

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 6 (1976)
Heft: 2

Rubrik: 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: 16.01.2026

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



Secrétariats cantonaux:

Genève, 3, place de la Taconnerie 022/21 04 33
 Lausanne, 49, rue du Maupas 021/36 17 21
 La Chaux-de-Fonds, 27, rue du Parc 039/23 20 20
 Bienne, 8, rue du Collège 032/22 20 71
 Delémont, 49, avenue de la Gare 066/22 30 68
 Tavannes, 4, rue du Pont 032/91 21 20
 Fribourg, 26, rue Saint-Pierre 037/22 41 53
 Sion, 3, rue des Tonnelliers 027/22 07 41

JURA-NORD

Il y a deux ans, dans l'abondant courrier destiné à Pro Senectute, Delémont, il y avait une « drôle » de lettre : une lettre anonyme. Pas méchante, pas injurieuse pour un sou, cette missive signée « Un groupe de retraités ». L'écriture était belle, large, les lignes bien aérées. Visiblement, « on » s'était appliqué. Ce message disait en substance : « A Bassecourt, Porrentruy, etc., les retraités disposent d'un local où ils se retrouvent et fraternisent. Ils y passent des heures de détente. Ici, à Delémont, il n'y a rien. Qu'est-ce à dire ? Devons-nous nous adresser plus haut ? »

Ce « plus haut » laisse rêveur. Était-ce chez le président de la Confédération ou chez le pape ?

Mme Anne-Marie Philipoff, responsable du Centre Pro Senectute Jura-Nord, comme toute personne de bon sens, n'apprécie guère les lettres anonymes dont la destination la plus logique est la corbeille à papier. Ce jour-là, pourtant, elle fit une exception. Elle relut la lettre plusieurs fois, en parla à ses collaboratrices... et c'est ainsi que naquit l'idée d'un club d'ânés à Delémont. Mais encore fallait-il s'assurer que dans ce pays où les gens sont réputés plus casaniers qu'ailleurs (notamment en raison d'hivers longs et rigoureux), un tel club répondrait à un besoin réel. Il fallait aussi trouver un local et des animateurs capables de faire vivre l'entreprise, concrètement et spirituellement. Ce n'était pas une mince affaire. Avant toute chose, il fallait bâtir l'édifice sur des bases solides et réfléchies. Alors « on » se mit à l'œuvre. « On », c'est le groupe de travail qui tint plusieurs réunions préliminaires au Home La Promenade, à Delémont, à l'instigation de Pro Senectute Jura-Nord, groupe comprenant des représentants du home, du Service social municipal, de Pro Infirmis, de la Croix-Rouge et des paroisses.

Comment bricoler sans être bien équipé ? A Delémont, c'est parfait !

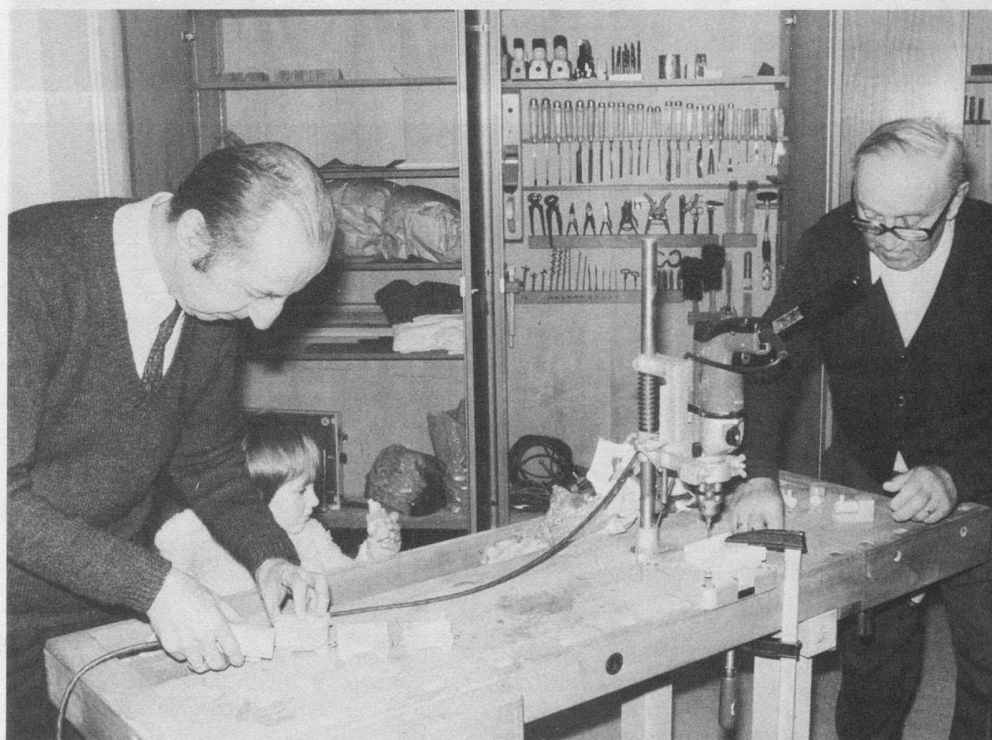
D'une lettre anonyme... à un club

Autogestion en vue

Entre autres excellentes choses, il fut décidé que toutes les personnes âgées de 60 ans et plus seraient les bienvenues au club et qu'elles seraient encouragées à participer aux activités prévues. La formule de l'autogestion fut aussi adoptée : une fois lancé, bien structuré, le club serait appelé à se débrouiller par ses propres moyens. Question ressources, des subventions sont accordées chaque année par des institutions publiques et privées. Des ventes, tombolas et lotos procurent les compléments indispensables. Et n'oublions pas de mentionner les modestes cotisations (Fr. 30.— par an, ou Fr. 3.— par mois, réduites de 50 % pour les habitants de « La Promenade »). Ce home a mis à disposition une salle de rencontres ouverte cinq après-midi par semaine, un atelier pour activités manuelles et, occasionnellement, une grande salle pour l'organisation de conférences,

séances de cinéma, concerts, etc. L'encadrement est assuré par des animateurs bénévoles, et la bonne marche des diverses activités est garantie par des moniteurs qualifiés. Pendant la période de lancement, Pro Senectute a pris la responsabilité de l'organisation et a mis un animateur à disposition.

C'est le 4 novembre 1975 que le Club des aînés de Delémont et environs a ouvert ses portes. Il est installé dans les beaux bâtiments du Home La Promenade pour personnes âgées, immeuble qui fut couvent des Ursulines, non loin de l'Ecole normale qui, elle, était alors le fief des capucins. D'augustes demeures aux murs épais, aux vastes pièces à plafonds hauts, que la municipalité a admirablement entretenues. C'est là que se réunissent, chaque après-midi, sauf le samedi, quelques-uns des 90 membres déjà inscrits au club. On joue aux cartes, on fabrique de jolis jouets,



poupées, fleurs de papier, et des petits trains de bois qui sortent comme par miracle des mains de M. Paul Beuret, ce retraité de l'Etat qui fut fonctionnaire pendant cinquante ans. Travaux de vannerie, broderies, tricotages, peintures, émaux et objets divers prennent place sur de vastes rayonnages en attendant d'être mis en vente à l'occasion de manifestations organisées en faveur du club et de ses membres.

Danse et électronique

Pour le moment, le club « tourne » sans président, grâce à une direction collégiale. Un groupe de travail se consacre à la rédaction des statuts. La première assemblée générale se tiendra en mars. A ce moment-là, le

Club des aînés de Delémont et environs sera, comme on dit, « officialisé » ; aux activités actuelles s'en ajouteront d'autres. On parle d'un cours de danse, d'un groupe de chant, d'un groupe de marche, de pétanque, d'électronique ; de tournois de cartes, etc. La gymnastique est déjà en honneur dans 18 localités du district de Delémont et environs, sous l'égide de Pro Senectute.

Tel qu'il est — sans structures définitivement arrêtées — le club marche bien. Chaque semaine offre « quelque chose » de spécial à ses membres : après-midi récréatifs, causeries avec diapositives, films, visites d'usines, etc. C'est ainsi que les aînés de Delémont ont eu le privilège de visiter les usines Burrus, à Boncourt.

Le jour où nous avons rendu visite au club, il n'y avait pas foule. Ce jour-là, plusieurs arbres de Noël illuminaient les locaux d'institutions de Delémont, et le temps était exécrable. Ce qui nous a permis de nous entretenir avec quelques personnes et de leur demander ce que représente pour eux ce club nouveau-né.

M. Maurice Friche, ingénieur, est optimiste : « Bien que je travaille encore un peu, je considère qu'un tel club est très intéressant. Beaucoup de retraités, solitaires pour la plupart, n'ont jamais su se récréer. Or, chacun peut venir au club ; il y est reçu gentiment et il peut s'adonner à toute sorte d'occupations intéressantes, se divertir en participant à des jeux variés. Personnellement, j'y passe une demi-journée par semaine. Pour le moment, j'en assume certaines responsabilités avec M. Joseph Frey. Un tel club est une nécessité. Comment avons-nous pu nous en passer jusqu'ici ? Il nous permet de tuer agréablement le temps et de faire des connaissances. »

L'autre responsable, M. Joseph Frey, ancien chef de vente dans une importante câblerie, donne un avis encore plus percutant : « Pensionné depuis quelques mois, j'ai toujours mené une vie très active. C'est mon tempérament : je ne peux pas rester tranquille ! Alors, quand on a commencé à parler du club, j'ai offert mes services. Je déplore une participation trop faible à mon gré. Bien sûr, quand il y a une conférence ou un film, les gens viennent. Mais les autres jours, c'est calme. Je crois que les retraités de ce pays ont peur de s'engager... Mais tout cela est très nouveau pour Delémont. L'idée fera son chemin. Le résultat est déjà acquis. La fréquentation de nos locaux va sans doute s'améliorer. C'est ce que je souhaite. »

« Aînés » salue ce club delémontain et lui souhaite un avenir florissant. D'autres clubs sont en préparation, patronnés par Pro Senectute, aux Bois et aux Breuleux, notamment, qui seront ouverts une journée par semaine en attendant mieux. Nous aurons l'occasion d'en parler.

Photos G.G.

▲ Mme Jacqueline Maillard, secrétaire de Pro Senectute, remplaçant Mme A.-Miserez, monitrice en titre, et Philippe Schaffner, animateur, « meublent » l'exposition permanente des objets fabriqués au club.

◀ Lieu de rencontre des générations... Des enfants accompagnent souvent pépé ou mémé au club. Michèle Petermann, 5 ans, joue au train (fabriqué au club) avec l'animateur Schaffner.



NEUCHÂTEL

Ski de promenade

L'année dernière, les membres de la gymnastique du troisième âge ont pu skier sur les crêtes du Jura. Des instructeurs de ski et des monitrices de gymnastique les accompagnèrent et entraînèrent les plus craintifs dans de jolies promenades.

L'expérience est répartie, dès la dernière semaine de janvier. Toutes les personnes âgées peuvent s'inscrire pour participer à ces après-midi de ski de promenade. Celles qui ne sont plus ou pas équipées pourront louer sur place le matériel nécessaire. Elles bénéficieront également d'une instruction ad hoc qui sera donnée par un instructeur de ski.

Les déplacements se font en car et régionalement :

Tête-de-Ran

lundi : Val-de-Ruz
mardi : Neuchâtel, Littoral
vendredi : Les Montagnes

Les Cernets

jeudi : Val-de-Travers, La Brévine

Une finance d'inscription de Fr. 8.—, assurance comprise, sera perçue pour chaque participant.

Tous les renseignements complémentaires vous seront donnés par les travailleurs sociaux de nos secrétariats.

Neuchâtel (038) 24 56 56

La Chaux-de-Fonds (039) 23 20 20

Le Locle (Permanence le lundi après-midi de 14 heures à 17 heures, tél. (039) 31 62 22).

Club de midi

Le Locle. Il y règne un esprit amical et les isolés apprécient beaucoup de prendre un repas ensemble. Les dates retenues sont les suivantes :

vendredi 27 février (tripes)

vendredi 26 mars (fondue)

Rendez-vous à midi au réfectoire des FAR. **Il est indispensable de s'inscrire à l'avance** en téléphonant au Service des repas à domicile, tél. (039) 23 20 53.

Neuchâtel. Les vieillards isolés qui souhaitent être tenus au courant de l'activité du Club de midi et participer une fois par mois au repas communautaire servi aux Valangines voudront bien s'adresser à Pro Senectute Neuchâtel, tél. (038) 24 56 56.

La Chaux-de-Fonds. Ici aussi, des rencontres s'organisent et elles sont destinées aux personnes âgées isolées. Pour tous renseignements s'adresser à Pro Senectute, tél. (039) 23 20 20.

Futurs retraités à vos marques !

Cours de préparation à la retraite :

Plusieurs entreprises ont inscrit à leur programme social des journées de préparation à la retraite. Quelque cinq ans avant la limite d'âge prévue pour la retraite, tout le personnel : ouvriers, secrétaires, chefs, directeurs, ont la possibilité de se documenter sur les problèmes pouvant surgir au moment de la cessation du travail. Avoir beaucoup de temps libre est une chance inespérée pour d'aucuns, hélas, pour d'autres, c'est au contraire une occasion de tourment : comment « tuer » le temps ?

Ayant entendu plusieurs fois des retraités désemparés se plaindre, Pro Senectute a sollicité l'Université populaire neuchâteloise de mettre sur pied un cours de préparation à la retraite. La section des Montagnes neuchâteloises a accepté d'organiser un cours de préparation à la retraite, le premier du genre dans notre canton. Il débutera : mardi 10 février 1976 à 20 heures, Club 44, rue de la Serre 64, La Chaux-de-Fonds. Cette séance inaugurale sera animée par le professeur Michel Philibert, directeur du Centre de gérontologie de Grenoble. Ensuite, durant 6 leçons, seront développés différents aspects du « droit à la santé ».

Tous les futurs retraités ou tous les jeunes retraités qui sont intéressés par ce cours peuvent demander le programme à Pro Senectute, La Chaux-de-Fonds, tél. (039) 23 20 20 et à l'Office social, Le Locle, tél. (039) 31 62 22.

VALAIS

Sur les lattes !

Comme l'année dernière, Pro Senectute Valais et Neuchâtel organisent des séjours destinés au troisième âge avec la possibilité de s'initier ou de se perfectionner en ski de fond (ou plutôt de randonnée). Choisissez :

du lundi 8 au vendredi 12 mars 1976 Champéry (1050 m d'altitude), Hôtel du Parc, chambres à 2 lits, confort. Prix Fr. 195.—, y compris un transfert par bus sur la piste de fond.

Non compris : boissons et moniteurs. Une piscine couverte se trouve au Centre sportif de Champéry. Location de l'équipement pour le séjour : Fr. 45.—.

Ce séjour est également destiné aux personnes qui voudraient uniquement profiter de vacances d'hiver en montagne.

Inscriptions auprès de Mme Marianne Rieder, Pro Senectute, rue des Parcs 11, 2000 Neuchâtel ;

du lundi 8 au vendredi 12 mars 1976

Morgins (1400 m d'altitude), chalet genre colonie, chambres à plusieurs lits, confort restreint. Prix : Fr. 170.— tout compris, soit logement, nourriture, boissons, café et moniteurs.

Piscine couverte à la station.

Possibilité d'accueil : 40 personnes.

Ce séjour est strictement réservé aux personnes s'adonnant au ski.

Inscription auprès de Mme Jane Rosy, assistante Pro Senectute, av. de la Gare 52, 1870 Monthey ;

du lundi 22 au vendredi 26 mars 1976

Zinal (1600 m d'altitude), Hôtel « Les Erables », grand confort, chambres à 2 lits (pour chambre à 1 lit, supplément de Fr. 10.— pour la semaine). Piscine chauffée dans l'hôtel, entrée comprise dans le prix.

Prix : Fr. 210.—, non compris boissons et frais de moniteur.

Séjour aussi ouvert aux vacanciers.

Inscription auprès de Mme Jane Rosy, assistante Pro Senectute, av. de la Gare 52, 1870 Monthey.

Les prix s'entendent voyage non compris, naturellement.

Les personnes s'intéressant à ces séjours sont priées de s'annoncer immédiatement.

VAUD

Les gentils scouts de Vevey

Leur troupe s'appelle « Troupe Saint-Bernard ». Son chef est Jean-Nicolas Vauthey, de Chardonne. Un jour d'automne, ces garçons qui, à Noël, avaient l'habitude d'aller chanter chez les solitaires, les malades et les déshérités, décidèrent de « faire autre chose ». Mais quoi ? On en discuta, et une idée lumineuse jaillit : « Si on nettoyait des appartements ? »

C'est ainsi que, quatre samedis avant Noël, nos sympathiques garçons, briquèrent à fond une dizaine d'appartements de personnes âgées, trop âgées ou handicapées pour le faire elles-mêmes. Auparavant, ils avaient spontanément pris contact avec Mlle B. Leuenberger, responsable du Service d'aides au foyer de Pro Senectute, pour la région Vevey-La Tour-de-Peilz, qui leur communiqua les « bonnes adresses ».

Bravo aux scouts de Vevey-La Tour-de-Peilz. Que leur exemple soit suivi !

SUISSE ROMANDE

Vacances Pro Senectute = Sécurité et joie de vivre pour tous !

Nous sommes heureux de vous proposer notre programme 1976 de vacances et de voyages mis au point avec la collaboration de tous les comités des cantons romands.

Lors de l'élaboration de ce programme, nous avons été sensibles à la situation économique difficile que nous traversons actuellement, mais nous avons estimé que des vacances, voyages et loisirs, dans un cadre bien compris, étaient des éléments indispensables pour maintenir une bonne santé physique et morale, et que notre souci et notre plaisir étaient d'y veiller !

Pourquoi sécurité et joie de vivre pendant vos vacances ?

Parce qu'un responsable expérimenté s'occupera de vous pendant toute la durée du séjour ;

parce qu'une infirmière sera à votre disposition à chaque heure ;

parce qu'un animateur veillera à maintenir une ambiance joyeuse ;

parce que les hôtels, lieux et séjours de voyages ont été sélectionnés avec le plus grand soin et vous offriront un confort adapté à votre goût.

D'autre part, nous vous rappelons que dans le cadre des tâches humanitaires confiées à notre fondation — et à côté des différents soutiens que vous connaissez, tels que nos services d'aide au foyer et de secours individuels, nos aides aux clubs d'ânés, etc. — nous nous faisons un devoir que toutes les personnes qui, sans cet appui, ne pourraient s'offrir de vacances obtiennent un rabais de 40 % sur les prix indiqués de certains voyages.

Pour tous renseignements complémentaires, veuillez vous adresser à

PRO SENECTUTE

Secrétariat des vacances romandes
Maupas 49, 1004 Lausanne
tél. (021) 36 17 21.

Sur demande, nous vous envoyons notre brochure avec le programme détaillé de nos vacances et de nos voyages.

Nous vous attendons également au stand que nous tiendrons au 18e Salon du tourisme et de vacances (Palais de Beaulieu, Lausanne), du 28 février au 7 mars.

En plus, lors de ce Salon du tourisme, le comité vaudois de Pro Senectute organisera une Grande Journée Troisième Age avec au programme diver-

ses animations. La presse quotidienne vous en donnera tous les détails.

**A tous, nos vœux de belles vacances,
et d'agréable détente bien méritée !**

Secrétariat des vacances romandes de
Pro Senectute

Séjours et voyages de printemps

LUGANO (Tessin)

du mardi 6 avril au jeudi 15 avril
1976 (10 jours)

Fr. 350.— à 405.— selon le type de
chambre (voyage non compris)

SAINT-AYGULF (Côte d'Azur)

du samedi 1er mai au lundi 17 mai
1976 (15 jours)

Fr. 587.— (8 jours : Fr. 385.—)

Voyage en train couchettes

MARINA VIVA (Corse)

du dimanche 16 mai au dimanche
30 mai 1976 (15 jours)

Voyage en avion de ligne de la Cie
Air France

Fr. 895.—

RHIN (voyage et croisière)

du samedi 15 mai au lundi 24 mai
1976 (10 jours)

Descente en bateau sur le Rhin. Retour en car de luxe depuis la Hollande à travers la Belgique et la France

Fr. 957.—

LIDO DE JESOLO (Italie)

du dimanche 16 mai au lundi 31 mai
1976 (16 jours)

Voyage en train (de jour)

Fr. 490.— à 560.— selon le type de
chambre

Séjours et voyages d'été

CROISIÈRE (en Méditerranée)

du samedi 26 juin au samedi 3 juillet
1976 (8 jours)

Sur bateau « Azur » de la Compagnie française Paquet, escales à Toulon, Palerme, Malte, Patras, Syracuse, Capri, Toulon

Fr. 975.—

CRANS (Valais)

du jeudi 1er juillet au samedi 10 juillet
1976 (10 jours)

Fr. 398.— (voyage non compris jusqu'à Sierre ou Sion)

BORDEAUX (France)

du lundi 30 août au lundi 6 septembre
1976 (8 jours)

Voyage en avion de ligne de la Cie
Air France

Fr. 845.—

CATTOLICA (Adriatique italienne)
du lundi 30 août au samedi 11 septembre (14 jours)
Voyage en car de luxe
Fr. 566.— à 785.— selon l'hôtel et le type de chambre

Séjours d'automne

SAINT-AYGULF (Côte d'Azur)

du samedi 18 septembre au lundi
4 octobre 1976 (15 jours)

Voyage en train couchettes

Fr. 587.— (8 jours : Fr. 385.—)

MAXIMA 2000 (Côte d'Azur)

du samedi 18 septembre au lundi
4 octobre 1976 (15 jours)

Voyage en train couchettes

Fr. 925.— (8 jours : Fr. 590.—)

MARINA VIVA (Corse)

du dimanche 19 septembre au dimanche
3 octobre 1976 (15 jours)

Voyage en avion de ligne de la Cie
Air France

Fr. 895.—

LUGANO (Tessin)

du dimanche 10 octobre au mardi
19 octobre 1976 (10 jours)

Fr. 350.— à 405.— selon le type de
chambre (voyage non compris)

Visites de 3 capitales

A l'intention des clubs et groupes de personnes âgées de Suisse romande, nous avons préparé des voyages à

PARIS : 3 jours (voyage en train)

BRUXELLES : 4 jours (voyage en
avion)

LONDRES : 4 jours (voyage en avion)

Tous ces voyages sont également accompagnés par du personnel de Pro Senectute. Nous conseillons aux responsables de clubs ou groupes de nous demander au plus vite les renseignements détaillés avec dates et conditions.

Tous nos prix sont basés sur les tarifs et cours de change en vigueur lors de la publication de ce programme.

Toute modification importante pourrait nous amener à réviser nos prix.

La Tunisie vous attend

Nous rendons nos lecteurs attentifs à la grille se rapportant à nos vacances en Tunisie, grille figurant en page 21 de ce numéro. Ajoutons que l'Hôtel El Hana à Sousse, de 1re catégorie, est situé au bord de la mer et à 500 m du port et du centre de la ville.