

Info Seniors : il y a toujours une solution

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **29 (1999)**

Heft 1

PDF erstellt am: **08.08.2024**

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>

Il y a toujours une solution

Vous cherchez l'adresse d'un groupement, d'un club, vous vous posez des questions sur l'AVS? Info Seniors vous livre la réponse adaptée à vos besoins. Ces quelques exemples pourraient d'ailleurs vous être utiles!

MONTANT DE NOTRE AVS – Mon mari et moi-même allons bientôt arriver à l'âge de la retraite. Où puis-je m'adresser pour connaître le montant de notre future AVS?

M. B., Leysin

Réponse: Vous pouvez obtenir une estimation de vos futures rentes de vieillesse auprès de votre caisse de compensation AVS. Pour connaître son adresse, vous pouvez bien entendu vous renseigner auprès de votre employeur. Vous pouvez également vous référer au dernier chiffre inscrit sur votre carte AVS, à la rubrique «caisses de compensation tenant un compte», et consulter la liste des caisses figurant dans les dernières pages des annuaires téléphoniques.

Comme pour la demande de rente, qui doit être formulée au moins quatre mois avant l'âge de la retraite, il conviendra de joindre à votre courrier vos certificats d'assurance AVS, votre livret de famille et, le cas échéant, votre permis d'établissement. Pour les personnes divorcées, le jugement de divorce doit également être joint.

COURS DE YOGA – J'ai 73 ans. Je désire savoir où je pourrais suivre des cours de yoga pour débutants.

A. R., Pully

Réponse: Des cours réguliers de yoga sont organisés par Pôle Sud au centre socio-culturel de l'USL, av. J.-J.-Mercier, 1003 Lausanne, tél. 021/311 40 46. Le prix pour dix

séances est de Fr. 120.– et Fr. 100.– pour les personnes habitant Lausanne.

Vous pouvez obtenir d'autres propositions auprès du Centre de prévention des ligues de la santé, rue Pré-du-Marché 23, 1004 Lausanne, tél. 021/644 04 24 ou au Mouvement des Aînés (MDA), pl. de la Riponne 5, case postale 323, 1000 Lausanne 17, tél. 021/321 77 66.

INFORMATIQUE – «J'ai entendu parler de cours d'informatique pour les aînés. Je m'intéresse en particulier à apprendre le maniement d'Internet. S. T., Nyon

Réponse: Pour apprivoiser le monde de l'informatique, le MDA (tél. 021/321 77 66) propose des cours de dédramatisation de l'informatique en 5 leçons de 2 heures sur une année, avec, par exemple, des visites au central téléphonique des PTT, à la Bibliothèque cantonale universitaire et dans une banque.

D'autre part, l'Université populaire de Lausanne, tél. 021/312 43 48, dispense des cours d'introduction à l'utilisation de Mac ou PC de 11 séances de 1 heure et demie. Enfin, de nombreux lieux de formation ouverts au public de tous âges, comme les Ecoles Club Migros, disposent d'une offre de cours étendue pour les utilisateurs débutants ou avancés de l'informatique domestique. Quant aux sites Internet destinés aux seniors, ils sont en plein essor et ne demandent qu'à être consultés et enrichis, comme Seniorweb, Planète Senior ou 55 net.

TESTAMENT – Vu mon âge, je pense au jour où je ne serai plus là. Qui pourrait m'aider à faire mon testament?

O. M., Bex

Réponse: Outre le testament public, établi par un notaire qui garantit son établissement et son exécution en bonne et due forme, il existe le testament olographe. Il consiste à rédiger de sa propre main ses dispositions testamentaires. Il n'a pas be-

soin d'être authentifié ni déposé auprès d'une instance publique. Le testament olographe doit cependant respecter une forme précise et doit respecter les droits des héritiers légaux. Pour obtenir des informations, des conseils ou une aide en matière de testament, vous pouvez contacter M. Helvetio Gropetti, juriste de Pro Senectute Vaud, tél. 021/781 15 81, du mardi au vendredi de 8 h à 10 h.

SCLÉROSE EN PLAQUES – J'ai appris depuis peu que je suis atteinte de sclérose en plaques. Je désire connaître l'adresse d'une institution spécialisée dans cette maladie.

C. P., Prilly

Réponse: Des informations et soutiens professionnels ainsi que des aides bénévoles sont dispensées par la Société suisse de la sclérose en plaques dont l'adresse du secrétariat romand est: Faubourg de l'Hôpital 9, 2001 Neuchâtel, tél. 032/724 54 58.

Info Seniors

Tél. 021/641 70 70

De 8 h 30 à 12 heures.

Pour les autres régions du pays:

Neuchâtel, tél. 032/724 56 56; **La Chaux-de-Fonds**, tél. 032/911 50 00; **Fribourg**, tél. 026/347 12 40; **Bienne**, tél. 032/322 75 25; **Valais**, tél. 027/322 07 41; **Genève**, tél. 022/807 05 65; **Jura**, tél. 032/421 96 10; **Jura BE**, tél. 032/481 21 20.

Vous pouvez également écrire ou téléphoner directement à la rédaction:

«Génération», case postale 2633, 1002 Lausanne. Tél. 021/321 14 21.

La rédaction continuera de transmettre vos questions à Pro Senectute et les réponses les plus intéressantes seront publiées.