

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 35 (2005)
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: 18.01.2026

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



D.R.

Les marcheurs des Jeudis Verts de Pro Senectute Jura bernois atteindront Genève par les crêtes du Jura cet automne.

Aventure pédestre SUR LES CRÊTES DU JURA

Rejoindre Genève à pied par les crêtes du Jura: tel est le défi que s'est lancé une équipe d'aînés du Jura bernois. Cet automne, ces amateurs de marche auront atteint leur but.

«**F**aire» les crêtes du Jura est un rêve que caressent bon nombre de marcheurs. Une quinzaine de fidèles des *Jeudis Verts* de Pro Senectute Jura bernois (*lire encadré*), âgés de 60 à 80 ans, sont en train de le réaliser. En quatre étapes de trois jours, à raison de 6 à 7 heures de marche quotidienne, repartant à chaque fois exactement d'où ils s'étaient arrêtés, ils rejoindront Genève cet automne. «Certains pensaient que, vu leur âge, c'était trop tard pour réaliser cet exploit. Là, ils démontrent

qu'il n'y a pas d'âge pour y arriver», relève Geneviève Grimm-Gobat, responsable du Sport des Aînés de Pro Senectute Jura bernois, qui les accompagne avec Nicole Bangerter, monitrice de marche. Elle sourit en évoquant l'équipe: «Nous formons un cortège plutôt insolite! Des personnes d'un âge certain, guidées en outre par un chien d'aveugle et son maître... ceux que nous croisons sont surpris et encore plus quand nous leur disons d'où nous venons et quel est notre objectif. Il y en a qui ne veulent

pas croire que nous sommes partis de si loin. Et, à voir l'allure dynamique du groupe, on ne dirait pas que certains ont eu des problèmes physiques, une opération de la hanche ou une rééducation cardiaque», souligne-t-elle, admirative.

La première étape s'est déroulée il y a une année et les a conduits des Rochers-de-Granges, alors couverts de boutons d'or, au Chasseral, encore sous la neige. La seconde, l'automne passé, les a menés de champignons en gentianes, du Chasseral

au pied du Chasseron. La troisième sortie aura lieu en ce début juin et démarra du Chasseron pour rejoindre Le Pont, par Sainte-Croix. Enfin, en septembre, les randonneurs reprendront leur marche du Pont pour terminer à Saint-Cergue.

VRAIES CARTES POSTALES

Jeanne Chappuis, de Moutier, se réjouit en pensant au prochain départ. A plus de 75 ans, après avoir connu quelques ennuis de santé, elle considère que «la marche, c'est la vie»: «C'est une conquête sur moi-même. Bien sûr, lors de certains passages, à certains moments, quand les montées étaient rudes, j'ai eu envie d'abandonner. Je me suis dit: *Qu'est-ce que je fais là?* Mais après, il y a la satisfaction d'avoir réussi, d'être allée plus loin. Et là, je suis contente. Simplement.»

L'effort est récompensé par les panoramas: «Les paysages sont de toute beauté, de vraies cartes postales. On se le dit à chaque fois: qu'est-ce que la Suisse est belle! Et on a eu de la chance, il a fait un temps magnifique à chaque étape», raconte la randonneuse: «A marcher là-haut, il y a un vrai sentiment de renouveau: on ne pense plus à son âge.» Bien sûr, confie-t-elle, certains matins, on a de la peine à se lever. On n'est pas tous costauds et on a tous nos petits bobos. Mais il suffit de penser à ceux qui sont plus mal lotis que nous pour repartir.»

Jeanne Chappuis apprécie particulièrement la camaraderie qui règne dans le groupe, dont elle retrouve, entre deux étapes, certains membres lors des *Jeudis Verts*. «Cheminier ensemble, cela crée des liens, une forme d'intimité: on partage le même

effort et, du coup, des confidences qui ne se livrent pas autour d'une table, explique Geneviève Grimm-Gobat. La solidarité est de rigueur. Si quelqu'un flanche un peu, on l'attend, on le rassure. Et lorsqu'on est essoufflé, on s'arrête un moment pour récupérer avant de repartir. Tout le monde arrive en même temps! On ne compte ni les heures, ni les kilomètres, ni les dénivellations, on refuse d'être dans une logique comptable, on veut juste se faire plaisir, sans stress, sans compétition. On n'a pas eu le moindre accident, pas d'entorse, pas même de cloque, juste une piqûre de guêpe.»

AMBiance EN CABANE

A midi, les pique-niques sont tirés du sac ou le dîner pris dans une auberge de montagne. Les soupers – gastronomiques et préparés par deux cuisinières qui rejoignent les marcheurs en fin de journée –, les soirées et les nuits se passent en cabane, dans une joyeuse ambiance. «Certains n'avaient jamais dormi en dortoir. Des dames ont même avoué que c'était la première fois qu'elles dormaient avec d'autres messieurs que leur mari», s'amuse Mme Grimm-Gobat. «Oh, on ne dort pas beaucoup, à cause de l'altitude et de la promiscuité à laquelle on n'est pas habitués. Mais on a eu de sacrés fous rires, je me revoyais en camp scolaire», se souvient Jeanne Chappuis.

Genève atteinte, l'équipe devrait repartir dans l'autre sens, en direction de Zurich, pour arpenter les crêtes jurassiennes sur territoire alémanique. Le projet verra probablement le jour en 2006.

Nicole Rohrbach

LES JEUDIS VERTS

Chaque jeudi (ou presque) de l'année, les aînés amateurs de randonnée sont invités par Pro Senectute Jura bernois à participer à une sortie pédestre. Les *Jeudis Verts*, qui se transforment en *Jeux d'hiver* dès la fin de l'automne, emmènent les intéressés le temps d'un après-midi – et parfois d'une journée – à la découverte d'un itinéraire dans la région. La durée des marches varie, pour les après-midi de 2 heures 30 à 3 heures, pour les journées

de 4 à 5 heures. Les moniteurs et les monitrices tiennent compte du rythme de chacun. Ce mois de juin, les randonneurs se promèneront notamment autour d'Orvin, iront jusqu'aux Rochers-de-Plagne, verront la Tour-de-Moron et les statues de La Sagne (NE). Un repas-surprise de fin de saison est prévu le 7 juillet.

»» Pour davantage de renseignements: tél. 032 481 21 20.

ADRESSES UTILES

Pro Senectute Biel
Quai du Bas 92, c.p. 372,
2501 Biel
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