

# Chronique : poids plume

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération**s

Band (Jahr): - **(2019)**

Heft 112

PDF erstellt am: **13.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

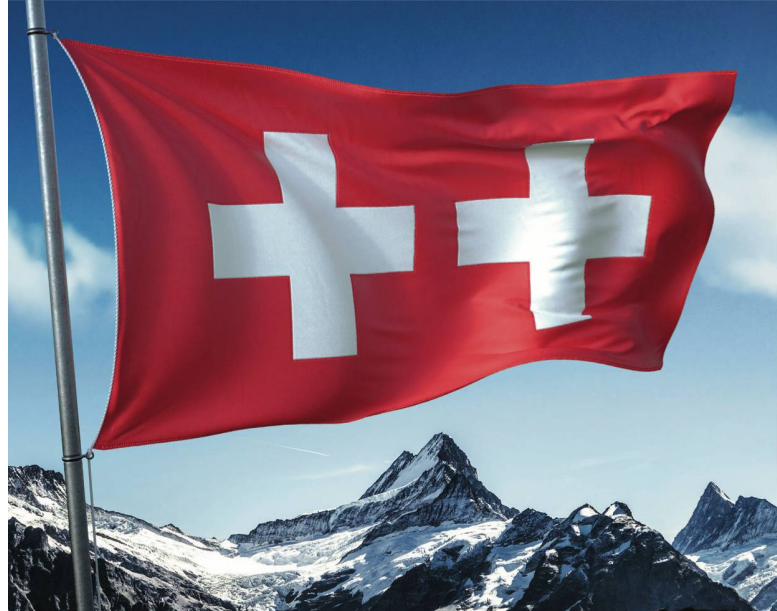
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

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**

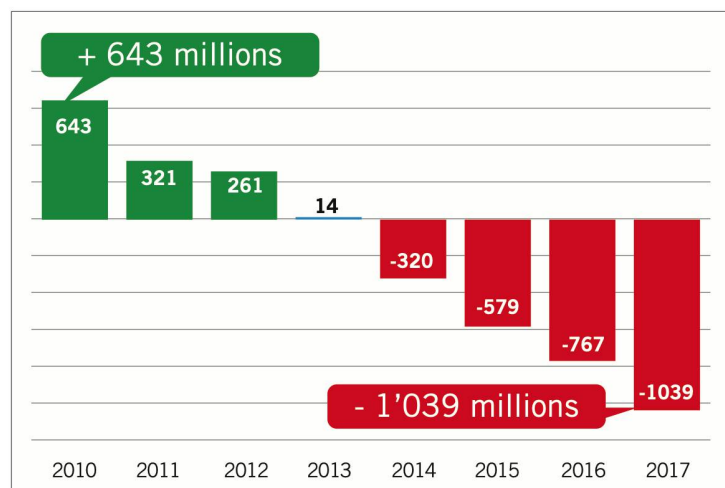
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



## Sortir l'AVS des chiffres rouges !

L'AVS est dans le rouge. Les déficits augmentent chaque année. Le fonds AVS sera à sec dans une dizaine d'années.

### Evolution récente de l'AVS



Depuis 2014, les cotisations ne suffisent plus pour payer les rentes.

**Le projet AVS et fiscalité (RFFA) apporte deux milliards d'argent frais. Ainsi on sécurise les rentes.**

19 mai  
**OUI** AVS et  
fiscalité

avs-fiscalite-oui.ch



*On le scrute, le soupèse et le soigne. Car il nous préoccupe, ce corps qui prend de l'âge, et nous nous en occupons. Toujours en forme et avec les formes d'usage, ISABELLE GUISAN s'en inquiète et s'en amuse.*

## Poids plume

Tous les manuels du bien vieillir nous le serinent, il faut s'alléger pour finir ses jours en paix. Cela signifie perdre les kilos qui nous font ralentir devant les rayons sucrés des supermarchés. Mais aussi savoir se réconcilier avec son beau-frère ou/et sa cousine, trouver l'âme charitable qui voudra bien recueillir nos innombrables livres et procéder à mille rangements tant dans notre corps, notre âme et notre esprit que dans notre logement. J'aime penser — mes connaissances en matière religieuse sont approximatives — que l'hindouisme a bien raison d'exhorter les personnes âgées à se délivrer de leurs biens avant de se retirer dans la montagne et de mendier leur pain sur les chemins. J'imagine sagesse et légèreté cheminant de pair.

Le climat est bien différent sur ces sentiers lointains que sur les nôtres et, pour l'instant, mon corps aspire surtout à vivre plus léger sur un mode très prosaïque. Qu'il s'agisse de sacs de commissions à trimballer ou de literie et de vêtements encombrants. Bottines à gros talons compensés, manteau d'hiver rembourré, sac de montagne qui, même vide, fait ployer le dos, tout ça appartient au passé. Comme les couvertures en laine que l'on retrouve parfois dans un hôtel désuet ou une cabane de montagne en soupirant : « Mon Dieu, qu'elles sont lourdes ! »

Nouvelles matières aidant, les dames de plus de 50 ans n'arborent plus que des doudounes aériennes et un petit sac arrimé à leur dos en lieu et place du gros sac à main d'antan. Même les écharpes chaudes sont devenues fines, toutes fines. Et les vendeurs des magasins de sport vont jusqu'à suspendre à un pèse-lettres les baskets de ville ou de randonnée ultralégères, pour nous prouver qu'elles pèsent vingt grammes de moins que leurs concurrentes. Que du bonheur.

Finalement, il n'y a que les poids qu'on souève au fitness ou ceux qu'on pousse sur le reformer au cours de Pilates qui deviennent de plus en plus lourds... Cette évolution va de pair avec le poids des ans, nous l'acceptons donc sans commentaire ni soupir. Cela participe de la légèreté de l'esprit.