

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 4 (1974)  
**Heft:** 5

**Rubrik:** Le courrier des lecteurs

### **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>**



## LE COURRIER DES LECTEURS

### Correspondance et solidarité

De Mme Dina Testa, «La Pastorale» Beniza (Alicante) Espagne

Je sais que la plus grande des détresses chez les aînés c'est la solitude. Quelquefois elle est absolue, et ce besoin de dialoguer se trouve frustré. Or, faute de mieux, nous pouvons du moins communiquer par écrit. Je serais d'accord de recevoir et de répondre à chaque lettre provenant de personnes se sentant seules. Ces lettres peuvent être écrites en allemand, français, anglais, italien et même espagnol. A bientôt!

### Vaudois et Vaudois

De Mme Moret, Denens.

Dans le courrier du n° 3 d'«Aînés», j'ai lu avec intérêt la lettre de Mme Perrotet sur Riesi. Je suis entièrement d'accord avec son idée, et sa proposition.

Cependant, par souci d'exactitude, j'aimerais préciser que la communauté de Riesi a été fondée par l'Eglise vaudoise d'Italie (Les «Vaudois» du Piémont, malgré la similitude du nom, n'ont aucune parenté avec les Vaudois de Suisse.)

### Pour les bibliophiles

De Mme S. Preisig-Meidinger, Soleure.

Je tiens à disposition de nombreux livres, lesquels pourraient intéresser bon nombre de vos lecteurs. Dans ce cas, je me ferais un plaisir de les leur envoyer. Il suffit pour cela que les intéressés me donnent au moins cinq titres d'ouvrages désirés. Mon adresse est: Mme S. Preisig, Joachimweg 15, 4500 Soleure.

### Une liste, s.v.p.

De M. R. Gerber, Neuchâtel.

Dans la mesure du possible, votre mensuel ne peut-il mentionner les noms et lieux des expositions, manifestations ou autres spectacles affichant des réductions pour les AVS? Ceci contribuerait à une participation record du nombre des «vieillards» en ces lieux. Alors que nous ne savons pas toujours où nous adresser. Parfois, le coût des billets est fortement «salé».

Réd.: Seul, le canton de Vaud est déjà trop vaste pour que nous puissions indiquer tous les endroits en question! Mais,

peut-être serait-ce aux organisateurs des diverses manifestations de nous en faire part?

### Les heures fatidiques

De M. J. Guye, Lausanne.

A ma connaissance, de nombreux bénéficiaires de l'AVS renoncent à l'acquisition de l'abonnement mensuel, pour les TL. La raison en est non pas le montant de 15 francs, mais bien les inconvénients causés par les trois périodes journalières durant lesquelles ledit abonnement n'est pas recevable, les cinq premiers jours de la semaine. A l'encontre de Lausanne, Bâle et Berne assouplissent le coût de cet abonnement, celui-ci n'étant que de 10 francs. Tenons compte de la topographie lausannoise, certes bien différente des villes mentionnées ci-dessus, ce qui justifie probablement un prix plus élevé, soit de 15 francs. A Genève, la taxation est toute autre, et l'usage de ces abonnements ne prévoit aucune heure d'exception. Le problème majeur pour les personnes âgées, est de se souvenir de ces heures d'exception, afin d'éviter de se faire prendre en flagrant délit de fraude. S'il n'est pas question de supprimer ces heures particulières, au moins faudrait-il que les inspecteurs aient la compétence de ne faire payer que le prix du billet, et non d'infliger une amende imméritée.

### «L'oiseau rare»

De M. E. Covat, Ballaigues.

Je n'ai rien trouvé pour lutter contre cette solitude qui me pèse de jour en jour davantage. Non! trouver une compagne n'est pas facile. Aussi, aurais-je meilleure chance de renverser le Mont-Blanc ou encore de vider le lac Léman. Vos petites annonces doivent certainement faire des heureux, pas en un temps record certes, mais avec de la persévérance, on doit pouvoir trouver cet «oiseau rare», au moins en l'espace d'une année. J'ai relevé une adresse dans votre journal: d'après une dame complaisante, il ne serait point difficile de faire bouillir la marmite pour deux personnes. N'est-ce pas merveilleux! Mais des fois qu'il en faudrait plus pour amener à une cuisson normale... Attendez toutefois que les marrons arrivent à maturité, à moins qu'ils ne restent verts pour l'éternité. J'aime à espérer le contraire.

### Réminiscences

De Mme B. Regamey, Lausanne.

Dans une rencontre entre aînés, on nous a suggéré d'écrire nos souvenirs d'enfance, afin de les faire paraître dans votre mensuel. En voici quelques-uns qui sont restés gravés dans ma mémoire. En 1905, je me souviens être allée à Mézières au théâtre du Jorat, voir jouer la «Dime». Ce fut un grand branle-bas dans le village, car à cette époque, nous ne disposions d'aucun car. C'est sur des bancs improvisés de chaque côté d'un char à échelles, attelés de deux chevaux que nous nous sommes déplacés. Les dames avaient confectionné des roses en

papier pour garnir des petits sapins placés autour des échelles. Ainsi, nous sommes partis, avec bien des cahots, le goudron étant rare. C'était aussi le temps où chacun cuisait son pain au four communal, et comme il se trouvait installé à côté du collège, nous allions nous régaler plus d'une fois pendant les récréations. Des villageoises avaient l'habitude d'en faire en surplus, pour nous les gosses.

### Des bricolages, s.v.p.

De Mme Roy, Lausanne.

Beaucoup d'entre nous, les vieilles dames, ne peuvent plus tricoter. Aussi, ce qui plairait davantage, serait des bricolages avec explications à l'appui. Il y a tellement peu de loisirs pour les personnes âgées! Doucement la solitude pèse et le cafard s'ensuit. Je crois savoir que l'on fait mieux dans le canton de Genève, pour le 3<sup>e</sup> âge. Quand fera-t-on quelque chose pour nous ici?

Réd.: «Aînés» publie souvent des «recettes» de bricolage, qui s'alternent avec des travaux à l'aiguille.

### Qui l'eût cru!

De Mme A. Amiguet, Aigle.

Vous allez en rire... et cependant faites l'essai avant! Dans la rubrique «le docteur répond», a paru un S.O.S. de Mme Goetz, de Genève, concernant les crevasses si douloureuses. Madame: couvrez ces crevasses d'une couche de vernis à ongles incolore. Mon mari en a ri, mais c'est lui-même, expérience faite, qui m'obligea à transmettre ce conseil pour le moins efficace.

### Toujours le sourire

De Mme Champod, Bâle.

Excellente idée ces bricolages! Patchwork, chantournage, emailure, modelage, reliure, collage, peinture etc., etc...

Ayant tâté de tout en dilettante, croyez-moi, c'est passionnant! Avec des yeux pas trop déficients, dix doigts pas trop racornis par les rhumatismes, une jugeote encore un peu lucide, que de choses, que de merveilles ne peut-on accomplir!

Non seulement il est impensable de s'ennuyer, mais vous direz comme moi: A peine levé, c'est déjà l'heure d'aller se coucher...! Oh! temps suspendu ton vol... Et travaillons gaiement!

### Une affaire à suivre

De Mme Artho, Boncourt.

Dans le numéro 12 de votre revue «Aînés», vous avez publié une leçon de «yoga sans efforts» pour personnes âgées. Avec mon groupe, j'ai travaillé cette première leçon avec énormément de succès et nous attendons la suite promise avec impatience. Ladite leçon demande une grande préparation, mais une fois travaillée, elle s'avère excellente et les aînés l'apprécient beaucoup.

Réd.: De même, nous attendons impatiemment le retour du maître africain Babacar Khane, pour fin juillet, afin de reprendre la publication des exercices.

## Voyages en cars de luxe... Repos et détente

RIVIERA DES FLEURS – COTE D'AZUR  
6-11 mai / 1-6 juillet Fr. 535.—

RÊVE DU LIMOUSIN  
17-21 juin / 17-21 juillet / 19-23 août Fr. 480.—

VERDUN – REIMS – CHAMPAGNE  
16-19 juillet / 27-30 août Fr. 370.—

LA BRETAGNE  
8-16 juillet / 25 juillet-2 août Fr. 880.—

LA YUGOSLAVIE par l'Autriche et l'Italie  
15-21 juillet / 11-17 août Fr. 670.—

A LA DÉCOUVERTE DE LA CORSE  
22-30 juillet Fr. 880.—

RÉDUCTION 5% AUX MEMBRES AVS SUR LES TARIFS  
CI-DESSUS

Renseignements et inscriptions:

## Voyages Le Coultre



1188 Gimel  
Tél. (021) 74 30 36 ou 35

1005 Lausanne, Martigny 15  
Tél. (021) 22 14 43