Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 16 (1986)

Heft: 4

Rubrik: Aînés loisirs : les loisirs en cheveux gris

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

aînés loisirs

Les loisirs en cheveux gris

L'âge de la retraite a sonné. Terminés les horaires fixes. Toutes les contraintes du métro-boulot-dodo sont derrière soi. Et devant, qu'y a-t-il? Plein de temps pour se faire plaisir! Le troisième âge, c'est l'époque privilégiée des vacances à la carte. L'inactivité n'est pas bonne. Ni pour la santé, ni pour l'humeur... ou l'entourage. D'autant plus si l'on a mené une vie très active.

Les possibilités qui s'offrent aujourd'hui en matière de loisirs ne cessent de croître. Il serait dommage de ne pas en profiter.

Il existe plus d'une cinquantaine de clubs d'aînés, disséminés un peu partout en Romandie, qui tentent par le dynamisme de leurs membres à offrir des activités très diversifiées. Les personnes âgées s'y retrouvent lors de thés dansants ou pour une partie de cartes. Soirées cabaret, conférences, projections de documentaires ou sorties en car comblent agréablement bien des heures creuses.

Pourtant il serait faux de croire que le 3e âge doit se limiter à un rôle passif. L'aspect de la retraite ne cesse d'évoluer. Maintenant c'est devenu une époque de la vie où la notion de créativité est très importante. Preuve en sont les ateliers qui trouvent un écho très positif. Il n'est jamais trop tard pour se familiariser avec la musique et apprendre à jouer de la cithare ou de l'harmonica. Certains n'hésitent pas à se lancer sur les planches en montant de petites pièces de théâtre. Les mes-

Fondation de L'Hermitage
Route du Signal 2, 1000 Lausanne 8, tél. 20 50 01

Rodolphe Théophile BOSSHARD
22 mars – 1er juin 1986

Mardi-dimanche: 10 h - 13 h; 14 h - 18 h, lundi fermé
Jeudi soir: nocturne de 20 h à 22 h

Parc illuminé. Visite commentée, suppl. Fr. 5.—

Prix d'entrée: AVS Fr. 7.50. Cafétéria dans le parc.

LIBRAIRIE PAYOT

LAUSANNE, 2 magasins
PEPINET - 4, place Pépinet — BOURG - 1, rue de Bourg
Tél. (021) 20 33 31

VEVEY, 51, rue d'Italie	Tél. (021) 51 17 32
MONTREUX, 42, av. du Casino	Tél. (021) 63 06 07
GENÈVE, 6, rue Grenus	Tél. (022) 31 89 50
NEUCHÂTEL, 8a, rue du Bassin	Tél. (038) 24 22 00
SION, 14, av. du Midi	Tél. (027) 22 52 72
BÂLE, 107, Freie Strasse	Tél. (061) 23 12 45
BERNE, 16, Bundesgasse	Tél. (031) 22 55 36
ZURICH, 9, Bahnhofstrasse	Tél. (01) 211 54 52/53

Apprenez à jouer de l'orgue électronique ou du clavier portable

Cours pour débutants et avancés
Leçon d'introduction gratuite
Tarif: 10 leçons = Fr. 150.—. Aînés moitié prix

Renseignements et inscriptions chez
Hug Musique
Grand-Pont 2 bis, 1002 Lausanne. Tél. 20 24 71

Dans le Jorat

Grande variété d'animaux
tigres, lions, ours, loups,
lynx, bisons, singes, etc.

Unique en Suisse:
Magnifique verre tropical,
avec oiseaux exotiques.
Restaurant self-service.
Jeux pour enfants.
Ouvert toute l'année.
Prix spéciaux AVS groupes

Tél. (021) 93 16 71

Grand P.

ZOO DE SERVION

La phonothèque

de la Bibliothèque cantonale et universitaire
est ouverte à nouveau
depuis le 1er avril 1986

Près de 11 000 disques et coffrets en libre-accès
Horaire: lu-ve 10 h - 12 h, 14 h - 18 h - sa 9 h - 12 h

BCU, pl. de la Riponne 6 (palais de Rumine)
Lausanne - Tél. 22 88 31

sieurs, qui ont toujours trouvé l'assiette prête sur la table, se mettent avec joie aux fourneaux, alors que d'autres préfèrent se livrer aux subtilités de la photo, du film vidéo, ou même s'initier à l'informatique. Si les doigts démangent, le batik ou le macramé les occuperont: c'est tellement bon d'oublier les soucis!

Et si l'on a envie de changer d'air, on peut partir en car à la découverte des dentellières de la Gruyère ou aller applaudir la Revue de Barnabé à Servion (deux des propositions de «Va et redécouvre ton pays» — Pro Senectute). On peut aussi carrément boucler sa valise et aller se baigner à la mer avec un des voyages d'«Aînés», de Pro Senectute ou du MDA.
En ville, les centres de jour (comme Pierre-Mercier à Lausanne) ou les centres de quartier deviennent une sorte de résidence secondaire où l'on retrouve des amis, où l'on se fait chouchouter par la pédicure ou le coiffeur.

Et puis, il y a aussi les irréductibles individualistes qui préfèrent les joies de la lecture ou les visites de musées. Qu'ils n'oublient pas de se renseigner. Les bibliothèques et les théâtres offrent également des réductions.
Ce petit tour d'horizon des loisirs en cheveux gris permet de constater qu'avec un peu d'enthousiasme, (presque) tout est possible. Il suffit pour cela de vouloir... et de se lancer!

Marie-A. Crivelli

MUSÉE D'HORLOGERIE
CHÂTEAU DES MONTS
LE LOCLE

Un musée qui vous parle

et qui vous laissera un merveilleux souvenir par la beauté et la richesse de ses collections.
Combinez la visite avec une excursion, car et bateau, dans le Jura neuchâtelois et le Saut du Doubs.
Ouvert tous les dimanches de 14 h à 17 h.
Du 1er mai au 30 octobre tous les jours, sauf lundi, 10 h à 12 h et 14 h à 17 h.
Prix spécial pour groupes Aînés.
Tél. (039) 31 62 62 ou 31 16 80

Renaissance de l'opéra à Mézières
THÉÂTRE DU JORAT
Vendredi 27 juin et vendredi 4 juillet à 20 h
Dimanche 29 juin 1986 à 15 h

LE THÉÂTRE MUNICIPAL DE LAUSANNE
présente

LE COURONNEMENT DE POPPEE

(en italien)

Claudio MONTEVERDI
Direction musicale Michel CORBOZ

Location
Théâtre municipal de Lausanne
dès le 21 avril 1986