

# Pro Senectute

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Généralions plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2011)**

Heft 20

PDF erstellt am: **16.08.2024**

## **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.library.ethz.ch)

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



# LES RAQUETTES À NEIGE séduisent toujours plus

L'engouement populaire pour ce type de randonnées n'a jamais été aussi marqué. Le phénomène est d'ailleurs bien visible chez Pro Senectute, où les plus de 60 ans ont tendance à préférer cette pratique au ski de fond.

Voilà près de douze ans, les raquettes à neige laissent leurs premières traces sur le tapis hivernal helvétique. Depuis, elles ont emprunté le chemin qui

mène vers le succès, marquant chaque année un peu plus les sentiers de leurs empreintes. Cette réalité, Pro Senectute la vit également, puisque les randonnées

à raquettes proposées par cette association à tous les seniors romands (sauf à Genève) suscitent un véritable engouement.

«Nos excursions à raquettes sont en train de prendre le pas sur le ski de fond», remarque Martine Schultheiss, de Pro Senectute Fribourg. En Valais, le ski de fond reste la discipline qui rassemble le plus de participants, mais les nouvelles venues lui grignotent chaque année du terrain, selon Emmanuelle Dorsaz, responsable des activités sportives de Pro Senectute pour le Valais romand.

## Nombreux avantages

Il faut dire que ce sport a des arguments à faire valoir. D'abord, il nous plonge – et pour pas cher – au cœur d'une Suisse grandeur nature, où les sapins saupoudrés de neige chatouillent nos consciences écologiques de leurs aiguilles. Ensuite, il est basé sur le mouvement naturel qu'est la marche, d'où un apprentissage rapide et une accessibilité au plus grand nombre. «Un entretien préalable avec l'un des guides est toutefois demandé, afin de savoir si la personne est en bonne forme physique. On peut noter que ce sont souvent les mêmes personnes qui participent à nos balades estivales», constate Martine Schultheiss. En Valais, outre les parcours sur les sentiers balisés, on organise aussi de manière ponctuelle des sorties hors-piste.

## Peau de phoque en Valais

En chaussant les raquettes, nos aînés nous prouvent qu'ils suivent les tendances. Certainement plus



Cette discipline vous emmène dans des paysages grandioses sans avoir nécessité un apprentissage technique difficile. La raquette est en effet basée sur le mouvement naturel qu'est la marche.



que ce que l'on voudrait bien croire, comme a pu le constater Emmanuelle Dorsaz: «En lançant le ski de randonnée à peau de phoque il y a trois ans, je n'étais pas sûre que cela marcherait. Mais toutes nos sorties affichent cette saison "complet", et nous allons continuer à développer cette activité, que nous sommes actuellement les seuls à offrir en Suisse romande (*une initiation est toutefois prévue cette saison dans l'arc jurassien, ndlr*), mais que nous proposons aussi aux habitants des autres cantons.» Et Pierre-Noël Julen, participant

devenu formateur, d'ajouter: «Cela répond à une demande de personnes sportives et désireuses de découvrir des régions qu'elles n'ont pas l'habitude de fréquenter. Les gens sont répartis en trois niveaux, mais on se retrouve tous à la fin.» Le skating (ski de fond avec la technique du patinage) se développe également en Valais, où de nouveaux moniteurs vont être formés. Comme le dit à juste titre Emmanuelle Dorsaz, «les seniors sont curieux, ils aiment essayer de nouvelles choses»...

**Frédéric Rein**



## Le Festival «visâges» ne se voile pas la face

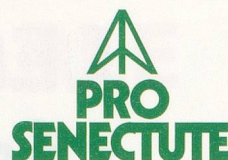
Le Festival du film «visâges» (du 22 au 27 février) se veut un trait d'union entre les générations. Une valorisation par l'image des rapports intergénérationnels, de cette humanité partagée. Un regard décalé sur le monde, un questionnement sur la représentation de la vieillesse. «Lors de cette 5<sup>e</sup> édition, l'accent sera mis sur l'art et la culture, car nous prenons pour la première fois nos quartiers au Manoir de Martigny, le centre d'exposition d'art contemporain de la ville», explique Olivier Tamarcaz, fondateur de ce festival tout public patronné par Pro Senectute Suisse avec l'appui de Pro Senectute Valais, et unique en Europe. «Nous présenterons les parcours de vie de nombreux artistes, comme celui de Svetlana Geier, dans le film *La femme aux 5 éléphants*. Cette Ukrainienne, aujourd'hui âgée de 85 ans, a traduit la littérature russe en allemand», précise-t-il, évoquant aussi un partenariat avec le cinéma de Martigny.

En bon festival intergénérationnel qui se respecte, «visâges» n'a pas non plus oublié les juniors dans sa programmation, puisque plusieurs films montreront le regard que portent des enfants et des adolescents sur le monde contemporain. Des regards croisés, mais une vision qui se rejoint tôt ou tard...

**F. R.**

### Informations et programme sur demande:

olivier.tamarcaz@pro-senectute.ch ou au (021) 925 70 10



#### BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263

2502 Bienne

e-mail:

biel-bienne@be.pro-senectute.ch

Tél. 032 328 31 11

Fax 032 328 31 00

#### FRIBOURG

Ch. de la Redoute 9,

c.p. 1752 Villars-sur-Glâne 1

e-mail: info@fr.pro-senectute.ch

Tél. 026 347 12 40

Fax 026 347 12 41

#### GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève

e-mail: info@ge.pro-senectute.ch

Tél. 022 807 05 65

Fax 022 807 05 89

#### TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes

e-mail:

prosenectute.tavannes@ne.ch

Tél. 032 482 67 00

Fax 032 482 67 09

#### DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés

Ch. du Puits 4, c.p. 800

2800 Delémont

e-mail:

prosenectute.delemont@ne.ch

Tél. 032 886 83 20

Fax 032 886 83 19

#### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel

Rue de la Côte 48a

2000 Neuchâtel

e-mail: prosenectute.ne@ne.ch

Tél. 032 886 83 40

Fax 032 886 83 41

#### LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25

2300 La Chaux-de-Fonds

Tél. 032 886 83 00

Fax 032 886 83 09

#### VAUD

Maupas 51

1004 Lausanne

e-mail: info@vd.pro-senectute.ch

Tél. 021 646 17 21

Fax 021 646 05 06

#### VALAIS

Siège et centre d'information

Rue des Tonneliers 7, 1950 Sion

e-mail: info@vs.pro-senectute.ch

Tél. 027 322 07 41

Fax 027 322 89 16

### Info seniors

0848 813 813

du lundi au vendredi

Vaud: de 8 h 15 à 12 h

et de 14 h à 17 h

Genève: de 8 h 30 à 12 h