

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 37 (2007)
Heft: 6

Anhang: Vie rpatique
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: 05.02.2026

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

Enquête

PAR FRANCIS GRADOUX

Rabais AVS Comment faire des économies?

Même s'ils sont difficiles à dénicher, il existe quantité de rabais pour les retraités. Mais, comment s'y retrouver dans cette véritable jungle des prix cassés? Nous avons enquêté pour vous faire économiser quelques francs!

Alexandre vient de fêter ses 65 ans. Il entre à nouveau dans le monde des bénéficiaires de rabais, comme quarante ans auparavant, lorsqu'il était étudiant. Retraité, mais à nouveau «presque pauvre», il s'apprête à retrouver ces réconfortants rabais, sous la forme de tarifs AVS.

Pourtant, Alexandre a quelques craintes. Ces dernières années, il a senti que les retraités étaient de plus en plus souvent dépeints comme des profiteurs trop riches pour mériter des rabais. En 2006, par exemple, Pierre Maudet, le très jeune président des radicaux genevois, aujourd'hui conseiller administratif de la Ville de Genève, assenait: «Les jeunes sont des vaches à lait; il faut commencer à demander un effort aux aînés qui sont souvent dans une situation très confortable.» C'était évidemment négliger une importante minorité de retraités (probablement 20 à 30%) vivant très modestement. Comme le rappelle René Goy, qui anime la ligne Info Seniors de Pro Senectute Vaud: «Dix pour cent des retraités doivent choisir entre une place de cinéma ou un petit voyage en train.»

En ces temps mercantiles, beaucoup feignent d'oublier que ces fameuses réductions ne sont pas seulement économiques. Pour les retraités, elles sont



Jean-Claude Curchod

aussi symboliques: respect pour les aînés, reconnaissance envers ceux qui ont trimé pendant quarante ans ou plus pour élever des enfants et accroître la richesse du pays. Ces rabais marquent surtout une volonté de les intégrer dans la société, de les inviter à sortir de leur logis, de leur faire oublier, un instant, fatigue et solitude. →

Des rabais utiles pour inviter les retraités à sortir de leur solitude.



Cela n'a pas de prix. Aussi, le jour de ses 65 ans, Alexandre décide d'explorer les rabais AVS.

Dénicher les rabais

Première déception: apparemment, il n'existe pas de guide ou de site internet répertoriant les ristournes possibles. Ainsi, une recherche «Rabais AVS» sur le site internet Bluewin ne donne que 23 résultats: quelques stations de montagne, quelques artisans, une coiffeuse... René Goy confirme qu'une liste exhaustive n'existe pas. «Ce serait un travail titanique.»

Deuxième déception: aux CFF, qui tiennent pourtant une place essentielle dans la vie des retraités, on ne pratique pas les rabais AVS. Ou si peu: la seule offre s'applique à l'abonnement général «Senior», coûtant 2250 francs par an, au lieu de 2990 francs. Un investissement qui n'est pas à la portée de tout le monde. Les grands-parents peuvent aussi acheter pour 60 francs par an une carte accordant la gratuité aux petits-enfants voyageant avec eux. Et, ironiquement, les CFF proposent aux seniors disposant du demi-tarif une carte (25 francs par an) offrant un rabais de 25% pour les voyages à l'étranger. Rien d'autre, sinon cette mention vague sur leur site internet: «D'autres avantages peuvent être offerts aux personnes âgées en possession de l'abonnement demi-tarif.» Il s'agit essentiellement d'offres ponctuelles de voyages. On pourrait imaginer une ristourne AVS pour les abonnements demi-tarifs, devenus quasiment indispensables à qui veut prendre le train en Suisse. Cela n'existe pas.

Alexandre se souvient qu'en Inde, le guichetier demande sa date de naissance à la personne qui réserve un billet de train; dès 60 ans, on est *senior citizen*, et on bénéficie automatiquement d'un rabais de 25%. En France, la SNCF a remplacé la célèbre carte Vermeil par la «carte Senior» offrant de 25 à 50% de rabais sur tout le réseau français aux plus de 60 ans, qui la

Rabais réservés aux «complémentaires»

Les plus défavorisés parmi les retraités reçoivent des prestations complémentaires et ils peuvent prétendre à d'autres rabais, comme l'exonération des taxes radio-TV. La demande doit être adressée par écrit à la société Billag, qui encaisse les primes (tél. 0844 834 834 ou www.billag.com).

Cette exonération s'applique également à plusieurs téléséaux. Quelques journaux (24 heures, par exemple) offrent une réduction sur les prix d'abonnement aux bénéficiaires de prestations complémentaires.

Les cantons ont des politiques différentes: certains proposent la prise en charge des frais dentaires ou d'une partie des coûts d'une femme de ménage. La plupart des transports publics urbains offrent des subsides pour les abonnements des bénéficiaires de prestations complémentaires.

paient 53 euros pour un an. Cette carte n'est pas réservée qu'aux citoyens français. Elle peut être achetée au bureau SNCF de Genève pour 83 francs suisses par an.

Tarifs malins

Après ces déconvenues, Alexandre a découvert de bonnes nouvelles. D'abord, si les rabais AVS sont difficiles à trouver, c'est parce qu'ils sont enterrés dans les habitudes, au point de ne plus être mis en évidence. Sur chaque site internet des musées de Suisse, la rubrique «prix» note habituellement un tarif réduit, pour étudiants, mais aussi pour rentiers AVS. La réduction est généralement minime, mais elle existe presque partout. Idem pour les offres touristiques: la plupart des remontées mécaniques, par exemple, offrent un rabais aux seniors.

Même chose pour les cinémas: presque tous offrent un rabais AVS. De même, les théâtres, où le tarif AVS est habituel. Plusieurs villes, comme Genève, réservent des matinées théâtrales ou musicales à prix réduits aux seniors qui préfèrent l'après-midi à la soirée. Les

sites internet des communes affichent souvent de telles offres.

Côté transports publics, l'offre varie et elle n'est pas toujours évidente. Ainsi, les TL, de Lausanne, proposent aux retraités une carte Mobilis mensuelle à partir de 52 francs (deux zones) au lieu de 58 francs. Les TPG genevois font de même avec un abonnement senior à 45 francs par mois au lieu de 70. Mais à Fribourg, les TPF n'offrent aucun rabais aux seniors, réservant leur seule réduction aux juniors.

Plusieurs journaux ou revues (*Le Temps*, par exemple) offrent des rabais AVS, mais l'éditeur de *L'Hebdo* et *l'Illustré* n'a pas cette bonne idée. Dans toute la Suisse romande des annonceurs proposent des «prix AVS» aussi bien pour la coiffure que pour l'entretien des jardins; mais là, les réductions sont floues et difficiles à calculer. On a souvent l'impression que le rabais est essentiellement devenu un argument publicitaire.

D'ailleurs, rumine Alexandre, il paraît de plus en plus évident que les rabais AVS sont devenus des instruments de marketing, destinés à séduire les retraités. Car, même



C'est dans les cinémas et dans les théâtres que les réductions sont le plus souvent accordées aux seniors.

Adresses utiles

De nombreux services sociaux ou associations d'aînés renseignent au sujet des rabais AVS, par téléphone ou internet.

AVIVO. Le site www.avivo-lausanne.ch donne les adresses des sections communales ou cantonales; tél. 021 312 06 54. AVIVO Genève: tél. 022 329 13 60. AVIVO Jura: tél. 032 422 28 57.

MDA (Mouvement des aînés de Suisse romande). Le site www.aines.ch indique les adresses des sections cantonales (*adresses dans nos pages Mémento*).

Pro Senectute. La plus grande organisation suisse dédiée aux seniors donne quantité d'informations, dont celles relatives aux prestations complémentaires: www.pro-senectute.ch; téléphone: 021 925 70 10 (*liste des sections cantonales, p. 37*).

Pro Senior, «le site préféré des seniors romands» est une mine d'informations et de liens internet: www.prosenior.ch

s'ils n'ont pas tous des revenus mirobolants, ils représentent désormais un groupe très attirant pour les marchands. Ils disposent de suffisamment d'argent pour satisfaire des envies de consommation. Et surtout, ils ont du temps. Les retraités peuvent jouir de loisirs pendant la journée et ne sont pas cantonnés aux soirées ou aux week-ends des salariés. Ils peuvent prendre des vacances en de-

hors des congés scolaires. Comme ils sont déjà équipés, vêtus, logés, ils peuvent s'offrir des petits caprices inutiles, et vivre enfin leurs rêves d'enfant.

Ils regardent beaucoup la télévision, et recherchent le confort visuel; donc ils sont attirés par les nouveaux téléviseurs grand format. Ils ont découvert l'informatique et internet, donc achètent volontiers des ordinateurs. A la suite

de leurs petits-enfants, ils découvrent les téléphones mobiles et commencent à se ruiner en télécommunications...

Et voici comment une belle idée – le respect et la solidarité avec les aînés – est appelée à perdurer, mais comme moyen de vendre plus. Alexandre, devenu gibier des marchands, regrette les prix d'ami de ses vingt ans, qui avaient une signification désormais disparue. ■

Leasing, attention aux pièges!

«J'ai vu de nombreuses publicités pour des voitures neuves vendues en leasing. De quoi s'agit-il exactement?» demande M^{me} J. V., à T.

Le leasing a d'abord été créé pour les entreprises et les indépendants. Cela leur permettait de changer régulièrement de machines ou de camions, sans devoir les acheter. Aujourd'hui, le leasing est devenu très populaire pour l'achat de voitures privées.

Si vous envisagez d'acheter une voiture – neuve ou d'occasion – rappelez-vous le premier principe de toute bonne gestion financière: «Quand on possède le montant en espèces disponibles, on paie cash!» Mais si vous ne l'avez pas, deux possibilités s'offrent à vous: l'achat à crédit ou le leasing.

Achat à crédit. Une banque ou un institut financier (lié au constructeur automobile) vous prête le montant total du prix du véhicule. Dès que le garagiste reçoit le montant, vous êtes légalement le propriétaire du véhicule. Le prix de la voiture, augmenté de l'intérêt demandé par la banque, constituera le montant total que vous aurez à rembourser. En divisant ce montant total par le nombre de mois de la durée du contrat de prêt, vous obtiendrez la somme mensuelle que vous devrez payer. L'octroi d'un tel crédit d'achat

est soumis à un contrôle centralisé, afin d'éviter le surendettement personnel.

Leasing. Cette manière d'acquérir un bien est plus compliquée, car il n'existe pas de loi sur le leasing (au contraire de

contrat et il devra intégrer dans ses calculs la «valeur résiduelle» du véhicule (qui est le montant que le client devra verser s'il veut garder la voiture à l'échéance du contrat). Il en deviendra le vrai propriétaire à ce

«Le leasing se différencie du crédit sur un point: l'acheteur n'est pas propriétaire.»

la «Loi sur le crédit à la consommation» qui régit l'achat par acomptes). Le leasing met en relation trois partenaires: 1) le garagiste (qui vend la voiture); 2) la banque ou un institut financier (qui prête l'argent); 3) le client (qui achète la voiture). Mais le leasing se différencie du crédit par acomptes sur un point essentiel: l'acheteur n'est pas le propriétaire du véhicule. Il ne fait que le louer, car le propriétaire reste celui qui a prêté l'argent.

Calculs précis

Pour trouver le montant exact que vous devrez payer chaque mois (la durée est souvent de 48 mois), il faut faire des calculs très précis. Ainsi, l'acheteur versera un acompte de base (appelé caution) à la signature du

moment-là. A l'échéance, s'il ne veut pas garder le véhicule, il pourra signer un nouveau contrat de leasing mais pour un autre véhicule. Le contrat de leasing prévoit aussi un nombre maximal de kilomètres par année, et si ce total est dépassé au terme du contrat, il faudra payer des indemnités. Fiscalement, si l'entreprise (ou l'indépendant) peut déduire les frais de leasing dans sa déclaration d'impôts, les privés ne le peuvent pas. En cas de leasing, une assurance casco totale est toujours exigée (donc encore quelques frais en plus!). Parfois, l'acheteur d'une voiture en leasing se voit contraint de rompre son contrat avant l'échéance. Nous nous limiterons ici à dire que cette rupture de contrat est en général très coûteuse. Mieux vaut donc bien faire ses cal-



culs de dépenses avant de signer un tel contrat et de s'engager sur plusieurs années.

Nos conseils: comparez les offres des garages. Demandez au vendeur de vous proposer plusieurs variantes de financement. Lisez le contrat de leasing dans tous les détails, surtout ce qui est écrit en tout petit! Vérifiez bien tous les montants et chiffres indiqués. Assurez-vous que vos possibilités financières vous permettent de tenir vos engagements financiers jusqu'au terme du contrat du leasing. Evitez absolument la résiliation. En cas de problème, contactez immédiatement votre assurance de protection juridique ou la Fédération romande des consommateurs (FRC).

Pour toutes vos questions, écrivez à:
Générations, rubrique «Mon argent», rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne.

Conflits de voisinage Justice et médiation



Nous avons de nouveaux voisins avec lesquels les relations sont difficiles. Leur chien vient nous déranger dans notre jardin et lorsque nous leur demandons de le rappeler, leurs propos frisent l'impolitesse. A qui pouvons-nous nous adresser pour régler la situation? A un juge ou à un médiateur?

Un juge et un médiateur n'ont pas les mêmes compétences pour régler des conflits, notamment de voisinage.

Pour déposer une plainte pénale, la première condition est que le comportement reproché soit sanctionné par la loi pénale, ce qui n'est pas le cas pour l'impolitesse; en revanche, insultes, calomnie et diffamation peuvent entraîner une plainte pouvant aboutir, après enquête, à une sanction pénale.

L'intrusion d'un chien dans un jardin ne relève pas de la loi pénale. En revanche, si un chien dangereux provoque des blessures importantes ou le décès d'une personne, son propriétaire est passible des sanctions pénales pour lésions corporelles graves par négligence, voire homicide par négligence.

Rôle du juge...

Le juge civil ne peut pas régler tous les différends qui surgissent entre des personnes. Il ne peut être saisi que lorsqu'une action civile est prévue

dans la loi, suite à l'ouverture d'un procès dans lequel des conclusions sont prises, qui peuvent, ultérieurement, être exécutées sous autorité de justice. Par exemple, dans les conflits de voisinage,

de chercher à rétablir un climat agréable entre protagonistes. En revanche, le rôle du médiateur est totalement différent: par son écoute et sa disponibilité, il favorise un climat permettant aux

«Un chien dans un jardin ne relève pas de la loi pénale.»

la réparation d'un dommage causé par un animal, l'étayage d'une haie plantée contrairement aux dispositions légales, ou encore l'obligation de respecter une servitude de passage.

... et du médiateur

Dans le cas d'un voisin peu poli et peu prévenant, mais n'ayant pas causé de dommage relevant de la justice pénale ou civile, la médiation est la voie à suivre pour tenter de trouver une solution. Il est préférable en effet de régler une situation difficile à ses débuts. Le rôle du juge, pénal ou civil, est de faire appliquer la loi, si elle a été transgessée, et non

personnes en conflit de se parler, de s'exprimer sur ce qui s'est passé et finalement, de trouver un accord pour mieux vivre leurs relations futures.

La médiation est confidentielle; ce qui a été dit devant le médiateur ne peut pas être utilisé, ultérieurement devant un juge. Elle dépend de la volonté de toutes les parties, qui peuvent y mettre un terme lorsqu'elles le souhaitent. L'accord signé qui en résulte est exécuté volontairement, et non sous la contrainte de la justice.

La médiation est de plus en plus utilisée, même dans le cadre de la justice, pour trouver une autre solution que celle d'un jugement appliquant strictement la loi.

Médiation

Adresses utiles

- Association vaudoise pour la médiation de voisinage, tél. 0848 844 948; www.mediation-de-voisinage.ch
- Association genevoise pour la médiation de quartier, tél. 022 321 11 55 et 022 359 52 65; www.mediation-de-voisinage.ch
- Maison neuchâteloise de la médiation, tél. 032 725 18 18; www.medialogue.ch
- Valais: Espace médiation, tél. 079 409 14 87 (Sion) et 024 486 22 33 (Saint-Maurice); www.mediation-valais.ch
- Fribourg: Maison de la médiation, tél. 026 402 10 78; www.fribourg-mediation.ch
- Jura: Option médiation, tél. 079 280 03 42 et 079 637 33 28; www.optionmediation.ch

Des professionnels au service de personnes handicapées ou âgées



Scooters électriques



MEDITEC SA

Jacquy Dubuis



Case postale 9 – 1038 Bercher (VD)
Tél. 021 887 80 67 – Fax 021 887 81 34
Points de vente à Marin (NE) et à Sion (VS)
Site internet: www.meditec.ch

Un Testament



en faveur de la vie.

Cette forme de soutien m'intéresse.

- Veuillez m'envoyer la brochure «Legs-héritage» et «Don en mémoire».
- Veuillez m'envoyer le guide pratique «Un testament en faveur de la vie».
- Veuillez m'envoyer le guide pratique avec modèles pour des informations aux proches en cas de maladie et de décès.
- Veuillez m'envoyer de l'information sur les activités de Terre des hommes.

Nom _____ Prénom _____ Gen _____

Rue _____

NPA/Lieu _____

Envoyer à: Terre des hommes, Mme Katja Pfäffli, En Budron C8, 1052 Le Mont-sur-Lausanne, tél. 021 654 66 50 ou par internet: www.tdh.ch

 **Terre des hommes**

aide à l'enfance - www.tdh.ch

*Pour vos
séjours
en Valais!
Le rendez-
vous idéal!*

Venez apprécier
nos plats valaisans
avec nos meilleurs crus
du Valais
dans une ambiance
familiale.

POUR VOS RÉSERVATIONS: Tél. 027 346 51 51
Fax 027 346 43 87 - hotel@pasdecheville.ch
info@pasdecheville.ch - www.pasdecheville.ch
Ouvert 7/7 Man spricht Deutsch / We speak english

A Conthey (VS) (au cœur du vignoble valaisan), à 5 minutes de Sion, 10 minutes des Bains de Saillon, 20 minutes d'Orvonnaz, de Nendaz, de Veysonnaz, atteignable aussi par les transports publics. Nils Jacoby et son équipe vous proposent

I semaine comprenant: chambres tout confort (douche, WC, TV), petit déjeuner (buffet) et repas du soir. Pension soignée (4 plats).

Fr. 525.– par personne en chambre double. Fr. 595.– par personne en chambre simple. Fr. 120.– chambre pour 2 personnes, 1 nuit, petit déj. inclus (buffet). Fr. 85.– chambre pour 1 personne, 1 nuit, petit déj. inclus (buffet)

Le Valais central: la région idéale pour s'accorder le repos tant mérité!

- * Pour tous vos loisirs, en été: randonnées en plaine ou en montagne, à pied ou à vélo, en hiver: sorties à skis (un local est mis à votre disposition pour toutes vos affaires de sport).
- * Pour vos sorties d'entreprises, clubs sportifs ou autres rendez-vous.
- * Une salle de conférence (jusqu'à 20 personnes) est mise gratuitement à votre disposition pour séminaires.

SHOPRIDER®

VERMEIREN

Vous vous sentez toujours en forme et en bonne santé, mais **il vous arrive parfois d'avoir des difficultés à marcher?** Le SHOPRIDER est exactement ce qu'il vous faut: il vous permet de rester indépendant et mobile.

Pour obtenir plus d'informations et les adresses des revendeurs:

Téléphone 031 812 17 00
www.vermeiren.ch



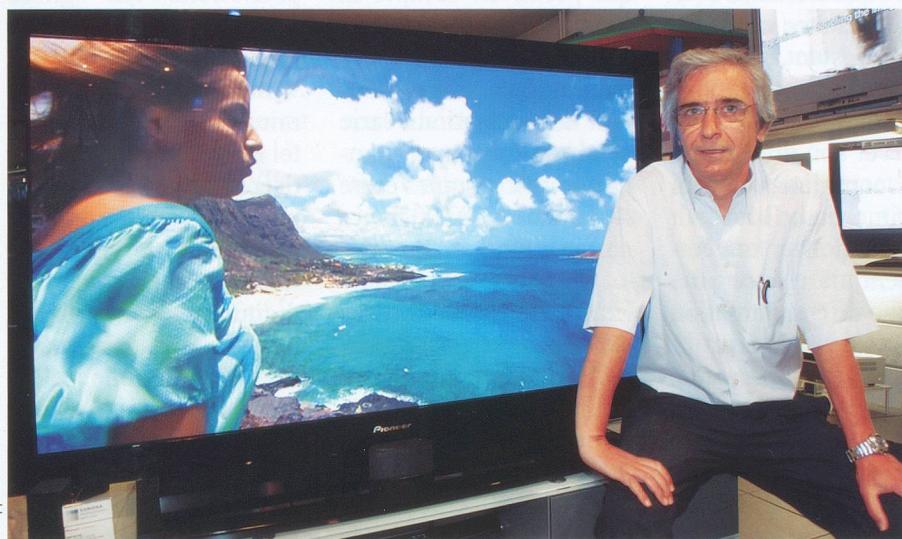
VERMEIREN (SCHWEIZ) AG

Hühnerhubelstrasse 59 ■ Case postale ■ CH-3123 Belp

PAR JEAN-ROBERT PROBST

La TV fait sa révolution

Dès le 25 juin prochain, les téléspectateurs romands ne pourront plus capter d'émissions avec le seul secours d'une antenne. D'autres choix se présentent.



Philippe Dutot

Il y a plus de 50 ans que les antennes dites râteau permettent de capter les émissions diffusées par la SSR et les chaînes françaises en mode analogique. Dès le 25 juin prochain, le système passe en mode numérique, rendant indispensable l'achat d'un récepteur complémentaire. Le râteau sera toujours utile pour les 8% de téléspectateurs qui ne disposent pas d'une antenne parabolique ou qui ne sont pas reliés à un téléréseau.

Comment savoir s'il faut ou non acquérir l'un de ces récepteurs indispensables pour capter la télévision numérique terrestre (TNT)? «C'est tout simple, répond **Pascal Pellegrino**, patron du magasin Sonora à Lausanne, il suffit de chercher la

première chaîne tessinoise (TSI 1). Si on peut la capter, alors il n'est pas nécessaire de s'équiper. Sinon, il faut réagir rapidement, sous peine d'être privé de programmes.» Précisons que les téléspectateurs du Chablais et du Valais bénéficient d'un délai supplémentaire (février 2008).

Et les chaînes françaises?

Un récepteur TNT permet de capter quatre chaînes suisses (TSR 1 et 2, TSI 1 et SRG 1) en mode numérique. Qu'en est-il des chaînes françaises? «C'est la grande inconnue, dit Pascal Pellegrino. Les Français vont passer en mode numérique à la fin de l'année, mais on ignore si leurs émetteurs seront assez

Le monde de la télévision est en constante évolution.

puissants pour couvrir la Suisse romande.» En clair, cela signifie que les récepteurs TNT vendus actuellement ne serviront peut-être qu'à regarder quatre chaînes suisses. Privés des chaînes françaises, les consommateurs feront sans doute la grimace. «Il existe heureusement d'autres manières de capter les programmes de télévision, explique Pascal Pellegrino. Pour se mettre à l'abri des surprises, il faut acquérir une antenne parabolique, qui permet de capter les programmes via le satellite.»

On peut également se brancher sur la ligne du téléphone, pour recevoir

Trois possibilités

TNT – télévision numérique terrestre. Installation d'un récepteur. Prix: Fr. 150.– à Fr. 300.–. Tél. 0848 344 488. Site: www.televisionnumerique.ch

Réception via satellite. Il faut une antenne parabolique. Prix, installation comprise, de Fr. 600.– à Fr. 1000.–. Plus la carte SSR, Fr. 60.–.

Bluewin TV. Il faut un abonnement au réseau Swisscom (Fr. 25.–), un abonnement à internet (dès Fr. 9.–) et un abonnement de programmes (Fr. 29.–). Compter Fr. 95.– pour l'installation. Les événements sportifs coûtent Fr. 1.– et la location des films de Fr. 3.50 à Fr. 7.–.

Tél. 0800 081 081 (gratuit). Site: www.bluewin.ch

les images diffusées par Swisscom. «Malheureusement, tout le monde n'y a pas accès. Les communes situées en fin de ligne ne sont pas desservies. Et puis l'accès est lié à certaines conditions, comme un abonnement au réseau fixe Swisscom et un abonnement à internet.» Par l'intermédiaire de Bluewin TV, Swisscom propose en revanche plus de 100 chaînes (toutes les suisses et les régionales), des événements sportifs et un choix de 500 films. Avant de choisir la meilleure façon de recevoir vos émissions préférées, nous vous conseillons de contacter un concessionnaire radio-TV.

Les cotisations de l'épouse au foyer

Vous ne travaillez pas et votre mari cotisait pour vous?

Dès l'instant où il prend sa retraite, la situation change du tout au tout.

Une épouse au foyer ou dont le gain accessoire est inférieur à 2000 francs par an n'est, en règle générale, pas tenue de cotiser si son mari verse au moins le double de la cotisation minimale, soit 890 francs par an. Il en est de même de celle qui travaille bénévolement dans l'entreprise de son mari.

Mais ce privilège tombe lorsque le mari atteint l'âge légal de la retraite et touche sa rente AVS, même s'il continue à tra-

vailler et, ce faisant, à cotiser à l'assurance vieillesse. Dès cet instant, l'épouse au foyer doit cotiser pour son compte si elle veut préserver son droit à une rente complète, ce qui est primordial. Il lui faut donc s'annoncer impérativement à l'agence ou à la caisse de compensation AVS.

En tant que personne «non active», les cotisations dont elle devra s'acquitter seront calculées, non pas sur la base d'un salaire ménager fictif, mais selon un barème

qui prend en compte la moitié de la fortune conjugale et des rentes perçues par les époux. Le montant des cotisations varie selon le niveau économique du couple entre 445 francs et 10 100 francs par an.

Et si l'épouse reprend un emploi? Si elle travaille à 50% au moins ou durant 9 mois et plus, elle rejoint la catégorie des assurés «actifs» et verse des cotisations calculées en pourcentage de son salaire ou de ses revenus professionnels si elle est indépendante.

Si son activité est inférieure à ces normes, son statut d'«active» ou de «non active» sera fonction d'un savant calcul. L'AVS compare le montant des cotisations établies en fonction de la fortune et des rentes avec celui des cotisations calculées en pourcentage du salaire ou autres revenus professionnels. Si ces dernières atteignent la moitié au moins des premières, l'assurée sera considérée comme «active» et versera des cotisations salariales. Dans le cas contraire, elle sera considérée comme «non active» et versera des cotisations calculées selon la fortune et les rentes.

pour celle qui ignore combien elle gagnera dans l'année parce qu'elle travaille sur appel, sans horaire fixe bien établi. Si tel est votre cas, vous cotiserez à double titre, en pourcentage du salaire et également selon la fortune et les rentes. En fin d'année, vous transmettrez vos fiches de salaire à l'AVS, pour le calcul comparatif. Si vos cotisations salariales atteignent le niveau nécessaire défini plus haut, vous récupérerez intégralement les cotisations établies selon la fortune et les rentes. Sinon, l'AVS vous remboursera les cotisations salariales, part de l'employeur incluse.

Exemple de calcul

Le mari prend sa retraite à 65 ans. Sa femme, 60 ans, ne travaille pas et doit commencer à cotiser. Pour calculer les cotisations de l'épouse, l'AVS additionne la fortune et les rentes multipliées par un facteur 20, puis divise par deux la somme obtenue. A noter que les rentes AVS-AI ne sont pas incluses dans ce calcul.

| | |
|--------------------------------------|-------------|
| Fortune du couple: | Fr. 300 000 |
| Rentes: la caisse de pension du mari | |
| 45 000 x 20: | Fr. 900 000 |

Total Fr. 1 200 000

Chiffre pris en compte pour calculer la taxe:
La moitié de 1 200 000 Fr. 600 000

Cotisations annuelles de l'épouse au foyer correspondant au montant de Fr. 600 000 selon le barème AVS* Fr. 1111

*Ce barème figure dans le mémento *Cotisations des personnes sans activité lucrative* délivré par les agences ou caisses de compensation cantonales AVS. Egalement disponible sur le site www.avs-ai.ch.

Mari ou femme au foyer

Nous avons pris comme exemple un couple traditionnel, formé d'une épouse au foyer et d'un mari qui prend sa retraite le premier. Mais nous aurions pu tout aussi bien prendre le cas inverse: mari sans activité lucrative, plus jeune que son épouse fraîchement retraitée. L'AVS ne fait pas de différence entre les sexes en ce qui concerne le statut du conjoint au foyer.

NEWS

Modifications de la LPP

Pour combler les lacunes apparues lors de la 1^{re} révision de la LPP, le Parlement a adopté des modifications de la loi qui sont entrées en vigueur au 1^{er} mai 2007. Une modification de la LPP clarifie certaines questions relatives au changement d'institution de prévoyance. Le fait qu'un employeur résilie le contrat d'affiliation à son institution de prévoyance peut avoir pour effet que non seulement les assurés actifs, mais aussi les rentiers doivent quitter cette institution. Il fallait donc garantir qu'une nouvelle institution reprenne les engagements liés aux rentes en cours. Désormais un contrat d'affiliation ne peut être résilié que si une solution équivalente existe pour les bénéficiaires de rentes.

Autre modification: les contrats d'affiliation ou d'assurance concernant la prévoyance professionnelle peuvent désormais être résiliés lorsque les dispositions contractuelles ont subi des modifications unilatérales (ex. augmentation des cotisations ou réduction des prestations).

Renseignements:
tél. 031 322 91 86.
www.ofas.admin.ch

Violence conjugale, que faire ?

«Mon mari m'a giflée. Il s'est calmé... j'espère qu'il ne va pas recommencer.» *Simone P.*

En Suisse, une femme sur cinq est maltraitée physiquement ou sexuellement par un conjoint au cours de sa vie. Cette violence touche des femmes de tous âges et de toute condition économique et sociale. Des hommes aussi sont victimes de violences conjugales.

Face à cet important problème de société, une brochure d'information et de conseils vient d'être éditée par le Bureau de l'égalité entre les femmes et les hommes du canton de Vaud. Elle s'adresse à toutes les personnes concernées par la violence dans le cadre de la vie en couple.

Il existe de nombreuses formes de violences domestiques, dont la violence physique (brusqueries, gifles, coups, morsures, brûlures, blessures avec un projectile, etc.), la violence psychologique (dénigrements, insultes, menaces, contention, etc.), les contraintes sexuelles et la violence économique

(spoliation, empêchement d'utiliser ses ressources et ses biens, etc.).

Un cycle

Les comportements de violence procèdent le plus souvent par phases: dans un premier temps, la tension monte; puis la tension accumulée explose en actes de violence; ensuite survient une période d'accalmie. Cette dernière phase peut donner l'impression que le problème est maîtrisé, mais souvent le cycle recommence.

Les abus sont souvent difficiles à reconnaître tant par les personnes qui en sont victimes que par celles qui démontrent un comportement violent. Il peut exister une banalisation, qui conduit à considérer comme supportable ou acceptable ce qui, en fait, ne l'est pas. Il peut survenir également des sentiments de culpabilisation, par lesquels la personne victime de violences pense avoir commis des fautes

et causé des torts, ce qui la conduit à «comprendre» et finalement à «accepter» d'être traitée avec irrespect.

Quelle que soit la raison évoquée, le recours à la violence est inacceptable. L'auteur des mauvais traitements est seul responsable de ses actes: si votre partenaire ne supporte pas certains de vos comportements, il n'a pas pour autant le droit de vous brutaliser. A cet égard, il faut savoir que les actes de violence physique et les comportements de violence psychologique sont interdits par la loi. Des possibilités d'aide, de protection et de dépôt de plainte existent. Il est utile de les connaître.

Brochure *Violence conjugale, que faire?* à demander au Bureau cantonal de l'égalité entre les femmes et les hommes, rue Caroline 11, 1014 Lausanne.

Info seniors

0848 813 813

du lundi au vendredi
Vaud: de 8 h 15 à 12 h et de 14 h à 17 h
Genève: de 8 h 30 à 12 h
Fribourg, Jura, Neuchâtel, Valais, voir adresses p. 37.
Egalement *Générations*
Rue des Fontenailles 16
1007 Lausanne

Adresses utiles

- site internet www.violencequefaire.ch
- permanence téléphonique de l'association Alter Ego: 0848 00 13 13 (lun. 9 h à 12 h, me. 14 h à 17 h).
- rencontres entre femmes maltraitées dans le couple, organisées une fois par semaine à Lausanne par le Bureau cantonal de l'égalité et le Centre d'accueil MalleyPrairie (tél. 021 620 76 76).

Des vacances en toute confiance

Des séjours de huit jours à Rolle, dans une maison idyllique, au bord de l'eau, c'est ce que propose la Fondation les petits frères des Pauvres à des seniors qui ne peuvent plus s'offrir de vacances.



BP.

Le site est magnifique: le chalet, entièrement rénové, possède un jardin charmant, qui s'étend jusqu'au lac. La maison s'appelle Au Fil de l'Eau et appartient depuis une cinquantaine d'années à l'Association des Amis des petits frères des Pauvres. Le fondateur du mouvement, le Français Armand Marquiset avait légué ce bien à son Association, dont le but était de secourir les aînés défavorisés au sortir de la dernière guerre.

Janine Blum, directrice de la maison, est la cheville ouvrière du renouveau de ce lieu magique. «La Fondation louait la maison à des EMS romands qui venaient y séjournier avec leurs résidants, mais

nos locaux étaient sous-employés sur l'ensemble de l'année. Nous nous sommes demandé quels étaient les besoins des personnes âgées du canton et comment nous pourrions leur être le plus utile possible», explique-t-elle.

Aider les aidants

Une très belle idée a germé de l'enquête menée par Janine Blum. Elle a constaté que beaucoup de personnes âgées dépendantes ne pouvaient plus partir en vacances, faute de moyens financiers et à cause de leurs difficultés physiques. Ces personnes dépendantes sortent peu de chez elles, et sont souvent complètement prises

Le jardin donne sur le lac, à deux pas du centre de Rolle.

en charge par un conjoint, un fils, une fille ou un voisin pour qui cela représente un lourd investissement en temps et en énergie. «Nous avons pensé que le séjour que nous proposons pourrait avoir un double effet: ce sont des vraies vacances pour la personne âgée et en plus cela soulage les aidants, qui sont parfois surchargés et au bord de l'épuisement pour certains.»

Sept personnes âgées de 74 à 98 ans viennent de terminer un séjour très ensoleillé. L'une d'entre elles a écrit dans le livre d'or: «C'étaient les plus belles vacances de ma vie!»

Un séjour organisé jusque dans ses moindres détails par Janine Blum. Les familles ou des voisins ont amené leur senior à la maison rolloise. Un apéritif, servi au jardin, a permis à chacun de se séparer en douceur. «Certains conjoints ou proches se sentent coupables de laisser ainsi leur mari ou femme. Ils ont besoin d'être rassurés», rappelle Mme Blum.

Avant le début du séjour, la directrice a pris la peine de rendre visite à chaque aspirant vacancier, pour discuter des besoins de chacun. Le médecin a rempli une fiche sur les traitements à suivre et les contre-indications éventuelles en matière de nourriture ou d'alcool. «Nous demandons en particulier au mé-

de cin si chaque personne peut préparer et gérer ses médicaments, car tant qu'elle peut le faire elle-même, je pense que c'est mieux de ne pas la déresponsabiliser.» Chaque vacancier bénéficie d'une chambre individuelle. La maison est dotée d'un ascenseur et de toilettes et douches adaptées aux handicapés. Le petit-déjeuner est servi selon les horaires de chacun. Le repas de midi et du soir réunit les résidants et les personnes qui les encadrent. L'après-midi, des visites sont organisées. Pour la première volée de vacanciers, le programme prévoyait le zoo de Servion, les parterres de tulipes à Morges, des balades à Nyon et en Gruyère et le culte à Rolle le dimanche matin. Un minibus loué pour la semaine a permis tous ces déplacements et des fauteuils roulants étaient à disposition des promeneurs fatigués.

Bénévoles de tous âges

De tels séjours nécessitent un encadrement important. «L'Association des petits frères des Pauvres fonctionne selon un système de bénévolat, note M^{me} Blum. Nous avons donc fait venir trois bénévoles français et nous avions trois bénévoles suisses. La plus jeune avait 22 ans et les plus âgés étaient de jeunes retraités. La rencontre entre les deux jeunes filles d'une vingtaine d'années et les aînés a été formidable.» Chaque bénévole logeait au même étage que la personne âgée dont elle s'occupait. Janine Blum, infirmière de métier,

pouvait assurer un suivi adapté en cas de pépin.

Un cuisinier, engagé cinq heures par jour, préparait l'essentiel des repas, que les bénévoles réchauffaient et servaient sur assiette. «Plusieurs seniors m'ont dit qu'ils avaient grossi pendant cette semaine, mais il faut dire que la dénutrition est un réel problème chez les personnes d'un grand âge et que le groupe et les activités stimulaient vraiment les appétits!» Au programme du soir des jeux et des chants. Bref, pour les accompagnants comme pour les seniors des journées bien remplies. «Les bénévoles sont réellement très sollicités, mais je pense qu'il est plus facile de s'engager sur une semaine complète que quelques heures régulièrement. A noter que nous sommes toujours en recherche de bénévoles, prêts à venir passer une semaine avec nous», rappelle M^{me} Blum.

Ces huit jours ont apporté une détente certaine aux vacanciers et les retrouvailles avec les familles se sont faites dans la joie. Deux dates sont fixées pour d'autres séjours. Le prix s'élève à 875 francs par personne pour l'ensemble des prestations, logement, repas, excursions. Les frais se montent en réalité au double, mais sont assumés par la Fondation. Les personnes qui ont de faibles revenus peuvent adresser une demande d'aide à Pro Senectute, qui dispose de fonds particuliers pour offrir des vacances aux seniors.

Parallèlement à ces séjours, la maison Au Fil de l'Eau accueille les aînés de la région rolloise pour les animations du jeudi, qui rencontrent beaucoup de succès. Un endroit qui gagne vraiment à être connu! ■

Rens. M^{me} Janine Blum, Fondation les petits frères des Pauvres, Maison de vacances Au fil de l'Eau, Promenade John-Berney 4, 1180 Rolle, tél. 079 406 18 12. Prochains séjours: du 2 au 9 juillet, du 29 octobre au 5 novembre; site internet: www.petitsfreres.ch

La Fondation

Le Mouvement des petits frères des Pauvres est né il y a soixante ans, il est laïc et apolitique et vise à aider les personnes précarisées par l'âge. En France, il compte 6500 bénévoles et 20 000 personnes aidées par an.

Adresses utiles

Pro Senectute Bienne
Quai du Bas 92, c.p. 1263
2501 Bienne
e-mail: biel-bienne@be.pro-senectute.ch
Tél. 032 328 31 11
Fax 032 328 31 00

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 Arc Jurassien
Rue du Pont 4, 2710 Tavannes
e-mail: prosenectute.tavannes@ne.ch
Tél. 032 482 67 00
Fax 032 482 67 09

Pro Senectute Arc Jurassien
Centre d'action sociale des aînés
Ch. du Puits 4, c.p. 800
2800 Delémont
e-mail: prosenectute.delémont@ne.ch
Tél. 032 421 96 10
Fax 032 421 96 19

Pro Senectute Arc Jurassien
Bureau régional Neuchâtel
Rue de la Côte 48a
2000 Neuchâtel
e-mail: prosenectute.ne@ne.ch
Tél. 032 729 30 40
Fax 032 729 30 41

Pro Senectute Arc Jurassien
Rue du Pont 25
2300 La Chaux-de-Fonds
Tél. 032 886 83 00
Fax 032 886 83 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



Mobilité pour tous avec nos scooters électriques



**Grande autonomie
Conduite sans permis (vignette cycle)
Autorisé sur la voie publique
Se recharge sur une simple prise 220V**



8 modèles de 3250.- à 9250.-

Pour tous renseignements et essais:

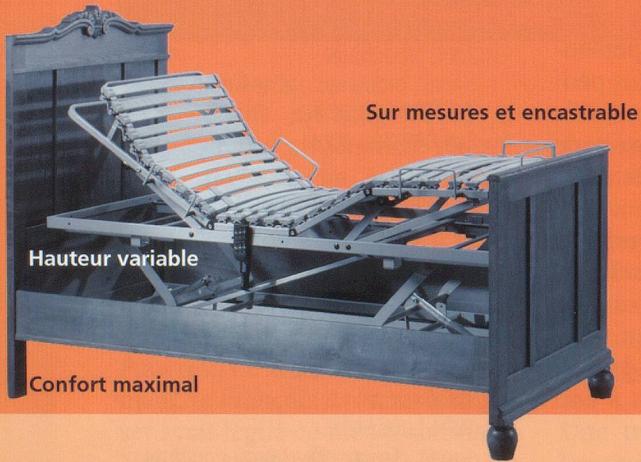
Degonda-Rehab SA

Av. Rond-Point 8
1006 LAUSANNE
tél: 021 613 81 00

Ch. Louis-Hubert 2
1213 GENEVE
tél: 022 792 60 11

Pas de limites à votre **AUTONOMIE...**

Conservez votre entourage de lit avec un lit électrique



Sur mesures et encastrable

Hauteur variable

Confort maximal

Tous types de moyens auxiliaires
Vente ou locations
Service dans les 24H.

SODIMED
021 311 06 86

Veuillez svp m'envoyer le prospectus sur les lits SODIMED
sur les moyens auxiliaires

Nom _____ Prénom _____ Localité _____

Rue _____ code postal _____ tel. _____

Coupon à remplir et envoyer à **Sodimed**, Chemin de Praz-Dévant 12, 1032 Romanel

Au cœur du Valais
HÔTEL DES VIGNES
Sion

Les Résidences



UNE RETRAITE ACTIVE EN TOUTE INDÉPENDANCE
ET SÉCURITÉ DANS UN ENVIRONNEMENT DE
CHARME ET DE CARACTÈRE.

A 5 minutes de Sion

Village de St-Léonard, poste, pharmacie et commerces à 2 pas.

A louer plein sud appartements équipés, 2 pièces, loggia.
Restaurant, salons, bibliothèque, piscine intérieure, sauna,
bain turc, salle de golf, grand parc, court de tennis,
parking couvert, places pour visiteurs.

Permanence 24 heures sur 24 Service hôtelier à la carte

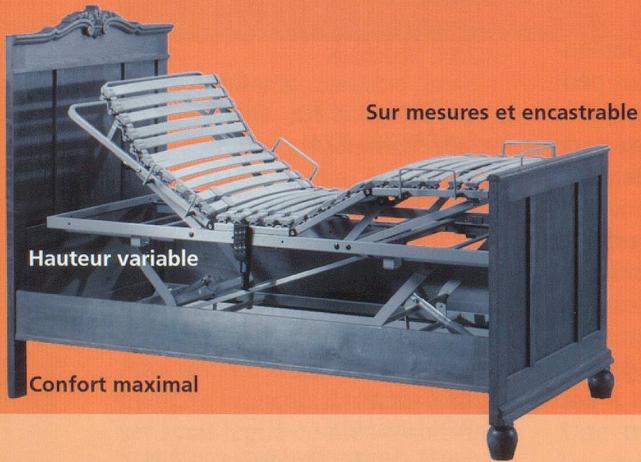
Renseignements: www.boteldesvignes.ch – hotel@desvignes.ch

CH-1958 Uvrier-St-Léonard Tél. 027 203 16 71 Fax 027 203 37 27

Ouvert depuis 1991, à 5 min. de Sion et de Sierre
à 20 min. de toutes les stations du Valais central.

Pas de limites à votre **AUTONOMIE...**

Conservez votre entourage de lit avec un lit électrique



Sur mesures et encastrable

Hauteur variable

Confort maximal

Tous types de moyens auxiliaires
Vente ou locations
Service dans les 24H.

SODIMED
021 311 06 86

Veuillez svp m'envoyer le prospectus sur les lits SODIMED
sur les moyens auxiliaires

Nom _____ Prénom _____ Localité _____

Rue _____ code postal _____ tel. _____

Coupon à remplir et envoyer à **Sodimed**, Chemin de Praz-Dévant 12, 1032 Romanel

Montez... Descendez les escaliers à volonté!



- un lift d'escaliers est la solution sûre
- pratique pour des décennies
- s'adapte facilement à tous les escaliers
- monté en un jour seulement



www.herag.ch

Veuillez m'envoyer la documentation
Je désire un devis estimatif des coûts

Nom/Prénom _____

Rue _____

NPA/Locality _____

Téléphone _____

HERAG AG

MONTE-ESCALIERS

Tramstrasse 46
8707 Uetikon am See

044 920 05 04

Représentant pour la
Suisse Romande

Bovy Charles
 078 670 55 04

Vacances et arrosage

Les bons «tuyaux»

Ne plus se préoccuper de l'arrosage des plantes d'intérieur et de balcon pendant les vacances, c'est possible... même quand on cultive des espèces fragiles et gourmandes en eau! Petit guide des accessoires malins pour assurer leur survie.

Tout le monde n'a pas la chance d'avoir une voisine ou un concierge d'accord d'arroser nos plantations pendant nos absences. En jardinerie, on trouve des systèmes d'appoint autonome, aussi simples que performants, capables non seulement de réguler les apports, mais aussi de les adapter à la durée des absences et aux besoins individuels des plantes. Conseil: quel que soit le dispositif adopté, testez-le une dizaine de jours auparavant, histoire d'éprouver son efficacité.

Le classique. Arrosage goutte à goutte, arrosage modulable, micro-irrigation... S'il y a plusieurs noms, le principe reste le même. Il s'agit de systèmes qui apportent, pendant des périodes déterminées, la quantité d'eau nécessaire aux végétaux sans aucune intervention extérieure, sans être raccordés au réseau électrique ni à un robinet, donc sans risque de panne ou de débordement.

Exemple: le très classique diffuseur carotte en terre cuite (Blumat). Enfoncé dans le terreau, il est relié par un fin tuyau à une

réserves d'eau (cuvette, seau en plastique, etc.) dont le volume doit être en relation avec la durée de l'absence et le nombre de pots. Compter deux à trois diffuseurs pour les grandes plantes. Autre système et même principe, le cône irrigateur poreux (Aquasolo) fiché dans la terre et au bout duquel se visse une bouteille en plastique, genre eau minérale. Décliné en 3 modèles: le vert distribue l'eau sur 10 jours, le jaune sur 15 et l'orange sur 28.

L'astucieux. Ecologique, le goutte-à-goutte multidébits (Iriso) fonctionne sur n'importe quelle réserve d'eau de 0,5 à 5000 litres qu'il distribue de façon constante et régulière pendant un mois ou plus, en fonction du débit sélectionné. Il est capable d'arroser une plante à partir de 1,5 cl d'eau sur 24 heures (soit une goutte toutes les 3 minutes). Chaque goutteur, qui est réglable individuellement (11 vitesses), s'adapte à n'importe quelle plante d'intérieur et d'extérieur, quelle que soit leur taille. Disponible en version individuelle à visser sur n'importe quelle bouteille



D.R.

plastique du commerce, ou en kit de 12 goutteurs.

Le bioclimatique. Réguler le débit d'eau en fonction de la météo? Rien de plus simple! Compatible avec des bouteilles en verre ou en plastique de 200 ml à 2 litres, l'«arrosoir» bioclimatique (Oriaz), composé d'un cône à piquer dans la terre et d'un piquet régulateur à visser sur une bouteille, délivre plus ou moins d'eau selon la température. Le volume d'air captif dans la bouteille réagit en se dilatant

Partez tranquille grâce à des systèmes d'arrosage performants.

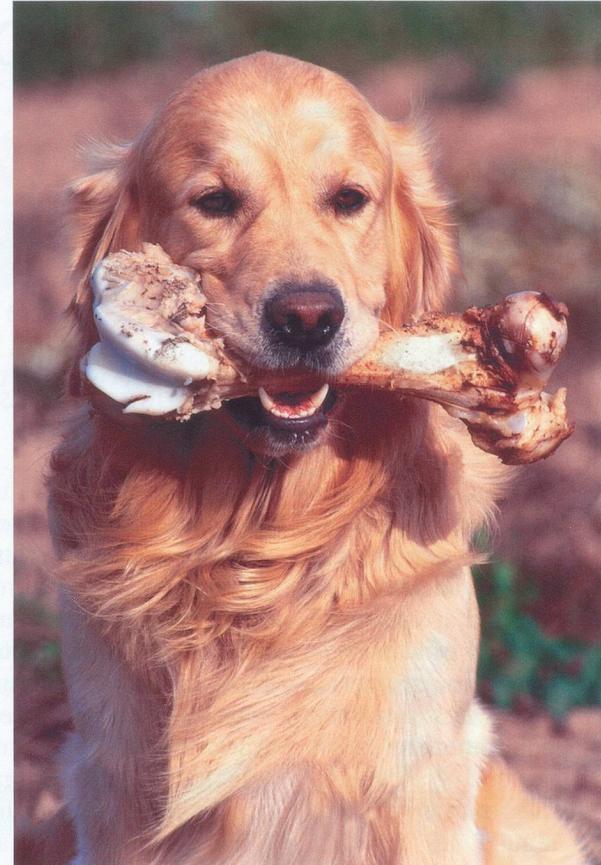
le matin avec le réchauffement thermique et en se contractant la nuit. Le débit augmente naturellement les jours ensoleillés et diminue les jours nuageux. Durée de 5 à 15 jours pour l'extérieur et de 15 à 30 jours pour l'intérieur. Combiner plusieurs bouteilles pour les grosses plantes et pour les arbustes. Deux modèles à disposition: cône noir bioclimatique, cône vert pour les plantes très gourmandes en eau.

Mon chien a mauvaise haleine

La mauvaise haleine est le signe d'un problème de santé chez l'animal. Un certain nombre de mesures s'impose, à commencer par le brossage des dents.

Il faut y penser tout de suite lorsque l'on prend un chiot. La parodontose (le tartre) doit être traitée avant que les dents ne bougent et qu'il ne faille les arracher! Il faut donc commencer tout de suite à brosser les dents de votre chien, même les dents de lait. C'est plus facile de le faire accepter par les chiots que plus tard. Plus on commence tôt, moins on a de risques de se faire mordre. Ce problème de santé est de plus en plus fréquent: 80% des chiens et 70% des chats en souffrent. Principale ennemie des dents: la plaque dentaire qui se forme à partir de protéines de la salive et les bactéries de la gueule.

L'acidité provoquée par les bactéries irrite la gencive et provoque une réaction inflammatoire, la gingivite. Si la plaque dentaire est enlevée, la gingivite disparaît; si la plaque reste, elle se solifie en tartre; le tartre est rugueux et permet une accumulation encore plus rapide de la plaque. C'est un cercle vicieux. En cas de mauvaise haleine, l'inflammation va souvent jusqu'à l'os, ce qui provoquera immuablement la perte des dents puis la destruction des racines. Cette maladie parodontale peut avoir des conséquences sérieuses. Les bactéries, présentes par millions dans une gueule malpro-



Bildagentur Baumann AG

pre, peuvent se répandre dans tout le corps où elles provoquent des maladies de cœur, du rein ou du foie.

Pour éviter cela, il suffit juste d'enlever cette plaque. Il existe plusieurs façons de s'y prendre.

Par l'alimentation. Avec les os en peau de buffle ou les oreilles de porc séchées, on favorise la mastication et l'activation de la salive. Prendre des croquettes en fibres plus ou moins tressées. Elles ont une action nettoyante. Il existe également des diètes spéciales pour l'entretien des dents.

Par le jeu. Jouet à mâcher (cordes, par ex.) qui active la salive. La salive étant antibactérienne, elle agira sur la plaque dentaire et sur la formation

du tartre. Attention de ne pas prendre des jouets qui risquent de casser les dents, comme le bois ou des cailloux. Cela risque également de griffer l'émail. Choisir plutôt des jouets en caoutchouc, des cordes tressées.

La façon chimique. Des produits désinfectants s'attaquent directement à la flore bactérienne buccale. On peut aussi choisir des patchs à coller sur les gencives. Il existe des solutions diluées à 10% de chloréxydrine. L'animal peut avaler cette solution sans risque. Les dentifrices pour chiens sont à privilégier.

(Tiré de: *Des vétérinaires répondent à vos questions* (Favre), d'après l'émission de la Radio Suisse Romande.)

Hygiène dentaire

Il faut habituer son animal dès son plus jeune âge. Un brossage quotidien au mieux, hebdomadaire au pire. Les dentifrices pour humains ne conviennent pas pour les animaux. Ils sont souvent fabriqués à base de menthe que les animaux n'aiment pas et ils ont des agents irritants que l'animal ne doit pas avaler. Il existe des brosses à dents souples prévues pour animaux. Le détartrage chez votre vétérinaire se fait sous anesthésie courte et légère pour que l'animal reste immobile. Les ultrasons enlèvent le tartre. Les infections se traitent avec des antibiotiques par voie orale ou par un traitement local sous-gingival. Les dents très branlantes et déchaussées seront extraites.

Les rendez-vous du mois de juin

VAUD

PRO SENECTUTE – Thé dansant, mardi 5 juin de 14 h à 17 h, salle de spectacles de Renens; dimanche 17 juin, dès 14 h, restaurant Le Bol d'Or à Renens (tél. 021 804 98 98); mardi 19 juin, de 14 h à 17 h, salle communale de Paudex, rue de la Bordinette 5. Bus du jass, lundi 25 juin. Ciném'âge, le cinéma des 7 à 77 ans, mercredi 13 juin à 15 h, *The Princess Bride*, Cinémathèque de Lausanne (rens. 021 646 17 21). Séjour jass à Villars, Eurotel Victoria****, du 18 au 22 juin. Séjours sport d'été: Adelboden, du 24 au 30 juin; Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, 1004 Lausanne, tél. 021 646 17 21; www.vd.pro-senectute.ch

L'ESCALE – Excursions, visite du château de Coppet, jeudi 14 juin; Pont-de-Nant, jeudi 28 juin. Voyage, du 25 au 29 juin, Beaune. Marches, lac de Tannay, mardi 12 juin; Morgins, mardi 19 juin; Bisse du Trient, mardi 26 juin. Centre de loisirs pour aînés, rue du Léman 7, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 944 25 21.

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Randonnée avec des ânes, mercredi 13 juin, au départ de Forel. Cours de

cuisine, les délices de la mer, du 18 au 25 juin. P'tit Déj' du MDA, mardi 12 juin à 9 h. Conseils juridiques par S. Wehrli, mercredis 6, 13, 20 juin, de 14 h à 16 h 30 et «Formalités d'héritage et de partage», 6 juin de 10 h à 11 h 30. Renseignements et inscriptions: Secrétariat MDA, place de la Rionne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 321 77 66.

AVIVO, section de Vevey – Permanences 13 et 27 juin, de 9 h 30 à 11 h 30, à l'Hôtel-de-Ville, de Vevey, salle 101, 1^{er} étage. Rens. 021 923 60 90. Avivo, Association des rentiers AVS/AI, case postale 14, 1211 Genève 8, tél. 022 329 83 84.

MAISON DE LA FEMME – Eglantine Café, «Le français en perte de vitesse?», avec Daniel Favre, vice-président de l'Association Défense du français, jeudi 7 juin, à 19 h 15. Maison de la Femme, Fondation Madeleine Moret, Avenue Eglantine 6, 1006 Lausanne, tél. 021 323 33 22; www.maisondelafemme.ch

GENÈVE

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Amis du rail, jeudi 21 juin. Minibus, Bourgogne, mardi 5 juin; Ballenberg (3 jours) du 12 au 14 juin; Pontarlier, jeudi 28 juin.

Concours photo

Depuis 10 ans, le Mouvement des Aînés (MDA) du canton de Genève organise des sorties en montagne. A l'occasion de cet anniversaire, Evasion-Montagne propose un concours de photographies sur le thème de la montagne. Les prises de vue de la compétition sont réalisées lors des sorties du groupe effectuées entre janvier et septembre 2007.

Evasion montagne, Contamines, jeudi 14 juin; Sous-Dine, jeudi 21 juin; Le Parmelan, jeudi 28 juin. Marchons ensemble, jeudi 7, mardis 12, 19 et 26 juin. Cyclo 3, mercredis 13 et 27 juin; pédales douces, jeudis 7 et 21 juin. 2, Boulevard Carl-Vogt, Case postale 14, 1211 Genève 8, tél. 022 329 83 84.

AVIVO – Service social, tél. 022 329 13 60. Excursions, Touroparc, 16 juin.

Renseignements et inscriptions: 25, route du Vieux-Billard, 1205 Genève, tél. 022 329 14 28 (tous les après-midi de 14 h à 17 h, 1^{er} étage).

CINÉMA – Une Vie inachevée, de Lasse Hallström (2005), avec Robert Redford. Auditorium Fondation Ardit, 14 h 30, lundi 11 juin.

CITÉ SENIORS – Café Seniors, «Où va la Suisse?», avec Joëlle Kuntz, journaliste et auteure de *La Suisse en un Clin d'Œil*, 27 juin, de 18 h à 20 h. «Sentiment

de solitude et liens sociaux», par Maryvonne Gognalons-Nicolet, psychologue, vendredi 29 juin, de 14 h 30 à 16 h 30. Santé, de 11 h à 12 h 30, avec Dr Charles-Henri Rapin, «Vieillir en liberté», mardi 5 juin; «Chaleur et canicule», mardi 19 juin. Cité Seniors, Service social de la ville de Genève, rue Amat 28, 1202 Genève, tél. 0800 18 19 20 (appel gratuit); www.seniors-geneve.ch

GYM SENIORS – Cours d'été du 11 juin au 10 août. En salle, Club des aînés des Minoteries, rue des Minoteries 3, 1205 Genève, mardi de 9 h 15 à 10 h 15. En plein air, Bois-Carrién, mardi 9 h 15 à 10 h 15; Parc Mon-Repos, mercredi 9 h 15 à 10 h 15; Parc des Eaux-Vives, jeudi 9 h 15 à 10 h 15; CAD, route de la Chappelle, Grand-Lancy, mercredi 10 h 15 à 11 h 15. Rens. Gymnastique seniors, avenue Ernest-Pictet 24, 1203 Genève, tél. 022 345 06 77 (le matin de 8 h à 11 h 30). →



SALON DES AÎNÉS – 6^e Salon des aîné-e-s, du 6 au 8 juin, à la salle communale de Plainpalais (52, rue de Carouge). Débats, forums, pavillons thématiques animés par diverses associations et institutions. Présence de *Générations*. Entrée libre.

Fribourg

PRO SENECTUTE – Spécial été: gym et walking à Villars-sur-Glâne. Aide pour les gros nettoyages dans tout le canton. Programmes détaillés et renseignements: Secrétariat Pro Senectute Fribourg, chemin de la Redoute 9, case postale 44, 1752 Villars-sur-Glâne 1, tél. 026 347 12 40.

Neuchâtel

PRO SENECTUTE – Activités sportives, randonnée au départ de Neuchâtel et environs: 19 juin, lac Noir. Randonnée au départ des Montagnes neuchâteloises: 14 juin. Pour les deux groupes, tour des châteaux, 5 juin. Séjour de marche à Nauders (A), du 25 juin au 2 juillet. Autres cours, selon prospectus. Renseignements: Pro Senectute Sport-Arc jurassien, Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds, tél. 032 886 83 02 (matin).

AVIVO – Permanence hebdomadaire, les mardis de 9 h à 11 h. Sortie au lac de Thoune avec promenade en bateau, jeudi 21 juin (inscriptions au 032 725 47 12). Avivo, rue du Seyon 2

à Neuchâtel (immeuble Payot), tél. + fax 032 725 78 60; avivo-neju@bluewin.ch

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Spécial 20^e anniversaire: lundi 18 juin, 18 h, vernissage de l'exposition de l'atelier de peinture de Claire Pagni, dans les serres du Jardin botanique de Neuchâtel; mardi 19 juin, 20 h, conférence du professeur P.-A. Siegenthaler: «Haïti: plantation de vétiver. Face au désastre écologique, un exemple de solidarité du MDA de Neuchâtel»; vendredi 22 juin, journée officielle du 20^e anniversaire du MDA: samedi 23 juin, toute la journée, balades contées au Jardin botanique, à 22 h, balade contée au clair de lune; dimanche 24 juin, après-midi, balades contées au Jardin botanique. Mouvement des aînés (MDA), secrétariat, rue de l'Hôpital 19, Case postale 2666, 2001 Neuchâtel, tél. 032 721 44 44.

Valais

PRO SENECTUTE – Journée autour du tennis et soft tennis, Sion, Tennis club de Valère, mardi 19 juin. Loisirs et culture, «Le tour des villages», jeudi 21 juin, de 9 h à 17 h, Entremont. Séjour vélo au Bouveret, du 4 au 8 juin. Sorties nature, balade dans le pierrier des Rousses, Anzère-Montana, 20 juin, de 14 h à 18 h; Col des Planches, Martigny, 5 juin, de 10 h à 16 h; Montorge, Sion, 13 juin, de 10 h à 13 h; randon-

née dans le val d'Illiez, 28 juin, de 9 h 15 à 16 h; Mayens-de-Riddes, sentier des cinq sens, dès la mi-juin, de 10 h à 16 h. Sortie intergénérationnelle, Sion, 22 juin, de 10 h à 16 h. Renseignements et inscriptions: Pro Senectute Valais, rue des Tonneliers 7, 1950 Sion, tél. 027 322 07 41.

Jura Bernois

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Midi-rencontre, chaque mois dans un restaurant de la région avec animation (032 481 14 07 ou 032 489 16 71). Sortie du Club de la découverte, rens. J.-P. Kessi, tél. 032 493 23 27. Boccia tous les 15 jours, lundi à 14 h au bocciodrome de Corégemont (rens. 032 489 10 20 ou 032 489 15 47). Stamm MDA, dernier vendredi du mois au Restaurant de l'Union à 14 h, rue Bubenberg 9, Biel, se renseigner avant d'y aller auprès de G. Beiner, tél. 032 325 18 14 ou 078 605 18 14.

Jura

PRO SENECTUTE – Randonnées, mardi 12 juin, rendez-vous à 14 h, parking du Château de Pleujouse; mardi 19 juin, rendez-vous à 14 h place de l'Eglise à Lajoux; mardi 26 juin, rendez-vous à 10 h restaurant des Ecorcheresses. Vélo, mercredis 13 et 20 juin (rens. Charles Hirtzlin, tél. 032 422 43 73). Pro Senectute, Arc jurassien, site de Delémont, tél. 032 421 96 10.

VOYAGES MDA

Escapade nordique à Copenhague

Visite des monuments les plus prestigieux de la capitale danoise. Prestations: vol au départ de Genève; taxes d'aéroport comprises; 5 nuits en hôtel*** bien centré; 3 repas; déplacements en bus; guide francophone.

Dates: 7 au 12 août

Prix: Fr. 1810.– (Fr. 1910.–, non-membre MDA) Suppl. ch. ind.: Fr. 280.– Délai d'inscription: 15 juillet.

Escapade écossaise Military Tatoo



Spectacle unique et découverte d'Edimbourg. Prestations: vol au départ de Genève; taxes d'aéroport (Fr. 250.–) comprises; 3 nuits en hôtel*** à Edimbourg; transferts; tour de ville en bus; billet pour le spectacle *Tatoo* (catégorie 2).

Dates: 24 au 27 août

Prix: Fr. 1330.– (Fr. 1430.–, non-membre MDA) Suppl. ch. ind.: Fr. 500.– Délai d'inscription: 10 juillet.

MDA
VOYAGES-VACANCES
Place de la Riponne 5
1005 Lausanne
Tél. 021 321 77 60

Une nouvelle vie au cœur de Montreux !



La première résidence bilingue (fr./ all.) pour seniors offre une nouvelle forme de vie sous le signe de l'indépendance et de la sécurité. Nous proposons également des séjours de convalescence et de vacances.

**Appelez-nous ! Nous vous soumettrons
une offre personnalisée.**



Nova Vita Residenz Montreux • Place de la Paix • CP 256 • CH-1820 Montreux

Tél. 021/965 90 90 • Fax 021/965 99 99

www.novavita.com

Dès le 25 juin, la TNT remplace la télévision analogique.



Vous captez la télévision via une antenne ? Passez à la TNT !

Pour éviter l'interruption des programmes, procurez-vous d'ici au 25 juin un adaptateur numérique et retrouvez en Suisse romande les programmes de TSR 1, TSR 2, SF 1 et TSI 1 (sauf en Valais et dans le Chablais vaudois). Profitez sans tarder d'une meilleure qualité d'image et de son sur votre téléviseur actuel tout en gardant votre antenne. Pour plus d'informations: www.televisionnumerique.ch, assistance téléphonique 0848 34 44 88 (tarif d'un appel local), télétexte page 390 ou auprès de votre revendeur TV.

tir télévision suisse

SRG SSR idée suisse