

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 10 (1980)  
**Heft:** 4

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 10.12.2025

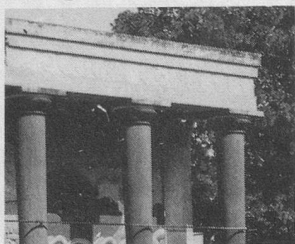
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Administration et rédaction: Passage Saint-François 10, 1003 Lausanne, téléphone 021/22 34 29

## DANS CE NUMÉRO

Photo de couverture: Henri Vincenot, le magicien de Commarin. (Photo Yves Debraine)

13



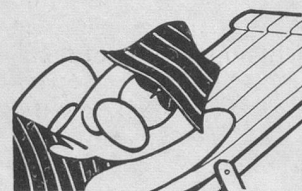
La Grèce nous attend!

19



Pascal Ruga, un écrivain du soir

27



Séjours pour rhumatisants

29



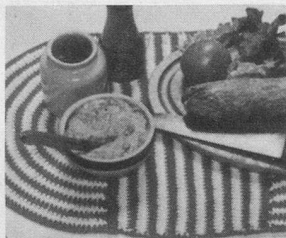
Le village de vacances de Douanne

35



Gym des aînés à domicile

39



Créez vos sets de table!

Ce numéro est tiré à  
22 500 exemplaires

## ÉDITORIAL

### Une «lettre du mois»?

Notre préoccupation principale et constante, chers lecteurs, est de vous apporter chaque mois ce que vous attendez de nous: des informations utiles, sérieuses et contrôlées; des «tuyaux» et conseils dans nombre de domaines et, bien sûr, un peu de divertissement par nos reportages, nos interviews, nos nouvelles inédites, nos jeux, etc. Vous êtes nombreux à nous écrire pour nous encourager, pour exprimer un désir, une opinion. Vos lettres sont les bienvenues et nous nous efforçons de répondre à tous les messages, individuellement ou par la voie du journal. Ce courrier nous apporte la preuve que nous ne travaillons pas dans le vide et que nos efforts en vue de l'amélioration de notre revue sont appréciés.

Mais, ensemble, vous et nous, pourrions aller un peu plus loin, dépasser le stade des compliments (qui font toujours plaisir!) et des simples critiques (peu nombreuses, il est vrai, mais utiles si elles sont positives). Le journal «Aînés» qui est dans sa 10<sup>e</sup> année d'existence, est votre journal. Vous nous dites l'attendre chaque mois avec impatience. Mais correspond-il vraiment à ce que vous souhaitez? Peut-être avez-vous un désir à formuler. Par exemple: davantage d'humour, de bricolages; des jeux différents, du jardinage, etc... Alors n'hésitez pas à nous le faire savoir; nous étudierons vos idées et, le cas échéant, ferons diligence pour répondre à votre désir, à condition, bien sûr, que ce désir ne soit pas trop personnel... Désirez-vous voir s'ouvrir une nouvelle rubrique, et si oui, laquelle? Nous avons la chance de pouvoir compter sur des collaborateurs enthousiastes et dévoués qui joindront leurs efforts aux nôtres pour vous donner satisfaction dans toute la mesure du possible. Tenez, une idée de rubrique nouvelle: une «Lettre du mois». Une lettre émanant de vous, porteuse d'une idée originale, que nous publierions en bonne place. Cette rubrique contribuerait à resserrer nos liens, à lancer de nouveaux ponts entre nos 21 000 abonnés et nous-mêmes. Essayons avec votre aide de donner encore plus de vie à «Aînés», une vie qui ne pourra qu'ajouter au rayonnement de votre mensuel.

Nous nous ferons un plaisir d'envoyer une petite récompense à l'auteur de la meilleure lettre, ce qui est légitime puisque ce correspondant contribuera personnellement à la vie du journal, à son dosage harmonieux et à la diversité, voire à l'amélioration de ses rubriques.

AÎNÉS

Administration  
Yves Debraine

Rédaction  
Georges Gygax

Secrétariat  
Isabelle Capt

Editeur  
Société coopérative «Aînés»  
Président:  
Claude Badel, Lausanne  
Vice-président:  
François-Xavier Charles  
Genève

Imprimeur  
Presses Centrales Lausanne S.A.

#### Régie des annonces

Pour la Suisse romande:  
Annonces Suisses S.A., «ASSA»  
Place Bel-Air 2, 1002 Lausanne  
Téléphone 021/20 29 31

Pour la Suisse allemande et le Tessin:  
Media-Agentur, Rolf Müller  
Case postale 371, 8027 Zurich  
Téléphone 01/202 33 93/94

Comité de fondation  
Dr L.-M. Bircher  
Claude Badel  
Marc Guignard  
† Bernard Peitrequin

Abonnements  
Fr. 20.— par année  
Etranger Fr. 24.—

Toute reproduction  
de textes  
ou photos  
interdite  
sans  
accord  
préalable  
avec  
la Rédaction