

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 73

**Rubrik:** Pro Senectute

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.02.2026

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



L'important, c'est que chacun ose et puisse s'exprimer lors de ces ateliers qui se veulent ludiques et pleins de respect.

# Et si vous découvriez le plaisir des mots ?

C'est à une expérience vivante et créative que vous convie Pro Senectute Valais à travers sa prochaine activité: un atelier d'écriture.

« La particularité de Pro Senectute Valais? Nous nous efforçons d'être au plus proche des différences culturelles et régionales de nos membres. Nous comptons 110 clubs d'aînés, 76 groupes culturels et 274 groupes de sport sur notre canton. Que ce soit pour les activités sportives ou pour les animations, tous nos groupes sont autonomes et gérés par des bénévoles, accompagnés et soutenus par nos animateurs. Que ce soit dans les villes ou

les villages, les groupes régionaux se sont organisés en fonction des besoins spécifiques de chacun. Car, comme vous l'imaginez, l'identité valaisanne est bien différente selon que vous vivez à Saint-Gingolph, à Sion ou à Gletsch. »

Si Yann Tornare, directeur de Pro Senectute Valais, relève cet aspect de la fondation implantée en Valais depuis 1929, c'est parce que la prochaine activité proposée dans le cadre de son programme ne faillira pas à cette

règle. L'atelier d'écriture, qui sera ouvert aux 60 ans et plus au mois de novembre, répond à l'envie de celles et ceux qui désirent jouer avec les mots et s'aventurer dans le vaste monde de la rédaction spontanée.

## « PAS BESOIN D'ÊTRE ÉCRIVAIN! »

L'animation de ce cours sera confiée à Pierre Constantin, écrivain public et assistant social auprès des aînés, qui n'en est pas à sa première expérience en la matière. Et qui, en passant, tord le cou aux appréhensions que certains pourraient ressentir avant de s'inscrire:

«Contrairement à ce que l'on m'a déjà demandé, il ne faut pas savoir particulièrement bien écrire pour partici-

per. Une mauvaise orthographe n'est pas non plus un frein. Ce qui compte, c'est que chacun puisse s'exprimer. Nous commençons par des jeux. Par exemple, je fais circuler une photo, et chacun a trente secondes pour noter tous les mots qui lui viennent à l'esprit après l'avoir vue. Ensuite, il faut créer un texte à partir de ces mots. Ce qui est intéressant, c'est de découvrir la différence de perception qu'il peut y avoir d'une personne à l'autre. Nous ne ressentons pas les choses de la même façon... Chacun lit son texte à haute voix devant le groupe. Souvent, cela lui permet de prendre conscience que cela touche et intéresse les autres participants. Il n'y a pas de critique, juste un échange et la possibilité de s'exprimer sans la moindre pression. Le cours est évolutif. Je regarde ce que les gens attendent et, d'un lundi à l'autre, j'adapterai le contenu de l'atelier. Le but étant de construire un texte pour

que, à la fin, chacun ait quelque chose dans les mains.»

Gilbert Tuberosa a participé à l'un des ateliers de Pierre Constantin par le passé. Pour lui qui aime les jeux de mots et les subtilités du langage écrit, cette première expérience a été motivée par la curiosité. Et il n'a pas été déçu: «Au départ, tout allait très vite. Nous avions peu le temps de réfléchir, pour nous contraindre à rester intuitifs. Peu à peu, au fil de l'atelier, nous avons eu toujours davantage de temps, jusqu'à pouvoir écrire un texte un peu plus abouti. J'ai eu un réel plaisir à participer. Des textes magnifiques ont été lus. Pour ma part, je suis dans les starting-blocks, prêt à me réinscrire pour le prochain cours!» MARTINE BERNIER

*L'Atelier d'écriture aura lieu à Sion les lundis 9, 16, 23 et 30 novembre 2015 de 14 h à 17 h, pour le prix de 75 fr. Inscription obligatoire. 027 322 07 41*

## NOUVEAUX LOCAUX À FRIBOURG!

Dès le 1<sup>er</sup> novembre 2015, le siège de Pro Senectute Fribourg rouvrira ses portes dans ses nouveaux locaux installés au cœur de la ville de Fribourg, au Passage du Cardinal, dans un quartier dynamique et en plein essor. Ce déménagement n'a rien d'anodin puisque la fondation assumera la gestion sociale des quarante-deux appartements adaptés pour les personnes âgées, situés dans les sept étages du même bâtiment. Pour le directeur **Jean-Marc Groppe**, cet événement marque un tournant important: «Nous disposerons notamment d'une cafétéria publique, de deux salles multifonctions pour les cours d'informatique, de langues, etc. Nous accueillerons également, la journée, les soixante locataires qui logeront au-dessus de nos

têtes! Cet accompagnement social est extrêmement important. Les locataires pourront venir prendre le café, lire le journal, échanger avec nous, profiter de nos activités. Et des jardins suspendus leur permettront de s'adonner au jardinage sans avoir à se baisser, s'ils le souhaitent.»

PS Fribourg est donc prêt à accompagner au mieux les aînés en leur donnant accès à des mesures en amont de l'entrée en EMS. L'enjeu est essentiel: avec ce déménagement, il replace la personne âgée au centre de la cité. Des projets bien concrets commencent d'ailleurs à poindre, notamment en lien avec la crèche voisine recevant une quarantaine d'enfants. Les aînés iront leur lire des histoires, et l'un des locataires seniors, pianiste, a déjà été sollicité pour leur offrir des pauses musicales. Une belle manière de créer des passerelles entre les générations!

M.B.



### BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263  
2502 Biel/Bienne  
biel-bienne@be.pro-senectute.ch  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

### FRIBOURG

Passage du Cardinal 18,  
1700 Fribourg  
info@fr.pro-senectute.ch  
Tél. 026 347 12 40  
Fax 026 347 12 41

### GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
info@ge.pro-senectute.ch  
Tél. 022 807 05 65  
Fax 022 807 05 89

### TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes  
prosenectute.tavannes@ne.ch  
Tél. 032 886 83 80  
Fax 032 886 83 89

### DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4, c.p. 800  
2800 Delémont  
prosenectute.delémont@ne.ch  
Tél. 032 886 83 20  
Fax 032 886 83 19

### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel  
Rue de la Côte 48a  
2000 Neuchâtel  
prosenectute.ne@ne.ch  
Tél. 032 886 83 40  
Fax 032 886 83 41

### LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25  
2300 La Chaux-de-Fonds  
prosenectute.cf@ne.ch  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

### VAUD

Maupas 51  
1004 Lausanne  
info@vd.pro-senectute.ch  
Tél. 021 646 17 21  
Fax 021 646 05 06

### VALAIS

Siège et centre d'information  
Rue de la Porte-Neuve 20, 1950 Sion  
info@vs.pro-senectute.ch  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16