

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 12 (1982)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Oikoumene : le droit à l'erreur... et ses limites

### **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>**

## Gym des aînés à domicile

Louis Perrochon



## Juillet-août

*La marche, pour les anciens, est le sport indiqué, à faire tous les matins pour se fortifier.*

### Articulation des jambes

#### Debout

**243.** Marcher en cercle à gauche (petit cercle) en faisant des petits pas rompus en avant, bras gauche en avant, bras droit de côté. (Pas rompus: poser le pied gauche en avant, rassembler le pied droit contre le talon gauche, poser le pied gauche en avant et continuer.)

**244.** Marcher sur les talons, bras de côté (équilibre!).

### Articulation des hanches

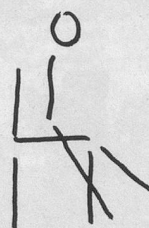
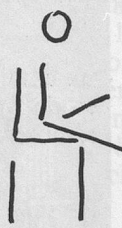
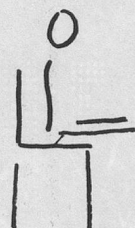
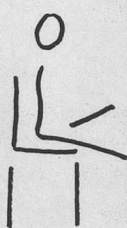
#### Assis

**245 a)** Pédales en avant avec la jambe gauche (10 fois), idem à droite.

**245 b)** Pédales en arrière avec la jambe gauche (10 fois), idem à droite.



**246.** Jambes écartées, les lever, les serrer, les écarter, les baisser (1-2-3-4).



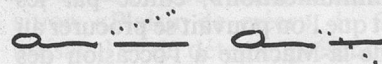
### Exercices au sol

#### Sur le dos

**247.** Jambes fléchies: écarter la jambe gauche de côté, la ramener à la position fléchie, idem à droite.



**248.** Jambes allongées sur le sol: écarter la jambe gauche de côté, la passer sur la jambe droite, l'écarter à gauche de côté, la serrer.



### Petite balle

#### Assis ou debout

**249.** Bras tendus en avant: presser la balle, main gauche dessus, mais droite dessous, idem inversement.

**250.** Dribbler 20 fois.

Respirer profondément.

# Le droit à l'erreur...

## et ses limites

Tout humain doit être mis au bénéfice du droit à l'erreur. Le proverbe ne dit-il pas que l'erreur est humaine? En soi, il n'y a rien là de dramatique. L'homme étant un être en devenir, on voit mal comment il lui serait possible de ne jamais se tromper, de ne jamais se fourvoyer sur des chemins de traverse.

Pourtant, il est des erreurs qui peuvent être dramatiques, que la responsabilité de son auteur soit réellement engagée ou pas. Ainsi en est-il de l'erreur d'appréciation commise par un conducteur de voiture, dont on sait quelles conséquences graves elle peut engendrer. Et l'on devine tout de suite que l'on ne pourra mettre cette erreur sur le même pied selon qu'elle a été commise en raison d'une trop forte dose d'alcool absorbée, du fait d'une conduite imprudente, ou tout simplement parce que le conducteur a été surpris par une situation inattendue et que sa réaction fut malheureuse.

Mais il y a plus grave encore: les multiples conflits qui éclatent ou couvent un peu partout dans le monde ne sont-ils pas le fruit, à chaque coup, d'erreurs d'appréciation? Et la pauvreté de tant de millions d'êtres humains n'est-elle pas elle aussi le résultat d'estimations totalement fausses quant au fonctionnement de l'économie?

A ce niveau-là, les erreurs font mal, terriblement mal. Et il est un moment où elles deviennent impardonnables. En effet, on peut très bien comprendre et accepter que les hommes se trompent lorsqu'ils se lancent dans de nouvelles aventures, sur des terrains encore inconnus d'eux, lorsqu'ils tentent d'inventer quelque chose de neuf. Là, malgré la nécessaire prudence, l'erreur est inévitable en même temps qu'utile. Elle fait partie de ces tirs de réglage qui permettent ensuite d'atteindre le but. Elle devient source d'une expérience enrichissante.

Mais ce qui est agaçant, insupportable et tout simplement très triste, c'est de voir les hommes retomber sans cesse dans les mêmes erreurs malgré toutes



## Message

les expériences du passé. Comment expliquer ces erreurs-là, sinon par un défaut de mémoire de la communauté humaine? Comment ne pas s'énervier devant tant de stupidité entêtée? L'énervement toutefois ne conduit à rien. Cherchons plutôt le remède! Ce remède ne se trouverait-il pas dans un enseignement rénové, vivant, situé à une place centrale dans les études, de l'histoire? Non pas d'une «histoire-batailles», où l'exercice essentiel se réduirait à mémoriser des listes de dates, de lieux et de noms, mais une histoire méditée, qui permettrait à chacun de mieux comprendre son passé, ses racines, et donc aussi son présent, et même encore son futur (la direction dans laquelle il marche). S'il n'est pas toujours facile de savoir où l'on va, il est du moins possible de savoir d'où l'on vient. Négliger cette possibilité, c'est se condamner à l'imbécillité endémique. Permettons-nous de rêver au jour où l'histoire sera une branche principale à l'école, le lieu d'une école de vie (sans nier la nécessité de l'expérience)! Et rêvons plus encore du moment où cette histoire sera comprise comme celle de la rencontre de Dieu et des hommes!

Abbé Jean-Paul de Sury

## Nos vacances

Comme l'an passé, «Aînés» fermera ses bureaux du lundi 21 juin au lundi 12 juillet 1982. Le 12 juillet, administration, rédaction et secrétariat seront de nouveau à votre disposition, chaque matin, jusqu'à 11 h. 30. A tous nos lecteurs, nous souhaitons d'heureuses et paisibles vacances ensoleillées.

# En collaboration avec «Aînés»

26 septembre/1<sup>er</sup> octobre

## Au fil du Rhône...

Du Léman à la Méditerranée!

la proposition que

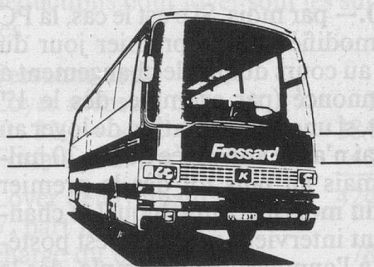
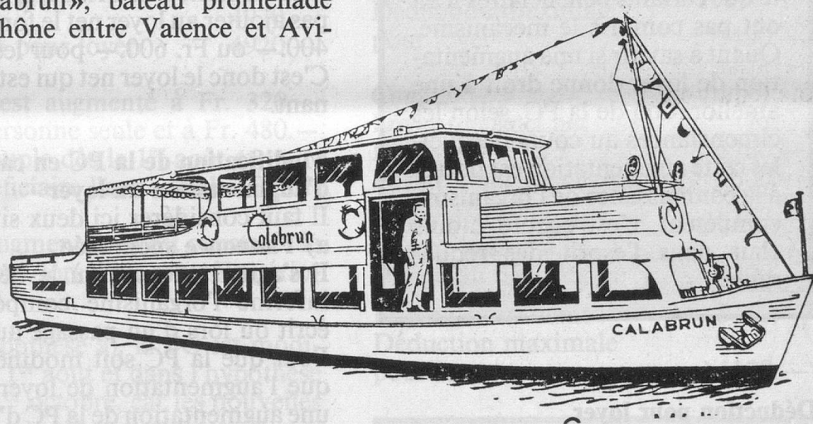


**Wagons-lits Tourisme**  
Premier Réseau Mondial du Voyage

vous fait  
pour le début de l'automne prochain!

Circuit attrayant de 6 jours le long du Rhône, avec étapes (logement) à Lyon, Valence, et Arles pendant 3 nuits.

Inédit et attrayant: une journée à bord du «Calabrun», bateau promenade sur le Rhône entre Valence et Avignon!



Fr. 780. — par personne,  
Fr. 130. — pour ch. ind.  
Absolument tout compris!

Car grand confort Frossard, hôtels 3 étoiles, tous les repas, l'accompagnement depuis la Suisse, les visites, la promenade en bateau, etc.

Demandez le programme détaillé ou inscrivez-vous au moyen du bulletin d'adhésion ci-joint, à retourner à Wagons-Lits Tourisme  
Gare CFF  
1003 Lausanne, (021) 20 72 08.

Nom \_\_\_\_\_  
Prénom \_\_\_\_\_  
Rue \_\_\_\_\_  
NP/Localité \_\_\_\_\_  
Tél. \_\_\_\_\_

\* Vous prie d'inscrire \_\_\_\_\_ personne(s) pour le circuit «Au fil du Rhône» du 26 septembre au 1<sup>er</sup> octobre 1982.

\* Vous prie de lui adresser le programme détaillé du circuit «Au fil du Rhône».

\* Biffer la mention inutile, SVP, merci.