

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 35 (2005)  
**Heft:** 5

**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:** 27.04.2026

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

# L'ART POUR S'EXPRIMER ET

On peut créer à tout âge. A l'atelier Exprim, à Couvet (NE), on en est persuadé: les cours, du dessin à la sculpture sur métaux, sont ouverts à tous les publics.

Depuis quelques semaines, la Grand-Rue de Couvet, dans le Val-de-Travers, compte une nouvelle enseigne: un atelier d'expression artistique, inauguré à la mi-avril par l'association Exprim, dont l'objectif premier est de promouvoir les arts visuels comme moyen de développement personnel. Tout le monde y est le bienvenu. «Nous avons voulu un lieu de rencontre véritablement tout public, dont personne ne se sentirait exclu; c'est pourquoi les sanitaires sont aménagés pour les personnes en chaise roulante et une rampe d'accès est prévue à l'entrée», souligne Alexa Vincze, l'initiatrice du projet, qui a l'intention de particulièrement choyer les seniors.

Céramiste de formation, elle a travaillé de 1997 à l'année dernière au home La Lorraine, à Bevaix, en tant qu'art-thérapeute et animatrice, après avoir enseigné pendant de nombreuses années dans plusieurs écoles. Elle est évidemment convaincue des bienfaits de la création artistique. «Dans les institutions, on propose de nombreuses animations aux résidents. Mais les person-

nes âgées qui vivent toujours chez elles n'ont pas les mêmes possibilités, surtout à la campagne comme ici. J'aimerais vraiment qu'elles aussi puissent réaliser des choses qu'elles n'ont jamais pensé faire, qu'elles n'ont jamais pu faire ou qu'elles n'ont pas eu le temps de faire», souligne Alexa Vincze.

Elle est formelle, il n'y a pas d'âge pour se lancer dans la peinture, la sculpture ou d'autres activités créatrices: «C'est vraiment accessible à tout le monde, il suffit d'en avoir envie et de franchir la porte.» Oublier ses retenues, sa timidité, lâcher prise, oser prendre un pinceau et le laisser courir sur une toile, malaxer de la terre pour en faire surgir un objet ou un personnage, cela fait tout simplement du bien, affirme la fondatrice d'Exprim. Aucun savoir-faire préalable n'est requis: «On m'a souvent dit *Mais je n'ai jamais fait ça de ma vie!* ou, une objection classique, *Je ne sais pas dessiner.* Mais il n'y a pas besoin de savoir dessiner. Ici, on crée pour le plaisir, sans jugement, pour moi c'est très im-

portant. Il n'est pas question de beau ou pas beau, d'objet réussi ou pas réussi. L'important, c'est de se sentir bien, de vivre le moment présent. C'est apaisant, ça calme. Et surtout, en créant, on se rend compte qu'on est capable de faire plein de choses, c'est très valorisant.» Le dossier de présentation d'Exprim le précise d'ailleurs: «La pratique de l'art offre une impulsion bénéfique, un soutien dans le développement de tout être, quel que soit son âge ou sa situation. Elle permet d'apprendre à poser un regard neuf sur le monde, d'éveiller sa conscience à un présent riche et harmonieux.»

## COLLABORATIONS DIVERSES

Exprim va proposer, tout au long de l'année, des cours en journée et en soirée, ainsi que des stages d'été de trois à cinq jours (*lire encadré*). «Nous offrons des démarches artistiques variées permettant une approche individualisée de connaissances, de développement personnel ou d'harmonie de vie: cours personnels, connaissance de soi, ateliers de ressourcement en groupes, initiation aux diverses techniques artistiques, conférences, séminaires, cours professionnels, formation continue», annonce le programme qui privilégie l'expression en deux et trois dimensions: couleur, dessin, peinture, collage, aquarelle, sculpture, modelage, céramique, poterie, papier mâché, etc.

Dans un premier temps, deux autres artistes collaboreront avec Alex Vincze, son mari le peintre Claude Jeannotat, et le sculpteur Philippe Ioset. D'autres contributions sont prévues. «Exprim est ouvert à tout. Nous avons par exemple en projet d'y associer la musique, mais si quelqu'un a une demande pour un autre type de cours, par exemple de la gravure, nous irons chercher l'artiste qui pourra l'enseigner. Nous pensons aussi à des ateliers intergénérationnels: des enfants et des personnes âgées qui créent ensemble, c'est magique!»

A Pro Senectute Neuchâtel, on voit l'ouverture d'Exprim d'un très bon œil, relève

## DU PRINTEMPS À L'AUTOMNE

Durant le mois de mai. Exprim propose des cours de dessin libre – sur une série de trois jeudis – et de poterie (fabrication de bols) durant trois samedis. En juin, on dessinera des paysages, on modèlera des animaux et on s'initiera à la soudure autogène et électrique pour sculpter à l'aide de matériaux de récupération. Les stages d'été seront consacrés, à raison de six heures par jour durant trois ou cinq jours, à l'étude de la couleur, à la peinture acrylique, à la réalisation de figures humaines, de bols, de saladiers et autres

contenants en poterie, à la fabrication de masques et de boucliers en papier mâché et aux collages. Le programme d'automne reprend les cours du printemps, en ajoutant le dessin de fleurs et de végétaux. Le prix des cours: Fr. 20.– l'heure.

Pour qu'un cours ou un stage ait lieu, il faut la participation d'un minimum de quatre personnes.

»» Renseignements et inscriptions: Exprim, Alexa Vincze, Grand-Rue 6, 2108 Couvet, tél. 032 863 30 11 ou 079 404 91 28.

## SE DÉVELOPPER



Alexa Vincze anime l'atelier Exprim, un lieu de création ouvert à tous.

la directrice Elisabeth Hirsch Durrett: « Ces activités viennent compléter une offre souvent pauvre dans le Val-de-Travers. » Consciente que le prix des cours, bien que modéré, peut décourager certaines personnes, l'organisation est prête à envisager une

contribution pour couvrir des frais. Les demandes sont à adresser directement à Pro Senectute Neuchâtel, rue de la Côte 48a, 2000 Neuchâtel, tél. 032 729 30 40.

Nicole Rohrbach

### 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**  
Ch. de la Redoute 9, c.p.  
1752 Villars-sur-Glâne 1  
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 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

**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

**Pro Senectute Vaud**  
Maupas 51  
1004 Lausanne  
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