

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 16 (1986)
Heft: 4

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: 16.01.2026

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

La Suisse... Le monde...	5
Le sommeil des escargots	6
L'animal cet inconnu	7
Avril: confitures et poisson	9
Dernières nouvelles médicales	10
La dépression, maladie de l'âme	11
Des auteurs, des livres	12
Une vie en clé de fa (2)	14
Message œcuménique	19
Jardinage: les portes du soleil	21
Vacances exceptionnelles à Rosas	23
Une nouvelle résidence à Lausanne	25
Les assurances sociales	26
SOS consommateurs	29
Gym 3 à domicile	30
Radio-TV	31
Vacances actives avec Migros	33
Mots croisés	34
Pro Senectute	38
Le Mouvement des Aînés	42
Les coups de cœur de Colette	44
U3A	45
Petites annonces classées	46
Aînées: de bric et de broc	48

Tirage: 22 500 exemplaires

Photo de couverture

Du 8 mars au 18 mai, le Musée Historique de l'Ancien Evêché, Lausanne, abrite « Le Monde des Forains », une passionnante exposition qui séduira chacun. Ouverture chaque jour, sauf lundi, de 10 à 12 h et de 14 à 18 h. Jeudi jusqu'à 20 h. Entrée libre.

Printemps

Depuis quelques jours il est là, ce printemps si ardemment souhaité. L'hiver, s'il fait la joie des jeunes et des sportifs, est une période souvent difficile, semée d'embûches, pour les personnes âgées. Mais le printemps est revenu, plein de promesses. L'air que nous respirons est chargé de quelque chose de magique, il est léger, il sent bon. Un bien-être nous envahit doucement et rien n'est meilleur que de s'abandonner aux appels de l'optimisme. Au défunt mois de mars on peut dédier une pensée de gratitude: ne s'est-il pas retiré au bon moment, n'a-t-il pas cédé la place à avril et aux mois de soleil qui vont suivre? Théophile Gautier l'a fort bien exprimé dans la première strophe d'un de ses poèmes («Emaux et Camées»):

*Tandis qu'à leurs œuvres perverses
Les hommes courent haletants,
Mars qui rit, malgré les averses,
Prépare en secret le printemps.*

Oui, le printemps est un événement, et chaque année c'est la même chose! La nature ressuscite. La douceur de l'air, le bleu du ciel, les fleurs, les rayons du soleil qui se font chaleureux, bienfaisants et qui annoncent l'été. Tout cela est bien agréable pour ceux qui redoutent les mois blancs, le froid, les glissades périlleuses sur les trottoirs, l'humidité insidieuse, les vents glacés qui transpercent, les rhumes et les bronchites... C'est le printemps, youpie!

Le printemps est aussi la saison idéale pour nouer ou renouer des contacts. Pendant l'hiver, on a tendance à s'enfermer, à se calfeutrer chez soi. On ne sort que si c'est nécessaire, et encore faut-il que les chemins soient praticables. Ce sont là autant de soucis que le retour de la belle saison efface. C'est le moment des contacts, disions-nous. Mais comment les nouer, comment les créer?

Grâce à certains organismes s'occupant des aînés (Pro Senectute, Mouvement des Aînés), ils sont faciles à établir. Avant tout, il y a les clubs de personnes âgées, ces amicales de retraités qui fleurissent partout depuis quelques années. Si votre localité en est dépourvue, renseignez-vous: la petite ville voisine possède sûrement un club. Téléphonez à Pro Senectute. Et ces clubs offrent toutes les possibilités de distractions dans l'amitié: ateliers, jeux, sorties, musique, films, conférences, vacances... Dans un club, on a vite fait de trouver des amis.

Ces lignes, nous les dédions à une aimable correspondante qui se lamente, se plaint d'une solitude chaque année plus pesante, plus cruelle. «Que faire?» demande-t-elle. Eh! bien, Madame, il existe, tout près de chez vous, un club prêt à vous accueillir. Mais il vous appartient de faire le premier pas, de vous renseigner, de prendre contact par téléphone. Un contact qui, soyez-en sûre, sera suivi de beaucoup d'autres...

AÎNÉS

aînés

N° 4 Avril 1986 16^e 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 Gyax
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^r L.-M. Bircher, Claude Badel,
Marc Guignard, † Bernard Peitrequin