4, 2710 Tavannes, tél. (032) 91 21 20. Prière de s'inscrire dès que possible !

La chaîne téléphonique rompt la solitude menaçante

Depuis quelques années, les « chaînes téléphoniques » organisées par Pro Senectute pour des personnes âgées et solitaires ont fait leurs preuves. Un groupe d'environ six personnes forme une chaîne téléphonique dont les membres conviennent de se téléphoner journallement ou 2 à 3 fois par semaine à une certaine heure. Ainsi le sentiment de solitude ou la crainte de rester sans aide lors d'une maladie ou d'un accident est banni. S'il n'y a pas de réponse, la « mère de la chaîne » ou le « chef de chaîne » se soucie immédiatement qu'une visite soit faite.

Comment les jeunes ne devraient PAS se comporter vis-à-vis des personnes âgées

Avec raison les jeunes demandent que les adultes les comprennent, mais avec le même droit la personne âgée peut demander elle aussi de la compréhension de la part de jeunes personnes. Nos « règles du jeu » veulent contribuer à cette meilleure compréhension.

1. Pense que les vieilles personnes préfèrent être appelées « petit vieux, mémé, pépé », etc.
 2. Ménage tes jeunes os dans le bus, le tram ou le train ! Les secousses et la position debout maintiennent souples les vieux corps !
 3. Ne t'arrête jamais avec ton vélo ou ton « teuff » devant un passage pour piétons, car les vieilles personnes peuvent attendre plus longtemps que toi.
 4. Prends une bonne-main abondante lorsque tu portes le sac à commissions d'une personne âgée au 4e étage ; grâce à l'AVS « les vieux » nagent dans l'argent.
 5. Parle le plus vite et le moins fort possible à des aînés — cela les aide à entraîner leur ouïe.
 6. Ne participe surtout jamais à l'« opération volets » ou quelque chose de ce genre, car c'est fatigant ou dangereux et surtout c'est un travail salissant.
 7. Pousse-toi courageusement en avant dans la file devant une caisse. Tu prouves ainsi ta sportivité et le stress auquel tu es soumis.
 8. Reste tranquillement au premier rang sur une place de fête ou mets-toi sans hésiter devant le rang des places assises des aînés lors d'un cortège. Ils auraient bien pu venir plus tôt ou apporter une échelle.
 9. Si tu écris à tes grands-parents, sois économe de ton papier à lettres et écris le plus petit possible. Il existe de nos jours d'excellentes loupes.
 10. Seuls les autres vieillissent. Toi, tu resteras jeune.
- (Service d'information, Zurich)



Les 10 commandements du futur retraité

Quelques recommandations encore :

- a) Toute personne, même sans activité lucrative, doit cotiser à l'AVS jusqu'à 62 ans pour les femmes célibataires ou divorcées, jusqu'à 65 ans pour les hommes.
- b) Ne pas oublier, deux mois avant ses 62 ans pour les femmes et 65 ans pour les hommes, de présenter une demande de rente AVS.
- c) En cas de ressources très modestes, droit éventuel à une prestation complémentaire cantonale AVS ou AI.
Consulter l'Agence communale d'assurances sociales de son lieu de domicile.
- d) Prévoir éventuellement la constitution d'un viager.
Consulter la Caisse cantonale des Retraites populaires, ou toute autre compagnie privée.

En un mot, il faut songer assez tôt à son avenir de retraité, **tout en essayant de se rendre encore utile à la société** au cours de cette phase de la vie qui doit être une étape heureuse.

Réalisation Jean-Jacques Luzio
Dessins Roland Walter

(P.-S. — Les adresses des centres Pro Senectute cantonaux figurent en tête de la rubrique Pro Senectute.)



1

Transfert d'assurances maladie et accidents de catégorie collective en individuelle. Droit éventuel au subside pour réduction de cotisations. Dans tous les cas, s'assurer contre la maladie et les accidents avant 60 ans et pour des indemnités complémentaires avant 55 ans.

Consulter sa caisse de maladie ou l'Agence communale d'assurances sociales.

2

Choix d'un **appartement**, selon possibilités financières et physiques. Attention ! on doit résider depuis un certain temps dans une commune pour bénéficier d'un appartement subventionné.

Consulter l'Office communal ou l'Office cantonal du logement.

3

Demande de **taxation intermédiaire** pour diminution des impôts dès la mise à la retraite.

Consulter la Commission d'impôt de son district.

4

Renouvellement éventuel **garde-robe, appareils ménagers courants**, etc.

Consulter son conjoint et de bons commerçants.

5

Relations avec un représentant de **l'Eglise**, la vie spirituelle apportant une sérénité précieuse à l'âge de la retraite et maintenant un contact fraternel avec les autres classes d'âge.

Consulter la paroisse de son quartier.

6

Collaboration d'un **médecin** de quartier pour soins réguliers, d'où assurance d'être traité sans retard en cas d'urgence ou alerte grave.

Consulter l'infirmière de l'Organisme médico-social (voir Administration communale).

7

Adhésion à un club pour pratique **gymnastique** adaptée à l'âge des retraités.

Consulter le Centre cantonal de Pro Senectute.

8

Adaptation de son **alimentation**.

Consulter son médecin.

9

Rédaction **testament** et éventuelles donations entre vifs en la forme juridique exacte.

Consulter le juge de paix de son cercle (consultations gratuites) ou un notaire.

10

Prévisions quant à son **emploi du temps** : travail à temps partiel, remplacements occasionnels, bricolages, lectures, voyages, etc.

Consulter le Centre Pro Senectute de votre canton.