

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 12 (1982)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Pro Senectute : 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:** 17.01.2026

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

# PRO Pour la Vieillesse SENECTUTE

## 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**, 7, rue des Tonneliers (027) 22 07 41

## Secrétariat central de Zurich

### Jean-Louis Delacour, secrétaire romand

En 1977, la Fondation pour la Vieillesse Pro Senectute dont le secrétariat central est à Zurich, annonçait l'entrée en fonctions de son premier secrétaire romand, Jean-Paul Coquoz. Trois années plus tard, appelé à d'autres activités, celui-ci quittait son poste et était remplacé par le Vaudois Jean-Louis Delacour. Le nouveau secrétaire romand sut immédiatement, en raison de ses activités précédentes, s'adapter à la mission qui lui était confiée. Il nous a paru intéressant de le présenter aux lecteurs des pages Pro Senectute d'«Aînés».

Jean-Louis Delacour, 45 ans, a parmi d'autres, une qualité qui en fait l'ambassadeur rêvé du comité central de Zurich en Suisse romande: l'optimisme, un optimisme souriant. Les contacts sont avec lui des plus aisés et agréables. Il est né en 1936 à Corcelles-Payerne dans une famille de modestes agriculteurs. Ses classes terminées, il fait un apprentissage de banque et un stage de 3 années en Suisse allemande avant de retrouver Payerne où son activité bancaire se poursuit. En 1962, grand virage: il passe de la banque aux services hospitaliers et est nommé à la direction de l'Hôpital de Payerne. Il y restera 14 années et aura la chance de participer activement à la construction et la mise en route du nouvel hôpital. Il est par la suite appelé à diriger une grande clinique de Lausanne, puis un hôpital, privé lui aussi, à Meyrin-Genève, établissement bientôt acheté par les Américains. En septembre 1980 il accède aux responsabilités de secrétaire romand attaché au comité central de Pro Senectute, une activité qu'il assume depuis lors avec autant de distinction que de compétence. Son rôle, au sein de la Fondation pour la Vieillesse, il le définit en quelques phrases lapidaires: «Il s'agit principa-

lement d'un travail de coordination avec les centres d'information romands. Cela exige une écoute permanente et beaucoup de disponibilité. Je m'efforce de défendre les intérêts du comité central auprès des centres cantonaux, et ceux des centres auprès du comité central. Somme toute, je suis une sorte d'ambassadeur-négociateur... C'est une tâche passionnante. Non seulement chaque canton a sa propre personnalité, mais au sein de chaque Etat cantonal les besoins et l'ambiance changent d'une ville à l'autre. J'entretiens aussi des relations suivies avec la radio et la TV romandes.»

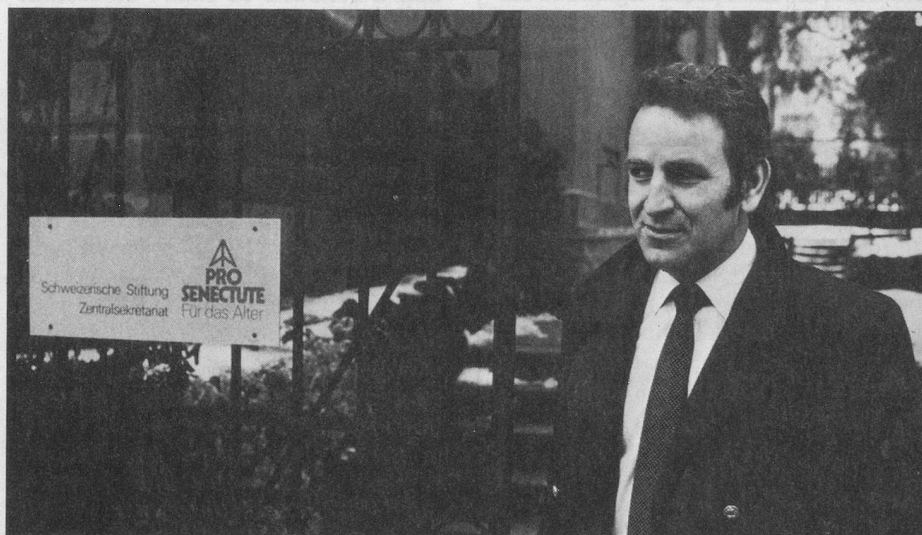
— Quel est l'aspect le plus intéressant de vos fonctions et dans le cadre de celles-ci, quelle est votre préoccupation principale?

— Les contacts avec les centres cantonaux constituent l'aspect le plus passionnant de mon travail. Ma préoccupation majeure, elle, tient en une constatation: la Fondation est encore trop peu connue en Suisse. Les personnes

qui ignorent jusqu'à son existence ne sont pas rares. Il y a là un gros travail d'information à promouvoir avec l'aide des médias. J'ajoute que tout ce qui gravite autour des personnes âgées m'intéresse. Dans ce domaine j'estime pour ma part que les aînés sont souvent trop maternés. Il importe de leur laisser plus de responsabilités et de faire appel à leur initiative.

— Comment voyez-vous l'avenir de Pro Senectute?

— Je crois beaucoup plus à l'aide privée à la vieillesse, celle de Pro Senectute notamment, qu'aux aides officielles. Mais il faut que nous nous décarcassions pour quadriller le territoire afin de disposer d'une meilleure information dans l'intérêt général, celui des isolés et des vrais pauvres en particulier. Nous devons continuer de prouver à la Confédération que nous sommes utiles et qu'on a besoin de nos services. La nouvelle ligne du «Cahier des objectifs 1981» de Pro Senectute est pleine d'espoir. Il faut inciter les centres cantonaux à une réflexion ap-





profondie sur les besoins de la vieillesse dans leur région. Il faut travailler à promouvoir une aide toujours plus dynamique.

— L'autonomie des centres d'information cantonaux vous paraît-elle judicieuse?

— Impossible de faire du bon travail sans cette autonomie! C'est là une des forces de la Fondation. En raison des profondes différences d'un canton à l'autre, l'aide à la vieillesse ne peut être placée sous une direction unique. L'autonomie est indispensable.

— En tant que secrétaire romand, vous assumez un rôle qui est le «prolongement» pour la Suisse romande, du Secrétariat central de Zurich. Or, l'information vous préoccupe. Elle doit être plus poussée puisque la Fondation Pro Senectute n'est pas encore connue de tous...

— Les centres cantonaux devraient, afin d'améliorer, d'approfondir l'information, entretenir des contacts plus directs et réguliers avec les médias. Et plus on développera les prestations qualitativement, plus on se fera connaître. Je souhaite des prises de position très nettes dans la politique sociale générale. Nous ne voulons absolument pas être à la remorque... C'est là une des préoccupations majeures du comité central, et le cahier des objectifs 1981 est éloquent à cet égard...

—g—

## Pour les aînés de langue allemande

Notre confrère «Zeitlupe» édité à Zurich par Pro Senectute, est une mine de renseignements utiles destinés aux personnes âgées de langue allemande. Un numéro spécimen leur sera volontiers adressé, sur simple demande à: **Rédaction «Zeitlupe», Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zurich.**



## VAUD

# La natation activité physique bienfaisante



L'arrivée à l'âge de la retraite représente pour chacun une réduction d'activité physique et mentale. C'est le moment, toutefois, de maintenir le capital de santé acquis pendant la vie active. Les relations de cette dernière se restreignent, la vie en société s'estompe, pourtant, pour la personne âgée, une vie de contacts reste indispensable.

Aussi, les groupements pour personnes âgées sont-ils là pour aider à passer le cap du 3<sup>e</sup> âge. Dans le canton de Vaud, la Fédération vaudoise de gymnastique, natation et sport est faite pour vous maintenir dans une activité physique à l'âge de l'AVS.

Parlons de la natation, complément utile à toute activité physique. Dans notre canton, un comité actif veille à vous fournir une activité bénéfique pour vos articulations et vos centres moteurs.

Le mouvement pour la natation a pris naissance dans les années 1968-69, à Lausanne, à la buanderie Haldimand. Puis, par la création de piscines communales, ce mouvement prit forme en 1972 sous l'experte direction de M. Louis Perrochon, alors inspecteur cantonal de gymnastique. Un premier cours pour la formation de responsables eut lieu à la piscine de Mon-Repos, à Lausanne, groupant 24 participants représentant 12 groupes organisés. Actuellement, la Fédération vaudoise de natation rassemble 35 groupes régionaux ou locaux placés

sous la responsabilité de moniteurs formés dans des cours cantonaux et fédéraux obligatoires.

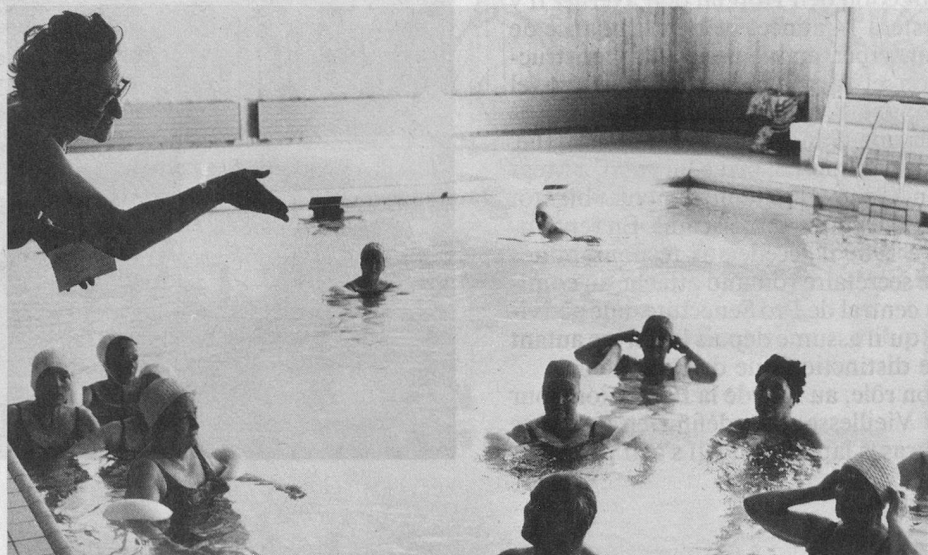
La natation pratiquée dans nos groupes, à raison d'une leçon par semaine, s'adapte à toute personne en âge d'AVS ou plus jeune, selon avis médical. Nageurs ou non-nageurs trouvent dans les exercices enseignés durant 20 à 30 minutes, une détente salutaire et une satisfaction personnelle dans une ambiance régénératrice.

Grâce à la compréhension des dirigeants de localités possédant des piscines et surtout grâce au dévouement et au bénévolat des responsables — monitrices et moniteurs — capables, tous les participants et participantes sont assurés d'un enseignement conforme au 3<sup>e</sup> âge et en toute sécurité.

La natation pour personnes âgées est vivement recommandée par le corps médical. Chacune et chacun, sans être des adeptes d'une natation de style, trouveront dans les leçons joie et santé.

Renseignez-vous auprès des piscines et des groupes de notre fédération, ou à notre secrétariat administratif à Pro Senectute Vaud, tél. 021/36 17 21, à Lausanne, ou au responsable, tél. 021/33 00 77. L'essentiel n'est pas de nager, mais de profiter au maximum d'un élément naturel qui n'est pas familier pour tous. Alors venez nager avec nous!

Robert Prahin



## Isolés de Lausanne et environs:

### Le Cotterd vous attend!

Oui, et il vous attend avec infiniment d'amitié, ce qui vous permettra de vous y sentir heureux comme poisson dans l'eau. Le Cotterd, place Chauderon 5, Lausanne (tél. 23 80 22) est un centre de loisirs ouvert chaque après-midi de la semaine, dimanche excepté. Vous avez bien lu: chaque après-midi! Peu de centres de ce genre, en Suisse, peuvent se targuer d'une telle disponibilité. Mais qu'est au juste ce centre où une charmante hôtesse, Mme Pierrette Binggeli, assume l'accueil et l'animation avec une constante gentillesse qui se traduit par un irrésistible sourire? Nous l'avons dit: le Cotterd est un centre de loisirs situé au cœur de la ville, à proximité immédiate des bus. Un ascenseur transporte au 1<sup>er</sup> étage, et dès l'entrée on sent que l'ambiance régnant en ces lieux est pétrie d'amitié et de chaleur humaine. Deux grandes salles bien aménagées sont à disposition des personnes âgées souffrant d'isolement. Jeux divers, bricolage, discussions, réunissent chaque jour 20, 25 personnes parmi lesquelles quelques habitués qui ne renonceraient pour rien au monde à leur cher

Cotterd, à la fois famille et amicale. Pas de statuts, pas de président, pas de caissier: la liberté! Et pas de cotisations: une crousille déposée à l'entrée permet d'acheter le thé, les biscuits et le bouquet destiné aux malades.

Tous les 15 jours, un repas simple est confectionné sur place. Et tous les 15 jours dans le cadre du service des loisirs de Pro Senectute, une animation s'installe: films, conférences, diapos. Les personnes âgées elles-mêmes décident et choisissent. En été, Le Cotterd organise des excursions ou une broche en plein air. Tous ces éléments d'animation, pris en charge par Pro Senectute Vaud concourent au succès de ce centre toujours prêt à accueillir de nouveaux amis. A noter que la «concierge en or» de l'immeuble, Mme Marie-Jeanne Gagnebin, participe elle aussi au succès en confectionnant de merveilleux potages et en rendant nombre de services.

Venue des «repas chauds» où elle se dépensa avec conviction, Mme Pierrette Binggeli est, depuis 10 ans, une fidèle collaboratrice de Pro Senectute Vaud qui a repris la gestion du Cotterd en 1980. La commune de Lausanne et Pro Senectute assument les frais de loyer, de mobilier, d'atelier. Ceci dit, le Cotterd pratique l'autogestion avec bonheur.

Avant d'être repris par Pro Senectute, Le Cotterd était une salle de lecture pour personnes âgées de condition modeste, créée par M. et Mme Menoud.

Alors, aînés qui souffrez de solitude, rendez-vous au Cotterd où l'accueil le plus sympathique vous est promis. La preuve? On y vient de toute la région lausannoise, même de Vevey! —g—

### Va et redécouvre ton pays

Mars nous ramène le printemps et, avec lui, le nouveau programme 1982 de la Commission de Pro Senectute-Vaud «Va et redécouvre ton pays» qui, comme chaque année, propose aux clubs d'aînés des excursions, manifestations et séjours de détente variés, inédits et toujours fort plaisants!

Chacun a la possibilité de se procurer ce programme en écrivant à Pro Senectute-Vaud, case postale 73, 1000 Lausanne 9, en passant à son secrétariat au Maupas 51, au 2<sup>e</sup> étage, ou en téléphonant au 021/36 17 21.

Voyons ce qu'on nous propose dans l'immédiat:

une visite à l'Exposition suisse d'orchidées au Palais de Beaulieu à Lausanne, les 4 et 5 mars 1982;

un spectacle donné par «Le Barbutzet», groupe folklorique du Gros-de-Vaud, au Château d'Echallens, avec goûter vaudois, les après-midi des samedi ou dimanche 24 et 25 avril. Délai d'inscription 31 mars 1982;

une visite de la chocolaterie Cailler à Broc, avec goûter gruérien dans un restaurant au bord du lac de Gruyère, les 4, 5, 6, 11, 12 ou 13 mai 1982. Délai d'inscription 31 mars 1982.

Trois propositions sympathiques et attrayantes. Il y en aura d'autres les mois à venir... Mais ne tardez pas à vous inscrire, à Pro Senectute, à l'adresse ci-dessus, si l'une ou l'autre de ces sorties — ou les 3 pourquoi pas? — vous tente.

## NEUCHÂTEL

### Flash neuchâtelois

Viendrez-vous avec nous sous des cieux plus cléments? Comme toujours nos séjours seront animés par une ou plusieurs bénévoles.

Nos propositions «82» s'adressent aux amateurs de détente et de dépaysement, aux handicapés, aux marcheurs aimant l'ambiance colonies de vacances. L'éventail est plus vaste que les années précédentes. Le nombre de places pour chaque séjour est limité. Si vous avez envie de venir avec nous, hâtez votre décision.

**Caslano (TI):** Hôtel Cà-Mimosa, ce centre de villégiature situé au pied du Monte-Sassallo, près du lac de Lugano, offre des possibilités de détente et de promenades faciles. Séjour du samedi 19 juin au samedi 26 juin 1982.

**Prix:** Fr. 390.— par personne en chambre à 2 lits. Ce prix comprend: pension complète, transport en car Lugano-Caslano aller-retour, une excursion en car ou en bateau, animation, assurance accidents, accompagnement d'une responsable.

Chacun prend son billet CFF aller-retour jusqu'à Lugano, mais le voyage se fera en groupe.

**Cartigny (GE):** En pleine campagne genevoise, le Centre de Cartigny offre les avantages de la plaine, la proximité d'une grande ville, le confort et la tranquillité. Séjour du lundi 23 août au mardi 31 août 1982.

**Prix:** Fr. 390.— par personne en chambre à 2 lits (supplément de Fr. 60.— pour chambre à 1 lit). Ce prix comprend: pension complète, transport en car Genève-Cartigny aller-retour, une excursion en car, animation, assurance accidents, accompagnement d'une responsable.

Chacun prend son billet CFF aller-retour jusqu'à Genève, mais le voyage se fera en groupe.

**Le Maillon** Les Chevalleyres-sur-Blo-nay: cette maison conçue pour les handicapés est perchée au-dessus de Vevey. Son architecture fonctionnelle ré-



pond aux exigences du handicapé. Des infirmières, monitrices de gymnastique, animatrices sont à disposition. Séjour du lundi 28 juin au samedi 10 juillet 1982.

**Prix:** Fr. 630.— par personne en chambre à 2 lits. Ce prix comprend: pension complète, soins infirmiers, animation, gymnastique, les régimes, si nécessaire. Les déplacements seront étudiés individuellement.

**Important:** la question financière ne doit empêcher personne de participer à l'un de ces séjours. Chaque cas sera étudié en toute discrétion.

## Vacances pédestres

**Les Arveyes-sur-Villars (VD), «La Clairière».** Du lundi 7 au vendredi 1<sup>er</sup> juin 1982, du lundi 6 au vendredi 10 septembre 1982. Chambres à 2, 3 et 4 lits. Ambiance chalet et colonies de vacances! Si vous êtes en pleine forme, si vous aimez la marche, vous aurez du plaisir à vivre en communauté.

**Prix:** Fr. 170.— par personne, pour toutes les chambres. Ce prix comprend pension complète, animation, monitrices de gymnastique, assurance accidents. Chacun prend son billet CFF aller-retour, mais les voyages se feront en groupe. Pour tous renseignements au sujet de nos propositions vacances, vous pouvez passer nous voir ou téléphoner à Pro Senectute Neuchâtel, Parcs 15, tél. 038/24 56 56; Pro Senectute La Chaux-de-Fonds, Parc 27, tél. 039/23 20 20.

## ▲ JURA BERNOIS

## De l'importance de l'animation dans les maisons de repos

Animer une maison de retraite pour personnes âgées n'est pas toujours chose aisée. D'autant moins lorsque la majorité des pensionnaires sont plus proches de 80 voire de 90 que de 70 ans et ont souvent de la peine à se déplacer, même à se mouvoir.

«La Colline», maison de repos du district de Moutier, dirigée avec compétence par M<sup>lle</sup> Gabrielle Chautems, a la chance de pouvoir compter en la matière, sur une personne d'élite, M<sup>me</sup>

Madeleine Gobat qui y fait un stage dans le cadre de sa formation diaconale.

En la voyant à l'œuvre, on comprend bien vite les qualités essentielles qui doivent être siennes dans la tâche qu'elle poursuit: patience et dévouement, amour du prochain et oubli de soi.

Le 1<sup>er</sup> janvier, j'ai eu le plaisir d'assister à une petite fête organisée à «La Colline» par le personnel de l'établissement qui avait mis beaucoup d'enthousiasme pour apporter aux pensionnaires un peu de gaieté, mettre de la diversion dans ces journées qui se ressemblent étonnamment par leur monotonie... pour faire de ce Nouvel-An une journée à part. Sur les visages on voyait renaître les sourires. N'était-ce pas là la juste récompense de tant de bonne volonté?

A 15 heures, tout le monde avait pris place dans la salle à manger aux larges baies vitrées offrant un beau paysage de neige. Au programme, un loto, prétexte à de petits cadeaux pour les pensionnaires. L'une des collaboratrices de la maison, M<sup>lle</sup> Monique Rod, avait mis toute la vigueur de sa jeunesse à se procurer des lots. Ils furent si nombreux que chacun reçut 2 ou 3 objets. Devant la réserve inépuisable, on projeta de «remettre ça» ultérieurement.

Bombes, masque, lunettes, moustaches, coiffures, petite collation avec «champagne» non alcoolisé, panettone et cakes «home made», accordéonistes — deux championnes suisses junior venues bénévolement — et même, s'il vous plaît, un danseur mondain, en l'occurrence l'époux d'une aide de cuisine! L'ambiance ne tarda pas à être chaleureuse. Et quelques pensionnaires — oubliant leurs maux l'espace d'un moment, allèrent de leurs petites productions: une dame qui ne peut quasiment plus marcher tenta quelques pas de danse, les traits illuminés par cette performance; un monsieur tout guilleret, accompagné à l'accordéon, se mit à chanter un air de «troufion», scandant le rythme de sa canne. Une autre dame, se remémorant son adolescence, déclama sans aucune bavure un petit poème de son cru de jeune fille de pensionnat.

Un tel élan de joie prouve, si besoin est, l'importance de l'animation dans ce genre de maison. Et en voyant tous ces collaborateurs qui auraient dû vivre ce Nouvel-An en famille, mettre tant d'ardeur à apporter un peu de lumière autour d'eux, à ceux qui sont moins favorisés, on comprend ce que signifie le terme «vocation».

Jacqueline Mayor

## ▲ BIENNE

## Pro Senectute présente...

Aînés 11/81 vous signalait la parution d'un «Guide pratique pour personnes âgées». Cette publication a un tel succès que nous vous la présentons. M. Hotz reçoit des demandes de toute la Suisse, même du fin fond des Grisons!

Il s'agit d'une brochure de 16 pages, qui peut servir de modèle, mais ne peut être employée hors de Bienne. Une introduction et des dessins amusants font: que même la rubrique «décès» peut être consultée avec le sourire. Un premier tirage de 6000 exemplaires a eu lieu; 4000 en allemand, 2000 en français, toujours ce bilinguisme biennois! Une paroisse en a demandé 600 ex. Les rubriques sont au nombre de sept:

1. Conseils, assistance, aide financière;
2. Questions relatives à la sécurité sociale;
3. Problèmes de logement;
4. Services spéciaux en faveur du 3<sup>e</sup> âge;
5. Loisirs;
6. Renseignements juridiques;
7. Décès.

Ces rubriques comportent des sous-titres avec indications utiles. Aux «Loisirs», chiffre 5, nous apprenons que nous pouvons aller nager en piscine tous les mercredis après-midi — Pro Senectute vous offre gratuitement cette brochure. — Nous vous répétons ce que nous écrivions en novembre 1981: «Ça vaut la peine de monter au 4<sup>e</sup>, rue du Collège 8, avec l'ascenseur.»

E. H.

## Au prochain numéro...

En raison des délais de bouclage qui nous sont impartis, nous devons renvoyer au prochain numéro le compte rendu de l'assemblée annuelle de la FVCA qui a eu lieu le 1<sup>er</sup> février à Bussigny, assemblée au cours de laquelle MM. Gilbert Sandoz, chef du Service de prévoyance et d'aide sociales de l'Etat de Vaud, et René Quenon, du Service d'aide et conseil de Pro Senectute Vaud, ont présenté de fort intéressants exposés.