

Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 38 (2008)
Heft: 11

Anhang: Vie pratique

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: 30.01.2026

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

Interview

PAR ANNE ZIRILLI



Pierre-Yves Maillard, conseiller d'Etat vaudois, est à la tête du Département de la Santé et de l'action sociale.

Jean-bernard.sieber@arcphoto.ch

Assurance maladie

L'homme qui tient tête aux caisses maladie

On attendait cela. Qu'un politique ne se contente pas de beaux discours mais passe à l'action contre les augmentations de primes abusives. Pierre-Yves Maillard, conseiller d'Etat vaudois socialiste, est cet homme. Interview.

Il y a belle lurette que le conseiller d'Etat vaudois à la tête du Département de la Santé dénonce la fâcheuse tendance des caisses maladie à augmenter les primes plus qu'il ne faudrait. Cette année, il a fait fort, en prenant le chemin de Berne, avec son homologue genevois, Pierre-François Unger, pour sommer l'Office fédéral de la Santé (OFSP) d'obtenir des caisses abusives qu'elles baissent leurs primes dans les cantons de Vaud, Genève et Zurich. Cette démarche, appuyée par Pas-

cal Couchepin, a fait son effet. De peur d'être épingleés par les contrôleurs, plusieurs assureurs se sont exécutés d'eux-mêmes, tandis que d'autres s'y sont résignés sur pression de la Confédération. Cela se traduit par une baisse de la prime moyenne à Genève et une faible hausse dans le canton de Vaud. Une demi-victoire, donc, pour Pierre-Yves Maillard, et qui ne signifie pas la fin des hostilités. Le bras de fer entre caisses maladie et cantons reste d'une brûlante actualité... ➤

– Obtenir de l'Office fédéral de la Santé publique qu'il contraine des caisses à baisser leurs primes, cela ne s'était jamais vu...

– Effectivement. Cet office est un organe d'approbation, il n'a pas le pouvoir de fixer les primes. Mais cette année, nous lui avions adressé des contre-propositions caisse par caisse, en exigeant que celles qui avaient des écarts trop grands en-

«Les Genevois et les Vaudois ont payé des primes bien trop élevées pendant cinq ans. Cet argent doit leur être rendu.»

tre les coûts et les primes baissent leurs tarifs dans les cantons de Vaud, Genève et Zurich.

– Vous vous êtes donc battus surtout pour les assurés vaudois, genevois et zurichois...

– Oui, car les assurés de ces trois cantons ont payé des primes bien trop élevées pendant cinq ans. Nous voulions que cet argent leur soit rendu.

– Des chiffres ?

– Un assuré vaudois verse une prime de 13% supérieure à celle d'un assuré bernois, alors que les coûts de l'assurance de base ne sont que de 5% plus élevés. Dans le canton de Vaud, comme dans celui de Genève, les réserves accumulées pendant ces dernières années représentent environ 40% du volume des primes encaissées en 2007, alors que la moyenne suisse se situe entre 15 et 20%. Un quart des réserves

constituées par les caisses en Suisse ont été engrangées grâce aux seuls assurés vaudois.

– Les directeurs de la santé des autres cantons vous ont-ils appuyés dans votre démarche ou êtes-vous partis seuls au combat ?

– Nous avions leur soutien, car le problème est général. Les primes croissent plus vite que les coûts de santé, sur lesquels elles devraient s'aligner. En 2006, les caisses ont prélevé 800 millions de francs en trop, tous cantons réunis. Cela leur a permis d'augmenter leurs réserves, quand bien même il avait été décidé que ces fonds devaient être utilisés pour modérer les primes.

– Pourquoi les caisses ont-elles plumé surtout les assurés vaudois, genevois et zurichois ? Est-ce pour les punir de dépenser plus que les autres ?

– Je n'en ai aucune idée. Ce qui est évident, c'est qu'elles surévaluent systématiquement les coûts de santé dans ces trois cantons.

– Comment des erreurs aussi monumentales peuvent-elles se produire ?

– Les caisses estiment les coûts à venir avant d'avoir négocié à la baisse les tarifs du secteur hospitalier. Elles tablent donc sur des tarifs plus élevés que ceux qu'elles obtiennent après coup, suite à des négociations très dures. C'est un facteur d'erreurs parmi d'autres.

– Votre démarche a été couronnée de succès. Diverses caisses ont baissé leurs primes, de gré ou de force. Etes-vous satisfait du résultat ?

– Moyennement. Je suis content que l'Office fédéral de la Santé publique commence enfin à jouer son rôle de régulateur, mais je regrette que bon

nombre d'assurés vaudois, notamment ceux de La Côte et de la Riviera, aient à subir des augmentations en raison du redécoupage des régions de primes (lire encadré).

– Les caisses maladie prétendent qu'elles seront dans le rouge en 2010 parce qu'elles ont dû entamer leurs réserves pour modérer les primes. Il est vrai que bon nombre d'entre elles ont déjà disparu, pour cause d'insolvenabilité...

– Il n'y a pas de quoi s'affoler si une caisse disparaît. Son personnel et ses assurés sont en principe repris par d'autres. On parviendra peut-être ainsi enfin à la caisse unique... Mais le danger n'est pas si pressant. Car les caisses constituent, en plus des réserves, des provisions, tout aussi importantes, qui servent à payer les factures en suspens. Actuellement, réserves et provisions atteignent 9 milliards de francs pour toute la Suisse.

– Il sera toutefois difficile d'éviter à long terme des augmentations de primes. Car les coûts de santé croissent inexorablement, du fait des progrès de la médecine et du vieillissement de la population.

– Je n'ai jamais dit le contraire. Ce qui importe, c'est que les primes restent connectées aux coûts réels. Les Suisses ont suffisamment de difficultés à nouer les deux bouts, sans avoir à subir des hausses injustifiées.

– Quelle solution préconisez-vous pour limiter les coûts de la médecine ambulatoire ?

– Sachant que les coûts explosent quand les médecins sont trop nombreux, la Conférence des directeurs cantonaux de la santé, de concert avec la Fédération des médecins suisses, a proposé de mieux répartir l'offre médicale. Actuellement, il y a pléthora de médecins dans les villes et pénurie en campagne. Il faudrait que les cantons aient la possibilité de refuser l'ouverture d'un cabinet dans une région trop bien pourvue et de favoriser son implantation là où l'offre médicale

Primes moyennes en 2009

Pour adulte avec assurance accidents

Valais:	Fr. 273.–	+ 3.9%
Fribourg:	Fr. 298.–	+ 3.4%
Suisse:	Fr. 323.–	+ 2.6%
Jura:	Fr. 340.–	+ 1.9%
Berne:	Fr. 346.–	+ 3.8%
Neuchâtel:	Fr. 369.–	+ 1.5%
Vaud:	Fr. 375.–	+ 1.4%
Genève:	Fr. 418.–	– 0.1%



Jean-bernard.sieber@arcphoto.ch

est insuffisante. Cette proposition a été soumise à la Commission de la santé du Conseil des Etats.

– Quel sort la Commission de la santé du Conseil des Etats a-t-elle réservé à votre projet?

– La commission a simplement refusé d'entrer en matière. Et cela n'a rien d'étonnant lorsqu'on sait que cette commission est sous la coupe des assureurs. Cinq de ses membres sur les treize qui y siègent représentent les caisses maladie. Ces cinq lobbyistes issus du PDC, du Parti radical et de l'UDC exercent une influence décisive sur les parlementaires de droite. En plus, les caisses maladie financent ces partis afin d'obtenir leur soutien.

– Votre projet coupait l'herbe sous les pieds des assureurs qui réclament à cor et à cri la «liberté de contracter»...

– Oui, et ce mot est un faux ami: il ne s'agit pas de la liberté de l'assuré, mais de celle des assureurs. Les caisses veulent s'arroger le droit de choisir elles-mêmes les médecins avec lesquels elles travailleront. Les autres ne seraient plus remboursés.

– Cela compliquerait singulièrement la tâche de l'assuré qui désire changer de caisse maladie. Il devrait non seulement comparer les

primes, mais aussi les listes de médecins agréés par les caisses...

– Oui, ce serait l'anarchie totale et la fin de la solidarité. Certaines caisses préserveraient le libre accès aux meilleurs spécialistes, elles vendraient une médecine haut de gamme que seuls les privilégiés pourraient s'offrir, car les primes seraient élevées et la participation aux coûts passerait de 10% à 20%. D'autres caisses choisirraient le *low cost*, à l'exemple de certaines compagnies d'aviation, et ne rembourseraient plus que les médecins les moins coûteux en échange de primes modérées.

– Quel est votre prochain objectif dans cette guerre des primes?

– Nous allons nous battre pour renforcer la compétence des cantons.

– Chaque année, en automne, les assurés peuvent quitter leur caisse pour en prendre une meilleur marché. Leur conseillez-vous d'utiliser ce droit?

Pour changer de caisse

Dernier délai: 28 novembre

1. Comparez les primes. Sur internet: www.bonus.ch, www.comparis.ch, www.c-primes.ch; www.primes.admin.ch, le site officiel de l'OFSP (Office fédéral de la Santé publique) ou service primes de l'OFSP, tél. 031 324 88 02.

2. Adressez à la caisse de votre choix une demande d'affiliation* en précisant que vous ne prenez que l'assurance de base et en donnant les indications suivantes: niveau de franchise désiré, modèle d'assurance désiré (standard ou alternatif), avec ou sans accidents, nom, adresse, N° de téléphone, date de naissance, compte bancaire et copie de votre police actuelle.

3. Adressez une lettre de résiliation* à votre caisse actuelle pour le vendredi 28 novembre en précisant que vous gardez chez elle votre assurance complémentaire.

*Lettres type sur le site www.primes.admin.ch (cliquer sur Primes-conseil). Envoyez les lettres en recommandé.

– Oui, même si cela n'est pas si facile. De grandes caisses ont avalé de plus petites, dont elles maintiennent les primes artificiellement basses, dans l'espoir d'attirer de jeunes assurés. Elles demandent de s'affilier par internet ou se présentent comme la «caisse des sportifs». Il y a donc peu de chances pour que les assurés âgés s'inscrivent... Mais il ne faut pas renoncer. ■

Vaud passe de trois à deux régions de primes

Zone 1 (la plus chère) pour les assurés de l'arc lémanique, zone 2 pour les autres. Les Lausannois et les Yverdonnois y gagnent. Les autres assurés y perdent: bon nombre d'entre eux subiront des hausses de tarifs, alors que Pierre-Yves Maillard avait exigé que leurs primes restent stables.

En bonnes mains – avec Telealarm.

En cas d'urgence à la maison ou au travail, il suffit d'appuyer sur un bouton pour appeler à l'aide avec le Telealarm S12. Ce système compose l'un après l'autre les huit numéros programmés, jusqu'à ce que quelqu'un réponde. Informations au Swisscom Shop, sous www.swisscom.com ou au numéro gratuit 0800 800 800.

**Notre téléphone Top P304 convient
aux malvoyantset aux malentendants.**



Le complément alimentaire précieux à base de petit-lait.
Contient du magnésium, du fer et du zinc.

MAGNESIT®

Magnésium – métabolisme énergétique
Fer – formation du sang
Zinc – production d'énergie

Grâce au magnésium, au fer et au zinc, MAGNESIT®, pris comme complément alimentaire quotidien, se révèle très efficace pour compenser les méfaits de l'environnement et les répercussions néfastes sur l'organisme humain, et pour renforcer les défenses immunitaires. Le citrate soluble facilite l'absorption de MAGNESIT® par l'organisme.

Renforcez vos défenses immunitaires.
Et améliorez votre bien-être. Grâce à la prise quotidienne de MAGNESIT®.



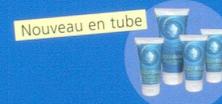
Renforce les défenses du corps
Compense les méfaits de l'environnement
Disponible en poudre ou en comprimés

«Notre cadeau à notre
organisme.»



Compléments alimentaires et cosmétique naturelle
Pionnier suisse depuis 1972

Egalement dans l'assortiment Biosana



EQUI-BASE®
Soin du corps



Bain au petit-lait
ph 7.5-8.0

Biosana SA
3672 Oberdiessbach
Tél. 031 771 23 01
Fax 031 771 23 22
info@biosana.ch
www.biosana.ch

Les produits ne contiennent pas de substances génétiquement modifiées et n'ont pas été testés sur des animaux. Les produits Biosana sont disponibles dans les drogueries, pharmacies et magasins de produits diététiques.

Essayez dès maintenant

Demandez votre échantillon
gratuit de MAGNESIT®.
Complétez et renvoyez le talon.

GE11/08

Nom

Prénom

Rue/n°

NPA/ville

Envoyez ce coupon à: Biosana SA
Industriestrasse 16, 3672 Oberdiessbach



Droits

PAR SYLVIANE WEHRLI

Travailler pour son concubin

Mon compagnon va créer une entreprise et me demande de faire son secrétariat, pour l'instant sans salaire. Quelles précautions prendre? C. R., à V.

Lorsqu'un des époux collabore à l'entreprise de son conjoint dans une mesure notablement supérieure à ce qu'exige sa contribution à l'entretien de la famille, il a droit à une indemnité équitable (art. 165 du Code civil). Si vous étiez mariée, vous pourriez vous appuyer sur ces disposi-

tions légales, le fait de tenir régulièrement un secrétariat donnant droit à l'obtention d'une indemnité équitable. Cette disposition est parfois appliquée lors de la séparation du couple.

Lorsqu'un couple de concubins se sépare, il n'y a pas de procédure telle que la procédure de

divorce. Certes, en cas de difficultés particulières, chaque concubin peut s'adresser à un juge civil qui appliquera les règles concernant la liquidation d'une société simple. C'est dans ce cadre que vous pourriez réclamer une indemnité pour le travail effectué en faveur de votre compagnon. Que le couple soit marié ou non, des difficultés peuvent surgir pour faire fixer par un juge une indemnité équitable: quelle est la nature et l'ampleur du travail effectué? Com-

ment l'évaluer? Ainsi, avant de s'engager, il est important que le couple soit au clair sur des points importants: l'aide requise par le conjoint ou le concubin est-elle temporaire ou y a-t-il possibilité de verser un salaire sans mettre en danger l'entreprise? Pourquoi ne pas établir un contrat de travail ou envisager une collaboration au niveau de l'entreprise? Quoi qu'il en soit, il est toujours prudent de garder des preuves de ce qui a été décidé et fait. ■

Mon argent

PAR JEAN-LOUIS EMMENEGGER

Acheter à crédit

«Désirant acquérir une nouvelle TV, le vendeur m'a proposé de l'acheter à crédit. Qu'en pensez-vous?» s'interroge Y. D. à T.

Le principe est fort simple: si vous n'avez pas l'argent nécessaire pour payer directement à la caisse le prix d'un appareil que vous aimeriez acheter, certains magasins proposent de l'acheter moyennant un crédit personnel. Ceci signifie que vous devenez immédiatement propriétaire de l'appareil (TV, chaîne stéréo, caméra, appareil de photo, ordinateur, imprimante, etc.) ou de l'objet (meuble, canapé, salon, voiture, etc.), et que vous le payerez en plusieurs ver-

sements échelonnés sur un certain nombre de mois. Il faut avouer que ce mode d'achat est bien pratique si on ne dispose pas immédiatement des liquidités nécessaires. Mais c'est un avantage qui, évidemment, se paie! En effet, ce mode d'achat fera que, au bout du compte, votre appareil ou objet vous coûtera plus cher que si vous l'aviez payé comptant. Car vous devrez d'une part rembourser son prix et d'autre part payer l'intérêt pour l'argent prêté! Cet intérêt tourne actuellement

autour de 8 à 9%. Le total de ces deux montants sera divisé par le nombre de mensualités (12 ou 24 en général) et le résultat vous donnera le montant à payer chaque mois. Ce type d'achat à crédit peut être envisageable si l'acheteur bénéficie d'un revenu mensuel stable (salaire, rente AVS, rente de retraite du 2^e pilier). Car la condition essentielle est de pouvoir assurer les paiements mois après mois. D'ailleurs, dans le formulaire de demande de prêt, vouserez appelé à mentionner

votre revenu mensuel. Et aussi à confirmer que vous n'êtes pas dans une situation de surendettement (car dans ce cas, le crédit ne peut pas vous être accordé en raison de la législation sur le crédit à la consommation actuellement en vigueur).

Notre conseil: essayez d'abord de payer cash (en demandant éventuellement à un parent de vous avancer le montant). Si non, soyez conscient qu'acheter à crédit signifie s'endetter, puisque vous rembourserez le montant de l'objet acheté + un intérêt de crédit pendant plusieurs mois. ■

Au secours des plus démunis

Notre pays, l'un des plus prospères du monde, abrite des milliers de personnes qui vivent sous le seuil de pauvreté. Le Secours suisse d'hiver lance une campagne pour leur venir en aide.

Selon les dernières statistiques, une personne sur onze en Suisse n'a pas suffisamment de revenus pour vivre dignement. Certaines fondations et quelques associations réagissent contre cette cruelle réalité en venant en aide aux plus démunis. C'est le cas du Secours suisse d'hiver, qui lance cet automne une campagne afin de récolter des fonds qui seront redistribués aux personnes dans le besoin. «J'ai été touchée, pour ne pas dire choquée, de constater que des personnes âgées fouillent discrètement dans des poubelles»,

avoue Véronique Hurni, présidente de la section vaudoise du Secours d'hiver. «Ces gens ne songent pas à demander une aide financière, par fierté ou par honte. Il suffirait parfois de quelques centaines de francs pour leur permettre de passer un cap difficile. Or, nous leur venons volontiers en aide. C'est le message que j'aimerais faire passer.» Comment atteindre ces personnes et leur faire comprendre que la pauvreté n'est ni une tare ni une maladie honteuse? C'est toute la démarche que doit accomplir, au fil des ans, l'association du

De simples démarches

Pas besoin de remplir des pages entières de formulaires pour bénéficier du Secours d'hiver. Il suffit de prendre contact directement avec la section cantonale, au besoin par l'intermédiaire de l'Avivo ou des centres sociaux. Les décisions sont prises très rapidement et l'aide financière distribuée dans les jours qui suivent la demande. Ajoutons que ces démarches se font en toute confidentialité.

Vos demandes: Secours d'hiver, section Vaud, case postale 4, 1008 Prilly. Tél. 078 776 87 87. Site: www.secoursdhiver.ch



Jean-Claude Curchod

Véronique Hurni, présidente de la section vaudoise du Secours d'hiver.

Secours d'hiver, créée en 1936. «Parfois, ces personnes nous sont envoyées par l'Avivo ou d'autres associations; rarement elles nous contactent directement. Pourtant, nous sommes à leur disposition et nous pouvons les dépanner.»

Plus de 200 dossiers

De nombreuses personnes âgées, qui vivent avec un revenu minimal, se retrouvent en situation délicate lorsque survient un imprévu. «Cela peut être une facture de dentiste, une paire de lunettes à changer, des médicaments à acheter, précise Véronique Hurni. Il s'agit souvent de petites sommes, mais ces quelques centaines de francs manquent cruellement.»

Chaque année, le Secours suisse d'hiver redistribue

environ quatre millions de francs, répartis dans les cantons en fonction du montant de la collecte. «Il nous faudrait entre 60 000 et 70 000 francs pour répondre à nos besoins dans le canton de Vaud», précise Véronique Hurni. L'an passé, la section vaudoise a traité 218 dossiers. Les sommes distribuées varient entre 300 francs et (exceptionnellement) 3000 francs. «Juste de quoi payer une facture importante et sortir la tête de l'eau. Le Secours d'hiver distribue également des bons d'achat dans les supermarchés, car certaines personnes n'en peuvent plus de manger des pâtes au thon», conclut la présidente vaudoise. ■

Vos dons: Secours d'hiver, section Vaud, CCP 10-9400-0

Personnes employées à domicile

De nombreuses personnes âgées ou affectées dans leur santé font appel à des «travailleurs de proximité» ou à des «employés de maison». Mais comment salarier ce personnel?

Il est souvent difficile de faire face aux contraintes administratives qui découlent de l'engagement de personnel, même sous des conditions de travail à temps partiel ou de durée limitée. En effet, la personne qui recourt aux services d'un travailleur à domicile devient un employeur. A ce titre, elle doit assumer des responsabilités en matière de versement du salaire, d'affiliation aux assurances sociales et de versement des cotisations à ces dernières.

Afin de faciliter et d'alléger les tâches administratives tant des employeurs que des employés, le système du «chèque-emploi» s'est utilement développé au cours de ces dernières années. Cette offre est maintenant disponible dans tous les cantons romands.

Démarches simplifiées

Grâce à la formule du chèque-emploi, la gestion de personnel à titre privé devient très simple. Tout d'abord, le salaire mensuel est versé en espèces à l'employé. Ensuite, l'établissement du chèque simplifie les démarches administratives et assure leur transparence au profit de toutes les parties: un premier

volet du chèque tient lieu de quittance à l'employeur pour le versement du salaire mensuel, un deuxième fait office de décompte pour l'employé et un troisième est adressé à l'organisme de gestion avec le versement des charges sociales, établies à hauteur de 20% du salaire au titre d'acompte. De son côté, l'organisme de gestion répartit ces contributions auprès des différentes assurances sociales (chômage, AVS/AI, maladie et accident), ce qui assure l'employé et met en règle l'employeur. Il gère aussi le bon équilibre entre les acomptes versés et le montant exact des primes dues. Les surplus d'acomptes sont ainsi rétrocédés à l'employeur. Bien entendu, les données personnelles et salariales demeurent confidentielles.

Il convient de préciser que ces chèques ne tiennent pas lieu de titre de séjour. Leur utilisation ne saurait soustraire les employeurs et les employés concernés aux dispositions légales concernant le droit des personnes de nationalité étrangère à exercer une activité lucrative.

Soulignons encore que, pour les personnes bénéficiant à la fois des prestations complémentaires à l'AVS et d'une alloca-

tion pour impoté de degré moyen ou grave, les frais pour personnel soignant engagé directement peuvent être remboursés dans la mesure où les soins et l'assistance ne peuvent être dispensés par une organisation reconnue d'aide et de soins à domicile. Le site internet www.cheques-emploi.ch contient les informations pratiques ainsi que les liens sur les sites des organisations cantonales offrant la prestation. Il donne également accès à des modèles de contrats de travail ainsi qu'aux formulaires d'adhésion au chèque emploi. ■

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. 35.

Egalement Générations,
rue des Fontenailles 16,
1007 Lausanne

Adresses utiles

- **Fribourg**, Chèque Emploi, Centre d'intégration socioprofessionnelle, Case postale 31, route des Daillettes, 1709 Fribourg; tél. 026 426 02 40.
- **Genève**, Chèque Service, CP 361, 1213 Petit-Lancy 1; tél. 022 301 73 16. Le Chèque Service est également disponible auprès des CASS (Centres d'action sociale et de santé) ainsi que des mairies partenaires du projet.
- **Jura**, Chèque Emploi, Caritas Jura, Temple 19, 2800 Delémont, tél. 032 421 35 60.
- **Neuchâtel**, TickeTAC, TAC (Travail Au Clair Sàrl) CP 2352, av. Léopold-Robert 11a, 2302 La Chaux-de-Fonds; tél. 032 919 76 21.
- **Valais**, Top Relais, Rue du Bourg 22, CP 2162, 1920 Martigny 2 Bourg; tél. 027 723 39 70.
- **Vaud**, Chèques-emploi, CP 536, 1001 Lausanne; tél. 021 613 40 84.

Une consultation sociale réservée

Pro Senectute propose dans toute la Suisse des bureaux de consultation sociale. Quel type d'aide peut-on y obtenir? Rencontre avec deux assistants sociaux, en ville et en campagne, qui évoquent les demandes de leurs clients.



DR

Michel Collet est l'assistant social des villes, Edwige Perraudin celle des champs. Ces deux travailleurs sociaux, passionnés par leur job auprès des seniors, ont accepté de nous décrire leur quotidien, pour mieux expliquer ce que les retraités peuvent trouver dans leurs bureaux.

A Renens, dans la banlieue lausannoise, Michel Collet est confronté en première ligne à des questions de budgets difficiles à boucler. A l'ouest de Lausanne, de Renens, Prilly à Echallens, son secteur recouvre pourtant des réalités économiques assez différentes. «L'une des premières interrogations concerne les prestations complémentaires: nous aidons les personnes à remplir les formulaires de demande et à comprendre le fonctionnement de ces fameuses PC. Nous nous rendons compte que beaucoup de personnes qui y auraient droit n'avaient pas encore fait la démarche, par gêne ou par

manque d'information. Nous sommes bien sûr prêts aussi à analyser l'ensemble du budget de chacun. Pour l'assurance maladie, nous proposons de remplir une demande de changement de caisse, si c'est nécessaire. Ce sont ces cas de figure qui nous occupent le plus en cette période de l'année!»

Des retraités qui arrivent à vivre avec leurs rentes, mais qui n'ont juste pas droit aux prestations complémentaires, se trouvent tout à coup en difficulté en raison d'une grosse facture ponctuelle. «Ce sont souvent des frais dentaires imprévus, une dépense pour des lunettes pas entièrement prises en charge par les assurances, qui poussent des personnes à nous consulter. Pro Senectute dispense des fonds qui viennent en aide dans tous ces cas-là. C'est important de le savoir et de ne pas hésiter à déposer une demande», précise Michel Collet.

Pro Senectute entre en matière également pour d'autres aides ponc-

tuelles: un abonnement demi-tarif de train, indispensable à une personne qui s'occupe de ses petits-enfants éloignés, ou le financement d'un cours de gymnastique spécial destiné aux malades de Parkinson. Il s'agit d'améliorer la qualité de vie des personnes autant que d'apporter un secours dans une situation financière difficile. Un déménagement peut aussi représenter une charge importante pour une personne âgée, sur le plan économique, mais aussi pratique. Là aussi l'intervention d'un assistant social peut être d'un grand soulagement.

Evénements de la vie

A Renens, ville de l'agglomération lausannoise, vivent un grand nombre d'étrangers, certains d'entre eux venus tard en Suisse, à la suite de regroupements familiaux. Ils ont de la peine à s'en sortir dans la jungle de l'administration et doivent parfois se faire accompagner d'un membre de leur famille, pour s'as-

aux retraités

surer d'une traduction. «Généralement, cette population étrangère est bien entourée par un réseau familial, et souffre probablement moins de solitude que des Suisses isolés et sans descendance», remarque l'assistant social vaudois. Dans la banlieue lausannoise, le coût de location d'un logement est un souci majeur pour les retraités. Dès qu'un immeuble est rénové, les hausses de loyer sont exorbitantes pour une personne à l'AVS. Dans les villages de la périphérie, ce sont les propriétaires de villas modestes qui connaissent des inquiétudes: doivent-ils vendre pour faire face au départ d'un conjoint en EMS? Pourront-ils conserver leur bien et jouir d'une aide sociale?

Solidarité en campagne

Edwige Perraudin, assistante sociale à Montagnier dans le district valaisan d'Entremont, connaît bien ces problèmes de patrimoine. Dans cette zone rurale, les retraités sont attachés à leurs maisons et aux terres qu'ils souhaitent transmettre à leurs enfants. Dès que leur revenu ne suffit plus à leur entretien, ces retraités inquiets s'adressent à l'assistante sociale de Pro Senectute. «Il n'est pas rare que les enfants fournissent déjà une aide matérielle», constate Edwige Perraudin. Pro Senectute a organisé des séances d'information sur la problématique des liens entre prestations complémentaires et donation du patrimoine ou avance d'héritage. En consultation, elle peut fournir des renseignements personnalisés.

C'est elle qui transmet des informations sur le financement du placement ou du maintien à domicile d'une personne âgée dépendante. «Nous cheminons avec la personne et son entourage pour trouver les meilleures solutions, de

l'aide à domicile à l'EMS», précise-t-elle.

Sur le plan économique, c'est la hausse du prix de l'électricité et des charges qui préoccupe en ce moment les ménages valaisans à faible revenu. «Un poste du budget en augmentation, c'est tout un équilibre qui est remis en question», note Mme Perraudin. «C'est l'occasion de franchir le pas et de demander ce à quoi on a droit», ajoute-t-elle.

Les personnes âgées d'autres cantons, venus passer leur retraite en Valais, où ils possédaient un chalet, constituent aussi une population particulière à cette région. Tous n'ont pas réussi à tisser des liens avec les autochtones et certains sont très isolés et démunis, quand l'âge avance. Des difficultés de déplacement, dans des zones peu accessibles aux transports publics, sont une des problématiques à laquelle Edwige Perraudin doit faire face.

Les deux assistants sociaux ont aussi l'occasion de pratiquer des entretiens de famille. Il existe et – on en parle trop peu – des situations familiales complexes, en ville comme en campagne. Ce sont, par exemple, des enfants en situation de précarité qui reviennent vivre chez leurs parents et qui mettent en péril les faibles ressources d'une personne âgée. Rassurer cette dernière, en apportant des informations sur les aides existantes pour son enfant, permet parfois de trouver une solution.

Des questions d'endettement, aux mille méandres des aides sociales, des droits et de la défense des personnes âgées en difficulté: les mandats de ces assistants sociaux sont vastes. N'hésitez pas à les consulter! ■

Pour joindre les consultations sociales de votre région, adressez-vous aux bureaux Pro Senectute cantonaux (adresses ci-contre).



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. 032 886 83 20
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. 032 886 83 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: info@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

AVS: la valse des milliards

Avant la votation du 30 novembre sur l'initiative pour une retraite flexible, repérons quelques chiffres pour en mesurer l'enjeu.

Selon les sources, le coût de l'initiative syndicale pour introduire la retraite flexible dès 62 ans atteint nettement moins d'un milliard ou largement plus de trois milliards. Pas nécessaire d'être devin pour prédire que la bataille des chiffres sera assommante. Afin de garder le nord, rappelons un seul montant: l'Office fédéral des assurances sociales a estimé le coût de l'initiative à **779 millions** de francs par an. Ce qui fait retomber l'enjeu au-dessous du cap symbolique du milliard.

Ce fameux cap a en revanche largement été franchi à l'AVS, mais pour une tout autre raison. L'Assurance vieillesse et survivants a en effet présenté ses comptes de l'an dernier. Résultats? Les turbulences sur les marchés financiers ont occasionné une perte nette de **1,9 milliard** de francs! En d'autres mots, la solidité financière de l'AVS dépend deux fois plus de la Bourse que de la flexibilité des retraites. ■



Bab.ch

En 2009, les rentes augmentent de 3,2%

Les rentes AVS augmenteront de 3,2% dès le 1^{er} janvier 2009. Pour décider cette adaptation qui a lieu chaque deux ans, le Conseil fédéral a pris en compte l'indice mixte des salaires et des prix. La rente vieillesse minimale passera ainsi de 1105 à 1140 francs par mois, la

maximale de 2210 à 2280 francs par mois. Quant à la rente maximale de couple, elle passe de 3315 à 3420 francs mensuels. A noter que les montants des prestations complémentaires et des allocations pour impotents seront elles aussi augmentées de 3,2%.

Des mamys turbulentes

Le magazine *Elle* a récemment raconté l'histoire de cinq septuagénaires interpellées dans une commune provençale. Gilberte,

Josette, Liliane, Marie et Yvonne se retrouvaient souvent sur un banc du village après leurs émissions de télévision préférées. Jusqu'au jour où

un jeune du voisinage les a dénoncées parce qu'elles parlaient trop fort la nuit tombée... Tapage nocturne, aurait déclaré la police...

Des quinquas sages et sereins



Bab.ch

Les femmes de plus de 50 ans font de très bons placements financiers.

Les investisseurs de plus de 50 ans sont moins déstabilisés par la crise boursière que les autres. Alors qu'on les croyait prompts à protéger leurs actifs, ils se sont montrés plus sereins que leurs cadets. C'est la conclusion d'une enquête de Barclays Wealth. Selon cette étude, lors des périodes de volatilité des marchés, les 50+ sont moins nombreux que les jeunes à se ruer sur les liquidités, à consacrer du temps à leurs investissements ou à changer de gérant bancaire. Pour les auteurs, cette sagesse est proba-

blement due à l'expérience des seniors qui ont déjà connu plusieurs cycles boursiers.

D'autres études européennes montrent que les femmes sont plus attentives que les hommes à leur prévoyance vieillesse et à leurs placements. Première particularité: elles misent sur des valeurs plus stables que les actions pour garantir leur avenir financier. Deuxième particularité: elles adaptent mieux que les hommes leur stratégie de placement aux différentes phases de leur vie. ■

Deuxième pilier

«Cette baisse des rentes est scandaleuse»

Le Conseil national a décidé de baisser le taux de conversion des futures rentes du 2^e pilier. Expert en prévoyance, Meinrad Pittet, de Pittet Associés à Genève, dit sa colère contre cette décision. Il espère que les citoyens vont s'insurger.

– Pour vous, cette baisse annoncée risque de discréditer le deuxième pilier. Faut-il s'alarmer ?

– Meinrad Pittet: Rassurons les personnes qui sont à la retraite: leurs rentes acquises ne sont en principe pas concernées par cette baisse. En revanche, tous les futurs retraités sont touchés. Et là, oui, OUI en majuscules, il faut s'alarmer! D'un point de vue purement actuariel, cette baisse se justifie, mais d'un point de vue social, elle est scandaleuse. Elle discrédite la prévoyance professionnelle et renforce l'idée déjà trop répandue que le deuxième pilier est un simple capital bancaire individuel sans aucune dimension de prévoyance sociale.

– Si le taux de conversion baisse comme prévu, les rentes vont beaucoup diminuer. De combien ?

– La baisse sera énorme: elle atteindra 11% pour les futures rentes! Il faudrait absolument que les

assurés s'insurgent, car une telle décision est socialement inacceptable. Malheureusement, j'ai la désagréable impression que personne ne s'en préoccupe et je me retrouve relativement seul à prêcher pour le retour de la notion de solidarité dans le deuxième pilier.

– Concrètement, que peut-on faire ?

– Il faut que les électeurs choisissent leurs représentants au Parlement en fonction de leur fibre sociale sur la prévoyance. Actuellement, on a l'impression que les parlementaires s'alignent sur l'avis des spécialistes et oublient le reste. Même les partis de gauche et les syndicalistes ne se battent pas suffisamment pour défendre un taux de conversion socialement acceptable. La notion d'individualisation de la prévoyance s'est imprimée dans tous les esprits et je passe pour un vieux ringard quand j'ose articuler le mot «solidarité». Le maintien d'un taux de conversion actuariellement trop avantageux a

D.R.



«L'individualisme s'est généralisé, explique Meinrad Pittet. Je passe pour ringard quand je rappelle les principes de solidarité du 2^e pilier.»

certes un coût, mais ce pays peut certainement le supporter.

– Et une initiative populaire ?

– Aucun des grands partis ne se jettera à l'eau. Je ne vois guère que des groupes comme l'AVIVO ou l'ARTIAS (Association romande et tessinoise des institutions d'action sociale) pour s'y lancer. Je leur souhaite bien du courage!

– Mais alors, que faire pour défendre le cœur social du 2^e pilier ?

– Je remarque de légers changements qui me font espérer un retour de balancier. Ainsi, en Angleterre par exemple, les chantres *tories* de l'individualisme ont récemment reconnu les vertus d'une prévoyance plus solidaire. Les Suisses suivront peut-être ce mouvement. Je vois aussi, parmi nos clients, des caisses de pensions qui souhaitent mieux respecter les promesses faites à leurs assurés.

Le taux de conversion ?

Ce taux permet de calculer la future rente de retraite. Un exemple: avec le taux actuel de 7,1%, la rente s'élève à 7100 francs annuels pour 100 000 francs de capital assuré. Lorsque le taux descend à 6,4%, la rente n'est plus que de 6400 francs annuels. Il s'agit d'un taux «minimal», les caisses de pension peuvent être plus généreuses avec leurs affiliés. Du moins en théorie.

Propos recueillis
par Marylou Rey

Simples et pratiques

Inspirés par les recueils d'astuces et les conseils des lecteurs de *Générations*, quelques suggestions pour s'épiler sans douleur, conserver du gingembre ou enlever les taches brunes sur les mains.



Bab.ch

Fermetures à glissière

Si vous fermez les fermetures à glissière avant de laver vos vêtements, elles ne gondoleront plus et fonctionneront mieux. Et si le zip de votre sac de sport est coincé, frottez l'endroit avec du savon sec et vous aurez... une ouverture à glissière.



Bab.ch

Du gingembre frais

Râpez une grande racine avec la râpe à gros trous. Placez les zestes de gingembre dans les alvéoles d'un bac à glaçons et mettez le tout à congeler. Rassemblez ensuite les glaçons dans un sac en plastique que vous remettrez au congélateur. Lorsque vous en aurez besoin, sortez un cube de gingembre. Il aura conservé tout son goût.

Aïe, l'épilation

Avant d'épiler vos sourcils, passez-y un glaçon. Le froid aura un effet anesthésiant sur la peau qui sera moins sensible à la douleur. Repassez le glaçon à la fin de l'épilation.

Salade défraîchie

Si votre salade verte n'est plus trop fraîche, rincez-la dans une première eau légèrement tiède, nous conseille Françoise, de Lausanne. Puis passez-la dans l'eau froide.

Circulation sanguine

Après un bain relaxant bien chaud, il est bon de se doucher à l'eau fraîche. Ce changement brusque de température stimule la circulation sanguine.

Taches brunes

C'est l'expérience faite par Marianne, 77 ans, d'Yverdon. Elle collectionne les opercules des petits pots de crème depuis des années. Et depuis des années, elle essuie les gouttelettes du couvercle sur le dos de sa main gauche. Quelle n'a pas été sa surprise en constatant qu'elle n'a pas de taches brunes sur cette main alors qu'elle en a sur l'autre.



Bab.ch

Bicarbonate magique

On sait toutes les vertus du bicarbonate pour verdier les légumes, blanchir les dents ou faire briller les bagues et bracelets. Son autre atout bien connu de nos grands-mères: il lutte contre l'acidité gastrique et les brûlures d'estomac. Buvez une cuillérée à café de bicarbonate dissoute dans un verre d'eau et le tour est joué.

Et vous ?

Avez-vous des trucs pour résoudre les petits désagréments de la vie quotidienne ? Ecrivez-nous pour nous expliquer votre astuce et nous la partagerons avec les lecteurs de *Générations*.

VAUD

PRO SENECTUTE – Thé dansant: jeudi 13 novembre dès 14 h, salle communale de Paudex, route de la Bordinette 5; dimanche 16 novembre dès 14 h, restaurant Le Bol d'Or à Renens (repas de midi sur réservation: tél. 021 635 45 45); jeudi 20 novembre, dès 14 h, Salle du «Grenier Bernois», Morges (tél. 021 804 98 98). **Bus du Jass,** lundi 24 novembre. **Ciné-m'âge,** mercredi 12 novembre à 14 h 30, *Fanfan la Tulipe*, Cinémathèque Suisse à Lausanne (tél. 079 767 53 90). Pro Senectute, rue du Maupas 51, 1004 Lausanne, tél. 021 646 17 21 ou www.vd.pro-senectute.ch

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Exposition: photographies de Marianne Pettavel, vernissage lundi 10 novembre, 11 h, grande salle du MDA. **Visites guidées:** cathédrale de Lausanne et son portail peint, mardi 18 novembre à 14 h 30 (délai d'inscription: 7 novembre). Berne, Palais fédéral et vieille

ville, mercredi 26 novembre (délai d'inscription: 12 novembre). **Conseils juridiques** par Sylviane Wehrli, 19 novembre, 3 et 17 décembre. Secrétariat MDA, Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 320 12 61 ou www.mda-vaud.ch

L'ESCALE – Info-croissants, de 10 h à 11 h, mercredi 12 novembre. **Excursions,** jeudi 13 novembre, musée Gianadda, Martigny, exposition Balthus. Centre de loisirs pour aînés, rue du Léman 7, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 944 25 21.

AVIVO – Permanence de la section de Vevey et environs, 26 novembre, de 9 h à 11 h 30. Hôtel-de-Ville de Vevey, 1^{er} étage, salle 101 (lift).

MAISON DE LA FEMME – Conférence: «Savoir-vivre dans un monde sans frontière», par Bernard de Muralt, consultant en savoir-vivre, jeudi 13 novembre, à 14 h 30. Maison de la Femme, av. Eglantine 6, 1006 Lausanne, tél. 021 323 33 22.

THÉ DANSANT – Fourex, salle communale, mardi 18 novembre, de 14 h à 17 h. Rens. 022 776 2186 ou 776 09 91.

CONNAISSANCE 3 – Conférences: «Comment fonctionne notre mémoire», par Mireille Jemelin, d'ès sciences biologiques, Maison de paroisse, Le Sentier, 14 h 30. «Usages politiques de la peur, le populisme contemporain», par Oscar Mazzoleni, Observatoire de la vie politique, Bellinzona, casino de Montbenon à Lausanne, 14 h 30. Programme à disposition auprès du secrétariat de Connaissance 3, pl. de la Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 311 46 87.

CONFÉRENCE – «La solidarité entre jeunes et aînés», exposé de M. Lionel Girardin, municipal des services sociaux à Vevey. Jeudi 13 novembre, 14 h 30, Hôtel de Famille, Vevey. Rens. Fédération vaudoise des retraités, section Riviera Lavaux, tél. 078 754 78 44 ou 021 921 34 55.

CINÉ Seniors – *Microcosmos*, de C. Nuridsany et M. Pérennou. Cinéma Rex Aubonne, mardi 11 novembre, 14 h 30.

RETRAITE – Conférences: «Comment préparer sa retraite en toute connaissance de cause?» par les conseillers des Retraites populaires, jeudi 13 novembre, à 18 h, au Pavillon Astra à Vevey; mercredi 19 novembre, Hôtel de la Paix à Lausanne.

PRÉPARATION À LA RETRAITE – Informations destinées aux résidents étrangers sur différents aspects liés aux questions sociales, jeudi 6, 13, 20 et 27 novembre. Vevey, salle du Panorama, rue du Clos 9, de 18 h 30 à 20 h 30. Conférences: «AVS/Assurances sociales et prévoyance vieillesse», mardi 11 novembre; «Caisses de retraite et prévoyance individuelle», mardi 18 novembre; «Héritage et successions», mardi 25 novembre. Montreux, résidence Nova Vita, place de la Paix, de 18 h 30 à 20 h 30. Rens. Association régionale de la Riviera pour la préparation à la retraite, tél. 021 924 55 65 ou www.arpr.ch

GENÈVE

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Conférence: «Radiations électromagnétiques et santé», conférence de M. Jacques Surbeck, mercredi 12 novembre, 14 h (lire encadré page 40). Nuit suisse du conte, vendredi 14 novembre en différents endroits de la ville (rens. auprès du secrétariat). Secrétariat MDA, 2, boulevard Carl-Vogt, Case postale 14, 1211 Genève 8, tél. 022 329 83 84, fax 022 321 24 42.

AVIVO – Service social, tél. 022 329 13 60; **loisirs**, tél. 022 329 14 28. Thé dansant, tous les vendredi de 14 h à 17 h. Avivo, 25, rue du Vieux-Billard, Case postale 155, 1211 Genève 8. →

Colloque Ecole des grands-parents

«Les racines, le tronc, les bourgeons. La place des grands-parents dans la rencontre entre générations», colloque organisé par l'Ecole des Grands-Parents Suisse romande, samedi 15 novembre, Centre pluriculturel et social d'Ouchy, à Lausanne, de 9 h 30 à 17 h. Ateliers et débats en présence de nombreuses personnalités et spécialistes des relations intergénérationnelles.

Ecole des Grands-Parents, pl. Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 311 13 39 ou egplausanne@bluewin.ch



CITÉ SENIORS – Conférences et débats: «Hommes et femmes: les inégalités dans le grand âge et face à la mort», par Luc Guillet et Sarah Vilpert, sociologues, jeudi 27 novembre, de 11 h 15 à 12 h 45. **Thé dansant**, initiation au véritable tango argentin, dimanche 30 novembre, de 14 h à 17 h. Cité Seniors, 28 rue Amat, 1202 Genève, tél. 022 418 53 59 ou 0800 18 19 20 (info au public).

INTERNET – La Citi Private Bank propose une **initiation gratuite** à internet et à l'utilisation du téléphone portable, samedi 8 novembre de 12 h à 17 h, Genève, Académie de langues, 118 rue du Rhône. Rens. 079 290 57 45.

NEUCHÂTEL

PRO SENECTUTE SPORT – Randonnées de Neuchâtel et environs, 11 novembre: La Tourne, midi fondue ou rösti (sur inscription); Montagnes neuchâteloises, 6 novembre: Le Gardot-Le Prévoux; 20 novembre: Fondue Les Breuleux (sur inscription). Rens. Pro Senectute-Arc jurassien, Sport, Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds, tél. 032 886 83 02 (matin).

AVIVO – Permanence hebdomadaire les mardis de 9 h à 11 h, rue Louis-Favre 1 (ancien home des Rochettes), tél+fax 032 725 78 60. **Conférence:** «Transmission du savoir», par l'historien Jean-Pierre

Ondes Attention danger!

Depuis plusieurs années, des chercheurs scientifiques indépendants dénoncent la nocivité biologique engendrée par les radiations électro-magnétiques des écrans d'ordinateurs, téléviseurs, natels, etc. Selon leurs conclusions, il semblerait que ces ondes soient responsables de troubles, tels que fatigue, diminution de la résistance immunitaire, troubles du



comportement, perte de concentration, etc. Pour en savoir plus à ce sujet, Jacques Surbeck, directeur de recherche de SEIC SA à Genève, fait le point dans une confé-

rence intitulée: «Radiations électromagnétiques et santé».

Mercredi 12 novembre, 14 h, Pro Senectute, 4 rue de la Maladière, Genève.

Jelmini, jeudi 20 novembre, 14 h 30, 1^{er} étage du Buffet de la gare de Neuchâtel.

FRIBOURG

PRO SENECTUTE – Nombreuses activités dans tout le canton, renseignements et programmes auprès du secrétariat. Pro Senectute Fribourg, chemin de la Redoute 9, case postale 44, 1752 Villars-sur-Glâne 1, tél. 026 347 12 40.

MOUVEMENT DES ÂINÉS – Concerts dans cinq homes et EMS du canton par la chorale et l'orchestre de chambre de la section fribourgeoise du MDA en novembre et décembre. Soirée, 28 novembre, à la salle de spectacles du C.O. de Jolimont, à Fribourg, avec le Théâtre des 4 Heures. Il reste deux dates disponibles: les 3 et 17 décembre pour qui souhaite offrir un concert à des aînés dans un village ou

district du canton. Rens. auprès d'Emmanuel Telley, Russalet 9, Bulle, 026 912 21 16.

VALAIS

PRO SENECTUTE – Cinéma: *La Môme*, film avec Marion Cotillard retraçant la vie d'Edith Piaf, Petit cinéma d'Entremont, dimanche 16 novembre, 14 h. **Info-Gouter Entremont:** «La maladie d'Alzheimer», mardi 4 novembre, 14 h. **Cours:** «Premiers secours aux enfants et bébés», jeudi 13, 20 et 27 novembre, 14 h, à Sion. «Bien manger en toute simplicité», jeudi 27 novembre et 4 décembre, 14 h, Monthe. Rens. et inscriptions: Pro Senectute Valais, Séverine Corthay, tél. 027 322 07 41.

JURA

PRO SENECTUTE – Mardi-Rando 11 novembre (rendez-vous à 14 h au parking du Gros

Pré à Delémont (rens. 078 885 33 43). Autres activités: gymnastique, danses traditionnelles, aquafitness, natation, tai-chi, atelier équilibre. Pro Senectute Arc Jurassien, site de Delémont, tél. 032 421 96 10.

JURA BENOIS

PRO SENECTUTE – Point de croix: 11 novembre 2008 à Tavannes. **Lecture:** rendez-vous avec M^{me} Claudine Roulet, 24 novembre, Tavannes. **Thés dansants:** 1^{er}, 15 et 29 novembre 2008 de 14 h à 17 h au Restaurant du Midi à Reconvilier. **Yoga:** tous les mercredis matin à Moutier.

Cycle de conférences: «Le sommeil», 3 novembre; «Ma télé, amie ou ennemie...», 20 novembre; «Croquez la vie à pleines dents», 27 novembre, 14 h à Tavannes. Pro Senectute Arc Jurassien, rue du Pont 4, 2710 Tavannes, tél. 032 482 67 00. Internet: www.ju.pro-senectute.ch