

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 23 (1993)
Heft: 3

Rubrik: Agenda

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: 02.04.2025

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

Dimanche 7 mars

A la Chapelle de Béthusy (au commencement de l'Av. Secrétan à Lausanne) de 19h. à 20h. 15

l'ensemble vocal de la Croix de Camargue présentera sa sérénade

Thème: les quinze ans d'une aventure: le heurtoir

*Entrée libre
Bienvenue à tous*

Objectif Santé

Si vous vous intéressez à l'alimentation et à la cuisine, le restaurant Le Jardin de Villard, rue Liotard à Genève (un établissement géré par DSR), propose les cours suivants:

Alimentation

A vos fourneaux:

Repas vite fait, bon et équilibré. Lundi 15 et 22 mars à 18 h. Fr. 55.-, les deux séances.

Les poissons:

Toujours plus appréciés, une bonne alternative à la viande. Jeudi 1er avril à 18 h. Fr. 40.-

Comment apprêter le tofu?

De multiples recettes succulentes. Mardi 20 avril à 18 h. Fr. 35.-

Apprendre à faire son pain au levain avec le boulanger.

Jeudi 22 avril à 18 h 15. Fr. 40.-.

Prendre soin de vos os:

Prévention de l'ostéoporose. Lundi 26 avril à 18 h. Fr. 25.-

Bien se nourrir après 50 ans:

Pour que manger reste un plaisir quotidien. Lundi 3 et 10 mai à 17 h 30. Fr. 55.-, les deux séances.

L'assiette légère du marché:

Confectionner et déguster un menu de saison alléger, pour se sentir en pleine forme. Jeudi 4 mars à 18 h et mardi 11 mai à 18 h. Fr. 35.-, chaque séance.

Atelier de cuisine junior

Pour enfants de 7 à 11 ans. Le mardi de 16 h 15 à 18 h. Fr. 50.-, trois séances.

Préparer des gâteaux de Pâques avec les grands-mères: le 30 mars.

Une surprise pour maman: le 27 avril.

Fêtons l'été et préparons un buffet tout en fraîcheur: le 18 mai.

Bien-être

Mémoire active:

Cours destinés particulièrement aux personnes retraitées. 1er degré: dès lundi 15 février à 9 h 30. 2e degré: dès lundi 19 avril à 9 h 30. Fr. 120.-, 8 x 1 h 30.

Gymnastique:

Séances de 1 heure. Gym sénior: le mardi à 9 h 15. Fr. 30.- par trimestre. Gym douce: le mardi à 10 h 15. Fr. 30.- par trimestre. Gym 50: Le mercredi à 9 h. Fr. 45.- par trimestre.

Renseignements et inscriptions: Objectif Santé, 75 Rue Liotard, 1203 Genève, tél. 022/344 25 19, entre 10 h et 11 h, du lundi au vendredi. ■

Créativité au Troisième Age

La Fondation «Créativité au Troisième Age», fondée en janvier 1991, met pour la deuxième fois au concours son prix doté de Fr. 100 000.-, destiné à récompenser des travaux de personnes de plus de 60 ans et n'exerçant plus d'activité professionnelle. Les travaux peuvent être littéraires, scientifiques ou artistiques.

Le délai pour l'envoi des travaux est fixé au 30 avril 1993.

La Fondation désire encourager les aînés à participer d'une manière active à la conception de notre société, de notre environnement, de notre vie intellectuelle et culturelle, ainsi que de notre avenir. Par le biais de ce prix, la Fondation désire démontrer que la capacité créative existe aussi dans la dernière phase de la vie humaine. Cette constatation et l'initiative de la Fondation sont d'autant plus significatives si l'on songe au vieillissement continu des pays industrialisés avec toutes les conséquences négatives qu'il entraîne au niveau politique, économique et social. Jusqu'à présent, 370 personnes de toutes les régions de Suisse ont participé à ce concours. En 1992, les premiers prix ont été attribués à onze lauréats, dont quatre femmes. La Suisse romande était représentée parmi les lauréats grâce à l'oeuvre d'une Valaisanne M^{me} Pierre Fauchère, domiciliée à Lausanne, qui a décrit les répercussions de notre époque sur la vie et les traditions des habitants de La Forclaz.

Les formules de participation peuvent être obtenues sur demande écrite auprès de la Fondation «Créativité au Troisième Age», case postale 4139, 8022 Zurich. Pour plus d'information: Marina de Senarclens, tél. 01/201 73 00, Fax 01/202 93 20. ►

Agenda

Invitation aux proches de malades Alzheimer

Lundi 1^{er} mars à 19 h 30:

Nous faisons connaissance. Quels sont vos besoins de proches? L'Association Alzheimer et sa Section vaudoise.

Berthe de Rham, du Comité vaudois et Jean-Pierre Bösch, animateur.

Lundi 8 mars à 19 h 30:

Le maintien à domicile, le choix d'un placement, les prestations sociales.

Sylvie Reymond, du CMS de Vevey.

Lundi 15 mars à 19 h 30:

Maladie d'Alzheimer et maladies similaires.

Docteur Françoise Suard, Service de psychogériatrie de l'Est vaudois.

Lundi 22 mars à 19 h 30:

Comment s'occuper d'un malade sans s'épuiser?

Cécile Coda, psychologue, responsable du Centre de jour de la Section genevoise.

Renseignements et inscription:

Section vaudoise de l'Association Alzheimer, Avenue Vinet 16, 1004 Lausanne, tél. (021) 36 26 84. ■

Des informations complémentaires paraîtront dans notre édition d'avril, mais attention au dernier délai pour l'envoi des travaux. (Réd.) ■