

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 34 (2004)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Pro Senectute

#### 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:** 07.01.2026

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

# Des seniors branchés

**Le site internet Prosenior et toute une gamme de cours informatiques destinés aux aînés permettent aux seniors romands de ne pas rester en rade au bord des autoroutes de l'information. Petit tour d'horizon.**

**A**l'encontre des idées reçues selon lesquelles la «fracture numérique» s'aggraverait entre les jeunes générations branchées et les seniors déconnectés, des études démontrent que c'est parmi les personnes âgées de 50 à 64 ans que l'utilisation des nouvelles technologies d'information et de communication (NTIC) connaît actuellement la plus forte croissance. A tel point que le marché des seniors est devenu l'un des plus prometteurs. Cependant, cela ne doit pas occulter que le pourcentage des utilisateurs des NTIC tend à diminuer, de manière presque linéaire, en fonction des tranches d'âge.

Le «fossé digital» entre les générations n'est pas irrémédiable; encore faut-il que des initiatives, collectives et privées, s'efforcent de le combler. Car la peur de l'inconnu et de la complexité dissuade souvent les aînés de franchir le seuil de ce nouvel univers psycho-cognitif dans lequel n'importe quel bambin évolue comme un poisson dans l'eau.

## Cyber-Seniors

Crée il y a un peu plus d'un an, l'Association Cyber-Seniors (ACyS), installée au «Swiss-Media Center» de Vevey, se propose d'initier les aînés aux arcanes de l'informatique et d'internet. «L'un de nos premiers soucis, c'est de démystifier l'ordinateur, de montrer ce qu'il a dans le ventre en démontant, pièce par pièce un vieux appareil», explique M. Alphonse Bugnon, l'un des animateurs. Il s'agit, au début, de se familiariser avec le clavier et d'appriover la souris.» Les cours (traitement de texte Word, publipostage, messagerie électronique, photo et vidéo numériques, tableur Excel, etc.), «donnés par des seniors à des prix seniors», sont destinés à de petits groupes n'excédant pas six personnes et ont lieu de février à mai et de septembre à novembre, quatre jours par semaine, dans une salle dotée de huit ordinateurs et d'équi-

gements de démonstration. Les mercredis après-midi, les membres de l'association peuvent également participer gratuitement aux cyber-ateliers, durant lesquels les formateurs sont présents pour les assister et répondre à toutes leurs questions.

«Ce que j'apprécie, confie M<sup>me</sup> Bierri, professeur à la retraite, qui fréquente les cours «pour ne pas mourir idiote», c'est la compétence, l'amabilité et la disponibilité des formateurs qui dispensent un enseignement personnalisé, adapté au rythme de chacun. Il est aussi très agréable de pouvoir participer aux ateliers du mercredi sans inscription préalable, suivant mon emploi du temps.» Une autre participante souligne combien il est important de se sentir encadré, de pouvoir prendre des notes tranquillement et poser plusieurs fois les mêmes questions, si nécessaire. Si elle suit cette formation, c'est, avant tout, pour comprendre comment fonctionnent ces technologies. Elle a même pris un cours PowerPoint, dont elle n'a pas l'usage, par pure curiosité.

Les membres d'ACyS bénéficient également des conseils des formateurs lors de l'achat d'un ordinateur, d'un service de dépannage à domicile à un tarif préférentiel et d'une assistance technique pour l'installation d'un PC ou d'un nouveau logiciel. L'association, qui compte déjà plus de 110 adhérents,



se veut également un lieu d'échange et d'entraide où l'on cultive la «cyberconvivialité».

## Le site des seniors

C'est dans ce même esprit que trois des formateurs de l'ACyS ont créé, en 2002, avec l'aide de Pro Senectute Suisse, «le site préféré des seniors romands». Hébergé gratuite-

ment par Swisscom, le site www.prosenior.ch est avant tout un portail qui facilite la recherche et permet d'accéder à toutes sortes de sites. C'est ainsi que, dans la rubrique «urgences et liens», on trouve, entre autres, les horaires des CFF, un annuaire téléphonique du monde entier, les plans du guide Michelin, une carte de la Suisse permettant de calculer des itinéraires. La maintenance du site est assurée par Alphonse Bugnon, ancien professeur de mathématique et d'informatique, Roger Uldry, ingénieur à la retraite, et Jean-Claude Tintori, du secrétariat romand de Pro Senectute Suisse. Trois seniors qui travaillent en concertation et cherchent constamment à étoffer le site avec de nouveaux liens et de nouveaux articles. La mise à jour est quotidienne et des nouveautés sont introduites chaque semaine. «Prosenior» facilite les procédures de navigation et constitue une mine de renseignements et de conseils pratiques. Par exemple, en lien avec l'Office fédéral de la communication, on y met en garde contre les

Lausanne dont la refonte de ce site constitue le travail de diplôme. L'ambition des amateurs est de mettre à disposition des seniors romands un instrument efficace et attractif qui les incite à s'approprier les ressources de l'informatique et à explorer les multiples possibilités.

Il est avéré que, une fois initiés, les aînés deviennent facilement des accros; c'est même dans le segment des 60-64 ans qu'il y aurait, selon une enquête réalisée en Belgique, le plus d'utilisateurs quotidiens d'internet. S'ils font peu d'usages ludiques de la toile et n'ont encore guère recours aux services en ligne, les «seniorautas» privilégient le courrier électronique qui permet, dans un monde où la mobilité professionnelle augmente, de conserver une intimité à distance avec des proches géographiquement éloignés. Il est significatif que leur premier message électronique soit généralement adressé à l'un de leurs petits-enfants.

Jacques Repond

## Centres de formation Pro Senectute

Des cours d'initiation à l'informatique sont aussi organisés à Martigny, Bex, La Tour-de-Peilz, Lausanne, Renens, Morges, Yverdon, Fribourg, Bienné et Genève. Pour tous renseignements et pour les inscriptions, s'adresser aux organisations cantonales de Pro Senectute respectives ou au secrétariat romand de Pro Senectute Suisse, rue du Simplon 23, 1800 Vevey, tél. 021 925 70 10, e-mail: secretariat-romand@sr-pro-senectute.ch

## Adresses utiles

**Pro Senectute Bienné**  
Quai du Bas 92, c.p. 372,  
2501 Bienné  
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 Tonneliers 7, 1950 Sion  
e-mail: info@vs.pro-senectute.ch  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16