

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 3 (1973)  
**Heft:** 2

**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:** 15.01.2026

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

# Voyages et vacances 1973

## Hasards de l'âge et plaisirs des voyages

Nombreux sont ceux qui, même à un âge avancé désirent partir en voyage ou changer d'horizon pour quelque temps. Les aînés ont, eux aussi, besoin de vacances, d'évasion, de quitter le train-train quotidien. Beaucoup d'entre eux, cependant, n'osent plus partir seuls. Ils ne se sentent plus la force d'affronter les aléas d'un long voyage. Ils craignent de ne plus savoir se débrouiller à l'étranger.

C'est pourquoi Pro Senectute leur a préparé des voyages et des vacances où tout est calculé pour eux. Plus besoin d'établir son itinéraire, de choisir son hôtel, de discuter dans les agences. Chaque programme a été soigneusement étudié. Chaque déplacement, chaque séjour se fait avec des « hôtesse pour séniors » qui règlent tous les problèmes. Il y a toujours un médecin accessible. On ne porte pas soi-même ses bagages. Bref, il n'y a plus qu'à se laisser vivre, qu'à savourer des instants de délassément, d'insouciance et de bonheur. Voici l'essentiel du programme :

## A — Les voyages IAO, dits « à la Pomme »

Ces voyages offrent ce dont les personnes âgées ont le plus spécifiquement besoin lorsqu'elles se déplacent : une préparation minutieuse, du personnel en nombre suffisant (un train IAO compte entre 25 et 50 hôtesses), un médecin, de multiples attentions et une surveillance constante des services.

Les prix indiqués comprennent : voyage dans train spécial avec wagons-restaurants, wagon-salon, bateau ou avion spécial, hôtel ou wagon-lit, tous les repas, le transport des bagages à destination, le personnel, les divertissements, le service, les taxes, assurance-accidents et assurance des bagages.

Vous obtiendrez le prospectus détaillé et illustré des voyages IAO, ainsi que des cartes d'inscription, dans tous les centres d'information de Pro Senectute.

1. *La Tarentelle à Capri*. Du 7 au 15 avril 1973. Genève – Milan – Bologne (hôtel) – Rome (hôtel) – Naples – CAPRI (séjour) – Naples – Rome – Pise – Viareggio (hôtel) – Gênes – Milan – Genève. 4 prix : classe « Touriste » Fr. 762.—, classe « simple » Fr. 953.—, classe « Moyenne » Fr. 1064.—, classe « Supérieure » Fr. 1348.—. *Tour de ROME* (facultatif)



Fr. 29.—. *Excursion* d'un jour à Sorrente, POMPEÏ, le VESUVE, Naples (facultatif) Fr. 99.50. Guides en français.

2. *Espagne-Portugal-Express*. Du 11 au 20 mai 1973. Zurich – Berne – Lausanne – Genève – Lyon – Avignon – Nîmes – Narbonne – Perpignan – Port-Bou – LLORET-DE-MAR (Costa Brava, séjour, avec 3 excursions facultatives) – Cerbères – Lyon – Genève – Lausanne – Berne – Zurich. *Classe unique*, avec séjour à Lloret-de-Mar, Fr. 741.—. *Excursion* à BARCELONE (1 jour) Fr. 68.50. *Excursion* à MADRID et LISBONNE (3 jours), en avion Fr. 661.—, en wagon-lit coupé 2 places, Fr. 756, id. coupé 1 place Fr. 921.—, id. couchette Fr. 688.—. *Excursion* à ANDORRE (2 jours) Fr. 139.—. Guides en français.

3. *Voyage au Grand-Nord* (Allemagne, Danemark, Suède, Norvège, Finlande), pour aînés solides et sportifs. Du 14 au 27 juin 1973. *Itinéraire de base* Suisse – Freudenstadt – Hambourg – Copenhague – STOCKHOLM (séjour et suite par 3 variantes au choix) – Oslo – Copenhague – Hambourg – Carlsruhe – Suisse, Fr. 1771.—. Dès Stockholm: *Variante I* (5 jours) Upsala – Trondhjem – CERCLE POLAIRE – Bodø (soleil de minuit) – lac Siljan – Stockholm, Fr. 1182.—. *Variante II* (1 jour) en avion à HELSINKI, avec vol circulaire sur les innombrables lacs de la Finlande, et retour à Stockholm, Fr. 474.—. *Variante III* séjour à STOCKHOLM Fr. 468.—. *Excursions*, tours de ville et manifestations (facultatif) Fr. 239.50. Guides en allemand seulement.

## B — Voyages Kuoni

Cette maison bien connue en Suisse prépare, en collaboration avec Pro Senectute, trois voyages types, spécialement conçus pour les personnes âgées, avec « hôtesses pour séniors » et prix réduits (ces prix seront publiés en avril) :

1. *Vacances balnéaires à BRELA* (côte dalmate, Yougoslavie). Aller et retour en avion, séjour d'une, deux ou trois semaines, au choix, de fin avril au début de juillet 1973, dans un bon hôtel. Excursions facultatives.

2. *Croisières en Méditerranée orientale*. Du 12 au 27 mai, du 19 mai au 3 juin et du 26 mai au 10 juin 1973. En train de Suisse à Ancône (Adriatique). En bateau : Ancône – Athènes (Le Pirée) – Bodrum – RHODES (séjour) – Héracléon – Knossos – Santorin – Le Pirée – Ancône. Retour en train.

3. *Croisières sur le Rhin* (Bâle – Rhénanie – Hollande). Dates à fixer. *Variante I* : Train Bâle – AMSTERDAM

Pour une belle excursion en autocar

## EXCURSIONS RÉMY vous propose

**Safari en Allemagne** 3 jours, départ 6 avril et 28 avril  
**La Forêt-Noire** 3 jours, départ 21 avril

Demandez notre programme détaillé 1973

Excursions Rémy  
Avenue Eglise-Anglaise 5, Lausanne, tél. 021/27 77 77

Rabais pour bénéficiaires AVS



(séjour), autocar Amsterdam – Scheveningue – Madurodam – La Haye – ROTTERDAM, en bateau Rotterdam – Düsseldorf – Coblenz – Mannheim – Strassbourg – Bâle. *Variante II* : en bateau Bâle – Strassbourg – Spire – Rüdesheim – Düsseldorf – ROTTERDAM, autocar Delft – La Haye – Scheveningue – Madurodam – AMSTERDAM (séjour), train Amsterdam – Bâle. *Variante III* : en bateau Bâle – ROTTERDAM et retour, avec visite des mêmes villes et excursion à Delft.

### C — Le « Printemps des moins jeunes »

Les hôtels ci-après offrent aux personnes âgées, pendant les périodes indiquées dans chaque rubrique, des séjours individuels à prix réduit, avec « hôtesse pour seniors », programme de vacances spécial (facultatif), cuisine adaptée aux goûts et besoins des aînés.

Les prix spéciaux sont valables pour des séjours d'au moins 6 jours. Ils indiquent le coût pour une personne pendant un jour et comprennent : chambre avec eau courante chaude et froide, pension complète, service, taxes, hôtesse, chauffage et régime (sauf indications contraires). Tous les participants sont assurés contre les accidents.

Pour bénéficier de ces conditions spéciales, il est nécessaire de s'inscrire par l'intermédiaire de Pro Senectute (ne pas s'inscrire directement à l'hôtel choisi). On peut obtenir un prospectus détaillé (il n'existe malheureusement encore qu'en allemand) et des cartes d'inscription auprès du Service de planification et aménagement Pro Senectute, Forchstrasse 145, 8032 Zurich, tél. 01 - 55 42 55.

1. *Steckborn*. L'hôtel cité dans le prospectus ayant été récemment vendu, on nous prie d'annoncer qu'il ne participe plus à cette action.

2. *Glion* (Vaud, au-dessus de Montreux, avec vue superbe sur le Léman), alt. 700 m : *Hôtel Righi-Vaudois*. Du 25 février au 20 avril et du 15 octobre au 20 décembre 1973. Hiver : sans bain Fr. 27.— à 33.50, avec bain et W.C. Fr. 33.50 à 42.— ; mi-saison : sans bain Fr. 32.— à 42.—, avec bain et W.C. Fr. 42.— à 51.—. Supplément pour régime : Fr. 3.— par jour.

3. *Wienacht* (Appenzell, point de vue sur le lac de Constance), alt. 735 m : *Kurhaus Landegg*. Du 10 mars au 28 avril 1973. Dans bâtiment avec ascenseur Fr. 24.— à 28.— sans ascenseur Fr. 23.—. Supplément pour régime : Fr. 2.— à 2.50 par jour.

4. *Arogno* (Tessin, dans une vallée tranquille au pied du mont Generoso), alt. 620 m : *Pension Tusculum*. Du 1<sup>er</sup> au 30 avril, du 1<sup>er</sup> au 30 juin et du 15 décembre 1973 au 3 janvier 1974. Fr. 33.—, y compris piscine chauffée.

5. *Lugano-Paradiso* (Tessin, au bord du lac de Lugano), alt. 300 m : *Hôtel Calypso*. Du 23 avril au 10 mai et du 8 au 31 octobre 1973. Dans chambre à 2 lits avec bain Fr. 31.—,

sans bain Fr. 27.—. Supplément pour chambre à 1 lit : Fr. 2.—. Pas de régime.

6. *Jakobsbad* (Appenzell, entre Appenzell et Urnäsch), alt. 869 m : *Hôtel Jakobsbad*. Du 1<sup>er</sup> mai au 15 juin et du 20 août au 31 octobre 1973. Dans chambre à 2 lits Fr. 28.—, dans chambre à 1 lit Fr. 32.—. Régimes simples sans supplément.

7. *Schwellbrunn* (Appenzell), alt. 972 m : *Hôtel de l'Harmonie*. Du 1<sup>er</sup> mai au 30 juin 1973. Dans chambre à 2 lits Fr. 28.—, dans chambre à 1 lit Fr. 32.—, y compris piscine chauffée. Régimes simples sans supplément.

8. *Schatzalp* (sur Davos, Grisons), alt. 1865 m : *Hôtel de la Schatzalp*. Relié à Davos-Platz par le funiculaire Davos-Schatzalp. Du 27 mai au 15 juin et du 19 août au 30 septembre 1973. Dans chambre à 2 lits, sans bain au nord Fr. 33.—, sans bain au sud avec balcon Fr. 38.—, id. avec W.C. privés Fr. 42.—, id. avec bain ou douche et W.C. Fr. 50.— ; dans chambre à 1 lit, sans bain au nord Fr. 34.—, sans bain au sud avec balcon et W.C. Fr. 43.—, id. avec bain ou douche et W.C. Fr. 51.—. Régimes simples sans supplément. Funiculaire gratis (sauf la 1<sup>re</sup> course).

9. *Sachseln* (Obwald, au bord du lac de Sarnen, sur la ligne du Brünig), alt. 490 m : *Hôtel Kreuz*. Du 1<sup>er</sup> juin au 8 juillet 1973. Sans bain ni douche Fr. 31.—, avec bain ou douche et W.C. Fr. 36.—. Régimes simples sans supplément.

10. *Clavadel* (à 3 km. de Davos, Grisons) alt. 1664 m : *Sporthotel Clavadel*. Du 11 juin au 7 juillet et du 3 au 30 septembre 1973. Avec balcon au sud Fr. 31.—, id. au levant Fr. 28.—. Supplément pour régime : Fr. 2.— par jour.

11. *Wisen* (Jura soleurois), alt. 800 m : *Maison de vacances Hupp*. Foyer de la Croix-Bleue (sans alcool). Du 18 au 30 juin et du 13 au 25 août 1973. Dans chambre à 2 lits Fr. 20.—, dans chambre à 1 lit Fr. 22.—. Chauffage en plus (si nécessaire) : Fr. 1.— par jour. Pas de régimes.

12. *Stels* (Prätigau, Grisons), alt. 1300 m : *Hof de Planis*. Du 16 juillet au 11 août 1973. Dans chambre à 2 lits Fr. 26.50 à 28.—, dans chambre à 1 lit Fr. 26.—. Pas de régimes.

13. *Brunnen* (Schwytz, au bord du lac des Quatre-Cantons), alt. 440 m : *Hôtel Vierländer-Club*. Une partie des chambres avec équipement culinaire, frigorifique et vaisselle. Du 8 septembre au 30 octobre 1973. Fr. 25.—. Régimes sans supplément.

14. *Gunten* (lac de Thoune, Oberland bernois), alt. 560 m : *Parkhotel am See*. Du 27 octobre au 20 décembre 1973. Dans chambre à 2 lits Fr. 21.—, dans chambre à 1 lit Fr. 23.—. Bain : Fr. 3.—. Supplément pour régime : Fr. 2.— par jour.

15. *Brissago* (Tessin, au bord du lac Majeur), alt. 197 m : *Hôtel Brenscino*. Du 17 février au 16 mars et du 1<sup>er</sup> au 23 novembre 1973. Côté lac Fr. 35.— à 37.—, côté montagne Fr. 32.—. Pas de régimes.

Pour votre santé — Pour votre ligne — Pour votre beauté



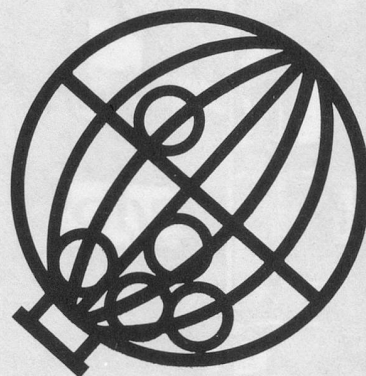
Des produits de beauté à base d'extraits de plantes fraîches, formule de Maurice Mességué auteur des livres « Des Hommes et des Plantes » et « C'est la Nature qui a Raison »

1008 Lausanne Route de Prilly 5  
Trolleybus N° 9 (arrêt Valency) Tél. 021/25 98 97

Centre de diététique  
**MANON-SANTÉ**  
Sonia et Arthur Manon  
Hygiénistes - diététiciens et  
esthéticiens dipl.

### ÉTHERIOLOGIE

Spécialités, études et soins  
capillaires. Arthur Manon  
Ethereologue diplômé



## LOTÉRIE

TIRAGE :  
3 FÉVRIER

UN GROS LOT  
DE  
200 000.—

## ROMANDE

16. *Tenero* (Tessin, au bord du lac Majeur), alt. 203 m: *Camping Verbano, village Vacansoleil*. Caravanes à louer, pour aînés solides et sportifs, avec tout l'équipement. 1<sup>res</sup> Semaines internationales pour séniors, du 26/27 avril au 10/11 mai 1973. Semaines d'art et d'histoire (visites avec guide), du 10/11 mai au 24/25 mai 1973. Semaines de vacances avec excursions, jeux et fêtes, du 24/25 mai au 7/8 juin 1973 et du 7/8 au 28/29 septembre 1973. Caravanes pour 2 personnes: Fr. 19.— par jour. Supplément pour une 3<sup>e</sup> personne: Fr. 2.50 par jour.

#### D — Les Vacances romandes Pro Senectute

Pour faire votre choix en toute connaissance de cause, rappelez-vous que ces vacances en groupe au Tessin et à la Côte d'Azur feront l'objet de pages spéciales dans «Aînés» du mois de mars. S'il vous fallait des renseignements avant cette date, vous pouvez toujours vous adresser au *Secrétariat des vacances romandes Pro Senectute*, 51, rue du Maupas, 1004 Lausanne, tél. 021 - 35 85 05.

#### Adresses de Pro Senectute en Suisse romande

*Avant toute visite, prière d'écrire ou de téléphoner*

Bienne, 18, rue Alexandre-Schöni	032 - 7 25 24
La Chaux-de-Fonds, 27, rue du Parc	039 - 23 20 20
Delémont, 49, avenue de la Gare	066 - 22 30 68
Fribourg, 6, rue de l'Abbé-Bovet	037 - 22 41 53
Genève, 3, place de la Taconnerie	022 - 24 92 67
Lausanne, 51, rue du Maupas	021 - 35 85 05
Monthey, 8, avenue du Simplon	025 - 4 59 39
Morat, Service social de la ville	037 - 71 21 14
Neuchâtel, 11, rue des Parcs	038 - 24 56 56
Sierre, 15, rue Notre-Dame-des-Marais	027 - 5 26 28
Sion, 3, rue des Tonneliers	027 - 2 07 41
Tavannes, 4, rue du Pont	032 - 91 21 20

## Actualités Pro Senectute

#### A Sion, Pro Senectute prépare une grande soirée de Carnaval

La grande soirée annuelle des personnes du Troisième Age de Sion est fixée au *mercredi 28 février*, à la *salle de la Matze*.

Un programme des plus réjouissants y attend les participants, puisque l'animation y sera assurée par le groupe folklorique des *Mayentsons de la Noble-Contrée* et les chanteurs de l'*Ordre de la Channe*, que dirige le sympathique M. Albert Rouvinez, pharmacien à Montana-Crans.

En attendant les derniers renseignements qui paraîtront dans la presse locale à la mi-février, que tout le Troisième Age de la capitale valaisanne se considère d'ores et déjà comme gracieusement invité et se prépare à cette soirée traditionnelle de Carnaval, préparée tout exprès pour lui par Pro Senectute

*Renseignements*: tél. (027) 2 07 41.

#### Dans les Montagnes neuchâteloises, les aînés peuvent apprendre à nager

Une heureuse collaboration avec le Centre des Invalides de La Chaux-de-Fonds permet à la Fondation Pour la Vieillesse d'offrir des cours de natation aux personnes âgées des Montagnes neuchâteloises. La piscine privée de ce Centre est à leur disposition quelques heures par semaine. Les baigneurs s'y ébattent à tour de rôle pendant 20 minutes. Plusieurs retraités ont ainsi déjà appris à nager et il se vérifie que ces

moments passés dans une piscine chauffée conviennent parfaitement à leur état physique. Ils leur permettent aussi d'acquérir une nouvelle confiance en soi.

Les cours sont donnés par des monitrices de la gymnastique du 3<sup>e</sup> âge. Ils coûtent Fr. 6.— pour 4 leçons. Pour tout renseignement complémentaire, s'adresser à *Pour la Vieillesse / Pro Senectute*, rue du Parc, 27, 2300 La Chaux-de-Fonds, tél. 039 - 23 20 20.

#### Les déclarations d'impôt dans le canton de Neuchâtel

Dans le canton de Neuchâtel, il y a déjà plusieurs années que les travailleurs sociaux de la Fondation *Pour la Vieillesse*, les *sections AVIVO* de tout le canton et le *Conseil loclois pour le 3<sup>e</sup> âge* se tiennent à disposition des personnes âgées pour remplir leur déclaration d'impôts. Dès lors, toutes les personnes âgées du canton de Neuchâtel qui rencontrent des difficultés à ce sujet, qui craignent les moments d'énervement et les erreurs, sont priées de s'adresser à l'un des centres d'information *Pour la Vieillesse* de leur canton. Les associations précitées feront encore paraître des annonces dans la presse locale. Les intéressés y trouveront des indications plus précises. Prière de les consulter.

#### Pour offrir des vacances à nos aînés

Pour ceux qui veulent offrir des vacances ou un bout de vacances à leurs vieux parents, oncles, tantes, cousins ou amis âgés, la Fondation Pour la Vieillesse Pro Senectute a créé des *bons de vacances*, qui sont acceptés en paiement pour tous les voyages et séjours organisés par Pro Senectute.

Ces bons sont de 20 francs (on peut s'en procurer autant qu'on en veut) et sont vendus Fr. 21.80 (à cause des frais d'impression, d'expédition et de port recommandé, qui ne doivent pas grever le budget d'aide à la vieillesse). Ils sont valables pour toutes les personnes ayant atteint l'âge de l'AVS.

*Renseignements*: Service de planification et aménagement Pro Senectute, Forchstrasse 145, 8032 Zurich, tél. 01 - 55 42 55.

#### La gymnastique en Valais

En complément à la liste publiée dans *Aînés* de janvier 1973, il y a lieu de préciser que, dans tout le canton du Valais, le prix des séances hebdomadaires de gymnastique du 3<sup>e</sup> Age est de Fr. 1.— par personne et par leçon, à quoi s'ajoutent Fr. 3.60 par personne et par année pour l'assurance-accidents.

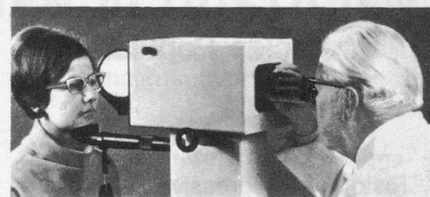
#### Le prix des repas à Bienne

A Bienne, en raison du renchérissement général, le prix du menu ordinaire a dû être porté à Fr. 3.50 (au lieu de Fr. 3.—) et celui du menu diététique (régime) à Fr. 4.— (au lieu de Fr. 3.50). La taxe de transport, de Fr. —.50 à 1.— (selon les possibilités du bénéficiaire) n'a pas changé.

Vos verres sont-ils toujours

**adaptés à votre vue?**

**Votre opticien spécialiste** examinera avec vous tous les problèmes de vos lunettes



**optique**  
Rue Neuve  
(Grand-Hôtel)  
1020 RENENS  
Tél. 021 - 34 17 25

R. Peytrignet, opticien qualifié  
Membre de l'Association Suisse  
des Opticiens. Membre de la  
Société d'Optométrie d'Europe