

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 13 (1983)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** [Impressum]

#### 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:** 20.01.2026

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

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

## SOMMAIRE

## EN GUISE D'ÉDITORIAL

# J'ai 93 ans

A 100 ans	
elle change de voiture	5
Musiciens sur la sellette	6
Plumes et poils	7
J'ai rencontré un homme heureux	9
Deux fêtes à vivre pleinement	10
Les conseils du médecin	11
Récits et nouvelles	12
Exposition Ionesco	13
Paris au fil du temps	14
SOS consommateurs	16
Votre argent, questions-réponses	17
Amélie: baisse de prix	19
Les assurances sociales	20
Genève, vie sociale: UNI 3	22
Les jeux d'«Aînés»	24
Notre page de mots croisés	27
Les pages Pro Senectute	29
Chronique du MDA	34
Gym des aînés à domicile	38
Courrier des lecteurs	40
Travaux à l'aiguille, recettes, humour...	

**Depuis 93 ans mon sang circule dans mes veines; mon cœur, sans arrêt, lui donne l'impulsion nécessaire. Quelle montre, même la plus perfectionnée, pourrait-elle assurer ce tic-tac pendant tant d'années ?**

**Depuis 93 ans, les articulations de mes mains ont fait des millions de gestes; celles de mes jambes ont fait des millions de pas. Quelle machine pourrait avoir de tels rouages ?**

**Depuis 93 ans, mon cerveau enregistre et catalogue des millions de mots, d'informations sur les peuples, les civilisations, l'histoire, la géographie, le cosmos, les sciences, les arts, de l'infiniment grand à l'infiniment petit, et se**

tient prêt à me les restituer à tout moment; sans parler des souvenirs d'enfance, des émotions, des sympathies ou des antipathies, des rapports entre les êtres et les choses, réseau inextricable de faits dont les fils mystérieux ne s'embrouillent pas. Quelle centrale téléphonique pourrait être comparée à ce que recèle ma petite boîte crânienne ?

C'est tout cela qui fait que je suis, que j'existe, que je possède la vie, l'inconcevable, l'insondable, la merveilleuse Vie, celle qui se projettera, selon la croyance de bien des humains, jusque dans la vie éternelle.

G. Capek, Lausanne

\* \* \*

**Ce beau texte est dû à la plume de Mlle G. Capek, à Lausanne, une charmante demoiselle qui, parmi ses hobbies, pratique celui de l'écriture avec un remarquable talent. «Aînés» a précédemment publié quelques-uns de ses récits pleins de cœur et de fantaisie.**

**C'est à l'occasion de son 93<sup>e</sup> anniversaire — nos chaleureuses félicitations ! — que Mlle Capek nous a envoyé cet émouvant témoignage émanant d'une personne qui, en dépit de l'accumulation des années et des épreuves, a gardé**

un moral extraordinaire et une merveilleuse fraîcheur d'esprit. Ce message, nous l'avions d'abord destiné à la page du Courrier des lecteurs. Mais, le relisant, nous avons décidé de lui donner le plus de chances d'être apprécié en lui réservant une place d'honneur, celle de l'éditorial. Nous sommes persuadés que sa lecture fera du bien à beaucoup de personnes âgées.

**Merci à Mlle Capek, et que sa 94<sup>e</sup> année soit pleine de satisfactions, de joie et de santé.**

AÎNÉS

**Administration**  
Yves Debraine

**Rédaction**  
Georges Gygax

**Secrétariat**  
Isabelle Capt

**Editeur**

Société coopérative «Aînés»

Président:

Claude Badel, Romanel

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

Tél. 021/20 29 31

Pour la Suisse allemande et le Tessin:

Media-Agentur, Rolf Müller

Case postale 371, 8027 Zürich

Téléphone 01/202 33 93/94

**Comité de fondation**

Dr L.-M. Bircher

Claude Badel

Marc Guignard

† Bernard Peitrequin

**Abonnements**

Fr. 23.— par année

Etranger Fr. 27.—

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