

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

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: 16.01.2026

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

PRO SENECTUTE



Pour la Vieillesse

SECRÉTARIATS CANTONAUX:

Genève, 5, place de la Taconnerie (022) 21 04 33
Lausanne, 51, rue du Maupas (021) 36 17 21
La Chaux-de-Fonds, 53, av. L.-Robert (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

VAUD

Les cinq printemps du Centre Pierre-Mercier

La grande Fête du printemps, qui s'est en fait déroulée à l'aube de l'été, a remporté cette année un succès sans précédent au Centre Pierre-Mercier, à Lausanne.

Le temps a joué quelques mauvais tours aux organisateurs. Mais bien que confinés à l'intérieur du bel immeuble à cause de la pluie, les participants se sont trouvés réunis dans une atmosphère très familiale, et tout s'est déroulé comme prévu. A l'heure du repas, profitant d'une éclaircie, on a tout de même pu faire griller les saucisses sur la terrasse. Grandes vedettes du buffet: les pâtisseries. Plus une miette

de la cinquantaine de gâteaux et biscuits ne restait sur les tables en fin de journée!

La flûte de Voicu Vassinka, les élèves guitaristes de Marc-Antoine Calari, ainsi que la Chorale des Aînés ou les Gais Vagabonds ont été chaleureusement applaudis; mais l'événement était sans conteste le défilé de mode présenté par les aînées: tenues sportives, robes d'été, ensembles et peignoirs rivalisaient d'élégance.

Au total, ce sont plusieurs centaines de personnes qui ont passé tout ou partie de la journée au Centre, faisant honneur aux arrangements floraux, aux céramiques et aux coussins de soie, ou encore au marché aux puces animé par le «Marocain» Louis, véritable boute-en-train de la maison.

Le travail remarquable des bénévoles et la bonne humeur de chacun ont pour beaucoup contribué à une telle réussite.

M.-A. C.

Sur la terrasse de Pierre-Mercier, la Chanson de Lausanne, dirigée par M. René Spalinger (Photo Mirella Méan, Lausanne).

Fête cantonale des Chanteurs vaudois

On nous écrit:

Renouvelant leur geste de 1981, les organisateurs de cette grande fête ont invité le Chœur des Aînés de Pro Senectute à participer à cette rencontre, à Montreux, le 4 mai 1985. Ce chœur est composé des 14 chorales existant dans les principales localités du canton.

Dès l'automne, ces groupements ont entrepris l'étude des trois chœurs proposés. Deux répétitions ont réuni l'ensemble des chanteurs dans le courant d'avril à Epalinges et une ultime répétition à Montreux, l'après-midi du 4 mai.

A 16 heures, les choristes, au nombre de 350 environ, dont un quart de messieurs, occupaient le vaste podium de la halle des concerts. Sous l'experte direction de Denis Leuba, ils donnèrent les trois chœurs préparés:

1. *Départ*, de C.W. Gluck et A. Roulier. (*Mon Village, tu reposes*);
2. *Gloire à Dieu le Père*, de Franz Schubert et A. Chappuis;
3. *Tiens bon!*, une pièce nouvelle de Jean Rochat et Géo-H. Blanc.

Plusieurs journaux du canton se sont plu à relever le soin et l'enthousiasme apportés dans l'exécution de ces trois chants. Juste récompense au sérieux et au zèle ayant marqué leur préparation.

Les participants assistèrent en soirée au concert de réception et rentrèrent chez eux en emportant de cette magnifique fête le meilleur souvenir.



VAUD

Fédération vaudoise des clubs d'âinés

Quelques échos du séminaire pour les responsables de clubs

Chaque année lorsque le printemps renaît, les séminaires organisés par la Fédération suscitent un intérêt réjouissant. Leurs buts: fournir aux responsables de clubs une «nourriture» aussi variée qu'abondante destinée à les aider dans leurs activités — permettre de fructueux échanges d'expériences et d'idées entre les participants. Les liens d'amitié se nouent et la bonne humeur est résolument installée.

Nouvel-An à Locarno avec Pro Senectute

Si la solitude risque d'être votre lot en cette fin d'année 1985, ne vous résignez pas et décidez de faire la fête avec nous en vous joignant au groupe qui partira pour Locarno, le 27 décembre, pour passer Nouvel-an dans la joie et l'amitié, sous l'égide de Pro Senectute-Vaud. Un programme tout de gaieté a été mis sur pied à votre intention, animé par Pierre Tâche que beaucoup d'entre vous connaissent bien et dont certains ont déjà pu apprécier la gentillesse et le contact chaleureux.

Voici ce programme, dans les grandes lignes:

Des intervenants de qualité, ont, ces dernières années, développé des sujets aussi différents que: la ludologie (1982), l'évolution des clubs d'âinés (1983). L'audio-visuel (1984), l'alimentation au 3^e âge (1985).

Cinquante-six personnes, à Yverdon et Bussigny, se sont intéressées ce printemps aux problèmes que peut poser l'alimentation du 3^e âge.

Mme Anne Laurent, diététicienne à Yverdon, a préparé, en collaboration avec la commission «séminaires», un copieux programme.

L'alimentation de la personne âgée

Entre 40 et 70 ans, les besoins en calories diminuent. De plus, le changement d'activité qui intervient au moment de la retraite, nécessite une adaptation alimentaire. Manger moins devient presque une obligation. D'aucuns le font inconsciemment et veillent à ce qu'ils mettent dans leur assiette... et en quelle quantité; moins de calories, plus de vitamines et de sels minéraux vitaux. D'autres simplifient trop souvent le repas du soir par un pain-fromage-café au lait qui ne constitue pas un repas complet et que l'on ne peut répéter fréquemment sans dommage. «Trop et trop peu gâchent tous les jeux» dit le proverbe. Et pour la nourriture, il n'est que trop vrai.

Voici quelques phrases-clés piquées au vol lors de cet exposé fort intéressant:

plutôt que de perdre des kilos, il vaut mieux ne pas en prendre;
des capacités digestives atténuées font que l'on absorbe moins volontiers des aliments froids;
les aliments raffinés ne sont pas conseillés;
il n'est pas nécessaire de faire une cuisine longue et compliquée;
le congélateur est un allié précieux pour les gens en âge AVS: il permet de préparer des quantités plus grandes et d'avoir toujours des aliments à disposition.

La main à la pâte

Le deuxième temps fort de la matinée fut consacré à la préparation de différents plats constituant le repas de midi.

«Mais oui Mesdames.. et Messieurs! A vos marmites! Rien de tel que la pratique pour expérimenter une autre façon de cuisiner. Le menu est abondant et varié.»

Faudra-t-il manger de tout? s'inquiète une participante. De tout, un peu, oui Madame. Car le principe de ce repas est de pouvoir goûter à chaque recette.

Et l'on a tout mangé, ou presque. C'est vous dire si le contenu des plats était au goût de chacun!

L'estomac aussi léger qu'en passant à table, nous avons repris les travaux (après avoir résolu le problème de la vaisselle). Ils consistaient en une critique du repas et en l'élaboration de différents types de repas légers.

Pierre Tâche

Séjour du 27 décembre 1985 au 2 janvier 1986.

Hôtel **** «Quisisana», avec piscine, merveilleusement bien situé, calme mais tout près du centre.

Départ en car par le Gothard et retour par le Grand-Saint-Bernard.

Excursions diverses pendant le séjour: marché en Italie; Val Maggia; Lugano.

Repas de Saint-Sylvestre, avec cotillons et orchestre.

Animation et encadrement.

Prix: Fr. 689.— tout compris, sauf boissons et dépenses personnelles, en chambre double (quelques chambres à 1 lit avec supplément de Fr. 80.—).

Inscription: au plus vite, vu le nombre limité de places.

Renseignements et inscription:

Pro Senectute-Vaud, Maupas 51, 1004 Lausanne, tél. 021/36 17 21.

L'Auberge du Cheval Blanc chez Barnabé, à Servion

«La bonne auberge du Cheval Blanc, séjour aimable et troublant...» lequel d'entre vous n'a pas fredonné ce refrain, n'a pas vu, une fois au moins, cette délicieuse opérette à grand spectacle, au faste folklorique charmant et charmeur à souhait?

Elle nous revient grâce au Café-théâtre Barnabé à Servion, qui l'a mise à son programme, les 23 et 24 octobre 1985 à 19 h. 30, tout exprès pour Pro Senectute-Vaud qui vous l'offre au prix très exceptionnel de Fr. 16.— par personne, thé compris.

GENÈVE

Repas à domicile

Le rôle de la diététicienne

Dans son numéro de novembre 1984 «Aînés» vous présentait le service des repas à domicile: Hospice général, cours de Rive 12, tél. 36 31 32. Pro Senectute Genève vous propose aujourd'hui un éclairage plus particulier: celui du travail de Mlle Maryse Valmalle, diététicienne et responsable de ce service.

D'un bout de la chaîne...

C'est du choix des matières premières et de la bonne utilisation de celles-ci que dépend la qualité des repas. C'est donc déjà dans les quatre cuisines qui préparent quotidiennement les repas destinés à être livrés à domicile que commence l'activité de Mlle Maryse Valmalle.

Pour les repas de régime, confectionnés par des cuisines d'hôpitaux, elle rencontre de manière suivie les diététiciennes et les cuisiniers responsables concernés. Pour les autres repas, préparés par des cuisines privées, sa col-

laboration est encore plus poussée puisqu'elle discute du choix des produits, de l'hygiène, de la composition des menus. Le matériel de conditionnement et de transport est choisi par l'Hospice général. En outre, elle élabore les menus et met au point, avec les équipes de cuisine, différentes recettes afin de les varier au maximum.

La variété, dit Maryse Valmalle, est un aspect essentiel de la bonne alimentation, à tous les âges. Plus vous avez de diversité dans vos menus, moins vous courez de risques de carences alimentaires. La variété stimule non seulement l'appétit mais encore l'intérêt: manger un plat nouveau ou inhabituel peut être une ouverture sur d'autres formes d'alimentation. Nous avons tous tendance à nous mettre dans des «rails alimentaires». Manger au restaurant, inviter ou être invité représente une ouverture sur d'autres coutumes alimentaires. La personne âgée dispose de moins de possibilités de sortir, de recevoir, de faire des courses, elle a donc tendance à choisir les mêmes aliments et préparations. Un de nos clients déclare: «Il a fallu que j'arrive au service des repas à domicile pour avoir enfin de la variété.»

... à l'autre

Mlle Valmalle rencontre les consommateurs chaque fois qu'on lui en fait la demande. Elle reçoit dans son bureau les personnes qui peuvent se déplacer, mais elle se rend aussi à domicile. Elle répond également aux appels des familles, des services sociaux ou d'aide à domicile, des médecins, etc.

Ces entrevues sont souvent destinées à permettre aux intéressés d'intégrer dans leur alimentation quotidienne les repas livrés à domicile. En effet, ceux-ci ne couvrent pas les besoins de toute la journée et nombreux sont ceux qui veulent savoir comment les compléter pour avoir une alimentation équilibrée. Ce n'est que lorsque la personne a compris qu'une alimentation équilibrée lui permet d'être en meilleure forme qu'elle est prête à accepter les conseils et à se prendre en charge sur le plan nutritionnel.

Comme chaque situation est particulière, la diététicienne essaie d'être très disponible à toute demande, réclamation ou proposition concernant les repas normaux ou répondant à une prescription médicale.

Cet aspect du travail demande disponibilité et qualité d'écoute. La livraison des repas est un facteur important d'aide au maintien de la personne âgée à domicile. Leur qualité nutritionnelle est source d'une bonne hygiène de vie. Les travaux scientifiques récents nous démontrent qu'une alimentation adaptée et équilibrée peut prévenir des hospitalisations ou des placements.

Grâce au travail des responsables qui requiert beaucoup de capacités professionnelles doublées de qualités de contact et de disponibilité, ainsi qu'à une collaboration harmonieuse et efficace entre les différentes équipes de travail, des cuisines aux livreurs, nos aînés peuvent bénéficier quotidiennement d'un service de repas à domicile.

Bravo pour ce tour de force.

H. Maillard

Et lorsqu'on sait que les acteurs seront accompagnés du Chœur mixte de Servion (60 exécutants), du Corps de ballet du théâtre (10 danseurs et danseuses), d'un orchestre de 10 musiciens et que les costumes, les décors, la mise en scène et la réalisation sont confiés à Julio Cantal, on peut s'attendre à un spectacle de très belle tenue, pour ne pas dire somptueux!

Ne manquez pas cette occasion unique qui vous est offerte de voir ou de revoir cette merveilleuse opérette. Retenez vite votre place. Les inscriptions, dont le délai échoit le 27 septembre, seront prises en considération dans leur ordre d'arrivée... et la demande sera forte!

Inscriptions: Pro Senectute-Vaud, rue du Maupas 51, Case postale 244, 1000 Lausanne 9, tél. 021/36 17 21.

Une grande, belle fête sur le lac!

Comme chaque année, Pro Senectute, Fondation pour la Vieillesse Genève, a organisé une croisière sur le Petit-Lac l'après-midi du 19 juin 1985.

Ses invités étaient des personnes âgées, leurs parents et amis, connus de son service social, ainsi que des pensionnaires de maisons de retraite et de foyers de jour.

Rappelons que Pro Senectute - Fondation pour la Vieillesse Genève, institution privée, offre aux personnes âgées qui souhaitent rester dans leur cadre de vie le plus longtemps possible, l'appui de travailleurs sociaux formés, une aide financière occasionnelle et la mise

à disposition de divers moyens auxiliaires, en particulier des fauteuils roulants. Elle gère également un foyer de jour «Le Caroubier».

Sur deux grands bateaux de la C.G.N. environ 800 personnes étaient présentes. Pour beaucoup d'entre elles, en raison de leur âge et de leur santé, c'est souvent la seule sortie de l'année, qu'elles attendent avec impatience. C'est pour tous, un moment heureux où, nombreux sont ceux qui chantent et dansent.

Cette fête a réuni, outre les invités, l'équipe des travailleurs sociaux de Pro Senectute - Fondation pour la Vieillesse Genève, trente fidèles bénévoles, deux orchestres et deux accordéonistes qui ont, une fois de plus, contribué à faire de cette journée une réussite.

Daniel-François Ruchon
président

▲ SUISSE ROMANDE

FRFCA

M. Décorvet

succède à M. Décorvet

Eh oui, les bons présidents, faut les conserver! C'est ce qui s'est passé avant la période des vacances, le 19 juin, lors de l'assemblée générale ordinaire de la Fédération romande des fédérations de clubs d'ânés, à l'Ermitage, Yverdon. M. Louis Décorvet (Genève), qui fut l'initiateur de cette fédération romande (environ 10 000 membres), fut réélu pour deux ans par acclamations.

Animée par Jean Carrel, chef du service Loisirs de Pro Senectute Vaud, cette assemblée, les opérations statutaires liquidées, connut deux temps forts qui doivent être soulignés.

En premier lieu, la présentation d'une excellente brochure, fruit du travail et des recherches de la fédération, intitulée «Comment se déplacer au 3^e âge?», préface de Pierre Aubert, ancien conseiller d'Etat vaudois et vice-président du comité de Pro Senectute, et conclusions du professeur Jean Wertheimer, président de Pro Senectute Vaud. Il s'agit en l'occurrence d'un document utile, clair, précis, agréable à lire. Les personnes âgées y trouveront une foule de renseignements et de conseils, quel que soit le mode de se déplacer. «Ânés» en recommande la lecture. **On peut se procurer cette brochure à Pro Senectute Vaud, rue Maupas 51, Lausanne, tél. 021/36 17 21, pour le prix de Fr. 6.—.**

En second lieu, il faut signaler les intéressants exposés de M. Adalbert Jaques, président de la Fédération vaudoise des caisses maladies, et de la conseillère nationale Françoise Vannay, sur «Les caisses maladie». Un sujet de haute actualité que M. Guy Métrailler, le distingué chroniqueur social de notre mensuel a étudié à de nombreuses reprises dans nos pages. Mme Vannay aborda le sujet en précisant que parler de l'assurance maladie est d'abord parler de la santé. Coûte-t-elle trop cher?

En fait elle n'a pas de prix quand il s'agit de la conserver!

Et chacun peut y contribuer par son comportement: par une hygiène de vie qui laisse une place au mouvement et au sport, par une alimentation saine, naturelle, notamment.

Et puis, lorsqu'il s'agit de la recouvrer, ou tout bonnement de se soigner, il faudrait parvenir à maîtriser les coûts. Mme F. Vannay releva que l'assurance-maladie permet à chacun de faire face — plus ou moins bien — aux conséquences économiques de la maladie mais que les primes devraient être calculées d'après le revenu.

Puis elle développa les principes des deux initiatives déposées à ce sujet.

M. Adalbert Jaques énonça des chiffres. Au cours de ces dix dernières années, alors que l'indice des prix a progressé de 45%, les frais médico-pharmaceutiques, pris en charge par les caisses, ont augmenté de 149% et le coût moyen par assuré de 130%. La hausse considérable des soins dans notre pays — 19 milliards en 1983 — ne manque pas d'inquiéter. Une enquête, menée au préalable auprès des personnes âgées, a d'ailleurs prouvé que c'était là le premier objet de leurs préoccupations.

L'augmentation des cotisations fut le sujet vedette des discussions qui suivirent. Ces cotisations sont difficilement supportables pour un grand nombre de retraités ne vivant que de leur rente AVS, bien qu'elles puissent être allégées, sous certaines conditions, par des subsides cantonaux ou prises en charge par les prestations complémentaires.

La FRFCA, qui espère prochainement être officiellement reconnue «sous la Coupole» a décidé d'intervenir auprès des autorités pour sauvegarder les intérêts des personnes âgées dans ce secteur également.

A signaler que le préfet Groux et Mme A. Martin, conseillère municipale d'Yverdon, assistaient à l'assemblée et eurent pour la Fédération romande, née le 8 juin 1983, des paroles d'encouragement et d'amitié.

▲ FRIBOURG

Abano et Ascona

Cure pour personnes rhumatisantes, à Abano, Hôtel Excelsior

Dates: du lundi 14 au dimanche 27 octobre 1985.

Prix: Chambre à 1 lit, pension, 10 bains de boue (fangos), 10 massages, 10 bains d'ozone et 1 excursion: **Fr. 1405.—.**

Chambre à 2 lits, pension, 10 bains de boue, 10 massages, 10 bains d'ozone et 1 excursion: **Fr. 1325.—.**

Le voyage en car à Abano est compris.

Dernier délai d'inscription: 18 septembre 1985.

Séjour de fin d'année à Ascona, Hôtel Mulino

Date: du jeudi 26 décembre au samedi 4 janvier 1986.

Prix: Chambre à 2 lits et pension complète (sans boissons) **Fr. 600.—.** Supplément pour chambre à 1 lit, **Fr. 60.—.** Le nombre des chambres à 1 lit est très limité.

Dernier délai d'inscription: 9 décembre 1985.

Renseignements:

Pro Senectute-Fribourg, rue Saint-Pierre 26, 1700 Fribourg, tél. 037/22 41 53 ou 037/22 49 50.

▲ VALAIS

Cure thermique à Loèche-les-Bains

Pro Senectute-Valais organise (pour la 8^e fois) une cure thermique pour les bénéficiaires de l'AVS à Loèche-les-Bains, **du 15 au 30 octobre 1985.**

Hôtel confortable avec équipement nécessaire au traitement individuel; piscine dans l'établissement.

Chaque participant doit se mettre personnellement en rapport avec son médecin et sa caisse-maladie.

Prix du séjour selon la chambre choisie: de Fr. 1145.— à Fr. 830.—, comprenant la pension, le service à l'hôtel, sans les boissons, le transport de la gare de Sierre à l'hôtel, les services et le secrétariat d'accompagnement.

La fiche d'inscription ainsi que les renseignements complémentaires s'obtiennent auprès de la responsable du séjour: Mme Yolande Viaccoz, assistante sociale, Pro Senectute, Hôtel de Ville, case postale 431, 3960 Sierre, tél. 027/55 26 28.

Le secrétariat cantonal, rue des Tonneliers 7, 1950 Sion, tél. 027/22 07 41 renseigne également.

Délai d'inscription: 1^{er} octobre 1985.

FRIBOURG

Une bonne idée: Le passeport seniors

L'idée du *Passeport seniors* a été lancée en 1984 par le Bureau pour les questions du 3^e âge de la Fédération des coopératives Migros, sous l'appellation de «Forum, plate-forme d'âge en âge». Cette organisation a collaboré avec diverses institutions de la place de Fribourg pour réaliser quatre conférences suivies d'informations et d'échanges d'expériences. La possibilité était offerte aux participants de réaliser ensuite diverses activités en relation avec le thème de la conférence. Ces rencontres ont intéressé une cinquantaine de personnes.

Cette année le Bureau pour les questions du 3^e âge, le Groupement fribourgeois de défense des rentiers AVS/AI, le Service social protestant ainsi que Pro Senectute ont décidé de renouveler l'expérience. Un de leur principal souhait au départ était de s'adjoindre la collaboration de personnes en âge AVS. Ce dernier a été réalisé puisque deux personnes appartenant à cette catégorie d'âge participent activement à la réalisation du passeport. Cette action aura lieu de septembre 1985 à mars 1986 et se déroulera de la façon suivante. Cinq manifestations seront organisées et suivies plus tard des forums.

Les buts principaux de la manifestation sont de permettre le divertissement par de nouvelles formes d'activités et de provoquer des rencontres. Le forum quant à lui est un lieu où les gens peuvent s'exprimer sur un thème directement lié à l'activité passée, proposer des idées et par là-même influencer la mise en place du futur programme.

Le passeport sera vendu au prix de Fr. 25.—. Voici ce que nous vous offrons pour cette somme.

Manifestation: vendredi 27 septembre 1985, à 17 h., *exposition et dégustation de champignons* à la salle paroissiale de Sainte-Thérèse.

Forum: jeudi 17 octobre 1985, de 14 h. 30 à 17 h., à la salle sous le Temple, *nourriture saine* avec le concours d'une diététicienne.

Manifestation: jeudi 31 octobre 1985, de 13 h. à 18 h., *visite du Centre thermal d'Yverdon* (possibilité de se baigner).

Forum: jeudi 21 novembre 1985, de 14 h. 30 à 17 h., à la salle sous le Temple, *les soins du corps*, animation faite par un physiothérapeute.

Manifestation: jeudi 28 novembre 1985, à 14 h. 30, *visite du Home médicalisé de la Sarine*, av. Jean-Paul-II 10, à Villars-sur-Glâne.

Forum: jeudi 5 décembre 1985, de 14 h. 30 à 17 h., à la salle sous le Temple, *vivre ensemble dans un home*, avec le concours de M. Hubert Lauper, préfet du district de la Sarine, et de Mme Del'Mastro, présidente de l'Association fribourgeoise des institutions pour personnes âgées (AFIPA).

Manifestation: jeudi 30 janvier 1986, dès 14 h. 30, à la Maison du Peuple, rue des Alpes 39 à Fribourg, *musique et danse* avec le groupe de danse folklorique de Pro Senectute et M. Philippa, musicien.

Forum: jeudi 20 février 1986, de 14 h. 30 à 17 h., à la salle sous le Temple, *jeux de société*, avec le concours d'un animateur (prendre avec soi ses jeux préférés).

Manifestation: jeudi 27 février 1986, à 14 h. 30, *Chasseur d'images*. Visite des serres du Jardin botanique (prendre avec soi un appareil de photo).

Forum: Jeudi 20 mars 1986, de 14 h. 30 à 17 h., à la salle sous le Temple, *concours de photos et préparation du passeport seniors 1986/1987*.

Dans le prix du passeport sont compris 3 bons, à savoir:

1. 2 leçons de gymnastique en décembre et janvier (groupes de Pro Senectute).
2. 2 leçons de yoga à l'Ecole-Club Migros.
3. Bon d'une valeur de Fr. 3.— si vous avez envie de participer au loto du groupement de défense des rentiers AVS/AI qui aura lieu le 16 mars 1986, dès 14 h. et dès 20 h. à la Maison du Peuple.

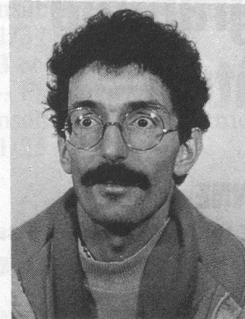
Vous pouvez obtenir un passeport auprès de Pro Senectute, rue Saint-Pierre 26, Fribourg (tél. 037/22 41 53). Tout autre renseignement peut être demandé à cette même adresse.

Nous espérons vous voir nombreux participer au passeport seniors!

Anne-Colette Schaller
Maya Andrey

JURA BERNOIS

Impressions



Grand (187 cm), sportif. Visage presque ascétique. Plutôt réservé. Tel nous paraît M. Jacques Fritschi, responsable depuis le 1^{er} juillet 1984 de Pro Senectute Jura bernois. Il nous fait part de ses impressions premières.

Après trois ans d'études sociales et pédagogiques à l'Ecole Pahud à Lausanne, me voilà propulsé seul responsable et entièrement autonome d'un centre Pro Senectute. Il est vrai que dans ces trois ans sont compris 1 an et demi de stages, services divers de courte et longue durée. Durant ces stages, les étudiants sont encadrés par les structures et exigences de l'école. Malgré ces cours pratiques, on n'est pas rôdé pour gérer un centre. En outre, le système vaudois était centralisé, le bernois, presque pas. J'ai par exemple toute mon autonomie pour établir le budget du centre.

Célibataire de 28 ans, j'ai aussi été rapidement mis en présence de la mort. Fait normal, puisque nous côtoyons journalièrement des personnes âgées. Cette présence presque constante fait changer toutes les perspectives philosophiques du temps imparti, des problèmes de l'existence, etc. Il faut dialoguer, converser, pour soutenir la personne croyante ou incroyante, ou celle qui espère la réincarnation.

Il faut encore beaucoup de souplesse, de doigté pour les aides morales ou financières. Une bonne part des entretiens se font par téléphone. Le travail est conditionné par la géographie régionale; de ce fait, une coordination globale n'est pas possible. Pour terminer... je souhaite que des personnes bénévoles s'annoncent pour faire des visites.

Vous qui venez de lire ces lignes... une visite? De temps à autre? Téléphonez au 032/91 21 20.

E. H.