

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 15 (1985)  
**Heft:** 9

## **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:** 24.01.2026

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

La chapelle de Monban	5
Des auteurs, des livres	6
Qui s'y frotte s'y pique	7
Paris au fil du temps	9
Le mois des boutures	11
Dernières nouvelles médicales	13
Message œcuménique	15
Les Musées de Romandie	16
SOS consommateurs	19
Gym 3 à domicile	21
Les mots croisés	22
Les coups de cœur de Colette	25
Les assurances sociales	26
Université 3 <sup>e</sup> âge	27
Les pages Pro Senectute	29
Le Mouvement des Aînés	34
Radio TV	37
Petites annonces classées	38
Aînées: de bric et de broc	40

Tirage: 22 500 exemplaires

#### Légende de la 1<sup>re</sup> page:

A 2000 m. d'altitude un restaurant creusé dans le rocher. (Photo MOB)

## De Louis Perrochon à Henri Girod

Pas facile de remplacer un spécialiste chevronné de la «Gym 3<sup>e</sup> âge à domicile», auteur dans «Aînés» de chroniques vivantes et savamment dosées.

Il y a quelques mois, un grand ami de notre journal, M. Louis Perrochon, qui introduisit cette gymnastique en Suisse et qui assumait pendant plus de 4 années la rédaction de cette chronique, manifestait le désir de cesser une collaboration qui fut aussi chaleureuse qu'efficace. En raison de son âge, M. Perrochon désirait «passer le flambeau», comme on dit, et se consacrer essentiellement à sa famille et à la peinture, un art où il excelle. C'est avec un très vif regret que nous avons dû nous faire une raison... Mais il fallait le remplacer, et nos recherches s'avèrent laborieuses.

Un jour du mois de juin, un petit repas d'étudiants contemporains permit au rédacteur responsable d'«Aînés» de retrouver un de ses excellents copains d'école qu'il n'avait plus rencontré depuis 50 et quelques années: l'homme de la situation! A l'heure du café le

problème était résolu. Henri Girod acceptait de succéder à son ami Louis Perrochon. Retraité depuis près de 3 ans, domicilié à Evilard sur Biennne, Henri Girod fut, à Saint-Imier, le camarade de classe du rédacteur d'«Aînés». Il a derrière lui une belle carrière de pédagogue et de sportif. A 68 ans il en porte 10 de moins; sans doute cette jeunesse est-elle due à sa fidélité à la culture physique, la marche, la natation, l'équitation, l'alpinisme, etc., qu'il pratique avec un enthousiasme jamais en défaut.

Ancien élève de l'Ecole normale de Porrentruy, Henri Girod, sous-officier, sut communiquer sa passion du sport à ses soldats pendant le service actif. En 1943, il suivit le premier cours pour maîtres de gymnastique de l'Université de Lausanne, une formation étalée sur deux ans. Après quoi il fut nommé à Tramelan où, en plus des cours réguliers, il donna des leçons de gym supplémentaires à plusieurs classes tout en encourageant le sport féminin. En 1964 il organisa le Championnat scolaire jurassien d'athlétisme. Henri Girod fut donc un grand promoteur de la gym dans les écoles du Jura. En 1967 il fut nommé inspecteur d'éducation physique à mi-temps, et il se spécialisa au surplus dans la construction d'installations sportives, notamment à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport de Macolin. Lors de la création de trois arrondissements d'inspection, en 1972, il devint inspecteur d'éducation physique de la partie francophone du canton de Berne. Son activité se révéla bénéfique, et nombreux sont ses anciens élèves qui lui conservent amitié et reconnaissance. A noter que Mme Nell Girod, son épouse, très sportive elle aussi, fut et est pour lui une collaboratrice de premier ordre, partageant l'enthousiasme de son époux.

Tel est le nouveau chroniqueur d'«Aînés» à qui nous souhaitons la plus cordiale bienvenue au sein de notre équipe rédactionnelle. Ce numéro contient la première chronique de «Gym 3», signée Henri Girod, en page 21. AÎNÉS

# aînés

N° 9 Sept. 1985 15<sup>e</sup> année

Mensuel pour une retraite plus heureuse

**Administration et rédaction:**  
**Passage Saint-François 10**  
**1002 Lausanne**  
**téléphone 021/22 34 29**

Nos bureaux sont ouverts  
 le matin jusqu'à 11 h. 30

#### Abonnements

Fr. 29. — par année  
 Etranger Fr. 33. —

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

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  
 Téléphone 021/20 29 31

Pour la Suisse allemande et le Tessin:  
 Media-Agentur, Rolf Müller  
 Case postale 234, 8059 Zürich  
 Téléphone 01/202 33 93/94

#### Comité de fondation

D<sup>r</sup> L.-M. Bircher, Claude Badel,  
 Marc Guignard, † Bernard Peitrequin