

Vie pratique

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Appendix**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **37 (2007)**

Heft 12

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Armée du Salut Des marmites contre la misère



Edipresse/Olivier Born

Dans les grandes villes de Suisse et d'ailleurs, c'est une tradition: en décembre, les soldats de l'Armée du Salut descendent dans les rues pour récolter des fonds. Noël serait-il encore Noël sans leurs fanfares, leurs chants et leurs marmites?

En 50 ans, Reine-Blanche Mosimann n'a pas manqué beaucoup de collectes des marmites. «Mon premier souvenir remonte aux années 50, juste après la guerre. Mes parents, officiers de l'Armée du Salut, étaient alors en poste à Paris. Il y avait une marmite à la gare Saint-Lazare. Mon père jouait du concertina et moi je portais déjà

l'uniforme. Ce qui m'a marquée, c'est la queue des personnes qui attendaient pour glisser leur don dans la marmite. Plus tard, mes parents ont été appelés au Canada. Là, je me souviens que je jouais du cornet à pistons. Il faisait tellement froid que mes lèvres ont presque gelé.»

Depuis 1963, Reine-Blanche vit à Genève et participe régulièrement

aux marmites. «J'avoue que c'est difficile pour moi, car je n'aime pas me sentir ainsi exposée aux regards. Mais je le fais, parce que je sais que c'est pour aider et que, comme on me le disait quand j'étais enfant, cela fait plaisir à notre Seigneur.»

Dans les lieux les plus passants de Genève et d'ailleurs, vous les voyez ou les verrez ces prochains ➔

Centre Espoir Atelier de poterie

Il est 10 heures. La pause vient de se terminer. Les participants à l'atelier de poterie ont repris leur place autour de la grande table. Ils sont sept ce matin. Maria Elisa Mora Calderon, la responsable, passe de l'un à l'autre. D'origine colombienne, elle vit avec sa famille depuis une douzaine d'années à Genève. L'exil l'a obligée à tout recommencer. Dans son pays, elle avait étudié la médecine, en Suisse, c'est sa fibre artistique qui l'a servie.

Patricia, une des participantes, travaille à la création d'un pichet. Sur le tour, Elvis fait une démonstration magistrale de moulage de bols, qu'ensuite M., 58 ans, poncera minutieusement. Au bout de la table, Jean-Pierre, 7 ans d'atelier, monte une amphore égyptienne, selon la technique parfaitement maîtrisée du colombin. Ces prochains jours, tout l'atelier se mettra à la production intensive de personnages pour la crèche de Noël. Ivana a trouvé un peu par hasard son propre style. «Je n'arrivais pas à faire des vases droits, ils étaient toujours tordus», explique-t-elle. C'est précisément ce «dé-

faut» qui séduit dans ses créations qu'on trouve en vente à la boutique du Centre Espoir, tout comme les nombreux objets sortis de l'atelier. Et comment ne pas craquer devant le service à café bleu céladon réalisé par Francine ! Cette dernière reconnaît qu'il n'est pas toujours facile de se séparer d'un objet qu'on a créé.

Chacun des participants a une histoire de vie particulière, qui a dérapé quelque part. Cela peut être la toxicomanie, l'alcoolisme, un divorce, le chômage et l'impossibilité de reprendre pied. C'est l'histoire de M., qui a tout perdu. «J'étais un golden boy, raconte cet ancien courtier en Bourse. J'avais une belle maison, une épouse, des enfants...» Le stress, l'alcool, le chômage, tout s'enchaîne. Dépression, médicaments et au bout de la route: le Centre Espoir. «On apprend beaucoup de la souffrance des autres, affirme de sa voix douce Maria Elisa. On apprend aussi qu'on n'est pas à l'abri.»

Centre-Espoir et Boutique, rue Jean-Dassier 10, 1201 Genève, 022 338 22 00.



mms

Maria Elisa
et Ivana.



jours en uniforme, postés autour des marmites destinées à recueillir les oboles. Guitare et tambourins, ils chantent des hymnes entraînants soutenus par les cuivres de leur fanfare. Vous vous êtes peut-être demandé ce qu'ils font là et à quoi va servir l'argent qui tombe dans leur chauderon. «L'an dernier, la collecte des marmites a permis de récolter en Suisse un peu plus de 1,5 million de francs, explique Jean-Marc Simonin, officier de l'Armée du Salut et directeur du Centre-Espoir. A Genève, nous avons reçu environ 50 000 francs. Le produit des marmites reste dans le canton et sert pour moitié à l'organisation du Noël des isolés. Le solde est affecté à nos activités sociales.»

Sur tous les fronts

Voilà 125 ans en ce mois de décembre 2007 que l'Armée du Salut s'est «déployée» en Suisse, lançant ses premières activités à Genève. Né en Angleterre, le mouvement chrétien, fondé au 19^e siècle par William Booth, a rapidement essaimé. Il est aujourd'hui présent dans le monde entier. Mais pour être reconnue et acceptée, cette armée pacifique engagée dans la lutte contre la misère a dû faire face, un peu partout, à de fortes oppositions.

Autrefois, on rencontrait fréquemment des soldats de l'Armée du Salut: ils faisaient du porte-à-porte pour récolter des fonds et vendaient leur journal *Le Cri de Guerre* dans les cafés enfumés. Tout cela appartient désormais au passé. Si on ne les voit plus guère, ces soldats de l'ombre n'en poursuivent pas moins discrètement mais avec efficacité leurs nombreuses activités, notamment dans le domaine de l'aide sociale. «C'est vrai que notre organisation n'a pas une visibilité très grande, note Jean-Marc Simonin. Plutôt que de parler, nous préférons agir.»

Rien qu'à Genève, l'œuvre chrétienne est présente sur de nombreux fronts. Elle s'occupe d'as-

sistance à la petite enfance, en gérant La Maternelle, une crèche ouverte depuis 1931. Elle gère également un EMS, la Résidence Amitié, et le Centre Espoir, un foyer avec des ateliers de réinsertion pour personnes en difficulté psychique (*lire encadré*). Elle dirige encore une brocante et un hôtel deux étoiles, le Bel'Espérance au cœur de la vieille ville. «Un hôtel qui marche tellement bien qu'on n'a pas besoin de faire de la publicité. Il est toujours complet», affirme M. Simonin.

Sur le plan spirituel, l'Armée du Salut dispose à Genève de deux paroisses, établies rive gauche et rive droite. Dans ces «postes d'évangélisation», sont célébrés les cultes du dimanche à 10 h. Tout au long de la semaine, s'y déroulent différentes activités, de l'étude biblique aux répétitions de chorales et fanfares. Les deux paroisses sont financées par les fidèles.

Dès sa fondation, l'Armée du Salut s'est préoccupée du sort des plus miséreux. Ce souci d'aider les mal lotis reste une des priorités de l'œuvre. A Genève, l'Armée du Salut offre un accueil de nuit d'urgence aux sans-abri. Ce lieu, situé au chemin Califfe, compte une quarantaine de lits disposés en chambre double dans une ancienne baraque en bois pour saisonniers. Les hôtes de passage reçoivent une collation à leur arrivée, un petit-déjeuner au départ, mais surtout ils trouvent un endroit où dormir au chaud et à l'abri. Conformément aux préceptes de l'Armée du Salut, l'alcool y est banni, comme du reste dans tous les lieux gérés par elle. Ouvert de 20 h 30 à 7 h 30, l'Accueil de nuit reçoit tous les soirs des hommes, des femmes et des enfants. Le prix de la nuitée est de 15 francs que doivent acquitter les usagers. En hiver, on y sert des repas gratuits à midi. «Environ 80 personnes viennent manger ici, relève Jean-Marc Simonin. D'autres institutions font le même travail à Genève. Ainsi, bon an, mal an, un millier de repas sont distribués gratuitement chaque jour.» Remar-

quons au passage que cela se passe en Suisse, dans une des villes les plus riches du monde! Et tout porte à croire que, cette année encore, les marmites de l'Armée du Salut seront nécessaires pour soulager la misère près de chez nous. Pensez-y quand vous les verrez! ■

Adresses utiles : Armée du Salut, Quartier général pour la Suisse, l'Autriche et la Hongrie, case postale 6575, 3001 Berne, tél. 031 388 05 91; www.armeedusalut.ch Quartier général divisionnaire, Romandie, rue de l'Ecluse 16, 2000 Neuchâtel, tél. 032 729 20 81.

Résidence Amitié Un EMS avec un plus

M^{me} Bürki a 88 ans. Elle est pensionnaire à la Résidence Amitié depuis juin 2006. «Et je ne regrette pas du tout d'y être», affirme cette ancienne infirmière. Jeune fille, elle a quitté son village du canton de Berne pour venir apprendre le français en Suisse romande. «J'ai jeté mon billet de retour», dit-elle en riant. C'est à Genève qu'elle s'est définitivement fixée et qu'elle a choisi de rester. Fervente chrétienne, M^{me} Bürki apprécie donc tout particulièrement son environnement actuel. «D'abord, j'avais pensé à un home à la campagne. Mais ici, je suis en pleine ville, pour aller faire un petit tour, c'est beaucoup plus simple.» Inscrite sur une liste d'attente, elle a attendu deux ans qu'une chambre se libère. «Je participe aussi aux animations, mais je continue de faire mon lit moi-même, c'est ma gymnastique!»

Le lundi à la Résidence Amitié, c'est coiffeuse et animation tricot. Dans le quartier des Grottes, sur la très passante rue de la Servette, l'EMS ressemble à un grand paquebot. A l'intérieur, l'atmosphère est feutrée et lumineuse. Chaque résident a sa propre chambre et sa salle de bains, certaines pièces ont même un petit balcon. Au rez-de-chaussée, tout l'espace ouvert est occupé par la cafétéria et le tea-room. «Nous avons 52 résidents,



explique Ralph Peterschmitt, le directeur. Nous accueillons des personnes qui ont un certain degré de dépendance et qui resteront ici jusqu'au bout.» En Suisse, l'Armée du Salut gère quatre institutions pour personnes âgées dont trois sont situées au centre-ville. Personnel ou résidents ne sont de loin pas tous membres de l'Armée du Salut. «Néanmoins l'EMS bénéficie d'un petit plus: une valeur ajoutée salutariste», résume Patricia Loiseau, l'animatrice responsable. «Nous essayons de mettre en pratique les valeurs et l'éthique chrétiennes, note de son côté le directeur. Nous attachons beaucoup d'importance à la dimension humaine. Cela se traduit par des activités de type spirituel: messe, culte, aumônerie. C'est une offre, nous n'imposons rien.»

Résidence Amitié, rue Baudin 1, 1201 Genève, tél. 022 919 95 95.

Changement de caisse maladie

Vous avez fait les démarches nécessaires pour changer de caisse maladie, pour l'assurance de base seulement, et vous ne voyez rien venir. Que faire?

Si votre nouvel assureur ne vous a donné aucune nouvelle début décembre, il convient de le relancer. Il se peut qu'il soit débordé et n'arrive pas à suivre, il se peut aussi qu'il fasse tout pour éviter de prendre un assuré âgé.

Ce qui peut vous arriver

- Le nouvel assureur que vous avez choisi vous oppose un refus. Contactez l'ombudsman.
- Il vous adresse un questionnaire de santé. Ne le remplissez pas, ce questionnaire ne concerne que les complémentaires.
- Il essaie de vous décourager en insistant sur les inconvénients que présente sa caisse maladie. Téléphonnez à une des associations de défense des assurés pour savoir s'il dit vrai.
- Votre ancien assureur renâcle à vous laisser partir: il vous propose une grosse franchise pour diminuer votre prime. Refusez!

Un simple coup de fil étant rarement efficace, mieux vaut lui envoyer une lettre recommandée avec copie de votre demande d'adhésion, en lui imposant un délai de réponse au 20 décembre.

Si malgré ce rappel, vous n'avez pas de réponse, il est bon de faire intervenir un tiers.

Recours à l'ombudsman

Le mieux placé pour résoudre ce conflit est l'ombudsman de l'assurance maladie. Il résout un millier de cas de ce genre par année et ses services sont gratuits. Il vous demandera de lui transmettre votre dossier et exercera ses talents de médiateur. Le cas est simple juridiquement. La caisse *doit* vous accepter sauf si vous avez des cotisations en retard. Il l'invitera donc à remplir ses obligations. Ses compétences s'arrêtent là, il n'est pas habilité à porter l'affaire en justice.

Les organisations de défense du consommateur et de l'assuré, comme la FRC et l'ASSUAS, acceptent aussi de jouer les intermédiaires, sur présentation du dossier et signature d'une procuration, mais contre défraiement (*lire encadré*). Elles dé-

noncent les caisses qui ne respectent pas leurs obligations à l'Office fédéral de la Santé publique (OFSP), et vont jusqu'à les traduire devant le Tribunal cantonal des assurances.

Si l'affaire traîne?

Si vos démarches restent vaines, ce n'est pas la fin du monde. Vous restez couvert par votre caisse actuelle tant que celle-ci n'a pas reçu de votre nouvel assureur l'attestation indiquant qu'il vous

compte désormais parmi ses membres. Vous devrez donc verser la prime de janvier à votre caisse actuelle, non sans avoir lancé un coup de fil pour savoir si elle n'a pas reçu ce document entre-temps. Cependant, et c'est la bonne nouvelle, le nouvel assureur est tenu de vous rembourser la différence entre les deux primes. C'est la sanction prévue à l'encontre des caisses maladie qui tardent ou renâclent à affilier de nouveaux candidats dans l'assurance de base. ■

Adresses utiles

- **Ombudsman** de l'assurance maladie: intervention gratuite auprès de la caisse maladie: gratuite. Permanence téléphonique de 9 h à 11 h 30 (tarif normal). En français: 041 226 10 11 (allemand: 041 226 10 10, italien: 041 226 10 12). Fax: 041 226 10 13. Morgartenstrasse 9, 6003 Lucerne; www.ombudsman-am.ch
- **ASSUAS** (Association suisse des assurés): intervention par un juriste auprès de la caisse maladie (Fr. 50.-). Permanence téléphonique: 0900 277 827 (Fr. 1.80 la minute). Lu-ve de 9 h à 12 h et de 14 à 17 h 30.
- **FRC** (Fédération romande des consommateurs): intervention auprès de la caisse maladie pour un changement de caisse dans l'assurance de base (dès Fr. 20.-). Permanence téléphonique 0900 575 105 pour les non-membres (Fr. 2.85, la min). 0848 575 105 pour les membres (tarif normal). Tous les matins de 9 h à 13 h, sauf jeudi de 13 h à 17 h.



Mobilité réduite Se simplifier la ville

En Suisse, 700 000 personnes éprouvent des difficultés de mobilité. Diverses initiatives proposent de leur «simplifier la ville».

Les personnes dont la mobilité est réduite représentent environ 10% de la population suisse. Les personnes se déplaçant en fauteuil roulant ne sont pas les seules concernées: il convient de ne pas oublier les utilisateurs de cannes, les personnes déficientes cardiaques ou

vance en âge. A la faveur des semaines annuelles de la mobilité, Pro Infirmis Vaud a créé un guide présentant les «bons plans» pour sortir à Lausanne, sans éprouver les difficultés occasionnées par des rues trop pentues ou par des marches d'escaliers. Ce guide intitulé *Accès Cible* facilite l'ac-

taurants, etc.) et renseigne utilement.

Transports groupés

Dans le canton de Neuchâtel, le service Taxi-Loisirs est à la disposition des personnes qui bénéficient ou ont bénéficié de l'assurance invalidité (AI). Les courses du taxi collectif sont groupées dans la mesure du possible et permettent d'effectuer des transports de loisir. Des transports groupés pour faire ses courses sont organisés régulièrement au départ de Neuchâtel et de La Chaux-de-Fonds.

De nombreuses autres associations cantonales, locales ou régionales existent. Elles ont pour but de favoriser la mobilité des personnes qui ne sont pas en mesure d'emprunter les transports publics ou leur propre véhicule: les services sociaux de pro-

Adresses utiles

– Pro Infirmis Vaud, rue du Grand-Pont 2 bis, CP 7137, 1002 Lausanne; tél. 021 321 34 34.

– Pro Infirmis Genève, boulevard Helvétique 27, 1207 Genève; tél. 022 737 08 08.

– Pro Infirmis Neuchâtel, Service de Taxi-Loisirs, rue de La Maladière 35, 2000 Neuchâtel; tél. 032 722 59 60. Internet: www.proinfirmis.ch

«Les personnes à mobilité réduite représentent 10% de la population suisse.»

rhumatisantes, et toutes celles qui sont contraintes de transporter leurs affaires au moyen d'un équipement sur roues.

Pro Infirmis a conçu plusieurs prestations destinées à favoriser la mobilité des personnes qui sont handicapées pour des raisons de santé ou d'a-

cès aux restaurants, aux activités culturelles et à la vie nocturne. Il a été réalisé par quatre testeurs, se déplaçant en fauteuil roulant, qui ont fait part de leurs avis critiques et de leurs coups de cœur pour près de 70 établissements lausannois. En complément, Pro Infirmis Vaud dispose d'un «Plan de ville pour personnes à mobilité réduite», dont l'objectif est de permettre des déplacements dans Lausanne avec davantage d'aisance et de sérénité.

Pro Infirmis Genève propose le *Guide de Genève pour Personnes Handicapées*. Il répertorie l'accessibilité de nombreux lieux ouverts au public (associations, administrations, lieux culturels, res-

ximité ainsi que ceux assurant l'aide et les soins à domicile renseigneront volontiers toute personne sur les possibilités de transports adaptés au handicap existant dans chaque canton et dans chaque région. ■

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 *Généralisations*, rue des Fontenailles 16, 1007 Lausanne

Brève

Les seniors, rois de la petite reine

A eux seuls, les plus de 50 ans achètent un tiers des bicyclettes neuves vendues en Suisse chaque année. S'ils pédalent, c'est pour le plaisir, mais aussi pour leur santé. Car les bienfaits du vélo ne sont plus à démontrer! Les seniors se révèlent en outre des consommateurs exigeants et prêts à mettre le prix pour une bécane de qualité. Cette année, ils auraient dépensé pour leurs deux-roues quelque 220 millions de francs.

Raphaël Fiorina



Le dernier magasin ambulant s'est arrêté définitivement.

La fin des camions Migros

Depuis 1925, les camions Migros sillonnaient les villes et les campagnes de Suisse. Les deux derniers magasins ambulants se sont définitivement arrêtés en Valais fin novembre.

Souvenirs, souvenirs. Au milieu des années 1950, le camion Migros faisait halte sur un parking, devant ma maison. Des grappes de ménagères accouraient alors de tout le quartier, cependant que l'épicière grommelait sur le pas de sa porte. Elle dévisageait d'un air mauvais ces clientes infidèles, qui cédaient aux sirènes du géant orange, casseur de prix.

A l'intérieur du camion, il y avait un caissier un peu fou, qui comptait plus vite que son ombre et à haute voix. Il impressionnait les gamins par la rapidité avec laquelle il calculait le prix du sucre, des pâtes ou du chocolat, battant régulièrement la caissière aux prises avec les touches de sa calculatrice. Deux fois par semaine, le ca-

mion Migros volait sa clientèle à l'épicière qui a fini par mettre la clé sous la porte. Aujourd'hui, si elle lit cet article, elle ne pourra s'empêcher de sourire. Car les camions Migros ont fini par disparaître eux aussi. Les derniers encore en service se sont arrêtés, le 30 novembre, du côté du Valais.

Plus de 140 camions

L'aventure avait débuté à Zurich en 1925. Gottlieb Duttweiler, fondateur de Migros, révolutionnait le commerce de détail en supprimant les intermédiaires, passant directement du producteur au consommateur. Cinq camions sillonnaient alors les quartiers zurichois défavorisés, proposant quelques articles de première né-

cessité à des prix défiant toute concurrence.

Malgré une forte opposition, un premier magasin Migros ouvrait ses portes un an plus tard à Zurich, alors que les célèbres camions orange se multipliaient à travers tout le pays. On en comptera plus de 140 dans les années 1960. Mais la motorisation de la société et l'ouverture d'énormes centres commerciaux dans les banlieues des principales villes du pays allaient marquer le déclin des célèbres magasins ambulants. Ils disparurent peu à peu de notre environnement. Au grand dam des retraités qui, pour la plupart, ne disposent pas de moyens de locomotion. Depuis 2001, le Valais était le dernier canton de Suisse à proposer le service de deux camions ma-

gasins. L'un d'entre eux sillonnait le haut du canton, l'autre le bas, desservant au total trente-trois communes, souvent isolées. «Migros Valais avait décidé de supprimer ce service dès que ces camions arriveraient en fin de vie, peut-on lire dans un communiqué de la société. Ce qui est le cas aujourd'hui.»

Via internet

Pour compenser la perte de ce service, les responsables de Migros Valais ont développé un réseau de vente, notamment à travers des magasins portant l'enseigne Migros Partenaire. «Plusieurs projets sont en cours. Un nouveau magasin sera inauguré début 2008 au Bouveret.»

Signe des temps, le supermarché en ligne LeShop se développe également à vive allure. Toutes les communes approvisionnées par le camion magasin seront également couvertes via le réseau internet, qui propose par ailleurs 8000 produits. Les livraisons à domicile sont donc assurées pour les personnes âgées. Malheureusement, la plupart d'entre elles ne disposent pas d'ordinateur et n'ont donc pas accès au réseau. Pour venir au secours des personnes âgées, il ne restera plus qu'à mettre en place, comme cela se pratique déjà dans certaines régions de Suisse romande, un service de courses à domicile, animé par des bénévoles. ■



Consultation des dossiers de poursuite

J'ai reçu une poursuite injustifiée et y ai fait opposition totale. Est-ce suffisant pour qu'elle ne soit plus inscrite à l'Office des poursuites? Qui peut consulter mon dossier à cet office?

Comme vous pouvez le constater à la lecture de l'article 8a de la Loi sur la poursuite pour dettes et la faillite (*lire encadré*), la consultation de votre dossier à l'Office des poursuites est largement ouverte à toute personne qui peut justifier d'un contact financier avec vous et s'étend sur les dossiers existant durant les cinq dernières années. Le fait de s'opposer à une poursuite ne suffit pas à ce qu'elle n'apparaisse pas dans un extrait de poursuites. Plusieurs voies sont possibles pour que cette inscription ne figure pas sur un extrait. La plus simple est que le créancier retire sa poursuite. Néanmoins, dans votre cas, cela semble difficile, puisque le créancier estime que vous lui devez de l'argent, ce que vous contestez.

Après l'opposition du débiteur, le créancier peut s'adresser au juge pour demander que l'opposition du débiteur soit écartée. Il doit prouver le bien-fondé de sa réclamation financière et le débiteur a alors la possibilité de prouver qu'il ne doit pas cet argent, ce qui permettrait, si le juge admettait cette version des

faits, d'obtenir que la poursuite ne soit plus communiquée aux tiers. Mais il arrive que le créancier n'entreprenne aucune démarche judiciaire; la poursuite reste inscrite et peut être communiquée.

Action en justice

C'est la raison pour laquelle la loi prévoit que le débiteur a également la possibilité d'ouvrir une action en justice pour prouver qu'il ne doit aucun argent au créancier (art. 85 et 85 a LP). Selon le résultat de cette procédure, qui nécessite l'aide d'un homme de loi, l'inscription à nouveau n'apparaîtrait pas en cas de demande d'extrait de dossier.

Le débiteur a encore la possibilité de payer la poursuite, pour éviter par exemple une mise en faillite ou une saisie. Puis, il ouvre un procès contre le créancier pour lui demander le remboursement de la somme payée suite à une poursuite injustifiée: il s'agit de l'action en répétition de l'indu (art. 86 LP). Et là encore, selon le résultat du jugement, l'annotation ne figurera pas sur

les extraits demandés. Il est évident que toutes les démarches judiciaires évoquées nécessitent du

temps et de l'argent et que la connaissance d'un dossier de poursuite par un tiers peut avoir des conséquences graves pour le débiteur. Ainsi, il est préférable d'éviter les poursuites et de prendre des arrangements avec les créanciers. ■

Deux articles importants

Art. 8a: Toute personne peut consulter les procès-verbaux et les registres des offices des poursuites et des offices des faillites et s'en faire délivrer des extraits à condition qu'elle rende son intérêt vraisemblable.

Cet intérêt est rendu vraisemblable en particulier lorsque la demande d'extrait est directement liée à la conclusion ou à la liquidation d'un contrat. Les offices des poursuites ne doivent pas porter à la connaissance de tiers:

- a) les poursuites nulles ainsi que celles qui ont été annulées par plainte ou à la suite d'un jugement (art. 85 et 85a LP).
- b) Les poursuites pour lesquelles le débiteur a obtenu gain de cause dans l'action en répétition de l'indu (art. 86).
- c) les poursuites retirées par le créancier.

Le droit de consultation s'éteint cinq ans après la clôture de la procédure. Les autorités judiciaires et administratives peuvent encore, dans l'intérêt d'une procédure pendante devant elles, demander la délivrance d'un extrait.

Art. 149a: La créance constatée par acte de défaut de biens se prescrit par vingt ans à compter de la délivrance de l'acte de défaut de biens; à l'égard des héritiers du débiteur, elle se prescrit au plus tard par un an à compter de l'ouverture de la succession. Après paiement de la totalité de la dette, l'inscription de l'acte de défaut de biens est radiée du registre (art. 149a LP).

Des jeux de société à découvrir



■ Christiane Cavin et Christiane Ferri, ludothécaires.

La Ludothèque Pinocchio à Lausanne propose des après-midi de jeu à tous ceux qui fréquentent l'espace de rencontre Pro Senectute de la Riponne. Histoire de sortir un peu de la routine du jass ou du bridge.

Une ludothèque est, on le sait, un endroit convivial où l'on peut emprunter toutes sortes de jeux et de jouets pour les enfants. Les parents, mais aussi les grands-parents bien sûr, peuvent s'y inscrire. Les jeux sont loués pour une durée de trois semaines, moyennant une très faible participation (entre deux et quatre francs par jeu). On trouve de tels organismes dans toute la Suisse romande, à la grande satisfaction des petits et des grands. Christiane Cavin, responsable de la Ludothèque Pinocchio à Lausanne, va plus loin encore pour

faire connaître les trésors de sa cave d'Ali Baba. En voisine proche, elle a proposé au nouveau centre de rencontre Pro Senectute de la Riponne d'y présenter différents jeux de société. Les mercredis entre 13 h et 15 h, soit juste après le repas servi à l'Espace Riponne, deux ludothécaires traversent le rue et engagent avec ceux que cela amuse des parties acharnées. «Les seniors connaissent évidemment un certain nombre de jeux de société classiques, qu'ils pratiquent depuis toujours, mais ils sont étonnés d'en découvrir d'autres, dans

des styles très variés, qu'ils peuvent mener entre adultes ou avec leurs petits-enfants», remarque M^{me} Cavin.

L'art de la stratégie

Pour sortir du scrabble, du jass ou du bridge, qui ont déjà leurs fervents adeptes, les ludothécaires ont sélectionné des jeux qu'elles connaissent bien pour les avoir testés elles-mêmes. «Nous sommes également sensibles aux appréciations que font les personnes qui louent les jeux», ajoute l'une d'elles.

Le Diadingo, présenté au centre, incite par exemple à l'anticipation, puisqu'il faut user de stratégie pour remporter un maximum de diamants. *Jouons vaudois!* est d'un autre type: il s'agit d'un quiz testant les connaissances culturelles ou géographiques de chacun sur la région. *Le Jeu du Verger* est coopératif, c'est-à-dire que, pour une fois, il n'est pas question de compétition entre joueurs, mais au contraire de collaborer pour récolter les fruits du verger, avant que le corbeau ne s'en empare. Ce type de jeu tombe à merveille, lorsqu'on joue avec des enfants, ou des adultes, qui éprouvent de la difficulté à perdre!

«Nous n'avons à dessein pas choisi de jeux de cartes, que tout le monde connaît, ajoute Christiane Cavin, pour mieux montrer la diversité des nouveaux jeux de société.»

Du côté des seniors, certains se sont montrés timides, mais d'autres restent désormais tout exprès au centre pour ces séances de jeu du mercredi. «Une dame était même fâchée de devoir partir sans avoir pu terminer une partie engagée», s'amuse la responsable de la ludothèque. Comme quoi l'esprit du jeu ne se perd pas avec l'âge...

Les rendez-vous du jeudi

Pour jouer, il faut être plusieurs! La Ludothèque Pinocchio a lancé depuis quelques mois les soirées du jeudi, ouvertes à toutes et à tous, dans ses locaux, au Valentin, de 19 h 30 à 22 h. «Pas de limite d'âge, là non plus, insiste Christiane Cavin. Nous avons des adolescents et des adultes passionnés. Et chacun partage ses connaissances autour d'un jeu ou en propose de nouveaux.» Récemment, des jeunes ont fait une démonstration de poker, un jeu qui connaît un grand engouement actuellement, toutes générations confondues. Les adolescents ont appris aux plus âgés les règles de base et tous se sont mis à la pratique, heureux d'essayer, appuyés par les conseils des jeunes gens. Rien de plus aisé en effet que de s'initier à un jeu avec des personnes averties. Tous ceux qui se sont cassé le nez sur des règles de jeu incompréhensibles en savent quelque chose!

A travers toutes ces initiatives originales, Christiane Cavin cherche à faire évoluer l'image des ludothèques, classées trop rapidement en lieux réservés à la petite enfance. Persuadée que des liens inter-

générationnels se tissent plus facilement autour d'une activité, la ludothécaire aimerait inciter les personnes âgées à fréquenter une ludothèque et à découvrir ses manifestations.

Un joyeux partage

La Crèche de Lausanne, à deux pas de la Ludothèque, se propose aussi d'encourager les relations des aînés et des petits-enfants autour d'activités ludiques. C'est ainsi que les tout-petits, qui n'ont pas toujours de grands-parents disponibles ou présents à proximité, viennent au Centre de la Riponne pour un mercredi après-midi de jeux en commun. Une expérience qui devrait enrichir les uns et les autres. L'Espace Riponne devient décidément un point de ralliement des amateurs de jeux de tous âges! ■

Ludothèque Pinocchio, rue du Valentin 5, 1004 Lausanne, tél. 021 311 62 87 est ouverte les lundis, mercredis et vendredis de 9 h à 11 h, et les lundis et mercredis de 14 h à 18 h. Dernier samedi du mois de 9 h 30 à 12 h 30. L'entrée se fait par la cour de l'école du Valentin.

Nouvelle installation à la Riponne

L'Espace Riponne de Pro Senectute, l'Ecole des Grands-Parents, l'Association Alzheimer, le Mouvement des Aînés, Connaissance 3 logent aujourd'hui dans le même immeuble de la Place de la Riponne. C'est au tour de la consultation de psychologie de l'Université de Lausanne de prendre ses quartiers dans cet immeuble. Créée en 2006 à Chavannes-Renens, cette consultation a souhaité se rapprocher du cœur de la ville, en louant un local auprès de Pro Senectute. Ce lieu d'écoute, destiné aux seniors de Suisse romande, est ouvert à chacun pour parler des difficultés de l'existence. Un parent à placer en EMS, une séparation, des rapports délicats avec ses enfants? Si vous souhaitez parler de ces problèmes, pendant quelques séances, pour débloquer une situation critique, sans forcément entreprendre un travail de fond avec un psychothérapeute, ce lieu est là pour vous. Des étudiants en psychologie et leurs professeurs vous accueillent le mercredi.

Rens. Secrétariat de l'Institut de psychologie de l'Université de Lausanne, tél. 021 692 32 60. La consultation se tient le mercredi de 9 h à 17 h sur rendez-vous préalable, Pl. de la Riponne 5, 1004 Lausanne.



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.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: 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

Les six cachotteries du Conseil fédéral

Le Conseil suisse des aînés rappelle au gouvernement que tout ne va pas comme sur des roulettes pour les seniors. Bien des écueils subsistent sur leur parcours.

En lisant le rapport optimiste du gouvernement sur l'intégration des seniors, le Conseil suisse des aînés (CSA) a eu le hoquet. Bien sûr, le Conseil fédéral est bien intentionné. Mais passer en revue les conditions de vie des retraités et «oublier» de consulter les premiers concernés, voilà qui ressemble fort à du paternalisme. L'association faïtière des personnes âgées – qui représente 220 000 membres – a immédiatement réagi en dressant un petit inventaire de ce qui dysfonctionne dans le système suisse. Les commentaires de la vice-présidente, **Christiane Jaquet-Berger**, sur les six doléances des seniors.



Florian Cella

1. Quatre retraités sur dix n'ont pas de deuxième pilier et ne vivent qu'avec l'AVS.

Christiane Jaquet-Berger: «Ne nous laissons pas tromper par les images publicitaires sur les-

quelles des aînés en pleine forme jouent au golf ou sourient sous les cocotiers. Dans la réalité, nombre d'entre eux vivent difficilement, sans deuxième pilier. L'AVS devrait couvrir leurs besoins de base. Ce principe élémentaire est d'ailleurs inscrit dans la Constitution. Malgré cela, le Conseil fédéral ne se soucie presque pas d'eux dans son rapport.»

2. Les couples de rentiers sont discriminés par les impôts.

C.J.-B.: «Le Parlement a récemment fait un excellent travail pour introduire l'égalité de traitement fiscal entre les couples mariés et les couples de concubins. Pourquoi n'a-t-il pas appliqué ce principe aux rentiers? Les couples actifs avec deux salaires sont désormais imposés plus équitablement. Il faudrait prévoir la même chose pour les couples de retraités avec deux rentes.»

3. Les retraités ne sont pas consultés sur la gestion du deuxième pilier.

C.J.-B.: «Une grande partie de la fortune des institutions de prévoyance professionnelle appartient aux rentiers. Or dans les comités paritaires qui gèrent ces fondations, il n'y a au mieux qu'un seul retraité, parfois confiné au

rôle d'alibi! La plupart du temps, il n'y a aucun représentant des aînés. C'est choquant.»

4. Les personnes de plus de 70 ans sont exclues de certaines instances.

C.J.-B.: «Le Conseil fédéral dit souhaiter une intégration plus grande des personnes âgées dans la vie sociale du pays. Joli discours! Dans la pratique, les aînés se retrouvent éjectés de certaines commissions et exclus de mandats politiques pour raison d'âge. Au mépris des règlements, on les prie de céder la place aux jeunes et ils s'exécutent souvent sans dire un mot. Une telle exclusion a failli se produire à la Commission fédérale qui s'occupe de l'AVS. Le Conseil suisse des aînés s'est indigné juste à temps et a obtenu en extremis qu'un représentant de 70 ans reste dans ce cénacle influent.»

5. L'informatique menace l'intégration sociale des aînés.

C.J.-B.: «Dans notre société informatisée, celui qui ne sait pas se débrouiller sur un ordinateur se trouve mis de côté. Et celui qui ne parvient pas à chercher une information ou à communiquer sur internet est

souvent considéré comme largué. Plusieurs associations ont mis sur pied des formations pour que les aînés apprennent à utiliser ces outils informatiques. Le Conseil fédéral ne propose malheureusement aucune stratégie pour faciliter ces cours ou pour développer la lutte contre la fracture numérique.»

6. Les seniors ne veulent pas monnayer l'entraide.

C.J.-B.: «Le conseiller fédéral Pascal Couchepin a récemment proposé que les seniors en bonne santé apportent des soins à leurs congénères moins bien lotis. En compensation, ils recevraient ce qu'il a appelé des *Bons de temps de travail*. Autrement dit, en échange de ces bons qu'ils auraient gagnés, ils obtiendraient des prestations de soins pour eux-mêmes lorsqu'ils en auraient besoin. Nous avons mené un sondage auprès de 75 organisations de seniors en Suisse. La réponse a sifflé comme une gifle: 78% des sondés ont désapprouvé cette idée. Ils ont été scandalisés que le Conseil fédéral veuille rentabiliser une offre spontanée et solidaire d'entraide et dévoyer ainsi le sens du bénévolat. Ils ont eu la fâcheuse impression d'être *utilisés*.»

Nax pour les champions de la glisse

Les lattes sont aiguisées et l'équipement de ski fin prêt. Ne reste plus qu'à choisir une destination. Les Alpes valaisannes vous tentent, mais Zermatt est vraiment trop loin et Verbier trop cher... Pourquoi pas Nax? Située à 1900 m d'altitude sur les pentes du Mont-Noble, cette petite station familiale n'est qu'à vingt minutes de Sion par la route de Bramois. Elle offre un panorama à couper le souffle. De plus, cette année, les remontées mécaniques de Télé-Mont-Noble lancent une opération de charme auprès des aînés dès 60 ans. Ils leur proposent l'abonnement pour la journée complète à



D.R.

29 francs! L'abonnement de 10 journées «isolées» ne coûte que 214 francs. Qui dit mieux?

2^e pilier Où sont nos milliards?

La question paraît toute simple... Eh bien non, il est impossible de savoir dans quels secteurs et dans quels pays sont investis les fonds de nos caisses de pension. C'est la conclusion étonnante d'une étude financée par le Fonds national suisse et menée par trois chercheurs de l'Université de Neuchâtel.

L'impact des caisses de pensions sur les circuits de financement et de contrôle de l'économie suisse, de José Corpataux, Thierry Theurillat et Olivier Crevoisier.

Que faire en cas de décès?

Lorsqu'un décès survient dans la famille, les proches se trouvent confrontés à une série de décisions à prendre le plus rapidement possible. Un nouvel aide-mémoire mis au point par Pro Infirmis dresse la liste des dispositions urgentes. Qui faut-il informer du décès? Comment préparer les obsèques? Comment procéder pour l'avis mortuaire et les remerciements? En plus des adresses utiles, le guide donne également un aperçu des démarches à entreprendre pour régler la succession.

Pour commander l'aide-mémoire: envoyer des timbres d'une valeur de 85 centimes (courrier B) et indiquer l'adresse du destinataire à Pro Infirmis Suisse, Madame Tanja Miserez, case postale 1332, 8032 Zurich. Ou téléphoner au 044 388 26 26.

3^e pilier Tous au boulot!

Dès le 1^{er} janvier, les personnes qui conservent une activité lucrative après l'âge officiel de la retraite pourront continuer de cotiser à un 3^e pilier lié pendant cinq ans. Rappelons que le montant versé sur un tel compte est fiscalement intéressant puisque le contribuable peut le déduire de son revenu. Le Conseil fédéral a sûrement une petite idée derrière la tête en offrant ce cadeau aux retraités actifs. Son but ne serait-il pas de préparer le terrain en douceur pour relever l'âge légal de la retraite?

Pas de retraite pour Sophia Loren



Dukas/Archive

L'actrice italienne jouera dans une comédie musicale que le réalisateur Bob Marshall va tourner à New York en 2008. «Je vais devoir chanter et danser», a confié Sophia Loren à la presse italienne. «Oui, j'ai 73 ans, mais il est important pour moi d'aller de l'avant. Je suis prête à retourner sur les plateaux comme un bon petit soldat.» Une énergie d'autant plus admirable qu'elle a perdu son mari, Carlo Ponti, en janvier dernier. Inspiré par Fellini et son film *Huit et demi*, cette comédie sera intitulée *Nine*. En fait, la sublime actrice n'a jamais abandonné les plateaux: son dernier film ne remonte qu'à 2005.

Vins de fête

Nous avons testé les bulles

La période des fêtes est propice à la consommation des vins qui pétillent. On en trouve pour tous les goûts et à tous les coûts. Entre les champagnes authentiques et les vins mousseux, le prix passe du simple au triple.

Faut-il faire une confiance aveugle aux grandes marques de champagne ou au contraire dénicher, sur les étals des commerçants, le vin mousseux qui procure autant de plaisir à moindres frais? C'est la question que nous avons soumise à un spécialiste, Eric Duret, meilleur sommelier d'Europe en 1998, meilleur ouvrier de France en 2000. Il a fonctionné comme guide et conseiller durant la dégustation, qui a réuni des membres de la rédaction. Nous avons choisi plusieurs produits originaires de France, d'Italie, d'Espagne et de Suisse qui avaient deux caractéristiques essentielles: élaboration selon la méthode authentique (l'appellation champenoise est protégée) et vins bruts (de 0 à 15 g de sucre par litre). Pour corser l'exercice, nous

avons glissé, au milieu des six bouteilles proposées à la dégustation, un champagne AOC d'une marque courante que l'on trouve dans la plupart des commerces.

Afin que la dégustation se déroule dans des conditions équitables, les bouteilles ont été chemisées et les vins servis à la température de 6 à 8 degrés. La sélection des mousseux a été effectuée de manière tout à fait aléatoire. Nous aurions tout aussi bien pu choisir d'autres produits, mais pour des raisons pratiques, nous l'avons intentionnellement réduite à six bouteilles.

Quelques conseils

«En premier lieu, explique M. Duret, il faut impérativement déguster un champagne ou un vin mousseux dans une flûte. Les coupes

sont bonnes pour les poissons rouges...» Le ton est donné. D'autres conseils s'avèrent utiles pour apprécier un vin mousseux ou un champagne à sa juste valeur. Par exemple, les vins seront placés dans un seau à glace une demi-heure avant d'être ouverts. Pour éviter que le bouchon n'éborgne un convive ou détruise le lustre vénitien, il suffit de tenir la bouteille penchée à 45 degrés. En outre, les flûtes seront préalablement rincées à l'eau, sans adjonction de produits de vaisselle.

«Pour apprécier l'arôme et la saveur d'un vin, les dames éviteront les parfums entêtants et le rouge à lèvres, souligne encore M. Duret. Lorsque le vin est versé dans la flûte, observez tout d'abord les bulles. Elles doivent être régulières, fines et longues. Pour les stimuler, il suffit de tourner lentement le verre.»

Il arrive parfois que les bulles ne se forment pas au fond du verre. Cela signifie simplement que le récipient est parfaitement lisse et sans défaut. Parfois, il se forme un cordon de mousse à la surface du

1. Champagne Moët & Chandon

Couleur: jaune-vert
Bulles: persistantes
Arôme: agrumes
Bouche: longue
Note: 7,3
Prix: Fr. 39.50



2. Franciacorta Castel Faglia

Couleur: vert lumineux
Bulles: discrètes
Arôme: amandes
Bouche: fraîche et fine
Note: 7
Prix: Fr. 14.90



3. Codorniu Reserva Raventos

Couleur: jaune pâle
Bulles: fines
Arôme: poire fraîche
Bouche: intense
Note: 5,3
Prix: Fr. 14.90





Photos Jean-Claude Gurchod

Entourant le sommelier Eric Duret, les dégustatrices et dégustateurs, Thierry Cloux (Divo SA), Dominique Rochat (secrétaire), Marylou Rey (rédactrice), Jean-Robert Probst (directeur), et Mariette Muller (rédactrice).

verre, comme un fin collier. Cela n'influence en rien la qualité du produit.

Le moment est venu de plonger son nez dans la flûte, afin d'en déterminer l'arôme. «En se concentrant, on découvre divers arômes, fruités comme une pomme mûre, doux comme une amande ou acidulés comme un fruit vert ou un citron. Chacun apprécie selon sa personnalité.»

Tous les sens participent à la dégustation. Ainsi, la couleur d'un vin est-elle très importante. Pour l'observer plus aisément, il suffit

de regarder au-dessus de la flûte posée sur une feuille blanche. «La couleur peut varier du vert pâle, signe de qualité, au vieux jaune, qui désigne un produit à maturité.» Dans ce dernier cas, il vaut mieux consommer le vin sans attendre. Avant de le consommer, écouter la musique des bulles...

Longueur en bouche

Vient l'ultime étape, celle de la dégustation proprement dite. «Il faut faire rouler la gorgée sur la langue et dans la bouche plusieurs fois.

En se réchauffant, l'alcool dégage toutes ses saveurs. Après quelques secondes, on peut aisément déterminer si le vin est flatteur ou au contraire agressif, si la bulle est intense ou fugace et si la longueur en bouche se prolonge ou disparaît rapidement. «Tous ces critères sont naturellement à prendre en compte lors d'une dégustation et ils déterminent au final la qualité du produit», explique M. Duret.

Certains dégustateurs ont apprécié des vins flatteurs qui, au final, n'étaient pas forcément les mieux notés. Il existe des critères de qualité

très précis, pour déterminer la qualité d'un vin, mais il ne s'agit pas toujours d'une science exacte, chacun ayant ses préférences. En outre, le prix ne représente pas forcément un gage de qualité.

Dernier détail qui a son importance: on croit souvent qu'il suffit de glisser une cuillère à café dans le goulot d'une bouteille de champagne ou de mousseux ouvertes pour en conserver les bulles. Il s'agit d'une légende. Lorsqu'une bouteille est entamée, il vaut mieux utiliser un bouchon hermétique... ou lui faire un sort. ■

4. Mauler Cordon or brut

Couleur: reflets or
Bulles: léger cordon
Arôme: citronné
Bouche: astringent
Note: 5,2
Prix: Fr. 13.50



5. Baccarat genevois Blanc de blancs

Couleur: jaune or
Bulles: grossières
Arôme: pomme
Bouche: courte
Note: 4,2
Prix: Fr. 13.10



6. Crémant d'Alsace Baron de Schiele

Couleur: jaune pâle
Bulles: régulières
Arôme: pomme oxydée
Bouche: grossière
Note: 3,5
Prix: Fr. 9.50



Les rendez-vous de décembre

VAUD

PRO SENECTUTE – Thé dansant, dimanche 9 de 14 h à 17 h, restaurant Le Bol d'Or, Rensens; mardi 11, de 14 h à 17 h, salle communale de Paudex. Ciném'âge, *Charlie et la Chocolaterie*, mercredi 12, à 14 h 30, Cinémathèque, Lausanne. Ciné-seniors, *Le Château de ma Mère*, Cinéma Rex à Aubonne, mardi 4 à 14 h 30. Pro Senectute Vaud, rue du Maupas 51, 1004 Lausanne, tél. 021 646 17 21; www.vd.pro-senectute.ch

L'ESCALE – Conterrie avec Lise Baillo, mardi 4, 14 h 15. Concert-apéritif par l'Ensemble Camerata, puis repas, dimanche 16, à 11 h. Noël de l'Amitié, mardi 18 dès 11 h. Centre de loisirs pour aînés, rue du Léman 7, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 944 25 21.

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – «Grands-parents: un métier à risque?», conférence de Norah Lambert Krafft, mardi 4, 10 h. Cours de maquillage par Giselda Beuchat, jeudi 6, à 9 h 30. P'tit Déj' du MDA, mercredi 5, 9 h 30. Conseils juridiques, mercredis 12 et 19, de 14 à 16 h 30 (séance de 30 min.) Secrétariat MDA, place de la Riponne 5, 1005 Lausanne, tél. 021 321 77 66.

AVIVO – Permanence de la section de Vevey pour tous problèmes administratifs, mercredis 5 et 19, de 9 h à 11 h 30. Hôtel de Ville de Vevey (salle 101).

MAISON DE LA FEMME – Eglantine Café, «Rire pour mieux vivre», avec Claire Gerber, animatrice du Club de rire, jeudi 6, de 19 h 15 à 21 h. A la rencontre de l'écrivaine Anne-Lise

Grobéty, mercredi 19, 14 h 30. Maison de la Femme, Fondation Madeleine Moret, avenue Eglantine 6, 1006 Lausanne, tél. 021 323 33 22.

CONNAISSANCE 3 – Conférence, *La Cantate de Noël* d'Arthur Honegger, par Michel Hostettler, compositeur et chef d'orchestre, Cossonay, mercredi 5, et Leysin, jeudi 6, 14 h 30. Secrétariat de Connaissance 3, Place de la Riponne 5, Lausanne, tél. 021 311 46 87 (ouvert de 8 h 30 à 11 h 30).

THÉ DANSANT – Thé dansant, mardi 11 de 14 h à 17 h, Founex, salle communale.

PRÉPARATION À LA RETRAITE – Cours de base, jeudi 6 décembre, Vevey, 18 h 15. Rens. Secrétariat de l'ARPR, case postale 23, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 924 55 65.

GENÈVE

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Amis du rail, jeudi 13, Bâle. Conteurs, «Le roman des sept sages de Rome», mardi 4, à 10 h, Centre Culturel St-Boniface. Rens. 2, Boulevard Carl-Vogt, Case postale 14, 1211 Genève 8, tél. 022 329 83 84.

AVIVO – Service social, tél. 022 329 13 60. Excursions, marché de Noël à Montreux, 6 décembre; Marché de Noël à Strasbourg, 14 décembre. Secrétariat Avivo, 25, route du Vieux-Billard, 1205 Genève, tél. 022 329 14 28 (tous les après-midi de 14 h à 17 h, 1^{er} étage).

CITÉ SENIORS – Café Seniors, de 18 h à 20 h, «Un parcours de femme», avec Anne Cunéo, écrivaine et journaliste, mercredi 12. Cité Seniors, Service social de la ville de Genève, rue Amat 28, 1202 Genève, tél. 0800 18 19 20 (appel gratuit); www.seniors-geneve.ch

UNI 3 – Conférence: «Le vignoble genevois», par A. de Montmollin, œnologue cantonal, et Jean Hutin, viticulteur, 7 décembre, 14 h 15, salle Piaget, Uni-Dufour. Secrétariat, rue Candolle 2, tél. 022 379 70 42, de 9 h 30 à 11 h 30.



Le Père Noël s'expose

Pendant le Marché de Noël de Montreux, jusqu'au 24 décembre, une grande exposition est organisée au centre des Congrès. Outre *Les Mammouths*, *Les deux pôles* et les photos de Jean-Marc Fivaz, vous admirerez *Agulon Noël*, le personnage du dessinateur Sen raconté par Jean-Charles Simon, Frédéric Recrosio et Benjamin Cuhe entre autres humoristes.

Tous les jours de 11 h à 20 h. Entrée libre.



CINÉMA DES AÎNÉS

– *La Mort aux Trousses* (1959), d'Alfred Hitchcock, lundi 3 décembre. *Camping* (2006), de Fabien Onteniente, lundi 10 décembre. Auditorium Fondation Ardit, Place du Cirque, Genève; séances à 14 h 30. Tarif: Fr. 5.–.

FRIBOURG

PRO SENECTUTE – Repas de Noël et loto, mercredi 5 et jeudi 6 décembre, à Matran, Maison Saint-Joseph; mardi 11 décembre, à Broc, Hôtel de Ville; jeudi 13 décembre à Alterswil, hôtel Alpenrose. Rens. Secrétariat Pro Senectute Fribourg, chemin de la Redoute 9, case postale 44, 1752 Villars-sur-Glâne 1, tél. 026 347 12 40.

MOUVEMENT DES AÎNÉS – Concert et spectacle public à l'occasion du 20^e anniversaire du MDA, vendredi 14 décembre, salle de Jolimont. Rens. auprès de M. Gérard Bourquenoud, président, tél. 026 424 45 02.

VALAIS

PRO SENECTUTE – Formation, utiliser un Natel en toute simplicité, Sierre, 10 et 17 décembre, de 9 h à 11 h; sécurité routière et actualisation des règles de la route, Saint-Maurice, 3 décembre, toute la journée. Loisirs, projection d'un film et discussion intergénération avec des jeunes œuvrant

au Burkina Faso, Sion, 10 déc. de 14 h à 16 h. Rens. Pro Senectute Valais, Séverine Corthay, tél. 027 322 07 41.

NEUCHÂTEL

PRO SENECTUTE – Ski de fond et raquettes à neige, tous les jeudis après-midi de janvier à mars 2008. Rens. Pro Senectute Sport-Arc jurassien, Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds, tél. 032 886 83 02 (matin).

AVIVO – Permanence hebdomadaire, les mardis de 9 h à 11 h. Fête de Noël de l'Avivo, 13 décembre, salle du Faubourg de l'Hôpital 56. Avivo, rue du Seyon 2 à Neuchâtel (immeuble Payot), tél. + fax 032 725 78 60; avivo-neju@bluewin.ch

UNIVERSITÉ DU 3^e ÂGE (U3a) – Fête de Noël, jeudi 20 décembre, à 14 h 15, Université de Neuchâtel, aula des Jeunes-Rives. Programme des conférences à Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds, Fleurier et Porrentruy, à demander à U3a, avenue du 1^{er}-Mars 26, Neuchâtel, tél. 032 718 11 60.

NOËL DES ISOLÉS – Salle de spectacles de Peseux, 24 décembre à midi, rens. auprès de M. P.-H. Coendoz, tél. 032 721 40 49.

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Midi-rencontre, vendredi 14 décembre, dès 11 h 45 à l'Hôtel Alpes et Lac,

place de la Gare, Neuchâtel. Balade à La Chaux-de-Fonds, mardi 18 décembre. MDA, rue de l'Hôpital 19, Case postale 2666, 2001 Neuchâtel, tél. 032 721 44 44.

JURA BERNOIS

PRO SENECTUTE – Gymnastique à La Neuveville, les lundis après-midi. Aquafitness à Bévillard, lundis après-midi. Thés dansants, 1^{er} et 15 décembre, de 14 h à 17 h, Restaurant du Midi à Reconviller. Pro Senectute Arc Jurassien, rue du Pont 4, 2710 Tavannes, tél. 032 482 67 00.

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA) – Midi rencontre de l'Avent avec animation, mercredi 12 décembre à l'Hôtel de l'Ours, à Court, dès 11 h 30, inscriptions M^{me} Glardon, tél. 032 481 14 07 ou M^{me} Wüthrich, tél. 032 489 16 71.

JURA

PRO SENECTUTE – Randonnée, mardi 11 décembre, rendez-vous à 14 h, place du 23-Juin à Corban (tél. 032 438 86 36). Autres activités selon programme. Pro Senectute Arc Jurasien, site de Delémont, tél. 032 421 96 10.

AVIVO – Fête de Noël, mercredi 12 décembre, salle du comptoir à Delémont. Rens. M. André Milani, président, Delémont, tél. 032 422 28 57.

VOYAGES MDA

L'Egypte des pharaons

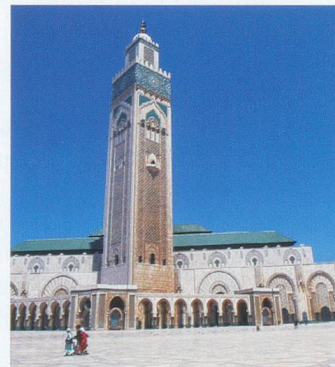
Découverte des plus beaux sites de Haute Egypte jusqu'à Abu Simbel avec un historien. Croisière sur le Nil. Inclus: vol international de Genève, taxes incluses; nuits en hôtel et demi-pension; croisière en pension complète; visites guidées.

Dates: 29 février au 9 mars 2008

Prix: Fr. 2990.–

Frais de visa: Fr. 35.–

Maroc et villes impériales



De Tanger à Marrakech, quatre villes où se mêlent le présent et le passé. Inclus: vol international au départ de Genève; taxes d'aéroport; transport en bus; logement en hôtels****; demi-pension; accompagnement d'un guide francophone.

Dates: 9 au 19 mars 2008

Prix: Fr. 3050.–

(Prix spécial MDA: Fr. 2950.–)

MDA VOYAGES-VACANCES
Place de la Riponne 5
1005 Lausanne
Tél. 021 321 77 60/62

Mon chien a-t-il froid en hiver ?

Lorsque la température baisse faut-il mettre ou non un manteau à son chien ? La réponse dépend de beaucoup de paramètres.

Quelques données générales pour commencer : les chiens polaires se mettent en boule pour diminuer la surface de contact. Leur fourrure est très dense et ils sont habitués à vivre dehors. Chez un animal de petite taille, la surface de la peau est plus grande, proportionnellement à son poids, que chez un chien de grande taille. Alors faut-il mettre un manteau au chien, oui ou non ? Cela dépend des chiens et de leur fourrure. De manière générale, les chiens qui vivent en appartement (et c'est la grande majorité de nos jours) subissent, quand ils sortent, un grand écart de température. Il est alors indiqué de leur faire porter un manteau, surtout s'ils restent inactifs, en attente devant un magasin, par exemple. C'est également indiqué pour les animaux âgés ou malades.

Autres conseils

Les pattes couvertes de poils (golden retriever) retiennent beaucoup de neige. Il peut se former des glaçons entre les doigts. Il faut alors couper les poils. Les coussinets sont à protéger avec de la graisse à traire ou de la vaseline avant de sortir. Si l'animal marche sur une route salée, bien rincer ses pattes au retour et mettre éventuellement une pommade si les coussinets

sont irrités. Faut-il donner de la vitamine C ? Non, les chiens la synthétisent eux-mêmes. Prendre son chien sur les pistes de ski : à éviter ! C'est dangereux pour les skieurs et les coupures peuvent être dangereuses pour l'animal. Quant au ski de fond, prudence ! Votre chien pourrait vouloir partir à la chasse. Les chevreuils sont fatigués en hiver et ils risquent, en devant fuir devant votre animal, de mourir d'épuisement. ■

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



Selon la race du chien, un manteau est recommandé.

Faut-il couper les griffes de mon chien ?

Sauf cas particulier (des griffes qui se cassent ou poussent dans des positions anormales), on ne coupe pas les griffes d'un chien. Elles s'usent naturellement par la marche. La bonne longueur est facile à mesurer : les griffes affleurent le sol quand le chien est debout en position normale. Les griffes peuvent parfois appuyer fortement au sol. C'est le cas pour les vieux chiens qui ne marchent plus beaucoup. Il peut s'agir aussi d'une griffe qui pousse dans une position diffé-

rente ou d'un doigt plus faible. Ne pas oublier que la griffe part du doigt et là où elle s'en sépare, elle part vers le haut avant de redescendre. C'est pourquoi elle doit être longue afin d'arriver à être en contact avec le sol. Chez les jeunes animaux, les griffes sont plus fines et font plus mal. Une des griffes doit être absolument vérifiée : c'est l'ergot, à l'intérieur de la patte. On parle aussi de la griffe du pouce. Elle n'est pas en contact avec le sol et

pousse fortement. Si on ne la coupe pas, elle risque de se planter dans le coussinet associé à cet ergot. Cette griffe étant veinée, on risque de la fendre ou de l'écraser et donc de faire saigner la patte ou, pire, de générer une infection. À couper donc très soigneusement avec une pince spéciale dont les lames sont incurvées. Vous pouvez le faire vous-même, mais, si vous allez régulièrement chez le vétérinaire, demandez-lui de se charger de ce travail délicat.