

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 37 (2007)  
**Heft:** 2  
  
**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](#)

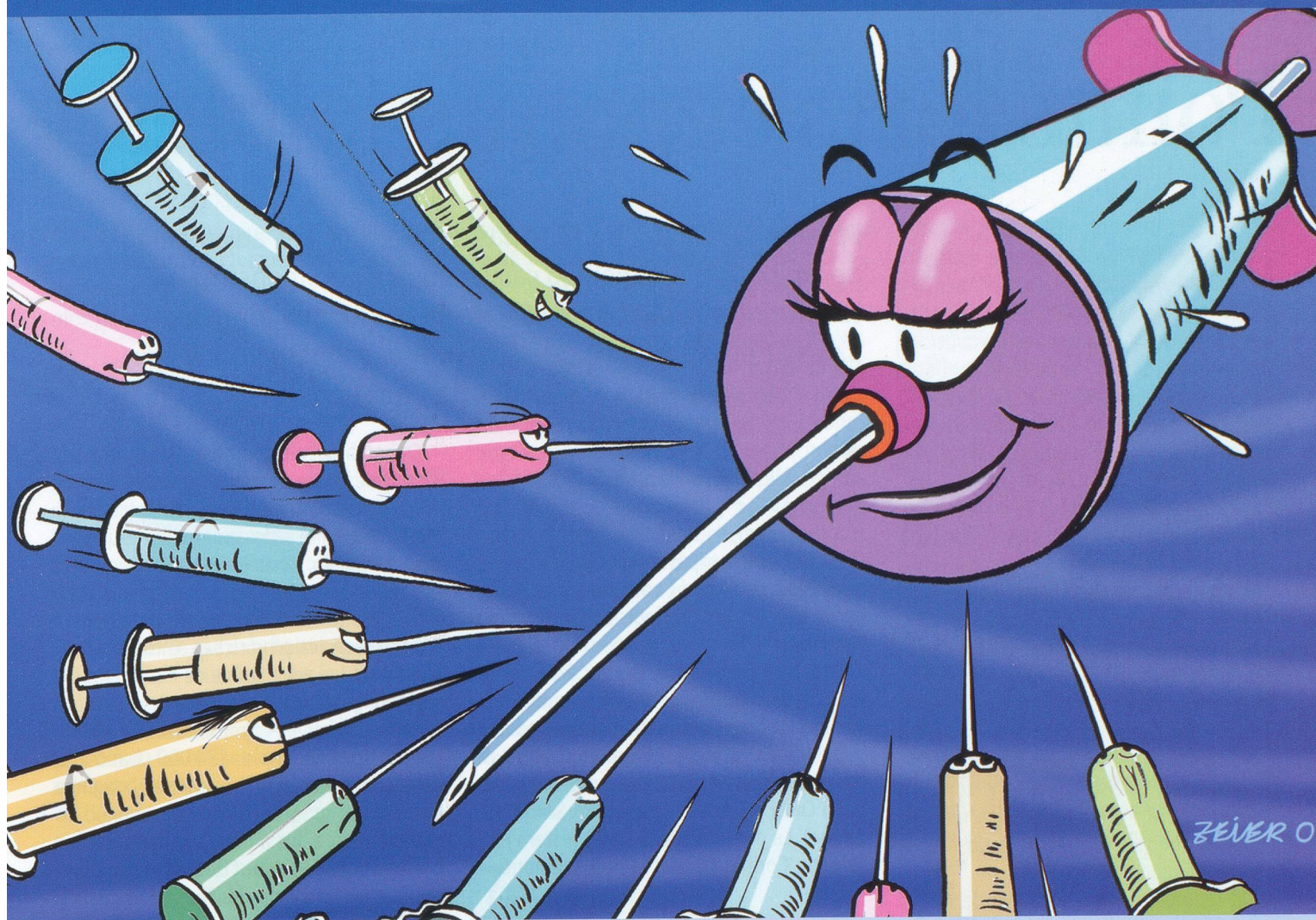
**Download PDF:** 05.02.2026

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



# Cahier Vie pratique

GÉNÉRATIONS



Urs Zeier

## Votations fédérales Faut-il avoir peur de la «caisse unique»?

Est-il normal que les pouvoirs publics, de pair avec les médecins et les assurés, prennent les rênes de l'assurance maladie? Est-il équitable que les primes soient calculées en tenant compte de la situation financière des assurés? Telles sont les questions auxquelles les électeurs devront répondre le 11 mars, en approuvant ou rejetant l'initiative «pour une caisse unique et sociale».

### Ce mois... dans Vie pratique

- 28 Enquête**  
La caisse unique:  
pour ou contre?
- 31 Ecologie**
- 32 Droits**
- 33 Info seniors**
- 34 Pro Senectute**  
Un modèle d'habitat
- 36 Cantons**
- 39 Mon argent**
- 40 Agenda**
- 42 Consommation**  
Acheter bio



# Caisse unique

# Points forts et points faibles

L'initiative «Pour une caisse maladie unique et sociale» lancée par le Mouvement populaire des familles, avec le soutien de la gauche, des Verts et de treize associations\*, entend retirer l'assurance maladie obligatoire aux 84 caisses existantes pour la confier à une caisse unique qui sera pilotée par un triumvirat formé de représentants de l'Etat, du corps médical et des assurés.

Deuxième objet: les primes seront fixées en fonction de «la capacité économique» des assurés. Ces principes seront inscrits dans la Constitution.

L'initiative est combattue par les caisses maladie, par la droite et par le Conseil fédéral, incarné par un Pascal Couchepin particulièrement belliqueux. Elle n'a pas obtenu l'aval du Parlement et sera soumise au peuple sans contre-projet. La FMH (Fédération des médecins helvétiques) n'a pas pris position, car ses membres sont divisés.

On reproche à cette initiative de nous précipiter dans l'inconnu. Mais il faut savoir qu'en cas de rejet, l'avenir des assurés sera également incertain: les caisses et le Parlement vont sortir de leurs manches des réformes qui risquent de faire mal.

Le 11 mars, il nous faudra donc choisir entre cette caisse unique qui promet de tout chambouler, et un statu quo susceptible de subir des métamorphoses inquiétantes.

Pour y voir plus clair, nous esquissons, en huit points, les scénarios les plus probables en cas d'acceptation ou de refus de l'initiative.

Anne Zirilli

\* Dont la FRC, l'Assuas (Association suisse des assurés), l'Association des médecins assistants et chefs de clinique, des omnipraticiens vaudois et neuchâtois, la Fédération des associations de retraités.

Le sujet est chaud, pour ne pas dire torride. Les adversaires de l'initiative qualifient la caisse unique de «monstre», tandis que ses partisans dénoncent le «lobby» formé par 84 assureurs assoiffés de pouvoir. Une enquête pour y voir plus clair, à quelques semaines des votations.

## 1. QUI DIRIGERA L'ASSURANCE MALADIE DE BASE ?

Une direction tripartite réunira des représentants de l'Etat, du corps médical et des assurés, par la voie de leurs associations de défense.

Les détails restent à clarifier. Mais, dans l'esprit des initiateurs, cette caisse unique n'a rien du «monstre antidémocratique» décrit par Pascal Couchepin. Décentralisée, avec de multiples agences, elle sera contrôlée par l'OFSP (Office fédéral de la Santé publique). La politique de la santé restera l'affaire du Conseil fédéral et du Parlement.

## 2. COMMENT SERONT CALCULÉES LES PRIMES ?

«Selon la capacité financière», c'est-à-dire selon les revenus, la fortune et le nombre d'enfants à charge, formule en vigueur dans la plupart des pays voisins. Voilà pour le principe que le Parlement sera chargé de traduire dans une loi.

Quant à savoir comment il s'y prendra, c'est une autre question. Tout le monde convient qu'il faut tenter de soulager la classe moyenne sans augmenter les primes des nombreux assurés qui reçoivent déjà des subsides. Mais, pour aider la classe moyenne, il faudrait mettre fortement à contribution les plus riches. C'est impossible, disent les adversaires de l'initiative. On sera obligé de fixer un plafond de revenus à partir duquel les primes cesseront d'augmenter, par exemple 120 000 francs. Et dans ce cas, la classe moyenne n'y gagnera rien.

De leur côté, les initiateurs estiment qu'on n'est pas obligé de tout bousculer. On pourrait parfaitement garder le système actuel des subsides en l'élargissant et en l'améliorant, comme le démontre leur scénario ébauché en page 31.

## 3. LES PRIMES VARIERONT-ELLES SELON LES CANTONS ?

L'initiative ne le dit pas, mais pour les initiateurs, la réponse ne fait aucun doute. C'est

## LA SOLIDARITÉ AVANT TOUT

Solidarité entre riches et pauvres, mais aussi entre jeunes et vieux, malades et bien portants... La caisse unique contribuera certainement à garantir ce principe, aujourd'hui menacé par diverses propositions. Quelques exemples parmi d'autres: des directeurs de caisse réclament à cor et à cri le droit d'augmenter les primes avec l'âge. Il est question de porter à 20% la quote-part à charge de l'assuré malade. On parle aussi de diminuer le catalogue des prestations: seuls les assurés assez riches (ou assez jeunes) pour s'offrir une complémentaire auraient accès à des soins étendus. Une initiative pendante de l'UDC va dans ce sens.



oui: les primes varieront en fonction des coûts de santé de chaque canton. Ainsi les cantons «économiques» bénéficieront de primes plus basses.

## 4. POURRA-T-ON ENCORE OBTENIR UN RABAIS EN CHOISSANT UNE FRANCHISE À OPTION ?

Les initiants sont divisés. Certains jugent que les hautes franchises sont incompatibles avec les primes selon le revenu, d'autres estiment qu'elles sont tolérables pour peu qu'elles ne soient pas trop élevées.

L'initiative pourrait donc décevoir les 55% d'assurés qui ont choisi cette formule. Il faut savoir toutefois que les franchises proposées par les caisses maladie vont perdre de leur intérêt le jour (semble-t-il assez proche) où les caisses maladie exigeront un contrat de trois ans. Il sera alors impossible de dénoncer sa franchise pour l'année suivante.

## 5. POURRA-T-ON ENCORE S'AFFILIER À UN RÉSEAU ?

Là encore, c'est plutôt non. Une acceptation de l'initiative pourrait signifier la fin des réseaux et HMO (dits aussi *managed care*) que le Parlement cherche mollement à développer, en espérant qu'ils contribueront à abaisser les coûts. Et ce serait «la fin de l'innovation»...

Les réseaux offrent quelques maigres avantages aux assurés qui acceptent de choisir leur médecin sur une liste restreinte ou de passer par le médecin de famille pour consulter un spécialiste. Là aussi, il faudra vraisemblablement s'y affilier pour trois ans.

## 6. LE LIBRE CHOIX DU MÉDECIN SERA-T-IL GARANTI ?

L'initiative offre davantage de garanties que le système actuel. Les caisses maladie

se battent en effet comme des diables pour abolir l'«obligation de contracter», autrement dit l'obligation qui leur est faite de rembourser tous les médecins. Si leur proposition est acceptée, chacune d'elles pourra dresser la liste des médecins qu'elle agréé, le canton se chargeant de fixer un nombre minimal de médecins. Pour continuer à se faire soigner par un médecin hors liste, il faudra prendre une complémentaire ou le payer de sa poche.

Les initiants sont farouchement opposés à cette innovation. Si par malheur, la Confédération devait prendre des mesures pour limiter les coûts, ils soutiendraient plutôt le modèle du médecin de famille, qui oblige les patients à passer par le généraliste pour consulter un spécialiste, sauf nombreuses exceptions. Dans leur optique, ce modèle devrait être imposé à tous les assurés, plutôt qu'être proposé en option, à travers de multiples «réseaux» (voir point 5).

## 7. LA CAISSE UNIQUE ENTRAÎNERA-T-ELLE UNE EXPLOSION DES COÛTS ?

L'initiative ne prévoit aucune mesure incitant aux économies, et c'est là son point faible.

Ses adversaires prédisent la banqueroute, suivie du rationnement des soins. Ils font remarquer qu'une caisse dirigée en partie par des médecins et des hôpitaux, n'aura pas intérêt à faire baisser le volume des prestations, cause principale de l'augmentation des coûts, alors que les caisses maladie sont tenues, concurrence oblige, d'exercer un contrôle musclé sur les factures médicales et de négocier dur avec les hôpitaux.

Les initiants rétorquent que la direction tripartite contribuera à «responsabiliser» tous les acteurs de santé, médecins, assurés et pouvoirs publics, en les amenant à négocier «en vue du bien commun». La caisse unique sera mieux gérée, du fait d'une comptabilité transparente et de sta-

tistiques fiables. Elle permettra de diminuer les frais administratifs, en économisant par exemple les 400 millions que coûtent chaque année les transferts de caisse. Elle sera mieux placée pour faire fructifier les capitaux immobilisés dans les réserves: le rendement devrait passer de 1,9% à 5%, niveau atteint par la caisse nationale des accidents (SUVA).

## 8. ON NE POURRA PLUS CHANGER DE CAISSE, UN BIEN OU UN MAL ?

L'assuré n'aura plus à éplucher les tarifs de 84 caisses pratiquant des primes différentes pour choisir la meilleur marché, avec le risque de se faire refouler illégalement parce qu'il est vieux, donc potentiellement coûteux. Mais en cas de conflit avec l'assureur unique, il ne pourra plus claquer la porte. Les initiants le rassurent en lui rappelant que les associations de défense des assurés feront partie de la direction de la caisse.

## TROIS ANS POUR TOUT CHANGER

Le passage d'une pluralité de caisses à la caisse unique et sociale doit se faire en trois ans. Les caisses maladie céderont à la caisse unique les avoirs (réserves et provisions comprises) qu'elles ont accumulés dans le secteur de l'assurance de base. Les employés qui travaillent dans les caisses maladie pour l'assurance de base seront réengagés dans la caisse unique. Les autres continueront à s'occuper des complémentaires au sein de leur caisse maladie, désormais confinées dans le secteur privé. Le Parlement concrétisera l'initiative dans des lois et révisera la LAMal en conséquence.



## Caisse unique: le face à face



Edipresse/Sébastien Feval

### pour

«Les assurés auront enfin leur mot à dire»

**Pierre-Yves Maillard**, conseiller d'Etat vaudois en charge de la santé; vice-président du Parti socialiste suisse; membre du comité de l'«Initiative pour une caisse unique et sociale».

«Le système actuel est opaque. La façon dont les caisses maladies calculent leurs primes n'est souvent pas en phase avec les coûts. Et je trouve indécent que la politique de la santé soit confisquée par le lobby des assureurs, alors qu'il s'agit d'une assurance sociale obligatoire.

Demain, ce sera encore pire. Les assureurs réclament une refonte du système, ils veulent pouvoir passer des contrats avec les médecins de leur choix, et cesser de rembourser les autres. Pour se faire soigner par un médecin qui ne se trouve pas sur leur liste, il faudra prendre une complémentaire, et payer plus cher. On se dirige vers une médecine à deux vitesses, qui casse la solidarité.

La caisse unique permettra d'éviter ce genre de dérives. Pour la première fois, les assurés auront leur mot à dire, puisqu'ils feront partie de la direction, au même titre que l'Etat et les médecins.»

### PRIMES: «IL FAUT SOULAGER LES FAMILLES»

«Je trouve profondément choquant qu'une famille, à revenus égaux, paie deux à trois fois plus qu'un adulte qui n'a pas d'enfants à charge.

On reproche à notre initiative de ne pas préciser le mode de calcul des primes. Mais ces détails techniques n'ont rien à faire dans une initiative constitutionnelle. L'important, c'est de poser le principe. La suite est l'affaire du Parlement qui se chargera de traduire ce principe dans la loi.

Nous avons tout de même élaboré des scénarios, à titre indicatif. Le plus simple serait, dans un premier temps, d'élargir le système des subsides.»

A. Z.



Edipresse/Laurent Crottet

### contre

«Elle va coûter cher»

**Christiane Langenberger**, conseillère aux Etats radicale vaudoise; membre de la Commission de la Sécurité sociale et de la Santé du Conseil des Etats.

«On ne sait pas grand-chose de cette caisse unique, sinon qu'elle aura une direction tripartite dont seront membres les médecins, les hôpitaux et les assu-

rés. Il sera très difficile, dans ces conditions, d'exiger des économies. On risque une explosion des coûts qui aurait des conséquences désastreuses. Pour freiner le processus, il faudrait diminuer les prestations, on ne pourrait plus garantir la qualité des soins. Ou alors, il faudrait augmenter les impôts. Et puis, la caisse unique mettra fin à des formules d'assurance incitant aux économies, comme les franchises à option et le *managed care*, c'est-à-dire les réseaux de médecins que le Parlement a l'intention de développer.

Cela dit, le système actuel est perfectible. Il faut veiller à ce que les caisses ne prennent pas trop de pouvoir. Elles ont sans doute été trop loin en utilisant l'argent des primes pour financer leur campagne contre l'initiative pour la caisse unique. Et elles ont trop de poids dans les commissions parlementaires, surtout aux Etats, nous allons remédier à cela. Mais il faut reconnaître que les caisses maladie ont réussi à freiner les dépenses dans le secteur hospitalier, qui accuse l'augmentation la plus forte, en imposant des tarifs au forfait. Et leur contrôle des factures a permis d'économiser un milliard de francs.»

### PRIMES: «LES SUBSIDES SUFFISENT»

«Déjà aujourd'hui, 35% des coûts de l'assurance de base sont financés par les impôts, donc en tenant compte du revenu. C'est suffisant. Cet argent finance en partie les hôpitaux. Il permet aussi de verser des subsides aux tiers les moins fortunés des assurés, afin d'alléger leurs primes d'assurance maladie. De plus, la Confédération a augmenté ces subsides de 200 millions de francs, dans le but de réduire de moitié les primes des enfants. Cet argent permettra de soulager des familles sans grands moyens qui ne touchaient pas de subsides.»

A. Z.

## PRIMES PLUS SOCIALES: TROIS PROPOSITIONS

- **Elargissement des subsides.** Aujourd'hui déjà, un tiers de la population paie des primes proportionnelles aux revenus, grâce aux 3 milliards de subsides versés aux ménages les moins aisés. Le scénario ébauché par les auteurs de l'initiative propose de doubler la mise, afin d'arroser les deux tiers de la population.
- **Suppression des primes** pour enfants jusqu'à la fin de la formation.
- **Institution d'une surprime** dès 100 000 francs de revenus. Les auteurs de ce scénario proposent de prélever 3% sur la part du revenu qui dépasse 100 000 francs. Cette somme s'ajouterait à la prime de base. Ainsi, celui qui

gagne 110 000 francs paierait 300 francs de plus par an, celui qui gagne 200 000 de revenus verserait 3000 francs de plus. Gain de l'opération: un milliard de francs en supplément, soit l'équivalent de ce que paient les familles suisses pour leurs enfants de moins de 16 ans.



## ÉCOLOGIE

# Silence, on roule électrique!

Les véhicules électriques sont à la mode. Silencieux, non polluants, économiques, ils visent la clientèle des lecteurs de *Générations*. Petit tour d'horizon.

Qu'ils soient à deux roues, à trois roues ou à quatre roues, les véhicules électriques se glissent, en silence, dans la circulation urbaine. On en dénombre de plus en plus, au détour d'une ruelle ou d'une zone piétonne. Au guidon ou au volant de ces petites merveilles technologiques, vous reconnaîtrez votre voisin de palier ou un ancien collègue. Car c'est principalement parmi la population âgée que se recrute la clientèle.

Les amoureux de la petite reine s'en aperçoivent au quotidien. Avec le poids des ans, la moindre pente prend des allures de Mont-Ventoux, le souffle se fait court et les genoux deviennent douloureux. Or, depuis l'avènement du vélo à assistance électrique (VAE), ils retrouvent l'énergie de leurs vingt ans. Un petit moteur, très discret, permet d'atteindre la vitesse de 25 km/h (presque) sans effort. Lorsque la route se fait pentue, le moteur soulage



Le vélo électrique peut atteindre la vitesse de 25 km/h.

les mollets dans un ronronnement de matou bienheureux.

Du côté de la consommation, ces vélos électriques se montrent plutôt économes. On a calculé que 100 km coûtent à peine 20 centimes (contre 13 francs pour une voiture de catégorie moyenne).

## MINIVOITURES

Pour les personnes plus exigeantes – ou qui connaissent des problèmes d'équilibre – il existe également des véhicules électriques stables, à trois ou à quatre roues. Pas besoin de permis de conduire pour piloter ces voiturettes. Il suffit de tourner la clé de contact et le monde est à vous. Enfin presque. Car l'autonomie de ces véhicules est tout de même limitée à 40 ou 60 km, selon les modèles.

Les Fangio du volant seront légèrement frustrés, car la vitesse

maximale n'excède pas 30 km/h. C'est amplement suffisant pour se déplacer... et cela permet d'échapper aux radars. Mais attention: il n'est pas question de se lancer sur une autoroute. Le modèle *Classic* à trois roues est autorisé à rouler sans permis sur les chemins de campagne, les routes de montagne, les pistes cyclables et dans les zones piétonnes. Pour le *Classic Plus*, un permis de vélomoteur est indispensable au-delà de 20 km/h. Le conducteur de cette voiturette peut alors emprunter toutes les voies de communication, hormis les autoroutes.

De nombreux conducteurs âgés, privés de permis, ou qui ne désirent plus effectuer de longues distances, choisissent de se déplacer au volant de ces voiturettes écologiques. Finalement, la liberté n'est pas forcément synonyme de vitesse.

J.-R. P.

## DONNÉES TECHNIQUES

**Les vélos électriques** sont équipés d'une batterie d'une autonomie de 65 km. Leur vitesse atteint 25 km/h. Prix: dès Fr. 1490.- (y. c. batterie).

**Véhicules électriques** pliables à 3 roues dès Fr. 1990.-. Véhicules électriques couverts à 4 roues dès Fr. 4790.-.

**Renseignements:** tél. 022 796 43 43. [www.wattworld.ch](http://www.wattworld.ch)



**Les véhicules Classic**, Le modèle de base à 3 roues a une autonomie de 40 à 65 km et sa vitesse peut atteindre 30 km/h. Toiture amovible en option. Temps de recharge: 8 h. Prix: dès Fr. 12 500.-.

**La voiturette Classic Plus** (photo) propose des performances identiques. Elle gravit des pentes jusqu'à 30% et peut rouler à 30 km/h. Un permis de vélomoteur est nécessaire pour ces deux derniers véhicules, en version 20 km/h et 30 km/h. Prix: dès Fr. 19 800.-.

**Renseignements:** tél. 079 824 49 80. Internet: [www.kyburz-classic.ch](http://www.kyburz-classic.ch)



## DROITS

# Héritiers légaux et héritiers réservataires

Je suis marié, sans enfant; mes parents sont décédés; certaines personnes m'affirment que mes frère et sœur ont droit à un quart de ma succession, en qualité d'héritiers légaux et d'autres me disent qu'il n'en est rien, parce qu'ils ne sont pas héritiers réservataires. Qu'en est-il?

Les renseignements que vous avez reçus sont exacts et le fait que vos frères et sœur soient vos héritiers pour un quart de votre patrimoine dépend de votre volonté, à savoir si vous ferez ou non un testament.

En l'absence de testament, votre succession sera partagée selon les règles légales, à savoir trois quarts pour votre conjoint survivant et un quart pour la deuxième parentèle (vos frères et sœurs ou, s'ils sont décédés, leurs descendants). Il est ainsi

exact que les personnes de la deuxième parentèle sont des héritiers légaux.

Il est également exact que les héritiers de la deuxième parentèle, excepté les père et mère, ne sont pas héritiers réservataires, ce qui veut dire que vous pouvez les écarter de votre succession, simplement en rédigeant un testament désignant vos héritiers. Dans votre situation, vous n'avez qu'un héritier réservataire, votre conjoint, qui a la protection de la loi à concurrence de la moitié de la

part qu'il hériterait en l'absence de testament.

Si vous décidez de faire un testament, il est important d'en respecter la forme; vous pouvez contacter un notaire ou utiliser la forme olographe, à savoir écrire votre testament à la main, le dater, en indiquant non seulement la date, mais également le lieu, et le signer. En effet, le non-respect de la forme peut entraîner la nullité du testament, ce qui implique que la succession est réglée selon la loi, comme vu ci-dessus.

Il est également prudent d'indiquer à votre entourage que vous avez fait un testament et où il se trouve, pour que cette pièce soit transmise aux autorités qui ouvrent la succession le moment venu. Il est possible de confier ce testament à un notaire.

Sylviane Wehrli

### POUR VOS QUESTIONS

Droits: *Générations*  
Rue des Fontenailles 16  
1007 Lausanne

## PARUTION

# Eloge du privilège de l'âge

Ancien professeur de l'Université de Lausanne, Francis Léonard consacre sa retraite à la valorisation de l'âge d'or. Son dernier ouvrage en témoigne.

Dans l'esprit de l'auteur, le troisième âge souffre d'une image trop souvent négative. A son avis, la vision de la société est faussée. Elle réduit les se-

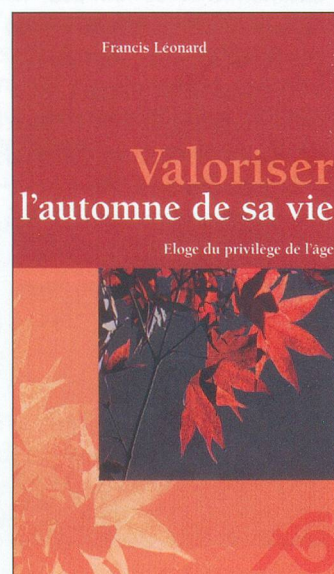
niors à une espèce en voie de déchéance, victime des baisses de facultés psychiques et physiques et des problèmes de santé. «Aux aspects négatifs du vieillissement s'ajoute l'amère constatation que le monde n'est plus ce qu'il était et que l'on s'y reconnaît de moins en moins. La sinistrose propre à notre époque accentue encore cette perception.»

Arrêtez, n'en jetez plus! «Pourtant, il faut savoir que cette période de la vie vaut mieux que sa réputation», constate l'auteur. En quatre-vingts textes concis, il aborde

tous les petits problèmes rencontrés à l'âge d'or et les accompagne de conseils judicieux. Le but recherché est de positiver, de «grandir moralement». Car, comme il le précise: «Vieillir fait partie de notre condition humaine. A défaut de pouvoir la changer, nous pouvons toujours la voir et la vivre autrement.» Un petit livre, qui fait du bien.

J.-R. P.

» *Valoriser l'automne de sa vie*, de Francis Léonard, Editions Ouverture.





INFO SENIORS

# Attention aux fausses bonnes affaires!

Toutes les «factures» ne doivent pas être payées;  
toutes les offres «avantageuses» ne doivent pas être *acceptées*!

**B**ien que légales, certaines pratiques de vente sont discutables en regard de l'éthique commerciale. Or, elles ont tendance à se développer au fil des années sous la forme de courriers publicitaires et d'offres téléphoniques à notre domicile.

Un premier piège est celui des offres d'achats ou de participation à des concours qui parviennent dans nos boîtes

aux lettres. Elles sont parfois présentées de telle manière qu'on risque de les confondre avec une facture. Un brin d'inattention suffit pour inclure dans les paiements du mois des dépenses qui n'ont aucun caractère obligatoire. Il importe donc de vérifier si l'on a bel et bien passé commande de ce qui nous est «facturé» avant de payer.

## DÉMARCHE INTRUSIVE

Second piège, celui des offres de biens de consommation, de services ou d'assurances proposées par téléphone. En dépit de la politesse rassurante ou de l'entrain stimulant manifesté par les appelants, ces pratiques sont parfois proches du harcèlement car elles incitent la personne appelée à prendre une décision immédiatement alors que celle-ci doit être prise après réflexion. Souvent, l'appelant n'indique pas tout de

suite qu'il s'agit d'une offre commerciale mais évoque la participation à un concours ou à un sondage. Parfois, un message informe la personne contactée que l'appel est enregistré: cela signifie qu'un accord exprimé par téléphone peut avoir valeur de contrat.

Face à cela, la recommandation est simple: il s'agit de dire systématiquement à son interlocuteur que l'on ne prend aucun engagement par téléphone. En cas d'insistance de la part de l'appelant, il ne faut pas hésiter à dire, calmement et poliment: «Je vais devoir mettre un terme à notre discussion, au revoir Madame/Monsieur», puis à reposer le combiné.

En règle générale, les meilleures conditions d'achat ou de souscription sont offertes dans les commerces ou les sociétés de services. Le fait de soumettre une proposition commerciale à domicile, sans que le client en ait fait préalablement la de-

mande et implique une décision immédiate de sa part, représente une démarche intrusive qui repose sur les capacités de persuasion du vendeur. Il est rare que cette pratique représente une «bonne affaire» pour le client car, le plus souvent, soit l'objet acheté sera plus cher qu'ailleurs, soit il sera «bon marché» mais lié à de futures sollicitations d'achat nettement moins avantageuses.

## 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 page 37.

Egalement *Générations*  
Rue des Fontenailles 16  
1007 Lausanne

## A LIRE

La brochure *Sécurité des 50+* propose encore bien d'autres conseils face aux risques d'abus ou de vols, à son domicile ou hors de chez soi. Elle peut être obtenue auprès de: Prévention suisse de la criminalité SKP PSC – Case postale 2073 – 2001 Neuchâtel (internet: [www.prevention-criminalite.ch](http://www.prevention-criminalite.ch))

ROBY ET FANNY

PAR PÉCUB





# Un modèle d'habitat à la campagne

A Yvonand, près d'Yverdon, trois immeubles d'habitat protégé abritent depuis une année des personnes âgées. Rencontre avec des habitants heureux et un gérant plein d'idées qui propose une vraie alternative entre le maintien à domicile et l'EMS.

Yvonand, à quelques kilomètres d'Yverdon-les-Bains, sur terre vaudoise, à deux pas du canton de Fribourg. Le village s'est étoffé au-delà de son centre ancien; on aperçoit beaucoup de constructions neuves, des villas, des petits immeubles. Yvonand, près de 2400 habitants, surprend par son étendue, son côté campagnard et ses infrastructures.

En suivant les indications routières, on arrive à l'EMS Bugnon, qui porte le nom de son fondateur Maurice Bugnon, un précurseur. En 1935, l'homme engage des travaux pour transformer une ferme en maison de repos. Depuis, l'établissement est devenu un EMS, selon les besoins modernes, et s'est doté de bâtiments supplémentaires, avec une capacité d'accueil de 55 chambres à un lit et 18 chambres à deux lits.

A la tête de l'EMS, Pierre-André Goumaz, la quarantaine, connaît bien le monde des établissements médico-sociaux, puisqu'il a notamment été adjoint à la direction de l'EMS des Quatre-Marronniers à Yverdon. Mais s'il est sollicité aujourd'hui de toutes parts, communes, investisseurs privés, associations, c'est à cause du projet novateur qu'il a mené à bien, juste en face de l'EMS.

## UNE LOCATION TRADITIONNELLE

Lorsqu'on traverse la route, on voit au premier plan un imposant bâtiment baptisé Espace Santé. Dans ce grand navire vitré, on trouve un solarium, un sauna, un hammam, ouvert au public, des salles pour des réunions et pour les repas, un four à pizza et même une salle à manger qui accueille des écoliers pour les repas de midi. Au premier étage, les locataires sont le Centre

médico-social d'Yvonand, un cabinet de physiothérapie, ainsi qu'un fitness. Bref, des infrastructures destinées au grand public aussi bien qu'aux résidents de l'EMS et surtout aux habitants du 2<sup>e</sup> étage, qui vivent dans huit appartements protégés. Il s'agit de sept appartements de deux pièces et d'un studio aménagés pour des personnes à mobilité réduite.

Cette première étape date de 1998. Pierre-André Goumaz pense déjà à la suite: «Espace Santé appartient à la Fondation Bugnon. La fille de M. Bugnon, M<sup>me</sup> Monique Zali, disposait encore de terrains tout autour. La société Entour'Age SA a été créée pour mettre sur pied le nouveau concept d'habitat protégé.» Un concept architectural sur lequel Pierre-André Goumaz planche avec un architecte et M<sup>me</sup> Zali. «Pour cet habitat protégé destiné au 3<sup>e</sup> âge, je voulais absolument que les loyers restent modérés, qu'ils soient accessibles aux personnes âgées de la région. Il fallait tenir compte de cette contrainte dans les coûts de construction. Un autre impératif: des soins à domicile doivent être disponibles 24 heures sur 24. La présence voisine du CMS en était la garantie.» En quelques mois, sortaient de terre trois petits immeubles jaunes vifs, offrant trente-quatre appartements de deux pièces et trois de trois pièces. Chaque appartement de deux pièces mesure 56 m<sup>2</sup>, possède une cuisine équipée et intégrée dans une pièce à vivre, une chambre à coucher et une salle de bains aux belles proportions. Les habitants sont reliés au système d'alarme Sécutel, pour pouvoir prévenir en cas de difficulté. Le tout coûte 1100 francs par mois, charges comprises, avec un bail traditionnel. Le premier bâti-

ment a été mis en exploitation en février 2006. Au sous-sol, les locataires peuvent bénéficier d'un garage, ils ont aussi accès à la buanderie et les frais d'utilisation des machines à laver sont compris dans les charges. Les appartements du rez-de-chaussée jouissent d'une belle terrasse et d'un jardinet, les autres logements ont de larges balcons.

## UN PETIT PARADIS

Rodolphe Rohrer, retraité, ne tarit pas d'éloges sur son nouveau nid. «Je m'y sens tellement bien, en sécurité et complètement chez moi. C'est vraiment important d'avoir un coin à soi», insiste-t-il. Après le décès de son épouse et suite à des problèmes de santé, il lui fallait trouver un lieu de vie adapté. Impossible de rester seul dans son logement malcommode. «Je ne sais pas ce que je serais devenu sans cet endroit», dit-il, confortablement installé dans son salon, au milieu de ses meubles. Sa voiture lui permet de faire des balades quand il le souhaite, il est à la fois autonome et indépendant, sans être isolé.

Même constat pour Isabelle Huber, qui a emménagé il y a un an dans un appartement au rez. Elle est ravie de son équipement de cuisine, plaques à induction, four à micro-ondes et sa salle de bains avec une grande douche la comble. «J'avais peur de glisser en entrant ou en sortant de ma baignoire. Ici, le sol est antidérapant, il n'y a

L'un des trois immeubles d'habitat protégé créé à Yvonand.

aucune marche et j'ai des poignées partout.» M<sup>me</sup> Huber, qui adore jardiner, a planté toutes sortes de fleurs et de légumes autour de sa terrasse, à la grande satisfaction de ses voisins.

Pierre-André Goumaz souhaite pratiquer une enquête de satisfaction auprès de ses locataires, pour mesurer au bout d'une année le bien-fondé de son pari. Tous les appartements se sont loués extrêmement rapidement et il y a déjà une liste d'attente. «Les personnes qui vivent ici ne pouvaient pas rester dans leur logement, appartement, maison ou ferme, parce que ces lieux étaient isolés et peu pratiques. Il y avait pour eux des risques de chute et aussi parfois de l'anxiété à rester seul. Mais elles n'avaient pas pour autant de raisons de venir dans un EMS, puisqu'elles sont autonomes et veulent le rester le plus longtemps possible!», explique le directeur. «Ces locataires, en majorité des femmes, dont l'âge tourne autour de 80 ans, vivent généralement seules. Quelques couples résident aussi dans ces appartements protégés. Nous avons aussi le cas de couples dont l'un des deux conjoints nécessite une prise en charge en EMS, tandis que l'autre est

autonome. La solution de l'appartement protégé pour l'un des deux est idéale, puisque l'EMS se trouve à deux pas et que les repas peuvent être pris en commun soit à l'EMS, soit en appartement.»

Pour s'assurer de viser le bon public, Pierre-André Goumaz a mis au point un protocole de sélection des futurs locataires avec une commission d'admission qui comprend le centre-médico social, le Bureau régional d'information et d'orientation et le gérant. A l'heure actuelle, la société Entour'Age n'a pas le projet de construire de nouveaux bâtiments, mais elle étudie la possibilité d'intégrer des habitats protégés dans des immeubles mixtes abritant également des familles. Et Pierre-André Goumaz ne cesse de répondre aux questions de divers organismes intéressés. Les preuves sont vraiment là: le modèle d'Yvonand correspond bel et bien à un besoin.

Bernadette Pidoux

» Rens. Pierre-André Goumaz, Fondation Bugnon, route de Rovray 26, 1462 Yvonand, tél. 024 430 03 50.

## 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 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 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**  
Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4, c.p. 800  
2800 Delémont  
e-mail: prosenectute.delemont@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



# Les seniors ont droit de cité

La Ville de Genève aime ses seniors au point de leur offrir un espace d'écoute, de rencontre et d'information inédit, où ils peuvent se sentir comme chez eux. C'est aux Pâquis, rue Amat, que Cité Seniors a pris ses quartiers.

Dans ce lieu calme et accueillant qui n'a vraiment rien d'un ghetto, on peut entrer, s'installer, prendre un café, se documenter, ou encore aller surfer sur l'un des ordinateurs mis gratuitement à disposition.

Ouverte à mi-novembre, Cité Seniors a pour objectif de combler un vide, comme l'explique son responsable Alain Schaub: «Il existe à Genève de nombreuses structures destinées aux aînés, qu'il s'agisse de services émanant de l'administration ou mis en place par des associations indépendantes. Ce qui manquait, c'était en quelque sorte un guide pour s'orienter dans ce vaste réseau d'aide.» Cité Seniors ne cherche pas à

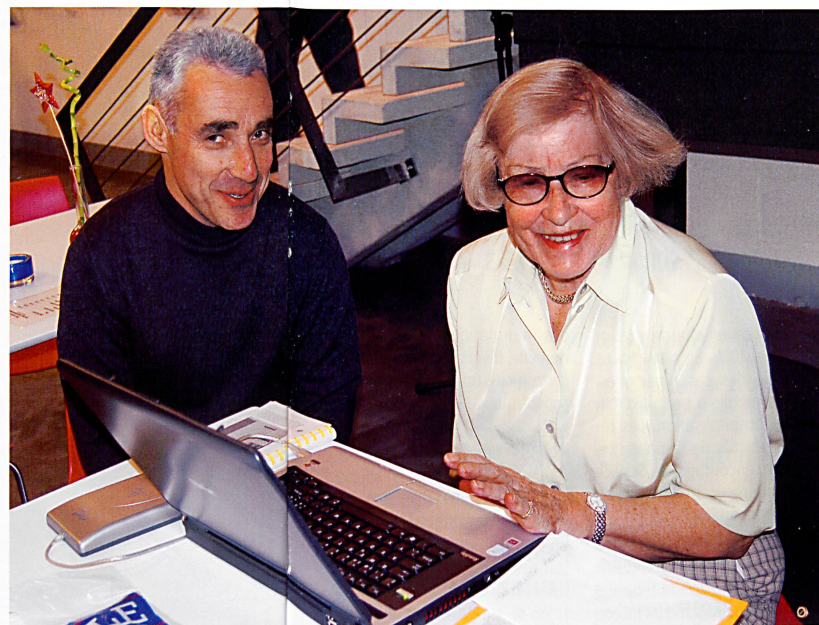
chapeauter les divers lieux et services déjà établis sur le territoire genevois. «Nous souhaitons plutôt leur offrir une vitrine. A Cité Seniors, nos visiteurs peuvent trouver des informations en lien avec tous les domaines, très divers, susceptibles de les intéresser. Ils peuvent s'informer directement auprès de nos collaborateurs et nous les orientons en fonction de leur demande. Ils peuvent aussi venir ici comme s'ils étaient chez eux et faire leur choix, incognito, parmi les centaines de flyers et autres dépliants que nous mettons à leur disposition.»

Si cette mission d'information et d'orientation se veut

l'une des priorités de Cité Seniors, Alain Schaub a cependant remarqué, au cours des premières semaines d'ouverture, que les gens viennent également par curiosité, pour faire connaissance avec le lieu et avec celles ou ceux qui l'animent. «Du reste, les programmes d'activités que nous mettons en place pour chaque trimestre rencontrent un succès plus important que ce à quoi nous nous attendions, et nous affichons rapidement complet.»

## CADRE MODERNE

En effet, Cité Seniors n'est pas qu'un lieu d'information. On vient aussi y rencontrer



Alain Schaub, responsable de Cité Seniors, initie Lilian Strub à l'informatique.

d'autres personnes, s'y divertir et s'y former, par exemple à la maîtrise d'un ordinateur et d'internet, bientôt incontournables.

## LES ORIGINES DU PROJET

Adjoint de direction au Service social de la Ville de Genève, **Maurice Graber** y est en charge de tout ce qui concerne les seniors. Il se réjouit de la création de Cité Seniors, un projet né d'une volonté politique, comme il le rappelle en quelques mots. «Il s'agissait pour M. Manuel Tornare, conseiller administratif, de rendre l'action de la Ville auprès des aînés plus visible, plus attractive et plus participative. Nous avons donc procédé dès janvier 2005 à un état des lieux qui a révélé la richesse et la di-

versité des organismes et institutions – plus de 150! – œuvrant dans ce domaine à Genève. Il était temps de valoriser davantage une telle offre. C'est pourquoi Cité Seniors se veut un lieu d'accueil, d'information et d'orientation, et c'est aussi la raison pour laquelle nous avons créé le portail internet [www.seniors-geneve.ch](http://www.seniors-geneve.ch). Par ailleurs, nous souhaitons promouvoir une vision positive des aînés et combattre les préjugés dont ils font trop souvent l'objet. Il s'agit notamment de favoriser leur

participation à la vie sociale.»

Cité Seniors se veut aussi un outil de collaboration. «Nous sommes à l'écoute des aînés, mais aussi de tous les acteurs qui les représentent. Pour améliorer la qualité de vie des seniors, en termes de santé, de sécurité, de participation à la vie de la cité, il est nécessaire de travailler en synergie. A ce propos, la Plateforme des associations d'aînés de Genève – qui regroupe une trentaine d'associations – a installé son siège à Cité Seniors.»

Ici, on considère les seniors comme des personnes actives, pleines de compétences et de curiosité: des compétences à partager, à développer, une curiosité à assouvir. «Nous ne fonctionnons pas comme un club d'aînés ou un club de loisirs. Cette Cité Seniors, ce sont ceux à qui elle est destinée qui vont la faire vivre, grandir et évoluer au gré de leurs besoins et de leurs attentes.»

Cité Seniors arbore un aménagement intérieur en phase avec l'image des seniors qu'elle souhaite véhiculer. «Nous avons fait le pari d'une architecture moderne. Du reste, elle est bien perçue par la plupart de nos visiteurs», se réjouit Alain Schaub. Dans un environnement très contemporain, voire design, l'atmosphère se révèle pourtant chaleureuse dès le pas-de-porte franchi. Dans ce décor sobre mais accueillant, chacun peut se sentir à l'aise. C'est notam-

ment le cas des visiteurs qui viennent faire une pause le temps de lire un journal en buvant un café, de feuilleter un livre – parmi la cinquantaine d'ouvrages de référence mis à disposition – ou de surfer sur internet. Ils entrent ici comme à la maison et, souvent, se dirigent vers le cyberespace. «Nous ne demandons rien à nos visiteurs. Nous sommes à leur écoute s'ils le souhaitent, mais ils peuvent venir ici tout à fait incognito. Nul besoin de s'annoncer, de s'inscrire ou de déclarer son identité.»

Si tous les publics de seniors, dès la cinquantaine et jusqu'aux âges les plus avancés, en sont les hôtes privilégiés, l'endroit se veut aussi un lieu de rencontres intergénérationnelles. «En plus d'une petite dizaine de collaborateurs fixes, nous avons parmi les bénévoles qui viennent participer à la vie de Cité Seniors des person-

## AU PROGRAMME EN FÉVRIER ET MARS

«Seniors d'ici et d'ailleurs»: tous les jeudis, de 10 h à 12 h, un point de contact et d'information à l'intention des aînés de toute nationalité, en collaboration avec la Croix-Rouge genevoise et Pro Senectute.  
«A votre santé!»: les mardis, de 11 h à 12 h 30, exposés et entretien avec Charles-Henri Rapin, médecin, responsable du programme «Bien vieillir». 13 février: Ensemble contre la douleur; 20 février: Mes droits; 27 février: Mon chez-moi; 27 mars: L'initimité.

«Clés pour une retraite active»: dernier vendredi du mois, de 14 h 30 à 16 h 30, exposé et entretien avec Maryvonne Gognalons-Nicolet, D<sup>r</sup> en lettres et sciences humaines, psychologue, Département de psychiatrie, HUG. 23 février: Prendre soin de parents âgés; 30 mars: Le temps qui passe, quels repères?

**Café Seniors: dernier mercredi du mois.**

**Animation:** Jean-Robert Probst, directeur du magazine *Génération*

Mercredi 31 janvier, 18 h à 20 h: «Les seniors face à la télévision», avec Claude Torracinta, journaliste. Mercredi 28 février, 18 h à 20 h: «Quelle sexualité après 60 ans?», avec George Abraham, psychanalyste, sexologue. Mercredi 28 mars, 18 h à

20 h: «Moi je peins... et vous?», avec Gérald Poussin, peintre et sculpteur genevois

## COURS ET ATELIERS

**Expression théâtrale** par Martine Paschoud, comédienne. Mardi 7 mars, 11 h à 12 h: séance d'information et d'inscription au cours d'avril/mai 2007.

**Initiation à la photo numérique:** 21, 23, 28, 30 mars, 9 h à 12 h (participation: Fr. 40.–).

**Initiation à internet:** 31 janvier, 2, 7, 9 février, 9 h à 12 h (participation: Fr. 40.–).

**Swisscom sur internet et les téléphones portables:** du 12 au 16 et du 19 au 23 février, 3 cours par jour: 9 h 30 à 11 h 30, 13 h à 15 h, 15 h 30 à 17 h 30 (participation: Fr. 30.–).

**Découverte de la danse** par Claude Golovine, professeur de danse classique, moderne et contemporaine, les mardis 6 et 27 février, 6, 13, 20 mars, 14 h 15 à 15 h 30.

**Atelier Mémoire et communication** par Valérie Oppel, ergothérapeute. Les mercredis 7, 14, 21, 28 février, 7, 14, 21 mars, 10 h à 11 h 30.

**Tai-Chi** par Valérie Oppel, 8, 15, 22, 29 mars, 10 h à 11 h 15.

» Et encore: lectures,

concerts, thés dansants

(programme complet sur

[www.seniors-geneve.ch](http://www.seniors-geneve.ch))

nes plus jeunes qui apprécient beaucoup le contact avec leurs aînés.»

**Catherine Prélaz**

» Cité Seniors, 28 rue Amat, 1202 Genève; tél. 022 418 53

50 / 0800 18 19 20. Internet: [www.seniors-geneve.ch](http://www.seniors-geneve.ch)

**Accueil, information, accès au cyberespace:** du mardi au vendredi, de 9 h à 17 h. Le dimanche: brunch (de 11 h à 14 h) et animation (de 11 h à 17 h).



## AIDE À DOMICILE

# Des psy volants à Lausanne

Le département de psychiatrie du CHUV met en place une équipe mobile de psychiatres de l'âge avancé pour la région lausannoise. Une manière d'éviter l'hospitalisation.

L'équipe mobile de psychiatrie de l'âge avancé a pour but de soutenir et de conseiller les professionnels de la santé, mais aussi les proches qui sont en contact quotidiennement avec des aînés souffrant de troubles psychiatriques. Formée d'un médecin chef de clinique et de deux infirmières en psychiatrie, elle intervient lors de crises, à domicile et en EMS. Son rôle est de faciliter l'accès à des traitements psychiatriques appropriés pour les aînés et favoriser la mise en œuvre de traitements précoces et adaptés. En intervenant rapidement, l'équipe mobile contribue à éviter le recours à des hospitalisations inadaptées et coûteuses.

Le projet initial s'est largement inspiré d'expériences similaires réalisées en Angleterre, au Canada, mais aussi à Genève (Service de psychiatrie gériatrique).

Au cours de la phase pilote, qui a duré dix-huit mois, un certain nombre de données ont été récoltées, qui démontrent bien la nécessité d'un tel service. Le quart des demandes adressées à l'équipe mobile a conduit à une intervention le jour même et un autre quart dans les 24 heures. L'intervention rapide répond à un réel besoin. Dans la seconde moitié des cas, les consultations ont eu lieu dans un délai de deux à quatre jours (rarement au-delà). Les situations de crise ont trouvé une issue favorable aux yeux des divers partenaires du réseau deux fois sur trois. Enfin, dans 95% des cas, l'intervention des équipes mobiles a été jugée utile.

### RÉSULTATS POSITIFS

Suite à la mise en place de cette expérience, le nombre de

cas de prise en charge a augmenté de 20%. En outre, dans la moitié des cas répertoriés, l'équipe mobile a permis d'éviter une hospitalisation. Les résultats positifs de la phase pilote ont encouragé le Service universitaire de psychiatrie de l'âge avancé (SUPPA) à mettre en place un dispositif permanent pour la région lausannoise.

### NOUVEAU PROJET

Pour réaliser son projet pilote, le SUPPA a obtenu un soutien financier de la Fondation Leenaards (Fr. 280 000.-). La pérennisation du projet est aujourd'hui assurée par le service concerné. Un nouveau projet va bénéficier du soutien de la Fondation: il s'agit du soutien psycho-éducatif des proches de malades avec démence.

Aujourd'hui, avec le vieillissement de la population, le nombre de patients déments souffrant de troubles graves du comportement augmente en conséquence. De nombreuses études ont démontré que l'accompagnement d'un parent âgé souffrant de démence représente un fardeau pour les proches. Les coûts indirects liés aux souffrances psychiques et aux maladies de l'entourage sont de plus en plus importants. Le nouveau projet a pour but de prendre en charge les aidants naturels (proches et membres de la famille). Cela se fera grâce à un soutien individualisé, mais aussi à travers

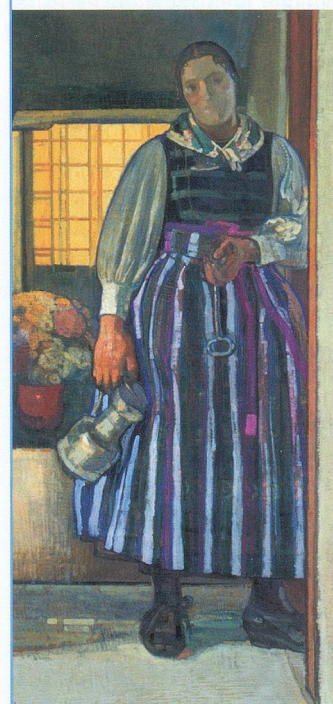
des informations relatives à la maladie, divers conseils et, dans certain cas, un suivi psychothérapeutique.

J.-R. P.

» Renseignements: SUPPA, tél. 021 316 79 60.

## EDOUARD VALLET CHEZ GIANADDA

Le peintre graveur genevois a les honneurs de la Fondation Pierre Gianadda à Martigny. Exposition à voir tous les jours, de 10 h à 18 h, jusqu'au 4 mars.



*La Servante saviésanne* (1911).

D.R./P. Bohrer

## LES PRESTATIONS DE L'ÉQUIPE MOBILE

Lors de crises ou de précrises, l'équipe mobile offre un certain nombre de prestations appréciables.

Elle identifie les symptômes et évalue les problèmes psychiques et les dangers liés à la décompensation, les risques suicidaires, etc.

Elle intervient ponctuellement et propose une assistance psychiatrique dans les 12 à 24

heures pendant les jours ouvrables, sur une durée d'un mois au maximum.

Elle soutient les professionnels et aide à prendre les bonnes décisions, propose des traitements ou des orientations thérapeutiques.

Elle conseille les infirmiers pour les équipes soignantes, soutient et écoute les proches des personnes malades.



## MON ARGENT

# Cartes de paiement: que choisir?

Dans le courant de l'année passée, le marché des cartes de paiement et de crédit est devenu très concurrentiel. Essayons d'y voir un peu plus clair dans ces moyens de «paiement sans espèces».

### CARTES BANCAIRES

Il y a trois groupes de cartes. Le premier, le plus connu, est celui des cartes des banques (*cartes Maestro*) liées à un compte bancaire. Le coût annuel est en général de Fr. 20.—. Elles permettent de payer des achats (magasins, essence, etc.) et de retirer de l'argent aux distributeurs automatiques *Bancomat*. Avec la carte *Maestro*, le débit est immédiat et en principe sans frais. Chaque retrait avec votre carte *Maestro* effectué au *Bancomat* d'une autre banque vous coûtera entre 2 et 3 francs. La fonction *Cash* permet de l'utiliser comme un porte-monnaie électronique (parking ou tickets de bus). La *Postcard* émise par Postfinance/La Poste correspond à la *Maestro* des banques, et elle offre les mêmes fonctions de paiement et de retrait.

### CARTES DE PAIEMENT

Le second groupe: ce sont les cartes de paiement émises par les grands magasins (*Pluscard* chez Globus, *MyOne* chez Manor). Elles offrent toutes la possibilité de payer sans espèces. Le client reçoit un relevé mensuel avec le montant total dû, qui peut être payé en plusieurs mensualités, ce qui en fait... des cartes de crédit! Certaines cartes permettent aussi de retirer de l'argent aux *Bancomat* (de certaines banques seulement!) ou de payer des billets CFF. Vos coordonnées étant

connues de ces magasins, ne vous étonnez pas de recevoir régulièrement du courrier avec des offres spéciales et des bons.

### CARTES DE CRÉDIT

Elles forment le troisième groupe. Les plus connues sont *Visa* (1<sup>er</sup> rang mondial) et *MasterCard* (2<sup>e</sup> rang). Toutes les banques et Postfinance les proposent au prix annuel de Fr. 100.— (sauf actions spéciales). Ce marché s'est fortement animé l'an passé, lorsque trois nouvelles cartes de crédit sont apparues en même temps: *SuperCardplus* de la Coop, *MasterCard M-Budget* de la Migros, *Visa Bonus Card* de Jelmoli, suivies de *Orange Collect Card* de l'opérateur Orange. A voir la féroce bataille marketing qui fut menée, il faut croire que le marché avait encore du potentiel! La grande nouveauté est que ces nouvelles cartes sont gratuites (sans cotisation annuelle). Ce sont des instruments de paiement très pratiques: elles sont acceptées partout dans le monde (hôtels, magasins, agences de voyage, etc.), elles permettent de retirer des espèces (avec un code NIP) aux *Bancomat*, et même d'acheter sur internet. Les taxes prélevées sur des retraits de devises à l'étranger sont importantes.

**Gare aux intérêts!** Avec ces cartes, le mot «crédit» est important: comme l'argent que vous dépensez vous est avancé



J.-R. P.

On dispose d'un large éventail de cartes de crédit.

par la banque, vous devrez le rembourser en y ajoutant un intérêt. Il est de 15% pour presque toutes les cartes, mais de 9,9% pour celle de la Coop. Cet intérêt sera calculé sur le solde à payer, jusqu'à son règlement final. Ces cartes de crédit ont donc un coût qu'il ne faut pas négliger. Trop de personnes ont été entraînées dans de graves difficultés financières à cause des cartes de crédit. Et le fait que l'on puisse maintenant aussi les utiliser pour payer ses courses dans les magasins d'alimentation fait craindre le pire aux organismes chargés d'aider les personnes endettées.

Jean-Louis Emmenegger

### NOTRE CONSEIL

Analysez bien les catégories de vos dépenses et regardez où vous faites vos achats courants. Si votre budget est modeste, contentez-vous d'une carte *Maestro* ou *Postcard* pour vos retraits et vos achats. Par contre, si vos moyens financiers vous le permettent (restaurants, voyages), une carte de crédit peut s'avérer très pratique. Mais dans tous les cas, demandez conseils à votre banquier, expliquez-lui vos besoins, écoutez ses propositions, estimez vos nouvelles charges et, surtout, donnez-vous le temps de réfléchir avant de prendre une décision.



## Informations romandes

### VAUD

**PRO SENECTUTE** – Thés dansant, mardi 6 février, de 14 h à 17 h, salle de spectacles de Renens; mardi 13 février, de 14 h à 17 h, salle communale, Bordinette 5, Paudex; jeudi 22 février, de 14 h à 17 h, salle du «Grenier Bernois», Morges (tél. 021 804 98 98). Bus du Jass, lundi 26 février. Ciném'âge, le cinéma des 7 à 77 ans, *L'Étalon noir*, mercredi 14 février à 15 h, Cinémathèque de Lausanne (rens. 021 804 98 98 ou 021 808 68 49). Concerts de l'Orchestre de la Suisse romande (abonnement pour 4 concerts, à réserver!): jeudi 22 février, 10 et 31 mai, 7 juin, à 20 h 15, Lausanne. Séjour bus aux Grisons: du 22 au 30 mai; séjour Jass à Villars, du 18 au 22 juin. Sorties hebdomadaires dans tout le canton, raquettes, ski de fond et marche. Walking et nordic Walking, toute l'année à Lausanne.

Rens. Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, 1004 Lausanne, tél. 021 646 17 21; [www.vd.pro-senectute.ch](http://www.vd.pro-senectute.ch)

**L'ESCALE** – Animation, concert-apéritif par le chœur d'hommes Jeune Harmonie et repas, dimanche 11 février, à 11 h; conte de saison suivi de dias sur le Tessin, mercredi 28 février, à 14 h 15. Cours d'entraînement de la mémoire, les mercredis matin du 7 février au 28 mars. Conseils pour remplir la déclaration d'impôt, sur rendez-vous. Excursions, jeudi 1<sup>er</sup> et 15 février, Lavey-les-Bains; 8 février, Musée Gianadda, Edouard

Vallet; dimanche 18 février, Chœur mixte de Corseaux. Marches, Lutry, mardi 20 février; ski de fond et marche aux Diablerets, mardi 27 février.

Centre de loisirs pour aînés, rue du Léman 7, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 944 25 21.

**MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA)** – Conseils juridiques, consultations individuelles avec M<sup>me</sup> Sylviane Wehrli, ancienne avocate et juge de paix. Prix: Fr. 48.–, membre MDA (Fr. 65.–, non membre), sur inscription (séances de 30 minutes). Prévoyance funéraire, réunions d'information avec Alea Prévoyance Funéraire SA, 5 février et 19 mars à 14 h au MDA. Voyage de 2 jours au Marais Seleger et sa féerie de rhododendrons et azalées, 23-24 mai (Fr. 200.–/pers.) Autres activités selon programme.

Renseignements et inscriptions: Secrétariat MDA, place de la Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 321 77 66.

**MAISON DE LA FEMME** – Eglantine Café: «Parents et fratrie: drôle de musique!», par le D<sup>r</sup> Nahum Frenck, jeudi 1<sup>er</sup> février, 19 h 15. «Infirmerie à domicile», avec Françoise Bardet, jeudi 8 février, 14 h 30. «Un hôpital au Népal», par André Sauthier, mercredi 14 février, 14 h 30. Lunch-conférence: «Intégration pour tous», par Philippe Ambuehl, directeur IPT Vaud, de 12 h à 14 h.

Maison de la Femme, Fondation Madeleine Moret, Avenue Eglantine 6, 1006 Lausanne, tél. 021 323 33 22; [www.maisondelafemme.ch](http://www.maisondelafemme.ch)

**CONNAISSANCE 3** – Conférences: musique, art, littérature, société, santé, etc. Programme à disposition auprès de Connaissance 3, place Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 311 46 87; [www.unil.ch/connaissance3](http://www.unil.ch/connaissance3)

**THÉ DANSANT** – Mardi 20 février, de 14 h à 17 h, à la salle communale de Founex. Rens. 022 776 21 86 ou 022 776 09 91.

### GENÈVE

**MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA)** – Programme et renseignements: Secrétariat, 2, boulevard Carl-Vogt, case postale 14, 1211 Genève 8, tél. 022 329 83 84.

**AVIVO** – Service social, tél. 022 329 13 60. Excursions, Saint-Valentin, 14 février. Voyages, Carnaval de Nice du 22 au 26 février; Belgique, Hollande, du 1<sup>er</sup> au 6 mai; Haute Autriche, du 17 au 23 mai; Davos, du 14 au 21 juillet. Autres activités selon programme.

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<sup>er</sup> étage).

**CONFÉRENCES** – Conférence du Centre de liaison des associations féminines genevoises (CLAFG): «Les blessures de l'être», mardi 6 février, de 18 h 30 à 20 h 30 (prix: Fr. 25.–).

Rens. et inscriptions: CLAFG, rue de la Synagogue 2, tél. 079 686 67 45.

**UNI 3** – Conférences: arts, droits, médecine, histoire, littérature, philosophie, etc. Programme à demander au Secrétariat Université du 3<sup>e</sup> âge, 2 rue de Candolle, Case postale, 1211 Genève 4, tél. 022 379 70 42 (ouvert de 9 h 30 à 11 h 30).

**GYMNASTIQUE** – Ouverture de deux «Ateliers Equilibre», lundi 19 février à la Servette (après-midi); jeudi 22 février aux Acacias (matin): 1 séance d'évaluation individuelle et 10 séances en petit groupe. Rens. et inscription auprès de Gymnastique Seniors Genève, 24, av. Ernest-Pictet, 1203 Genève, tél. 022 345 06 77; [www.gym-seniorsge.ch](http://www.gym-seniorsge.ch)

### FRIBOURG

**PRO SENECTUTE** – Service de déclaration d'impôt et service de nettoyage pour les seniors (60+) dans tout le canton: aide compétente et avantageuse pour remplir votre déclaration d'impôt et aide pour les gros nettoyages (rens. M<sup>me</sup> C. Dietrich, tél. 026 347 12 47). A l'aise au volant, cours de prévention, en collaboration avec l'OCN, lié à la conduite de véhicule, Matran, lundi 26 février. Conserves inédites à confectonner, déguster et emporter, 28 février à Bulle. Bains thermaux à Schönbühl, mercredi après-midi tous les 15 jours, départs dès le 28 février de Fribourg, Bulle et Guin. Autres activités selon programme.

Programmes, inscriptions 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: de janvier à mars, jeudi après-midi au départ de La Chaux-de-Fonds et Neuchâtel, balades à ski de fond, marches d'hiver et raquettes. Sortie «raquettes au clair de lune», les 2 février et 2 mars (si le temps est clair). Séjours de ski de fond et marches à Samedan, du 12 au 18 mars. Nordic walking, La Chaux-de-Fonds, Neuchâtel, Fontainemelon et Couvet. Cours de danses traditionnelles, à La Chaux-de-Fonds, Le Locle et Colombier. Cours de yoga à Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds. Cours de gymnastique du 3<sup>e</sup> âge dans tout le canton, toute l'année (sauf juillet et août), donnés par des monitrices spécialisées.

Prospectus et renseignements: Pro Senectute Sport-Arc jurassien, Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds, tél. 032 886 83 02.

Animation, informatique et atelier Cyberthé, à La Chaux-de-Fonds, cours de base, internet et e-mail en 6 leçons; renseignements pour cours d'informatique, de mémoire et pour d'autres cours auprès du secteur Animation, Pro Senectute Arc jurassien, Côte 48a, 2000 Neuchâtel, tél. 032 729 30 40.

**MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA)** – Cours rythmique seniors, 10 séances de 1 heure, le vendredi matin, de 9 h à 10 h, à la salle de Paroisse de la Maladière, à Neuchâtel, prix: Fr. 160.– (Fr. 210.– non-membre); animatrice: Véronique Torriani, rythmicienne. Informatique sur trois semaines, à raison de deux cours de 2 h 30 les lundis et mercredis, Section de formation continue du CPLN, rue Gibraltar 11, Neuchâtel; photographie numérique, initiation,

mercredis de 9 h à 11 h, atelier de Marie-Laure Mores, av. Soguel 1, 2035 Corcelles; tai-chi et gymnastique chinoise, lundi à 14 h, rue du Seyon 2, Neuchâtel; anglais, différents niveaux. Groupe d'écriture autobiographique, tous les 15 jours, lundi de 9 h 30 à 11 h 30, Centre de rencontre et d'accueil, rue du Seyon 2, Neuchâtel.

Cours et renseignements auprès du Secrétariat MDA, rue de l'Hôpital 19, case postale 2666, 2001 Neuchâtel, tél. 032 721 44 44.

**AVIVO** – Revue de Barnabé à Servion, dimanche 11 février (sur inscription). Déclarations d'impôts, du 12 au 21 février, de 8 h à 11 h. Permanence hebdomadaire, les mardis de 9 h à 11 h.

Avivo, rue du Seyon 2 à Neuchâtel (immeuble Payot), tél. + fax 032 725 78 60; avivo-neju@bluewin.ch

**UNIVERSITÉ DU 3<sup>e</sup> ÂGE** – Conférences: littérature, sciences, histoire, philosophie, art, médecine, etc., à Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds et Fleurier.

Rens. et programme: U3a, Avenue du 1<sup>er</sup>-Mars 26, 2000 Neuchâtel, tél. 032 718 11 60; www.unine.ch/u3a

## VALAIS

**PRO SENECTUTE** – Sport: skating, jeudi 1<sup>er</sup> et 15 février; balade à raquettes à neige, jeudi 1<sup>er</sup> février, Champex. Atelier mémoire et atelier équilibre, en toutes régions du canton dès 10 inscriptions. Formation: utiliser un natel en toute simplicité, lundi 19 et 26 février, de 9 h à 11 h, Martigny et lundi 5 et 12 février, de 9 h à 11 h à Sion.

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 (tél. 032 323 93 58 ou 032 481 14 07). Sortie du Club de la découverte, rens. J.-P. Kessi, tél. 032 493 23 27. Boccia, tous les 15 jours, lundi après-midi au bocciodrome de Corgémont (rens. 032 489 10 20 ou 032 489 15 47). Stamm MDA, dernier vendredi du mois au Restaurant de l'Union, rue Bubenber 9, Bienne, se renseigner avant auprès de G. Beiner, tél. 032 325 18 14 ou 078 605 18 14.

## JURA

**PRO SENECTUTE** – Randonnée, mardi 20 février, rendez-vous à 14 h à Porrentruy, parking du stade du Tirage au Banné; responsable: Paulette Vuillaume, tél. 032 475 63 83 ou 079 257 04 49.

Pro Senectute Arc jurassien, site de Delémont, 032 421 96 10.

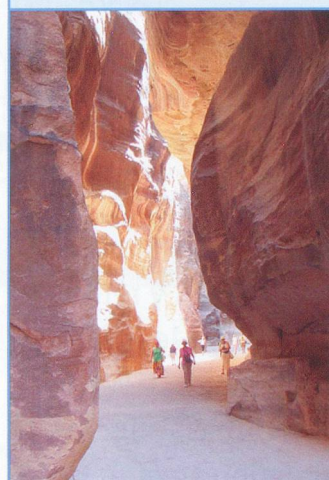
**AVIVO** – Conférence, «Les soins palliatifs», par M. N. Frôlé, jeudi 22 février, 14 h restaurant de la Charrue, Delémont. Assemblée générale annuelle, jeudi 28 février, 14 h 15, restaurant de la Charrue, Delémont.

Rens. M. André Milani, président Avivo-Jura, route de Domont 31, 2800 Delémont, tél. 032 422 28 57.

**UNIVERSITÉ 3<sup>e</sup> ÂGE** – Conférences, mercredi 7 février (Jacques Neirynck, prof. honoraire EPFL), 14 février (René Spalinger, musicien), 21 février (Roger Schindelholz, retraité de l'enseignement professionnel), Porrentruy, de 14 h à 15 h 45, Collège Stockmar, rue Auguste-Cuenin 11.

Rens. U3a, Avenue du 1<sup>er</sup>-Mars 26, 2000 Neuchâtel, tél. 032 718 11 60; www.unine.ch/u3a

## VOYAGES MDA



D.R.

### Fascinante Jordanie

Au carrefour des légendaires routes des épices, de la soie et de l'encens, la Jordanie a été pendant 5000 ans un point de rencontre entre les grandes civilisations du monde antique. Vol au départ de Genève, 6 nuits en hôtels\*\*\*\*, demi-pension, accompagnement depuis la Suisse par un historien, visites selon programme.

**Dates:** du 24 au 31 mars

**Prix:** Fr. 1980.– (suppl. chambre indiv.: Fr. 280.–)

### Oman

#### Les beautés d'Arabie

Des routes de l'encens à celles de l'or noir, un voyage découverte qui vous conduira jusqu'au grand sud dans le Dhofar. Vol au départ de Genève avec Etihad (incl. taxes d'aéroport Fr. 218.–), 6 nuits en hôtels\*\*\*\* et \*\*\*\*\*; pension complète, transports en bus climatisés, entrées dans les sites, guides parlant français et anglais.

**Dates:** du 22 au 28 mars

**Prix:** Fr. 3405.– (Fr. 3505.–, non membre MDA).

Suppl. chambre indiv.: Fr. 405.–

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



## CONSOMMATION

# Acheter bio et éthique

Les labels alimentaires se multiplient.

Comment s'y retrouver et peut-on leur faire confiance? Le WWF tente de clarifier la situation en établissant un palmarès contesté des labels méritants.

C'est un tout petit guide\*, format carte de crédit, que le consommateur est censé sortir de son porte-monnaie à l'heure de faire des achats, si possible avec une loupe, car certains logos sont miniaturisés à l'extrême. Aussi modeste soit-il, ce dépliant établi par le WWF et des associations soucieuses de protéger le consommateur et les animaux, fait des remous. Car les experts chargés d'évaluer

les 28 labels les plus connus se montrent de plus en plus sévères.

Pour mériter trois étoiles et la note «chaudement recommandé», il ne suffit plus d'être 100% bio, de préserver la nature, de traiter correctement les animaux d'élevage ou de se soumettre à des contrôles annuels effectués par un organisme indépendant. Il faut encore que les aliments ne soient pas dénaturés par l'adjonction de colorants et d'arômes et que les conditions de travail soient acceptables pour les humains.

### LES RÉACTIONS

Les déçus sont nombreux et reprochent aux WWF de leur faire un procès d'intention. Par exemple, le label *Suisse Garantie*, avec son petit drapeau à croix blanche, est affligé d'une mauvaise note, parce qu'il n'est



pas bio, alors qu'il n'a jamais prétendu l'être, vu qu'il se borne à indiquer la provenance indigène des produits. Un consommateur à la fibre patriotique pourra donc acheter les produits ainsi étiquetés sans crainte d'être trompé: ils sont bel et bien suisses. S'il a la fibre patriotico-biologique, il leur pré-

férerait par contre le label *Bio suisse*, le meilleur, tous produits confondus.

Anne Zirilli

» \* A commander à WWF Suisse, Ch. de Poussy 14, 1214 Vernier.  
Plus de renseignements sur [www.wwf.ch/foodlabel](http://www.wwf.ch/foodlabel)

## Les meilleurs produits

### FRUITS-LÉGUMES-CÉRÉALES\*\*\*

Production bio respectueuse de la nature. *BIO bourgeon* et *BIO suisse*, 38 et 39 points. Dans les grandes surfaces et dans le commerce de détail. *Demeter*, 38 points. Culture biodynamique. Dans les magasins diététiques. *Naturaplan* + *BIO bourgeon*, le double label de Coop, 38 points. *Engagement Bio*, le double label de Migros, 33 points. *NaturPlus Bio*, le double label de Manor, 33 points. Attention! les labels de ces trois chaînes de supermarché doivent impérativement s'associer au mot Bio pour gagner leurs trois étoiles.

### VIANDE, ŒUFS, PRODUITS LAITIERS\*\*\*

Les animaux sont élevés en plein air, bien traités, bien nourris, sans adjonction d'antibiotiques. *Natura-beef* + *BIO suisse*, 38 points. Chez Coop. Là encore, il s'agit d'un double label. Sans la mention Bio, une étoile en moins. *Bioweide - Beef*, 37 points. Chez Migros. *Fidelio*, 37 points, dans des magasins spécialisés listés sur internet ([www.fidelio.ch](http://www.fidelio.ch)). Sont également bien notés plusieurs labels cités dans les fruits et légumes: *Demeter*, 36 points; *BIO Suisse*, *Engagement Bio* de Migros, *Naturaplan BIO* de Coop, *NaturPlus bio* de Manor, 34 points.

### POISSONS\*\*\*

Pisciculture: l'élevage est conforme aux besoins des espèces. Le recours aux médicaments et les risques de pollution sont limités. Pêche: préservation des espèces et des fonds marins. *BIO suisse* et *BIO bourgeon*, *Naturaplan BIO* de Coop, 39 points, *Engagement bio* de Migros, 36 points. On trouve des truites, saumons et crevettes d'élevage sous ces labels. Aucun label de poisson sauvage n'a décroché trois étoiles, mais *MSC* (un poisson dans un ovale bleu) totalise malgré tout 30 points. Ses produits, essentiellement du saumon, sont distribués chez Coop et Migros.



## NOUVELLE ROSERAIE

Saint-Légier (480 m)

## CHALET FLORIMONT

Gryon (1 200 m)



## VACANCES... en toute liberté!

Ces maisons – proche du lac Léman ou à la montagne – vous offrent: confort en chambres doubles ou individuelle, personnel compétent 24/24 h, suivi de soins, animations et excursions, évasion, nature, repos...

Transport assuré en car de Genève  
Pension complète, de Fr. 95.– à Fr. 110.– par jour,

Renseignements, dates séjours et inscriptions: Secrétariat  
maisons de vacances,

Le CAD, Genève  
Tél. 022 420 42 90 (8 h-12 h)  
Fax 022 420 42 89



## Appréciez tous les moments de la vie...

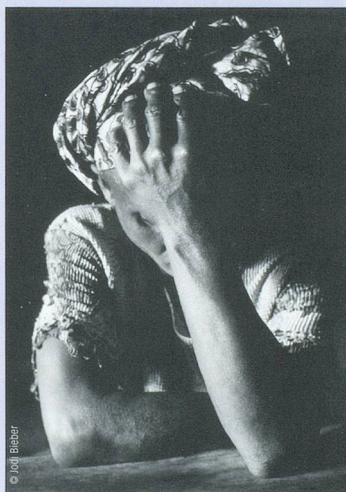


- Conseils personnalisés par un audioprothésiste diplômé
- Choix étendu d'appareils auditifs et d'auxiliaires
- Suivi et service inclus durant toute la durée de vie des appareils
- Fournisseur agréé AI, AVS, AMF, SUVA
- Bilan complet de votre audition offert
- Protections de l'ouïe au travail, à la piscine, au concert, etc.



Petit-Chêne 38 • CH-1003 Lausanne • Tél. 021 323 49 33 • Fax 021 323 49 34 • oberdoz@sunrise.ch

LA COMMUNICATION RETROUVÉE



Battus, violés et abusés pendant leur fuite, ils ont besoin de notre aide. Maintenant!

80 % des réfugiés et déplacés sont des femmes et des enfants. Ils sont particulièrement vulnérables aux violences sexuelles et aux mauvais traitements. Il est de notre devoir de les aider.

Médecins Sans Frontières porte assistance aux victimes de violences dans le monde entier.



Case postale 116, 1211 Genève 21  
www.msf.ch, CCP 12-100-2

Annonce gratuite



## Mieux entendre... pour mieux vivre

Une relation de confiance depuis 25 ans

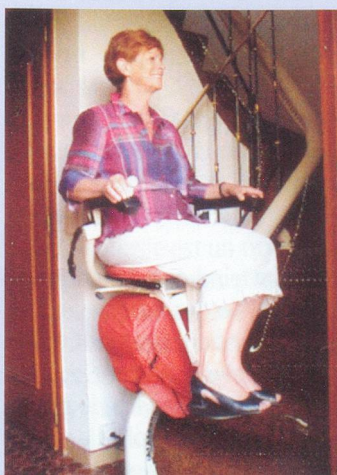
Pierre-E. Duvoisin • Audioprothésiste • Brevet fédéral

## LA CORRECTION AUDITIVE

Rue du Midi 13 - 1400 YVERDON - Tél. 024 425 32 30  
www.correction-auditive.ch

Succursale: Renens Rue de la Mère 8 - Tél. 021 635 45 00

**BON** Pour une consultation gratuite sur rendez-vous



## SRS SA

Services Réhabilitation  
Moyens Auxiliaires  
E-mail: srsduc@freesurf.ch

Tél. 021 801 46 61 – Fax 021 801 46 50  
Z.I. Le Trési 6C – CP 64 – CH-1028 Préverenges

Sièges et plates-formes monte-escaliers  
Equipements et accessoires pour la salle de bains et les toilettes. Soulève-personnes et accessoires. Assistance à la marche. Fauteuils roulants. Scooters électriques.

Location et vente de lits médicalisés.  
Mobilier et installations pour soins à domicile avec le meilleur rapport qualité/prix

Succursale à Boudevilliers (NE) – 079 331 36 04



## Handilift S.à.r.l.

Sièges et plates-formes d'escaliers  
Elévateurs verticaux

E-mail: handilift@freesurf.ch

Pour recevoir une documentation gratuite, veuillez nous retourner cette annonce

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

NPA \_\_\_\_\_ Localité \_\_\_\_\_