

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 21 (1991)  
**Heft:** 7-8

**Rubrik:** Agenda

### **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:** 04.04.2026

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

## Vacances actives

La Fédération des coopératives Migros propose à nouveau quelques séjours intéressants:

Les Marécottes, du 10 au 20 juillet, prix: par personne pour 10 jours, pension complète, y compris le cours massage des pieds, mais sans les frais de voyage et excursions: chambre double ou individuelle avec lavabo Fr. 725.-; chambre double ou individuelle avec douche/WC Fr. 935.-. Chaque jour (sauf dimanche vous apprendrez à faire un massage agréable pour préserver la santé et améliorer l'état général. Le programme comprend: introduction et historique du massage des pieds; les 10 zones et les points-réflexes; la manipulation douce des pieds, les bains de pieds; le massage sur soi-même et les échanges de massages. Le cours théorique avec exposés de l'animatrice et les exercices pratiques sont destinés à tous.

Aussi aux Marécottes: du 10 au 20 septembre, programme de sophrologie (prix Fr. 755.- et Fr. 965.-). La sophrologie trouve son application à la fois dans des buts thérapeutiques et prophylactiques, donc préventifs, puisqu'elle s'adresse autant à des individus souffrant de maux physiques ou de stress, qu'aux gens soucieux d'évoluer, de progresser personnellement. Un cours de base de 90 minutes par jour durant 7 jours vous est proposé

par un physiothérapeute, en accord avec l'Association suisse de sophroprophylaxie.

Toujours aux Marécottes, mais du 20 au 30 août, un nouveau programme d'artisanat. (Prix: Fr. 765.- et Fr. 965.-). Dans une ambiance détendue et agréable vous pourrez vous servir de votre imagination créative. Programme d'encadrement avec gymnastique matinale, randonnées et promenades et exposés sur la vie en montagne, jeux de société et discussions.

**Renseignements complémentaires: Fédération des coopératives Migros, bureau pour les questions du 3<sup>e</sup> âge, Limmattstrasse 152, case postale 266, 8031 Zurich. Tél. 01/277 21 73.**

## Centre de Rencontres de Cartigny

Séjour de vacances pour personnes âgées du 3 au 17 août.

Nous vous offrons un logement confortable, une cuisine soignée et une animation variée dont le thème principal sera le «bien-être»: soins esthétiques, conseils sur la manière de se nourrir, respiration, chant, gymnastique. Vous pourrez participer à des sorties, des repas en plein air, des soirées, des moments de discussion et de méditation.

Le prix de la pension complète s'élève à: Fr. 65.- par jour en chambre à 1 lit et Fr. 55.- par jour en chambre à 2 lits

Nous nous tenons à votre disposition pour la recherche d'un appui financier. Délai d'inscription: le 6 juillet.

Renseignements et inscriptions au Secrétariat du Centre de Rencontres de Cartigny, 21, rue du Temple, 1236 Cartigny, tél. (022) 756 12 10, et auprès de Martine Berazategui, le mercredi matin, tél. (022) 756 14 47.

## Yverdon-les-Bains: On danse aussi sur la terrasse

M. Claude Giaucque, directeur du Grand Hôtel des Bains, a aménagé la magnifique terrasse, attenante à la grande salle «La Belle Epoque» de tables, chaises et parasols.

Ainsi le 7 juillet vous pourrez, par beau temps, danser ou écouter ces mélodies de votre époque en plein air.

Prix de l'entrée: Fr. 4.- par personne. ■

## MALENTENDANTS!



Appareils acoustiques – Dernières nouveautés. Piles réparations et service toutes marques.

CENTRE ACOUSTIQUE TISSOT

LAUSANNE,  
rue Pichard 12, tél. 021/23 12 26  
MONTREUX,  
place de la Paix 1, tél. 021/963 87 80  
BULLE, av. de la Gare 3, tél. 029/2 74 52

Fournisseurs conventionnels AI et AVS  
25 ans au service des malentendants

## RÉSIDENCE RICHEMONT-VILLAGE

NOUVEAU

Etablissement médico-social  
reconnu par les caisses-maladie

31 lits, avec ascenseur et protection incendie pour personnes âgées de type C. Longs et courts séjours acceptés.

**Calme.** Ensoleillement. Vue panoramique sur les Alpes. Cuisine soignée. Chambres à 1 ou 2 lits avec balcons. Soins et surveillance médicaux 24 heures sur 24. Médecins responsables, infirmiers diplômés.

**Renseignements: Direction, tél. 025/34 20 01 «La Cretasse», 1854 Leysin**