

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse  
**Herausgeber:** Aînés  
**Band:** 13 (1983)  
**Heft:** 2

**Rubrik:** Pro Senectute : pour la vieillesse

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

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

# PRO Pour la Vieillesse SENECTUTE

## SECRETARIATS CANTONAUX:

Genève, 5, place de la Taconnerie (022) 21 04 33  
Lausanne, 51, rue du Maupas (021) 36 17 21  
La Chaux-de-Fonds, 53, av. L.-Robert (039) 23 20 20  
Bienne, 8, rue du Collège (032) 22 20 71  
Delémont, 49, avenue de la Gare (066) 22 30 68  
Tavannes, 4, rue du Pont (032) 91 21 20  
Fribourg, 26, rue Saint-Pierre (037) 22 41 53  
Sion, 7, rue des Tonneliers (027) 22 07 41

Pro Senectute-Vaud communique

## Décentralisation de son Service social d'Aide et Conseil

Nous tenons à rappeler que notre comité, sur mandat de la Confédération et notamment dans le cadre de l'organisation médico-sociale vaudoise, offre de nombreux services très variés aux personnes en âge AVS. Tous ces services tendent au maintien de leur indépendance, de leur bien-être et de leur participation active à la vie sociale. Citons entre autres:

L'Aide et Conseil;

L'Aide au foyer dans un grand nombre de communes;

L'Animation et le soutien aux clubs d'aînés, aux Centres de jour, aux groupements de gymnastique et de natation, aux ateliers de création.

Afin de répartir notre aide le plus équitablement à l'ensemble du canton, une Commission présidée par M. Pierre Aubert, ancien conseiller d'Etat et membre de notre Conseil de direction, a été chargée de l'organisation dans chaque district de Centres de consultations sociales auxquels chacun peut s'adresser. Cette initiative a été chaleureusement accueillie et une collaboration très étroite est assurée avec les autorités cantonales et communales ainsi qu'avec les autres institutions ou organismes d'aide à la vieillesse.

Notons qu'il est également prévu l'organisation, par district, de cours de préparation à la retraite et d'un service de pédicure ambulatoire.

## PRO SENECTUTE SUISSE

### En gros caractères...

Si votre vue est déficiente, et que vous parliez allemand, Pro Senectute, comité central, Zurich, a enrichi sa bibliothèque de 460 ouvrages imprimés en gros caractères. Pour le moment, seuls des ouvrages en langue allemande sont disponibles. Le prêt de ces livres est gratuit, mais les frais de port pour le renvoi sont à la charge des intéressés.

Un catalogue (Fr. 10.-) des ouvrages disponibles peut être demandé au Secrétariat central de Pro Senectute, Postfach, 8027 Zurich, tél. (01) 201 30 20.

 VAUD

## Repas aux chandelles au Château d'Aigle

### Résultats du concours

Les soupers aux chandelles proposés aux aînés par la Commission «Va et redécouvre ton pays» de Pro Senectute-Vaud remportent d'année en année un succès croissant. L'ambiance chaleureuse qui règne tout au long de la soirée, la gaieté, l'entrain communicatifs des animateurs de Pro Senectute, y sont pour quelque chose!

Les premiers repas aux chandelles furent organisés au Château d'Oron, en 1976. Il y en eut 10 et quelque 800 personnes âgées y prirent part. A l'époque cela semblait un record. Cette année, à Aigle, on en était à la sixième

édition. Durant 14 soirées, de novembre à mi-décembre, ce ne sont pas moins de 1937 personnes qui prirent le chemin du vénérable et fier manoir aiglon! A cette occasion, un concours fut organisé. Rappelons-en les questions:

1. Quand a été créée la Fondation suisse Pro Senectute?
2. Les noms des châteaux où eurent lieu les 5 précédents soupers aux chandelles.
3. Le nombre total des participants à l'édition 1982 au Château d'Aigle. Les prix étaient fort attrayants. Le premier: un bon pour un séjour de 10 jours à Crans, pour une personne. Les deuxième et troisième: des invitations — respectivement pour 2 personnes et 1 personne — au souper aux chandelles 1983, qui aura lieu au Musée du cheval, au Château de La Sarraz. Les prix suivants, jusqu'au dixième étaient des bouteilles de vin hors commerce conditionnées pour les 10 ans

du Service des loisirs de Pro Senectute-Vaud, dont l'anniversaire sera célébré le 28 mai prochain au Casino de Montbenon, à Lausanne.

De plus, un prix spécial — bon pour un souper aux chandelles — a été décerné, l'une des participantes ayant répondu avec exactitude à la 3<sup>e</sup> question sans avoir su répondre à la première.

Bravo! tous ces gagnants et gagnantes ont été avisés personnellement par Pro Senectute-Vaud.

**Résultats:** 1. Mme Suzanne Aeschmann, Lausanne; 2. Mme Marie Arnold, Morges; 3. Mme Lila Gaudard, Morges; 4. Mme Hulda Nebel, Morges; 5. Mme Hélène Gloor, Vulliens; 6. M. Arnold Roussy, Rossinière; 7. Mme Elsy Roussy, Rossinière; 8. Mme Hélène Villette, Bremblens; 9. Mme Désirée Pouly, Mézières; 10. Mme Lucienne Blanc, Morges. Prix spécial, Mme Marguerite Mouron, Renens.

## Les chorales des aînés du canton cherchent des chanteurs

**Le chant est le moyen éprouvé de conserver la joie au cœur, la joie de vivre. Chanter c'est prendre la vie du bon côté. Pour les retraités et les personnes âgées c'est aussi une manière infaillible de lutter contre l'isolement et l'ennui: c'est s'épanouir!**

M. Daniel Girardet, directeur de Pro Senectute-Vaud en était fort conscient lorsqu'il lança l'idée, il y a quelques



Sans paroles  
(Dessin de Hervé-Cosmopress)

années. Et Jean Carrel, responsable du Service des loisirs de la Fondation, mit à sa réalisation tout son dynamisme et l'ardeur de sa jeunesse. C'est ainsi que dans notre canton, on compte aujourd'hui 11 chorales d'aînés qui groupent quelque 300 exécutants.

Lors des répétitions, le rythme est plus calme, la discipline vocale moins rigoureuse que s'il s'agissait de chorales qui s'affrontent dans des concours ou des girons. Cependant, on a la volonté de se perfectionner et d'atteindre un certain niveau pour se présenter en public deux ou trois fois l'an. Il arrive même que toutes les chorales des aînés du canton se produisent ensemble, comme ce fut le cas en 1981, à la Fête cantonale des chanteurs vaudois, à Vevey. 300 personnes aux cheveux blancs qui chantent avec la même conviction, la même ardeur, d'un même cœur, ça vous chavire le vâtre!

Et puis les répétitions, c'est aussi prétexte à des rencontres, des contacts. On se retrouve toujours, à la fin, autour d'une tasse de thé ou de 3 décis. Chanter ça donne soif! L'ambiance est fort sympathique, chaleureuse à souhait.

### Messieurs, annoncez-vous!

La chorale des aînés de Lausanne est l'une des plus importantes, eu égard au nombre de ses participants. Je devrais presque dire participantes car les hommes, on peut les compter sur les doigts d'une seule main, et encore! C'est aussi le cas des autres chorales du canton, d'ailleurs. Une participation plus importante de voix d'hommes assurerait à ces ensembles un meilleur équilibre. C'est pourquoi Pro Senectute-Vaud lance un appel à tous les retraités. Si donc, Monsieur — vous qui lisez ces

lignes — vous aimez chanter, n'hésitez pas à venir renforcer les rangs de l'une ou l'autre de ces chorales. Vous serez reçu à bras ouverts. Ce qui n'exclut pas Madame, qui sera, elle aussi, la bienvenue!

Jacqueline Mayor

### Chorales de Pro Senectute

**Chavannes:** Centre paroissial, Chavannes-Epeney, tous les 2 mercredis à 16 h. Resp.: Mme Yvette Mollet, Renens.

**Chavornay:** Salle de paroisse, tous les vendredis pour les chanteurs de Chavornay et Orbe à 14 h. 30. Resp.: M. André Mayor, Chavornay.

**Lausanne:** Centre Pierre Mercier, Florimont 24, tous les lundis à 14 h. 15. Resp.: Mme Emma Woringer, Lausanne.

**La Tour-de-Peilz:** Rue du Léman, tous les jeudis à 14 h. 15. Resp.: M. Gaston Spring, La Tour-de-Peilz.

**Morges:** Salle de Couvaloup, tous les vendredis à 16 h. Resp.: Mme Hélène Meylan, Morges.

**Orbe:** Salle de paroisse, tous les 2 lundis à 15 h. 30. Resp.: Mme Yolande Beauverd, Orbe.

**Payerne:** Ancien Hôpital, tous les 2 mardis à 16 h. Resp.: M. Jean Rebeaud, Payerne.

**Penthalaz:** Salle paroissiale, tous les lundis à 16 h. Resp.: Mme Denise Martinetti, Penthalaz.

**Pully:** Annexe du Collège principal, tous les lundis à 15 h. Resp.: Mme Marguerite Savary, Pully.

**Sainte-Croix:** Foyer de l'Industrie, tous les jeudis à 16 h. Resp.: Mme Andrée Magnin, Sainte-Croix.

**Yverdon:** Salle de l'Ermitage, tous les 2 mardis à 15 h. 45. Resp.: Mme Gisèle Cavin, Yverdon.

## Vacances au Maillon

printemps — automne 1983

Le Maillon, maison de repos et de vacances aux Chevalleyres-près-Blonay, est conçu pour recevoir des personnes handicapées, convalescentes ou âgées. On y trouve tout l'équipement adapté à sa situation. L'ascenseur, les douches, les WC et toutes les chambres sont accessibles avec un fauteuil roulant et disposent de sonneries d'appel. Un personnel qualifié veille à satisfaire les hôtes.

Pro Senectute-Fribourg y organise deux séjours de vacances:

du lundi 25 avril au samedi 7 mai 1983;

du lundi 19 septembre au samedi 1 octobre 1983.

Ces séjours sont spécialement destinés à des personnes âgées handicapées et à leurs conjoints. Une animation variée sera proposée: promenades, gymnastique, films, jeux, etc.

Chaque séjour peut accueillir au maximum 25 personnes. Le premier séjour sera bilingue (français-allemand) et le deuxième pour personnes parlant français.

Le prix sera de Fr. 740.—, comprenant pension complète, animation et accompagnement par un assistant social de Pro Senectute.

Ce prix n'inclut pas les prestations paramédicales qui seront facturées en supplément et qui pourront faire l'objet d'un remboursement total ou partiel par l'assurance-maladie.

Le coût de ces vacances ne doit pas être un obstacle à une participation. Pro Senectute-Fribourg peut octroyer une aide financière aux personnes de condition modeste et qui en font la demande.

Le transport jusqu'au Maillon se fera individuellement, mais Pro Senectute peut, exceptionnellement, s'en charger.

De plus amples informations vous seront données lors de l'inscription définitive, ou à Pro Senectute, rue Saint-Pierre 26, 1700 Fribourg, tél. 037/22 41 53.

## FRIBOURG

### Vacances, cures et pèlerinage 1983

#### Cure pour personnes rhumatisantes à Abano, Hôtel Park

*Date:* du dimanche 27 février au samedi 12 mars 1983.

*Prix:* chambre à 1 lit, pension, 11 bains de boue et 2 excursions, Fr. 1270.—. Chambre à 2 lits, pension, 11 bains de boue et 2 excursions, Fr. 1175.—. Le voyage Fribourg-Abano en car est compris.

*Dernier délai d'inscription:* 8 février 1983.

#### Séjour au Centre Saint-François, Delémont

*Date:* du lundi 16 au mercredi 25 mai 1983.

*Prix:* (approximatif!), chambre à 1 lit et pension, Fr. 425.—. Chambre à 2 lits et pension, Fr. 400.—. Supplément pour régime éventuel, Fr. 50.—.

*Dernier délai d'inscription:* 28 avril 1983.

**Pèlerinage à Lourdes** dans le cadre du pèlerinage interdiocésain. Voyage en avion ou en train, pension et logement dans l'hôtel le plus proche de la Grotte.

*Date du pèlerinage:* en train du 17 au 23 juillet 1983, en avion du 18 au 22 juillet 1983.

*Prix:* (approximatif!) en avion, Fr. 830.—. en train, Fr. 520.—.

*Dernier délai d'inscription:* 12 juin 1983.

#### Cure pour personnes rhumatisantes à Abano, Hôtel Park

*Date:* du dimanche 17 octobre au samedi 30 octobre 1983.

*Prix:* chambre à 1 lit, pension, 11 bains de boue et 2 excursions, Fr. 1290.—. Chambre à 2 lits, pension, 11 bains de boue et 2 excursions, Fr. 1195.—. Le voyage Fribourg-Abano en car est compris.

*Dernier délai d'inscription:* 25 septembre 1983.

#### Séjour de fin d'année à Ascona, Hôtel Mulino

*Date:* du jeudi 29 décembre 1983 au samedi 7 janvier 1984.

*Prix:* (approximatif!), chambre et pension, Fr. 620.—. Supplément pour chambre à 1 lit.

## NEUCHÂTEL

### Club du dimanche

Si tous les... aînés se donnaient la main, il y aurait moins de solitaires. Trop souvent, nous participons passivement, ou laissons les autres faire!

Pro Senectute ambitionne pour 1983 une entraide entre retraités. Par exemple le dimanche quand on a envie d'un petit extra, de rompre la routine, le repas mensuel de l'Accueil du Soleil à La Chaux-de-Fonds fait merveille. Grâce à des bénévoles, d'excellents menus «maison» sont préparés. Un régal! Le prochain dîner-dimanche est prévu pour le 27 février. **Il est indispensable de s'inscrire jusqu'au mardi 22.**

Si vous disposez de forces, de temps, d'envie de partager la joie de vivre, faites-vous connaître. Pro Senectute (La Chaux-de-Fonds et Neuchâtel) serait heureux d'élargir ses activités du dimanche: repas, promenade, visite. Par exemple, avec une ou plusieurs amies. Les messieurs sont aussi les très bienvenus, vous organiseriez un repas, des jeux, une sortie?... Le dimanche deviendrait plus souvent un jour de fête. Merci aux jeunes aînés de bien vouloir offrir du temps à leurs aînés.

Nous nous réjouissons de ces nouvelles collaborations, téléphone: 038/24 56 56 et 039/23 20 20.

### Déclarations d'impôts!...

Déjà il faut remplir ces formules familiales mais quelque peu rébarbatives. Vous éprouvez des craintes ou des difficultés à calculer et à compléter les rubriques, alors prenez rendez-vous à l'un de nos secrétariats.

Il est important que vous sachiez que nous ne sommes pas un fiduciaire. Nos travailleurs sociaux ne traitent que les situations simples, mais... gratuitement!

Prenez rendez-vous par téléphone: Neuchâtel 038/24 56 56, La Chaux-de-Fonds 039/23 20 20.

### Peinture paysanne

Un cours d'initiation à la peinture paysanne débutera ces prochains jours dans les locaux de l'Accueil du Soleil, Serre 67, La Chaux-de-Fonds. Il est ouvert à toute personne qui s'intéresse à cet art. Renseignez-vous à notre secrétariat, téléphone 23 20 20.

### Peau neuve

Voici l'équipe, souriante, optimiste, de Pro Senectute, installée dans ses nouveaux bureaux tout neufs, rue Léopold-Robert 53, à La Chaux-de-Fonds, au 3<sup>e</sup> étage, ascenseur. Une vue sur les toits couverts de neige, de la lumière, un agencement fonctionnel. Et l'équipe est amicale, accueillante. Assise, Mlle Photini Droz, responsable de Pro Senectute canton de Neuchâtel, entourée (de g. à d.) de Saïd

Meziou, secrétaire, Pierre Macchi, assistant social, Mme Renée Kyburz, chargée de la préparation des repas à domicile, et Mlle Daisy Hofer, assistante sociale. Mlle Françoise Aellig, assistante sociale, était absente le jour de notre visite.

«Aînés» salue cordialement cette sympathique équipe neuchâteloise qui lui assure une collaboration efficace, et lui souhaite de poursuivre avec bonheur son activité si utile aux personnes âgées du canton, en collaboration avec le bureau de Neuchâtel ville.



(Photo Y. D.)

## ▲ BIENNE

### Dimanche: qui est disponible?

Dans «Aînés» n° 11/82, Pro Senectute lançait cet appel: «Nous cherchons des automobilistes pour le transport des handicapés. Toute personne libre et disposée à collaborer quelques dimanches par année sera accueillie avec reconnaissance.»

L'appel est renouvelé pour le prochain printemps. Il s'agit de transporter le matin vers 11 h. des handicapés à l'Ecole professionnelle (restaurant) et d'aller les rechercher vers 16 h. D'avance, merci à ceux qui nous entendront. Venez nous rendre visite ou téléphonez-nous: Pro Senectute, rue du Collège 8, tél. 22 20 71.

Pour vos **problèmes d'impôts** l'adresse ci-dessus est toujours valable. Vous qui êtes enquinés par les nouvelles formules glissées dans votre boîte à lettres en janvier, adressez-vous à Pro Senectute!



CARTE OFFICIELLE

## ▲ JURA BERNOIS

### Souvenirs...

Ce printemps devrait voir la sortie d'une petite brochure de souvenirs de jeunesse, avec vieilles photos. Depuis novembre de l'an passé, des aîné(e)s de

65 à 91 ans, se réunissent dans une salle de la vieille école de Corgémont. MM. Erard et Audenis de Pro Senectute coordonnent les travaux de ces rencontres qui se terminent par un petit goûter. C'est vraiment sympa! Avec un brin d'impatience, nous espérons la parution de cette brochure. En attendant, voici un Corgémont 1903.

## ▲ VALAIS

### Avec Pro Senectute en Grèce

Un passionnant voyage d'une semaine en Grèce, organisé par Pro Senectute Valais, vous promet, du **11 au 17 avril**, les joies de la découverte, de la beauté d'un pays hospitalier, et du confort. Le départ aura lieu le 11 avril à 8 h. de Sion par car pour Genève-Cointrin. Les jours suivants, vous visiterez

Athènes, Delphes, Corinthe (passage du canal), Epidaure (Péloponnèse), étapes principales de ce circuit en car grand confort. Tous les hôtels sont de première catégorie, et le prix du voyage, par personne en chambre 2 lits, est de Fr. 1670.— (ch. 1 lit, suppl. Fr. 110.—).

Vu le nombre limité de places, les réservations seront prises par ordre d'arrivée. Dernier délai d'inscription: **25 février 1983**. Toutes les personnes dès l'âge de 55 ans, sont admises.

Renseignements complémentaires et prospectus sur demande à Pro Senectute, rue des Tonneliers 7, 1950 Sion. Tél. (027) 22 07 41.

### Sophrologie pour les aînés

Discipline nouvelle, la sophrologie a été expliquée aux aînés de Sion à fin octobre, au cours d'une conférence avec film. Une salle comble a applaudi le D<sup>r</sup> Jatton, de Vuillerens, auteur d'un ouvrage épatant intitulé «Comment être bien dans sa peau» (Editions P.-M. Favre, Lausanne). Angoisse, peur, stress, peuvent être vaincus, ainsi que certaines douleurs, par cette sophrologie dont les applications médicales sont nombreuses, et que nous n'avons pas la prétention d'expliquer en quelques lignes, mais dont nous parlerons dans un numéro de l'année 1983. Grâce à une motivation solide, il est possible, en bannissant les pensées négatives, de s'installer dans une vie positive, équilibrée, heureuse.

La séance a été présidée par Mlle Olga Robyr, assistante sociale de Pro Senectute. Elle a été organisée par Pro Senectute et l'Université populaire. Des cours de sophrologie destinés aux personnes âgées ont fait suite à cette journée informative. Toute personne désireuse d'en savoir plus sur cette méthode à la portée de tous, peut s'adresser à l'Association de sophroprophylaxie, Mme D. Gaschnang, Prairie 50, 2300 La Chaux-de-Fonds.

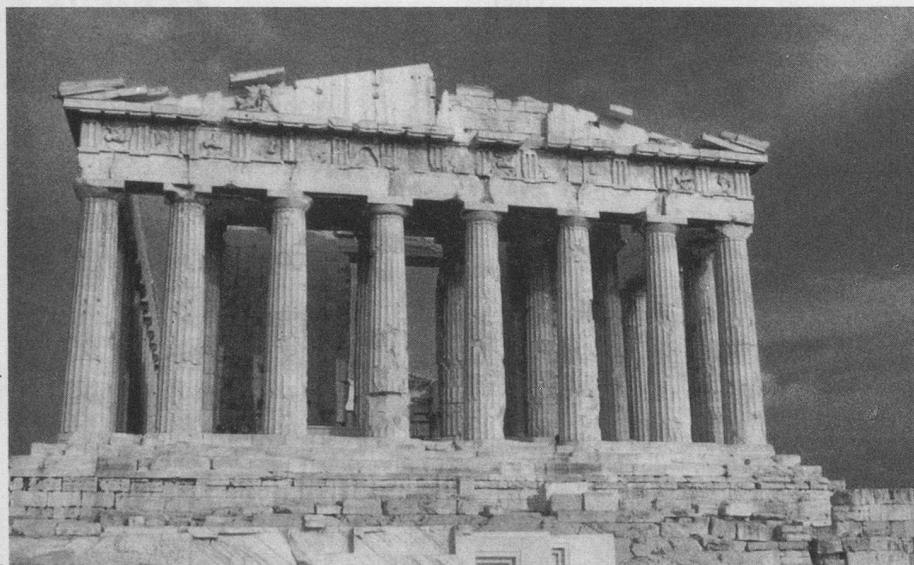


Photo Cl. A. Bruant