

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 70

**Rubrik:** Pro Senectute

### **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>**



# Acheter ses billets de train en ligne, ça s'apprend!

L'étude Pro Senectute sur l'utilisation d'internet par les seniors confirme l'intérêt de proposer des cours pour en découvrir les subtilités. Les prochains vous expliqueront comment obtenir vos billets de train depuis chez vous.

«**J**e ne suis pas au clair avec le fonctionnement des machines automatiques qui délivrent les billets. J'ai 76 ans, et je trouve important de savoir utiliser ces bornes pour le cas où mon mari et moi aurions besoin de prendre le train. Nous sommes informatisés, mais nous n'avons jamais utilisé internet pour réserver nos billets en ligne. Le cours va peut-être nous expliquer comment faire...»

A Bassecourt (JU), Yvonne Monnat n'a pas hésité à s'inscrire lorsqu'elle a su que Pro Senectute proposait des cours gratuits en collaboration avec les CFF afin d'appriivoiser les nouveaux outils mis à disposition du public pour réserver les billets de train.

## Le casse-tête des bornes CFF

L'initiative de cette formation ponctuelle est venue suite à l'étude sur l'utilisation d'internet par les seniors, explique Alain Huber, membre de la direction de Pro Senectute Suisse. Comme il le souligne, les seniors sont des usagers fidèles des transports en commun. Si beaucoup d'entre eux prennent leurs billets aux guichets, d'autres utilisent les bornes automatiques ou découvrent les horaires et les achats en ligne, grâce aux applications des CFF pour smartphones et tablettes tactiles. «Nous proposons aussi des cours pour utiliser les automates, mais, cette fois, nous axons les prochains sur le Ticket Shop CFF en ligne. A Zurich où ils ont déjà été proposés, ces cours font salle comble. Les personnes habitant dans les villages éloignés qui ne disposent pas forcément de guichet comprennent rapidement que la billetterie électronique est pratique et leur évite du stress.»

La démarche s'inscrit dans la



En plus des instructions à déchiffrer, les reflets du soleil rendent parfois l'achat d'un billet impossibles.

mission de Pro Senectute, désireuse de permettre aux seniors d'apprendre à se servir d'internet. Cette année, elle a chargé l'Institut de gérontologie de l'Université de Zürich de mener une

étude, cofinancée par Swisscable, sur l'utilisation des technologies par les 65 ans et plus en Suisse. Les résultats mettent en exergue une augmentation de 47 %, entre l'étude de 2010 et celle

Wolodja Jentsch



de 2015, des seniors connectés dans notre pays. Mais ils ne représentent que 56 % de la catégorie des 65 ans et plus, encore largement derrière les 88 % d'internautes recensés par l'Office fédéral de la statistique au sein de la population suisse en 2014. Un tiers des «onliners» disposent d'une tablette ou d'un smartphone. Et plus de la moitié de ceux qui ne le sont pas avouent faire appel à leurs proches pour obtenir de l'aide. L'étude souligne également le fait que les personnes qui n'ont pas recours à internet sont malheureusement coupées de nombreuses informations et services.

Les responsables de Pro Senectute ont conscience que l'utilisation d'internet est nécessaire pour les 65 ans et plus, comme le confirme Alain Huber: «Depuis les années nonante, alors qu'Internet n'en était encore qu'à ses débuts pour le grand public, nous nous sommes engagés pour que les seniors puissent se familiariser avec le

Web. Il est important de leur permettre d'accéder à ces technologies de l'information, toujours plus utiles dans la vie quotidienne. C'est ce que nous faisons aujourd'hui avec ce cours CFE.»

**Martine Bernier**

### Prochains cours:

- 6 août 2015: Arc Jurassien (Delémont) Tél: 032 886 83 20
- 21 et 29 septembre 2015: Genève. Tél: 022 807 05 65
- 1<sup>er</sup> octobre et 25 novembre 2015: Valais (Sion). Tél: 027 322 07 41
- Pour les cantons non représentés s'adresser: directement à l'organisation cantonale Pro Senectute concernée.

Toutes les infos sont sur notre site: [www.pro-senectute.ch/fr](http://www.pro-senectute.ch/fr)

## DOCUPASS La solution pour faire connaître vos volontés.

Nous y pensons tous un jour, nous demandant comment faire pour laisser à nos proches un document contenant nos volontés lors d'accident, de maladie grave ou de décès. Prendre ses précautions n'attire pas la malchance, mais permet d'affronter les pires situations plus sereinement, quel que soit notre âge. Raison pour laquelle Pro Senectute Suisse propose depuis 2012 le DOCUPASS, un dossier personnel conçu pour consigner vos attentes, vos besoins, vos exigences et vos souhaits sur les soins, le sort de votre corps et le respect de votre personne en cas de décès. Récemment remodelé, le dossier, déjà très utilisé en Suisse alémanique, est aujourd'hui plus abouti. Vous y trouverez une brochure d'information expliquant comment remplir les documents et une déclaration concernant le testament, un mandat pour cause d'inaptitude, les directives anticipées avec indications pour le don d'organes, et les dispositions de fin de vie, ainsi qu'une carte contenant vos indications.

Une fois complétés, les papiers doivent être conservés dans un endroit auquel pourra accéder la personne de confiance que vous aurez choisie pour vous représenter. Vous pouvez également déposer ces données sur Internet. Le dossier de santé en ligne proposé par Swisscom [www.evita.ch](http://www.evita.ch) en collaboration avec Pro Senectute est un service payant. Il vous suffit de scanner, dater et signer vos documents, de les mettre en ligne et de permettre à vos médecins, à votre famille et à toute autre personne concernée de s'informer de vos directives en cas d'urgence grâce à une carte personnelle de la taille d'une carte de crédit que vous pourrez glisser dans votre sac ou votre portefeuille.

**M. B.**

Le dossier DOCUPASS coûte 19 fr.

Le service en ligne coûte, lui 58 fr. pour deux ans

Commande à Pro Senectute Suisse, rue du Simplon 23, 1800 Vevey,

Tél. 021 925 70 10 ou directement sur [www.docupass.ch](http://www.docupass.ch)



### BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263  
2502 Bienne

e-mail:

[biel-bienne@be.pro-senectute.ch](mailto:biel-bienne@be.pro-senectute.ch)

Tél. 032 328 31 11

Fax 032 328 31 00

### FRIBOURG

Ch. de la Redoute 9,  
c.p. 1752 Villars-sur-Glâne 1

e-mail: [info@fr.pro-senectute.ch](mailto:info@fr.pro-senectute.ch)

Tél. 026 347 12 40

Fax 026 347 12 41

### GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève

e-mail: [info@ge.pro-senectute.ch](mailto:info@ge.pro-senectute.ch)

Tél. 022 807 05 65

Fax 022 807 05 89

### TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes

e-mail:

[prosenectute.tavannes@ne.ch](mailto: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

e-mail:

[prosenectute.delemont@ne.ch](mailto:prosenectute.delemont@ne.ch)

Tél. 032 886 83 20

Fax 032 886 83 19

### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel

Rue de la Côte 48a

2000 Neuchâtel

e-mail: [prosenectute.ne@ne.ch](mailto: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](mailto:prosenectute.cf@ne.ch)

Tél. 032 886 83 00

Fax 032 886 83 09

### VAUD

Maupas 51

1004 Lausanne

e-mail: [info@vd.pro-senectute.ch](mailto: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

e-mail: [info@vs.pro-senectute.ch](mailto:info@vs.pro-senectute.ch)

Tél. 027 322 07 41

Fax 027 322 89 16

## 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