

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 33 (2003)
Heft: 10

Anhang: Vie pratique
Autor: [s.n.]

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

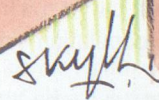
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 16.02.2026

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



Octobre 2003 **27**

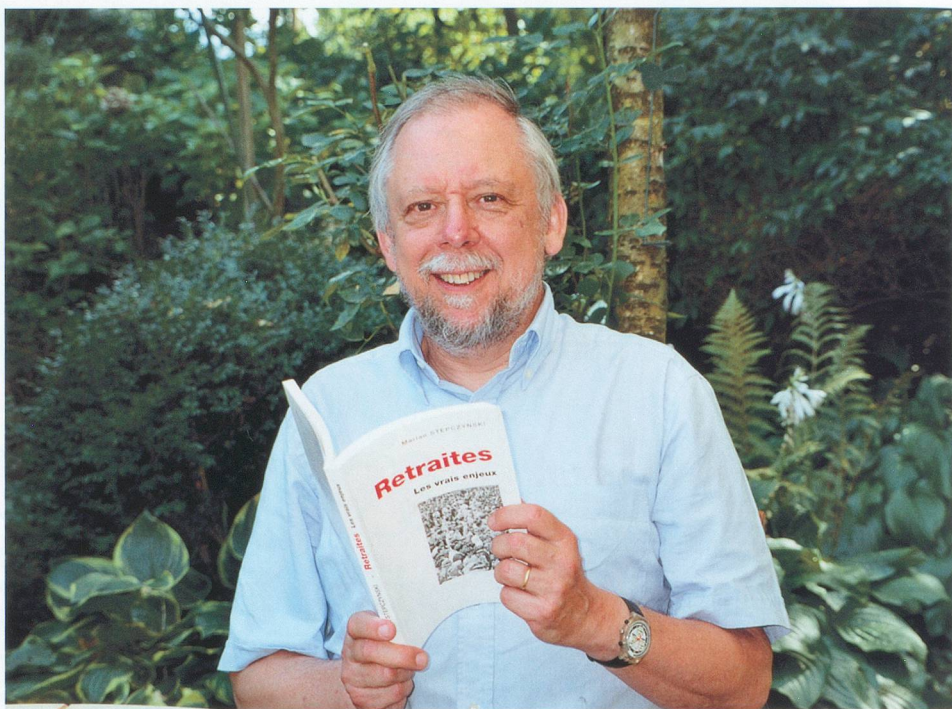
Ces mesures, forcément impopulaires, ne sont pas du goût des futurs retraités. Les acquis sociaux, durement gagnés au fil des ans, sont intouchables. Il faudra cependant trouver les solutions pour assurer à long terme une pension décente aux futurs retraités.

Pouvoir d'achat en baisse

Interpellé depuis longtemps par ce phénomène imparable, Marian Stepczynski, journaliste économique réputé, vient de publier un ouvrage au titre révélateur: *Retraites, les Vrais Enjeux*. Des enjeux économiques, politiques ou humains? «Ces trois thèmes ne sont pas vraiment dissociables, mais le sujet est tellement vaste et il appelle tellement d'expertises dans les différents domaines que je me suis borné à essayer d'en comprendre les implications économiques», explique l'auteur.

Deux aspects principaux font aujourd'hui l'objet d'âpres discussions: l'AVS et le 2^e pilier. «Il n'est pas imaginable que l'on puisse remettre en cause le système de la retraite, mais tout le monde est conscient que l'AVS couvre à peine le minimum vital. D'où la mise en place du 2^e pilier obligatoire en 1985. Entre l'AVS et le 2^e pilier, il n'y pas de grosse différence, économiquement parlant. Tous deux sont ébranlés par le phénomène du vieillissement de la population», note Marian Stepczynski.

De nos jours, l'AVS redistribue environ 29 milliards de francs par an. Pour que les retraités continuent à recevoir cette rente, il va falloir renflouer les caisses d'une manière ou d'une autre, puisque les cotisations ne suffiront plus. Plusieurs solutions se dessinent: augmenter les charges, économiser sur les rentes et allonger l'âge de la retraite. «En ce



Marian Stepczynski: «Il faudrait faire plus d'enfants!»

moment, l'AVS distribue des rentes indexées à l'inflation et en partie en tout cas à l'évolution des salaires réels. On peut très bien imaginer que l'indexation des rentes se fasse moins complètement. Les retraités toucheraient toujours les 2110 francs de rente, mais perdraient leur pouvoir d'achat en cas d'inflation. On peut imaginer, sans renoncer à l'indexation des rentes, ne plus suivre l'évolution des salaires réels. Auquel cas, le pouvoir d'achat serait aussi bloqué.»

Des solutions impopulaires qui, pourtant, ne suffiront pas à résoudre les problèmes futurs. Alors, de quelle manière peut-on combler le trou de l'AVS? «Il existe la possibilité

d'augmenter la cotisation AVS ou le taux de la TVA. Il serait envisageable de bloquer les rentes ou alors, de retarder l'âge de la retraite, compte tenu du vieillissement de la population. Ce qui serait, à tout point de vue la meilleure solution, souligne M. Stepczynski. Les gens vivent mieux et plus longtemps. Ils ont un temps de retraite qui s'approche de la durée du temps de travail...»

Favoriser la natalité

Selon Pascal Couchepin, le passage de la retraite à 67 ans se ferait dans les quinze ans à venir. Cette solution est-elle inéluctable? «On est au début d'une période difficile qui va effectivement durer entre 15 et 20 ans, relève Marian Stepczynski. La situation va ensuite se stabiliser autour des années 2025.» Aujourd'hui, les préretraités sont fatigués. Peut-on logiquement envisager un allongement de l'âge de la retraite? «Cela paraît indécent de dire aux gens fatigués: vous allez travailler plus longtemps! Surtout dans la situation économique et structurelle actuelle. Il faudra s'habituer aussi qu'avec l'âge, le salaire ne soit plus automatiquement adapté à la hausse. Les gens devraient accepter un salaire inférieur, lié à un temps de travail diminué. C'est parfaitement réalisable, mais ça dépend de l'acceptabilité de la formule. Certains enseignants partagent déjà leur travail. Il serait assez logique que l'on accepte de travailler plus longtemps, afin d'avoir une retraite plus confortable.»

AVS: ce qui va changer

La 11^e révision de l'AVS prévoit: un relèvement échelonné de la TVA de 2,5% d'ici à 2006; l'âge de la retraite à 65 ans pour les deux sexes d'ici 2010; de nouvelles conditions d'octroi de la rente de veuve et de veuf; l'adaptation des rentes à l'évolution des prix et des salaires tous les 3 ans; le relèvement du taux de cotisation des indépendants de 7,8 à 8,1%; l'abattement des cotisations des indépendants dont le revenu est

inférieur à 47 800 francs; la suppression de la franchise pour les personnes poursuivant l'exercice d'une activité lucrative au-delà de l'âge de la retraite et l'élargissement de la retraite à la carte.

Cette 11^e révision de l'AVS est encore au niveau de la consultation. Elle est également sujette à référendum. Le peuple suisse aura donc à se prononcer. Elle pourrait entrer en vigueur au début de 2005 au plus tôt.

Selon les spécialistes, les retraités du futur auront un pouvoir d'achat amoindri. «J'en suis convaincu, affirme Marian Stepczynski, parce que les retraités actuels ont un pouvoir d'achat extraordinaire, depuis une vingtaine d'années. Ils sont les bénéficiaires du phénomène du baby boom. Cette masse de salariés arrivent précisément à la retraite. Hier, ils alimentaient les caisses de l'AVS; demain, ils en retireront les rentes.»

Y a-t-il une recette idéale, qui pourrait résoudre le problème lié au vieillissement de la population? «La vraie solution à long terme passe par l'augmentation du taux de fécondité, estime M Stepczynski. On devrait retrouver un taux de 1,7 ou 1,8 enfant par couple. Mais il faudrait qu'on organise un système de crèches efficace, une assurance maternité plus généreuse, etc. Quant aux effets, ils ne se feraient pas sentir avant vingt ans. Dans l'immédiat, il faudrait accepter l'immigration, notamment pour les tâches qui exigent relativement peu de qualifications.»

Un 2^e pilier fragile

Le deuxième pilier tremble également sur ses bases. L'argent économisé durant une vie de travail perd régulièrement de sa valeur. Les cotisants ont l'impression d'être floués.

«On dit que c'est de l'argent qu'on a gagné et qu'on y a droit à la retraite. Mais, selon les théories des économistes, on ne peut partager qu'une partie du capital, en fonction des résultats boursiers annuels.»

N'empêche que le futur retraité aura de la peine à comprendre que ses rentes du 2^e pilier ne correspondent pas à ce qui lui avait été promis tout au long de sa vie active. «Il y aura un problème lié au processus de décapitalisation. Aujourd'hui, on est dans une phase d'accumulation. La fortune totale du 2^e pilier augmente encore. Ensuite il y aura un plateau, puis elle va diminuer. Le point central sera la décapitalisation. Cela veut dire que pour réaliser des liquidités, il faudra vendre des actifs financiers. Or, s'il n'y a pas assez d'acheteurs, les cours vont baisser. C'est là le défaut essentiel du 2^e pilier.»

En conclusion, les retraités de demain doivent s'attendre à faire des sacrifices financiers. «En tout cas à toucher des retraites inférieures à celles qu'ils auraient pu toucher si les tendances de ces dernières décennies continuaient. Les retraités d'aujourd'hui ont vécu une période très faste. Ce qui ne veut pas dire que demain la vie sera moins belle pour autant...»

Jean-Robert Probst

Prévoyance surobligatoire Qui est concerné?

La décision de la Winterthur Assurances d'augmenter les cotisations et d'abaisser le taux de conversion des rentes de la prévoyance surobligatoire (de 7,2% à 5,4% pour les femmes et à 5,8% pour les hommes) a suscité une violente polémique.

Rappelons que la prévoyance surobligatoire fait partie du 2^e pilier. La loi sur la prévoyance professionnelle (LPP) fixe un cadre minimal prévoyant pour le salarié un revenu moyen d'environ 60% de son dernier salaire en combinant AVS et rentes LPP. La couverture fixée par la loi est assurée pour un montant de 75 960 francs par année. Les salaires dépassant ce montant entrent dans la prévoyance surobligatoire. Le calcul des rentes prévues par la LPP ou dans le cadre de la prévoyance surobligatoire se fait de la même manière. Les cotisations de l'employé et de l'employeur

vont sur un compte dont le capital est crédité d'un intérêt au taux minimal de 3,25% depuis cette année (4% dans le passé). Quant au taux des rentes, il est actuellement de 7,2%. Ce qui signifie que pour un avoir vieillesse de 100 000 francs, la rente annuelle s'élève à 7200 francs. Avec la décision de la Winterthur, ce même avoir, l'année prochaine, donnerait droit à une rente annuelle de 5454 francs pour les femmes et de 5835 francs pour les hommes.

La décision de la Winterthur concernerait dès lors les salariés prenant leur retraite dès 2004, gagnant plus de 75 960 francs et bénéficiant d'une prévoyance surobligatoire, mais pour autant qu'ils soient assurés dans l'une des fondations collectives qui ont annoncé leur intention d'abaisser le taux de conversion. Les caisses autonomes ne sont pour l'instant pas touchées par ces mesures.

Des livres pour faciliter la retraite

De nombreux ouvrages sont sortis récemment de presse. Ils vous aideront à passer une retraite agréable.

Aspects économiques

Pour comprendre à quelle sauce les retraités seront mangés, nous vous recommandons le livre de Marian Stepczynski. L'auteur y explique notamment les raisons pour lesquelles il faudrait consentir des sacrifices financiers.

» » » *Retraites, les Vrais Enjeux*, par Marian Stepczynski, Editions Slatkine.

Aspects sanitaires

Nous vivons plus longtemps et la vieillesse devient une partie importante de l'existence. Mais il s'agit de s'y préparer et de prévenir les petits bobos qui gâchent la retraite. Comment vieillir dans de bonnes conditions?

» » » *Bien savoir vieillir*, par Philip Selby, Editions Georg.

Aspects généraux

Véritable manuel du temps libre publié à l'intention des seniors, ce guide évoque les relations intergénérationnelles, l'épargne, la solitude, la santé, le sport et les loisirs. Dommage que les références soient adaptées aux seniors français seulement !

» » » *Le Guide de la Retraite et du Temps libre*, M.-T. Hermange et A. Evillard, Hachette.

Aspect humains

Il y a une vie après le travail. La retraite se prépare comme un grand événement. Il s'agit de s'organiser, afin de vivre pleinement l'âge d'or. Un guide plein de conseils pour faire de la retraite une fête au quotidien.

» » » *Retraite, Mode d'Emploi*, Jean-Robert Probst, Editions Générations/Mon Village. (Voir l'offre du Club Générations, page 65.)

Dites adieu au stress lié au bain!



Avec la collection confort de VitaActiva vous dites adieu à vos peurs de prendre un bain et "bienvenue" au confort et à la sécurité. Choisissez entre "Ibiza" ayant une large porte d'entrée et un siège spacieux et la baignoire "Lanzarote" avec élévateur innovateur ou encore un design ergonomique.

Profitez aussi des hydro-massages bienfaisants du système bain à remous qui est disponible pour toutes les baignoires VitaActiva. N'hésitez pas, adressez-vous aujourd'hui encore à VitaActiva, un pas qui modifiera pour toute une vie la qualité de vos bains!

Oui, j'aimerais en savoir plus sur cette baignoire. Veuillez me faire parvenir de plus amples renseignements.

Nom:

Téléphone:

Rue:

Code postal:

Localité:

Appelez-nous

gratuitement au numéro :

0800 66 45 66

Sexologie

■ Beaucoup de magazines, journaux et films donnent l'impression que la seule manière d'être belle, c'est de rester jeune! Comment se sentir à l'aise et séduisante sans se déguiser comme ses petites-filles et sans forcément passer sous le bistouri? *M^{me} A. P., Lausanne*

L'image de soi

Votre perception de vous-même, comme vous l'évoquez, se fait à deux niveaux: un niveau externe (le regard des autres ou celui du miroir) et un niveau interne, qui correspond à votre perception des changements (ralentissement, sensibilité...) survenant dans votre corps. Malheureusement, même dans le cas où le regard de votre conjoint (niveau externe) est positif et où vous êtes satisfaite de ce que votre corps peut encore faire pour vous, celui de la société disqualifie plus qu'il ne donne une reconnaissance. Vous devez par conséquent apporter à vous-même cette reconnaissance. Ecoutez cette petite voix qui vous dit que vous avez votre propre beauté et votre séduction face à l'autre.

Nous pouvons choisir de nous sentir à l'aise malgré les stéréotypes et les idéaux, qui changent de toute manière au travers des époques: il suffit de comparer la pulpeuse silhouette de Marilyn à celle des filiformes mannequins d'aujourd'hui! Habiter votre corps d'une manière positive peut vous aider à être en paix avec son aspect. Ceci veut dire l'investir avec joie plutôt qu'avec cette sorte de «surveillance» qui peut se développer lorsqu'on l'observe, à l'affût des défaillances, des défauts, des rides. D'où l'importance d'une optique de «célébration» de votre corps, de votre sensualité mûre et de votre connaissance de vous-même. Partant de là, le toucher a toute son importance. Je vous conseille de vous offrir de temps en temps un

massage, un soin du visage ou même une séance d'aquagym qui vous offre les caresses de l'eau... Le toucher ne mérite pas cette image malsaine qui est souvent véhiculée lorsqu'il s'agit des aînés. Au contraire, il contribue au bien-être physique et psychique et devrait être considéré comme quelque chose d'important.

Interrogez-vous aussi sur votre style personnel. Pas celui de vos filles ou petites-filles, mais celui qui bénéficie de votre expérience, celui qui s'est modelé et a évolué avec le temps et votre personnalité. Définissez et soulignez ces détails qui sont les vôtres, sans vouloir imiter le style «à la mode». Rien ne vous empêche d'expérimenter, d'essayer ce qui vous tente, mais soyez surtout honnête vis-à-vis de vous-même,



et soyez fière de ce qui vous donne de l'allure, de la sophistication ou du charme!

Laurence Dispaux,
psychologue, sexologue.
ldispaux@hotmail.com

Pour vos questions

Sexologie ou droits:
Générations
Case postale 2633
1002 Lausanne

Droits

Divorce, remariage et héritage

■ J'ai 77 ans et trois enfants d'un premier lit. De mon second mariage, je n'ai pas d'enfant. Ma femme, dont je vis séparé, a une fille et deux petits-enfants. Qui hérite si je viens à décéder? *M. P. M., Neuchâtel*

Si vous décédez sans faire de testament, votre femme actuelle héritera de la moitié de vos biens, et vos trois enfants du premier lit, de l'autre moitié, à parts égales. Par contre, les enfants et petits-enfants de

votre épouse n'hériteront pas, puisqu'ils n'ont aucun lien de sang avec vous.

Que vous soyez séparé de votre épouse ne change rien à la situation. Vous pouvez cependant, par testament, ne laisser

que le quart de votre succession à votre femme, et les trois quarts restants à vos enfants. En cas de divorce, votre épouse ne sera d'office plus héritière et tous vos biens iront à vos descendants. Dans votre lettre, vous deman-

diez aussi si votre épouse pourrait prétendre à une rente de veuve de la part de votre caisse de retraite. Ce point est déterminé par le règlement de ladite caisse et non par le droit des successions. Il faudra donc approcher celle-ci pour obtenir les renseignements souhaités.

Helvetio Gropetti,
conseiller juridique

Le courage au quotidien

■ Durant 17 ans, Doris Vernaz s'est occupée de son mari atteint de la maladie de Parkinson. A domicile puis, lorsque son état l'a nécessité, dans un home.

Responsable du Groupe fribourgeois d'entraide Parkinson, Doris Vernaz témoigne avec sérénité du vécu de ceux qu'on appelle les soignants informels. Son mari, atteint de la maladie, est décédé en 1999. C'est elle qui l'a entouré et soigné. Si, au début, le patient conservait encore une certaine autonomie, les six dernières années, la détérioration a été très rapide; il avait besoin d'une présence continue, jour et nuit. Ce n'est qu'en dernière extrémité que M^{me} Vernaz s'est résolue à le placer dans un home, où il a encore souffert trois ans, physiquement et psychologiquement.

– **Tout le monde n'est pas capable d'assumer la charge d'un proche malade. Où avez-vous trouvé les ressources morales et affectives pour tenir le coup ?**

– D'abord, dans mon caractère, plutôt pragmatique et équilibré, et dans les valeurs que mes parents m'ont transmises: sens du devoir (sans aucune connotation religieuse), tolérance, compréhension et compassion à l'égard de ceux qui souffrent. On ne laisse pas tomber un proche en difficulté. J'ai aussi eu la chance que, dans ma jeunesse, tout ne m'a pas été offert sur un plateau d'argent: j'ai appris qu'on n'a pas seulement des droits mais aussi des obligations. L'une de mes forces, c'est que je peux facilement résister aux pressions, me déconnecter et préserver ma vie intérieure. Mais il était primordial de me sentir entourée par ma fille et par des amis – qui avaient eux-mêmes subi des épreuves – souvent plus gais que ceux pour qui tout va bien. Le contact avec la nature et les animaux me permettait aussi de me ressourcer.

– **On peut facilement céder à un élan de générosité, d'oubli de soi spontané. Mais**



Doris Vernaz et son mari, aujourd'hui décédé.

qu'avez-vous éprouvé lorsque vous vous êtes rendu compte qu'il s'agissait d'un engagement «lourd» et à long terme ?

– En fait, on vit une série de deuils successifs; vous êtes placée dans une situation qui évolue, qu'il faut affronter quotidiennement; vous «glissez dedans» presque à votre insu. Psy-

chiquement, l'accompagnement d'un malade chronique est très éprouvant. On n'en voit pas la fin et on ne sait pas de quoi l'avenir sera fait. C'est d'autant plus dur lorsque les enfants sont grands et qu'on aimerait profiter un peu de la vie avant que ne surviennent les «bobos» liés à l'âge.

– **Quels sont les aspects les plus pénibles à gérer au quotidien?**

– Voir souffrir une personne enfermée sans espoir dans la prison de la maladie. Tout le reste (soins, toilette intime, etc.) est secondaire. On se répète: «C'est moi qui pourrais être à sa place.» Le malade se le dit aussi. Il ne comprend pas toujours que son partenaire, qui doit aussi s'occuper de toutes les tâches administratives, puisse être à bout de forces. Plus rien n'est spontané, tout doit être programmé: cinéma, théâtre, concerts, sorties avec des amis, on doit soudain y renoncer parce que, ce soir-là, aucune aide n'est disponible.

– **Comment la famille et les amis réagissent-ils?**

– Pour les enfants, surtout quand ils sont jeunes, il est difficile de prendre conscience de la maladie d'un père ou d'une mère; ils rejettent violemment cette idée. En général, je pense qu'il vaut mieux recourir à des aides extérieures que se décharger sur la famille, dont l'appui doit rester surtout moral. Quant aux amis, ils réservent souvent des surprises – des bonnes et des mauvaises! Des personnes auxquelles nous étions très liés, à qui mon mari avait rendu de grands services sur le plan professionnel, ne nous ont plus donné signe de vie. En revanche, de vagues connaissances sont devenues très proches et des voisins ont fait preuve d'une solidarité extraordinaire.

– **Quelle aide avez-vous reçue des structures professionnelles et des organismes publics?**

– Nous avons eu recours aux services d'aide à domicile (Spitex), à une aide familiale qui faisait le ménage quand je travaillais et à une association de bénévoles active dans le district de la Singine (FR).

– **Et l'aspect matériel, financier? Comment concilier les exigences d'une profession et l'aide à un proche?**

– Ce sont des points qui méritent un long développement et que je vais traiter de manière détaillée lors de mon intervention au colloque de Montreux (*lire encadré*). Disons-le sans ambages: aujourd'hui, en Suisse, mieux vaut être victime d'un accident que souffrir d'une maladie chronique! En ce qui concerne la profession, il n'est généralement plus possible d'exercer une activité qui exige des horaires irréguliers.

– **Finalement, qu'est-ce qui prédomine aujourd'hui? La satisfaction du devoir accompli? Une certaine frustration pour tous les sacrifices consentis? Un sentiment de plénitude?**

– Aucune frustration. J'ai toujours refusé l'idée, un peu religieuse, que l'on doit se «sacrifier». La satisfaction du devoir accompli, sans doute, mais, surtout, une force intérieure. On s'engage, on ne se laisse pas abattre. Même durant la maladie, nous avons su apprécier les bons moments que nous pouvions, malgré tout, passer ensemble. On prend conscience du caractère éphémère de la vie et des choses, on jouit plus intensément des moments de bonheur partagés, en famille ou entre amis.

– **Quel message aimeriez-vous transmettre aux personnes qui doivent s'occuper d'un de leurs proches en perte d'autonomie?**

– N'hésitez pas à faire appel aux services d'aide qui existent. Informez-vous. Pro Infirmis et Pro Senectute offrent de précieux conseils. Dans la mesure du possible, ne renoncez pas à votre profession – diminuez éventuellement votre pourcentage d'activité. Prenez une certaine distance intérieure, ne vous laissez pas envahir par la maladie. Et quand le maintien à domicile n'est plus possible, ne culpabilisez pas. Sachez reconnaître et accepter vos limites, plutôt que de tomber vous-même malade!

Propos recueillis par
Jacques Repond

Colloque à Montreux

Sous le titre «Aide aux aidants familiaux; travail invisible et enjeux de santé», un colloque se tiendra à Montreux les 10 et 11 novembre 2003. Il se déroulera au Centre de Congrès, avec notamment la participation de M^{me} Doris Vernaz. Renseignements et inscriptions auprès de Pro Senectute Suisse, c. p. 844, 1800 Vevey, tél. 021 925 70 10.

Adresses utiles

Pro Senectute Bienne

Quai du Bas 92, c.p. 372,
2501 Bienne
e-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch
Tél. 032 328 31 11
Fax 032 328 31 00

Pro Senectute Jura bernois

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes
e-mail: jura-bernois@be.pro-senectute.ch
Tél. 032 481 21 20
Fax 032 481 15 10

Pro Senectute Fribourg

Rue Saint-Pierre 10, c.p. 566,
1701 Fribourg
e-mail: info@fr.pro-senectute.ch
Tél. 026 347 12 40
Fax 026 347 12 41

Pro Senectute Genève

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève
e-mail: info@ge.pro-senectute.ch
Tél. 022 807 05 65
Fax 022 807 05 89

Pro Senectute Jura

Centre d'action sociale des aînés
Ch. du Puits 4, c.p. 800,
2800 Delémont
e-mail: info@ju.pro-senectute.ch
Tél. 032 421 96 10
Fax 032 421 96 19

Pro Senectute Neuchâtel

Secrétariat cantonal
et bureau régional La Chaux-de-Fonds
Av. Léopold-Robert 53,
2301 La Chaux-de-Fonds
e-mail: info.pro-senectute.cf@ne.ch
Tél. 032 911 50 00
Fax 032 911 50 09

Bureau régional Neuchâtel

Rue de la Côte 48a, 2000 Neuchâtel
e-mail: info.pro-senectute.ne@ne.ch
Tél. 032 729 30 40
Fax 032 729 30 41

Pro Senectute Vaud

Maupas 51, c.p. 752
1000 Lausanne 9
e-mail: direction@vd.pro-senectute.ch
Tél. 021 646 17 21
Fax 021 646 05 06

Pro Senectute Valais

Siège et centre d'information
Rue des Tonnelliers 7, 1950 Sion
e-mail: info@vs.pro-senectute.ch
Tél. 027 322 07 41
Fax 027 322 89 16

AVS: conséquences d'une anticipation de la rente

■ **Percevoir le versement anticipé de la rente AVS est possible. Toutefois, avant d'en prendre la décision, mieux vaut faire ses calculs. Et deux fois plutôt qu'une!**

Depuis 2001, les hommes ont la possibilité d'obtenir le versement anticipé de leur rente à partir de 63 ou de 64 ans. La rente est alors réduite de 6,8% par année d'anticipation. Les femmes, quant à elles, peuvent obtenir le versement anticipé de leur rente à partir de 62 ans. La rente est alors réduite de 3,4% par année d'anticipation pour les femmes nées en 1947 ou avant et de 6,8% pour celles nées en 1948 ou après. En réalité, la réduction est plus importante. Nous allons le démontrer à l'aide d'un exemple concret, car il est nécessaire que ceux qui envisagent une anticipation du paiement de leur rente en connaissent toutes les conséquences afin de pouvoir établir leur budget en toute connaissance de cause.

Il s'agit du cas de Marc, né le 27 juillet 1938 et dont l'épouse, Chantal, est née le 28 mai 1940. Marc demande à recevoir sa rente avec 2 ans d'anticipation, soit dès le 1^{er} août 2001. Sa durée de cotisation effective étant conforme à la durée de cotisation obligatoire, il a droit à une rente complète.

En fonction de son Revenu annuel moyen déterminant (RAMD), le montant de sa rente mensuelle serait de Fr. 2060.- et celui de la rente complémentaire pour son épouse de Fr. 618.-. Mais, ces deux montants doivent être réduits de 13,6% pour 2 ans d'anticipation, ce qui ramène les

rentes à respectivement Fr. 1780.- et Fr. 534.-. Jusque-là tout est conforme à ce qu'attendait Marc.

Mauvaises surprises

C'est à partir du 1^{er} juin 2003 que les mauvaises surprises commencent. En effet, à cette date, Chantal qui a atteint 63 ans le mois précédent devient bénéficiaire de sa propre rente de

indexées de 2,4% dès le 1^{er} janvier 2003. Dès le 1^{er} juin 2003 et selon leurs RAMD respectifs, Marc devrait recevoir Fr. 1941.- et Chantal Fr. 1907.-, mais les dispositions légales prévoient que la somme des deux rentes individuelles d'un couple ne peut être supérieure à 150% du montant maximal de la rente de vieillesse (Fr. 2110.-). En cas de dépassement, les deux rentes

décident de toucher leur rente à l'âge ordinaire de la retraite seulement. A cet effet, on détermine la somme des rentes anticipées non réduites que l'on divise par le nombre de mois durant lesquels la rente a été anticipée. Ce montant est ensuite multiplié par le taux correspondant à la durée d'anticipation (dans le cas de Marc 13,6%), ce qui donne le calcul suivant:

Calcul des rentes

- **17 mois d'anticipation** (du 1^{er} août 2001 au 31 décembre 2002) à Fr. 2060.- + Fr. 618.-
- **5 mois d'anticipation** (du 1^{er} janvier au 31 mai 2003) à Fr. 2110.- + Fr. 633.-
- **2 mois d'anticipation** (du 1^{er} juin au 31 juillet 2003) à Fr. 1596.-

$(Fr. 2060.- + Fr. 618.-) \times 17$ et $(Fr. 2110.- + Fr. 633.-) \times 5$ et $Fr. 1596.- \times 2$ divisé par 24 = Fr. 2601.-
 $Fr. 2601 \times 13,6\% = Fr. 354.-$ (de réduction)

Dès le 1^{er} août 2003, la rente versée à Marc se monte donc à Fr. 1242.- (Fr. 1596.- moins Fr. 354.-)

vieillesse. Et cet événement entraîne l'application de ce qu'on appelle le splitting, c'est-à-dire le partage entre les deux époux des revenus réalisés pendant les années de mariage. 50% du revenu du mari vont sur le compte de l'épouse et 50% du revenu de l'épouse vont sur celui du mari. Le splitting ne s'applique que lors de la réalisation du deuxième cas de rente concernant le couple.

Pour Marc et Chantal, le splitting a pour effet de réduire le montant du RAMD de Marc et, par conséquent, de sa rente, et cela malgré le fait que les rentes, dans leur ensemble, ont été

doivent être réduites en proportion. Les rentes de Fr. 1941.- et de Fr. 1907.- sont ainsi réduites à Fr. 1596.- et Fr. 1569.-, soit au total Fr. 3165.- (ce qui représente bien le 150% de Fr. 2110.-). Mais la rente de Marc (Fr. 1596.-) doit encore être réduite de 13,6% en raison de l'anticipation de 2 ans. Il n'a donc droit qu'à Fr. 1379.- (Fr. 1596 moins 13,6%).

On n'est pas encore au bout des surprises. Dès que l'âge ordinaire de la retraite (65 ans pour Marc) est atteint, les personnes qui sollicitent une rente anticipée doivent être mises sur un pied d'égalité avec celles qui

Moralité: mieux vaut réfléchir à deux fois avant de demander le paiement anticipé de sa rente.

Guy Métrailler

Ecrivez-nous!

Vous avez des questions à poser concernant les assurances sociales, l'AVS ou les caisses maladie? N'hésitez pas à nous écrire. *Générations*, rédaction, CP 2633, 1002 Lausanne www.magazinegenerations.ch

Les patients ont leur mot à dire

**Dans quelle mesure puis-je m'opposer à une hospitalisation?
Comment avoir accès à mon dossier médical?**

Henri F.

Le principe du droit des patients tend peu à peu à se renforcer par le biais des législations cantonales sur la santé publique. Dans les faits, les personnes qui consultent leur médecin ou bénéficient de soins ambulatoires ou hospitaliers sont considérées explicitement comme des «clients» ou des «partenaires du traitement»: chacun doit être clairement informé afin de pouvoir choisir son traitement en connaissance des causes et des conséquences possibles. Vous avez donc le droit de consulter votre dossier médical tout comme celui de refuser une hospitalisation ou des soins; parallèlement, le médecin est chargé de vous

informer de façon adéquate afin de vous permettre de faire un choix conscient et responsable. C'est là le principe du «consente-

médical et de s'en faire expliquer la signification. Elle précise qu'aucun soin ne peut être donné sans le consentement libre et éclairé

**«Aucun soin ne peut être donné
sans le consentement du patient.»**

ment libre et éclairé» du patient face à un acte thérapeutique.

Informations claires

Sanimédia, l'organe vaudois d'information en santé publique, a réalisé une brochure d'information accessible et très utile, intitulée «L'essentiel sur les droits des patients». Elle traite en premier lieu du droit à l'information claire et appropriée sur l'état de santé, sur les examens et traitements envisageables, sur les risques éventuels qu'ils impliquent, sur le pronostic et sur les aspects financiers du traitement. Elle indique que le patient a le droit de consulter son dossier

du patient capable de discernement.

Au besoin, le patient peut faire valoir son droit à être soutenu dans les démarches liées à son hospitalisation ou à son hébergement: il peut être accompagné par un proche ou un représentant d'une organisation indépendante à but non lucratif. Toute personne a le droit de rédiger des directives anticipées pour spécifier le type de soins qu'elle aimerait recevoir ou non au cas où elle ne serait plus en mesure d'exprimer sa volonté. Elle peut aussi désigner un représentant thérapeutique chargé de se prononcer à sa place sur le choix des soins à lui prodiguer dans les

situations où elle ne peut plus s'exprimer. La brochure illustre ces différents principes au moyen d'exemples pratiques et de questions-typiques.

» » «L'essentiel sur les droits des patients», brochure à commander au numéro de tél. 0800 106 106 (appel gratuit) ou sur le site internet: www.sanimedia.ch.

Info Seniors

Tél. 021 641 70 70
de 8 h 30 à 12 heures

Egalement *Généralistes*,
case postale 2633,
1002 Lausanne.

Consultations téléphoniques

L'Organisation suisse des patients et assurés (OSP) propose les services d'infirmières diplômées bénéficiant d'une formation spécialisée en droit des patients. Elles peuvent aider celles et ceux qui sont confrontés à des difficultés envers les prestataires de soins et les assureurs. Consultations téléphoniques: le lundi de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30, le mercredi de 9 h à 12 h tél. 021 314 73 88; site internet: www.spo.ch.

Roby et Fanny

Par Pécub



Informations romandes

VAUD

PRO SENECTUTE – Sorties – Thé dansant, au Voile d'Or Café, à Lausanne-Vidy, mardi 28 octobre de 14 h à 17 h 30; bus du jass, destination surprise, lundi 27 octobre. **Ciné-seniors**, projection surprise au Cinétoile Malley Lumières, à Lausanne, lundi 20 octobre, 14 h 30. **Atelier équilibre**, prévention des chutes (rens. Gladys Beney). **Santé**, mieux entendre, Centre Pierre-Mercier, à Lausanne, jeudi 9 octobre, de 14 h à 15 h 30.

Centres de rencontre, à Lausanne: Centre Pierre-Mercier (021 323 04 23); Cotterd de Chauderon, ouvert le samedi après-midi, (021 323 80 22); Centre de la Confrérie, ouvert un dimanche par mois, (021 625 29 16); Centre Val Paisible, ouvert un dimanche par mois, (021 653 23 90); Cotterd de Bellevaux (079 767 53 90). **Bex:** Croch'-cœur (024 463 31 97). **Yverdon:** Centre de rencontres Les Alizés (024 426 10 38). **Nyon:** Centre Saint-Martin (022 362 07 66).

Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, cp 752, 1000 Lausanne 9, tél. 021 646 17 21. Internet: vd.pro-senectute.ch.

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Visite de l'atelier du boucher-peintre Corpaato, installé dans l'ancien couvent des Filles de la Charité, à Fribourg. Dates à choix: 15, 22, 29 octobre 2003. Cours d'informatique (Mac ou PC), 8 leçons de 14 h à 16 h les lundis, mercredis et vendredis, bureau Service Handicap (BSH), à Lausanne.

PRÉPARATION À LA RETRAITE – Cours de base organisés par l'Association régionale de la Riviera pour la préparation à la retraite

(ARPR), tous les mardis du 14 octobre au 18 novembre à 18 h, hôtel Bristol, Montreux. Pour les autres cours, renseignements au secrétariat.

Renseignements: Secrétariat de l'ARPR, tél. 021 924 55 65 ou 021 924 20 42.

AVIVO, section de Lausanne, Place Chauderon 3, 1003 Lausanne, tél. 021 312 06 54, e-mail:avivo@freesurf.ch.

FONDATION NetAge (projet immobilier d'appartements pour seniors) – **Séance publique**, lundi 27 octobre de 14 h 30 à 16 h 30, salle Druey, Café Vaudois, Place de la Riponne à Lausanne. Projets en cours et conférence du Dr Jean Martin, ancien médecin cantonal. Rens. M. Willie Anhorn, président, tél. 021 647 91 67 ou info@netage.ch.

CAFÉ PSY – Thème: «Peut-on aimer trop?», Lausanne, Ripp's, place de la Riponne 10, de 19 h 15 à 21 h. Rens. www.cafepsy.ch ou tél. 078 614 00 06.

MAISON DE LA FEMME – «Ma correspondance avec un condamné à mort», par Jacques Secrétan, journaliste et auteur, mercredi 1^{er} octobre, à 14 h 30. «Femme, homme: mode d'emploi», à l'Eglantine Café, jeudi 2 octobre, 19 h 15 à 21 h. Rencontre avec Mousse Boulanger, écrivaine, jeudi 9 octobre, à 14 h 30. **Plans-Fixes:** Ella Maillart, mercredi 15 octobre, 14 h 30. Rencontre avec Edith Habersaat, écrivaine, mercredi 29 octobre, 14 h 30. SOS Racisme, lunch-conférence, jeudi 30 octobre, 14 h 30.

Maison de la Femme, av. Eglantine 6, 1006 Lausanne, tél. 021 323 33 22.

GENÈVE

PRO SENECTUTE, rue de la Maladière 4, 1205 Genève, tél. 022 807 05 65, fax 022 807 05 80; e-mail: info@ge.pro-senectute.ch.

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Minibus-évasion, la Désalpe à Albeuve, samedi 4 octobre; Bulle et Broc, jeudi 30 octobre. **Amis du rail**, Leysin, jeudi 23 octobre. **Evasion-montagne**, lac et Tours d'Aï, jeudi 9; course surprise jeudi 23 octobre. **Marchons ensemble**, mercredi 8, jeudi 9, mercredi 15 et 29 octobre. Cyclo 3, mercredi 1^{er} et 22 octobre.

MDA, 2, bd Carl-Vogt, case postale 14, 1205 Genève, tél. 022 329 83 84.

AVIVO – Voyages, grand tour de Corse, 10 au 17 octobre;

semaine parisienne, du 12 au 17 novembre; Egypte, 21 au 30 novembre; Barcelone, du 29 décembre au 2 janvier; Bourgogne, du 30 décembre au 1^{er} janvier; Menton, du 27 décembre au 6 janvier. Autres activités, selon programme.

AVIVO, 25, rue du Vieux-Billard, 1205 Genève, tél. 022 329 14 28 (ouvert tous les après-midis, de 14 h à 17 h, 1^{er} étage).

CARITAS – Excursions, Romainmôtier, mardi 7 octobre; Les Crosets, mardi 14 octobre; Ars et Pérouge, jeudi 23 octobre. **Club des randonneurs**, mercredi 1^{er} et 15 octobre. **Rencontres** du dimanche, à l'Oasis, rue de Carouge 51-53, de 11 h 30 à 16 h, repas à 12 h 15.

CARITAS, rue de Carouge 53, 1205 Genève, tél. 022 708 04 44 (après-midi).

APAF (Association des pensionnaires des établissements pour personnes âgées et de leurs familles) – Permanence ouverte les mardis et jeudis de 14 h 30 à 16 h 30.

APAF, 12 rue des Gares, case postale 2087, 1211 Genève 2, tél. 022 310 82 82, fax 022 310 82 79 ou apaf@bluewin.ch.

CINÉMA – Mardi 14 octobre à 14 h 30: *Harold et Maude*, de Hal Ashby, proposé par Christiane Brunner. CAC-Voltaire (entrée libre), Maison des arts du Grütli, 16, rue Général-Dufour, 1204 Genève.

NEUCHÂTEL

PRO SENECTUTE – Randonnées de marche Neuchâtel, Loetschberg rampe sud (inscrip-



Erling Mandelmann/va

A Neuchâtel, le MDA organise en octobre des cours pour mieux se servir d'un téléphone portable.

tion nécessaire) mardi 7 octobre; Montmollin, mardi 21 octobre. Randonnées des Montagnes (haut du canton), Les Ponts-de-Martel, jeudi 9 octobre. **Bains** d'Yverdon pour le Val-de-Travers. **Cours** de danse traditionnelle à La Chaux-de-Fonds, Le Locle et Colombier.

Pro Senectute – Aînés + Sport, av. Léopold-Robert 51, case postale, 2301 La Chaux-de-Fonds, tél. 032 911 50 07, le matin.

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Cours d'informatique, lundi et mercredi après-midi, à l'Atelier de formation continue du CPLN à Neuchâtel. **Tir à l'arc**, du 21 octobre au 2 décembre, de 16 à 17 h 30 à Neuchâtel. **Cours Natel** en octobre à Neuchâtel, de 14 h à 16 h. **Cours de Tai chi**, 10 leçons d'une heure, le lundi après-midi, Centre de rencontre et d'accueil, rue du Seyon 2.

Renseignements et programme: Secrétariat du MDA, rue de l'Hôpital 19, cp 830, 2001 Neuchâtel, tél. 032 721 44 44, fax 032 725 04 80.

AVIVO – Permanence hebdomadaire, mardi de 9 h à 11 h, 2, rue du Seyon (immeuble Payot), Neuchâtel, tél. + fax 032 725 78 60. E-mail: avivone@swissonline.ch. Site: avivo-neju.ch.

U3a – UNIVERSITÉ DU 3^e ÂGE – Programme des cours à disposition. Université du 3^e âge, avenue du 1^{er}-Mars 26, Neuchâtel, tél. 032 718 11 60, fax 032 718 11 61.

VALAIS

PRO SENECTUTE, rue des Tonneliers 7, 1950 Sion, tél. 027 322 07 41.

PRO SENECTUTE, Martigny, Entremont, Monthey, ch. d'Octodure 10b, 1920 Martigny, tél. 027 721 26 42, fax: 027 721 26 41.

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Secrétariat MDA, tél. 027 203 27 89.

FRIBOURG

PRO SENECTUTE – Nouveau programme disponible auprès du secrétariat.

Pro Senectute, rue Saint-Pierre 10, 1700 Fribourg, tél. 026 347 12 47, internet: www.fr.pro-senectute.ch.

MOUVEMENT DES AÎNÉS, section fribourgeoise, case postale 60, 1709 Fribourg, tél. 026 424 45 02.

BIENNE

PRO SENECTUTE, quai du Bas 92, case postale, 2501 Bienne, tél. 032 328 31 11, fax 032 328 31 00. E-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch

JURA BERNOIS

PRO SENECTUTE – Jura bernois, rue du Pont 4, 2710 Tavannes, tél. 032 481 21 21.

MOUVEMENT DES AÎNÉS, Bienne et Jura bernois – Formation de conteurs à Bienne, club de la découverte, groupe de chant; tai-chi à Bienne, troc-savoir, stamm à Bienne, minigolf au Boccia, midi rencontre.

Renseignements et programme: M. Jean-Philippe Kessi, président, Bellevue 29 à Moutier, tél. 032 493 23 27.

JURA

AÎNÉS + SPORT – Randonnées et Nordic Walking, Aebital, mardi 7; Grotte Saint-Nicolas, mardi 14 octobre; Château de Soyhières, mardi 21 octobre; les métiers d'antan, mardi 28 octobre (inscription obligatoire jusqu'au 24 octobre). **Sorties à vélo**, Les Franches-Montagnes, mercredi 8; vallée de Laufon, mercredi 23; clôture de la saison en Ajoie, mardi 28 octobre. Autres activités, selon programme.

PRO SENECTUTE, Aînés + Sport, av. de la Gare 49, 2800 Delémont 1, tél. 032 421 96 10, www.ju.pro-senectute.ch.

AVIVO – Loto à la salle Saint-Georges à Delémont, jeudi 9 octobre à 14 h. Thé dansant, salle Saint-Georges, 23 octobre. Tournoi de cartes, restaurant de la Charrue, à Delémont, jeudi 30 octobre, à 14 h.

Renseignements: M. André Milani, route de Domont 31, 2800 Delémont, tél. 032 422 28 57.

Voyages MDA

Bourgogne
repas gourmand à Chagny

Prestations: voyage en car, bon hôtel*** à Beaune, petit-déjeuner, repas (midi) au restaurant Lameloise (apéritif, vins et café compris), repas de midi en route au retour, visite guidée du Vieux-Chalon et du Musée de la photo Niépce.

Prix: Fr. 625.– (MDA: Fr. 575.–)

Dates: du 7 au 8 nov. 2003.

Nouvel-An à Taormina (Sicile)

Prestations: vols de ligne Genève-Catane et ret., taxes d'aéroport, transferts, hôtel****, demi-pension, soirée et repas du Réveillon à l'hôtel (boissons comprises), 4 excursions avec guide local parlant français.

Prix: Fr. 1995.– (MDA: Fr. 1895.–)

Dates: du 29 décembre 2003 au 4 janvier 2004.

Nouvel-An à Parme
La Traviata

Prestations: voyage en car, hôtel**** au centre-ville, petits-déjeuners et 5 repas (dont repas de fête avec boissons), représentation de *La Traviata*, visites et excursions selon programme avec guide local parlant français.

Prix: Fr. 1595.– (MDA: Fr. 1495.–)

Dates: du 29 décembre 2003 au 2 janvier 2004.

Nouvel-An à Lyon

Prestations: voyage en car, hôtel*** au centre-ville, petits-déjeuners et 3 repas (dont 1 repas de fête avec boissons), 1 cocktail, visites guidées selon programme, spectacle Paris, c'est magique (ballet-revue le 31. 12), ciné-concert *Les Temps modernes* de Chaplin (le 1^{er} jan.).

Prix: Fr. 965.– (MDA: Fr. 895.–)

Dates: du 31 décembre 2003 au 2 janvier 2004.

MDA VOYAGES VACANCES, place de la Riponne 5, case postale 373, 1000 Lausanne 17, tél. 021 321 77 60.

OCAPA - Genève

Domicile et prestations complémentaires

Des prestations complémentaires à l'AVS peuvent être accordées, à Genève, sous certaines conditions. Le domicile en est une.

Le versement de prestations complémentaires à l'AVS/AI relève de la compétence des cantons: chaque canton alloue des prestations aux bénéficiaires domiciliés et résidant sur son propre territoire. Certains cantons accordent, par ailleurs, des prestations supplémentaires: c'est le cas de Genève. Le domicile et la résidence conditionnent l'oc-

troi de prestations complémentaires et leur examen fait l'objet d'un contrôle attentif, tant pour les nouvelles demandes que pour les personnes qui reçoivent déjà des prestations

Domicile et résidence

Selon le Code civil suisse, le domicile d'une personne est le lieu dont elle a fait le centre de ses relations personnelles et vitales et où elle réside avec l'intention de s'y établir. Pour déterminer si un demandeur de prestations est domicilié à Genève, il n'est pas suffisant qu'il y ait une adresse; il faut encore que l'intéressé y réside effectivement et qu'il ait la volonté de maintenir cette résidence. Si l'un de ces deux élé-

ments fait défaut, le droit aux prestations n'est pas accordé.

En cas d'absence

Lorsque des prestations sont versées par l'OCPA, le séjour à Genève doit être constant. Un bénéficiaire de prestations complémentaires peut bien sûr s'absenter, pour des vacances par exemple, sans qu'il y ait d'incidence sur le versement de ses prestations. Toutefois, s'il séjourne hors du canton plus de trois mois au total par année civile, il perd son droit aux prestations.

Les absences de plus de trois mois doivent être signalées à l'OCPA, car toute prestation reçue indûment peut faire l'objet d'une demande de restitution.

En conclusion, le domicile et la résidence habituelle sont des conditions indispensables à l'obtention et au versement des prestations complémentaires.

OCPA

Office cantonal
des personnes âgées
Route de Chêne 54
Case postale 378
1211 Genève 29
Tél. 022 849 77 41
Fax 022 849 76 76
www.geneve.ch/social/ocpa

Accueil du public
(rez-de-chaussée)
de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h à 16 h

Jura bernois

Un coup de main pour la paperasse

Si gérer la paperasse n'est pas votre fort, un nouveau service vient à votre secours.

Seize volontaires sont à disposition pour venir régler, à domicile, les affaires administratives courantes (préparation des paiements, demandes de prestations, envoi des frais aux caisses maladie, contrôle des remboursements et jusqu'au classement des factures, etc.). Ce ser-

vice est réservé aux personnes en pleine possession de leurs moyens, précise Pro Senectute. Les volontaires font le travail avec leurs «clients», qui restent responsables de leurs actes et n'ont aucune procuration à signer. Lors du premier rendez-vous, un spécialiste évalue la situation. En cas de démarches plus compliquées, les dossiers peuvent être confiés à des professionnels. Le coût de ce service est fixé à 400 francs par an, soit un peu plus de 30 francs par mois. **Nicole Rohrbach**

Pro Senectute, tél. 032 481 21 20.

Les jeudis dans la nature

Dans le cadre des «Jeudis verts», Pro Senectute Jura bernois propose plusieurs balades: restaurant la Gentiane depuis Renan (2 octobre) ou métairie de Nidau au départ de Péry (9 octobre). Une course «facile» – Tramelan-Tavan-nes par la Tanne – est proposée le 16 et une autre classée «difficile» de 4 h 30

du Pré-Petijean à la Combe-Tabellon. D'autres propositions: La Chaux-des-Breuleux, par l'étang de La Gruère (23 octobre) ou Le Petit-Val (30 octobre). Pour clore la saison: repas surprise après une promenade au départ de Sonceboz (inscriptions jusqu'au 30 octobre).

N.R.

Neuchâtel

Loger un étudiant: une expérience positive

■ Octobre est synonyme de rentrée universitaire et chaque année se pose un problème de logement pour de nombreux étudiants. Lorsque des particuliers louent une chambre d'un appartement devenu trop grand pour eux seuls, l'expérience peut se révéler positive.

Micheline Krebs s'est lancée à l'eau il y a déjà quatorze ans: «J'ai perdu mon mari et ma maison me semblait trop grande pour moi toute seule. J'ai alors décidé de mettre deux pièces en location.» La démarche visait avant tout à combattre la solitude mais également à assurer un petit gain bienvenu. La maison se prête particulièrement bien à l'expérience car les chambres à louer bénéficient d'une entrée indépendante et ne sont pas sur le même étage que les pièces occupées par la propriétaire. M^{me} Krebs aime que ses locataires se sentent à l'aise chez elle. Elle n'a jamais eu de problèmes et elle rit quand on lui demande si elle doit mettre ses affaires sous clé.

Ouverture d'esprit

Elle accueille généralement des étudiants inscrits à l'Université et apprécie beaucoup le dialogue avec eux. «Je pense faire preuve d'ouverture d'esprit; ces jeunes m'apportent énormément.» Il est aisé d'imaginer que l'échange est à double sens. M^{me} Krebs reste souvent en contact avec les personnes qu'elle a logées. L'un de ses anciens locataires est resté chez elle durant neuf ans. «Je suis un peu comme leur grand-

maman. Je les invite souvent à partager mon repas et ils me racontent leurs joies et leurs peines.» La location lui permet aussi de découvrir d'autres cultures car elle héberge régulièrement des jeunes venant de l'étranger. «L'été dernier, j'ai eu deux Iraniennes qui perfectionnaient leur français.»

M^{me} Krebs ne peut que recommander l'expérience. Pour éviter toute déconvenue, elle tient toujours à rencontrer ses futurs locataires avant de prendre sa décision. A Neuchâtel, les personnes



René Charlet

Depuis 14 ans, M. Krebs loue deux chambres à des étudiants.

intéressées peuvent contacter la cité universitaire qui met une liste des chambres à disposition des étudiants.

Ariane Geiser

» Adresse utile:

Cité universitaire, av. Clos-Brochet 10, 2000 Neuchâtel, tél. 032 727 68 00, fax 032 727 68 01.

Vaud

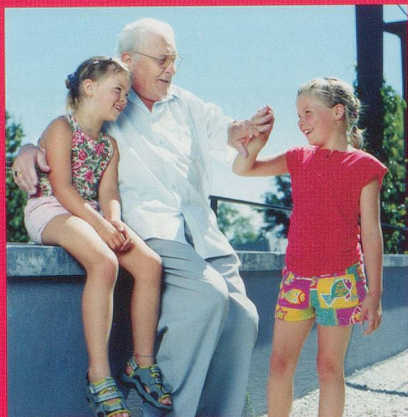
Clubs d'aînés: du nouveau!

Le journal de la Fédération vaudoise des Clubs d'Aînés a fait peau neuve. Sous le titre nouveau d'*Aînés Magazine*, le fascicule a revu sa formule, en changeant de format et de présentation. Avec de nouvelles rubriques et de la couleur, ce bulletin d'information continuera de paraître deux fois par année. Son but est de donner aux membres des nouvelles des différents clubs et des idées de rencontre. Outre ses pages con-

cernant la vie des clubs et celles plus récréatives comportant des jeux, des mots croisés et des histoires drôles, *Aînés Magazine* propose des rubriques pratiques, comme la page internet ou des propositions de balades. Les lecteurs sont invités à réagir à ce premier numéro en répondant au questionnaire encarté dans leur journal. Ils sont aussi invités à participer à la rédaction du bulletin. Près de 65 clubs du canton avec plus de 4000 mem-

bres sont affiliés à la Fédération vaudoise des Clubs d'Aînés. Faute de moyens suffisants, le journal ne peut être adressé directement aux abonnés. La souscription d'un abonnement (Fr. 7.-) se fait par l'intermédiaire du club, qui se charge également de remettre les exemplaires aux abonnés. *Aînés Magazine* peut en outre être consulté sur le site: www.pro.senior.ch

MMS



Pierre Joray
Retraité

Avec une déficience auditive modérée à forte, je porte des aides auditives depuis plus de 13 ans. Symbio est extrêmement rapide: les sons forts sont atténués et ne sont pas désagréables. Je peux maintenant distinguer les sons forts des sons faibles. Comme je ne dois plus sélectionner de programme ni régler le niveau sonore, je peux me

concentrer sur la parole. Dans la rue, je peux comprendre ce que les gens disent, malgré le bruit de la circulation. Lors de réunions de famille, je parviens maintenant à suivre une conversation et à y participer activement. Facile à nettoyer et simple d'emploi, Symbio est extrêmement convivial et confortable à porter. Enfin, le fait de ne plus avoir besoin de télécommande a été un soulagement.

symbio



**16'000 fois
par seconde...**

Le processeur de Symbio analyse les signaux d'entrée et traite le son 16'000 fois par seconde. Il est ainsi 100 fois plus rapide que les autres appareils disponibles sur le marché.

Symbio – véritable merveille de technologie

- le seul appareil auditif qui traite les phonèmes de la parole de manière unifiée sans devoir ainsi décomposer le signal. Ceci garantit une compréhension optimale de la parole.
- offre un système efficace de suppression des sifflements (effet Larsen).
- le système véritablement automatique – l'utilisateur peut ainsi se concentrer totalement sur la parole.

Tentez l'expérience et prenez contact avec votre spécialiste.

Qui, je souhaite en savoir plus sur les nouveaux appareils auditifs Symbio.

Veuillez m'envoyer, sans engagement, de plus amples informations.

Nom/Prénom _____

Rue _____

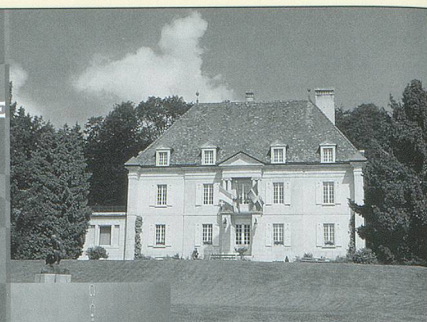
NPA, lieu _____

Veuillez envoyer le talon à:

Bernafon AG
Morgenstrasse 131
3018 Bern
Tél. 031 998 15 15
Fax 031 998 15 90
E-mail info.schweiz@bernafon.ch
www.bernafon.com

bernafon
Innovative Hearing Solutions

MUSÉE D'HORLOGERIE DU LOCLE CHÂTEAU DES MONTS



HEURES D'OUVERTURE:

de mai à octobre:
10h à 17h

de novembre à avril:
14h à 17h

fermé le lundi
(sauf lundis fériés)

Prix d'entrée:
Fr. 7.- / AVS Fr. 6.-

Pour les groupes:
sur réservation visite
possible en dehors
de l'horaire

Musée d'horlogerie
Château des Monts
Route des Monts 65
CH-2400 Le Locle
Tél: ++41 (0) 32 / 931 16 80
Fax: ++41 (0) 32 / 931 16 70
E-mail: mhl.monts@bluewin.ch

Le musée des Monts et merveilles!

Splendide maison de maître de style Louis XVI, le Château des Monts fut construit entre 1780 et 1790 dans un parc bordé d'arbres séculaires.

Du temps profond aux sommets de la précision: sur le nouveau parcours à thèmes «LES TEMPS DU TEMPS», laissez-vous surprendre par une muséographie inventive qui relie le temps à la vie, au rêve, au savoir.

Exposition temporaire
du 11 janvier au 31 octobre 2003
TIME AFTER TIME
150 ans, Exposition Tissot

Des professionnels au service de personnes handicapées ou âgées



MEDITEC SA

Jacquy Dubuis



Documentation gratuite souhaitée:

- ☐ Lifts d'escalier ☐ Lifts de bain ☐ Fauteuils roulants manuels
☐ Fauteuils roulants électriques ☐ Scooters électriques

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

NPA/Localité: _____

Tél.: _____



MEDITEC SA – Route de Fey 19 – Case postale 9 – 1038 Bercher (VD)
Tél. 021 887 80 67 – Fax 021 887 81 34 – E-mail: meditec@bluewin.ch
Site internet: www.meditec.ch **Points de vente** à Marin (NE) et à Sion (VS)

■ Simone Devaud, peintre, sait partager sa passion. Elle anime un atelier d'aquarelle dans une maison de retraite. Ses œuvres et celles de ses élèves seront exposées à Cottens.



Nicole Chuard

Simone Devaud sait faire partager sa passion de la peinture.

L'aquarelle du bonheur

Passer la porte de quelqu'un, c'est un peu entrer dans sa vie. Simone Devaud garde la sienne ouverte pour permettre à Prune, le chat noir de la maison, d'aller et venir. Elle nous reçoit dans sa cuisine, c'est là qu'elle peint parce que la lumière est belle et la vue large par dessus les remparts de Romont.

Simone Devaud a découvert l'aquarelle il y a une dizaine d'années. Elle peint pour son seul plaisir d'abord, puis commence à montrer ce qu'elle fait à des amis. En 2000, elle participe à une première exposition collective, «Art Forum de la Glâne» à Rue. Cette manifestation, qui a lieu tous les deux ans, voit artistes et amateurs de la région présenter leurs œuvres dans diverses salles, cours et caves de la petite ville du sud fribourgeois, ainsi que dans le donjon et la salle des chevaliers du Château.

Cette première exposition la ravit et confirme son choix. Et

depuis, elle expose régulièrement dans le canton. Ses sources d'inspiration sont des détails de la nature, des fleurs, des animaux. «Quand je fais une jolie aquarelle, je ris toute seule, dit-elle. Et si personne n'est là, je la montre au chat.» Un chat original qui n'en fait qu'à sa tête et que Simone Devaud et sa fille ont recueilli tout jeune et en piètre santé, un chat vivant parmi les nombreux chats de bois, de pierre ou de porcelaine qu'elle collectionne.

Moments privilégiés

Depuis trois ans, Simone Devaud anime aussi un atelier à la Résidence Saint-Martin à Cottens. Ses «élèves», surtout des femmes, ont entre 80 et 90 ans. «Des grands-mamans qui n'ont jamais tenu un pinceau, parce qu'elles n'avaient pas de temps à perdre à dessiner», dit-elle. La peintre-animatrice leur prépare un cro-

quis qu'elles colorent, chacune avec sa sensibilité, de teintes vives ou pastel. «Il y a un bon échange dans le groupe, elles plaisantent, se taquent, raconte Simone Devaud. Quand elles peignent, elles repartent dans leur jeunesse.... L'aquarelle, ça fait oublier les soucis, ça nous apporte du bonheur.»

Les tableaux sont ensuite encadrés pour mieux être mis en valeur. Les sujets sont nombreux: des chats, des fleurs, des légumes, des fruits et des couchers de soleil. «Parfois, les personnes n'arrivent pas à croire que ce sont leurs œuvres... Je suis très fière d'elles.»

La responsable de l'animation dans la maison de retraite, Marie Madeleine Morel se réjouit du succès de cet atelier. «Les participantes sont ravies et ont un immense plaisir à montrer ce qu'elles font. Pourtant, au début, beaucoup avaient peur de ne pas savoir.»

La Résidence Saint-Martin a sa propre galerie, où elle organise cinq à six expositions par année. Jusqu'au 2 novembre, les œuvres des «aquarellistes» et de leur guide Simone Devaud y seront présentées. Son titre?... «Moments de bonheur». A partager avec de nombreux visiteurs de l'extérieur.

Annette Wicht

A voir

L'exposition d'aquarelles «Moments de bonheur» est à voir à Cottens jusqu'au 2 novembre à la Galerie du 3^e art, Résidence Saint-Martin. Renseignements: M.-M. Morel, tél. 026 477 61 11 ou Simone Devaud, tél. 026 652 35 15.

Valais

■ La première Landsgemeinde des aînés valaisans, qui s'est tenue en juin dernier, a connu un vif succès avec plus de 1500 participants. Retour sur cette journée en compagnie des organisateurs.

AVS: l'avis des retraités



Bernadette Roten et Emile Jordan, organisateurs de la Landsgemeinde des aînés valaisans.

L'idée était de donner la parole au plus grand nombre possible, d'informer de la situation des aînés dans la société actuelle, d'affirmer nos convictions et nos valeurs, de transmettre le témoin», explique Bernadette Roten, présidente de la Fédération valaisanne des retraités. «Les participants sont venus de toutes les régions du Valais et de tous les milieux. Ce fut une journée merveilleuse, pleine d'amitié et de convivialité», ajoute, pour sa part, Emile Jordan, président du comité d'organisation.

La manifestation, qui s'est déroulée à Savièse le 6 juin dernier, a réuni quelque 1500 per-

sonnes venues débattre de l'AVS et de la prévoyance vieillesse. Bernadette Roten dresse un bilan positif de cette journée. «Sur le plan social: la Landsgemeinde a montré que les aînés sont capables de se mobiliser, d'apporter des idées et des propositions. Sur le plan politique, la fédération a acquis une meilleure visibilité et suscité un intérêt accru.» Le président du gouvernement valaisan, Jean-Jacques Rey-Bellet, le conseiller d'Etat en charge des affaires sociales, Thomas Burgenner, le président du Grand Conseil, Jean-Paul Duroux, étaient présents. Et, lors de la lecture du message du président de la Confédération, Pascal Couche-

pin, une rumeur de protestation a parcouru l'assemblée. Les aînés valaisans n'ont pas apprécié son discours «terrorisant» sur l'AVS et la prévoyance vieillesse, thème du débat conduit par François Dayer, rédacteur en chef du *Nouvelliste*. La discussion a montré l'inquiétude des retraités face à l'attitude des autorités et des milieux économiques à leur égard.

A l'occasion de la Landsgemeinde, *Le Nouvelliste* ainsi que le *Walliser Bote* ont publié un questionnaire élaboré par Pro

Senectute Valais. Si les résultats n'ont pas une valeur scientifique, ils n'en sont pas moins révélateurs. Ainsi, à propos de l'âge de la retraite, 36% des personnes interrogées pensent qu'il faut tenir compte de l'activité exercée, 29% souhaitent le statu quo, 16% seraient d'accord pour une augmentation raisonnable et 13% estiment qu'il faut prendre en compte la durée des cotisations.

Quant à la confiance en l'AVS, 82% des réponses sont optimistes, voire très optimistes. Et Michel Hermann Hagmann, directeur de l'Institut suisse Age et Générations (INAG), leur donne raison. «Notre politique en matière de

prévoyance vieillesse est un modèle du genre.»

En ce qui concerne les craintes relatives au grand âge, la première est celle de ne plus pouvoir rester chez soi. Viennent ensuite la perte de mobilité, le prix des EMS, les soucis financiers, l'isolement social et la sécurité.

Risque de démantèlement

Si le danger du démantèlement des assurances sociales a été souligné par l'ancien conseiller national Vital Darbellay, l'importance du réseau intergénérationnel pour renforcer la cohésion sociale et la solidarité a été mise en évidence par les intervenants de l'INAG.

Au terme de la journée, les 1500 retraités ont approuvé l'«Appel de Savièse». Constatant qu'ils sont trop souvent considérés comme un facteur de coûts, sans tenir compte de ce qu'ils ont apporté et de ce qu'ils apportent à la société, les retraités valaisans demandent notamment aux autorités d'éviter tout démantèlement des assurances sociales AVS, AI, 2^e pilier, assurance maladie. De leur côté, ils sont disposés «à faire leur part dans le financement de l'AVS par des cotisations sur leurs salaires ainsi que sur les revenus des capitaux», et à faire bénéficier la société de leur expérience et de leurs services et à s'investir dans le bénévolat.

Françoise de Preux



Consultation auditive professionnelle
Savez-vous que 740'000 personnes souffrent de problèmes auditifs en Suisse... et vous?

Nos prestations:

- Test gratuit de votre audition
- Essais gratuits et sans engagement d'appareils auditifs
- Conseils et suivi personnalisés
- Prise en charge des démarches auprès des assurances sociales
- Réglage et réparation d'appareils de toutes marques
- Appareils de protection contre le bruit

1860 Aigle
Rue du Midi 17
Tél.: 024-466 79 28

2502 Biel
Bahnhofstrasse 39
Tél.: 032-323 30 80

2017 Boudry
Pharmacie D'Herborence
Rue Oscar
Huguenin 23
Tél.: 032-845 04 05

2800 Delémont
Quai de la Sorne 5
Tél.: 032-422 16 66

1700 Fribourg
Avenue de la Gare 4
Tél.: 026-322 03 18

1211 Genève 3
Rue du Marché 12-14
Tél.: 022-311 28 70

2302 La Chaux-de-Fonds, Espacité 5
Tél.: 032-913 05 26

1001 Lausanne
Avenue de la Gare 43bis
Tél.: 021-323 12 45

2400 Le Locle
Rue du Temple 29
Tél.: 032-931 32 25

1920 Martigny
Avenue de la Gare 19
Tél.: 027-723 36 30

1870 Monthey
Rue des Bourguignons 8
Tél.: 024-472 10 30

1820 Montreux 1
Avenue des Alpes 35
Tél.: 021-963 45 59

1110 Morges
Avenue du Moulin 12
Tél.: 021-801 58 84

1510 Moudon
Rue Mauborget 5
Tél.: 021-905 25 03

2001 Neuchâtel
Rue du Seyon 10
Tél.: 032-725 66 77

1530 Payerne
Rue de Lausanne 50
Tél.: 026-660 58 50

2900 Porrentruy 1
Rue des Tanneurs 5
Tél.: 032-466 77 22

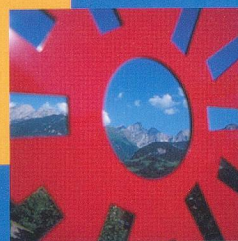
1180 Rolle
Grand-Rue 6
Tél.: 021-826 16 49

1950 Sion
Rue Pré-Fleuri 5
Tél.: 027-323 68 09

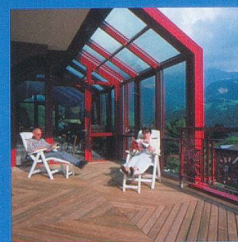
1800 Vevey
Rue de Lausanne 29
Tél.: 021-922 26 82

1400 Yverdon
Rue des Moulins 19
Tél.: 024-425 58 28

amplifon
entendre la vie



Dans un site très ensoleillé, dans le calme et la beauté du Pays-d'Enhaut, à 1'000 m. d'altitude



PRÄZ-SOLEIL
MAISON D'ACCUEIL

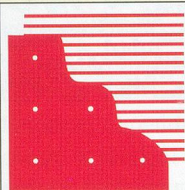
Château-d'Oex

Reçoit des personnes de tous âges pour:

- suite de traitement, convalescence, repos et vacances
- soins paramédicaux assurés par une équipe pluridisciplinaire
- téléphone et prise TV dans toutes les chambres
- relation d'aide
- régime sur demande
- programme d'animation
- piscine médicale à 2 min.
- jardin d'hiver

Directrice: M.-J. Gerber
1660 Château-d'Oex - Suisse
tél. ++41 26 923 72 72
fax ++41 26 923 72 70
e-mail: praz-soleil@swissonline.ch

Médecin responsable:
Dr. Bornet - Château-d'Oex



EVERSTYL®

fauteuils et canapés de relaxation

Rue Saint-Roch 25
1004 LAUSANNE
Tél. 021 351 61 05

Reprise de votre ancien fauteuil



Modèle:
Louvre

Offre exceptionnelle*

Fr. 200.-

déductible sur toute nouvelle
commande de fauteuil et canapé

valable du 1^{er} au 31 octobre 2003

*Quelle que soit sa marque et son état, offre non cumulable avec d'autres promotions.

Bon pour un catalogue GRATUIT à découper et à renvoyer à l'adresse ci-dessus

- ☐ OUI, je souhaite recevoir, sans engagement de ma part, le catalogue Everstyl. GE 1003/17
- ☐ Cochez la case pour une démonstration à domicile gratuite et sans engagement (sur rendez-vous).

Nom Prénom

Adresse

Numéro postal Ville

N° Tél. Date anniversaire



NOUVEAU
Modèle:
Louvre
fauteuil
releveur

