

# Cantons

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Généralions : aînés**

Band (Jahr): **35 (2005)**

Heft 5

PDF erstellt am: **12.07.2024**

## **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.



## GENÈVE

# Les nouvelles ambitions du Salon des Aînés

Pour sa cinquième édition (du 11 au 13 mai), le Salon des Aînés propose un programme encore plus riche qu'il y a deux ans. Il s'est aussi réorganisé, et envisage pour l'avenir de prendre une envergure romande.



Eléonore Zwick-Merchan prépare activement le Salon des Aînés (du 11 au 13 mai).

Pour l'organisation de ce salon et des suivants, l'Association pour le Salon des Aînés vient d'être créée. Sa présidence est assurée par le professeur Rabin, et M<sup>me</sup> Eléonore Zwick-Merchan en occupe le poste de secrétaire général. Désormais, un comité d'une quinzaine de personnes veille à la pérennité de cette manifestation qui touche un public de plus en plus large.

A son lancement, le Salon des Aînés était une idée du professeur Rabin. Il s'agissait d'un rendez-vous plus scientifique

que populaire, dans un contexte plutôt universitaire. Au fil des éditions, un espace de réflexion a été maintenu, mais la manifestation s'est davantage tournée vers une approche sociale et économique, voire politique.

Lors de sa précédente édition en 2003, plus de 4000 personnes en trois jours se sont rendues à la Salle communale de Plainpalais. «Pour nous, pour nos partenaires, et la soixantaine de stands présents, c'était une fréquentation extraordinaire», se réjouit M<sup>me</sup> Zwick-Mer-

chan. Désormais, la manifestation est incontournable, et tout ce que la Ville et le canton de Genève comptent comme associations de retraités, services administratifs et institutions à destination des seniors y est représenté.

Ce qui fait la force de ce rendez-vous, c'est une approche intergénérationnelle. Les seniors sont bien sûr directement concernés, mais aussi leurs enfants et petits-enfants, lorsqu'il faut par exemple trouver un nouveau mode de vie et d'habitat pour

ses parents ou grands-parents âgés. «Cette année, nous avons fait participer les écoles, en invitant les enfants à dessiner leurs grands-parents», précise Eléonore Zwick-Merchan. Une façon ludique de mieux connaître le regard d'une génération sur une autre.

### DES PERSONNALITÉS

En matière d'animation et de divertissement, le Salon des Aînés propose tous les jours des démonstrations diverses. A l'occasion de l'Année internationale du sport, des démonstrations de self-défense auront lieu, mais encore de gym pour les seniors. Seront également présentes des personnalités telles que Jo-Johnny ou Colette Jean... sans oublier le traditionnel bal de clôture.

Du côté des débats et espaces de réflexion, chaque journée s'articulera autour d'un thème: le rôle des retraités dans la société (engagement politique, rôle social dans la famille, dans le syndicat, dans l'économie) le 11 mai; les stratégies pour une vieillesse réussie le 12 mai; les grandes questions sur le vieillissement et leurs enjeux le 13 mai. Ce point sera consacré aux présentations de jeunes chercheuses et chercheurs travaillant dans le domaine du vieillissement.

Cette année, à l'invitation du conseiller d'Etat Pierre-François Unger, chef du Département de l'action sociale et de la santé (DASS), une délégation du Conseil suisse des aînés sera reçue officiellement dans la salle du Grand Conseil, en marge du Salon. Une initiative qui



symbolise le désir du Salon des Aînés de se développer au-delà des frontières genevoises. Des contacts ont déjà été pris dans plusieurs cantons, et la prochaine édition, probablement dans deux ans, pourrait bien déjà apporter la preuve que les aînés genevois ne sont pas les seuls à pouvoir tirer profit d'un tel rassemblement. C. Pz

## POINTS FORTS

### Mercredi 11 mai.

Ouverture du Salon (11 h); débats et ateliers sur le thème du jour (14 h 15); «Le lâcher-prise chez les aînés», par Rosette Poletti (17 h 15 au Théâtre Pitoëff).

### Judi 12 mai.

Ouverture (10 h); réception du Conseil des aînés à la salle du Grand Conseil; accueil du Conseil suisse des aînés et de sa présidente Angelina Frankauer dans le cadre du Salon (12 h 30); présentation du livre *Stratégie pour une Vieillesse réussie*, par le professeur Charles-Henri Rapin (15 h 15 au Théâtre Pitoëff); «Le sentiment d'insécurité chez les aînés», par Maria Casares (16 h 15); «Les systèmes de retraite et leurs conséquences», par Jacques-André Schneider (20 h, Théâtre Pitoëff).

### Vendredi 13 mai.

Ouverture (10 h); table ronde et ateliers de Gym Seniors sur le thème «Bouger davantage, que d'avantages!» (10 h); préparation des Etats généraux des EMS (11 h 15); spectacle de Colette Jean et Jo-Johnny (16 h 15, Théâtre Pitoëff); conférence de clôture (17 h 30); bal de clôture (dès 19 h).

## OCPA GENÈVE

# Prévoyance et aide sociale

Rente ou capital? Les personnes qui atteignent l'âge de la retraite après avoir exercé une activité lucrative, se posent bien souvent la question au sujet de leur prévoyance professionnelle.

Faut-il choisir le versement des prestations de prévoyance professionnelle, sous forme d'un capital unique, ou opter pour une rente de prévoyance, versée mensuellement? Le choix n'est pas sans importance, il est même déterminant pour l'obtention du revenu minimum cantonal d'aide sociale. A Genève,

la législation permet aux rentiers AVS de disposer d'un revenu minimum cantonal d'aide sociale, garanti par le versement de prestations complémentaires fédérales et cantonales. L'Office cantonal des personnes âgées (OCPA) attire toutefois l'attention des futurs retraités sur un point important: le droit aux prestations complémentaires cantonales est refusé lorsqu'une personne choisit, au moment de la retraite, le capital LPP en lieu et place d'une rente et qu'elle ne consacre pas ce capital à des fins de prévoyance.

Précisons cependant que choisir le capital n'affecte en rien l'accès à des prestations complémentaires fédérales. Le droit existe, mais étant donné qu'il est déterminé en fonction de critères économiques, il est conditionné par l'importance de ce capital.

Au moment de choisir entre un capital ou une rente de prévoyance, l'OCPA vous renseigne volontiers. Il est en effet primordial de pouvoir évaluer, en toute connaissance de cause, les conséquences d'un tel choix.

## OCPA

Office cantonal des personnes âgées

Route de Chêne 54  
Case postale 6375  
1211 Genève 6  
Tél. 022 849 77 41  
Fax 022 849 76 76  
[www.geneve.ch/social/ocpa](http://www.geneve.ch/social/ocpa)

Accueil au public  
(rez-de-chaussée)  
de 8 h 30 à 12 h 00  
de 13 h à 16 h

## JURA BERNOIS

# Création d'un espace d'accueil

Un nouveau foyer de jour pour les aînés a ouvert ses portes début mars à Sonceboz, dans le Vallon de Saint-Imier. Il peut accueillir dix à quinze personnes.

Le Foyer de jour – Vallon – c'est son nom – débute ses journées à 8 h 30 par un petit-déjeuner, puis propose de multiples activités: travaux manuels, chant, gymnastique, jeux, sorties et promenades, films, fêtes,

etc. Après le repas de midi, ceux qui le souhaitent s'octroient une petite sieste avant de profiter de nouvelles animations.

L'établissement, aménagé dans les locaux de l'ancien Café Fédéral, dispense les mêmes prestations que le service des soins à domicile. Un bus est en outre à disposition pour chercher et ramener chez elles, dans tout le Vallon de Saint-Imier, les personnes qui ne peuvent pas se déplacer par leurs propres moyens. Les aînés habitant d'autres villages sont également les bienvenus.

Ouvert du lundi au vendredi, le foyer ferme en principe à 17 h.

Une option dite «jour long» jusqu'à 19 h permet à ceux qui le désirent de prendre leur repas du soir sur place. Pour l'instant, aucune ouverture n'est prévue le week-end. Les intéressés peuvent venir de un à cinq jours par semaine. Le foyer est placé sous la responsabilité d'une infirmière, Elisabeth Wüthrich, secondée par Elisabeth Zingg, également infirmière, Manuela Jeanmaire, auxiliaire de la Croix-Rouge, et Lotti Stägger, aide familiale.

N. R.

» L'accueil se fait sur inscription, en appelant le foyer, au 032 489 20 20.





Aldo Ellena

*Les Pipelettes  
en pleine répétition.*

## FRIBOURG

# Au théâtre avec le MDA

Le Théâtre *des 4heures* est une troupe joyeuse et pleine de gaieté. Elle présente ses spectacles dans les maisons de retraite et les paroisses.

Une fois par semaine, à la même heure, on frappe les trois coups à la Paroisse Sainte-Thérèse à Fribourg. Le Théâtre des 4heures répète. Cette troupe amateur qui réunit une dizaine de comédiennes et un comédien est « sponsorisée » par le Mouvement des aînés.

Aujourd'hui, les comédiennes repassent les scènes de la pièce *Les Pipelettes*, dans laquelle quatre dames papotent et cancanent dans un café. « Quel âge avez-vous? », demande le metteur en scène à l'une d'entre elles. « Je suis née en 1916, faites le calcul vous-même! », répond

Ida Winckler. « Moi, ajoute Rose Gutknecht, je suis née le jour où le *Titanic* a sombré, mais cinq ans avant. L'année de la Révolution en Russie. » Eclats de rire dans la salle. « Vous voyez, on s'amuse! » Après la surprise et les petits calculs mentaux, on s'extasie: 89 et 88 ans! Et tant de verve.

## AISANCE ET SIMPLICITÉ

La répétition reprend. Ferdinand Dey, le metteur en scène, ne laisse rien passer. Il souligne l'importance du texte, sa ponctuation, donne des images pour mieux faire comprendre ce qu'il veut. Les actrices reprennent, avec aisance et simplicité. Sans faire de chichis. « Sur scène, il faut s'oublier, oublier ce qu'on est, explique le metteur en scène. J'essaie de mettre les acteurs en face des mots, de leur sens. J'insiste sur l'écoute de la réplique et la respiration qui apporte l'apaisement. »

« Le Théâtre des 4heures joue des pièces naïves, proches du théâtre de village », ajoute Ferdinand Dey. Retraité lui-même, mais actif depuis 50 ans dans la mise en scène théâtrale amateur, il a repris la petite troupe, il y a quelques mois. Actuellement, trois spectacles figurent au répertoire: *Les Pipelettes*, *La Leçon de Théâtre* et *Le Chat dans la Cuisine*, écrits par une comédienne de la troupe, Suzy Panchaud.

Dès l'automne, le metteur en scène compte apporter de nouveaux textes. Ferdinand Dey pense éventuellement doubler les acteurs. « Il faut s'attendre à ce que quelqu'un vous lâche la main, on est fragile à cet âge », remarque-t-il.

N'y a-t-il pas de difficultés de mémorisation? « Je suis étonné, mais il y a peu de défaillances. Je crois que les femmes travaillent mieux leur texte. »

« La troupe a été fondée il y a 18 ans, à la suite de l'enthousiasme révélé lors d'une activité

« Passeport Senior », explique de son côté Daniel Bermant, l'unique comédien de la troupe, un Bruxellois installé à Fribourg depuis vingt ans. Elle compte une dizaine de comédiennes et comédiens entre 60 et 90 ans, des Romands et des Alémaniques, une Autrichienne et une Hollandaise.

Le Théâtre des 4heures se produit dans les homes et dans les paroisses. Diverses autres manifestations ont été organisées. Un petit festival a réuni les troupes de théâtre du MDA de toute la Suisse romande à Fribourg, puis à Genève, Neuchâtel et Lausanne.

## UN PLAISIR PROFOND

« Le théâtre m'a permis de sortir de moi-même, raconte Rose Gutknecht, l'une des fondatrices. J'étais assez timide. Je n'osais pas parler devant beaucoup de monde. » Et pourtant, un jour, avant une représentation devant des personnalités, elle n'hésite pas un instant à se présenter ainsi: « Nous sommes les artistes! »

Le théâtre c'est « la joie de s'exprimer », « la possibilité de sortir de soi et de s'amuser », « c'est beaucoup de contacts », « c'est un plaisir profond », disent-ils. Quand on rencontre ces comédiennes et ce comédien, qu'on les entend, qu'on les regarde, on ne peut que les croire. Le metteur en scène a d'ores et déjà atteint son objectif: « Ma seule ambition c'est d'essayer de les rendre heureux de faire quelque chose. »

**Annette Wicht**

» Renseignements: Doris Grauwiler, tél. 026 475 27 93.



VAUD

# La gym seniors fête ses 40 ans

Présente dans 150 communes du canton depuis 40 ans, la Fédération vaudoise de gymnastique, aquafitness et sports pour personnes âgées compte près de 3000 membres. En majorité des femmes, âgées de 55 à... 90 ans.

Dans la salle de Paudex, cet après-midi-là, une centaine de grands-mamans répétaient le programme qui sera donné le fin mai à Vevey, pour marquer le 40<sup>e</sup> anniversaire de la fédération. Parmi elles, une petite dame fluette, l'œil pétillant, mettait tout son cœur à suivre ses cadettes. Régina Coderey pratique la gymnastique depuis l'âge de 61 ans. Aujourd'hui, elle accumule les activités sportives et bénéficie d'une condition physique exemplaire. «Je

souffre de déformation dorsale et le sport m'aide beaucoup. Outre la gymnastique, je pratique la marche une fois par semaine, dans le cadre de l'Avivo.» Grâce à ces activités, M<sup>me</sup> Coderey se sent en pleine forme et fait preuve d'une vitalité peu commune. «Récemment, j'ai pu effectuer un voyage dans le nord de la Thaïlande.» A près de 89 ans, qui dit mieux?

Un peu plus loin, Ginette Rielle-Nussbaum, 79 ans, se concentre sur les exercices proposés par la monitrice, accompagnés par une musique douce. «La gymnastique me convient parfaitement, elle m'oblige à bouger mon corps. Cela ne me suffit pas de tricoter des chaussettes en regardant la télévision. Et puis, ces séances de gym me permettent de rencontrer des amies, une fois par semaine...»

A deux pas de là, Victorine Faucherre acquiesce d'un sourire. Elle ajoute même, d'un air entendu: «Mon docteur me dit toujours: on voit bien que vous faites de la gym!» M<sup>me</sup> Fau-

cherre fait également la fierté de ses enfants. «Ils me répètent souvent: «Continue, Mamy, tu es bien!» A 74 ans, cette sportive ne connaît pas de problèmes d'articulations. «J'ai également été monitrice, il y a quelques années et j'ai pratiqué un sport toute ma vie!», conclut-elle.

## UNE BONNE PRÉVENTION

Présidente de la fédération et monitrice elle-même, Hélène Favez se réjouit du succès grandissant que connaissent les sports proposés aux seniors. «Dommage, regrette-t-elle, que les hommes ne suivent pas l'exemple de leurs compagnes. Nous comptons un seul groupe masculin dans tout le canton.» Il faut tout de même préciser que ces messieurs sont plus assidus en piscine, où l'on pratique l'aquafitness. Une vingtaine de cours de gym aquatique sont donnés à travers tout le canton.

Depuis de nombreuses années, la présidente œuvre pour développer les sports destinés aux seniors. Outre la gymnastique et l'aquafitness, la fédération organise également des cours de danses traditionnelles. «Nous avons constaté que le sport senior contribue grandement à maintenir les personnes à leur domicile. Cela agit également de manière préventive dans le cadre de la santé. Par exemple, les personnes souffrant d'un léger problème d'hypertension, qui pratiquent une activité physique régulière, sont plus rapidement soulagées et elles consomment moins de médicaments. D'autre part, elles contribuent à améliorer les coûts de la santé.»

Le but avoué de la fédération est de permettre aux seniors de se maintenir en bonne santé et de conserver adresse, souplesse, endurance, équilibre et aisance dans les mouvements. En outre, des études très sérieuses ont prouvé que l'exercice physique prévient l'incontinence et l'ostéoporose. «Le sport a aussi pour but de lutter contre la solitude des personnes âgées et de les aider à vivre aussi longtemps que possible de manière autonome et indépendante», écrit This Fehrlin, responsable suisse d'Aînés et Sport, dans le carnet de fête édité pour la journée qui marquera le 40<sup>e</sup> anniversaire de la fédération vaudoise.

Les cours mis sur pied par les responsables de la gym seniors contribuent à entretenir notre santé, qui est le bien le plus précieux.

J.-R. P.

## LE 28 MAI À VEVEY

Pour marquer le 40<sup>e</sup> anniversaire de la Fédération vaudoise de gymnastique, une grande fête sera organisée le 28 mai prochain aux Galeries du Rivage à Vevey. Plus de 360 gymnastes seniors, âgées de 60 à 90 ans effectueront des démonstrations pour le public dès 13 h 30. Venez nombreux admirer la souplesse des grands-mamans de tout le canton!

### »» Renseignements:

Hélène Favez, présidente,  
tél. 026 666 12 40  
et 079 710 15 44. E-mail:  
infavez@hotmail.com



Jean-Claude Curchod

Les dames de la gym aînées répètent pour la fête de Vevey.