



Fédération fribourgeoise des retraités
Freiburgische Rentnervereinigung

6
Une nouvelle tête pour
les homes du canton

10
PassePartout devenu
indispensable en 30 ans



19
Le regard attendri
d'Adrien Perritaz

15
Politisch engagierte
Senioren

17
Des cours pour
entourer la fin de vie

HORIZON

RETRAITÉS NOVICES EN POLITIQUE

Se lancer en politique à l'âge de la retraite. C'est le défi que se sont lancés près de 130 candidates et candidats lors des récentes élections communales. Parmi eux, une petite trentaine affichait 71 ans et plus. Sur les quelque 3800 prétendants de tous âges briguant un fauteuil au conseil communal ou un siège au conseil général dans les 122 communes concernées, 227 personnes de 65 ans et plus étaient en lice si, outre les novices, l'on prend en compte les retraités sortants qui se représentaient. Le plus âgé avait 78 ans. Compléter la liste d'un groupe citoyen ou d'un parti, amener des idées, vouloir s'impliquer dans un dossier particulier ou simplement mettre son expérience et son temps à disposition de la collectivité, les motivations sont multiples. *Horizon* a recueilli quelques témoignages. 12-13



DER AUFRUF VON DR. SCHWALLER

Dr. Robert Schwaller und drei weitere Sensler Ärzte im Ruhestand haben im Januar freiwillig eine Covid-19 Impfkampagne für Senioren durchgeführt. In einem Interview berichtet Dr. Schwaller über die Erfahrungen und betont, wie wichtig diese Impfung für die Betagten ist. 9

media f^{sa}
Régie publicitaire et imprimeries réunies sous le même toit
media-f.ch

Fribourg | Bulle | Estavayer-le-Lac | Montreux | Payerne

WWW.FFR-FRV.CH

UNE PORTE VERS UNE MINE D'INFOS

Comment faire pour connaître facilement la position des organisations de défense des aînés sur des questions politiques comme la réforme du deuxième pilier? Où découvrir les activités des seniors vaudois, neuchâtelois ou valaisans? Comment prendre connaissance de projets intergénérationnels? Par quel moyen obtenir des informations sur les proches aidants ou les soins palliatifs? Où visionner des témoignages de personnes âgées sur le confinement? Comment suivre les recherches menées sur la mobilité ou l'habitat des retraités? Comment répondre à des questionnaires destinés à des études sur des problématiques liées au troisième âge?

La réponse à toutes ces questions tient en une adresse: www.ffr-frv.ch. Le nouveau site de la Fédération fribourgeoise des retraités, mis en ligne au printemps 2020, se veut aussi une porte d'entrée vers d'autres sites consacrés aux aînés. Plus d'une quarantaine de liens guident en un clic vers des associations de retraités, vers des institutions variées ou vers des structures de santé.

Et l'internaute fouineur y découvrira des pépites, des publications diverses,

des vidéos ou encore de solides dossiers comme sur les sites bienveillir.ch (de la Fondation Paul Schiller), leenaards.ch (de la Fondation éponyme), gerontologie.ch ou senior-lab.ch. Bref, de quoi satisfaire la curiosité de celles et ceux que les thèmes de la vieillesse intéressent.

Mais le site de la FFR, c'est aussi l'actualité. Régulièrement, l'équipe de webmasters publie des informations pratiques,

émanant de sources fiables. Depuis sa mise en route, www.ffr-frv.ch a fait paraître plus d'une quarantaine de brèves. Le site a ainsi relayé des appels à participer à des sondages, signalé des publications intéressantes, rapporté des nominations, sans oublier quelques informations en lien avec la pandémie. Dénominateur commun de toutes ces news: l'utilité. Alors épinglez www.ffr-frv.ch dans vos favoris et consultez-le régulièrement! CAG

Actualités

08.02.2021
Les revendications des Grands-parents pour le climat
[Lire la suite](#)

06.02.2021
Jacques Morel parle des retraités à La Télé
[Lire la suite](#)

Voir toutes les actualités

Contacts / Liens

Devenir membre ▾

Adresses FFR

Liens utiles ▲

Associations de retraités

Institutions

Santé

Communication

En contact direct

IMPRESSUM

Editeur/ Herausgeber

Fédération frib. des retraités (FFR)
 Freiburgische Rentnervereinigung (FRV)
www.ffr-frv.ch

Président / Präsident

Jacques Morel
 079 606 50 85
president@ffr-frv.ch

Rédaction et annonces Redaktion und Werbung

Claude-Alain Gaillet
 rédacteur responsable
 079 449 52 31
redaction@journal-horizon.ch

Traductions / Uebersetzungen F > D Hanspeter Birbaum

Tirage / Auflage

5000 exemplaires / Exemple

Périodicité / Periodizität

semestriel (mars et septembre)
 halbjährlich (März und September)

Internet

www.journal-horizon.ch

Impression / Druckerei

media f SA
 Bd Pérolles 38
 1700 Fribourg



Sont membres de la Fédération fribourgeoise des retraités: les sections de la Broye, de la Glâne, de la Gruyère, du Lac, de la Sarine, de la Singine et de la Veveysse ainsi que les groupements associés Association des retraités de l'Etat de Fribourg (AREF), Association des retraités et bénéficiaires de rentes Groupe E (ARBRE), Mouvement des aînés (MDA), Amicale des retraités Ilford/Novartis, Amicale des anciens collaborateurs du groupe St-Paul Fribourg, Association des retraités du Vully.

Idée de sage

«L'image du grand-père racontant des histoires a habité les siècles. [...] Aujourd'hui, le temps de la vieillesse s'allonge; il y a beaucoup à raconter et aussi beaucoup de temps pour le faire. Alors, pourquoi ne pas saisir la plume, le micro ou la caméra pour proposer une lecture personnelle des événements vécus au cours des dernières décennies?»

Tiré de «L'entrée dans la vieillesse» de Jean-Pierre Fragnière, Socialinfo, 2020

Conseil de sage

«Un des plus sûrs moyens de rendre la vieillesse supportable est de conserver avec soin deux habitudes qu'il est assez en notre pouvoir de ne jamais perdre: celle de l'indulgence pour les autres, et celle d'une curiosité active qui, nous faisant partager l'intérêt de tout ce qui nous entoure, ne nous laisse étrangers à rien.»

Jacques-Henri Meister, citation tirée de «De la morale naturelle», 1788

HORIZON AUSSI SE CONSOMME CHAUD!

Chères lectrices, chers lecteurs, Vous tenez dans vos mains le numéro 54 du journal *Horizon*. Votre journal. A nouveau un numéro riche en articles intéressants. Notre *Horizon* est apprécié et lu avec intérêt et plaisir. Mais comme rien n'est parfait, une faiblesse d'*Horizon* revient régulièrement sur le tapis: le journal ne traite pas de sujets d'actualité. Cette remarque est parfaitement juste, mais cette faiblesse s'explique.

La grande majorité (pour ne pas dire tous) des journaux et revues est expédiée de manière centralisée, ce qui fait que tous les abonnés reçoivent la publication en même temps. Cela permet à la rédaction de coller à l'actualité. Pour *Horizon*, la situation est très différente. Ce sont en effet les sections de la FFR qui sont

chargées de l'envoi du journal à leurs membres. Chaque section est libre de choisir le moment de l'envoi, en fonction de son organisation et de sa planification des envois postaux aux membres. Cela a pour conséquence qu'entre les premiers servis et les derniers l'écart peut se chiffrer en semaines.

Cette situation n'est pas satisfai-



Jacques Morel

sante du tout, aussi bien pour le rédacteur responsable que pour le comité, et finalement pour vous les lecteurs. Heureusement que nous disposons d'un site web convivial, qui nous permet et vous permet d'informer les membres de manière efficace (voir page ci-contre).

Fin janvier le bureau s'est réuni pour discuter différentes questions. Un point de l'ordre du jour était justement le problème mentionné ci-dessus. Différentes solutions ont été envisagées mais, comme c'est souvent le cas, c'est l'argent qui est le nerf de la guerre! En effet, changer le mode de distribution de notre journal est synonyme de frais supplémentaires. Nous y reviendrons lors du prochain comité cantonal, prévu le 17 mars; mais pourra-t-il avoir lieu?

HORIZON AUCH IST FRISCH UND KNUSPRIG

Liebe Leserinnen und Leser, In ihren Händen halten Sie die Nr. 54 der Zeitschrift *Horizon*, Ihre Zeitschrift, auch wieder eine reichhaltige Ausgabe. Bei den Lesern findet unser *Horizon* Interesse und bereitet Vergnügen. Da aber niemals alles perfekt ist, zeigt auch unsere Zeitschrift ein Paar Schwächen: Ihre Artikel sind nicht brennend aktuell. Klar trifft die Bemerkung zu. Der Mangel lässt sich aber begründen.

Die grosse Mehrheit - um nicht zu sagen alle - Magazine und Zeitungen werden von einer zentralen Stelle aus versandt, folglich bekommen sie alle Abonnenten gleichzeitig. Aus-

serdem kann sich die Redaktion bestens der Aktualität anpassen. Bei *Horizon* verläuft es jedoch anders. Bei uns erledigen die Sektionen der FRV den Versand an die Mitglieder. Jede Sektion kann den Moment des Postversands selber frei bestimmen, so wie es der Organisation und der Planung am besten entgegenkommt. Folge davon ist, dass zwischen der frühesten und der spätesten Zustellung Wochen vergehen können.

Zufriedenstellend ist diese Tatsache weder für den verantwortlichen Redaktor noch das Komitee, noch im Endeffekt für die Leserschaft. Glücklicherweise haben wir aber eine

benutzerfreundliche Webseite, dank der unsere und eure Informationen wirksam an die Leser gelangen.

Ende Januar hat sich das Büro getroffen, um verschiedene Fragen zu erörtern. An der Tagesordnung stand just obenstehendes Problem. Verschiedene Vorschläge wurden erwogen, doch, wie so oft, ist das Geld der Nerv des Krieges. Eine neue Versandmethode bedeutet bekanntlich höhere Kosten.

Also werden wir bei der nächsten Kommissionssitzung am 17. März darauf zurückkommen. Wenn sie überhaupt stattfinden kann!

La BCF souhaite aux lectrices
et lecteurs d'HORIZON
beaucoup de plaisir
dans leurs activités 2021.



Die FKB wünscht den Leserinnen
und Lesern von HORIZON
viel Spass bei ihren
Aktivitäten im Jahr 2021.

www.bcf.ch
www.fkb.ch



Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank

simplement ouvert - einfach offener

COMMISSION DES QUESTIONS ÉCONOMIQUES

DES SUJETS MULTIPLES ET SENSIBLES

La Commission des questions économiques (CQE) a été instituée en 2012. Elle traite de questions qui touchent directement au porte-monnaie des retraités. Donc à leur pouvoir d'achat. Et comme l'argent ne tombe pas du ciel, elle doit régulièrement traiter de sujets comme:

- l'AVS, son financement, sa stabilité et actuellement aussi de son extension par une initiative en cours de recherche de signatures pour l'octroi d'une 13^e rente;
- la LAMal, avec le poids parfois surproportionnel des assureurs dans le débat politique; on pense à leur intransigeance à propos du financement des médicaments dans nos EMS;
- la LPP, c'est-à-dire du deuxième pilier de la prévoyance vieillesse où nous avons encore la chance de bénéficier de rentes garanties, mais par contre de rentes figées, car le plus souvent, non indexées;
- les prestations complémentaires, ces PC indispensables pour les rentières et rentiers à faible, voire très faible, revenu ou lors de leur entrée en EMS;
- la fiscalité directe et indirecte, tant cantonale que fédérale;
- la question des baux à loyer parfois abusifs ou celle concernant la valeur locative des immeubles pour le propre usage d'un propriétaire, spécialement pour celui ou celle qui a déjà bien amorti



La commission spécialisée de la FFR traite aussi la question des baux à loyer parfois abusifs ou de la valeur locative.

sa dette hypothécaire; un serpent de mer qui n'a pas fini d'être débattu car il oppose directement les intérêts des propriétaires à ceux des locataires; et comme il se trouve des retraités dans les deux camps, il s'agit pour la CQE de traiter le sujet avec sagesse.

La commission se doit de penser prioritairement au bien des rentières et rentiers. Elle doit cependant rester raisonnable dans ses appréciations, consciente des avantages qu'offre le système social

de notre pays et de la force qui est octroyée aux aînés lorsqu'ils ont la chance de pouvoir s'exprimer démocratiquement. Il faut donc se garder de tout excès et respecter les exigences d'une solidarité intergénérationnelle, bien comprise. Les retraités ne doivent pas s'exposer aux critiques de la jeunesse qui pourrait lui reprocher d'avoir trop de sacrifices à faire, pour ceux qu'elle désigne avec familiarité comme étant «les vieux»!

Albert Marti, président de la CQE

Über die Kommission für Wirtschaftsfragen

Die Kommission für Wirtschaftsfragen (CQE) wurde im Jahre 2012 eingesetzt. Sie nimmt Themen unter die Lupe, die direkt den Geldbeutel oder anders ausgedrückt die Kaufkraft der Senioren angehen. Und da bekanntlich das Geld nicht vom Himmel fällt, stehen laufend neue Probleme an, wie:

- die AHV, ihre Finanzierung, ihre Stabilität und gegenwärtig auch ihr Ausbau mittels einer 13. Rente. Die entsprechende Unterschriftensammlung ist im Gange;
- das KVG (das Krankenversicherungsgesetz): Da greifen die Versicherer manchmal übermässig in die politische Debatte ein, man denke nur an ihre hartnäckige Haltung bei der Medikamentenfinanzierung in den MPH;
- das BVG, das Pensionskassengesetz

(oder die 2. Säule der Altersvorsorge). Da haben wir glücklicherweise noch gesicherte Renten. In den meisten Fällen werden sie jedoch weder angepasst noch indexiert;

- die Ergänzungsleistungen: Für Senioren mit kleinem oder sehr kleinem Einkommen oder beim Eintritt in ein MPH sind dies unentbehrliche Zuschüsse;
- die direkte und indirekte Besteuerung auf kantonaler und auf Bundesebene;
- die Frage der Mietverträge mit teilweise überhöhten Zinsen oder jene des Gebäudemietwerts bei Eigennutz, vor allem bei weitgehend amortisierten Hypothekenschulden: Das ist ein immer wieder aufgegriffenes Thema, welches die gegensätzlichen Interessen von Mietern und Besitzern widerspiegelt. Rentner stehen in beiden Lagern, was die Kom-

mission veranlasst, das Thema besonders behutsam anzugehen.

Die Kommission muss vorrangig das Wohl der Rentnerinnen und Rentner vor Augen haben, muss jedoch sachlich bleiben bei ihren Bewertungen, denn wir haben ja ein vorteilhaftes Sozialsystem in unserem Land. Sie soll aber auch an das Wirkungsvermögen der Senioren an der Urne denken. Des weiteren muss man bei den Forderungen jegliche Übertreibung vermeiden und mit Umsicht die generationenübergreifende Solidarität berücksichtigen. Die Pensionierten sollten sich schliesslich nicht der Kritik der jungen Generation aussetzen. Diese könnte ihnen nämlich die grossen Opfer vorhalten, welche sie für die sogenannten «Alten» bringen muss.

Albert Marti, Präsident der CQE

HOMES FRIBOURGEOIS

L'AVENIR S'INSCRIT DANS LA CONTINUITÉ

A 54 ans, Claude Bertelotto Küng s'est lancé un nouveau défi professionnel. Depuis le début de l'année, elle préside aux destinées de l'AFIPA, l'association des homes fribourgeois. La Moratoise prend le relais d'Emmanuel Michielan, parti après 17 ans pour diriger Pro Senectute Fribourg (voir ci-contre).

Dans son nouveau job, Claude Bertelotto Küng pourra faire valoir de solides expériences. Avocate de formation, cette parfaite bilingue a notamment dirigé pendant six ans le Centre de l'enseignement de l'Université de Berne puis, de 2010 à 2017, le Service dentaire scolaire du canton de Fribourg. Forte d'un certificat postgrade (CAS) en gestion d'institutions de santé, elle a ensuite travaillé sur des projets santé dans une société de consulting, a été mandatée pour piloter le projet de la nouvelle politique du personnel de l'Etat, a coordonné la cellule qui a accompagné la commune de Belfaux dans le dossier du boursier indélicat et, de mars à octobre dernier, a été cheffe d'état-major de la *task force* Covid du canton. «Une belle expérience de gestion de crise!», sourit-elle.

Priorité à la sortie du Covid

«J'ai toujours aimé les défis qui demandent de la créativité. Et à l'AFIPA, c'est possible d'être créatif!», avance-t-elle. «La personne âgée représente une tranche de vie riche et intéressante. Le regard sur la vieillesse évolue, on va vers un concept qui prend en compte la durée. La société porte parfois un jugement dur sur les aînés, des gens pensent qu'à un certain âge "on ne sert à rien si on n'est pas rentable". Or c'est tout le contraire! Il y a là de grands défis pour ancrer une nouvelle vision.»



Claude Bertelotto, femme de défis. DR

Mais, pour son entrée en matière, la nouvelle secrétaire générale de l'AFIPA a accompagné la campagne de vaccination anti-Covid dans les homes, profitant de rencontrer non seulement leurs responsables mais encore les résidents. En janvier, elle a ainsi visité une quarantaine de homes (sur 52). «C'était très intense! Et l'image que j'avais des EMS a changé: c'est beaucoup plus riche que ce que j'imaginai! On sent bien la dimension «lieu de vie» des homes. Le personnel est très impliqué, il y a beaucoup d'émotions. Pour le personnel, ce n'est pas qu'un lieu de travail, c'est plus qu'une profession, c'est une vocation», constate Claude Bertelotto Küng, admirative.

Pour autant, les projets viendront plus tard. La priorité, c'est aider les EMS à sortir du Covid. «Une tâche éminemment difficile, avec des conséquences encore mal évaluées. Nous sommes devant une grande inconnue par rapport au retour à la normale», analyse la secrétaire générale.

La pandémie a saigné les effectifs des homes, qui ont désormais des lits vides. Mais, par crainte d'être contaminés et confinés, les nouveaux résidents potentiels manquent à l'appel. Comment leur redonner confiance? Claude Bertelotto Küng: «D'abord par la vaccination, qui amènera de la sérénité. On doit aussi présenter encore davantage ce qui se fait dans les EMS, montrer leur dynamisme et la joie de vivre, ainsi que les bonnes pratiques. Et il faut fluidifier la limite entre les soins à domicile et les homes, et en faciliter la transition. On se situe là dans une vision de trajectoire de vie. Cette nouvelle approche, qui repose notamment sur une image moins cloisonnée entre aide et soins à domicile et EMS, prendra du temps.»

Fusion soins à domicile et EMS?

Justement, un projet de fusion entre l'Association des soins à domicile (AFAS) et l'AFIPA a été lancé. Où en est-on? «Les deux structures ne sont pas parallèles et étanches mais il faut les voir sous l'angle du senior, comme une continuité, dans une trajectoire de vie. Donc dans une horizontalité institutionnelle, dans une logique de soins intégrés. C'est ma vision et je suis favorable à ce rapprochement. Beaucoup de choses ont déjà été conceptualisées par les deux associations. Maintenant, pour aller de l'avant, c'est une question de volonté. J'ai bon espoir que ça avance assez vite. Sans pouvoir donner de délais, on est dans le bon timing. Il s'agit aussi de collaborer avec les réseaux santé des districts. Il y a peut-être des pistes complémentaires à celle de la fusion entre l'AFAS et l'AFIPA.» Vous avez dit «défi»? **Claude-Alain Gaillet**



1916 100 ANS

Prévoir et organiser ses funérailles
Etre assuré que vos obsèques seront réalisées selon vos désirs en toute quiétude
Contactez-nous en toute confiance

MURITH SA
POMPES FUNÈBRES

Fribourg
27, bd de Pérolles
026 322 41 43

www.pompesfunebresmurith.ch

PRO SENECTUTE

LE NOUVEAU PATRON BOUILLONNE D'IDÉES

Depuis le 1^{er} janvier dernier, Pro Senectute Fribourg est entre les mains d'Emmanuel Michielan. L'ancien secrétaire général de l'association des homes fribourgeois (AFIPA) succède à Jean-Marc Groppo, qui dirigea l'institution pendant 18 ans avant de partir en préretraite (voir *Horizon* n° 52).

Emmanuel Michielan a pris ses nouvelles fonctions dans le contexte difficile de la pandémie. En quoi le Covid-19 impacte-t-il les activités de Pro Senectute? «Toutes les activités de service, telles que le nettoyage à domicile, la mise à disposition de moyens auxiliaires, le soutien administratif, etcétera, ont pu être maintenues. Nous nous sommes aussi très engagés dans la campagne de vaccination», explique le nouveau directeur. «Mais nous avons dû supprimer toutes les activités de loisirs et de sport, ainsi que les cours. Généralement, toutes ces activités se font en groupe et les trois quarts concernent la gym et l'aquagym. Dans la seconde quinzaine de février, nous avons cependant pu mettre sur pied des activités en plein air «4+1», soit avec un moniteur ou monitrice et quatre participants, ceci pour respecter les règles imposées par le Conseil fédéral. Nous réfléchissons également à une formule de



Emmanuel Michielan est à la tête de Pro Senectute depuis le 1^{er} janvier. DR

gymnastique à domicile.» Ces restrictions d'activités entraîneront évidemment un manque de recettes financières, encore difficilement évaluables.

L'EMS à domicile

Une fois les effets de la pandémie atténués et après qu'il aura maîtrisé les rouages de l'institution, Emmanuel Michielan pourra songer à mettre en place quelques projets qui mijotent dans sa tête. Et des idées, il n'en manque pas: «J'en ai des centaines!», lance-t-il. Et de citer «l'EMS à domicile». «Dans l'idée de prolonger le maintien à domicile, il s'agirait de développer nos services autour de la personne, tels que l'entretien, la réparation, l'alarme, l'aide fiscale ou pour des démarches administratives», expose-t-il.

Emmanuel Michielan souhaite également renforcer les collaborations avec les délégués aux seniors que certaines communes ou régions ont institués dans le cadre de Senior +. Il entend aussi mettre en avant l'habitat multigénérationnel, promouvoir le bénévolat ou encore améliorer la communication de Pro Senectute afin de rendre mieux visibles ses nombreuses prestations.

Savoir enfin qu'Emmanuel Michielan a gardé le secrétariat du Gérontopôle (voir ci-dessous) dont Pro Senectute et l'AFIPA sont parties prenantes et dont il s'occupe depuis sa création en 2017. «Pour assurer la continuité.» **CAG**

Le Gérontopôle a repris ses activités

Après une année 2020 en pause forcée à cause de la pandémie, le Gérontopôle reprend gentiment ses activités. Plusieurs rendez-vous sont cette année au programme de la plateforme qui réunit les principales institutions du canton actives dans des thématiques touchant les aînés (Pro Senectute, retraités, homes, soins à domicile, Croix-Rouge, Hautes écoles, Université, Ligues de santé, Alzheimer, pharmaciens, physiothérapeutes, animateurs socio-culturels).

Le 5 mai, des spécialistes se réuniront à la Haute école de Gestion pour évoquer la question de l'employabilité des travailleurs âgés. Plusieurs intervenants aborderont notamment les problèmes de la discrimination en fin de carrière ainsi que du rôle du mentorat auprès des 50 ans et plus. Il sera également question de la rente-pont, dont certains mécanismes concernant les chômeurs âgés en fin de droit font l'objet de réflexions du Conseil fédéral.

A noter aussi deux autres rendez-vous prévus à l'automne. Le 1^{er} octobre, le Gérontopôle participera au Forum du logement, qui sera consacré cette année à l'habitat des seniors. Le 18 novembre, une plateforme aura pour thème la fracture numérique chez les seniors. L'automne devrait également voir réapparaître une offre de cours, ouverts au public.

Produit du Gérontopôle, le projet Silver & Home poursuit son développement. Son appartement témoin, vitrine de technologies favorisant le maintien à domicile des personnes âgées, a été transféré du complexe Diabolo Menthe (passage Cardinal, à Fribourg) au bâtiment Mozaïk qui abrite les Hautes écoles de Santé et de Travail social (rte des Arsenaux). Fin janvier et début février, deux ateliers y ont été organisés sur les thèmes «la chambre connectée: autonomie ou surveillance» et «la réalité virtuelle: thérapeutique ou aliénante». **Hz gerontopole-fribourg.heia-fr.ch**

La démence, état des lieux

Dans le canton, le dispositif permettant d'accompagner les cas de démence est vaste et varié. C'est ce qu'a répondu début février le Conseil d'Etat à une question des députés PS Grégoire Kubski (Bulle) et Julia Senti (Morat) posée en novembre 2019 (voir *HZ* 52). Dans cette longue réponse de 8 pages (cf. parlinfo.fr.ch, n° de signature 2019-CE-226) sont détaillées les prestations médico-sociales offertes dans les EMS avec leurs unités spécialisées en démence, ainsi que dans les foyers de jour. Le Réseau de santé mentale, les réseaux de district, l'association Alzheimer, la Croix Rouge, l'association Proches aidants, l'Office AI, la Police sont aussi impliqués à divers titres dans l'accompagnement des personnes atteintes de démence (environ 3800 dans le canton). **CAG**

Finances satisfaisantes

Les retraités constituent la classe d'âge la plus satisfaite de sa situation matérielle en Suisse. Plus de 72% d'entre eux lui attribuent une note de 8 sur 10 ou plus. Pour de nombreux seniors, les revenus modestes sont compensés par les réserves provenant du paiement en capital des caisses de pension, ou d'héritages, indiquait l'Office fédéral de la statistique fin octobre. «Une bonne moitié» des plus de 65 ans vit dans un ménage disposant de plus de 100'000 fr. en liquidités. **ATS**

Contrer la maltraitance

Agression physique, violence psychologique, négligence: en Suisse, la maltraitance toucherait entre 300'000 et 500'000 personnes de 60 ans et plus, selon un rapport du Conseil fédéral publié l'automne dernier. Les risques exposant les aînés sont identifiés: état de dépendance, de vulnérabilité et, souvent, de déficience et d'isolement des victimes, mais aussi surcharge des professionnels ou des proches aidants. **HZ**

Une hotline appréciée

Depuis son ouverture le 30 octobre dernier, la hotline destinée aux proches aidants fribourgeois a été sollicitée près d'une quarantaine de fois. Sur les milliers de proches aidants que compte le canton, ce nombre peut paraître minime. Pourtant, ce nouveau service répond à un réel besoin, constate Sandrine Pihet, présidente de Proches aidants Fribourg. Le but de cette ligne téléphonique est de prodiguer aide, soutien et conseils aux proches aidants, et de prévenir leur épuisement. La moitié des appels concernait des aspects financiers, indique M^{me} Pihet. L'autre moitié abordait des problèmes «divers et variés», tels que des conflits familiaux, de la surcharge voire de rares cas de prise en charge problématique par l'hôpital ou l'EMS. Ce service a aussi permis des interventions à domicile pour trouver des solutions. Et, selon un sondage, la quasi-totalité des appelants questionnés ont exprimé leur satisfaction. **CAG**

058 806 26 26, ligne ouverte les lundis, mardis, jeudis et vendredis, de 14h à 18h. www.proch-ecoute.ch

Pour prévenir les chutes

Près de 1700 aîné-e-s décèdent chaque année en Suisse des suites d'une chute. Pour prévenir ces accidents, la campagne equilibre-en-marche.ch propose un test de mobilité et des exercices physiques simples et ciblés à réaliser chez soi. Elle s'adresse principalement aux seniors. La Direction fribourgeoise de la santé soutient la diffusion de la campagne dans le canton. **HZ**

Pour accéder aux exercices: www.equilibre-en-marche.ch

De la gym, mais pas que

La Gym-Hommes Fribourg invite les seniors à la rejoindre. Dispensés alternativement par deux moniteurs, ses cours de maintien, de souplesse et d'équilibre ont lieu le mercredi de 18 h 45 à 19 h 45 à l'école du Jura ou à l'extérieur si nécessaire. Fondée en 1895, la société organise aussi des activités conviviales. Contacts: Ernest Rime (président) au 079 488 37 52 ou Guy Chardonens (moniteur) au 079 783 21 50. **HZ**

La prévoyance funéraire permet de soulager ses proches

Route du Petit-Moncor 17
1752 Villars-sur-Glâne
+41 58 255 27 00
www.everlife.ch



Obtenez jusqu'à 4 devis sans engagement et souscrivez à une prévoyance funéraire dès 12.90 par mois.



Déjà + de 450 familles ont fait le pas. Et vous ?




everlife.ch

COVID IMPFUNG

DER ERLEBNISBERICHT VON DR. SCHWALLER



Dr. Robert Schwaller beim Impfen.
DR

Vier pensionierte Ärzte aus dem Sensebezirk, Dr. Franz Engel, Dr. Otto Gross, Dr. Raphael Kessler und Dr. Robert Schwaller haben sich zur Verfügung gestellt, im Zentrum Freiburg zu impfen. An Letzteren haben wir folgende Fragen gestellt.

Robert, was waren deine Beweggründe, dass du dich zur Verfügung gestellt hast?

Im Frühjahr 2020 wurden berufstätige Ärztinnen für die Testaktionen eingesetzt, mussten dort z.T. Daumen drehen, während sie in der Praxis fehlten. Im Herbst, als Bund und Kanton das Impfen in einigen Monaten vorbereitete, appellierte man an pensionierte Fachleute. Ich habe mich sofort per Mail beim Gesundheitsdepartement gemeldet.

Welches war dein Eindruck als du das erste Mal das Impfzentrum betreten hast?

Als ich den Eingang endlich fand, war es ein gewaltiger Anblick: Impfkabine reihte sich an Kabine, bereit für über 1000 Impfungen pro Tag. Hilfsbereite Zivilschützer wiesen den Weg. Die Dame mit Maske und gebührendem Abstand, die mich nach Vorerkrankungen fragte, verstand ich mit meinem lädierten Gehör fast nicht, doch ich kannte den Fragebogen. Dann ging's zügig zum schmerzlosen Impfen. Nach der Impfung hatte ich keinerlei Nebenwirkungen.

Bereits hast du einige Arbeitstage im Zentrum hinter dir? Wie haben die Leute reagiert, die sich haben impfen lassen?

Alle waren froh, so rasch einen Impftermin erhalten zu haben. Paare konnten nicht verstehen, dass der ältere, kränkere Partner noch keinen Impftermin erhalten hatte. Immer wieder musste das „Zahlenlottosystem“ erklärt werden: alle gemeldeten Personen der höchsten Risikogruppe sind im „Topf“, doch nur wenige Namen, werden durch das Informatiksystem zufällig gezogen, Paare erkennt es nicht. Mit der Zeit werden aber alle drankommen und zweimal geimpft.

„Es gibt keinen triftigen Grund gegen die Impfung“

Welche erfreulichen Erfahrungen hast du gemacht?

Das zahlreich eingesetzte Personal arbeitet sehr kompetent und engagiert. Man fühlt sich wie in einer Familie. Zwischenfälle gab es nicht. Auch allergische Personen konnten mit entsprechender Vor- und Nachbehandlung geimpft werden. Dafür sind wir Rentnerärzte zuständig.

Wie wurde mit den Anfangsschwierigkeiten, die es scheinbar gegeben hat, umgegangen?

Am vom Bund gekauften, unbefriedigenden Informatiksystem lässt sich so rasch nichts ändern. Bei den Abläufen, dem Distanzhalten und der Kommunikation gibt es Optimierungspotenzial. Doch Anregungen sind bei den Verant-

wortlichen nicht erwünscht und laufen ins Leere. Dies betrifft vor allem das Distanz halten und den Umgang mit Hörbehinderten, denen man Lippenlesen nicht ermöglichen will bei gleichzeitigem Schutz der meist zweisprachigen Befragterinnen. Es gäbe ja durchsichtige Masken! Als sehr hilfreich erweist sich, dass nun auch Begleitpersonen das Impfheiligtum betreten dürfen. Sie sind für ältere Leute eine wertvolle Hilfe.

Welches ist dein Gesamteindruck nach diesen ersten Einsatztagen?

Es wird gut und engagiert gearbeitet. Die Organisation vor Ort klappt, ist oft etwas kompliziert, teils doppeltspurig. Man kann aber nicht mehr impfen als Impfstoff zur Verfügung steht. Für den erhofften Grossandrang ist das Impfzentrum im Forum gewappnet. Trotz häufiger Skepsis gibt keinen triftigen Grund gegen die Impfung. Erst wenn 70% der Bevölkerung geimpft sind ist eine Rückkehr zu einem normalen Leben möglich. Wer sich zum Impfen noch nicht angemeldet hat, soll dies bitte zum eigenen Schutz nachholen!

Beat Bucheli

Beim Erscheinen des *Horizon* werden seit dem Interview zwei Monate vergangen sein. Vieles wird verständlicher sein. Es darf als Zeitzeugnis dieser ausserordentlichen Situation betrachtet werden.

PASSEPARTOUT

TRENTE ANS SOLIDAIRES AU COMPTEUR

C'est dans l'adversité que l'on reconnaît la valeur des choses. Un constat qui colle parfaitement à PassePartout: 2020 devait être une année de réjouissances, puisque ce service de transport de personnes à mobilité réduite atteignait ses 30 ans d'existence. La pandémie en a décidé autrement. La diminution des prestations consécutive à la crise sanitaire n'a pourtant pas empêché l'institution de garantir un service minimum auprès d'usagers qui en ont un réel besoin. «Des courses indispensables, voire vitales, pour des patients dialysés ou en chimiothérapie ont été assurées. La crise a mis en évidence le caractère essentiel de PassePartout», relève Micheline Guerry-Berchier, présidente de la Fondation depuis décembre 2018.



Présent dans tous les districts, PassePartout jouit d'un fort attachement dans la population fribourgeoise. DR

Presque unique en Suisse

Parce que l'attachement de la population fribourgeoise pour PassePartout ne se dément pas. En trois décennies, ce service institué en 1990 par Pro Infirmis et Pro Senectute et inspiré d'initiatives prises dans certains districts, a vite creusé une place indispensable dans le dispositif social du canton. Un service qui, soit dit en passant, reste «novateur» et «presque unique» en Suisse, souligne sa présidente. Signes de la reconnaissance des Fribourgeois pour PassePartout, les dons qui émanent de toutes les générations. A l'exemple de ce giron des jeunes qui lui a remis un chèque de plus de 10'000 francs. «C'est incroyable, ça fait chaud au cœur!», s'émeut Micheline Guerry.

Et de manifester à son tour sa reconnaissance et son admiration pour les quelque 270 chauffeurs bénévoles qui donnent de leur temps pour aider leurs concitoyens plus vulnérables et limités dans leurs déplacements. «Le bénévolat, c'est le vecteur du bonheur!», fait-elle remarquer.

Des bénévoles privés de fête l'an dernier mais qui ont tout de même reçu un petit cadeau en guise de remerciement. «A cause du Covid, nous avons dû annuler par deux fois les festivités que nous avions prévues l'année passée. Mais nous marquerons ce trentième anniversaire dès que les conditions le permettront», promet Micheline Guerry.

Claude-Alain Gaillet

PassePartout en bref

- PassePartout repose sur des services autonomes dans chaque district.
- En 2019, 274 chauffeurs bénévoles ont assuré 35'971 courses (+6,5%) dont un peu moins d'un tiers avec des fauteuils roulants; ils ont parcouru 773'066 km (+5,8%). Des chiffres en hausse mais globalement stables sur la durée.
- PassePartout dispose de 15 véhicules adaptés au transport des fauteuils roulants. Chacun coûte environ 60'000 fr.
- Les comptes 2019 affichent des charges pour près de 572'000 fr. et un bénéfice de 10'000 fr.
- www.fondation-passepartout.ch

«J'en retire davantage que ce que je donne!»

Jean-Paul Racine est chauffeur bénévole pour PassePartout (PP) depuis quinze ans. Retraité à 60 ans d'une multinationale au sein de laquelle il travaillait au département marketing, il ne voulait pas «rester inactif». «J'ai toujours eu le besoin de me sentir utile», explique le Vulliérais, qui siège aussi au Conseil de Fondation de PP. Encouragé par son épouse Maryse, il opte pour cette institution parce que le transport de personnes à mobilité réduite est un service «direct, concret et immédiat». En temps normal (à cause du Covid, la demande a baissé d'un bon tiers), Jean-Paul Racine consacre deux journées entières par mois à cette activité. Soit, en moyenne, la prise en charge de cinq à dix clients par jour, parfois de 6 h à 19 h, pour des trajets totalisant environ 250 km (il lui est arrivé d'en parcourir 400 en une journée), à raison de 70% dans le périmètre du district du Lac, étendu jusqu'à Fribourg et Berne (30%) selon la demande. Il est même allé, une fois, jusqu'au Tessin.

«Si je continue, ce n'est pas par altruisme, c'est parce que j'ai vraiment du plaisir à le faire!», assure le fringant septuagénaire. «Les personnes âgées nous donnent des leçons de vie. J'ai beaucoup appris d'elles. J'ai de très bons contacts avec ces clients que, pour certains, je connais depuis dix ans. En général, ces patients sont positifs. Je transporte par exemple une dame qui a la sclérose en plaque: et bien, je ne l'ai jamais vue négative. Ça m'épate! Cela relativise mes problèmes de dos...», confie Jean-Paul Racine. «J'ai l'impression que les personnes confrontées à un immense problème, physique ou psychologique, trouvent la force de le surmonter», poursuit-il. «Elles ont besoin de parler. Pas pour se plaindre mais pour communiquer. Je retire de ces contacts davantage que ce que je donne. Ce n'est pas un sacrifice de ma part, c'est du gagnant-gagnant. Cela explique pourquoi la grande majorité des conducteurs s'engagent pendant plus de dix ans.» CAG

PASSEPARTOUT

DREISSIG JAHRE SOLIDARITÄT

Der Wert der Dinge wird uns meistens erst in Notsituationen klar. PassePartout widerspiegelt diese Grundwahrheit eindrücklich. Im Jahre 2020 hätte nämlich dieser Fahrdienst für behinderte Personen sein 30-jähriges Jubiläum feiern können. Die Corona-Pandemie hat jedoch alles über den Haufen geworfen. Die Anzahl Fahrten musste reduziert werden. Wenigstens konnte die Organisation die wichtigsten Dienste aufrechterhalten, jene für die Fahrgäste, die wirklich darauf angewiesen sind. Micheline Guerry-Berchier, Präsidentin der Stiftung seit Dezember 2018, erklärt: «Die unverzichtbaren, ja sogar lebensnotwendigen Fahrten für Patienten mit Dialyse oder Chemotherapie wurden weitergeführt. So hat die Krise im Nebeneffekt die Wichtigkeit des PassePartout unter Beweis gestellt».

Dieser PassePartout ist in der Schweiz fast einmalig und die Freiburger Bevölkerung ist ihm sehr verbunden. In den drei Jahrzehnten seiner Existenz hat er sich im sozialen Netz des Kantons einen festen Platz geschaffen.

1990 wurde er durch Pro Infirmis und Pro Senectute gegründet. Privat gesammelte Erfahrungen aus den Bezirken standen beim Aufbau Pate. «Der Dienst bleibt innovativ und wie gesagt fast einmalig», betont seine Präsidentin. Als Zeichen der Anerkennung für PassePartout darf man die Spenden ansehen, die ihm von allen Altersklassen der Freiburger zufließen. Der Giron des Jeunesses (eine Jugendvereinigung), zum Beispiel, hat ihm einen Scheck von 10'000.- Fr. überwiesen. «Unglaublich, das geht einem wirklich zu Herzen», sagt Micheline Guerry. Ihrerseits richtet sie dann ihre Dankbarkeit und Anerkennung an die rund 270 freiwilligen Fahrerinnen und Fahrer, die ihre Zeit nicht scheuen, ihren schutzbedürftigen und gehbehinderten Mitbürgern zu helfen. «Nächstenhilfe ist mit ein Weg zum Glück», bekräftigt sie.

30-jährige Jubiläum nachgeholt

Diese freiwilligen Helfer mussten wegen dem Covid letztes Jahr auf ihr Fest ver-

zichten. Als Dankeschön haben sie dennoch ein kleines Geschenk bekommen. «Wir mussten letztes Jahr gleich zweimal die Feiern absagen. Aber wir werden dieses 30-jährige Jubiläum nachholen, sobald es die Umstände erlauben.» Das versichert Micheline Guerry. CAG/HB

In Stichworten

- PassePartout funktioniert in jedem Bezirk mit einer eigenständigen Struktur.
- 2019 haben 274 Fahrer 35'971 Fahrten durchgeführt (+6,5%), wovon fast ein Drittel mit Patienten im Rollstuhl; sie haben 773'066 km (+5,8%) zurückgelegt. Trotz scheinbarer Zunahme bleiben diese Zahlen über die Dauer eher stabil.
- PassePartout verfügt über 15 Fahrzeuge, die für den Rollstuhltransport ausgerüstet sind. Kostenpunkt pro Wagen um die 60'000.- Fr.
- In der Jahresbilanz 2019 stehen die Auslagen mit 572'000.- Fr. zu Buche, ein Gewinn von 10'000 Fr. ist eingetragen.
- www.fondation-passepartout.ch

Im Brandfall



anrufen!

ENGAGEMENT

ILS ENTRENT EN POLITIQUE



A l'heure où vous lisez ces lignes, les jeux sont presque faits. A l'exception de quelques communes fribourgeoises où un second tour se déroulera le 28 mars, la très grande majorité des autorités locales du canton est connue depuis le 7 mars. Parmi les élu.e.s, un certain nombre de retraité.e.s. Combien? Impossible de le deviner dix jours avant le premier tour, au moment de rédiger cet article. Mais *Horizon* a voulu savoir le nombre de candidat.e.s briguant qui un fauteuil au conseil communal, qui un siège dans un conseil général (voir le sous-papier à la page suivante). Et il a donné la parole à quelques-uns, dont certains se lançaient en politique pour la première fois.

La disponibilité comme atout

«L'avenir de la commune m'importe.» Le (bon) virus de la politique n'a jamais lâché François Pilloud. Le radical châtelois était doublement candidat dans le chef-lieu veveysan: pour le Conseil communal et pour le Conseil général. A 65 ans, l'ancien inspecteur cantonal des eaux vaudoises a déjà goûté aux deux instances. Après deux législatures sur les bancs du législatif communal entre 2001 et 2011, il a enchaîné avec une législature à l'exécutif. Avant une pause de cinq ans. Son retour, volontaire, il l'explique par son attrait pour sa commune et pour la politique. «Si je suis élu, je serais fier d'offrir des appartements protégés aux aînés.» Selon lui, le principal gain qu'un retraité peut apporter comme élu, c'est son temps, qui permet d'étudier les dossiers en profondeur.

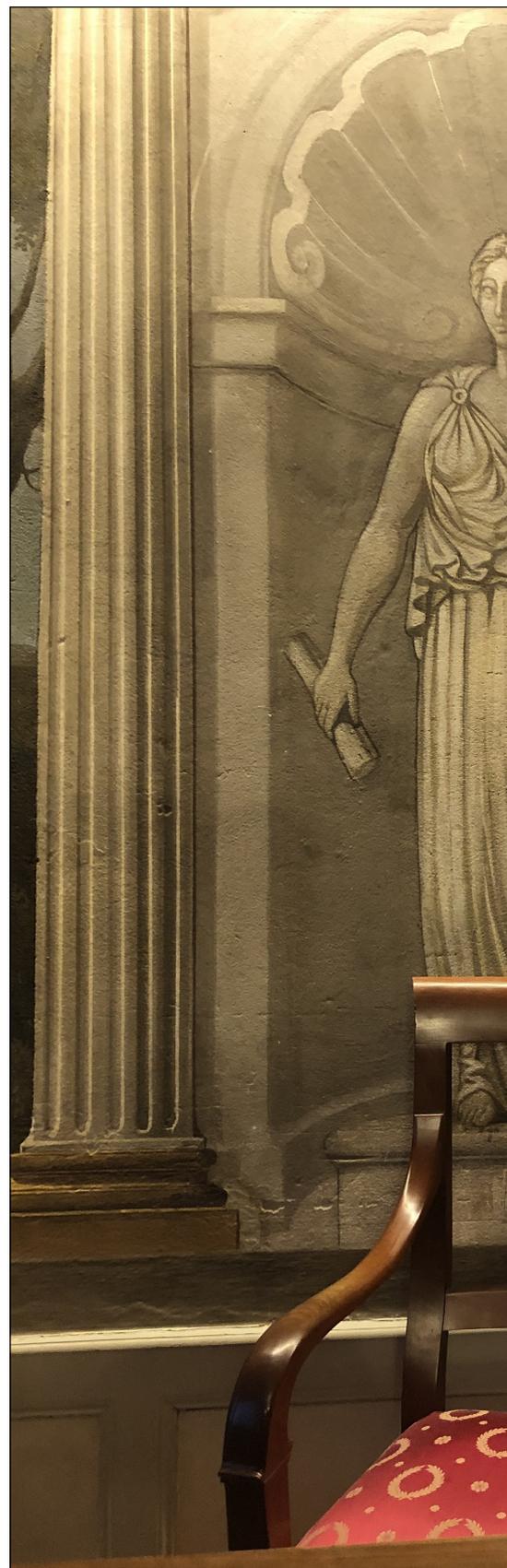
Pour Anne-Marie Sciboz aussi, le temps et la mobilité des aînés actifs en politique constituent de précieuses contributions pour la collectivité. Fondatrice d'une fiduciaire qu'elle gère depuis 35 ans, cette indépendante de 66 ans était en lice sur la liste Entente à Pont-en-Goz. Elle s'était engagée dans un groupe

de riverains du Bry désireux de régler le problème du parcage sauvage sur l'accès à la rive du lac de Gruyère. C'est comme ça qu'elle a été approchée pour figurer sur la liste citoyenne. «Cette idée d'entente me plaît. Je ne suis membre d'aucun parti et je trouve sympa de travailler dans un exécutif avec des personnes de plusieurs sensibilités politiques», indique celle qui fut déjà membre d'un Conseil communal il y a une vingtaine d'années. «Pas sûre d'être élue» face aux seize autres candidats répartis sur trois listes, elle ne s'est pas lancée «pour la gloire» mais «pour le collectif». «Un aîné n'a pas plus à apporter qu'un élu jeune», estime-t-elle.

Antoine Rochat n'envisageait pas de se mettre en lice. C'est «poussé» par deux citoyens qui, comme lui, se sont opposés l'an dernier avec succès au projet de fusion entre leur commune de La Brillaz et Autigny, que cet économiste de 74 ans a accepté de figurer sur la liste Autres Visions. L'habitant d'Onnens a fait partie de la commission financière entre 2005 et 2015. Cette année, pour cette élection au Conseil communal, il faisait acte de candidature pour la première fois. «Je suis agacé par l'attitude de certains élus, qui se prennent pour des roitelets. En assemblée communale, on nous présente toujours des budgets déficitaires, alors que les comptes finissent souvent dans le noir. L'autorité communale doit être franche, honnête et transparente avec les citoyens et les contribuables, et rester modeste. C'est pourquoi cette idée d'une «autre vision» me plaît», explique cet indépendant d'esprit, qui se situe plutôt au centre de l'échiquier politique.

«Je peux amener des idées»

«Moralement», Gérard Toffel se sentait obligé d'être candidat au Conseil général de Siviriez. L'enseignant retraité, 68 ans, et ancien secrétaire communal de Prez-vers-Siviriez, est en effet l'un des instigateurs du projet de législatif communal dans la commune fusionnée. Ils étaient 73, sur trois listes, à viser l'un des trente sièges en jeu pour la première fois. Gérard Toffel figurait sur la



L'engagement politique à l'échelle communale (général d'Estavayer) suscite des vocations che

A L'AGE DE LA RETRAITE



(ici le siège de la présidence du Conseil z les retraités. CAG

liste «Unis pour Siviriez - Agir», une liste citoyenne non politisée. «Je peux apporter une certaine expérience et des idées, par exemple dans le domaine de l'information, encore trop lacunaire», exposait fin février le candidat, qui se positionne au centre gauche. «Mais je n'ai pas d'ambition particulière. Si je ne suis pas élu, je ne serai pas frustré. Et si je le suis, je céderai ma place dans deux, trois ans, quand j'en aurai 70.»

Marcel Girard était partant pour le Conseil général d'Estavayer pour la troisième fois. Même s'il n'a jamais franchi le seuil du législatif, l'ancien mécanicien aux CFF, 75 ans, a à nouveau répondu positivement à la demande de son parti, l'UDC. S'il n'a pas fait campagne, ce retraité «qui dit ce qu'il pense» défend l'idéologie de sa formation et «aime bien suivre la politique». Favorable à des appartements accessibles aux aînés, le doyen des 18 candidats de sa liste a encore envie de s'impliquer dans sa commune, histoire aussi d'en «freiner un peu les dépenses».



François Bouverat est entré au tout nouveau Conseil général de sa commune d'Avry il y a cinq ans. Une première fonction électorale pour ce prof de français alors âgé de 65 ans. Élu sur la liste PS, l'actuel président du législatif retire «beaucoup de choses» de cette expérience. «Ça m'a obligé à lire des règlements un peu répulsifs mais qui ont fini par m'intéresser! Confronter ses idées, sans polémiquer, est aussi un exercice très formateur. Et on apprend la distance et la patience. Quand on est retraité, on n'a plus rien à prouver. On ne fait que donner, sans attendre quelque chose en retour.»
Claude-Alain Gaillet

Ils étaient 227 candidats de 65 ans et plus

Selon une analyse fine basée sur les listes publiées sur le site de l'Etat, nous avons dénombré 227 personnes de 65 ans et plus en lice pour une fonction électorale dans les 122 communes concernées (4, fusionnées, éliront leurs autorités cet automne). A noter que 19 seniors visaient à la fois le conseil communal et le conseil général, ce qui donnait 246 candidatures en tout pour cette tranche d'âge.

Sur ces 246 candidat.e.s, 93 avaient un œil sur l'exécutif (sur 1253 prétendants au total) et 153 (sur 2514) briguaient un siège dans un des 27 conseils généraux. Ces retraités représentaient respectivement 7,4% des conquérants aux conseils communaux, et 6,1% des partants pour les conseils généraux.

Dans la tranche d'âge 65-70 ans, ils étaient 72 (dont 16 femmes) à vouloir s'asseoir dans un fauteuil municipal, et 115 (dont 26 femmes) à espérer occuper un siège du législatif communal. Dans les 71 ans et plus, ils étaient 21 (2 femmes) à prétendre au conseil communal, et 38 (6 femmes) à convoiter le conseil général.

Tous ces candidats n'étaient pas que des novices. Sur les 93 en lice pour le conseil

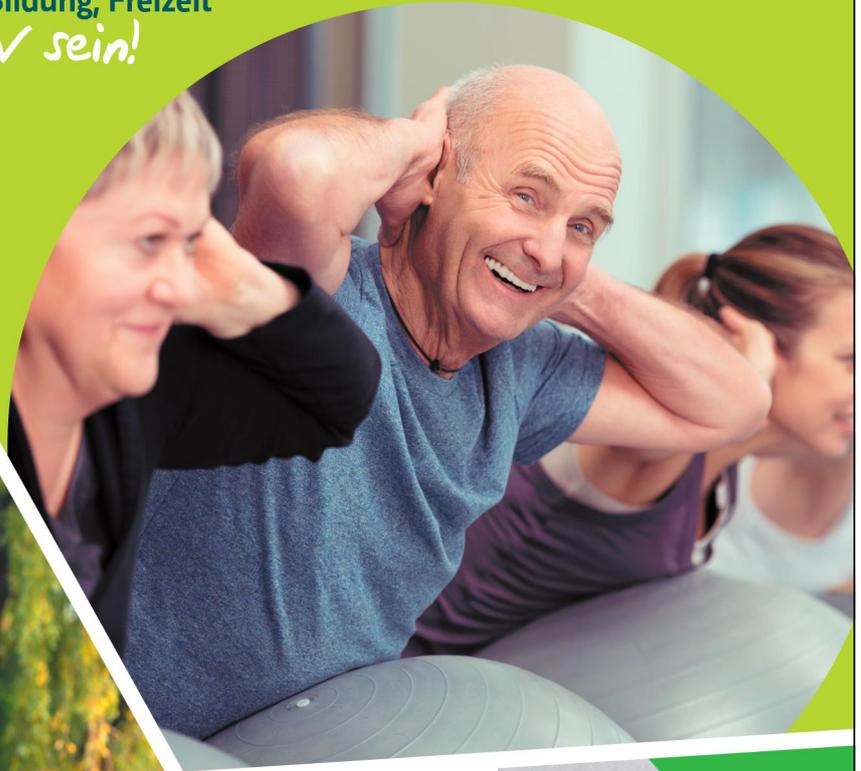
communal, 65 (dont 12 femmes) étaient des sortants. Ainsi, 28 aînés (6 femmes) se sont lancés pour la première fois, dont 6 de 71 ans et plus. Pour les conseils généraux, on dénombrait 53 sortants (11 femmes) et 100 aînés (21 femmes) pour qui c'était une première ou un retour après une pause de quelques années. Dans la tranche 71 ans et plus, 21 candidats (3 femmes) étaient signalés comme nouveaux. On retiendra encore de ces statistiques que le plus âgé des candidats affichait 78 ans (pour l'exécutif de Ménières) et la doyenne des candidates avait 76 ans (conseil communal de Granges).

Dans la législature qui s'achève, le Service des communes sollicité par *Horizon* relève 21 syndics et 5 syndiques de 66 ans et plus, ainsi que 85 conseillers communaux (11 femmes) de la même tranche d'âge. Et dans les conseils généraux, ils sont, toujours dans les 66 ans et plus, 92 hommes et 16 femmes à terminer leur mandat. **CAG**

Nos tableaux statistiques sont à découvrir sur le site www.ffr-frv.ch, chapitre Horizon

être actif!
Sport, formation, loisirs
Sport, Bildung, Freizeit
aktiv sein!

être mobile!
Moyens auxiliaires
Hilfsmittel
mobil sein!



PRO SENECTUTE

www.fr.prosenectute.ch



être entouré!
Tavolata
umgeben sein!

Service des moyens auxiliaires
Hilfsmitteldienst
Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg / Freiburg
Tél. +41 (0)26 347 12 48
info.moyensauxiliaires@fr.prosenectute.ch

Pro Senectute Fribourg
Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg / Freiburg
Tél. +41 (0)26 347 12 40
info@fr.prosenectute.ch

POLITISCH ENGAGIERTE SENIOREN

KOMMUNALWAHLEN: 227 RENTNER MIT DABEI

Im Moment, wo Sie diese Zeilen lesen, wird das Rennen um die Freiburger Gemeindebehörden schon fast abgeschlossen sein. Die grosse Mehrheit der Gewählten wird man ab dem 7. März kennen, ausser an wenigen Orten, wo am 28. März ein zweiter Wahlgang stattfindet.

Unter den Gewählten rangieren eine gewisse Anzahl Rentner. Wie viele? Rein unmöglich, dies zehn Tage vor dem Wahlgang, beim Entstehen dieses Artikels, zu erraten. Aber Horizon wollte genau wissen, wie viele Kandidatinnen und Kandidaten denn überhaupt einen Sitz im General- oder Gemeinderat anstreben. Einigen hat Horizon das Wort gegeben. Unter den Kandidaten sind auch politische Neulinge.

Die Internetlisten des Staates erlauben eine eingehende Analyse der Kandidaturen. So konnten wir 227 wählbare Personen über 65 Jahre in 122 Gemeinden zählen (4 fusionierende Gemeinden werden diesen Herbst wählen). Zu beachten: 19 Senioren visierten gleichzeitig den Gemeinderat und den Generalrat an, was eine Gesamtzahl von 246 Personen für diese Altersgruppe ergibt.

Von diesen 246 Personen hatten 93 den Blick auf die Exekutive gerichtet (von total 1253 Anwärtern) und 153

(von 2514) peilten einen Sitz in einem der 27 Generalräte an. Die pensionierten Kandidatinnen und Kandidaten machten 7,4% bei den Gemeinderatswahlen aus und 6,1% bei den

Generalräten. In der Altersgruppe 65-70 Jahre standen 72 (davon 16 Frauen) für die Exekutive und 115 (wovon 26 Frauen) für die Legislative auf den Listen. 71-jährig und darüber waren 19 Männer und 2 Frauen für den Gemeinderat, respektive 38 Männer und 6 Frauen für den Generalrat.

Wie Joe Biden

Nicht alle Kandidaten waren Newcomer. Von den 93 Anwärtern für den Gemeinderat waren 65 Bisherige (unter ihnen 12 Frauen). Folglich kandidierten 28 Personen (6 Frauen) zum ersten Mal; 6 unter ihnen waren 71 oder mehr Jahre alt. Für den Generalrat standen 53 bisherige Senioren (11 Frauen) auf der Liste und 100 (21 Frauen) waren Neukandidaten oder Rückkehrer nach einer politischen Pause. 21 Männer und 3 Frauen bei den Neukandidaten waren über 71 Jahre alt. Bemerkenswerte Details aus dieser Statistik: Der älteste Kandidat zählte, wie Joe Biden, 78 Jahre (für den Gemeinderat von Ménières) und die älteste Kandi-

datin (für den Gemeinderat von Granges) kam auf 76 Jahre.

In der auslaufenden Legislaturperiode erwähnt das Amt für Gemeinden 21 Ammänner und 5 Ammänninnen im Alter von 66 Jahren und darüber, sowie 74 Gemeinderäte und 11 Gemeinderätinnen desselben Alters. Auch gleichen Alters aber in den Generalräten sitzen ferner 92 Männer und 16 Frauen, die ihr Mandat beenden.

Zeit für gutes Handeln

Es gibt viele Beweggründe, im Rentenalter ein Amt in der Gemeinde zu übernehmen. Wie Horizon erfahren konnte, haben sich einige hauptsächlich in eine Liste eintragen lassen, "um sich nützlich zu machen". Andere missbilligen die aktuelle Politik und bekunden ihren Wunsch, etwas ins Rollen zu bringen. Noch andere tun es, weil sie immer noch den politischen Virus spüren oder weil sie die Transparenz verbessern möchten. Sie hoffen, ihre Erfahrung positiv einbringen zu können und unterstreichen vor allem ihren Vorteil, viel Zeit zu haben. CAG/HB

Graphische Darstellungen ersichtlich auf www.ffr-frv.ch, Kapitel Horizon

Sektion Sense**Pétanque im Programm**

Neu steht auch Pétanque im Programm. Die aktuelle Spielart stammt aus Südfrankreich, der Ursprung geht bis in die Antike zurück. Pétanque gehört zu den Präzisionssportarten. Verlangt wird das genaue Werfen von um die 700 Gramm schweren Kugeln zwischen 6 und 10 Metern auf einem Kiesboden möglichst nahe an die Zielvorgabe heran.



Oft entscheiden Millimeter über die Vergabe von Punkten. DR

Dieser Sport fördert somit die mentale Konzentration in Verbindung mit körperlicher Bewegung. Es spielen jeweils zwei Teams gegeneinander. Jedes besteht aus zwei oder drei Personen und erhält sechs Kugeln. Nach jedem Durchgang werden so viele Kugeln dem Team als Punkte gutgeschrieben, die es näher hat als die nahesten des Gegners. Wer als erster 13 Punkte erreicht hat, hat das Spiel gewonnen.

Nebst dem Spielerischen hat Pétanque auch eine grosse soziale Komponente. Das Besprechen der Vorgehensweise beim Spielen, das Bestimmen der Punkte oder die Diskussionen „über Gott und die Welt“ regen zu interessanten Gesprächen an. Genaue Angaben werden folgen. BB

**Demenzbetreuung:
Who stehen wir?**

Unser Kanton verfügt über ein ausgedehntes und differenziertes System, um die an Demenz leidenden Personen in unserem Kanton zu betreuen. Das antwortete der Staatsrat Anfang Februar auf eine Frage der SP-Grossräte Grégoire Kubschi (Bulle) und Julia Senti (Murten) vom November 2019 (Siehe Hz 52). Acht lange Seiten umfasst die Antwort. Aufgelistet sind ärztlich-soziale Leistungen für Demenz-Patienten in den Spezialeinheiten der MPH wie auch in den Tagessstätten. Genannt werden auch das Freiburger Netzwerk für psychische Gesundheit, Bezirksnetze, das Rote Kreuz, die Alzheimer-Vereinigung, betreuende Angehörige, die IV-Stelle und sogar die Polizei. Sie alle beteiligen sich an der Betreuung der ungefähr 3800 dementen Patienten im Kanton. CAG/HB

INTERGÉNÉRATIONNEL

ÉCHANGES DE SAVOIRS ENCOURAGÉS

Cours de français, d'allemand, d'anglais, et même d'arabe; leçons de maths, de chant ou de violon; apprentissage de la cuisine italienne, de la peinture ou du montage vidéo. Tous ces savoir-faire se partagent. Et c'est encore plus sympathique quand ces échanges peuvent se faire entre générations, entre un étudiant et un aîné, ou vice versa.

Sous le joli nom de Part'âge, trois étudiants de la Haute école de Gestion de Fribourg ont développé un site internet où peuvent être proposés des cours en tous genres. «Nous avons beaucoup de choses à apprendre de nos aînés et nous ne passons que trop peu de temps avec eux», déclarent les initiateurs, qui se disent «affectés par l'isolement social des seniors». «Nous voulons leur redonner la place qu'ils méritent dans notre société.»

Afin de favoriser ces échanges intergénérationnels et pour que les liens espérés se nouent dans un climat ludique et convivial, Part'âge mise sur la «passion» qui anime nombre de personnes désireu-

ses de transmettre leurs connaissances.

Mise en ligne à fin 2020, la plateforme www.partageswiss.ch ne présente encore pour l'instant qu'une modeste offre, d'une dizaine de cours. Une moitié est proposée par des aînés, l'autre par des jeunes, éclaire Pauline Quartenoud, cofondatrice de Part'âge. Les mesures liées au Covid découragent évidemment, pour le moment, de nouvelles offres ainsi que les rencontres en chair et en os. En attendant que la situation sanitaire s'améliore, les animateurs de la plateforme planchent sur la possibilité d'échanges en ligne. Ils souhaitent également approcher de petits artisans, qui pourraient partager leurs savoirs à travers des tutoriels, par exemple. Afin de se faire connaître son produit, Part'âge pourrait aussi conclure un partenariat avec Le Nouveau Monde, à Fribourg, qui est disposé à lui mettre des locaux à disposition. A terme, l'offre pourrait aussi être étendue à la Suisse romande. **CAG**
Toutes les infos sur www.partageswiss.ch

Parlez-moi d'amour primé

Trois adolescents et quelques résidentes de l'EMS Les Chênes, à Fribourg, qui échangent à propos de l'amour. Cette idée s'est concrétisée par huit vidéos de 3 à 4 minutes chacune, réalisées en 2019. Intitulée *Parlez-moi d'amour*, cette web série a reçu en novembre dernier le 2^e Prix du concours annuel de l'association Innovage Suisse romande (ISR), d'un montant de 2000 francs. Fondée en 2007, ISR réunit des seniors désireux de mettre leurs expériences au service d'institutions d'utilité publique. *Parlez-moi d'amour* rapproche deux générations dans des dialogues authentiques et émouvants. Ces mini documentaires ont été produits par l'association maxi beaux-arts pour le festival Visions du Réel, en partenariat avec la fondation Leenaards et le Service de la prévoyance sociale du canton de Fribourg. Ils peuvent être vus sur fromdustpictures.com/parlez-moi-d-amour. **CAG**

Loro: le bon chiffre

Le montant total des dons versés en 2019 par la Commission cantonale de la Loterie romande à tous les bénéficiaires fribourgeois s'est monté à 18,4 millions de francs et non à 30,3 mio comme écrit par erreur dans le dernier numéro d'*Horizon*. La part de 1,3 mio accordée à des institutions s'occupant de personnes âgées dans le canton représente donc 7% des dons attribués (et non 4,3%). Hz

Le chiffre



74

Die Zahl



C'est, en pourcents, le nombre de personnes de 65 ans et plus qui utilisent Internet, selon une étude mandatée par Pro Senectute Suisse et publiée en 2020. Ce pourcentage a presque doublé en dix ans.

74 Prozent der über 65-Jährigen benutzen Internet. Diese Zahl hat sich innert 10 Jahren fast verdoppelt. (Studie im Auftrag der Stiftung Pro Senectute Schweiz, 2020).

LA COLLECTION DE LIVRES DE CHEZ NOUS À DÉCOUVRIR ABSOLUMENT!



Pour toute commande
d'une publication passée en ligne
sur www.montsalvens.ch,
10% est versé
en faveur des



Se faire plaisir
et faire plaisir!



Envoi franco de port

éditions
montsalvens

FIN DE VIE

UN COURS POUR ENTOURER AVEC DOIGTÉ

Quand débute la fin de vie? Qu'est-ce qui m'importe en fin de vie? Qui décide pour moi? Que se passe-t-il au moment de la mort? Ce sont là quelques-unes des questions abordées dans le cours «Derniers secours». Durant six heures, sur une journée, les participant.e.s acquièrent des bases pour accompagner au mieux les personnes en fin de vie. Avec deux formatrices, sont discutés des thèmes comme «la mort fait partie de la vie», «anticiper et prendre des décisions», «soulager des souffrances» ou encore «faire ses adieux».

Ce cours a été conçu et développé en Allemagne, en 2012, par le D^r Bollig, un médecin en soins palliatifs. Il a connu un rapide succès et il a été introduit dans de nombreux pays européens. Il est arrivé en Suisse il y a trois ans, par l'Eglise réformée zurichoise qui en a acheté la licence. Des milliers de personnes l'ont suivi. En Suisse romande, il a d'abord été proposé, en 2019, dans le canton de Vaud par l'association Palliative Vaud.

D'accès facile et avec l'objectif de sensibiliser à une attitude palliative, «Derniers secours» s'adresse à tout un chacun. Il est en principe gratuit mais une participation de 20 francs pour couvrir d'éventuels frais peut être demandée. Pandémie oblige, les cours actuellement dispensés par Palliative Vaud, au rythme d'un par mois environ, ont lieu en ligne. D'ici fin 2021, une vingtaine de cours auront été donnés ces trois dernières années dans le canton voisin, et ce dans toutes les régions, rapporte Esther Schmidlin, de Palliative Vaud.

Démarrage annoncé sur Fribourg

Qu'en est-il dans le canton de Fribourg? Le démarrage prévu l'an dernier a été retardé à cause du Covid. Palliative FR a obtenu de la Direction de la santé une enveloppe de 15'000 francs qui lui permettra de mettre sur pied trois cours «Derniers secours» dès cet automne, et trois autres en 2022. Dates et lieux ne sont pas encore fixés, indique Thierry

Müller, responsable de Palliative Fribourg. Ces cours seront limités à une quinzaine de participant.e.s.

Parallèlement à «Derniers secours», Palliative FR est associé à la Haute école de Travail social pour sensibiliser à l'approche palliative au sein du réseau de soins cantonal. Cette toute nouvelle formation s'adresse à des professionnels et à des bénévoles actifs dans les soins palliatifs, que ce soit à domicile, en EMS ou en milieu hospitalier. Elle s'étend sur quatre jours, à raison d'un jour par mois. Plus étoffé que celui de «Derniers secours», le programme porte notamment sur l'histoire des soins palliatifs, le contexte de la fin de vie, le questionnement sur ses propres valeurs, la palette des ressources, les contributions de diverses disciplines.

La première session de ce nouveau programme, payant (400 fr./personne), débutera en septembre pour se terminer en décembre. Un cours en allemand sera proposé dès 2022. **Claude-Alain Gaillet**

Alarme Croix-Rouge

Une sécurité de tous les instants

Vous possédez un natel
ou une tablette,
mais vous ne savez pas comment les utiliser ?



Plus d'informations sur
www.croix-rouge-fr.ch
ou au 026 347 39 52



**Nous sommes
là pour vous aider !**

Les bénévoles de la Croix-Rouge Jeunesse
vous donnent rendez-vous

chaque mardi de 17h à 18h

À Fribourg: Croix-Rouge fribourgeoise, rue Guillaume-Techtermann 2

À Bulle: Institut Ste-Croix, rue du Marché 10

Croix-Rouge fribourgeoise
Freiburgisches Rotes Kreuz 
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

Informations et inscription:
Croix-Rouge Jeunesse
fribourgeoise
026 347 39 61
crj@croix-rouge-fr.ch

Et c'est gratuit !

Croix-Rouge Jeunesse fribourgeoise

Toutes les réponses aux questions que vous vous poserez cette année.

**Offre
spéciale !**

**1 an pour Fr. 68.-
Fr. 58.-**

**2 ans pour Fr. 120.-
Fr. 107.-**



**11 NUMÉROS PAR AN
+ 2 HORS-SÉRIES**

**VOS AVANTAGES
ABONNÉS :**

- Cours d'informatique
- Des concours chaque mois
- Communauté en ligne
- Voyages en Suisse et à l'étranger
- Et encore plus...

S'abonner

021 321 14 21

abo@generations-plus.ch

www.generations-plus.ch/club-abo

CODE PROMOTION: fvr20vd

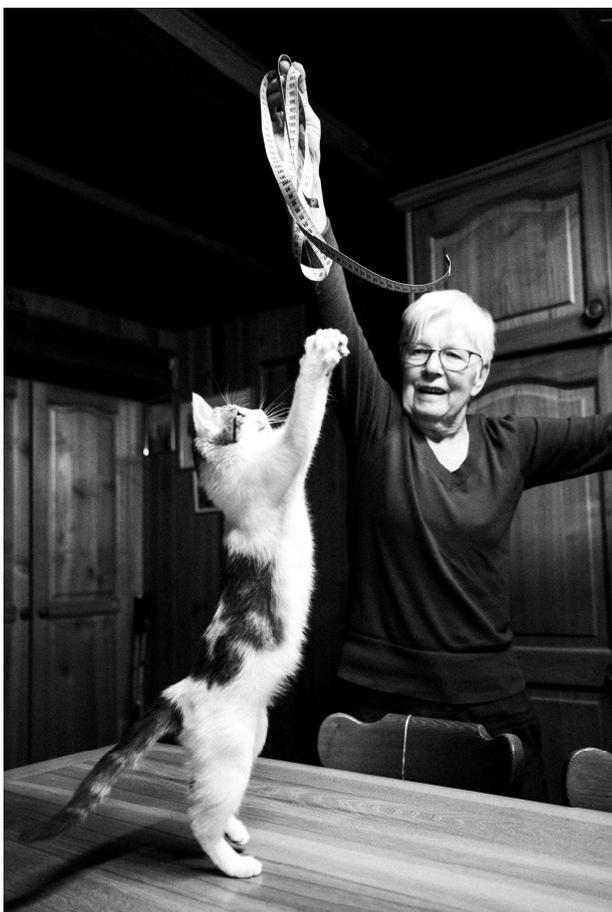
générations

VOTRE AVENIR EN QUESTIONS ET EN RÉPONSES

REGARD



CARTE BLANCHE À ADRIEN PERRITAZ



Nous avons donné carte (noire et) blanche à Adrien Perritaz. Le jeune photographe indépendant de Villarod (22 ans) a choisi de montrer le quotidien d'Anne-Marie (78 ans) et Fernand (80), ses grands-parents. HZ www.adrienperritaz.com



RÉÉDITION

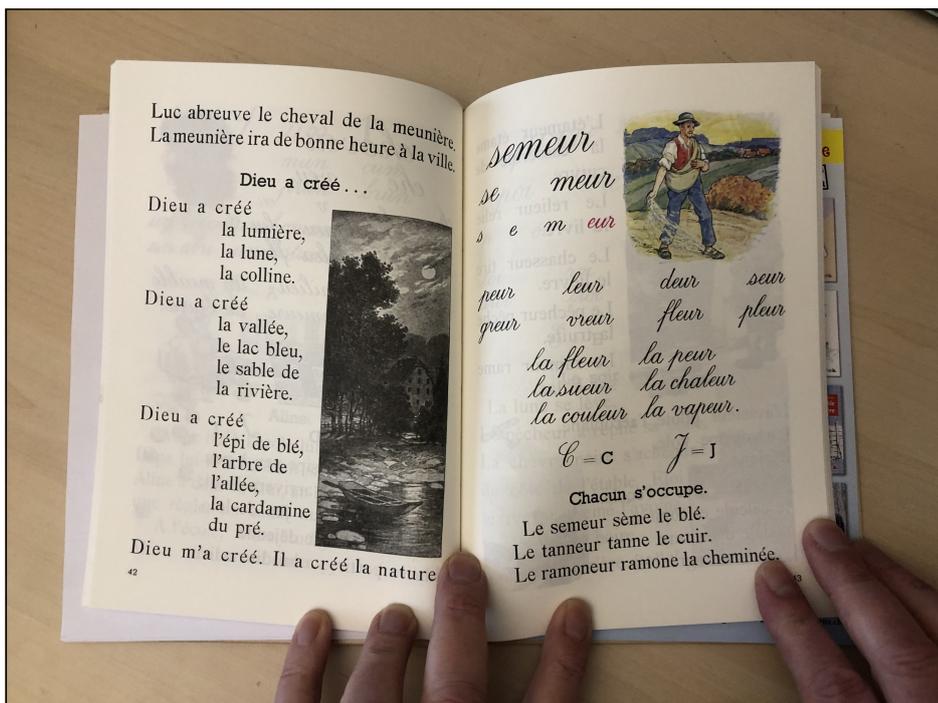
LE SYLLABAIRE DE PLUSIEURS GÉNÉRATIONS

Voilà qui rappellera quelques bons - ou mauvais? - souvenirs à celles et ceux qui ont commencé l'école dans les années 20, 30, 40 ou 50 du siècle dernier. Les Editions Montsalvens, à Bulle, ont en effet eu l'épatante idée de rééditer juste avant Noël dernier *Mon syllabaire*, le livre d'apprentissage de la lecture et de l'écriture des petits Fribourgeois, qui fut utilisé en classe pendant près de quarante ans, de 1923 à 1962.

Conçu et rédigé par Valentine Marchand, et superbement illustré par Fernand Caille, *Mon syllabaire* a été, dans l'histoire de l'école fribourgeoise, le troisième du genre. Le premier «abécédaire» officiel du canton fut l'œuvre de l'éminent pédagogue Grégoire Girard, dont la première édition date de 1812. *Mon syllabaire* fut, lui, réimprimé en 1940, 1953 et 1957. Sa récente cinquième édition est le fac-similé de la précédente. *Epine en fleur* prit le relais, de 1962 à 1982. Illustrée par Teddy Aebly, cette méthode pour l'enseignement de la lecture fut le dernier ouvrage d'apprentissage par le mode syllabique.

Le monde rural omniprésent

Pour les nostalgiques, *Mon syllabaire* n'est pas seulement à feuilleter. Il est aussi à lire. Parce qu'il est le reflet, idéologique, d'une époque, d'une vision du monde, d'un système de valeurs. La nature, la



Mon syllabaire est aussi le reflet d'une époque et d'un système de valeurs. CAG

ferme, les travaux des champs, le ménage sont des thèmes récurrents. La ville n'y a pas sa place. Et la répartition des rôles ne se discute pas: «Julia épluche le légume» et «Suzanne repasse une nappe», alors que «Gustave mène le cheval par la bride» et qu'«Emile répare la commode».

La religion et la morale ne sont pas en reste. Des volées d'écoliers fribourgeois

auront ainsi appris que «Dieu voit tout. Il te voit. Enfant, sois toujours sage», que «dès le matin, offre ta journée au bon Dieu», et que «le soir, n'oubliez pas votre prière». Et puis, «apprenez à obéir» et «dis bonjour à ton bon maître d'école». Un collector, quoi!

Claude-Alain Gaillet

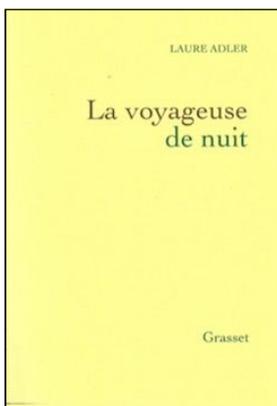
Vente sur www.montsalvens.ch et en librairie



La voyageuse de nuit

Laure Adler, Ed. Grasset, 2020, 224 p.

Singulière introspection à laquelle nous convie Laure Adler. Avec *La voyageuse de nuit*, la journaliste et écrivaine française propose une topographie très personnelle de la vieillesse, façonnée par quatre ans de recherche. Sur cette carte modelée de réflexions, de rencontres, de souvenirs, d'observations, on y croise aussi bien de Beauvoir que Duras, Mauriac que Morin, Hessel que Varda ou quelques anonymes. Une déambulation entre l'acceptation (ou le refus) du temps qui passe, la mise en scène de la mort, l'épreuve du deuil mais aussi la sérénité. Oui, il y a bien mille manières de vieillir, chacun à sa façon. **CAG**



Oh! Vieillesse - La galère des proches aidants

Barrigue, Ed. Slatkine, 2020, 120 p.

«Mes dents et moi, on ne dort plus ensemble!» «- J'ai une bonne nouvelle! - Pour qui? - Pour moi, je vais vous placer en institution!» A 70 ans, Barrigue n'a rien perdu de son esprit caustique et sarcastique. Dans son dernier recueil, le caricaturiste brosse sans ménagement en 112 dessins un univers un peu glauque et déprimant des proches aidants. Le trait est incisif, acéré, le ton parfois cruel, parfois graveleux, parfois avec une pointe de tendresse, quand même. Le cofondateur de *Vigousse* met le doigt où ça fait mal. Sans pincette, le propos fait mouche. Encore une louche? «- Je veux rester chez moi. - Alors on va t'empailler!» **CAG**

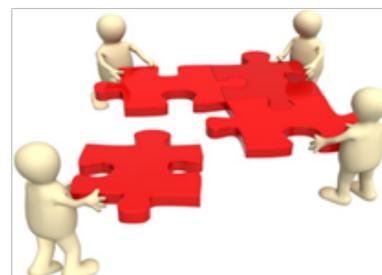


Sense

KOORDINATIONSSTELLE GESUNDHEITSNETZ

Die Koordinationsstelle des Gesundheitsnetzes Sense gibt es seit März 2019. Sie ist eine der Massnahmen aus der kantonalen Alterspolitik Senior+ und aus dem Alterskonzept 2018 –2030 des Sensebezirks.

Die Koordinationsstelle hat folgende Kernaufgaben:



❶ Die Koordinatorin beantwortet Fragen rund ums Thema Alter. Sie informiert die breite Öffentlichkeit per Telefon oder Webseite über bestehende Dienstleistungen und Unterstützungsangebote zum Thema Alter.

Montag – Freitag:
08.30 – 11.30
026 494 45 45
www.gesundheitsnetz-sense.ch

❷ Sie vernetzt die verschiedenen Akteure, koordiniert die Angebote und eruiert welche Angebote noch fehlen. Neu: Für die Koordination der Anfragen von Pflegeheimplätzen gibt es seit November 2020 ein Instrument, das die Koordinationsstelle und die Pflegeheime gemeinsam nutzen. Eine Anmeldung in einem Pflegeheim des Sensebezirks ist möglich unter: www.anmeldung-gn-sense.ch

❸ Sie beteiligt sich aktiv an der Umsetzung des Alterskonzepts und der Alterspolitik Senior+ im Bezirk indem sie in der Kommission für Altersfragen mitarbeitet. In Zusammenarbeit mit der Fachhochschule für Gesundheit wurde die Bevölkerung zu den Themen Arbeit, persönliche Entwicklung, Vereins- und Gemeinschaftsleben, Infrastruktur, Wohnen und Dienstleistungen, Pflege und Betreuung befragt.

Die Resultate dienen den Gemeinden als Basis für die Erarbeitung der Gemeindekonzepte zum Thema Alter.

Die Alterspolitik Senior+ bringt für das Gesundheitsnetz neue Aufgaben und Verantwortlichkeiten mit sich. Gemeinsam mit den Partnern arbeiten wir an der Klärung der Kompetenzen im operativen und strategischen Bereich.

Die Arbeit bei der Koordinationsstelle ist bereichernd, weil ich hier die Möglichkeit habe, mich für die Anliegen des Be-

zirks einzusetzen. Ab April 2020 arbeiten wir zu zweit bei der Koordinationsstelle (60% + 40%) und freuen uns auf den Austausch mit Ihnen und auf die weitere Zusammenarbeit mit allen Akteuren und Interessierten.

Für die Koordinationsstelle
Christine Meuwly

In dankbarer Erinnerung an Elisabeth Raemy-Lauper

Am 23. Mai 2012 wurde Elisabeth in den Vorstand gewählt. Ihr wurde der Bereich Buchhaltung und Adressverwaltung anvertraut. Beide Aufgaben sind mit viel Arbeit verbunden. Nur zu denken an die vielen Mutationen sowie an das Inkasso und das Verbuchen von um die elfhundert Mitgliederbeiträge. Während diesen mehr als acht Jahren hat Elisabeth ihre Aufgaben engagiert, pflichtbewusst und äusserst zuverlässig bis zu ihrem Tod wahrgenommen. Sie war für den Verein aber auch für den Vorstand eine grosse Stütze. Das Wohlergehen der Rentnervereinigung war ihr wichtig. Sie lebte dafür.

Wir durften Elisabeth aber auch als eine grossartige Persönlichkeit kennen und schätzen lernen. Wir waren immer wieder beeindruckt von der Kraft und dem starken Willen dieser physisch eher kleinen, aber innerlich grossartigen



«Elisabeth, wir vermissen dich.»

Frau, ihrem positiven Denken und ihrer Herzlichkeit. Wenn man sie fragte, wie es geht, sagte sie stets: „Es geht mir gut“. Elisabeth war für uns im Vorstand eine grosse Bereicherung. Wir haben sie sehr gemocht. Ihr plötzlicher Tod hat uns überrascht. Sie nicht mehr unter uns zu haben stimmt uns traurig. Wir vermissen Elisabeth. Die schönen Momente, die wir gemeinsam verbringen durften spenden Trost. Wir denken dabei an den Tag unserer letzten GV, an welchem sie ihren 82. Geburtstag feiern konnte und auch das Protokoll schrieb, so wie an das letzte Zusammensein am 10. Juli. Ihre Teilnahme an

der Vorstandssitzung vom 24. August war organisiert. Es kam anders. Nach einem Sturz in der Wohnung musste sie notfallmässig ins Spital gebracht werden, wo als Ursache ein Hirnschlag festgestellt wurde, von dem sie sich nicht mehr erholte und am 3. September verstarb.

Wir werden sie in guter und dankbarer Erinnerung behalten. Vo

67'500 ouvrages sur la vieillesse à consulter

La bibliothèque de Pro Senectute Suisse comprend quelque 67'500 ouvrages sur la vieillesse et le vieillissement. Il s'agit de la plus grande collection de titres spécialisés dans ce thème. Constitué à partir de 1968, ce corpus sera transféré en mars prochain à la Haute école zurichoise de sciences appliquées (ZHAW), qui est proche de la gare de Winterthur. Dès le 1^{er} avril, la bibliothèque sera accessible six jours sur sept au public, aux étudiants, aux chercheurs, aux organisations. Ce déménagement renforcera la transmission des connaissances sur la vieillesse, souligne Pro Senectute dans une newsletter. Ce déménagement permettra aussi de renforcer le domaine de la gérontologie appliquée, laquelle «gagnera en importance dans la recherche et l'enseignement à la ZHAW», déclare la responsable de la bibliothèque de la Haute école. L'accès à ce catalogue sera étendu à de nouveaux cercles d'intéressés. **CAG**

AGENDA

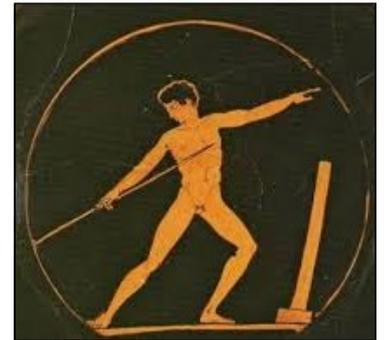
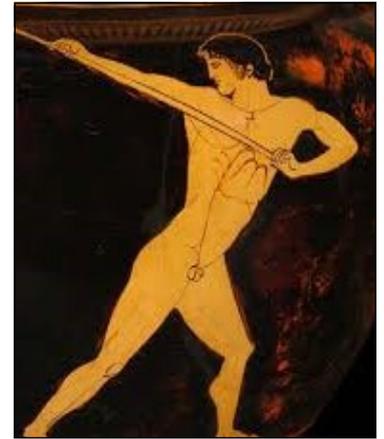


- **21. April**, Sektion Sense
Ein Vormittag im Zeichen der Dialekte
St. Antoni, Burgbühl
 - **4. Mai**, Sektion Sense
Frühlingstreffen
Bösingen, Gasthof Drei Eidgenossen
 - **18. Mai**, 14:00, Sektion Sense
Tanzanlass
Tentlingen, Restaurant Sternen
 - **4. Juni**, Sektion Sense
Petanque-Turnier
Wünnewil, Petanqueplatz
 - **8. Juni**, 14:00, Sektion Sense
Tanzanlass
Tentlingen, Restaurant Sternen
 - **9 juin**, Amicale Anciens de St-Paul
Sortie
Probablement en car
 - **10. Juni**, Sektion Sense
Generalversammlung
Giffers, Gasthof zum Roten Kreuz
 - **10. Juni**, Sektion Sense
Generalversammlung
Giffers, Gasthof zum Roten Kreuz
 - **23. Juni**, Sektion Sense
Die Sense - der natürlichste Fluss der Schweiz
St. Antoni, Burgbühl
 - **2. Juli**, Sektion Sense
Petanque-Turnier
Wünnewil, Petanqueplatz
 - **5. August**, Sektion Sense
Sommerausflug nach Engelberg
 - **6. August**, Sektion Sense
Petanque-Turnier
Wünnewil, Petanqueplatz
 - **3. September**, Sektion Sense
Petanque-Turnier
Wünnewil, Petanqueplatz
 - **8 sept.**, Amicale Anciens de St-Paul
Grande sortie
En car
 - **14. Sept.**, 14:00, Sektion Sense
Tanzanlass
Tentlingen, Restaurant Sternen
 - **16 septembre**, section Sarine
Excursion à Hergiswil
- Änderungen vorbehalten*

Visitmoov
Fribourg

EN ROUTE POUR L'ÉVASION!

TRANSPORTS, MUSÉES ET ACTIVITÉS INCLUS
TRANSPORT, MUSEEN UND AKTIVITÄTEN INBEGRIFFEN



Les compétitions grecques avaient toujours un caractère sacré. Illustrations tirées du web

JEUX OLYMPIQUES

LE SPORT DANS LA GRECE ANTIQUE

Reportés d'un an à cause du Covid, les JO de Tokyo auront-ils lieu cette année? Aux dernières nouvelles, il semble que oui. L'occasion de jeter un œil sur les Jeux antiques, avec Philippe Oswald, professeur d'histoire retraité, domicilié à Belfaux.

Chez les Grecs, l'activité sportive n'était jamais un amusement, mais une nécessité, une obligation morale et un élément essentiel de la formation des jeunes en tant que préparation à la vie militaire, active et politique. Pour eux, *ta athla* signifiait «efforts physiques», d'où les termes «athlète» et «athlétisme».

Ces efforts physiques se faisaient à l'occasion d'une compétition accompagnée de prix. Les compétitions grecques avaient toujours un caractère sacré et

elles étaient liées à un sanctuaire précis et à un culte défini. Souvent issues de jeux funèbres, elles étaient organisées en l'honneur de Zeus à Olympie, d'Apollon à Delphes, de Poséidon à Corinthe, etc.

Tous les coups étaient permis

Ces concours étaient couronnés: le vainqueur recevait avec le ruban de la victoire une couronne de feuilles de l'olivier sauvage à Olympie, de laurier à Delphes, de pin à Corinthe. L'esprit de vainqueur du Grec se manifestait aussi dans des concours annuels de tragédies, de comédies, de dithyrambes (poèmes lyriques en l'honneur de Dionysos, dieu du théâtre, de la fête et du vin), de musique, de beauté et de maintien pour les hommes, de céramistes, etc. Lors des fêtes en l'honneur de Dionysos, on sacrifiait sur un autel un bouc (en grec: *tragos*, d'où le mot «tragédie») et on

dansait en récitant les dithyrambes, sorte de scène «théâtrale» tragique.

Les épreuves: la course à pied d'une longueur variable suivant les époques; le saut en longueur (le sauteur se servait d'haltères dans les deux mains pour se projeter en avant); le lancer du disque (qui pouvait peser de 2,3 kg à 5,7 kg); le lancer du javelot muni d'une lanière de cuir; la lutte comprenant trois disciplines: le pugilat (sorte de catch), la lutte et le pancrace où tous les coups étaient permis.

Les athlètes étaient nus. On ne parlait pas de record chez les Grecs, mais leurs victoires constituaient leur *kléos*, leur gloire, chantée dans les odes ou matérialisées dans les sculptures.

Les premiers Jeux olympiques eurent lieu en 776 avant J.-C. et furent réinstallés en 1896 à Athènes par le baron Pierre de Coubertin. **Philippe Oswald**



CHRISTIAN MAGGIORI

«LES AINES M'ONT TOUJOURS TOUCHÉ»

C'est à lui que l'on doit l'enquête menée au printemps dernier sur «les 65 ans et plus au cœur de la crise du Covid-19». Professeur à la Haute école de travail social de Fribourg (HETS-FR), Christian Maggiori est devenu une figure incontournable sur le thème de l'âgisme.

Qu'est-ce qui vous a amené à vous intéresser aux problématiques des personnes âgées?

J'ai passé énormément de temps avec mes grands-parents maternels, qui habitaient l'appartement au-dessous du nôtre. Ils étaient très actifs, très engagés, ils voyageaient beaucoup. Mon grand-père m'a appris à conduire et m'a transmis la passion du foot. La famille, c'était ça: trois générations, moi et ma sœur, mes parents, mes grands-parents. Ma grand-mère paternelle habitait à quelques centaines de mètres. J'avais de très bonnes relations avec elle mais elle a manifesté beaucoup plus tôt des signes de démence. Voir qu'au sein d'une même famille, on peut avoir des réalités et des parcours si différents m'a touché. Une personne âgée en difficulté m'a toujours fendu le cœur.

Quelles sont les thématiques qui vous intéressent plus particulièrement, aujourd'hui?

Il y en a deux. D'une part, tout ce qui est lié au bien-être et à la qualité de vie. Ce thème a toujours été un de mes fils rouges. Et d'autre part, depuis quatre, cinq ans, ce sont les questions de l'âgisme.

Un thème encore minoritaire

Comment définir l'âgisme?

Je vous donne deux définitions. La première, c'est la discrimination d'un groupe d'âge envers un autre groupe d'âge. Cela va dans les deux sens: les personnes âgées peuvent être victimes d'âgisme, mais les jeunes aussi. La seconde est le fait que, quand on parle d'âgisme, dans 90% des cas on sous-entend les discriminations envers la personne âgée. Dans l'âgisme, il y a trois composantes: les stéréotypes, les préjugés et l'acte de discrimination. L'âgisme peut avoir des conséquences graves sur la santé et le fonctionnement social de la victime.

Est-ce une thématique récente?

On parle d'âgisme depuis une cinquantaine d'années. Mais dans les sciences sociales, cela reste un thème minoritaire, alors



Le Prof. Maggiori s'intéresse aux questions d'âgisme. Ghislaine Heger

que c'est probablement la forme de discrimination la plus fréquente en Europe.

Fribourg est-il devenu leader dans ce domaine?

Petit à petit, la HETS-FR devient un point de référence, avec Lausanne. C'est un domaine appelé à se développer.

Sentez-vous de l'intérêt chez vos étudiants?

Il est encore trop sporadique. Cela tient à la structure des cours, par module. Le thème de la personne âgée est encore largement insuffisant.

Travaillez-vous de manière interdisciplinaire?

Oui. J'ai déjà pu réaliser des projets avec l'Ecole d'ingénieurs et d'architecture. Nous avons développé des scénarios de réalité virtuelle, en vidéos de cinq, six minutes, pour présenter des situations d'âgisme. Par exemple, dans un magasin de smartphones, où un aîné vient acheter un appareil, accompagné de son fils. Le vendeur aura davantage tendance à s'adresser au plus jeune. On va développer d'autres scénarios.

Quelle peut être l'utilité de votre travail?

Nous avons reçu un mandat du Réseau Santé Sarine pour développer une série de concepts, de recommandations, de pistes, que les communes peuvent mettre en place dans le cadre de Senior+.

Le milieu politique s'intéresse-t-il assez aux questions de vieillissement?

Il y a de plus en plus d'intérêt. Mais on peut évidemment en faire plus.

Votre enquête sur les 65 ans et plus face au Covid sera-t-elle suivie de mesures?

Nous avons obtenu deux mandats, des cantons de Vaud et Neuchâtel, pour approfondir certaines questions. Et nous participons à des réflexions avec diverses autorités. L'étude montre qu'une grande partie des seniors s'est mobilisée pour aider. Il faudrait donc nuancer le discours et parler des aînés qui peuvent aussi amener quelque chose. Il s'agit de penser en terme de situation et de politique de la personne plutôt qu'en terme d'âge et de politique de la vieillesse. **CA Gaillet**

Parcours de vie

- 47 ans, marié, une fille (1)
- A grandi à Bellinzone où il a suivi l'Ecole cantonale de commerce
- Habite Lausanne
- Licence et doctorat (2010) en psychologie à Fribourg où il a vécu 12 ans
- Déménagement à Lausanne tout en travaillant à Neuchâtel (OFS)
- Collaborateur scientifique à l'Uni Lausanne dans un projet de recherche sur la vulnérabilité
- Engagé comme prof ordinaire à la HETS-FR depuis 2014
- Hobbies: fan de foot (Bellinzone, Juventus), cuisine, famille