

<b>Zeitschrift:</b>	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
<b>Herausgeber:</b>	Aînés
<b>Band:</b>	4 (1974)
<b>Heft:</b>	11
<b>Rubrik:</b>	Pro Senectute : les pages de la Fondation suisse pour la vieillesse

### 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:** 08.01.2026

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



# pro senectute

## LES PAGES DE LA FONDATION SUISSE POUR LA VIEILLESSE

### Secrétariats cantonaux :

Genève, 3, place de la Taconnerie 022/21 04 33  
Lausanne, 49, rue du Maupas 021/36 17 21

Bienna, 18, rue Alexandre-Schöni 032/21 25 24  
Delémont, 49, avenue de la Gare 066/22 30 68  
Tavannes, 4, rue du Pont 032/91 21 20

Sion, 3, rue des Tonneliers 027/2 07 41  
Fribourg, 6, rue de l'Abbé-Bovet 037/22 41 53  
La Chaux-de-Fonds, 27, rue du Parc 039/23 20 20

## Pourquoi Pro Senectute ?

Beaucoup de nos concitoyens ignorent, semble-t-il, l'existence de la Fondation suisse Pour la Vieillesse (Pro Senectute). Nombreux sont également ceux qui n'en connaissent pas les activités. Pourtant notre institution œuvre depuis 1917 en faveur des personnes âgées de notre pays.

La Fondation est, entre autres, à la base des interventions qui ont abouti à la votation fédérale créant, en 1948, l'assurance vieillesse et survivants.

Après avoir notamment versé de nombreux secours individuels à une époque où nos institutions sociales publiques n'avaient pas encore atteint le degré de développement qu'on leur connaît de nos jours, **la Fondation suisse Pour la Vieillesse doit maintenant diriger ses efforts sur l'amélioration de la qualité de vie de nos ainés.**

C'est pourquoi, avec l'aide indispensable de notre population, de nos autorités publiques et de nombreuses institutions privées, le Comité vaudois de la Fondation suisse Pour la Vieillesse a entre autres mis sur pied et gère:

- un service d'aide au foyer qui permet à de nombreuses personnes âgées de vivre plus longtemps chez elles;
- un service de conseils pour renseigner et aider à résoudre les multiples problèmes que pose notre société actuelle et auxquels les personnes âgées sont fréquemment confrontées;
- un service des organisations collectives qui s'occupe des clubs d'ainés, des clubs de loisirs, de gymnastique, de natation et met sur pied des vacances et des séjours.

Tout cela représente une indispensable et belle tâche au service de nos ainés.

Des collaboratrices et des collaborateurs qualifiés assument cette mission. N'hésitez pas à vous adresser à eux si vous en sentez le besoin:

**Secrétariat, tél. (021) 36 17 21. Service d'aide au foyer, tél. (021) 36 17 23. Maupas 49-51, 1004 Lausanne.**

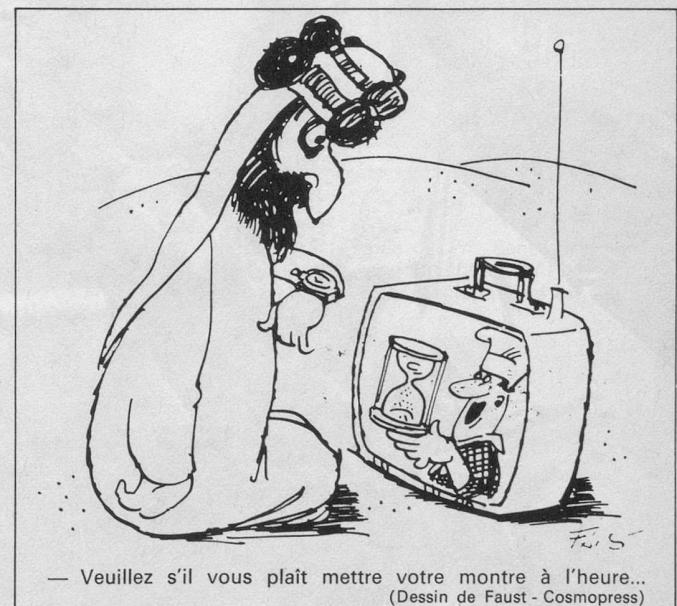
**Notre but :** vous aider à faire de la retraite une étape heureuse de votre vie.

J.-J. Luzio, président Comité vaudois Pour la Vieillesse

(La liste des adresses des secrétariats cantonaux figure sous le grand titre de cette page.)

que grâce à vos dons. Au nom de la Fondation, je vous remercie très cordialement de la générosité dont vous ferez preuve lors de la collecte, en remplissant un bulletin de versement ou en versant votre don directement au compte de chèques postaux, Zurich, 80-1970, Pro Senectute, Sonderaktionen.

H. P. Tschudi, ancien conseiller fédéral  
Président de la Fondation suisse Pour la Vieillesse



## Notre avenir à tous

Grâce à la 8<sup>e</sup> révision de l'AVS, les rentes de vieillesse ont été améliorées dans une forte mesure ; elles seront augmentées à nouveau au début de 1975. Cependant, si certaines personnes croient que notre collecte d'octobre est dès lors devenue superflue, elles se trompent. Certes, les soucis financiers du Troisième Age se sont atténués. Mais le nombre des personnes âgées ne cesse de croître. Des dizaines de milliers de bénéficiaires de rentes ont besoin d'aide et de conseils en raison d'une maladie, de difficultés de logement, de questions juridiques compliquées, de la solitude qui leur pèse ou de tracas d'un autre genre. Notre Fondation, avec ses 150 assistants sociaux, ses 68 centres d'information et d'aide sociale et ses 3000 représentants locaux bénévoles répartis dans tout le pays, est à leur disposition. Voici quelques-uns des services que nous avons organisés : conseils, aide-ménagère, fourniture de repas à domicile, gymnastique pour personnes âgées, « action P » et ateliers, clubs de midi et réunions pour personnes âgées, chaînes téléphoniques, semaines de vacances et, naturellement aussi, l'aide financière dans des situations difficiles.

Vous-même ou vos proches pourriez avoir un jour besoin de ces services ; car la vieillesse n'appartient pas au passé ; elle est notre avenir à tous. Des tâches du genre de celles que nous venons d'énumérer ne sauraient être assumées ni par les assurances sociales ni par les services de l'Etat. C'est pourquoi l'aide personnelle qu'apportent les associations privées est indispensable. Pro Senectute, qui est une association de ce genre, ne peut faire face à ses tâches toujours plus nombreuses

# *Le bonheur à Sornetan*

Si Sornetan n'existe pas, il faudrait l'inventer. Parce que Sornetan est l'histoire d'une vivante et belle réussite. Ce nom aux sonorités de roulement de tambour est celui d'un petit village jurassien situé sur un contrefort du Moron, et qui domine la rive droite de la Sorne, au fond du Petit-Val. La merveilleuse abbaye de Bellelay et les gorges sauvages du Pichoux sont toutes proches. Nous sommes à mi-chemin de Moutier et de Delémont, ou peu s'en faut. Le village est allongé; il ne possède qu'une rue en pente douce. Au sommet, l'église avec clocher à bulbe, construite il y a 266 ans. Tout près de l'église, en pleine verdure, il y a le Centre.

## Ouvert à tous

Le Centre de Sornetan, vaste bâtiment très moderne qui allie le bois au béton, a été construit il y a deux ans par l'Eglise évangélique réformée du canton de Berne, avec l'appui des paroisses. Il est ouvert à tous, c'est-à-dire que tous les groupements, sociétés, paroisses et entreprises de Suisse et de l'étranger, y sont les bienvenus. L'endroit est tranquille, l'air y est bon, la nature d'une grande beauté. Le Centre accueille des rencontres, cours de formation, stages de recyclages et sessions d'études. Il abrite aussi des séjours de vacances; il est admirablement outillé pour le faire: 62 personnes peuvent y loger en chambres particulières, à deux lits ou en dortoirs. Les locaux communs sont parfaits: salons, salle de TV-biblio-

thèque, salle à manger, locaux pour rencontres, conférences avec équipement audio-visuel, etc.

Au Centre de Sornetan nous avons rendu visite à un sympathique groupe de 27 aînés qui, sous l'égide de Pro Senectute Jura-Sud (Tavannes), passaient 15 jours de vacances dont ils nous ont dit le plus grand bien.

Mais que peuvent bien faire à Sornetan des personnes en vacances, surtout si le temps est maussade? Ne risquent-elles pas de s'y ennuyer ferme?

C'est précisément là qu'interviennent les animateurs: Georges et Marie-Claire Niklès, respectivement assistant social de Pro Senectute Jura-Sud, et infirmière; et Eliane Zurcher, secrétaire. Un trio jeune, dynamique, enthousiaste, et qui a des idées.

Il y a, bien sûr, les promenades dans les pâturages, les excursions d'une journée à Chasseral, au bord du Doubs ou au Zoo de Créminal; il y a les parties de cartes dans l'accueillant café-restaurant du village. Chaque jour, un programme bien pensé, varié, est affiché dans la salle à manger. Chacun est naturellement libre d'y participer, mais ses composantes sont pleines de séduction. Il y a les jeux, le bricolage, la gymnastique, les conférences, séances de cinéma, échanges d'idées... Normalement, une journée à Sornetan est découpée comme suit: à 7 h. 30, réveil en musique; 8 h., culte œcuménique; 8 h. 30, petit déjeuner; 9 h. 15, bricolage; 10 h. 45, gym-

Bricolage. Ici on crée des pères Noël qui décoreront les tables au moment des fêtes.



nastique dirigée par deux monitrices expérimentées, Mmes Yvonne Krieg, de Belprahon, et Jacqueline Cuenin, de Malleray. Par temps favorable, les exercices corporels ont naturellement lieu en plein air, sur la vaste terrasse. Le repas de midi est servi à 12 h. 30. Temps libre jusqu'à 16 h., puis thé, musique, jeux (loto, yass, scrabble, etc.). Le soir, télévision, jeux, causeries ou cinéma. Les dames sont en général très assidues à la gymnastique. Quant au bricolage, il n'attire que les dames qui réalisent des choses ravissantes: décoration de tables et, surtout, mosaïques. Nous avons admiré une œuvre très remarquable faite avec les matériaux les plus inattendus: grains de maïs, plantes, légumes, feuilles séchées, bois, etc. Cette œuvre collective, d'un goût parfait, est digne de prendre place dans un musée... (voir la « recette » de ce bricolage en page 23).

### Les enfants aussi

Beaucoup de dessins d'enfants décorent les murs du Centre. Le faisant remarquer aux retraités, les animateurs leur suggèrent de compléter cette exposition permanente qui restera sur place, rappelant aux groupes suivants les vacances actives de leurs prédécesseurs en les incitant à rivaliser de zèle et d'imagination, à faire aussi bien, sinon mieux.

Que pensent les animateurs du déroulement de telles vacances ? Mlle Zurcher: « Cet endroit est excellent pour le repos, les promenades bienfaisantes, la gymnastique. Celle-ci constitue le meilleur moment de la journée, le plus « global ». J'entends par là que, bien que facultative, la gymnastique attire tout le monde, même si certains se contentent de participer en regardant les autres se démenier. »

A Georges Niklès nous avons demandé de nous exposer sa préoccupation essentielle dans le cadre de ces vacances. « Cette année, c'est d'essayer de dialoguer avec les gens sur des sujets déterminés. Notamment après la projection de films sélectionnés comme supports de discussion, des films tels que « La vieille dame indigne », « Enfance d'un été », etc. Nous projetons un film tous les deux jours. Notre but est d'inviter les gens à réfléchir aux problèmes de la vie, même si leur retraite ne signifie pas pour eux une seconde carrière. Le film américain « La retraite, un nouveau départ » a éveillé beaucoup d'intérêt chez nos spectateurs. La discussion n'intervient que le lendemain de la projection, ce qui laisse aux gens le temps de réfléchir, de décanter leurs idées. »

### Des questions, des réponses

Le très beau film « La vieille dame indigne », avec l'adorable artiste que fut la regrettée Sylvie, a naturellement provoqué les réactions les plus diverses. Notamment parce que, comme le dit Georges Niklès: « Il y a des barrières morales qu'on ne dépasse plus à 70 ans. » Voici quelques-unes des questions posées le lendemain de la séance:

- Ce film vous a-t-il plu ? Vous a-t-il apporté quelque chose ? (Réponse: oui, presque à l'unanimité.)
- La vieille dame est-elle heureuse ? (Réponse: oui.)
- La vieille dame a-t-elle eu raison de changer de vie ? (Réponse: oui, par réaction surtout.)
- Le comportement des enfants de la vieille dame vous a-t-il déplu ? (Réponse: non.)
- La vieille dame est-elle indigne ? (Réponses en majorité affirmatives.)
- Choisiriez-vous la jeune Rosalie comme amie ? (Réponse: non, « parce qu'elle profite ».)
- La vieille dame aurait pu occuper son temps et dépenser son argent autrement. Avez-vous une idée à ce sujet ? (Réponse: oui, faire le bien, penser aux bonnes œuvres, etc.) De telles discussions, bien menées, provoquées par des questions clairement posées, ne laissent personne indifférent. Elles sont passionnantes, animées, enrichissantes, et le dialogue



Moderne, fonctionnel, accueillant, tel est le Centre de Sornetan, lieu de rencontres, lieu de vacances.

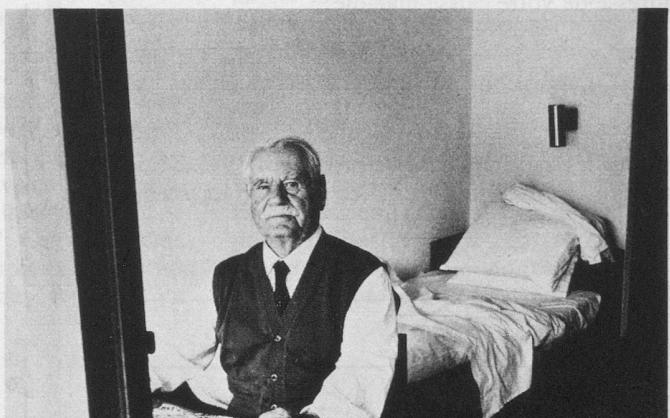


Les animateurs du groupe Jura-Sud. De gauche à droite: Eliane Zurcher; Marie-Claude et Georges Niklès et leur bébé.



La gymnastique est presque unanimement appréciée, même si on ne fait que regarder.

Les retraités en vacances sous l'égide de Pro Senectute Jura-Sud avaient de 60 à 91 ans. Ici M. Hermann Perruchoud, de Féchy-Chalais, ex-gérant de coopérative: « Pour un bon séjour, c'en est un. On ne s'ennuie jamais ! »



aboutit toujours à des résultats positifs, eux-mêmes sources de réflexion.

Les aînés du groupe Jura-Sud eurent aussi — idée excellente! — l'occasion de se renseigner de façon très objective sur la votation du 20 octobre qui intéresse au premier chef la population étrangère et son avenir en Suisse. A un exposé sec, technique, les animateurs préférèrent une fois de plus provoquer une discussion, un échange d'idées, en invitant à Sornetan des ouvriers italiens, espagnols, yougoslaves, à venir apporter leur témoignage et répondre aux questions. Vingt retraités participèrent à cette mémorable rencontre qui leur permit de faire le tour d'un problème important parce que humain, et de réviser certains jugements hâtifs. De le faire en connaissance de cause...

Bref, arrêtons là cette énumération. Une chose est certaine: des vacances, à Sornetan ou ailleurs, si elles bénéficient de la

collaboration d'animateurs capables et enthousiastes, constituent une expérience inoubliable. Pour l'esprit qui vit avec intensité, et pour le corps qui se repose, se fortifie.

Pro Senectute Jura-Sud n'est pas le seul à emmener ses retraités à Sornetan. Delémont, Neuchâtel, y viennent aussi. D'autres groupes suivront. Avec joie et profit. Parce que, comme il est précisé dans le bulletin d'information du Centre: « Sornetan s'est toujours fixé pour tâche d'être un lieu de rencontre, de compréhension, de réconciliation. Il continuera de faire tout ce qui sera en son pouvoir pour être, comme par le passé, un trait d'union entre le Nord et le Sud, entre catholiques et protestants »...

C'est à la fois un beau programme et une promesse de bonheur.

Texte et photos: Georges Gygax

## ACTUEL ACTUEL ACTUEL ACTUEL ACTUEL ACTUEL ACTUEL

### Fribourg    Cure à Loèche-les-Bains pour rhumatisants

Ayant été sollicités à plusieurs reprises d'organiser une cure pour personnes âgées souffrant d'arthrose, nous avons réservé une vingtaine de chambres à l'hôtel Grichting, à Loèche-les-Bains, pour 15 jours, du 2 au 16 mai 1975. Le prix dépend du choix de la chambre et de la pension (demi-pension avec petit déjeuner anglais, ou pension complète). Au programme: bains, soins selon prescriptions médicales, promenades dans les environs, excursions, réunions amicales, joyeuse compa-

gnie (jeux, musique), etc. Renseignements et inscriptions auprès de la Fondation fribourgeoise « Pour la Vieillesse », rue Abbé-Bovet 6, Case postale 321, 1701 Fribourg, tél. (037) 22 41 53. Dernier délai d'inscription: 20 février 1975. A produire: Certificat médical attestant le besoin d'une cure et nom et adresse de la caisse-maladie. L'intéressé doit être apte à supporter l'altitude de 1400 m.

### Renens    Club des loisirs des Pierrettes

Samedi 9 novembre, de 13 h. à 19 h., thé-vente  
Chemin des Biondes 30, Renens

Exposition et vente des travaux exécutés par les membres du club

pêche miraculeuse  
pâtisserie maison  
confiture  
grande tombola  
musique champêtre.

Il y aura de l'ambiance!

Les aînés sont invités à venir nombreux pour encourager leurs amis des Pierrettes.

Un choix de travaux très beaux et variés leur permettra déjà de penser à vos cadeaux de fin d'année.

### Biénné    Les isolés de midi

A titre d'essai et une fois par semaine, le Centre d'information et d'assistance de la Société pour la Vieillesse, de Biénné, a organisé à partir de juin 1974 une rencontre de midi avec repas en commun pour les aînés isolés. Chaque semaine 30 à 40 personnes y prennent part. Après le repas (Fr. 5.—, café et eau minérale inclus), servi par des aides bénévoles, quelques attractions et jeux sont organisés.

Cet essai ayant été jugé très concluant, les organisateurs accueillent les intéressés tous les jeudis à 11 h. à la petite salle de la cuisine populaire, rue Alex.-Schöni 18, Biénné. Les personnes ayant des difficultés de s'y rendre seules à pied voudront bien le faire savoir à : Pro Senectute, rue Alex.-Schöni 18, Biénné, tél. (032) 21 25 24/27.

#### Bulletin d'inscription

à envoyer, accompagné du certificat médical, à Sœur Marie-Françoise Bise, Fondation Pro Senectute, Case postale 321, 1701 Fribourg.

Mme / Mlle / M.  
(nom et prénom)

Date de naissance:

Domicile:  
(adresse complète, s.v.p.)

N° de tél.:

Nom, adresse de votre caisse-maladie:

s'inscrit pour les vacances-cure de printemps 1975 à Loèche-les-Bains (Hôtel Grichting) et désire recevoir les renseignements complémentaires.

Date:

Signature:

#### A lire, à méditer

« J'achète mieux » de septembre est consacré à la question d'une alimentation saine. Les rations recommandées pour chaque âge, une enquête sur l'alimentation collective (dans les homes, les snacks, les cantines); deux tests: les huiles de tournesol et les pruneaux secs; des études au sujet des céréales et un examen comparatif de divers mets précurseurs. « J'achète mieux », organe officiel de la Fédération romande des consommatrices, n° 52, septembre 1974.

#### Des trucs épataints

*Les jeunes d'aujourd'hui savent tout, c'est bien connu. Ils sont imbattables, en particulier, sur tout ce qui concerne les disques. Demandez-leur donc comment ils nettoient leurs microsillons ? Un spécialiste ayant expérimenté diverses méthodes en est arrivé à la conclusion suivante : l'eau est le meilleur produit, car elle ne graisse pas les sillons. Si elle est calcaire, utiliser de l'eau distillée. Si l'on nettoie avec de l'eau les deux faces du disque, l'électricité statique est déchargée. Pour nettoyer de vieux disques qui n'ont pas été protégés par une enveloppe, il suffit d'utiliser de l'eau tiède additionnée d'un savon doux. Les aiguilles de diamant se nettoient à l'aide d'une petite brosse douce imbibée d'alcool isopropylique (dans les pharmacies ou les drogueries).*

#### In vino veritas

Même le vin ne réussit pas à réconcilier les Vaudois avec ceux du bout du lac. Du temps où les vins avaient encore le seul goût du terroir, les vignerons vaudois prétendaient que les vins genevois étaient raides et pointus comme la paroi nord de l'Eiger; les Genevois rétorquaient aussi sec que les vins vaudois étaient plats comme les pages d'un psautier...

#### Des forêts ou de la publicité ?

Un membre jurassien de la FRC (Fédération romande des consommatrices) a eu la patience de conserver la publicité glissée dans sa boîte aux lettres pendant un an. Cela donnait: 9,400 kg de papier, soit 450 documents répartis ainsi : 73 concernant l'habillement, 52 les livres, 35 les écoles de langues, 22 les appareils de photo, 15 les gadgets divers vendus par correspondance, 9 les antirouilles pour voitures. Multipliée à l'échelon national, cette quantité de papier destinée à finir à la poubelle représentait un bout de forêt...

#### Trop vieilles !

Si l'huile de tournesol est particulièrement intéressante du point de vue diététique, elle est aussi plus vulnérable que l'huile d'arachide ou d'olive. Elle ne doit pas être stockée longtemps et elle doit être conservée au frais. Trois seulement des quatorze huiles testées par « J'achète mieux » tiennent compte de cela sur leurs étiquettes: les deux huiles Migros et Biosol, cette dernière de façon incomplète. Si l'huile pressée à froid représente le summum de la qualité, elle est aussi plus sujette à des altérations. (Il faut donc garder la bouteille entamée au frigo.)



On ne peut pas le confier à la concierge, elle lui ferait raconter ce qui se passe ici...

(Dessin de Chen - Cosmopress)

#### Calories ou bien-être ?

« L'homme sain — celui que trop de conseils n'ont pas névrosé — ne mange pas des calories: il mange du bien-être. Il mange à son désir et à son besoin, selon ses habitudes et ses souvenirs d'enfance. Certains jours, il mange avec plus de faste et d'abondance, parce que c'est la fête. Je vois beaucoup de malades et d'anxiens dont la misère inguérissable est de n'avoir jamais connu la chaleur d'un repas familial. L'adulte consomme autant de symboles que de nutriments. Le repas qui le contente le plus n'est pas celui servi par un aubergiste réputé, mais la répétition du déjeuner que sa grand-mère prépare le dimanche. » (Citation du professeur Trémolières, interview publiée par « Aînés », septembre 1974, n° 9.)

#### Charité bien ordonnée...

Lors d'un récent ramassage de vêtements par la Croix-Rouge, des « observateurs » se sont indignés parce que des gens « sans pudeur » avaient osé se servir dans les sacs en plastique avant le ramassage. Et alors ? Ces vêtements avaient été donnés par ceux qui ne les voulaient plus pour des gens qui en

avaient besoin. Que ce soient des gens d'ici ou d'ailleurs, qu'importe ? La misère, l'envie ou le besoin ne sont pas nationalistes. Il y a sans doute, chez nous aussi, des gens qui sans avoir été victimes de catastrophes ou de guerre, n'ont rien à se mettre. Ce n'est pas le fait qu'il y ait plus pauvres qu'eux qui les réchauffera.

#### Les légumes de novembre

*Epluchés dans « J'achète mieux » : la courge, la chicorée, les endives, les navets, le céleri, les carottes rouges, les radis noirs, le raifort, le chou : blanc, rouge, frisé ; les choux de Bruxelles, les poireaux, les oignons. Au lieu d'acheter des légumes importés...*

#### La recette du mois

**Les pommes de terre Ninon.** Faites cuire à l'eau salée des pommes de terre coupées en morceaux (on compte, généralement, trois pommes de terre par personne). Préparez, pendant ce temps, du jambon maigre haché fin (une à deux tranches par personne) mélangé avec un jaune d'œuf et une cuillerée à soupe d'extrait de tomates par personne, assaisonné de marjolaine, sel et muscade. Passez les pommes de terre égouttées au passe-vite, mélangez-les avec le jambon assaisonné. Remplir un plat à gratin beurré, doré le dessus avec un jaune d'œuf et laisser un quart d'heure à four moyen. Si vous voulez donner un air grandiose à ce plat: dressez en pyramide la masse de pommes de terre-jambon à l'aide d'un sac à douille sur une plaque graissée. Cela a beaucoup d'allure.

*Une abonnée de « J'achète mieux » préfère les recettes « d'antan » aux produits modernes et sophistiqués :*

*un ou deux morceaux de charbon de bois dans le frigo pour éliminer les odeurs ;*

*du pétrole mélangé à de l'huile à salade pour supprimer la rouille sur les clés et les serrures ;*

*de l'ammoniaque pour nettoyer le four : laisser une assiette à soupe d'eau additionnée d'une cuillère à soupe d'ammoniaque, toute une nuit dans le four froid. La retirer le matin, rincer le four à l'eau froide.*

Vous connaissez certainement d'autres trucs simples et efficaces de ce genre; faites-nous en part; nous les publierons pour faciliter la vie à nos lectrices et épargner leur porte-monnaie. Votre collaboration sera la bienvenue!



**NOS SOURCES THERMALES = VOTRE SANTÉ  
UNE CURE DE BAINS ET DE FANGO  
DANS LES MONTAGNES COMpte DOUBLE**

Centre médical :  
instituts physiothérapeutique et balnéologique  
Hôtels : des Alpes - Maison Blanche et Grand Bain  
Bellevue - de France - Union  
Piscine thermale dans chaque hôtel.  
Pour tous renseignements :  
**SOCIÉTÉ DES HOTELS ET BAINS  
3954 LOÈCHE-LES-BAINS/VALAIS 1411 m.**  
Directeur : **M. Ernest A. Reiber - Tél. 027 / 6 44 44**



**GENÈVE**

## Gymnastique et natation

Tandis que les jeunes ont repris le chemin de l'école, les moins jeunes ont retrouvé leur salle de gym le 16 septembre. Ce ne sont pas moins de 84 cours pour le Troisième Age qui ont commencé dès cette date dans tout le canton de Genève, dans plusieurs institutions et maisons de retraite sous la responsabilité du Centre social protestant et de Caritas. (Tous renseignements sont fournis par le Centre social protestant, tél. (022) 20 78 11 et Caritas, tél. (022) 20 23 30 ou 20 21 44.)

Elle est de loin votre  
âînée

**francillon**  
et Cie S.A.

Maison fondée en 1722  
**de toute confiance**

1001 Lausanne  
14, rue Centrale  
Tél. 20 64 41

spécialisée en quincaillerie  
outillage courant et  
pour bricoleurs



### Troubles cardiaques nerveux? Vertiges?

#### Les gouttes pour le cœur No 4

vous aideront.

Dans cette préparation sont associées des cellules de levure Candida avec les plantes médicinales aubépine, arnica et passiflore.

Les gouttes ont une action sédatrice dans les cas de troubles cardiaques nerveux et d'étourdissements.

**BIO-STRATH®**

Remèdes à base de levure plasmolysée et de plantes médicinales. Dans les pharmacies et drogueries.

## Une adresse en permanence

Genève compte à ce jour quelque 42.200 personnes âgées de plus de 65 ans. Parmi elles, 7500 ont plus de 80 ans et 160 plus de 95 ans. Or, les différentes catégories susmentionnées atteindront respectivement, d'ici 1980, 45.000, 9300 et 240 personnes.

Une seule adresse : en 1966, l'Etat de Genève créait le Centre d'information et de coordination pour personnes âgées. Actuellement, cet organisme est divisé en deux sections, et dirigé par M. Jean Heimo. Le Centre de gériatrie — dépendance de l'Hôpital de gériatrie — est confié au Dr Georges Goda. La première s'occupe de toutes les questions administratives qui préoccupent les personnes âgées, la seconde des problèmes médico-sociaux.

Ainsi donc toutes les personnes âgées, dès qu'elles ont une préoccupation de quelque nature que ce soit, peuvent s'adresser à l'un ou l'autre de ces centres.

## Changements d'adresse

Nous prions nos abonnés changeant d'adresse de bien vouloir nous envoyer l'étiquette d'expédition de leur journal avec, écrite à la main, leur nouvelle adresse. Merci de votre aide!

AINÉS

## DURS D'OREILLES GRANDE NOUVEAUTÉ

Enfin nous pouvons vous présenter un appareil acoustique avec le nouveau microphone directionnel, qui vous procure une excellente audition même dans une ambiance très bruyante. Venez l'essayer, sans aucun engagement dans la maison spécialisée

**J.P. SCHMID**

**ACOUSTIQUE**

Petit-Chêne 38 (face cinéma Georges V)  
Lausanne Tél. (021) 23 49 33

Etant fournisseur de l'Assurance invalidité et de l'AVS, nous nous occupons de toutes les démarches.