

## Le billet du président cantonal

«**Bonjour, comment allez-vous?**» Cette question, nous la posons X fois par jour, parfois (même souvent) sans attendre de réponse, lors d'une rencontre prévue ou accidentelle, ou en recevant un appel téléphonique. Comme s'il n'était pas possible de dire simplement «bonjour» à quelqu'un sans s'enquérir de sa santé, de ses préoccupations. Sans demander plus. Et si la personne rencontrée ou appelante répond à votre question en vous disant qu'elle va mal, qu'elle passe des jours difficiles, elle vous place dans une situation délicate car vous ne vous attendiez pas à une telle confiance.

Cette question, nous vous la posons dans le cadre de la préparation du «Congrès fribourgeois des aînés» qui sera notre congrès. Nous souhaitons connaître votre opinion, vos satisfactions et vos préoccupations, vos joies et vos soucis. Remplir cette feuille vous demandera quelques instants de réflexion et le temps de cocher quelques cases. Vous retournerez le tout dans une enveloppe avec le port payé. Cela ne vous coûtera que l'effort de vous rendre au bureau de poste ou à la boîte aux lettres la plus proche.

Notre congrès sera votre congrès, nous souhaitons débattre des questions qui vous préoccupent afin de ne pas discuter dans le vide. Plus de réponses nous recevrons, plus représentatives seront les questions que nous aborderons lors des discussions du matin.

Venez nombreuses et nombreux à Bulle le 28 mai 2009. C'est dans le grand rassemblement que nous puiserons la force qui nous permettra de travailler au profit d'une génération qui, d'année en année, prend de plus en plus d'importance. Parallèlement à notre congrès, nous travaillons à la mise en place d'une politique globale des personnes âgées dans notre canton. Vous voyez que ce n'est pas l'engagement qui va manquer ces mois prochains. Je m'en réjouis. Avec le comité cantonal nous allons faire du bon travail, mais nous avons besoin de votre participation et de votre présence pour démontrer que nos rangs sont unis, unis de cette union qui fait la force. Merci d'avance de soutenir nos efforts.

Michel Studer

## Der Kantonalpräsident hat das Wort

«*Wie geht es?*» *Wie oft passiert es, dass wir, bei der Entgegennahme eines Telefonanrufes oder wenn wir jemandem begegnen, diese Frage stellen, gedankenlos, ohne eine Antwort zu erwarten, höchstens die ebenfalls leere Reaktion «gut, und Ihnen/Dir?», womit die Sache erledigt ist. Wenn uns die angetroffene oder angerufene Person von Sorgen und Leiden erzählt, sind wir überrascht und oft sprachlos, denn es kommt selten vor, dass wir damit rechnen, dass wir auf diese banale Frage eine vertrauliche Antwort zu erhalten.*

*Diese Frage stellen wir Ihnen ganz bewusst mit einem Fragebogen, den wir für die Vorbereitung des Freiburgischen Seniorenkongresses verwenden wollen. Wir möchten Ihre Meinungen, Ihre Freuden, Ihre Sorgen, Ihre Ängste kennen. Für das Ausfüllen dieses Bogens brauchen Sie lediglich einige Minuten des Nachdenkens und einen Kugelschreiber: Sie können dann das Blatt in einem frankierten Couvert zurücksenden. Ihr Aufwand wird nur darin bestehen, dass Sie den nächsten Briefkasten aufsuchen.*

*Unser Kongress soll Ihr Kongress werden. Wir wollen nicht im luftleeren Raum diskutieren. Je grösser die Anzahl der Antworten, die wir erhalten, ist, umso glaubwürdiger werden unsere Themen sein die wir am Vormittag behandeln werden.*

«*O kommet, o kommet doch all...* » nach Bulle am 28. Mai 2009. *Eine grosse Versammlung wird Eindruck machen. Dieses Treffen wird uns Kraft und Energie vermitteln, damit wir uns weiterhin für die Interessen der älter werdenden Menschen einsetzen können. Parallel zum Kongress haben wir die Arbeiten im Zusammenhang mit der Einführung einer globalen Alterspolitik im Kanton aufgenommen. Die Arbeit dürfte uns in den nächsten Monaten nicht ausgehen. Ich freue mich sehr darauf und bin stolz, auf die Unterstützung eines guten Vorstandes zählen zu können. Um repräsentativ zu sein, brauche ich auch Ihr Mitmachen. Zusammen sind wir stärker, das sagt bekanntlich eine alte Volksweisheit.*

Michel Studer

# Rencontre 2008 avec le Conseil d'Etat

Conformément à une tradition bien établie, nous avons rencontré en date du 14 mai une délégation composée des magistrats que vous voyez sur la photo et que nous ne vous présenterons plus, aussi peu que les membres de notre comité qui étaient Jean-Marie Mossier, Joseph Zosso, René Decrème et votre président.

Les discussions ont porté, comment eut-il pu en être autrement, sur les points suivants:

## Politique générale des personnes âgées

Nous avons reçu des bonnes nouvelles au sujet du rapport qui sera présenté encore en septembre 2008 au Grand Conseil. S'il l'accepte (en automne 2008) nous serons invités à participer à la mise en route de cet élément essentiel, en conformité avec les art. 35 et 62 de notre Constitution cantonale.

## Appartements protégés

Le besoin en appartements protégés ou sécurisés est indiscutable, il est toutefois difficile de le quantifier. Nos préoccupations se rejoignent, mais les compétences se situant au niveau des communes, c'est là qu'il faut mettre l'accent et faire l'effort de communication. Reste posée la question de rentabilité. Nous avons présenté plusieurs projets qui devraient aboutir... avec le temps.

## Fiscalité

Richesse et pauvreté augmentant en parallèle, ce sont actuellement 9'000 personnes qui reçoivent l'aide sociale pour un montant de 21,45 millions. Bonne nouvelle: les retraités bénéficieront d'une amélioration fiscale puisque le coefficient a été baissé de 3,4% et d'autres baisses peuvent être attendues. La priorité sera mise sur la compensation de la progression à froid.

## Pénurie de médecins généralistes

Ce problème préoccupe beaucoup les personnes âgées qui ont besoin d'un médecin de premier recours près de chez elles et pas à l'autre bout du district. La DSAS est consciente du problème, elle étudie une nouvelle formation qui doit être mise sur pieds pour faciliter la promotion auprès des jeunes médecins. Fribourg n'est pas très attractif par rap-



port au point TARMED, nous sommes pénalisés parce que nous sommes bon marché. La possibilité de l'assistantat reste à l'étude. Quant au service de garde, les spécialistes y seront inclus, ce qui va nécessiter une formation complémentaire. Un GT (un de plus) va plancher sur cette question.

## Transports

Dans le cadre de FRIMOBIL l'Etat verse Fr. 900'000 par an pour que les tarifs ne soient pas trop élevés. Malheureusement, les Fribourgeois utilisent peu l'abonnement demi-tarif (22% contre une moyenne suisse de 38%). La lutte contre les incivilités continue.

## Besprochen wurden die folgenden Punkte:

### Umfassende Alterspolitik

*Der Grosse Rat wird im September den erwarteten Bericht erhalten. Wenn er ihn annimmt, wird die Erarbeitung an die Hand genommen; wir werden Gelegenheit haben, an dieser wichtigen Sache mitzuwirken.*

### Altersgerecht wohnen

*Der Bedarf ist erkannt, quantifizieren lässt er sich schlecht. Zuständig sind die Gemeinden, sie haben die Kompetenz, die benötigten Wohnflächen zur Verfügung zu stellen. Wir haben verschiedene Projekte vorgestellt, die auf Interesse gestossen sind.*

### Generalistenmangel

*Die Schliessung von Arztpraxen beeinträchtigt ältere Leute, die nicht in der Lage sind, weite Strecken zurückzulegen*

*um den Arzt aufzusuchen. Der Staatsrat ist dessen bewusst und arbeitet an einer Lösungsvariante, die darin bestehen würde, dass junge Ärzte einen Praxisaufenthalt absolvieren, bevor sie ihre Tätigkeit aufnehmen. Ferner ist der Notfalldienst Gegenstand von Änderungen, die Spezialisten sollten auch mitmachen, was allerdings eine ergänzende Ausbildung voraussetzt.*

### Finanzen

*Gute Nachricht: die kalte Progression soll korrigiert werden.*

### Transporte

*Der Staat unterstützt FRIMOBIL mit Fr. 900'000 pro Jahr, leider machen die Freiburger zu wenig Gebrauch vom Halbtagsabonnement.*

## Die GV der Sektion Sense

*... fand am B. Mai in Bösing, im Sense-Unterland statt, traditionsgemäss bei herrlichem Sonnenschein. Unerwartete Abwesenheiten machten Joseph Zosso ziemlich zu schaffen, er meisterte dieses Problem und wurde rasch damit fertig. Als erste und bisher einzige Gemeinde im Kanton hat Bösing ein Alterskonzept erarbeitet, Grundgenug, um den Jahresanlass dort abzuhalten. Die statutarischen Punkte gingen problemlos über die Bühne, die Rechnung wurde einstimmig genehmigt. Die Ehrung der im Vereinsjahr verstorbenen Mitglieder hat ihren festen Platz in der Traktandenliste, 2007 waren es 26 Personen, die uns verlassen haben. Bernard Medinger las mit viel Anteilnahme die traurige Liste vor.*



*Als Ersatz für den verhinderten Dr. Mario Slongo erzählte Frau Inge Vonderkrone, ursprünglich Kindergärtnerin, einige Märchen; dabei stellte sie die Geduld der Zuhörerschaft auf eine harte Probe*

*In der Erinnerung behalten wir den Baslerdialekt und die Geschichte mit den 100 Knüppelschlägen. Nach Begrüssung durch die Gemeindebehörden und den Kantonalpräsidenten, der alle Anwesenden zum Kongress in Bulle herzlich einlud, ging der beliebte Anlass zu Ende.*

*In der Erinnerung behalten wir den Baslerdialekt und die Geschichte mit den 100 Knüppelschlägen. Nach Begrüssung durch die Gemeindebehörden und den Kantonalpräsidenten, der alle Anwesenden zum Kongress in Bulle herzlich einlud, ging der beliebte Anlass zu Ende.*

*In der Erinnerung behalten wir den Baslerdialekt und die Geschichte mit den 100 Knüppelschlägen. Nach Begrüssung durch die Gemeindebehörden und den Kantonalpräsidenten, der alle Anwesenden zum Kongress in Bulle herzlich einlud, ging der beliebte Anlass zu Ende.*

## L'AG de la Sarine

...eut lieu à Neyruz, commune de 2'000 habitants où se réunirent une bonne centaine de membres pour entendre leur président, le syndic et Christian Levrat, président du PS présenter activités présentes ou futures et problèmes toujours présents.



Un voyage en Alsace promet de bien agréables moments. Une prestation rafraîchissante des enfants fut saluée à sa juste valeur par des aînés qui apprécèrent cette notion intergénérationnelle. Christian Levrat nous parla avec sa maîtrise coutumière des questions relatives à notre AVS qui se porte bien, mieux que n'en disent certains, dont les instances fédérales, ce qui justifierait une revalorisation de nos rentes, ceci après avoir trouvé une solution à la dette de l'AI qui perd un milliard (!) de francs par mois. Les questions posées lui permirent d'entrer dans certains détails ou de prendre connaissance des préoccupations de celles et de ceux qui se font, à leur âge, du souci pour l'avenir, le leur et celui des générations suivantes.

Après la partie statutaire qui vit quelques changements au comité (voir à ce sujet la page WEB de la FFR-FRV) le président donna rendez-vous à ses membres au voyage et au congrès qui, rappelons-le, se tiendra à Bulle dans les locaux d'Espace Gruyère le 28 mai 2009.

## L'AG de la Gruyère

...eut lieu dans une maison communale cachée derrière la route cantonale. Avec son vieux fourneau et sa construction en bois, elle est la dernière salle du canton dans laquelle se déroulèrent des assemblées communales en patois. Le syndic Brodard nous fit part de ses joies et de ses soucis situés entre Berra et Cou-simbert, des noms connus des randonneurs, des sportifs et des militaires. Un EMS abrite les personnes âgées, la commune est en constant développement sur les plans industriel et commercial. Ce fut le vice-président Charly Brodard qui conduisit la fin des débats tout en encourageant son président dans sa lutte quotidienne contre la maladie.



f

Le préfet Maurice Ropraz donna un aperçu du rôle préfectoral avec, à l'appui, des chiffres impressionnants, ceci après avoir fait un salut particulier à sa maman qui se trouvait dans la salle. La fonction de préfet existe depuis 1802, le magistrat actuel est le 19<sup>e</sup> en

fonction et le premier à ne pas habiter le château de Bulle. En 2007 furent prononcées 1'646 amendes (= 1'646 copains de plus!), délivrés 600 permis de construire, 550 de chasse et 1'865 de pêche en rivière ou sur le lac. Laissez-passer (mise en bière), mandats d'amener et autorisation de diverses manifestations culturelles prouvent que les services de la préfecture n'ont pas manqué de travail et n'en manqueront pas non plus à l'avenir.

## L'AG de la Glâne



...eut lieu dans la belle salle d'Ursy mise gracieusement à notre disposition par une commune toute jeune dont le syndic Philippe Conus nous rappela l'histoire. Elle abrite 1'850 habitants, répartis dans 4 localités qui fusionnèrent en 2001. L'implantation d'une fabrique de fromage qui est le plus grand employeur du district n'est pas étrangère au développement du lieu. Heureuse

commune qui a un médecin, une pharmacie, une boulangerie, une boucherie et des appartements protégés situés au coeur du village; ne manquent que les ratons-laveurs de Jacques Prévert!

La partie statutaire vit l'élection par acclamations d'un nouveau président en la personne de Michel Schmoutz qui fut pendant de longues années syndic de Romont et que tout le monde connaît. C'est avec joie et enthousiasme qu'il prend la tête des 852 personnes que compte la section dont il a tenu les comptes pendant de nombreuses années. Deux nouveaux membres (Claudine Claude et Ernest Toffel) complètent désormais le comité. M. Jean-Claude Cornu, préfet du district, exposa un sujet à la fois difficile et important: le financement du séjour dans les homes médicalisés. Accompagné de M. Jean-Marie Mettraux, directeur adjoint du réseau santé de la Glâne, il nous fit une brillante démonstration de son savoir. Vous trouverez sur notre site Internet les éléments essentiels de son discours dont il faut retenir que quel que soit l'état de vos finances, rien ne vous empêchera d'entrer dans un EMS et d'y recevoir les soins et l'accompagnement dont vous avez besoin.

## L'AG du Lac français



...eut lieu dans une halle aussi polyvalente que son président Martial Pittet. Il annonça avec satisfaction que le but d'augmenter sensiblement le nombre de membres avait été atteint, mais il faudra poursuivre les efforts de recrutement.

«Le bonheur supprime la vieillesse»; c'est par cette citation que notre ministre de tutelle débuta son allocution très attendue. Elle nous expliqua les changements intervenus dans tous les districts et releva la solution équilibrée choisie pour Meyriez. Anne-Claude Demierre est consciente de la pénurie de généralistes qui s'annonce et de la nécessité de réorganiser les services de garde. Ses spécialistes planchent actuellement sur le projet de mise en place d'une politique globale des personnes âgées. Pour devenir centenaire, il faut commencer jeune, il faut aussi le rester. Notre fédération peut y contribuer en gardant cet esprit de renouvellement et de fraîcheur qui jette des ponts entre les générations.

Ce fut au syndic de Cressier, commune heureuse avec ses 65 centimes d'impôts par franc payé à l'Etat, de nous présenter cet endroit qui en 20 ans passa de 400 à 800 habitants et sur le territoire duquel les Suisses se réunirent en 1476 pour un dernier entraînement avant la Bataille de Morat.

## L'AG de la Veveyse

...s'est tenue à la Maison St-Joseph qui accueillit une bonne centaine de membres. Les mutations proposées furent adoptées par acclamations. Le président Jean-Marie Mossier et les responsables des diverses activités présentèrent les nombreuses manifestations organisées pour divertir et informer les membres, pour leur permettre de se retrouver lors de rencontres instructives et divertissantes.

Après le traditionnel verre de l'amitié la parole fut donnée au groupe théâtral qui joua une comédie intitulée «Un mot difficile». La présentation de cette pièce avait été interrompue à la suite du décès de l'acteur principal. Elle été reprise avec d'anciens et



de nouveaux artistes qui eurent un plaisir visible à présenter le résultat de leur travail. Un travail qu'il ne faut pas sous-estimer; si une comédie se déroule sans accroc, c'est parce que de nombreuses heures de préparation et de répétition furent investies afin que ces fameux mots croisés atteignent leur but qui est de nous faire oublier soucis et tracas. Le président cantonal présenta la grande fête que sera le Congrès 2009 qui sera organisé à l'occasion de notre 25e anniversaire. Il invita la Veveyse à y envoyer une importante délégation. Il prêchait à des convaincus.

## La Veveyse au Lac de Vouglans

Il a fallu se lever de bonne heure pour ne pas manquer les cars qui nous ont transportés dans le département de l'Ain. Un voyage lors duquel les chauffeurs des taxis Etoile ont eu l'occasion de montrer leurs talents quand il s'agissait de franchir des goulots, de traverser des tunnels ou de croiser des machines de chantier sur des routes étroites.

Ce n'est pas en Louisiane que nous sommes arrivés (comme les admirateurs de Marie-Paule Belle l'auraient souhaité), mais sur *Le Louisiane* que nous avons passé la pause de midi pour (très bien) manger et ensuite admirer, en buvant le café, ce lac artificiel de



25 km qui abrite un volume de 605 millions de m<sup>3</sup>. Au retour nous visitâmes à Clairvaux-les-Lacs le musée aménagé à la mémoire de M. Yerly (de Treyvaux, comme il se doit) qui a réalisé en bois à une échelle rigoureuse, une quantité inouïe de machines, véhicules et avions.

Le temps s'étant amélioré, le voyage de retour fut moins pénible pour nos chauffeurs presque aussi rapides... que l'éclair figurant sur leurs carrosseries.

## La Sarine au Lac St-Point

«Va et découvre... le pays voisin» se sont dit les membres de la Sarine qui ont embarqué pour voir des ours, non à Berne mais



au Jura Parc, des ours qui coulent des jours tranquilles en compagnie d'autres plantigrades. A la sortie du parc nous eûmes l'occasion de visiter «Le monde magique des abeilles», une exposition qui retrace leur histoire.

Après un excellent repas suivi de rencontres touchantes du style «j'ai bien connu ton père dans les années 50» nous poursuivîmes notre périple pour arriver au château de Boudry et déguster les vins de l'endroit, ceci après un tour d'honneur dans le village, histoire de trouver une place de parc assez grande pour le car. Vins et en-cas furent appréciés, comme le fut la visite du musée très instructive.



La rentrée se teiiiiina trop tôt à l'avis de plusieurs, signe qu'ils avaient passé une belle et reposante journée. De telles sorties entretiennent l'amitié et la camaraderie, elles font tout simplement du bien.

# Les 25 ans de St-François

Un grand nombre de personnes venues d'ici et d'ailleurs ont participé à la fête à laquelle avait convié M. Jean Stempfel, directeur du Home St-François. Deux journées «portes ouvertes» permirent de se faire une idée de ce qu'est la vie en EMS, d'avoir contact avec les résidents et le personnel soignant. Une ambiance musicale fournie par la famille Biolley et le petit chœur St-François ajoutèrent à la convivialité de l'événement.

Une villa construite par la famille du député Girod, achetée en 1939 par l'oeuvre séraphique de charité de Fribourg pour y loger de petits orphelins du Home St-François de Fribourg, est à l'origine du nom de cet EMS qui a accueilli ses premiers pensionnaires en 1983, la médicalisation intervenant en 1988. Les dix ans ont été marqués par l'acquisition d'un bus pour le transport et les promenades des résidents, ce qui compléta les possibilités de prestations.

En 1997, le comité de direction sous la présidence de M. René Decrème estima



qu'une rénovation et une adaptation des besoins étaient indispensables pour l'exploitation et l'avenir de l'établissement. Le home fut agrandi en surface d'une moitié mais en gardant le nombre de résidents initial, favorisant ainsi la chambre individuelle. Le home assure à 44 pensionnaires des soins adéquats, les résidents apprécient le confort de la maison située dans un environnement magnifique.

Nous félicitons Jean Stempfel et son personnel; les sourires rencontrés dans le jardin et les étages prouvent que ses hôtes s'y sentent à l'aise.

*Ad multos annos*

## Die Sektion Seebezirk meldet

*Folgendes Programm für den Rest des Vereinsjahr an:*

- *Am 17. Oktober eine Reise mit Car zum Rheinfluss und Besichtigung der Mondglashütte in Hallau (Schau-glasblasen und für Interessierte Blasen von Kugeln unter Anlei-tung).*
- *Am 23. Oktober Teilnahme an der Freiburgischen Jassmeisterschaft von Pro Senectute in Liebistorf, Hotel Sternen.*
- *Am 17. November Jassnachmittag im Gasthof Löwen in Kerzers.*
- *Am 18. Februar 2009 Besuch der Liebhaberbühne Biel in der Aula der OS Kerzers (Lustspiel «Härz-klopfe» organisiert vom Alters- und Pflegeheim Kerzers).*



# Notre arbre fête ses 50 ans



L'Aigle Noir était effectivement complet, sa grande salle occupée jusqu'à la dernière chaise pour recevoir les membres de l'Association des retraités et bénéficiaires de rentes

Groupe E qui fêtait le 50<sup>e</sup> anniversaire de sa fondation.

La manifestation officielle eut lieu à l'issue de l'assemblée générale du 15 mai 2008, honorée par la présence de plusieurs invités parmi lesquels se trouvaient M. Philippe Viridis, directeur général Groupe E et Urs Schwaller, conseiller aux Etats.

Pour les retraités d'une grande famille ayant travaillé dans l'électricité, il était compréhensible qu'elle se réunisse pour marquer ce nombre 50 qui est aussi la fréquence adoptée dans les réseaux de distribution électrique européen.



Marqué par l'humour et l'esprit, le discours d'Albert Marti permit aux quelque 200 participants d'évoquer le «bon vieux temps» et de passer en revue les événements qui marquèrent la vie de l'association.

Il parla aussi de notre fédération et de la situation des retraités en général:

*«...Permettez-moi une remarque: les retraités ou bénéficiaires de rentes ne sont de loin pas tous, et c'est tant mieux, des assistés. Durant notre vie d'actifs, nous avons contribué par nos cotisations à la création du premier pilier, système de répartition directe social dans lequel les gros salaires paient plus que les petits; mais à la sortie, la rente maximum est la même pour tout le monde. Et que je sache, l'AVS se porte encore assez bien. Quant au deuxième pilier, il s'agit de l'argent que nous avons épargné avec l'employeur à notre nom et que solidairement les assurés mettent dans un même paquet pour*

*une redistribution proportionnelle aux salaires, à une époque où il a fallu parfois savoir se priver. Et si nombre de retraités se portent pour la plupart, pas si mal, c'est que, durant leur vie active il furent plus fournis que cigales...»*

MM. Schwaller et Viridis trouvèrent les mots de circonstance pour féliciter, remercier et encourager les retraités et évoquer diverses situations vécues pendant leurs premières semaines de travail, tel le trou d'homme qu'il fallait netoyer.



Enfant, le président de la FFR ne pouvait pas s'imaginer atteindre un jour l'âge de 50 ans. Il faut dire qu'en 1940, les cinquanteans s'habillaient de noir et se privaient de tout plaisir et de beaucoup de joies, car il fallait économiser pour ...les vieux jours. 50 ans c'est l'âge des rêves, l'âge qui est encore, sinon la fleur de l'âge, du moins l'âge des fleurs. Un arbre de 50 ans est un jeune arbre dont il faut prendre soin. Avec un âge qui est le double du nôtre, l'ARBRE est en quelque sorte notre grand-frère et un grand-frère, ça compte dans la vie.

«J'ai entendu il y quelques jours un membre du gouvernement d'un pays voisin dire à la radio que nous allions devoir affronter le fléau du vieillissement! Ce fléau est en fait une cohorte de millionnaires avides de croisières, de luxe et de bien-être si l'on en croit une certaine presse. Millionnaires, oui nous le sommes certainement. Nous sommes riches en expériences, en connaissances et en sagesse que nous ne demandons qu'à mettre au profit des autres. Par notre bénévolat, nous permettons à des malades de retarder le passage en EMS, à des mamans d'exercer une activité professionnelle. Nous transportons des patients aux séances de thérapie, chez le médecin ou dans les foyers de jour. Ces heures de travail permettent aux services sociaux d'économiser des sommes importantes qui ne nous sont pas déduites du revenu imposable ou de la facture des impôts. Notre vertu se retourne contre nous.

Un excellent menu et les mélodies proposées par les Compagnons du cor des Alpes (dont un «Amazing Grace» particulièrement touchant) firent que chacun et chacune aura gardé de cet anniversaire un souvenir durable, comme le développement. Puis chacun retourna au charbon, le patron du Groupe E aussi, c'est bien le cas de le dire.

## Le sable et la pierre

*C'est l'histoire de deux amis qui traversent le désert. A un certain moment de la journée ils se querellent et l'aîné frappe l'autre au visage. Celui qui a été frappé, sans dire un mot, écrit sur le sable: aujourd'hui mon meilleur ami m'a frappé au visage.*

*Ils poursuivent leur route jusqu'à ce qu'ils trouvent une oasis et décident de prendre un bain. Celui qui avait été frappé au visage s'enlise dans les sables mouvants, mais son ami le sauve. Après avoir atteint la rive saine et sauf, il grave sur une pierre les mots suivants: aujourd'hui mon meilleur ami m'a sauvé la vie.*

*Celui qui avait frappé, puis sauvé son meilleur ami lui demande: après que je t'ai frappé, tu as écrit sur le sable et maintenant tu graves sur la pierre. Pourquoi cette différence?*

*Son ami lui répond: lorsque quelqu'un te blesse, tu devrais l'écrire sur le sable afin que le vent l'efface de ta mémoire. Mais lorsque quelqu'un te fait du bien, tu devrais le graver sur la pierre afin que le vent ne l'efface jamais.*

*Apprends à écrire tes blessures sur le sable et tes gratitude sur la pierre.*

*Car il faut une minute pour trouver un ami, une heure pour l'apprécier, une journée pour l'aimer mais toute la vie pour l'oublier.*

*Michel Studer*



# Assemblée des délégués 2008



Conformément au tournus, ce fut la Maison St-Joseph qui accueillit nos assises, plus exactement la chapelle de ce sympathique établissement qui nous abrita le 12 juin.

## Allocutions

Le préfet nous présenta «son» district en mots et en images. Michel Chevalley avait tant de choses à nous dire qu'il bouscula quelque peu (si peu...) le programme. District en pleine expansion malgré forêts et pâturages qui occupent les deux tiers

de sa surface. Il manque encore des structures intermédiaires pour personnes âgées, il faut développer les transports publics, mettre l'humain au centre du développement. En Veveyse comme ailleurs: apprendre à cohabiter est une nécessité. Angéline Fankhauser, coprésidente de la FARES, Michel Pillonel, président de la Fédération suisse et Antoine Geinoz, secrétaire général de la DSAS nous adressèrent le salut de leur organisation et leurs vœux de réussite.

La votation du 1er juin montre que rien n'est perdu d'avance ni mission impossible, sauvée qu'elle fut par le vote des aînés. La 1<sup>re</sup> révision de l'AVS serait du pur démantèlement qui se ferait sur le dos des femmes. Il faut espérer que le peuple renverra ce projet à l'expéditeur.

## La partie statutaire

Elle se déroula dans les règles. Comptes et budgets furent adoptés, les vérificateurs remerciés, les cotisations inchangées et

le budget sanctionné. Décharge fut donnée au caissier, aux vérificateurs et au comité cantonal.

## En salle d'attente

L'assemblée se termina par un passage dans «La salle d'attente» chez le médecin de famille dont l'existence sera bientôt une rareté. Deux artistes bien de chez nous avec un accent reconnaissable entre tous et au talent assuré par des centaines de représentations nous firent profiter de la richesse de leurs trouvailles.



# La Broye fête ses 15 ans

C'est le 22 avril 1993 que quelques dynamiques retraités se sont rencontrés à 14 h 45 à l'Hôtel de la Gare de Cousset pour concrétiser leur projet de section broyarde. Ce jour de joie ne fut nullement troublé par la météo qui tirait ses dernières cartouches. C'est dans une ambiance festive qu'Albert Cotting, visiblement satisfait d'ouvrir sa première assemblée par une manifestation de joie, dirigea les débats avec aisance, assisté par Denise Poretti qui maîtrise et la technique et le beamer.

Les débats ne furent troublés que par le survol à basse altitude de quelques FA-18 qui passaient par là. L'ordre du jour fut rapidement passé en revue, les points soulevés ne donnant pas lieu à des remarques. L'effectif de la section au jour de l'AG est de 597 membres, il poursuit son augmentation.

## Historique

Joseph Rey et Romain Bersier ont contacté Simon Bersier pour qu'ils mette en œuvre une section broyarde. Simon Bersier prit ou plutôt fut chargé de la présidence; après plusieurs séances un courrier fut adressé à une centaine de personnes habitant la Broye. Le retour fut réjouissant, il aboutit le 20 août 1992 à une première réunion qui désigna un comité provisoire qui prépara l'assemblée constitutive mentionnée plus haut. Le principal artisan de cette section, Simon Bersier était parmi nous, il fut dignement applaudi et reçut une attention combien méritée.

## Le président cantonal

...fit part de ses activités sur le plan fédéral et de ses soucis concernant la construction d'appartements protégés et la pénurie de médecins généralistes qui se profile à l'horizon. Il profita de son passage pour parler de la votation du 1<sup>er</sup> juin et conseiller de voter NON.

## Mme Thérèse Meyer-Kälin

...émit la même opinion. Notre conseillère nationale eut une pensée pour ceux qui contribuèrent à la fondation de cette belle section. Le cristal, c'est le tintement et l'éclat qui font du bien. La valeur des aînés est là, il faut la mettre en lumière comme on met en valeur le cristal. Cette valorisation ne saurait être considérée que comme un vœu, c'est une impérieuse nécessité qui découle de la pyramide des âges (16% de la population de

notre pays sont en âge de retraite). Nous avons un des systèmes de retraite les meilleurs du monde avec nos trois piliers. Il faut avoir un cadre légal et un cadre de vie le meilleur possible. Sur le plan fédéral plusieurs lois gèrent les questions financières selon le principe des trois piliers. Une partie de la classe politique pense plus aux économies à faire qu'à l'équilibre à trouver, mais il ne faut pas mettre les générations les unes contre les autres. L'AVS doit faire l'objet d'une révision, car l'augmentation de l'espérance de vie a des conséquences. Les hommes vivent en moyenne pendant 79 ans et les femmes 84. Les prestations ont été calculées pour une espérance de vie moins longue. Il faut une année de réserve qui représente 33 milliards de nos francs. Le fonds de réserve se montant, grâce à la vente d'or à 40 milliards, on peut voir venir les femmes et les hommes du baby-boom qui vont entrer en retraite à partir de 2025. Il faut élaborer un système qui permette de vivre correctement, sans cependant trop charger ceux qui travaillent. Mme Meyer ne votera jamais le modèle actuellement à l'étude au CN (élévation de l'âge de la retraite des femmes).

Nous avons besoin de souplesse, de flexibilité afin de travailler plus longtemps ou moins longtemps. La situation actuelle qui ne permet pas d'ajuster par du travail une rente incomplète n'est pas correct. Certaines caisses de pension obligent leurs membres à prendre la rente à 65 ans et si l'on travaille en tant que rentier, tout le bénéfice part en impôts. Nous avons une responsabilité vis-à-vis des anciens qui ont travaillé et cotisé avec leurs employeurs. Cette responsabilité nous l'avons aussi envers les jeunes. L'augmentation de l'espérance de vie, la baisse des taux d'intérêts influencent les choses. Les fonds de retraite ne sauraient être mis dans des placements à risques. Les rentes doivent s'améliorer si la situation des intérêts change. Il faut penser à la formation pour éviter des problèmes difficiles lorsque la santé ne permet plus d'exercer une activité à forte pénibilité, créer des chances pour plus tard.

## Votation du 1<sup>er</sup> juin 2008 et autres sujets

Thérèse Meyer se déclare 100% d'accord avec Michel Studer pour dire NON à l'article constitutionnel sur lequel nous voterons. Elle a suivi les débats d'un bout à l'autre, l'acceptation n'apporterait pas d'amélioration pour la couverture des frais

de santé. Il faut encore améliorer la correspondance qualité-coûts, il faut trouver des solutions pour que les soins soient remboursés.

Pour favoriser le choix des personnes il y a beaucoup de propositions sur la table du Conseil national qui ont des succès divers. Elle a déposé une motion pour changer les cotisations du 2<sup>e</sup> pilier qui sont très défavorables aux personnes qui ont entre 55 et 65 ans. «ON» pousse les employeurs à montrer la voie de sortie à ces employés. En outre, une initiative parlementaire a été déposée pour soutenir les médecins de premier recours (voilà qui fait plaisir au président cantonal) et de proximité.

Assurances sociales, marché du travail, fiscalité: il y a encore beaucoup de travail pour améliorer la situation des aînés. Le cristal c'est aussi le tintement de la génération aînée, un son qui fait du bien, comme le fait l'affection des anciens envers les jeunes générations.

De longs et nourris applaudissements prouvèrent à Thérèse Meyer combien son discours (pendant lequel on aurait entendu voler une mouche) fut apprécié. Un contact précieux dont chaque personne participante gardera un excellent souvenir.

## Nadia Savary, syndique

Nadia Savary nous parle de sa commune. Elle salue particulièrement chaleureusement notre fondateur Simon Bersier, bourgeois de Cugy, geste apprécié comme il se doit. Cugy est née le 31 janvier 2005, elle est la cinquième commune du district, compte 1'300 habitants sur une superficie de 900 ha sur lesquels travaillent 25 agriculteurs. De nombreux petits commerces, une vie associative active, des divertissements variés font que les gens se sentent bien à Cugy. C'est bien ce que j'ai pensé en entendant cette magistrate cultivée et sympathique, qui est respectueuse des vraies valeurs que la société actuelle, trop axée sur l'individualisme, a tendance à négliger.

A nous aînés doit rester l'éternelle jeunesse: celle du cœur, un cœur qui, il faut le lui souhaiter, pourra souvent graver sur la pierre des mots de reconnaissance. Pratiquer l'ouverture d'esprit le plus souvent possible vous fera du bien, a-t-elle dit. Elle avait raison.

# Médecine complémentaire

## La Confédération et les cantons doivent favoriser les médecines complémentaires

Quelle que soit la position que l'on a sur les médecines complémentaires, on doit reconnaître qu'elles peuvent être efficaces et que leur coût est minime pour l'assurance de base. A l'évidence, elles sont jugées positivement par nombre de personnes, dont les aînés.

Le Conseil suisse des aînés constate que les personnes âgées apprécient d'avoir le choix entre diverses méthodes de traitement. Même si la médecine académique est souvent sceptique, une action positive, objectivement considérée, a été constatée à de multiples reprises suite à des traitements par des médecines alternatives (phytothérapie, hémothérapie, acupunc-

ture par exemple). De plus, souvent les patients disent souffrir de moins d'effets secondaires.

Pour la génération des anciens, un rejet des prestations remboursées pour les méthodes de soins évoquées plus haut sont d'une grande portée. Les patients touchés doivent soit payer eux-mêmes les traitements, soit chercher à contracter une assurance complémentaire. Or, rares sont les personnes dans la seconde moitié de leur vie qui sont acceptées dans une telle assurance sans pernicieuses réserves des assureurs, quel que soit le tarif de la prime.

Communiqué de presse du CSA, sep. 2008

# Défense du français

La section suisse de l'Union de la presse francophone (20, rue du Temple, 1000 Lausanne) publie mensuellement une vingtaine de cartes jaunes de format A7. Elles sont très instructives et mettent l'accent sur le mauvais usage de notre bonne langue. En voici deux exemples:

**Amender:** le verbe *amender* signifie a) améliorer: amender une terre avec un engrais; b) améliorer, corriger une personne et, pronominalement, s'améliorer, se corriger; c) apporter des modifications à un texte légal: amender une proposition de loi.

Mais *amender* ne saurait en aucun cas signifier infliger une amende: inculpé

amendé par la Justice, comme on a pu le lire récemment dans un quotidien lausannois.

**Fun:** cet emprunt à l'anglais (*fun*: plaisanterie, badinage, amusement) a l'avantage de tout exprimer ou presque, ce qui dispense d'user d'un vocabulaire plus précis. *Fun* désigne vaguement ce qui, en tous les domaines, est jeune, à la mode, intéressant, attractif, divertissant, plaisant, drôle, excitant, ludique, joyeux, distrayant, délassant, récréatif, etc.

C'est l'évidence même: le vocabulaire français n'est pas assez «fun»!

Le prix de l'abonnement annuel est de 40 francs.

## Komplementärmedizin

### Bund und Kantone müssen die Komplementärmedizin begünstigen

*Unabhängig von persönlichen Beurteilungen muss man anerkennen, dass sie wirksam sein kann und dass sie die obligatorische Krankenversicherung nur minimal belastet. Offensichtlich wird die Komplementärmedizin von vielen positiv beurteilt, vorab von älteren Menschen.*

*Der Schweizerische Seniorenrat stellt fest, dass ältere Menschen eine Auswahl unter den Behandlungsmethoden schätzen. Es entspricht offensichtlich der subjektiven Beurteilung, dass die Behandlung wirksam und daher zweckmässig ist. Trotz unumstrittener Auffassung in der Schulmedizin besteht vielfach — auch objektiv gesehen — eine positive Wirkung. Zudem leiden die Patienten oft weniger an Nebenwirkungen.*

*Für die ältere Generation war daher der Wegfall der erwähnten Methoden aus den Pflichtleistungen von grosser Tragweite. Betroffene Patienten müssen entweder die Behandlungen selbst bezahlen oder eine Zusatzversicherung suchen. Tatsache ist jedoch, dass Zusatzversicherungen kaum Menschen in der zweiten Lebenshälfte aufnehmen. Zudem ist es Zusatzversicherungen frei gestellt, im Schadenfall (z.B. bei Inanspruchnahme von Leistungen) die Versicherung zu kündigen.*

(S SR-Medienorientierung, September 2008)

# Hoi! Et après...

## Manuel de survie en suisse allemand

Vous aimez la Suisse allemande et regrettez que vos connaissances scolaires d'allemand ne vous soient pas plus utiles? Ce petit livre pourrait rapidement devenir indispensable.

Utile? Oui, certainement, mais à ne pas considérer du point de vue académique. Je l'ai mis sur ma table de nuit pour pouvoir rire pendant mon premier sommeil, me souvenant du célèbre «Chuchi-chästli» qui servit à découvrir des espions

pendant diverses époques historiques. Les auteurs ont choisi un dialecte passe-partout qui permet de se faire une idée exacte des différences existantes entre le manuel scolaire et le quotidien. Un dictionnaire complète les articles, que vous aimerez ou non selon votre degré de perfectionnisme.

Il vous en coûtera une trentaine de francs pour faire l'acquisition de ce bouquin distrayant autant qu'instructif.

## Pour votre sécurité...

Retirez la clé de votre porte d'entrée quand vous arrivez chez vous. En cas de malaise, la personne de confiance qui a un double pourra pénétrer dans votre logis, sinon il faudra faire enfoncer la porte, ce qui prend du temps et génère des frais importants

# Organigramme

## Bureau du comité cantonal

STUDER Michel	Président	Rue de la Carrière 20	1700 Fribourg	026 422 26 22
MOSSIER Jean-Marie	Vice-président	Ch. du Buisson 12	1617 Remaufens	021 948 79 23
ZOSSO Joseph	Vice-président	Bagerstrasse 12	3185 Schmitten	026 496 12 72
PONZO Laurent	Caissier	Rte de la Veveyse 20	1700 Fribourg	026 424 03 92
SCATTOLIN Ornella	Secrétaire	Imp. Fin-Derrey 4	1752 Villars-sur-Glâne	079 608 01 07

## Comité cantonal (présidents de section)

SARINE	BARRAS Sébastien	Magnedens	1727 Corpataux	026 411 44 22
SENSEBEZIRK	ZOSSO Joseph	Bagerstrasse 12	3185 Schmitten	026 496 12 72
GRUYÈRE	DELACOMBAZ Germain	Ch. de la Fin 10	1669 Sciernes d'Albeuve	026 928 13 21
GLÂNE	ECOFFEY Robert	Pré de la Grange 8	1680 Romont	026 652 07 66
BROYE	COTTING Albert	Rte de l'Arbogne	1774 Cousset	079 274 60 40
VEVEYSE	MOSSIER Jean-Marie	Ch. du Buisson 12	1617 Remaufens	021 948 79 23
LAC français	PITTET Martial	Ch. De la Forêt 8	1720 Corminbceuf	079 274 60 41
SEEBEZIRK	GROSSENBACHER Esther	Sonnhaldenstr.	3210 Kerzers	031 756 07 77

## Membres collectifs (présidents)

ARBRE	MARTI Albert	Rte du Roule 47a	1723 Marly	026 436 16 70
AREF	VILLEROT Jean-Pierre	Rte de Chésopelloz 23	1782 Belfaux	026 475 19 09
ST-PAUL	MAURON André	Ch. du Bois d'Amont 5	1731 Ependes	026 413 28 96
CARDINAL	BARRAS Jean-Marie	Rte du Moulin 48	1782 Lossy	026 475 14 76
NOVARTIS	WOLF Hans	Rte de l'Union 17	1723 Marly	026 466 27 91
VULLY	ZINDER-ANGST Daniel	Ruelle de l'Ecu 8	1788 Praz	026 673 13 02
SWISSCOM	GALLI Pier-Luigi	Ch. du Verger 42	1752 Villars-sur-Glâne	026 424 69 54

## Président de la commission social-santé

DECREME René	Rte de la Colline 50	1784 Courtepin	026 684 24 61
--------------	----------------------	----------------	---------------

## Président de la commission fiscalité

SAUTEREL Gaston	Rte de la Veveyse 7	1700 Fribourg	026 424 25 55
-----------------	---------------------	---------------	---------------

# Computer

*Der Computer sei ein fabelhaftes Hilfsmittel, ein Zeitvertreib und ein Fenster zur Welt, sagt Hans Schaffer aus Lützelflüh. Der 80-Jährige betreut selber eine Webseite und gibt anderen Senioren Nachhilfeunterricht.*

*Wenn andere Senioren einen weiten Bogen um die Kiste namens Computer herum machen, fühlt sich Hans Schaffer davon magisch angezogen. Als hätte er nur darauf gewartet, mit der Pensionierung endlich genug Zeit zum Experimentieren zu haben.*

*Mit Vergnügen surft er im Internet umher, blättert in Wikipedia, plant Reisen und druckt Tickets aus. Er hört am Computer Musik und brennt CDs, bearbeitet Fotos, füllt die Steuererklärung aus und erledigt Zahlungen.*

## Alles selbst erarbeitet

*Schafer hat nie einen Computerkurs besucht. «Wozu, das wäre hinausgeworfenes Geld», resümiert er. Dafür gibt es Newsletters und PC-Tipps am Bildschirm oder ab und zu ein Handbuch vom Kiosk. Englisch und Maschinenschreiben? Dummes Zeug, alles hat er sich selber beigebracht. Als er nach dem Krieg die Lehre als Werkzeugmacher beendete, kannte man das Wort Informatiker noch gar nicht, geschweige dann, dass man es studieren konnte.*

## Ein Spielchen im Zug

*Um 1980 herum erwarb er seinen ersten Computer, einen Commodore 64. Seither habe er nie mehr eine komplette Einrichtung erworben, sondern sich mit Teilen eingedeckt und selber «aufgerüstet». «Kein Hexenwerk», meint er und kann*



*kaum glauben, warum die anderen Senioren so Angst vor dem Ding haben — es gehe ja nichts kaputt. Um ihnen den Weg zu ebnen, engagiert sich Schafer im «seniorweb». Hier kann man in Foren diskutieren, Kontakte knüpfen, an Veranstaltungen teilnehmen und vieles mehr. Auf der von Schafer betreuten Webseite kann Rat und Hilfe bei Problemen mit Handy, PC, E-Mail oder Internet geholt werden. Wenn es sein muss, setzt er sich gleich in den Zug und gibt gegen einen kleinen Zustupf persönlichen Nachhilfeunterricht.*

*Hans Schaffer, der in Lützelflüh mit Tochter und Enkeln zusammenlebt, ist nie einsam. Bald ist er am Stammtisch in Basel, bald ist er wieder am Bärenhöck in Bern, es bleibt kaum Zeit für ein Interview. Während der Zugfahrt vergnügt er sich mit einem Spielchen auf dem Palm, dem Handcomputer.*

*«Mir macht das Leben Spass, ich habe viel erlebt und tue es noch — zu bereuen gibt es nichts, ausser den nicht genutzten Gelegenheiten», sagt er und lacht dabei so verschmitzt, dass man ihm jedes Wort glaubt.*

## Keine Gratis-Sargnägel mehr für Alte

*Die sozialen Einrichtungen profitieren von Raucherwaren, die von der Zollverwaltung konfisziert worden sind. Jetzt sind die Glimmstängel aus Bern ausgeraucht. In der Region Bern hat die Oberzolldirektion in den letzten Jahren sechs soziale Einrichtungen beliefert. In vielen Heimen trauert man dem jetzt gestoppten Qualm nicht nach. Der Trend gehe Richtung rauchfrei, beteuern die Heimleitungen. Wehmütig blicken hingegen einzelne Personen, die sich die immer teureren Zigaretten nicht mehr leisten können. Pierre Aufranc, Heimleiter im Pflegeheim Jeuss FR ergänzt sinnvollerweise: «Neunzigjährige kann man nicht zum gesunden Leben zwingen».*

*In einem anderen Heim haben die rund 30 rauchenden Bewohner bisher zweimal im Monat ein bis zwei Gratispäckli erhalten. Der Heimleiter hat einen Sponsor gefunden, der einen Teil der Zigaretten spendet. Ist das nun die bessere Welt? «Einigen unserer Bewohner haben die Präventionslobbyisten das letzte Freudeli weggenommen», gibt ein nachdenklicher Heimleiter zu. Oder muss man von «Insassen» reden?*

# A quand la pénurie de médecins à Fribourg?

L'Observatoire suisse de la santé annonce une pénurie de médecins de premier recours pour 2020. Il ne fait que répéter ce que les associations de médecins proclament depuis plusieurs années.

Dans le canton de Fribourg, cette pénurie se manifestera dans 5 à 10 ans, ceci chez les généralistes mais aussi chez certains spécialistes. Il est difficile de comprendre la prolongation de la clause du besoin et la révision de la liste des analyses qui condamnerait le labo de proximité. Le Département de l'intérieur s'ap-

prête à faire des économies de 0,3% sur le dos des médecins de famille.

Ceci n'est pas forcément le meilleur moyen pour inciter les jeunes médecins à pratiquer la médecine générale.

Dans le domaine de la santé, il serait grand temps que le monde politique s'affranchisse des idées véhiculées par des groupes de pression qui n'ont que des visions économiques à court terme.

*Dr Jean-Daniel Schumacher  
Président de la Société de médecine du canton de Fribourg*

## IMPRESSUM

Editeur du journal «Horizon»: Fédération fribourgeoise des retraités  
Freiburgische Rentnervereinigung  
Case postale 123 — 1709 Fribourg

Rédaction et coordination: Michel Studer, responsable  
20, rue de la Carrière — 1700 Fribourg  
Tél. 026 422 26 22 — 079 415 82 12  
[michel-studer@bluewin.ch](mailto:michel-studer@bluewin.ch)

Commission du journal: Michel Studer, président  
Gaston Sauterel, collaborateur de rédaction  
Rudolf Ebnetter, membre  
Theodor Stritt, membre  
Scattolin Ornella, secrétaire

Publicité: Odette Schumacher  
Rte du Bugnon 21  
1752 Villars-sur-Glâne  
026 402 28 14

Tirage: 5'500 exemplaires

Impression: Imprimerie MTL SA — 1752 Villars-sur-Glâne

## En cas d'accident vasculaire cérébral



Prenez quelques minutes pour lire ces lignes et peut-être pourriez-vous contribuer à faire connaître le danger que représente l'**Accident Vasculaire Cérébral (AVC)**.

Lors d'un barbecue, Julie trébuche et fait une chute. Elle affirme aux autres invités qu'elle va bien et qu'elle s'est accrochée les pieds à cause de ses nouvelles chaussures. Les amis l'aident à s'asseoir et lui apportent une nouvelle assiette. Même si elle a l'air un peu secouée, Julie profite joyeusement du reste de l'après-midi ...

Plus tard, le mari de Julie téléphone à tous leurs amis que sa femme a été transportée à l'hôpital où elle meurt à 18 heures.

Elle avait subi un accident vasculaire cérébral lors du barbecue. Si les personnes présentes avaient été en mesure d'identifier les signes d'un tel accident, Julie aurait pu être sauvée. Un neurologue dit que s'il peut atteindre une victime d'AVC dans les trois heures, il peut renverser entièrement les effets de la crise. Il affirme que le plus difficile est l'identification de l'AVC et que le patient soit vu en moins de trois heures par un médecin.

### Comment reconnaître les symptômes d'un AVC?

Il faut:

- Demander à cette personne de **SOURIRE**
- Lui demander de **LEVER LES DEUX BRAS**
- Lui demander de **PRONONCER UNE PHRASE TRÈS SIMPLE** (p.ex. «le temps est magnifique aujourd'hui»)

Si elle a de la difficulté à exécuter l'une de ces tâches, **appeler une ambulance** et décrire les symptômes au répartiteur.

## Pour les urgences

Les ambulanciers remarquent que très souvent lors d'accident de la route les blessés ont un téléphone portable sur eux. Toutefois, lors des interventions, on ne sait jamais qui contacter dans ces listes interminables de contacts.

Ils ont donc lancé l'idée que chacun d'entre nous rentre dans son répertoire la personne à contacter en cas d'urgence, ceci sous le même pseudonyme.

Le pseudonyme international le plus connu est «**ICE**» (= in case of emergency). C'est sous cette appellation qu'il faut entrer le numéro de la personne à contacter. Il est utilisable par les ambulanciers, la police, les pompiers et tous les secours.

Si plusieurs personnes doivent être contactées, on peut utiliser ICE1, ICE2, ICE3, etc.

C'est très facile à faire, ne coûte rien et peut être d'un très grand secours.



## Feuilles d'automne

J'aime beaucoup le vent qui sanglote dans l'ombre  
 Durant les soirs brumeux de l'automne pâli  
 Lors qu'il erre plaintif dans la campagne sombre  
 Où le joyeux été repose, enseveli

Fuyant de ses baisers les mortelles atteintes  
 Toutes les feuilles d'or quittent d'un vol pressé  
 L'arbre qu'elles ornaient de leurs changeantes teintes  
 Et qui demeure SEUL en face du passé

Une feuille d'automne, monotone  
 Déchirée et lassée  
 Ne pouvant soutenir sa course plus longtemps  
 Se laisse tomber sur la terre *glacée*  
 Qu'elle voyait si verte au printemps

Anne-Marie



# Auslandreise auf der Insel Elba

Drei Auslandsreisen hat die Sektion Sense in den letzten Jahren organisiert und durchgeführt: Irland, Tschechien und Tunesien/Malta. Vom 26. bis 30. Mai ging dieses Jahr die Reise mit 43 reisefreudigen Rentnerinnen und Rentnern auf die Insel Elba.



Die Insel Elba gehört zum Toskanischen Archipel und ist knapp 20 Km vom italienischen Festland entfernt. In Portoferraio, dem Hauptort der Insel, befindet sich das 4-Stern-Hotel «AIRONE del Parco et delle Terme» mit einer heimeligen, vielseitigen und einmaligen Anlage.

Von hier aus wurden jeden Tag speziell für ältere Leute aus-erlesene abwechslungs- und erlebnisreiche Ausflüge durchgeführt. Für nächstes Jahr ist wieder eine Auslandsreise in Vorbereitung. Unter dem Motto: «Kultur und Gemütlichkeit — Kulinarisches und Entdeckungen» geht die Reise nach Dresden, der barocken Perle, und zwar vom 2. bis 6. Juni 2009.

Joseph Zosso  
Präsident der Rentnervereinigung Sensebezirk



## Ma Gruyère

*Je suis parti au loin  
Vers des villes sans fin  
Qui m'ont laissé de glace  
Sans jamais prendre place  
Dans une vie sans rêve  
Loin de toi ma Gruyère*

*J'ai vu bien des pays  
Qui m'ont donné l'envie  
De trouver autre chose...  
La beauté d'une rose...*

*Mais tout n'est qu'éphémère  
Sans ma douce Gruyère*

*J'ai pris plusieurs bateaux  
Vers des mondes nouveaux  
J'ai vécu le langage  
Évité le naufrage  
Mais tout n'est que chimère  
Sans ma tendre Gruyère*

*J'ai repris le chemin  
Qui guidait mon destin...  
Et j'ai changé de route  
Pour retrouver sans doute  
Mon pays et ma terre  
De ma verte Gruyère*

*Rose-Marie Jetzer*





# La situation économique des actifs et des retraités

Nous aurons l'occasion de revenir sur le «rapport Wanner» qui a déjà fait couler beaucoup d'encre et le fera encore. Le Conseil suisse des aînés vient de dégager quelques points forts lors d'une première étude.

L'OFAS le présente comme «la plus importante analyse jamais réalisée de la situation économique des personnes vivant en Suisse». Or il faut savoir que l'étude se base sur la situation, en l'année 2003, des contribuables de 41/2 cantons dont 21/2 cantons alémaniques parmi les plus riches de Suisse (AG, SG, ZH sans la ville de Zurich) et deux cantons romands parmi les moins peuplés (NE, VS). La question de la représentativité de l'échantillon pourrait être encore approfondie. L'OFAS fait dire au rapport que «le risque de pauvreté se déplace» ou «qu'il y a glissement de ce risque de la catégorie des aînés vers celle des actifs».

Or le rapport entre la fortune médiane des retraités et celle des actifs n'a pratiquement pas changé entre 1976 (298%)

et 2003 (299%). La situation actuelle de la fortune des retraités par rapport à celle des actifs n'est donc pas nouvelle.

Il convient de préciser quelques points à propos de la fortune des retraités actuels. Ceux-ci font partie d'une génération pour laquelle l'épargne, si petite soit-elle, et la possession d'une maison, si petite soit-elle, étaient des comportements prêchés par toutes les autorités. Il est malvenu aujourd'hui de les pénaliser pour avoir suivi les injonctions des dirigeants du pays. La réévaluation officielle des immeubles a conduit aussi à une augmentation de leur fortune, et la fortune brute ne tient pas compte de leurs dettes éventuelles. Quant au rapport entre le revenu médian des retraités et celui des actifs, il a passé de 57% en 1976 à 67% en 2003. Cette augmentation est parfaitement explicable par l'introduction en 1985 du caractère obligatoire du 2e pilier, soit de la prévoyance professionnelle obligatoire. Mais il y a encore beaucoup de retraités n'ayant pas, ou peu, de rente du 2e pilier.

**On est donc loin de la qualification par l'OFAS de la situation économique actuelle des retraités. Celle-ci n'est pas nouvelle. La variation du revenu médian est explicable et normale, et la fortune médiane est restée dans le même rapport qu'elle était en 1976 avec celle des actifs.**

Ce n'est pas parce que le revenu annuel médian des retraités est de Fr. 51'000 (Fr. 4'250 par mois) que tous les retraités sont à l'abri du besoin. Il faut le dire une fois de plus: faire comme si le revenu réel de tous les retraités était égal au revenu médian est un non-sens pervers. C'est nier l'existence actuelle de toute une population de retraités en situation précaire ou carrément refuser de vouloir les prendre en compte.

Vous pouvez obtenir le texte complet du rapport sous Google, en introduisant le titre ci-dessus. Mais mettez du papier dans votre imprimante: il comporte 99 pages.

*Extrait du rapport intermédiaire de Gérard Heimberg*

# L'automne actif des seniors!

Profitez de la douceur de l'automne pour une petite virée, pour vous balader, aller vous baigner et pourquoi pas un peu de gym ou autre chose; voici notre programme:

## Polysport hiver à la Lenk *Winter Polysport in Lenk*

Une semaine Polysport à la Lenk avec ski de fond, randonnée, raquettes, natation (selon les conditions météorologiques). Les jours Polysport hiver auront lieu par tous les temps du lundi 12 au samedi 17 janvier 2009 au Parkhotel Bellevue, Lenk.

*Eine Polysportwoche in Lenk mit: Langlauf Wandern, Schneeschuhwandern, Schwimmen (je nach Witterung). Die Win-*

*nung durchgeführt. Montag bis Samstag 12. bis 17. Januar 2009 in Parkhotel Bellevue, Lenk.*



## Skifahren im Schwarzsee

*Skifahren, zusammen mit anderen, das macht Spass! Begleitet und betreut von einer begeisterten Skifahrerin treffen Sie sich jeden Donnerstag ab 4. Dezember 2008 um die Skipisten im Schwarzsee zu geniessen. Treffpunkt: 10.00 Uhr Parkplatz Gypsera.*

## Randonnées en raquettes

Découverte, gaieté, sérénité, paysages hivernaux, oxygène... Dans la région du Lac Noir, de la Sarine ou du Jura. Le tout encadré par des moniteurs alpinistes expérimentés.

## Randonnées/ Wanderungen

Sortie en plein air bénéfiques pour le corps et l'esprit, balades et découvertes de diverses régions du canton de Fribourg.

*Wanderungen erfrischen Körper und Geist. Entdecken Sie die wunderschönen Regionen des Kantons Freiburg.*

## Danse traditionnelle internationale

Danser sur les musiques du monde, une manière d'aller à la rencontre des traditions et de pratiquer, par la même occasion, un excellent exercice pour le corps et l'esprit. Dès le 9 septembre à Fribourg, salle AGORA du Temple et aussi à Môtier (Vully), Morat et Villarimboud.

## Renforcement musculaire

Améliorez la position de votre corps par des exercices de renforcement spécifiques. Ce cours vous permettra d'anticiper une perte de force et de réduire la tendance aux blessures. Schönberg halle de gym le lundi de 17h15 à 18h15 dès le 22 septembre.

## Bains thermaux à Schönbühl

Rejoignez l'un de nos groupes pour vous rendre aux bains de Schönbühl. Accompagné par un chauffeur bénévole, profitez des bienfaits de l'eau thermale sans vous soucier de la route. Les abonnements sont transmissibles et vous pouvez vous inscrire en tout temps. Dès le mardi 9 septembre 2008, plusieurs départs depuis Fribourg patinoire et Matran.

## Gymnastique dames ou messieurs

Pour contribuer pleinement au maintien de votre corps et de votre santé! Possibilité de débiter en tout temps, sans engagement, les monitrices se feront un plaisir de vous accueillir dès le 9 septembre 2008 dans plusieurs salles du district de la Sarine.

**Programme  
d'activités  
Renseignements  
Inscriptions**

**PRO  
SENECITRE**

**Pro Senectute  
Fribourg**

**Tél. 026 347 12 40**