

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 3 (1973)
Heft: 1

Rubrik: Les pages de Pro Senectute

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: 14.01.2026

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



Journées d'étude de la Fondation suisse Pour la Vieillesse

Les sixièmes Journées de perfectionnement professionnel de la Fondation suisse Pour la Vieillesse se sont déroulées en commun, les 23 et 24 novembre 1972, à Lucerne, sous la direction de M. Ulrich Braun, D^r en droit, secrétaire général, assisté par M. Malte Giovanoli, lic. sc. pol., son adjoint et suppléant de langue française (il est bon que leurs noms soient donnés au moins une fois ici, car ils sont au cœur de l'action sur le plan national). Environ 80 personnes, représentant les 61 centres d'information, ainsi que les services généraux de la Fondation, y étaient présents.

Le sujet principal, qui a occupé les participants pendant un jour et demi, était la Préparation à la retraite et à la vieillesse ou, si vous préférez, la Préparation au Troisième Age. Il a été traité par Mlle Julie Winter et M. Walter Lerch, du service de Planification et aménagement de la vieillesse du Comité cantonal zurichois, dont les travaux, déjà très avancés, en la matière, ont été ainsi mis à disposition de l'ensemble des cantons suisses. Une abondante documentation, provenant de nombreux pays et reflétant aussi tous les essais fructueux qui ont déjà été tentés en Suisse, a pu être rassemblée. Les treize centres romands de Pro Senectute sont donc maintenant en mesure de renseigner et de conseiller efficacement les organisateurs locaux et régionaux de cours de préparation au Troisième Age. L'on espère qu'ils seront nombreux.

Les travaux de Lucerne ont également porté sur les tâches confiées à Pro Senectute par la Loi fédérale sur la 8^e révision de l'AVS, ainsi que sur diverses questions d'ordre pratique, relatives à l'activité sociale de la Fondation.

E. Th.

Les services de Pro Senectute

FRIBOURG (comité cantonal)

Adresses permanentes — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc., sauf indication spéciale, s'adresser uniquement aux **centres d'information** suivants:

Pour tout le canton (Bureau cantonal): 6, rue de l'Abbé-Bovet (2^e étage), 1700 **Fribourg**, tél. (037) 22 41 53. Du lundi au vendredi, 8-12 h. et 14-18 h.

Pour la ville de Fribourg et le district de la Sarine: 6, rue de l'Abbé-Bovet (1^{er} étage), 1700 Fribourg, tél. (037) 22 12 74. Du lundi au vendredi, 8-12 h. et 14-18 h.

Pour le district du Lac: au bureau du Service social de la ville, 3280 **Morat**, tél. (037) 71 21 14. Du lundi au vendredi, 8-12 h. et 14-18 h.

Dans tout le canton fonctionnent, en relation avec d'autres institutions ou avec l'aide de collaborateurs et collaboratrices bénévoles: des services d'**aide ménagère**, de **visites** et de **loisirs** (rencontres amicales, sorties, repas, fêtes, etc.) Se renseigner aux centres d'information.

Gymnastique — Voici les groupes de la partie romande ou mixte du canton: **Belfaux** (château du Bois), mardi, 14 h. 45, Mme Noël (tél. 22 47 03). — **Broc** (halle de gymnastique), lundi, 14 h. 15, Mme Comba (tél. 2 96 52). — **Bulle** (Hôtel de Ville), jeudi, 14 h. 15, Mme Pipoz (tél. 2 88 33). — **Cugy** (salle communale), lundi, 19 h. 45, Mme Corminbœuf (tél. 63 16 67). — **Estavayer-le-Lac** (halle de gymnastique de l'Institut du Sacré-Cœur), jeudi, 14 h. 30, Mme Corminbœuf (tél. 63 16 67). — **Fribourg**, lundi, 13 h. 30 (maison pour personnes âgées, route du Jura 69), Mlle Couturier (s'inscrire sur place); lundi, 14 h. et 15 h. (salle paroissiale de St-Pierre), Mme von der Weid (tél. 22 28 27); mercredi, 15 h. (salle paroissiale de St-Pierre), Mme Thévoz (tél. 22 65 70); mercredi, 15 h. (La Providence), Mme Kaech (tél. 24 10 52); jeudi, 14 h. 30 (villa Beau-Site), Mme Brun (tél. 24 51 44); vendredi, 13 h. 45 (La Visitation), Mlle Couturier (s'inscrire sur place). — **Marly** (halle de gymnastique, école primaire), jeudi, 14 h. Mme Chassot (tél. 24 39 07). — **Morat**, lundi, 16 h. (nouvelle halle de gymnastique, salle rouge), Mme Lehmann (s'inscrire sur place); mercredi, 8 h. et 18 h. (halle de gymnastique), Mme Helfer (tél. 71 27 77); jeudi, 14 h. 30 (Alterszentrum, rue Meyland 42), Mme

Bollin (tél. 71 38 40). — **Siviriez** (Foyer N.-D.-Auxiliatrice), mercredi, 15 h., et jeudi, 15 h., sœur Lydwine (tél. 56 13 38). — **Vuisternens-devant-Romont** (Foyer Ste-Marguerite), mercredi 15 h., sœur Elisabeth (tél. 55 12 00).

VAUD (comité cantonal)

Adresse permanente : — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc., sauf indication spéciale, s'adresser uniquement au **Centre de conseils et d'assistance Pro Senectute**, 51, rue du Maupas, 1004 **Lausanne**, tél. (021) 35 85 05. Réception du lundi au vendredi, tous les matins de 8 à 12 h.

Service d'aide au foyer — Ce service a pour but de permettre à des personnes âgées, atteinte dans leur santé physique ou psychique, de rester dans leur milieu habituel ou d'y retourner après une hospitalisation, en leur apportant l'aide nécessaire, consistant essentiellement en soins simples, entretien courant du ménage, savonnages, repassages, courses, préparation de repas. Les localités suivantes sont actuellement desservies par l'Aide au Foyer :

Aigle (avec Ollon): Mme Odette Durand, 18, rue du Midi, 1860 **Aigle**, tél. (025) 2 20 51. — **Château-d'Œx** (avec Rougemont, Rossinière et l'Étivaz): Mme Rosa Turrian, Le Parc, 1837 **Château-d'Œx**, tél. (029) 4 69 87. — **Lausanne** (Direction cantonale et service pour la ville de Lausanne): 51, rue du Maupas, 1004 **Lausanne**, tél. (021) 35 85 55 et 35 85 56. — **Mézières** (avec Carrouge, Ferlens, Ropraz, Servion et Vuillens): Mme Michèle Guisan, 1083 **Mézières**, tél. (021) 93 11 27. — **Prilly**: Mme Jeanne Brandt, 31, chemin du Mont-Goulin, 1008 **Prilly**, tél. (021) 24 77 95. — **Renens** (avec Bussigny, Chavannes/Renens, Crissier et Ecublens VD): Mme Ruth Arnaud, 10-bis, rue de l'Avenir, 1020 **Renens**, tél. (021) 34 18 87. — **St-Prex**: Mme Raymonde Golaz, La Joliette, 1162 **St-Prex**, tél. (021) 76 12 61. — **Vevey** (avec Blonay, Corseaux, Corsier, La Tour-de-Peilz et St-Légier): Mlle Berthe Leuenberger, 1, rue du Midi, 1880 **Vevey**, tél. (021) 51 31 64. — **Yverdon**: Mme Suzanne Gay, 72, rue Pierre-de-Savoie, 1400 **Yverdon**, tél. (024) 2 84 21.

Clubs pour personnes âgées — Le Service des organisations collectives seconde les organisateurs de club et les aide à établir des programmes, à créer des occupations, à se procurer du matériel et des films, à organiser des réunions et des excursions, etc. S'adresser au Secrétariat cantonal, tél. (021) 35 85 05.

Travaux manuels — Des ateliers de travaux manuels ouverts aux personnes âgées, avec monitrice, sont ouverts aux endroits suivants: **Carrouge** (Jorat), grande salle, mardi, dès 14 h. — **Lausanne**, Val-Fleuri (salle des loisirs), lundi, dès 14 h. — **Renens**, maison des Pierrettes (chemin des Bioudes), mercredi, dès 14 h. — **Rolle**, château, mardi, dès 14 h. — **Vallorbe**, Foyer des Fontaines, jeudi, dès 14 h. — **Yverdon**, salle paroissiale de Fontenay, lundi, dès 14 h. — S'annoncer à la monitrice pendant les heures d'ouverture.

Gymnastique et natation — Il y a plus de 150 groupes de gymnastique dans le canton. Ils sont organisés par le « Comité vaudois de la gymnastique pour personnes âgées », qui rassemble plusieurs organismes et dont Pro Senectute assure le secrétariat. A Lausanne, des cours spéciaux de **natation** ont lieu à la piscine de Mon-Repos. Pour trouver le groupe de votre localité ou proposer la constitution d'un nouveau groupe, adressez-vous au Secrétariat cantonal, tél. (021) 35 85 05.

GENÈVE (comité cantonal)

Adresse permanente — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc., s'adresser uniquement au **Service social du Comité genevois de la Fondation « Pour la Vieillesse »**, 3 place de la Taconnerie (rez-de-chaussée), 1211 **Genève** 3, tél. (022) 24 92 67. Uniquement sur rendez-vous.

Aide familiale — Tout en soutenant financièrement deux services genevois d'aide au foyer, en raison de leur utilité pour le 3^e âge, le Comité genevois a lui-même cinq aides familiales, fournissant chacune à peu près 2000 heures de travail dans les ménages de personnes âgées. Ce service à tarif modique permet aux bénéficiaires n'ayant plus les forces nécessaires, de vivre malgré tout chez eux. Il travaille en collaboration avec les infirmières de la Santé publique, l'assistante sociale du Comité genevois, Mme Iszaïeff, et le corps médical.

Gymnastique — La gymnastique du 3^e âge a pris rapidement un grand essor à Genève. Afin de renforcer cette action et de lui assurer un développement harmonieux, un nouvel organisme a été créé. Il s'agit de l'« Association genevoise pour la gymnastique des personnes âgées » constituée en commun par Caritas, le Centre social protestant et la Fondation Pour la Vieillesse. Cette institution faîtière a pris en charge tous les problèmes relatifs à la gymnastique des aînés.

Assurance-maladie-accidents — De grands efforts ont été entrepris en vue de la conclusion de l'assurance maladie-accidents spécialement adaptée aux personnes âgées qui a été annoncée dans « Aînés » de novembre 1972. Pour ceux qui n'ont pas lu ce numéro, de nouveaux renseignements seront donnés dans le courant de l'année.

NEUCHÂTEL (comité cantonal)

Adresses permanentes — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc. s'adresser uniquement aux **centres d'information** suivants:

Pour les districts de Neuchâtel, de Boudry et du Val-de-Travers: 11, rue des Parcs, 2000 **Neuchâtel**, tél. (038) 24 56 56. Du lundi au vendredi, 8-12 h. et 14-18 h.

Pour les districts de La Chaux-de-Fonds, du Locle et du Val-de-Ruz (secrétariat cantonal): 27, rue du Parc, 2300 **La Chaux-de-Fonds**, tél. (039) 23 20 20. Du lundi au vendredi, 8-12 h et 14-18 h. **Permanence du Locle**, 36, rue du Marais, 2400 **Le Locle**, tél. (039) 31 62 22. Lundi après-midi, 14-17 h.

Dans l'éventail de nos activités, nous nous bornerons à mentionner aujourd'hui deux aspects des loisirs qui agrémentent la vie d'un retraité: les clubs de loisirs et la gymnastique.

Clubs de loisirs — Chaque quinzaine, plus de mille cinq cents personnes se réunissent pour des conférences, projections de films ou diapositives, jeux...

Les clubs du Troisième Age ont une structure autonome. Un comité, généralement composé de retraités, prépare le programme d'activité, établit les contacts indispensables avec les autorités communales, la presse. Il se préoccupe des divers problèmes de la vieillesse, afin de pouvoir renseigner les membres, s'il y a lieu.

Ces clubs se répartissent actuellement comme suit: **Bevaix**, 70 membres — **Boudry**, 80 membres — **La Chaux-de-Fonds**, 920 membres — **Cortailod**, 60 membres — **Le Locle**, 840 membres — **Neuchâtel**, 470 membres — **Les Ponts-de-Martel**, 200 membres — **Val-de-Travers**, 363 membres.

Gymnastique — Le caractère social de la gymnastique est doublé d'un aspect médical. L'éducation physique d'entretien adaptée aux personnes âgées est destinée à tonifier la musculature, à dérouiller les articulations, à discipliner la respiration, et, pourquoi pas, à rappeler à chacun qu'il est utile de trouver rapidement sa gauche ou sa droite!

Une leçon de gymnastique (une heure par semaine) se déroule dans la bonne humeur. C'est l'heure de la détente, on y retrouve la gaieté, l'entrain, et une certaine souplesse. La balle passe de l'un à l'autre, le ballon vole, la musique accompagne certains gestes rythmés. A l'aide de foulards, de baguettes, de bouteilles, de pinces à linge, d'élastiques, on invente toutes sortes de mouvements qui fortifieront certaines articulations et donneront du tonus aux muscles.

A La Chaux-de-Fonds, nous tentons une expérience pilote en piscine où les groupes se succèdent toutes les 20 minutes, dans une eau à 30°.

Dans le canton de Neuchâtel, la gymnastique pour personnes âgées est pratiquée depuis 4 ans. Cette année, nous dénombrons: 50 groupes, 1200 participants, 52 monitrices.

VALAIS (comité cantonal)

Adresses permanentes — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc., s'adresser uniquement aux **centres d'aide et d'informations** suivants:

Pour les districts de Sion, de Conthey, de Martigny et d'Entremont, plus la commune d'Ayent: Résidence-Majorie A, 3, rue des Tonneliers, 1950 Sion, tél. (027) 2 07 41. Consultations: à Sion, chaque lundi, de 16 h. à 18 h.; à Martigny-Bourg, Bâtiment administratif, le premier mardi du mois, de 9 h. à 11 h.

Pour les districts de Sierre et d'Hérens, moins la commune d'Ayent: 15, rue Notre-Dame-des-Marais, 3960 Sierre, tél. (027) 5 26 28. Consultations chaque lundi de 14 h. 30 à 16 h. 30.

Pour les districts de Monthey et de St-Maurice: 8, avenue du Simplon, 1870 Monthey, tél. (025) 4 59 39. Consultations à Monthey chaque mardi, de 9 à 11 h. et de 14 h. à 16 h.; à St-Maurice, hospice St-Jacques, tél. (025) 3 73 33. Le premier vendredi du mois, de 14 h. à 16 h.

Clubs d'ânés — Des clubs d'ânés ont été mis sur pied par Pro Senectute dans les localités suivantes. Par le centre de **Sion**: Ardon, Conthey, Martigny, Sion, Vétroz. Par le centre de **Sierre**: Sierre. Chaque club est dirigé par un comité d'ânés. Leur activité se traduit par des rencontres hebdomadaires ou mensuelles. Ils organisent aussi des sorties, visites d'exposition, séances de cinéma, bricolage, etc. Une modeste cotisation annuelle est demandée à chaque membre.

Loisirs — De nombreuses soirées et après-midi récréatifs sont également organisés dans tout le Valais, plus particulièrement en périodes de fin d'année, de Carnaval et de Pâques. Ces instants de détente et de bonne compagnie connaissent toujours une nombreuse participation de personnes dont la moyenne d'âge oscille entre 70 et 75 ans.

Service d'aide bénévole — Ce service a été mis sur pied à Monthey et s'occupe notamment de: transports, promenades, visites, aide-ménagère occasionnelle, réparations-bricolages (pour messieurs), etc. S'adresser au centre de Monthey, tél. (025) 4 59 39.

Gymnastique — Les cours de gymnastique sont hebdomadaires. Les centres d'information donnent tous les renseignements sur le jour, l'heure, l'endroit et le prix de chaque cours.

Centre de Sion, tél. (027) 2 07 41 — **Arbaz**, Mme B. Savioz — **Ardon**, Mlle P. Delaloye — **Ayent**, Mme M. Beney — **Bramois**, Mme C. Gray-Crosier — **Le Châble**, Mlle R. M. Bellwald, Mmes Felley et Vogel — **Chamoson**, Mme M. Martin — **Chamoson** (Foyer Pierre-Olivier), Mme M. Martin — **Champlan**, Mmes L. Héritier et S. Roux — **Charrat**, Mmes L. Gay-Giroud et C. Luy — **Conthey**, Mme F. Schmid — **Fully**, Mme P. Comte — **Grimisuat**, Mmes L. Héritier et S. Roux — **Leytron**, Mme Marius Martin — **Martigny**, (Castel Notre-Dame), Mme P. Comte — **Riddes**, Mme Y. Delaloye — **Orsières**, Mme F. Claret — **Savièse**, Mme R. Héritier — **Saxon**, Mmes L. Gay-Giroud et C. Luy — **Sion**, Mme G. Capponi — **Sion** (Foyer St-François), Mme M. Ulrich — **Vétroz**, Mme Y. Delaloye.

Centre de Sierre, tél. (027) 5 26 28 — **Chalais**, Mme C. Bischof — **Chippis**, Mme H. Zufferey — **Granges**, Mme G. Revaz — **Grône**, Mme G. Revaz — **Héremence**, Mme M. Dayer — **Noës**, Mme A. Produit — **Sierre**, Mme A. Produit — **Sierre** (Foyer St-Joseph), Mme H. Zufferey — **St-Léonard**, Mme G. Morand. — **Vissoie**, Mme Y. Viaccoz.

Centre de Monthey, tél. (025) 4 59 39 — **Collombey**, Mme Borgeaud — **Monthey**, Mmes Mattmann et Bertelle — **Monthey** (Home Les Tilleuls), Mme Borgeaud — **Muraz**, Mme Borgeaud — **Vouvry**, Mme Bussien.

Natation ou gymnastique dans l'eau — Le 16 novembre 1972, le premier cours de gymnastique dans l'eau a commencé, pour les aînés de **Monthey – Collombey – Muraz**. Le nombre élevé des inscriptions oblige déjà à prévoir la création de nouveaux cours. Renseignements au centre de Monthey, tél. (025) 4 59 39.

JURA-NORD (comité cantonal)

Adresse permanente — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc. concernant les **districts des Franches-Montagnes, de Porrentruy et de Delémont**, ainsi que le **val Terbi et Courrendlin** (district de Moutier), s'adresser uniquement au **Centre d'action sociale de Pro Senectute Jura-Nord**, 49, avenue de la Gare (ou case postale 209), 2800 **Delémont**. Du lundi au vendredi, de 9 h. à 11 h. 30 et de 14 h. 30 à 17 h. Réception le mardi ou sur rendez-vous.

Visites, aide au foyer, repas à domicile — Ces services sont destinés à simplifier la vie quotidienne de nos aînés handicapés par l'âge ou la maladie, en leur permettant de rester le plus longtemps possible dans leur véritable chez-soi. Toute l'organisation est prête. Mais, pour la mettre en œuvre, il manque un élément primordial: des auxiliaires pouvant y consacrer quelques heures par semaine. C'est pourquoi nous adressons un vigoureux

SOS

à tous les lecteurs et lectrices du Jura-Nord, pour qu'ils s'annoncent généreusement. Que les plus jeunes, disposés à nous seconder, comme les moins jeunes, à qui ces services seraient utiles, n'hésitent pas à s'adresser à Pro Senectute Jura-Nord, avenue de la Gare 49, 2800 Delémont, tél. (066) 22 30 68.

Préparation à la retraite, en collaboration avec le Jura-Sud (voir communiqué spécial).

Gymnastique — Renseignements auprès de Mme Cécile Bessire, responsable, au Centre d'action sociale de Pro Senectute Jura-Nord, Delémont, tél. (066) 22 30 68. Voici l'horaire des séances:

Franches-Montagnes – Le Noirmont (salle paroissiale), lundi, 18 h. 45 — **Saignelégier** (salle communale), lundi, 14 h. et 20 h.

District de Porrentruy – Alle (salle paroissiale), mardi, 14 h. 30. — **Boncourt** (maison des œuvres), mercredi, 15 h. — **Bonfol** (halle de gymnastique), jeudi, 14 h. 15 et 15 h. 30. — **Cornol** (salle communale), vendredi, 20 h. — **Courgenay** (halle de gymnastique), mardi, 14 h. et mercredi, 20 h. — **Fontenais** (halle de gymnastique), mercredi 14 h. 30 — **Miécourt** (halle de gymnastique), lundi, 14 h. 15 et 15 h. 45 — **Montignez** (salle communale), lundi, 20 h. — **Porrentruy** (Gai-Logis), lundi, 19 h.; mardi 8 h. 15 et 9 h. 30; mercredi, 9 h. 30 et 16 h. 15 — **Vendlin-court** (salle d'école), lundi, 16 h. 15.

District de Delémont – Bassecourt (halle de gymnastique), mardi, 9 h. — **Boécourt** (ancienne école), mercredi, 16 h. — **Courroux** (restaurant de l'Ours), mardi, 14 h. 30 et 16 h. — **Courrendlin** (maison des œuvres), mercredi, 14 h. 30. — **Courchapois** (salle communale), lundi,

19 h. 45. — **Courtételle** (halle de gymnastique), mercredi, 14 h. 30. — **Corban** (salle communale), mercredi, 15 h. 15 — **Delémont**: lundi, 14 h. 30 (Centre St-François); mardi, 14 h. (Home La Promenade) et 14 h. 30 (salle paroissiale protestante); mercredi, 10 h. (Hôtel du Midi), 14 h. 15 (salle paroissiale catholique), 15 h. (salle paroissiale protestante) et 16 h. (Home La Promenade). — **Develier** (Hôtel du Raisin), mardi, 20 h. — **Glovelier** (salle communale), mercredi, 14 h. — **Soyhières** (salle communale), mardi, 16 h., et mercredi, 19 h. 45. — **Vicques** (ancienne école), mercredi, 16 h.

LA PRÉPARATION AU TROISIÈME AGE DANS LE JURA (NORD ET SUD)

L'Université populaire jurassienne organise cet hiver, en collaboration avec Pro Senectute, un certain nombre de cours intéressant le Troisième Age. Ces cours auront lieu dans le Jura-Nord et le Jura-Sud. Pour savoir ce qui est organisé dans votre région, consultez les programmes de l'Université populaire ou renseignez-vous auprès des centres Pro Senectute du Jura-Nord, à Delémont, et du Jura-Sud, à Tavannes.

VOYAGES ET VACANCES

Pour 1973, la Fondation suisse Pour la Vieillesse PRO SENECTUTE et ses organes romands préparent, à l'intention des personnes âgées, un lumineux programme de voyages et de vacances, dont on trouvera le détail dans **AINÉS** de février et de mars 1973. En voici un avant-goût:

Le printemps des moins jeunes — 15 hôtels de Suisse offrent aux personnes âgées des séjours à prix réduit, avec hôtesse, équipement adapté, assurance-accidents, etc. Le programme paraîtra dans « Aînés » de février 1973. Renseignements: Fondation Pour la Vieillesse, Service de planification et aménagement, Forchstrasse 145, 8032, Zurich, tél. (01) 55 42 55.

Les voyages « Pomme » — Pour le printemps 1973, trois voyages sont prévus: **La Tarantelle à Capri**, du 7 au 15 avril (langues française et allemande), **Espagne-Portugal-Express**, du 11 au 20 mai (langues française et allemande), **Voyage aux Pays nordiques**, du 15 au 26 juin (en allemand). Les programmes paraîtront dans « Aînés » de février 1973. Renseignements: Fondation suisse Pour la Vieillesse, Mythenquai 24, 8002 Zurich, tél. (01) 36 43 11 et 36 44 87.

Les Vacances romandes Pro Senectute — Ces vacances à Lugano (Tessin), Boulouris et Saint-Aygulf (Côte d'Azur), qui ont remporté un franc succès en 1971 et 1972, seront répétées, avec d'autres, en 1973. Ce sont des séjours protégés avec personnel qualifié, à des prix très étudiés, organisés avec la collaboration des organes de PRO SENECTUTE de toute la Suisse romande. Leur programme sera publié dans « Aînés » de mars 1973. Renseignements: Secrétariat des Vacances romandes Pro Senectute, 51, rue du Maupas, 1004 Lausanne, tél. (021) 35 85 05.

JURA-SUD (comité régional)

Adresse permanente — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc. concernant les **districts de La Neuveville, Courtelary et Moutier (jusqu'à Roches)**, sauf indication spéciale, s'adresser uniquement au **Service d'information et d'action sociale Pro Senectute**, 4, rue du Pont, 2710 Tavannes, tél. (032) 91 21 20. Réception et visites sur rendez-vous.

Le Service d'information et d'action sociale, récemment créé, est à disposition des intéressés pour la mise en œuvre de services d'aide au foyer, de clubs d'ânés et ateliers de loisirs, de préparation à la retraite (voir communiqué spécial) et de toute initiative visant à faciliter l'existence quotidienne de nos ânés et à les sortir de l'isolement.

Gymnastique — Pour tout renseignement au sujet des groupes de gymnastique, on peut s'adresser à Mme Yvonne Krieg, responsable, 2741 Belprahon, tél. (032) 93 25 03, ou au Service d'information de Pro Senectute, à Tavannes. Les cours sont actuellement répartis comme suit:

District de la Neuveville - La Neuveville (maison paroissiale réformée), jeudi, 10 h. et 16 h., Mme Blanche Stendler-Gross (tél. 51 25 92).

District de Courtelary - Corgémont (salle paroissiale catholique), jeudi, 14 h., Mme Marcelle Liengme-Nicolet, Courtelary (tél. 44 13 23). — **Cormoret** (à la « Chapelle »), mercredi, 14 h. 30, Mme Andrée Vaucher-Terraz (tél. 44 13 60). — **Cortébert** (halle de gymnastique), mercredi, 14 h., Mme Marcelle Liengme-Nicolet, Courtelary (tél. 44 13 23). — **Courtelary** (salle paroissiale), lundi, 14 h. 30, sœur Simone Jacot (tél. 44 11 68). — **Péry-Reuchenette** (Centre communal), lundi, 14 h. 30, Mme Heidi Bessire-Gerber (tél. 96 13 94). — **Sonceboz-Sombeval**, mardi, 14 h. 30 (halle de gymnastique) et 20 h. (Hôtel de la Couronne), Mme Yvette Cattin (tél. 97 16 27). — **St-Imier** (Les Rameaux), lundi, 10 h., mardi, 9 h. 45, 14 h. 30 et 16 h., Mlle Yvonne Calame (tél. 41 37 58). — **Tramelan - Les Reussilles**, mardi, 9 h. 30 (local de la Croix-Bleue), 9 h. 30 (cure de l'Est), 14 h. 30 (local de la Croix-Bleue), 14 h. 30 (cure de l'Ouest) et 14 h. 30 (colonie Les Lovières), jeudi, 9 h. 30 (home des Lovières), Mme André Rossel (tél. 97 48 14). Il existe ici aussi deux groupes de gymnastique « pré-retraite ».

District de Moutier - Bévillard, voir Malleray. — **Le Cornet**, avec **Corcelles, Crémines, Eschert et Grandval** (halle de gymnastique de Crémines) pour les ânés des 4 villages, transport organisé: mercredi, 15 h., Mme Bernadette Klötzli, Crémines (tél. 93 90 72). En outre, cours spéciaux pour les « jeunes ânés »: **Crémines** (halle de gymnastique), mardi, 19 h. 45; **Eschert** (école), mercredi, 19 h. 45; **Grandval** (salle comunale), jeudi, 20 h. 15, Mme Klötzli, Crémines (tél. 93 90 72). — **Court** et env. (cure de Court), jeudi, 14 h. 30 et 20 h., sœur Marlène Schlienzauer (tél. 92 90 48). — **Eschert et Grandval**, voir Le Cornet. — **Malleray et Bévillard** (salle comunale de

Malleray), mercredi, 16 h., Mme Jacqueline Cuénin, Malleray (tél. 92 14 83). — **Moutier** et env.; pour les dames (Foyer): mardi, 14 h. 30, et mercredi, 14 h. 45 et 16 h.; pour les messieurs (Hôtel Suisse): mercredi, 18 h. 45 et 20 h.; Mme Alice Baumgartner-Rutschmann (tél. 93 23 07). — **Reconvilier** et env., mardi, 14 h. (maison de repos « La Colline », et 14 h. 30 (salle comunale), Mme Suzanne Reusser (tél. 91 15 55). — **Tavannes** et env.; pour les dames (maison paroissiale réformée): mardi, 14 h. 30, Mme Nelly Ramseyer-Baumann (tél. 91 31 10); pour les messieurs (Hôtel de Ville): mercredi, 14 h., M. Adolphe Voumard (tél. 91 26 80).

BIENNE (comité régional)

Adresse permanente — Pour toute information, consultation, inscription, demande, etc., concernant le **district de Bienne**, s'adresser uniquement au **Centre d'information et d'assistance « Pour la Vieillesse »**, 18, rue Alexandre-Schöni, 2500 Bienne, tél. (032) 7 25 24 et 7 25 27. Du lundi au vendredi, 8-12 h. et 14-17 h. 30. Consultation gratuite mardi et jeudi, 8-11 h.

Aide ménagère — Destiné aux personnes âgées et handicapées, ce service est assuré par 95 aides ménagères. Il est perçu une taxe variable de Fr. 2.— à Fr. 6.— l'heure, selon la situation financière.

Repas à domicile — Destiné aux personnes âgées ou malades, ce service comprend la distribution d'un repas en sachets système Nacka (sous vide), trois fois par semaine. A choix: 2 menus ordinaires, à Fr. 3.—, et 1 menu diététique, à Fr. 3.50. Une taxe de Fr. —.50 à 1.— (selon les possibilités financières) est perçue pour les frais de transport.

Service de nettoyage — Ce nouveau service est destiné à fournir un grand nettoyage annuel (nettoyage dit « de printemps ») aux personnes âgées et handicapées et un nettoyage mensuel (nettoyage d'entretien) aux personnes gravement handicapées (invalides). Le tarif varie selon les possibilités financières du bénéficiaire, entre Fr. 4.— et Fr. 23.— l'heure (équipe de 2 personnes, y compris machines et matériel).

« Action P » — Ce service est destiné à mettre les ânés désireux de travailler (à plein temps ou à temps partiel) en relation avec des bureaux ou entreprises pouvant utiliser leurs services. Consultations le mardi et le jeudi, de 8 à 11 h., au Centre d'information.

Gymnastique — Les groupes de **Bienne** ont leurs cours comme suit: lundi, 14 h. 30 (maison Wytttenbach) et 16 h. (pavillon du Mühlefeld), mercredi, 14 h. et 15 h. (maison Wytttenbach), vendredi, 14 h. (maison de paroisse, rue de la Feldeck 19): Renseignements: Mme Werner Ruch (tél. 41 33 35). Participation: Fr. 1.20 l'heure. Il y a aussi des groupes de langue française à **Nidau**; renseignements: Mme Pierre Balmer (tél. 3 70 21).

Bain et natation — A **Bienne** (piscine du collège du Sahligut), mercredi, 17 h. - 18 h. 30. Participation: Fr. 1.50.