Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

Herausgeber: Aînés

Band: 1 (1970-1971)

Heft: 4

Rubrik: Courrier des lecteurs

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

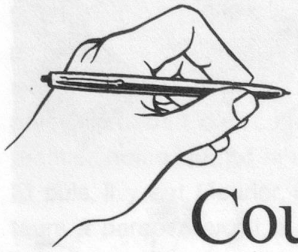
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 05.07.2025

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



Courrier des lecteurs

«Tout le monde est écrivain dès qu'il a quelque chose à dire»

Jean Tharaud
de l'Académie française

Le musicien est limité par son instrument, le peintre par sa toile. Le correspondant n'a aucune barrière devant lui, aucune limite.
Il peut tout dire, tout imaginer, tout créer, tout évoquer. Une page blanche, c'est une merveilleuse aventure. Vous allez y « dire » tout ce que vous voulez, comme vous le voudrez. C'est un épanouissement total.
Dans une page romanesque, féroce, ironique ou lyrique, l'extériorisation devient thérapeutique. De plus, vos messages seront toujours utiles à quelqu'un.
Ceci est votre courrier:

ON M'APPELAIT « VIF ARGENT »
C'était de 1922 à 1926, à l'Hôpital cantonal de Lausanne où j'étais infirmière stagiaire. Aujourd'hui, avec mes 83 ans, je suis craintive et ne puis sortir sans chaperon, à la suite d'accidents multiples. Une revue originale, un bouqin du temps passé viennent me changer les idées en rompant ma solitude morale. Votre mensel me plaît, à tous égards. Il est distrayant et aborde tous les sujets, sans fatigue. **Mme L. Gaudin, St-Légier**
Réd. Votre message, ce mouvement de l'âme comme dit Michelet, prouve que si le« vif argent» a quitté vos jambes, il est toujours présent dans votre plume. Merci.

« AÎNÉS » UN EMPLÂTRE SUR UNE JAMBE DE BOIS ?
M. B. Clerc, assistant social à Genève, constate que si d'année en année la situation matérielle des personnes âgées tend à s'améliorer, leur place, leur rôle dans la société tend à s'amenuiser. « Aînés » peut et doit jouer un rôle dans la remise en question des valeurs fondamentales d'une société qui tient compte des collectivités productives essentiellement.
Réd. Croyez-nous, cher Monsieur, l'esprit de notre journal rejoint celui de votre plaidoyer. Un jour, il en servira de support.

BEAUCOUP DE « 3e ÂGE » METTENT LEUR ESPOIR DANS « AÎNÉS », déclare **Mme Elsa Blättler de Lausanne.**
Nous ne vous laisserons pas en repos... il faut continuer. Il faut grimper encore et tirer derrière vous ce poids de laissés pour compte: les vieux. J'espère plus dans l'avenir d'« Aînés » que ces articles gentils et bien tournés. Par exemple des réunions, des échanges de vue sur nos problèmes qui sont grands, je vous assure. Pour certains, l'augmentation de 10% d'AVS tombe bien. Ils disent: « Tiens, ça fera l'argent de poche pour nos vacances ». Et les autres, les petits, les vilains, les taillables, les malchanceux? Cette augmentation correspond-elle à l'augmentation du coût de la vie? Si par bonheur on leur octroie l'AVS complémentaire, alors: Halte. Ils sont en liberté surveillée! Nos législateurs n'ont pas la même optique que nos édiles si généreux pour les Thibétains, le Biafra, le Pakistan, le Brésil, les lépreux, les tremblements de terre et toutes catastrophes universelles. Je pense qu'il y a des gestes qui paient, politiquement. Nous attendons beaucoup d'« Aînés ». Pas des miracles, mais au moins un élan...
Réd. Des lectrices qui stimulent leur journal. Nous n'en attendions pas moins, tôt ou tard, en toute humilité. Et dire que, dans notre esprit, nous prétendions ne pas faire un journal à la confiture!

L'ESPÉRANCE, VIEILLE DAME DE TOUJOURS
Chers amis du 3e Age,
Par le canal de notre journal « Aînés » permettez-moi de vous dire l'affection que vous portent les assistants sociaux chargés de vous rendre visite, en toutes circonstances, par beau et mauvais temps. Aller au-delà du fonctionnarisme, travailler à un idéal jamais en défaut, en s'adaptant à tout un chacun, voici peut-être la manière de vous aider dans vos multiples préoccupations de l'âge. Ne soyez pas surpris par ces lignes; c'est un vieil assistant social qui parle avec la sincérité du cœur, en s'adressant à ses amis. Réunissons nos faibles forces, nous vaincrons le désespoir et l'angoisse du lendemain. Chargé de ses promesses, le printemps revient. Il porte l'Espérance, cette vieille dame de toujours. A une autre fois.
Frédéric Herminjard, assistant social.

LA VIEILLE FAIT DU RAMOLLISSEMENT...
Que notre périodique fasse entendre la voix de la tolérance, sans désinvolture ou vaine morale. En dépit de ce que nous

voyons de négatif, restons constructifs. Ceci même si on entend des propos qui ouvrent une nouvelle plaie : « L'vieux, il a la tamise. Quand sa cuillère arrive à la bouche, elle est vide. La vieille, elle fait du ramollissement... Vous comprenez, pour les gosses... il a fallu. D'ailleurs, on n'a plus l'temps, ni la place.»

Mme Marguerite Périllard, Lausanne.

Réd. Madame, chère lectrice, votre émouvante lettre donne à réfléchir. Elle rappelle le cas de ce grand-père, relégué, à qui la belle-fille donnait à manger dans une écuelle en bois. Surpris en train de rassembler des morceaux de bois, le petit-fils, pressé de questions, finit par répondre à sa mère comme à son père : « Je fais une écuelle, pour vous, quand vous serez vieux ».

DIÉTÉTIQUE, PAIN COMPLET, LETTRE OUVERTE À UNE AMIE...

Oui, nous sommes toutes deux arrivées à un tournant. Toi, tu es à la retraite après une longue carrière d'institutrice dans un internat. Moi, après avoir élevé quatre fils, je me trouve seule, privée des tâches que j'ai accomplies tout naturellement pendant 35 ans. Une page tourne. Il faut trouver un nouvel équilibre.

Du côté intellectuel, tu n'es certainement pas en difficulté. Mais, en soignant ta sœur malade, les questions alimentaires apparaissent. Dans ce domaine aussi, il s'agit de trouver un équilibre. Si le bien-être dépend en grande partie de la nourriture, je précise qu'en aucun cas le problème alimentaire ne doit devenir une obsession. Les dispositions de notre esprit demeurent toujours les plus importantes.

Par la suite, je te préparerai une liste de menus. Aujourd'hui, voyons l'importance du pain complet. Par complet, il faut entendre un pain de blé cultivé biologiquement et fait sur levain. Il contient pratiquement tous les éléments nécessaires à la santé du corps et pourrait constituer la base de notre régime.

Il existe une quantité de pains complets. On les trouve dans différents magasins diététiques ou de la « Vie Claire ». Plus chers, il est vrai, ils sont aussi plus nourrissants. On en mange moins.

Attention cependant. Si, jusqu'à maintenant tu n'as mangé que du pain blanc, il est imprudent de bouleverser une habitude du jour au lendemain.

Ton amie de toujours **Myra**

ON A TROUVÉ UN VIEUX MORT DE FROID OU DE FAIM

M. Ch. Pasche est brigadier de sûreté retraité. Il a 78 ans. « Si j'avais 30 ans de moins, l'abbé Pierre me trouverait à ses côtés. Si mes forces ont diminué, mon courage reste intact. Ancien policier, je connais les misères pécuniaires ou morales, comme le lamentable problème des enfants ou adolescents dont les parents ont démissionné. Par ailleurs, j'ai eu un serrement de cœur quand on a trouvé, au bord de l'Arve, un vieux bonhomme mort de froid ou de faim. Je présume que c'était un de ces farouches réfractaires à l'hospice ou à la charité ! A « Aînés », mes vœux pour une solide santé ».

Nous également, adressons un hommage à ce vieux bonhomme, allergique à l'hospice ou à la charité. Il en est mort, certes, mais il avait choisi. Il a des milliers de copains. A quoi en sont-ils ?

ENCORE QUELQUES MOTS...

Une réponse personnelle a été adressée à maints lecteurs, pour élucider des problèmes particuliers. Merci à d'autres correspondants qui nous disent leur amitié, qui nous transmettent leurs critiques ou encouragements : M. A. Holzer, Mlle J. Martin, M. H. Dubrit, Mme G.-F. Fleuri, M. et Mme Gonin, Mme E.

Ce mois de mars

« Mars qui rit » ... – disait-on naguère –
« Prépare en secret le printemps ».
Aurait-il déclaré la guerre
A cette saison qu'on attend ?
Pourquoi n'en faire qu'à ta tête
Mars voyons, ta bise en tempête
Te fait jouer les trouble-fête
A quoi bon te débattre tant ?
Tomberais-tu en déchéance
Car des ides viendront l'échéance
Et c'est là ta dernière chance
De nous servir un beau printemps !

G.-F. Clavel

SURDITÉ

Nous sommes fournisseurs officiels de l'**ASSURANCE-INVALIDITÉ** et de l'**AVS-complémentaire.** Donc, si vous êtes dur d'oreilles et que vous avez besoin d'un appareil de surdité, veuillez vous adresser à nous, car nous nous occuperons de toutes formalités pour l'Assurance-Invalidité et pour l'AVS-complémentaire. Veuillez découper cette annonce en indiquant votre adresse et votre âge.

POUR UN BON APPAREIL - UNE BONNE ADRESSE

BOUVIER frères

43 bis, av. de la Gare, 1000 Lausanne, tél. 021/23 12 45

Nom :

Adresse :

Ville : Age :

Isoz. Félicitations à M. L.-A. Diserens, pour son beau travail et celui de son équipe, dans la région de Vevey, La Tour-de-Peilz, Puidoux.
Le message de M. H. Schmid, de la corporation des hygiénistes, sera publié dans un prochain numéro de notre journal.
Merci à tous, amis correspondants. Votre contribution à la rédaction de ce journal en fait une de ses raisons d'être.
Nous remercions aussi les rédactions d'« EURAG » (Fédération européenne pour les personnes âgées) et du « FIL D'ARGENT » de leurs envois. Nous parlerons bientôt de ces excellentes publications. **bp**

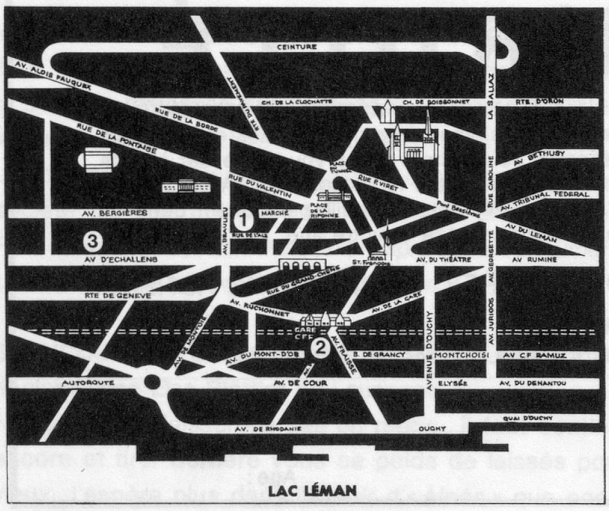
Vieillir est ennuyeux, mais c'est le seul moyen que l'on ait trouvé de vivre longtemps.
Sainte Beuve,
cité par Anatole France

Humour

Une banane

Il a tué deux passants en conduisant son camion en état d'ivresse. C'est un récidiviste. On le condamne à mort. Sur la chaise électrique, il demande, comme ultime désir, qu'on lui apporte une banane. On la lui tend et il se la visse dans l'oreille gauche. Le bourreau opère : décharge. Le condamné tressaille, mais survit. Miracle ! N'ayant jamais vu chose pareille, le procureur le grâcie.

Dix jours plus tard, le chauffeur, ivre, tue cinq personnes en fonçant avec son camion sur un trottoir. Nouvelle condamnation à mort. Assis sur la chaise électrique, le malheureux réclame une banane. On la lui apporte et il se l'enfonce dans l'oreille gauche. Le bourreau actionne sa manette. Cette fois-ci le condamné n'a aucune chance : le courant a été renforcé. Mais il survit miraculeusement. Affolement général. Le procureur prononce la grâce, et demande au pauvre diable :
– C'est inouï ; je ne comprends pas. Est-ce la banane..?
– Pas du tout, répond l'ex-condamné : je suis mauvais conducteur...



Pharmacies Populaires

Officines :

1 Rue de l'Ale 30
22 38 61

2 Av. Fraisse 3
26 38 62

3 Av. d'Echallens 81
24 08 54

Ristourne progressive
(Art. régl. exceptés)

de 7 ½ % à 10 %

Timbres PHAR-POP

Livraisons rapides à domicile

D'un bar à café à l'autre

En 1850, Henri Murger, l'auteur des «Scènes de la vie de bohème», fréquentait un «bar à café» en compagnie de Colline le grand philosophe, Marcel le peintre, et Schaunard le musicien, comme ils s'appelaient entre eux. Ils avaient leur table, celle des réquisitoires, où le monde se refait.
Les machines à sous et les boîtes à musique faisaient l'objet d'un culte. Le tenancier se plaignait du mauvais genre de ses clients, de l'accoutrement, du crédit. Le vocabulaire utilisé par ses habitués était l'enfer de la rhétorique. Bref, le non-conformisme était mal jugé.
Ce matin, assis dans un bar à café, j'observe un groupe. J'imagine sans effort, par mutation, Murger et ses amis.
Le leader se nomme Bob. Ses copains sont attentifs. Ils ignorent la terrible machine à bruit qui fait vibrer les verres. A la table des remises en question le monde se refait encore. Visiblement, le tenancier trouve les allures insolites. Il ne fait pas crédit.
Six générations séparent Bob de Murger et cependant... Si, une chose est nouvelle: le goût du café express.

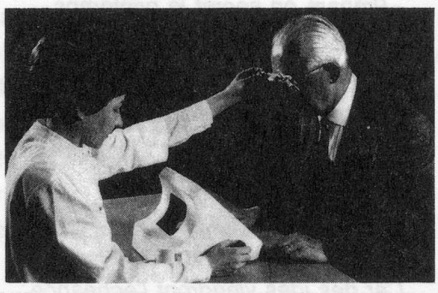
Bernard Peitrequin

Petites annonces

Qui donnerait **cannes anglaises** à infirme âgé ? Réf. PA 39

On cherche un bricoleur lausannois modeste dans ses prix, pour petits travaux chez personnes âgées. Réf. PA 40

Vos verres sont-ils toujours adaptés à votre vue ?
Votre opticien spécialiste examinera avec vous tous les problèmes de vos lunettes.



renens optique **R. Peytrignet**
Rue Neuve
(Grand-Hôtel)
1020 RENENS
Membre de l'Association suisse des Opticiens. Membre de la Société d'Optométrie d'Europe.