

Une retraite active et épanouissante !

Par l'équipe d'animation

Chères retraitées, Chers retraités,

Nous sommes ravis de vous présenter notre nouveau programme d'activités spécialement conçu pour vous accompagner dans cette étape enrichissante de votre vie. La retraite est une période propice pour explorer de nouvelles passions, renforcer les liens sociaux et maintenir une bonne santé physique et mentale.

Notre programme diversifié offre une multitude d'opportunités pour répondre à vos envies et besoins :

- **Ateliers et cours créatifs, artistiques, d'intérêt général**
Exprimez votre créativité à travers des ateliers d'écritures, des cafés récits,
Participez à des cours de conduite, des séances de films.
- **Activités physiques adaptées**
Participez à des randonnées/marches pour entretenir votre forme et votre bien-être.
- **Activités de détente et de jeux**
Développez de nouvelles compétences en rejoignant nos matchs aux cartes, pétanque, loto.
- **Rencontres et sorties diverses**
Profitez de visites de musées, de conférences et de sorties, de repas pour élargir vos horizons et tisser de nouvelles amitiés.

Nous croyons fermement que rester actif et engagé est essentiel pour une retraite épanouissante. Nos activités sont conçues pour favoriser l'épanouissement personnel, la convivialité et le partage d'expériences. N'hésitez pas à consulter notre programme détaillé et à vous inscrire aux activités qui vous intéressent. Notre équipe est à votre disposition pour toute information complémentaire et pour vous accompagner dans vos choix.

Au plaisir de vous accueillir prochainement !

La section de La Gruyère a été fondée il y a 40 ans déjà

Par Antoinette Badoud, présidente

Comment retracer les 40 ans d'existence de la section de la Gruyère qui a vraisemblablement été créée en 1984/1985 ?

En fouillant les quelques rares archives, en interrogeant les mémoires encore vives, en feuilletant les archives du journal de La Gruyère, je suis parvenue à construire un historique et surtout à retracer des étapes et des événements importants de la vie de notre section. Certains articles du journal La Gruyère m'ont permis, fort heureusement, de lever un coin de voile et ces quelques extraits m'ont paru intéressants à relever.

Au cours de ces 40 années, la vie de la section a beaucoup évolué. Plusieurs présidents se sont succédés et n'ont pas ménagé leurs énergies pour tenter de faire avancer la défense des droits des retraités.

1985 : le premier président était M. Marius Pasquier, boulanger, domicilié à Broc mais exerçant son métier au Pâquier. Il est vraisemblablement le fondateur de la section de la Gruyère. Sous sa présidence, le comité s'est mobilisé, notamment le 5 octobre 1991 lors d'une assemblée d'information qui a eu lieu au Pâquier où plus de 400 membres se sont réunis pour donner de la voix. Le président a alors appelé les membres à s'engager. Le débat portait déjà sur l'annonce de l'augmentation des caisses maladies de + de 20%...imaginez ? A cette annonce, des retraités se sont même sentis menacés d'y être exclus s'ils ne payaient pas le renchérissement. Le Président a déclaré : « les retraités coûtent pourtant moins cher debout que couché ! »

1996-2007 : reprise de la présidence par M. Marcel Delley, alors directeur du CO de la Gruyère. Il fût également président cantonal. Il s'est beaucoup engagé pour la défense des intérêts matériels des retraités. Une de ces idées fortes consistait à dire : « les retraités doivent faire entendre leurs revendications et rester des partenaires à part entière de

la société. Il leur a demandé de ne pas rester passifs face au système redoutable et complexe concernant l'augmentation des primes des assurances maladie. Sous sa présidence, la FFR a adopté une résolution sur le projet de la 11^e révision de l'AVS en proposant de fixer l'âge de la retraite à 64 ans pour tous ! Un président en avance sur son temps !

2007-2013 : M. Delley remet la présidence à M. Germain Delacombaz, domicilié aux Sciernes d'Albeuve. M. Delacombaz a été également un fervent défenseur des droits des retraités durant son mandat. En date du 28 mai 2009, il a organisé un Congrès cantonal pour les retraités à Sâles et à cette occasion il a appelé les jeunes retraités à s'engager ! La section comptait alors plus de 800 membres !

En 2025, la section de la Gruyère en compte 640, il y a là un paradoxe. La population de la Gruyère ne cesse d'augmenter, on y dénombre plus de 8'000 seniors et les membres sont en recul ?

2013-2023 : la présidence revient à une femme, Mme Françoise Egger, domiciliée à Vuadens. Elle s'est engagée sans compter pour qu'un programme d'activités attractifs soit proposé aux retraités mais aussi à poursuivre le travail de ces prédécesseurs. Elle a organisé les 30 ans de la Fédération et pour marquer cet anniversaire, une course a eu lieu dans les Dombes en France avec un repas gastronomique. Elle a été une initiatrice des marches mais aussi des matchs aux cartes non sans appeler la section de la Glâne à se joindre à celle de La Gruyère, collaboration par ailleurs toujours très appréciée. Après 10 ans d'engagement, elle a remis son mandat, pour raison d'âge.

2023- : la tête de la section est à nouveau confiée à une femme, Mme Antoinette Badoud, domiciliée au Pâquier. Quelques changements ont déjà été apportés, notamment la création d'un « Livret programme » édité tous les 6 mois et remis à tous les membres.

C'est avec un beau dynamisme et une grande motivation que le Comité de la section de la Gruyère œuvre pour offrir aux retraités membres de la FFR des occupations et activités variées et stimulantes !