

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 19 (1989)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Courier

### **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**

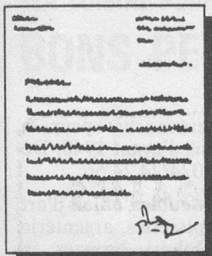
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 15.01.2026

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



## COURRIER

### Affiche

M. C. B., Lausanne

La couverture Michelin, très belle affiche comme on le dit, et les pages de 21 à 24 auraient dû être exposées à Palexpo, au Salon de l'auto...

Tant d'ainés(es) dans leur fauteuil se contenteraient d'admirer une page plus printanière, fleurs, œufs, lapins, surtout à Pâques!

C. B.

## La solitude

Réponse à J. A. R., Genève, sur la solitude, (Aînés N° 3/89).

M<sup>me</sup> P. M., Lausanne

Les propos de cette personne me font grimper contre les murs.

Ils me rappellent ceux adressés à quelqu'un en pleine dépression par un ami ou une amie qui n'en a jamais fait.

La solitude... cela existe. On ne peut pas le nier. Même chez les jeunes déjà.

Faisant partie d'une chaîne d'amitié (genre Main Tendue), je reçois personnellement une quantité de téléphones d'isolés. Et pourtant ils ont une famille, se sont dévoués pour leurs enfants, etc. J'en connais qui ne manquent pas de faire des cadeaux ou d'aider les autres, mais ils sont seuls.

A l'heure actuelle les gens vivent leur propre vie sans s'occuper des autres. Chacun est devenu indépendant et certains ne pensent aux autres que lorsqu'ils en ont besoin.

Le groupe dont je fais partie a justement ouvert une cafétéria pour que les membres isolés sachent toujours où aller pour y rencontrer quelqu'un à qui parler.

Je ne pense donc pas que les différentes manières proposées par le lecteur J. A. R. soient d'une grande efficacité. Cela peut aider, bien sûr, mais ce n'est pas une garantie de succès.

P. M.

## Solitude et... pommes de terre

L. Tenger

Aux conseils contenus dans l'excellente lettre de J. A. R., de Genève, j'ajouterais le simple fait de savoir saluer.

Depuis des années j'adopte ce système, surtout dans les lieux fermés.

Ascenseur, cabine, salle d'attente, bus, etc. Cette habitude m'a valu des conversations fort intéressantes et inattendues.

Quant aux pommes de terre en robe des champs, me trouvant dans les mêmes conditions d'isolement, lorsque les tubercules sont cuits...

J'en mange tout chauds.

J'en prépare froides en salade, car c'est pour moi le moyen de consommer en même temps de l'ail et de l'oignon. Le vinaigre et l'huile leur permettent de survivre 3-4 jours.

Celles qui restent, je les fais revenir avec un peu d'huile et de sauge – et les mange avant les pommes de terre en salade.

Je n'ai point remarqué de poison, puisque la Direction d'Aînés peut témoigner que je suis vivante et en bonne santé...

L. T.

## VACANCES

### Twannberg

La division des affaires sociales de la FCM accueillera du 16 au 30 septembre prochain un groupe d'une quinzaine de personnes au village de vacances de Twannberg. Les personnes qui souscriront à ce séjour seront entourées par une équipe d'apprentis-Migros de Suisse romande.

Ce séjour concerne en particulier les personnes âgées handicapées. La communauté sera dirigée par une animatrice et un animateur spécialisés. Au programme: bains dans la piscine, équipée pour recevoir des handicapés, exercices de gymnastique douce, promenades, jeux de société, veillées au coin du feu... et bien d'autres choses encore.

Pour tous renseignements et inscriptions: Fédération des coopératives Migros, division des affaires sociales, case postale 266, 8031 Zurich, téléphone 01/277 21 71.

### Cartigny/GE

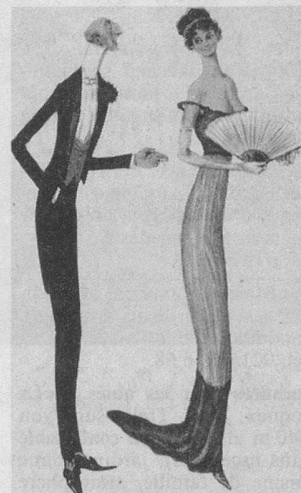
Le Centre de Rencontres de Cartigny, pittoresque et calme village de la campagne genevoise (10 km de Genève) offre à nouveau la possibilité d'agréables vacances pour le 3<sup>e</sup> âge, à des prix modérés, du 30 juillet au 2 septembre 1989.

Documentation et renseignements directement auprès du Centre de Rencontres, 21 rue du Temple, 1236 Cartigny, téléphone 022/56 12 10.

## CONCOURS D'ÉTÉ

### A vos souvenirs!

Notre prochain numéro invitera ses lecteurs à participer au grand concours d'été que nous avons mis sur pied avec l'aimable collaboration de MM. Jean-Pierre Cuendet, de Saint-Prex, collectionneur de cartes postales anciennes (plus d'un million!), et Slatkine & Fils, éditeurs et libraires à Genève.



Le concours est ouvert à toute personne, exception faite des membres de la rédaction et de l'administration d'«Aînés».

Notre numéro de juin 1989 contiendra la reproduction de 6 cartes postales qui, chacune, posera un problème amusant au concurrent. Il s'agira d'ouvrir l'œil, et le bon!

Cinquante magnifiques prix récompenseront les lauréats: vacances, livres d'art, agrandissements de la photo de votre lieu d'origine ou de résidence au début du siècle, etc.

Un concours attrayant, ouvert à tous, et qui sentira bon les vacances.