



Fédération fribourgeoise des retraités
Freiburgische Rentnervereinigung

13
**Section lac: cueillette
des champignons**

26
**Arnaques visant
les personnes âgées:
appeler le 117**



17
**Sektion Sense:
Stabübergabe**



28
**Un effort constant
pour trouver de
nouveaux membres**

HORIZON

TOUS LES RETRAITÉS NE VIVENT PAS DANS L'OPULENCE

Si la majorité des seniors se porte bien en Suisse, un grand nombre d'entre eux, cependant, continue à être confronté à la pauvreté. Quelque 300 000 personnes de plus de 65 ans vivent actuellement dans notre pays au niveau du seuil de pauvreté, voire en dessous. Voyons cette réalité d'un peu plus près pour le canton de Fribourg.

Depuis la guerre en Ukraine et ses conséquences, notamment la crise énergétique, mais aussi l'inflation et la hausse des assurances maladie, toujours plus d'ânés risquent en effet de sombrer dans la pauvreté.

En cause: la hausse du coût de la vie, notamment des produits alimentaires,



Photo Jacques Berset

Alexander Widmer, de Pro Senectute, en conversation avec Jacques Morel.

ainsi que l'augmentation des charges liées au logement et de l'énergie. Ainsi le Groupe E SA a annoncé pour

cette année 2023 une augmentation moyenne de 19,4%, Gruyère Energie SA (GESA) de 45,4 %. 5

RENTNER LEBEN NICHT IN SAUS UND BRAUS

Selbst wenn der Grossteil der Rentner in der Schweiz gut lebt, sind viele unter ihnen von Armut bedroht. In unserem Land leben derzeit 300'000 Personen der Über-65-Jährigen an der Armutsgrenze oder darunter. Analysieren wir die Situation im Kanton Freiburg ein bisschen näher!

Seit dem Ukrainekrieg und dessen Auswirkungen, der Energiekrise, der Inflation und der Verteuerung der Krankenversicherungsprämien, laufen immer mehr Rentner Gefahr, in die Armut abzusinken.

(Siehe den vollständigen Text auf www.ffr-frv.ch)

nous avons tout pour
mettre en lumière
votre message

media f
imprimerie

Fribourg | Bulle | Payerne | Montreux

Quand l'électricité va à vau-l'eau

La libéralisation du marché de l'électricité portait de l'intention de réduire les coûts de cette énergie traditionnellement réservée à des régimes monopolistiques. A priori l'idée pouvait séduire, mais aujourd'hui l'évolution des prix nous prouve qu'il n'en est rien. En effet le marché libre réserve depuis peu d'énormes surprises à ceux qui sont passés du statut de bénéficiaires à celui de victimes. Pensez: vingt fois plus cher, en quelques semaines!

Or jusque-là les électriciens ont toujours fait preuve de compétences livrant leur énergie à des conditions raisonnables basées sur un calcul du prix de revient et qui plus est soumis au Surveillant des prix. Sachons préserver les qualités qu'offre ce service et ne nous laissons pas séduire par des marchands de fausses clés.

Le peuple suisse a refusé une première fois la libéralisation, mais par la suite la «Loi sur l'Approvisionnement en Electricité», décidée par le parlement, l'a ouverte en pre-

mière étape aux grands consommateurs. De plus une ouverture totale est prévue en seconde étape -à venir- sous réserve d'un référendum facultatif.

L'électricité, un produit de première nécessité

L'électricité étant un produit de première nécessité, il ne faut pas la laisser aller à vau-l'eau. On peut donc espérer qu'un nouveau passage devant les urnes saura stopper cette extension, voire revenir sur ce leurre qu'aura été cette libéralisation. Ainsi, les entreprises d'électricité continueront d'être un service public et resteront les fournisseurs privilégiés des consommateurs, seule garantie pour ces derniers d'être alimentés équitablement.

Albert Marti, ingénieur ETS en électricité, ancien président de la Commission des questions économiques (CQE) de la FFR

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

Jacques Berset
rédacteur responsable
079 810 31 06
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 imprimerie 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 Veveyse 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.

ADIEU CLAUDE-ALAIN GAILLET

C'est avec émotion et tristesse que nous avons appris le décès, le 17 janvier, de «notre» journaliste Claude-Alain Gaillet. Sous sa plume et avec son don pour la mise en pages, Claude-Alain a poursuivi, numéro après numéro, l'amélioration de la qualité de notre journal HORIZON. Claude-Alain restera dans nos mémoires comme l'homme qui faisait avancer les dossiers, qui débordait d'idées et les mettait en œuvre. La Fédération Fribourgeoise des Retraités (FFR) est très reconnaissante à Claude-Alain pour tout ce qu'il nous a apporté, malheureusement durant une période beaucoup trop courte. Nous adressons nos sincères condoléances à la famille.

Le Comité de la FFR

J'ai perdu un bon camarade qui m'a «coaché» pour réaliser mes premières éditions d'Horizon et qui en assurait la mise en page avec talent. A-Dieu Claude-Alain

Jacques Berset

L'AVANCÉE EN ÂGE, SES RICHESSES, SES ÉPREUVES (*)

Ma première année de retraite ne m'a apporté que de belles surprises. En tant que gérontopsychologue, je conserve quelques-unes de mes activités d'accompagnement des personnes âgées et de leurs proches, en particulier dans les EMS. Cerise sur le gâteau, un éditeur m'a proposé d'éditer un choix des Propos que je publie chaque mois sur mon site internet: avant-age.ch, où je compte aujourd'hui plus de 25'000 visiteurs. Mon livre - L'avancée en âge, ses richesses, ses épreuves. Éditions de l'Aire 2022 - est maintenant disponible dans les librairies.

Pendant plus d'une trentaine d'années, j'ai eu l'occasion d'accompagner et de soigner un grand nombre de personnes âgées. Cette riche expérience sur le terrain m'a permis d'approfondir ma compréhension de l'avancée en âge, de ses

écueils, de ses épreuves, mais aussi, et dirai-je surtout, de ses ressources, de ses trésors, de ses grandeurs. Parvenue moi-même sur le seuil de cette époque de la vie, j'ai pensé que le moment était venu de partager un peu de cette longue expérience du monde des seniors.

Les 28 articles retenus pour ce recueil - une sélection parmi la soixantaine que



Marianna Gawrysiak

compte mon site internet - ont été choisis pour la diversité des regards qu'ils portent sur l'avancée en âge, la variété des points de vue et des tonalités, mais toujours dans le dessein d'être utiles aux lecteurs, de les aider à traverser ces deux ou trois décennies, de la soixantaine au grand âge, avec sérénité et lucidité.

À ces 28 articles, j'ai joint les témoignages de 28 personnalités qui ont accepté de livrer leur vision de l'avancée en âge: Ruth Dreifuss, Jacques Dubochet, Leonard Gianadda, Gabrielle Nanchen, Rosette Poletti, Pascal Corminboeuf, Jean Winiger, l'abbé Perritaz...

(*) Marianna Gawrysiak, née en 1961 à Budapest, vient en Suisse à l'âge de 22 ans. Elle a travaillé pendant plus de 30 ans comme psychologue-psychothérapeute à l'hôpital psychiatrique de Marsens.

FREUDEN UND LEIDEN DES ALTERNIS (*)

Mein erstes Jahr in Pension brachte mir nicht nur lauter gute Überraschungen. Als Alterspsychologin habe ich einige meiner Aktivitäten als Betreuerin betagter Personen und ihrer Angehörigen beibehalten, besonders in Pflegeheimen. Da war auch noch ein glücklicher Zufall: Mir hat ein Verleger vorgeschlagen, eine Auswahl meiner Artikel zu veröffentlichen, die ich unter dem Namen Propos monatlich auf meiner Homepage «avant-age.ch» schreibe, die heute 25'000 Leser zählt. Sie sind jetzt unter dem Titel „L'avancée en âge, ses richesses, ses épreuves“ (Éditions de l'Aire 2022), als Buch erschienen, welches jetzt in den Buchhandlungen vorliegt.

Während mehr als dreissig Jahren hatte ich Gelegenheit, zahlreiche betagte Personen zu betreuen und zu pflegen. Diese reich gefächerte praktische Erfahrung hat mir erlaubt, das fortschreitende Altern, seine Schwierigkeiten und Klippen gründlich zu verstehen, aber auch, und ich würde sagen, vor allem, seinen Nährboden, seine Schätze und seine Grösse. Jetzt, wo ich selbst an der Schwelle dieser Lebensstufe angelangt bin, scheint mir der richtige Moment gekommen, diese lange Erfahrung in der Welt der Senioren mit anderen zu teilen. Für diese Veröffentlichung wurden jene 28 Artikel ausgewählt - von den 60, welche meine Homepage zählt -, die am besten die unterschiedlichen Perspektiven und Geisteshaltungen im Alte-

rungsprozess widerspiegeln. Sie sollen dem Leser aber auch helfen, die verbleibenden zwei oder drei Jahrzehnte von den Sechzigern bis ins hohe Alter unbeschwerter und bewusster zu durchleben. Zu den 28 Artikeln habe ich Beiträge von 28 Persönlichkeiten hinzugefügt, die bereit waren, ihre Vision des Alterns darzustellen: Ruth Dreifuss, Jacques Dubochet, Leonard Gianadda, Gabrielle Nanchen, Rosette Poletti, Pascal Corminboeuf, Jean Winiger, Abbé Perritaz usw.

(*) Marianna Gawrysiak, geboren 1961 Budapest, wanderte 22-jährig in die Schweiz ein. Mehr als 30 Jahre lang arbeitete sie als Psychologin und Psychotherapeutin im Psychiatrischen Spital von Marsens.

Peut-on être né avant internet et toujours rester à la page ?

VOS AVANTAGES ABONNÉS :

- 11 numéros par an
- 2 hors-séries
- Tous les contenus en ligne
- Des voyages en Suisse et à l'étranger*
- Des concours chaque mois

* avec des prix préférentiels pour les abonnés



S'abonner

021 321 14 21 | abo@generations-plus.ch

www.generations-plus.ch/club-abo | code promotion: **FFR23**

généralisations

VOTRE AVENIR EN QUESTIONS ET EN RÉPONSES

Offre
spéciale
FFR

1 an pour Fr. 76.-
Fr. 58.-

2 ans pour Fr. 134.-
Fr. 107.-

TOUS LES RETRAITÉS NE VIVENT PAS DANS L'OPULENCE



Alexander Widmer, de Pro Senectute Photo Jacques Berset. Photo Jacques Berset

A cela s'est ajouté au 1^{er} janvier l'augmentation des primes des caisses maladie (hausse moyenne de 6,6% par rapport à 2022). Dans ces circonstances, à l'âge de l'AVS, devoir vivre grâce à des prestations complémentaires (PC) offre effectivement peu de marge, comme nous le rappelle Alexander Widmer, membre de la direction de Pro Senectute Suisse.

Il relève que le risque de pauvreté est particulièrement important pour les groupes de personnes disposant seulement du 1^{er} pilier (près de 20 %) et occupant encore un emploi en plus de la rente AVS (8,4 %). Dans le canton de Fribourg, ces deux groupes semblent plus restreints par rapport à l'ensemble du pays.

14,3 % des personnes âgées en dessous du seuil de pauvreté

Pro Senectute tire la sonnette d'alarme : dans le canton de Fribourg, 14,3 % des personnes âgées de 65 ans et plus (environ 7 743 retraités) ont un revenu équivalent se situant en dessous du

seuil de pauvreté défini par la Conférence suisse des institutions d'action sociale (CSIAS), soit 2 279 francs par mois pour une personne seule.

A ce niveau de revenus, avec, en plus, la hausse du coût de la vie et l'inflation, on ne va plus se faire soigner les dents (absence d'assurance pour soins dentaires), on ne va plus pouvoir s'offrir un repas au restaurant, et les repas au domicile vont devenir de plus en plus frugaux ! Les loisirs, ainsi que le cercle social, se restreignent, faute de moyens financiers. Mais si la pauvreté des personnes âgées est trop souvent réduite au manque d'argent, il ne faut pas oublier que cette pauvreté engendre souvent une détérioration de l'état de santé et un sentiment accru de solitude.

19,6 % à risque de pauvreté «relative»

Concernant le risque de pauvreté «relative» : 19,6 % des personnes âgées de 65 ans et plus (environ 10 613 personnes), dans le canton de Fribourg,

disposent d'un revenu équivalent se situant en-dessous du seuil du risque de pauvreté. Soit, selon l'Office fédéral de la statistique (OFS), un revenu de 2 506 francs par mois. En 2020, selon l'OFS, le taux moyen de risque de pauvreté en Suisse était de 15,5 %. Être à risque de pauvreté signifie donc disposer de revenus significativement inférieurs à ceux de l'ensemble de la population, une situation qui engendre un risque d'exclusion sociale. Avec la hausse du coût de la vie, une partie de ces personnes âgées de 65 ans et plus vont malheureusement tomber au-dessous du seuil de pauvreté.

Derrière ces chiffres se cachent des vies humaines

Alexander Widmer, présentant les premières données de l'Observatoire de la vieillesse de Pro Senectute lors des 5 ans du Gérontopôle Fribourg-Freiburg le 30 septembre dernier à Bulle, a souligné que, derrière ces chiffres, se cachent des vies humaines qui ne se résument pas à un tableau Excel ou à un graphique.

Il a rappelé que la loi sur l'AVS a été acceptée le 6 juillet 1947 et introduite en 1948. Mais au début, le niveau des rentes ne permettait pas de vivre. Au cours des années suivantes, la situation n'a que partiellement évolué, même si les rentes ont régulièrement augmenté. De fait, 26 ans après l'introduction de l'AVS, la rente ne suffisait toujours pas à subvenir aux besoins vitaux. Pour pallier cette situation, les prestations complémentaires (PC) ont été introduites en 1966. Elles ont pour but d'aider à couvrir les besoins vitaux lorsque les rentes AVS/AI, les indemnités journalières de l'AI, les autres sources de revenu, ainsi que le patrimoine ne suffisent pas. Concrètement, les PC devraient assurer le minimum vital et prévenir la pauvreté.

Les PC, instrument essentiel de lutte contre la pauvreté des personnes âgées

En 1966, les PC devaient être une solution transitoire jusqu'à ce que l'AVS puisse permettre à chacun de disposer du minimum vital. Aujourd'hui, les PC constituent un instrument essentiel pour lutter contre la pauvreté des personnes âgées.

Au cours des 20 dernières années, le nombre de bénéficiaires de PC à l'assurance-vieillesse est passé de 137 698 à 219 935, représentant une augmentation de 60 %. Cette hausse est disproportionnée par rapport à l'évolution du nombre de personnes âgées de plus de 65 ans, cette catégorie de la population passant de 1 109 200 personnes en 2001 à 1 661 319 en 2021, ce qui représente une augmentation de « seulement » 50 % en vingt ans.

Bénéficiaires de PC : Fribourg au-dessus de la moyenne nationale

La carte des « taux de bénéficiaires de PC » de la Suisse montre d'importantes différences selon les cantons. Le canton avec le taux le plus élevé de bénéficiaires de PC et celui avec le taux le plus bas diffèrent d'un facteur 9. Avec un taux de 19 %, le canton de Fribourg se situe clairement au-dessus de la moyenne nationale. Le nombre

de bénéficiaires de PC à Fribourg a augmenté de plus de 53 % ces dernières années, constate Alexander Widmer.

Les PC, suffisantes pour couvrir les besoins vitaux ?

Si elles sont un instrument essentiel pour lutter contre la pauvreté, les PC peuvent-elles résoudre le problème de précarité chez les personnes âgées, se demande Alexander Widmer. Qui rappelle que les PC englobent les primes d'assurance-maladie, les frais de maladie et les traitements dentaires (toutefois sous certaines conditions). À cela s'ajoutent les contributions mensuelles aux loyers qui, dans le canton de Fribourg, s'élèvent au maximum aux montants ci-dessous :

	Ville	campagne
1 pers.	1325.–	1210.–
2 pers.	1575.–	1460.–

Concernant les besoins vitaux, pour une journée, le montant maximum s'élève à 54 francs pour une personne seule et à 82 francs pour un couple. Au premier abord, ce montant semble plutôt correct, lance Alexander Widmer. Mais si les besoins vitaux sont peut-être assimilés aux denrées alimentaires, en réalité, ils sont bien plus vastes. En plus des impôts, il cite les frais de déplacement, les articles d'hygiène, les frais de téléphone, les primes d'assurance, « sans oublier un poste particulièrement inquiétant en ce moment : l'électricité et le gaz ! »

Quid des différences cantonales et communales ?

Le spécialiste de Pro Senectute constate que les différences cantonales ne sont pas sans importance, en particulier parce que la politique de la vieillesse n'est pas seulement une tâche de la Confédération, mais est également façonnée de manière déterminante aux niveaux cantonal et en partie communal. « À cela s'ajoute le fait que la politique de la vieillesse est un thème transversal et que, selon les circons-

tances, la politique fiscale et la politique de la santé – pour n'en citer que deux – jouent un rôle déterminant ».

La Loi fédérale sur les prestations complémentaires à l'AVS et à l'AI (LPC du 6 octobre 2006), prévoit à son article 2, alinéa 2 que « Les cantons peuvent allouer des prestations allant au-delà de celles qui sont prévues par la présente loi et fixer les conditions d'octroi de ces prestations ». Les prestations complémentaires cantonales sont octroyées aux personnes n'ayant pas les revenus nécessaires à la couverture de leurs besoins vitaux. Ces prestations peuvent venir donc en complément à une rente AI ou AVS. Il existe aussi dans certaines communes de telles prestations.

A Genève, des prestations complémentaires cantonales

Ainsi, dans un canton comme Genève, par exemple, à côté des prestations complémentaires fédérales (PCF) existent les prestations complémentaires cantonales (PCC). Moyennant une participation financière annuelle de 66 francs par abonnement et par personne, les bénéficiaires de prestations complémentaires AVS/AI ont droit dans ce canton à un abonnement TPG annuel donnant l'accès aux transports publics sur l'ensemble du réseau genevois. Le canton de Fribourg ne connaît pas de prestations complémentaires cantonales (PCC).

Jacques Berset

Les PC ne sont pas de l'assistance, mais un droit, elles ne sont pas imposables. Elles se calculent en fonction d'éléments personnels: les revenus (AVS, caisse de pension, 3^e pilier, rente CNA, intérêts de la fortune, part de la fortune supérieure aux franchises admises, etc.) et les dépenses (un montant fixe pour les besoins vitaux régulièrement adapté, un montant forfaitaire pour l'assurance obligatoire des soins, le logement, etc.). Ce système a l'avantage de tenir compte des situations individuelles. C'est la raison pour laquelle les montants octroyés sont différents d'une personne à l'autre.

Les seniors en Valais sont à la page

Les seniors en Valais sont à la page, plus précisément, ils disposent désormais d'une page entière dans les quotidiens du canton, paraissant tous les mois. Le Nouvelliste, pour les francophones, et le Walliser Bote, pour les Haut-Valaisans, parlent désormais de la réalité des aînés, qui représenteront, en 2025 déjà, un quart de la population. L'État du Valais met sur pied une politique active pour améliorer leur qualité de vie.

Cette première page, intitulée « Y'a pas d'âge », ouvre en effet un nouveau chapitre pour les seniors du canton, de Gletsch à St-Gingolph « vers plus de visibilité, de présence médiatique et de participation », écrit Jean-Pierre Salamin, président d'honneur de la Fédération Valaisanne des Retraités (FVR-WVR).

Grâce au soutien de l'Etat

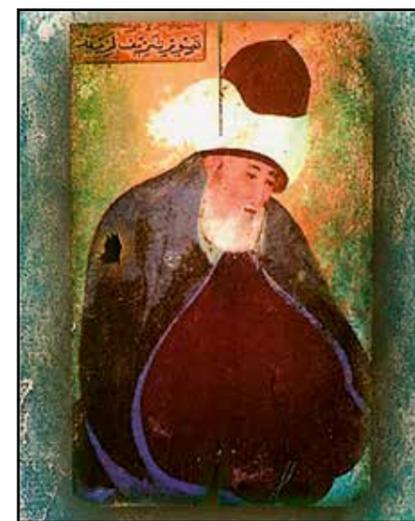
Grâce à l'engagement de l'Etat du Valais, qui finance l'opération née d'une collaboration entre le Service de l'action sociale de l'Etat du Valais, de la Fédération valaisanne des retraités et de Pro Senectute Valais-Wallis. Cette nouvelle page vise à informer, prévenir et valoriser les Générations 60+. Les thèmes qui y seront proposés les concernent en premier lieu et trouveront aussi un écho auprès de leurs proches. Elle paraît les mardis à la fin de chaque mois, note Le Nouvelliste. Dans la première édition de cette page dédiée aux seniors, le Conseiller d'Etat Mathias Reynard, chef du Département de la santé, des affaires sociales et de la culture (DSSC) affirme que « se priver des capacités, du savoir des retraités serait une vraie perte pour la société ! »

Jacques Berset

La maison d'hôte

*L'être humain est comme une maison d'hôtes
Chaque matin, une nouvelle arrivée
Une joie, une dépression, une mesquinerie
Un moment de pleine conscience qui arrive
Comme un visiteur inattendu
Accueille-les et reçois-les tous !
Même s'ils sont une foule de chagrins
Qui balaye violemment ta maison
La vide de son mobilier
Continue à traiter chaque hôte honorablement
Ils sont peut être en train de te vider
Pour faire place à de nouveaux délices
La pensée sombre, la honte et la malveillance,
Accueille-les à la porte en souriant
Et invites-les à rentrer
Sois reconnaissant pour quiconque arrive,
Car chacun d'eux a été envoyé
Comme un guide venant de l'au-delà*

Poème de Jakad-od-in Rûmî



}

Prévoyance funéraire

Pourquoi chacun devrait y penser...

Prévoir, choisir, organiser et régler ses funérailles... Une démarche qui garantit le respect de vos vœux tout en apportant paix et sérénité à vos proches.

Murith SA a compris depuis longtemps la nécessité d'offrir un service de proximité dans lequel l'accompagnement personnalisé, et non à distance, va de pair avec des prestations locales et donc écoresponsables.

Contactez-nous en toute confiance et sans engagement.

MURITH SA
POMPES FUNÈBRES

L'institution prévoyance funéraire Murith SA assure la sécurité des fonds versés.

Fribourg Pérolles 27 www.pfmurith.ch
Tél. 026 322 41 43 info@pfmurith.ch

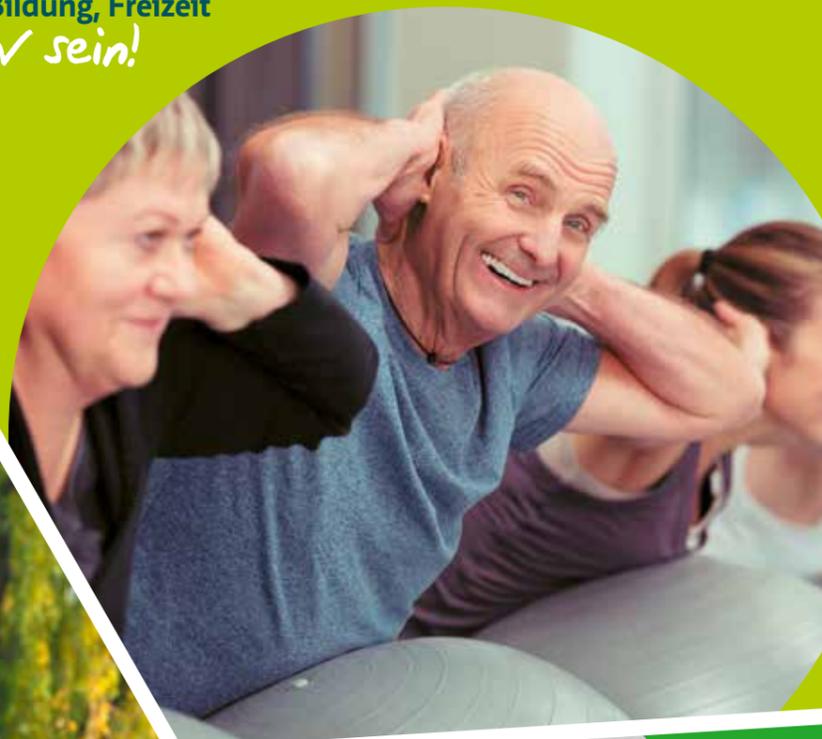
ASSF
Membre de l'Association suisse des services funéraires. Détenteur du Brevet Fédéral

1916

Djalâl ad-Dîn Muḥammad Balkhi ou Rûmî ou Mowlânâ est un mystique musulman persan qui a profondément influencé le soufisme. Il reçut très tôt le surnom de khodâvendegâr, ou mawlânâ khodâvendegâr ou mevlânâ, qui signifie « notre maître ». Son nom est intimement lié à l'ordre des « derviches tourneurs » ou mevlevîs, une des principales confréries soufies de l'islam, qu'il fonda dans la ville de Konya en Turquie.

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

LA PRÉCARITÉ AUGMENTE CHEZ LES SENIORS

«La plupart des personnes qui viennent nous consulter le font pour des questions financières, ce sont souvent des personnes qui font face à la précarité. Avec la crise, l'inflation, l'augmentation des charges de loyer liées au prix de l'électricité et du gaz, on reçoit de plus en plus d'appels angoissés», confie Kathlyn Joya, responsable de la consultation sociale à Pro Senectute Fribourg.

«On aperçoit déjà les conséquences de la crise. Des gens nous appellent parce qu'ils n'avaient pas les moyens de remplir leur réservoir de mazout. Depuis l'automne dernier, cela représente peut-être 3-4 appels

téléphoniques. D'autres se plaignent que tout devient plus cher...», note l'assistante sociale. Ces personnes ressentent fortement les nouvelles anxiogènes, la charge mentale devient lourde.

Kathlyn Joya relève que les personnes peuvent s'adresser à Pro Senectute en cas de difficultés quelconques et que les aides financières ne sont qu'une partie de l'action de l'organisation. Voir la palette des interventions: <https://www.prosenectute.ch/fr.html>.

Fort sentiment d'injustice
«Ayant travaillé toute leur vie, ils pensaient qu'à la retraite, ils auraient pu sortir, faire des voyages, aller au



Kathlyn Joya. Photo Pro Senectute

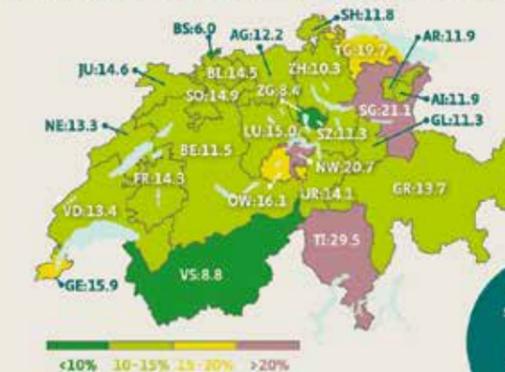
cinéma, boire un café avec des amis... Ils doivent déchanter, n'ayant pas les moyens. Ils ressentent un fort sentiment d'injustice!»
«Notre public cible, ce sont plutôt les personnes vulnérables et une des vul-

La pauvreté des personnes âgées en Suisse en 2022

En Suisse, bien que de nombreux retraités et retraitées disposent d'une bonne situation financière, Pro Senectute estime que 295 000 personnes sont menacées de pauvreté à l'âge de la retraite. Parmi elles, 46 000 se trouvent dans une situation de pauvreté sans issue.

- 13,9% des personnes de plus de 65 ans ont un revenu mensuel inférieur au seuil de pauvreté absolue (2279 francs suisses).
- 13,6% ne peuvent pas se permettre une dépense imprévue de 2000 francs.
- 15,7% peinent à joindre les deux bouts.
- 20,0% des retraités et retraitées sont pauvres ou menacés de pauvreté (2506 francs suisses).

Taux de pauvreté absolue parmi les 65 ans et plus



PRO
SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

Organisation la plus importante fournissant des prestations dans le domaine de la vieillesse en Suisse. Pro Senectute s'engage pour les droits, le bien-être et la dignité de la population âgée. Notre vision est que les personnes puissent vivre de manière autodéterminée jusqu'à un âge avancé en tant que membres valorisés de la société, dans une Suisse exempte d'exclusion et de pauvreté.

En cas de situation financière difficile, nous proposons les services gratuits suivants :

- Consultation sociale
- Aide financière individuelle
- Calculateur de PC



Pauvreté des personnes âgées : facteurs de risque



PRO SENECTUTE Observatoire

Cette fiche d'information se réfère aux résultats de l'enquête sur la pauvreté des personnes âgées menée dans le cadre de l'Observatoire national de la vieillesse de Pro Senectute Suisse. Cette enquête a eu lieu entre juin et août 2022. Il s'agit d'une collecte de données représentative réalisée au moyen d'un sondage téléphonique et en ligne.

En coopération avec :
zhaw, Swisscom, Pro Senectute Suisse



néralités, c'est la vulnérabilité sur le plan financier. Mais il y a aussi des vulnérabilités sur le plan de la santé ou sur le plan social. Il est vrai que nous avons plus de consultations sociales liées aux questions financières». «On peut donner des soutiens financiers concernant des frais liés à la santé, à la mobilité, à l'habitat – pour des charges locatives, l'achat de mazout pour le chauffage, les factures d'électricité, etc. – ou pour des dépenses socio-culturelles... Il s'agit notamment d'éviter l'isolement des seniors en encourageant le maintien et la création de liens sociaux. Pour recevoir ces aides, il faut avoir une rente AVS et en principe des prestations complémentaires (PC). Nous pouvons également entrer en matière pour des personnes qui ne touchent pas les PC, mais à certaines conditions».

En 2021, note Kathlyn Joya, Pro Senectute a reçu 385 demandes d'aide financière, 444 en 2022. «Il y a eu plus de demandes à la sortie du CO-

VID. On s'attend à une augmentation des demandes ces prochains mois!» La Caisse de compensation cantonale a joué le jeu: elle a envoyé une lettre aux bénéficiaires de PC concernant l'augmentation des frais accessoires en raison de la hausse des coûts de l'énergie, afin de pouvoir adapter les acomptes de charge. En règle générale, le bailleur établit une fois par année un décompte final des frais accessoires. Si les frais effectifs sont plus élevés, il facture la différence. Mais cette facture n'est pas remboursée par les PC et elle est entièrement à la charge du locataire. Pour éviter de tels paiements supplémentaires, il est possible de demander au bailleur une augmentation des acomptes de charges. La Caisse de compensation a informé les assurés de cette possibilité et de la possibilité ensuite de demander l'adaptation du calcul des PC. D'autre part, nombre de régions ont averti d'elles-mêmes les locataires qu'il y aurait des augmentations de charges, afin qu'ils puissent

provisionner ces augmentations. Si elle n'a pas encore de statistiques disponibles, Kathlyn Joya constate ainsi davantage d'insécurité chez les personnes qui viennent à la consultation sociale. Elle s'attend à ce que la situation s'aggrave au printemps, quand les décomptes d'électricité ou factures de charges seront envoyés.

Jacques Berset

La fondation Pro Senectute reçoit des subventions de l'OFAS en vertu des articles 17 alinéa 4 et 18 de la Loi sur les prestations complémentaires (LPC). Grâce à ces subventions, elle peut offrir un soutien financier à des seniors qui en ont besoin. Ces aides financières ont pour but de remédier à une situation de détresse financière «de manière ciblée et temporaire». Pro Senectute n'intervient pas pour payer des dettes, les impôts ou les amendes, par exemple. Chaque année, relève Pro Senectute Fribourg, elle distribue près de 500'000 francs d'aides financières.

«Broye pas du noir» ou chanter pour cultiver l'amitié

110 choristes! Tel est aujourd'hui le nombre de seniors qui se réunissent deux fois par mois au sein du chœur «Broye pas du noir». Permettre aux aînés broyards de se rencontrer régulièrement était le but premier de Jean-Luc Maradan, de Léchelles, pour créer une chorale ouverte à tous les seniors, chanteur(se)s confirmé(e)s ou novices dans cet art, avec pour seule ambition de créer du lien et se faire plaisir.

En 2016, cet instituteur à la retraite et ancien directeur de chœur, a lancé avec quelques ami(e)s les premières répétitions et, dans la foulée, a baptisé cette chorale atypique «Broye pas du noir». Au fil des années, les rangs se sont étoffés. «Je me suis vite rendu compte que ça chantait bien», relève Jean-Luc Maradan qui s'est adjoint l'aide d'un ami, Manu Ding, pour le seconder quelque peu dans son rôle de chef.

A ce jour, la chorale compte 110 choristes, avec des registres bien équilibrés, qui se rencontrent 2 fois par mois, les

jeudis, au Restaurant des Arbogues, à Cousset. Le répertoire, très varié, accorde une préférence aux compositeurs de notre canton. Si l'animation des manifestations de la section reste une priorité, le chœur a donné un premier concert (avec succès) en l'église de Cugy l'an dernier et renouvellera l'expérience chaque année.

L'incroyable dynamisme, l'enthousiasme et la gentillesse du directeur ne sont pas étrangers à l'engouement des choristes qui prennent du plaisir à (bien)

chanter mais aussi à se retrouver lors de la troisième mi-temps, autour d'une table pour partager un verre et refaire le monde!

«Broye pas du noir», une grande famille de seniors des quatre coins du district, qui vivent une expérience riche d'amitié, de partage, qui permet d'oublier les soucis et les p'tits bobos le temps des répétitions.

Danièle Mauroux, FFR, section Broye



La chorale «Broye pas du noir» lors de son concert à Cugy en 2022

LA QUESTION DE LA PAUVRETÉ DES PERSONNES ÂGÉES



Albert Noth. Photo Jacques Berset

14,3% des aînés, c'est-à-dire une personne sur sept, seraient pauvres dans notre canton. C'est le résultat d'une étude menée conjointement par la Haute école zurichoise des sciences appliquées et l'Université de Genève, et publiée par Pro Senectute. La pauvreté serait bien plus répandue chez nous qu'en Valais où seul le 8,8% vivrait dans la précarité.

Il est néanmoins mentionné que la grande majorité des aîné(e)s bénéficient d'une bonne, voire d'une situation financière confortable.

Mais comment faut-il définir la pauvreté? Selon l'étude le seuil se trouverait à 2'300 francs de revenus par mois pour une personne seule. Il est évident que le pouvoir d'achat d'un montant fixe sera différent selon le domicile de la personne. La vie, et notamment les logements, sont plus chers dans les grandes agglomérations qu'en milieu rural. La situation économique de personnes ayant des caractéristiques identiques variera dès lors selon leur lieu de domicile. Les différences peuvent être assez importantes et pourraient partiellement expliquer les écarts des taux de pauvreté entre Fribourg et le Valais où la propriété au logement (souvent acquise par héritage) est plus fréquente que chez nous. Il est aussi probable que bien des gens ne se sentent pas pauvres avec un revenu de 2'300 francs, surtout s'ils possèdent une fortune qui peut servir de tampon en cas de besoin. Et pourtant, elles existent, les per-

sonnes âgées pauvres. On les retrouve surtout parmi les personnes de provenance étrangère avec un niveau de scolarité bas. Les femmes sont aussi plus touchées par la pauvreté que les hommes. Toutes ces personnes peuvent cependant faire valoir leur droit à des prestations complémentaires qui seront attribuées si les conditions fixées par la loi sont remplies. Ces compléments garantissent un minimum vital là où les rentes et autres revenus ne suffisent pas.

L'équation vieux est égal à pauvre n'est aujourd'hui, Dieu merci, plus la règle. Le risque se trouve plutôt parmi les jeunes en formation ou les personnes seules avec charge d'éducation. Les pouvoirs politiques le savent bien.

Albert Noth, Commission des Questions Economiques (CQE) de la FFR

Esther Waeber-Kalbermatten nouvelle co-présidente du Conseil suisse des aînés CSA

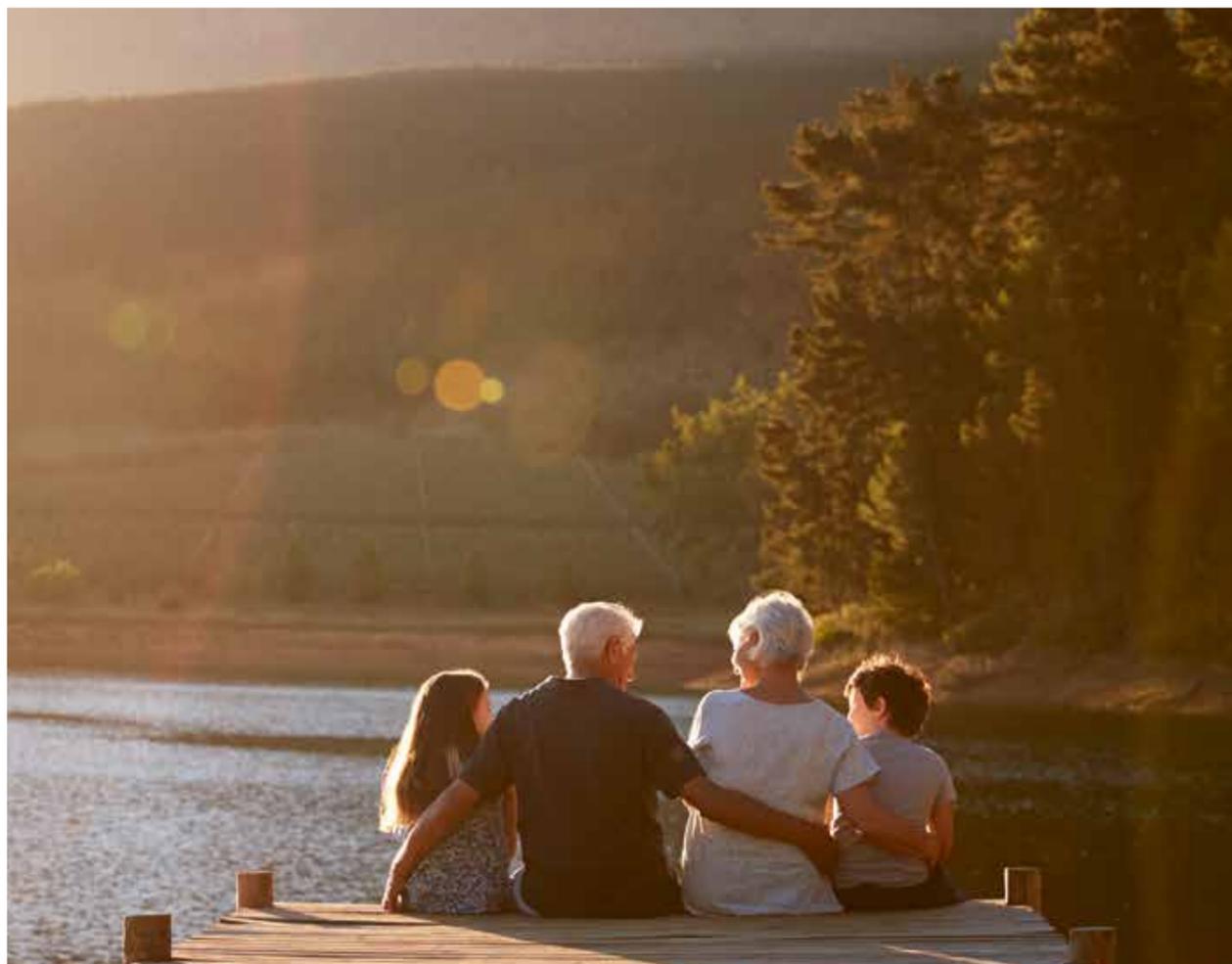
La FARES, la plus grande association de seniors de Suisse, a élu Esther Waeber-Kalbermatten comme nouvelle co-présidente du Conseil suisse des aînés CSA. L'ancienne conseillère d'État valaisanne succède à l'ancienne conseillère nationale soleuroise Béa Heim, qui a démissionné après quatre années à ce poste.

Esther Waeber-Kalbermatten, pharmacienne de profession, a été la première femme élue au gouvernement valaisan en 2009. Elle a exercé sa fonction de conseillère d'État 2021, à la tête du Département de la santé, des affaires sociales et de la culture. La socialiste haut-valaisanne a marqué la politique de son empreinte. Elle a posé des jalons importants, notamment dans les

dossiers de la politique de la santé et des personnes âgées. Esther Waeber-Kalbermatten a pris ses fonctions le 24 février 2023, à l'occasion de l'assemblée des délégué-e-s du CSA.

Le CSA a été créé à l'instigation de la Conseillère fédérale d'alors Ruth Dreifuss il y a 22 ans pour être l'interlocuteur unique des retraités vis-à-vis du Conseil Fédéral. Il est constitué des deux fédérations nationales de retraités qui représentent les courants politiques de gauche et de droite. Ce sont, pour le premier, la Fédération des Associations de Retraités et de l'Entraide en Suisse (FARES), et pour le second, l'Association Suisse des Aînés (ASA).

Jacques Berset



La BCF souhaite aux lectrices et lecteurs d'HORIZON beaucoup de plaisir dans leurs activités en 2023.

Die FKB wünscht den Leserinnen und Lesern von HORIZON viel Spass bei ihren Aktivitäten im 2023.

bcf.ch
fkb.ch



Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank

simplement ouvert - einfach offener

CUEILLETTE DES CHAMPIGNONS SOUS LA PLUIE

Jeudi 29 septembre 2022, malgré la pluie persistante, quelque 84 personnes s'étaient donné rendez-vous à la cabane du foot de Courgevaux pour la traditionnelle cueillette de champignons. La convocation précisait: «vêtements et chaussures adéquats, panier et couteau». Résultat: seuls trois courageux munis de bottes et d'imperméables se sont aventu-

ré dans les bois, sous une pluie fine qui durait depuis le matin. Au retour, contrôle de la récolte par une experte alémanique, qui sépare le bon grain de l'ivraie dans les paniers, où se mélangent champignons comestibles et autres. Mais ce n'était pas avec ces champignons frais récoltés que les membres de la section jouant aux cartes bien au chaud dans la cabane

de Courgevaux allaient se régaler tout à l'heure de... croûtes de champignons. Jacques Berset

Pour info: La section du Lac français de la Fédération Fribourgeoise des retraités compte environ 450 membres. Elle a été fondée en 1995 et son premier président était Robert Pillonel.



La présidente de la section Francine Chervet. Photo Jacques Berset



Cueillette de champignons à Courgevaux. Ceux qui préfèrent les cartes. Photo Jacques Berset



Le moment fatidique le verdict de la contrôleuse des champignons récoltés. Photo Jacques Berset



Les organisateurs de la journée à Courgevaux. Photo Jacques Berset



Cueillette de champignons à Courgevaux. Photo Jacques Berset



UN RÉSEAU DENSE ET EFFICACE

Conseils dans votre point de vente TPF
en gare de Fribourg ou en ligne sur tpf.ch



tpf.ch

tpf

Créateur officiel de souvenirs depuis 1953

BUCHARD Voyages



Réservez vos voyages sans plus tarder
ou demandez nos catalogues
au 027 306 22 30 ou sur www.buchard.ch



BEAT BUCHELI, VOM PRÄSIDENTEN ZUM EHRENPRÄSIDENTEN

RÜCKBLICK PRÄSIDIUM

An der GV vom 23. April 2009 wurde ich in den Vorstand und an der GV vom 19. Mai 2010 als Nachfolger von Joseph Zosso zum Präsidenten gewählt.

In den nun bald 13 Jahren, in denen ich der Rentnerversammlung vorstehen durfte hatte ich vor allem zwei Ziele. Es war einerseits für die Mitglieder der Vereinigung aber auch für die ältere Sensler Bevölkerung, zusammen mit dem Vorstand, Aktivitäten anzubieten, die die Gemeinschaft fördern. Dazu gehörte die Organisation der gesellschaftlichen, kulturellen und sportlichen Anlässe. Im Weiteren sollten dank den Informationstagen im BZB Burgbühl das Älterwerden bereichernd gestaltet und auch erleichtert werden. Das zweite Ziel war die Bedeutung der Vereinigung zu erhalten und zu fördern. Dieses sowohl in der Bevölkerung wie auch gegenüber den politischen Behörden. Es ist wichtig, dass Letztere die Alterspolitik nicht für sondern mit der älteren Bevölkerung vollzieht. Von ihr ist

heute rund ein Fünftel 65 jähig und älter. Hier liegt ein grosses Potenzial an Wissen, Können und Erfahrung, auf das die Gemeinschaft nicht verzichten sollte.

Herzlich danke ich für all die schönen Momente, die vielen und interessanten Begegnungen sowie das Wohlwollen, dass ich in all den Jahren im Rahmen der Rentnerversammlung erfahren und erleben durfte. Einen grossen Dank richte ich an alle aktuellen und ehemaligen Mitgliedern des Vorstandes, die mit mir während diesen dreizehn Jahren die Geschicke der Rentnerversammlung geleitet haben. Einen lieben Dank geht an alle Mitglieder, sei es für das Mitmachen in der Vereinigung, sei es für die finanzielle Unterstützung. Geschätzte Mitglieder, ihr wart die Motivation für unsere Arbeit im Vorstand!

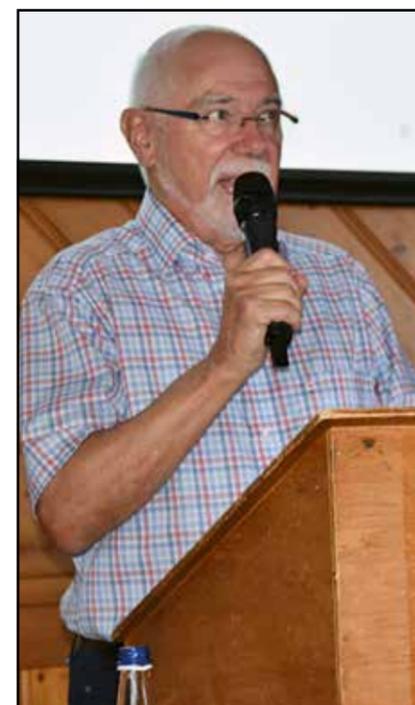
Beat Bucheli

An der Generalversammlung vom 16. Februar 2023 in Alterswil wurde auf Vorschlag von Robert Schwaller, im Namen des Vorstandes der Rentner-



Der scheidende Präsident Beat Bucheli. Foto Jacques Berset

vereinigung des Sensebezirks, Beat Bucheli, scheidender Präsident, zum Ehrenpräsidenten ernannt. Dasselbe galt für die scheidende Vizepräsidentin Geneviève Stulz-Aubry, die zur Ehrenmitglied ernannt wurde.



Der scheidende Präsident überreicht der ebenfalls abtretenden Vizepräsidentin Geneviève Stulz-Aubry einen Blumenstrauss. Foto Jacques Berset



13 juin 2023

Hôtel de ville de Bulle
Grand-Rue 7
1630 Bulle

18h30

Dossier électronique du patient DEP : pour qui ? pourquoi ?

Présentation par Patrick Hof,
secrétaire général, association
CARA

19h00

Diète cétogène et diabète de type 2 : un outil supplémentaire pour le traitement du diabète

Conférence animée par Dr Daniela
Sofra, spécialiste en endocrinologie
et diabétologie

15 juin 2023

Haute école d'ingénierie et
d'architecture de Fribourg
Boulevard de Pérolles 80
1700 Fribourg

19h00

Cancer et travail : changer le regard sur la maladie

Conférence animée par :

- Prof. Dr Daniel Betticher,
président de la Ligue
fribourgeoise contre le cancer
- Chantal Robin, directrice de la
Chambre de Commerce et
d'Industrie du canton de
Fribourg (CCIF)
- Carole Wittmann, directrice de
la Clinique du travail SA

21 juin 2023

Institut Adolph Merkle
Chemin des Verdiers 4
1700 Fribourg

18h30

Dossier électronique du patient DEP : pour qui ? pourquoi ?

Présentation par Patrick Hof,
secrétaire général, association
CARA

19h00

Prière de ne pas cracher ! La tuberculose n'est pas encore une maladie du passé

Conférence animée par :

- Dr Jean-Pierre Zellweger,
spécialiste en médecine interne
et pneumologie
- Pascal Pernet, auteur du
mémoire 3 Prière de ne pas
cracher et la lutte contre la
tuberculose dans le canton de
Fribourg

Alarme Croix-Rouge

Une sécurité de tous les instants

Vous possédez un natel

ou une tablette,
mais vous ne savez pas comment les utiliser ?



Nous sommes
là pour vous aider !

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

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 !
jeunesse
Croix-Rouge Jeunesse fribourgeoise

HEINZ WYLER, NEUER PRÄSIDENT DER SEKTION SENSE

Heinz Wyler ist 2019 in die Rentnervereinigung eingetreten und seit Anfang 2020 im Vorstand, nachgerückt in die Funktion des Kassiers. Jahrgang 1953. Schulen in Ostermundigen, Bolligen und Bern. Aufgewachsen in einer Grossfamilie mit 11 Geschwistern. Betriebsökonom. Während 22 Jahren in verschiedenen Kaderfunktionen im damaligen Bundesamt für Migration. Masterstudium während eines Sabbaticals und ab 2005 Amtsvorsteher im neu geschaffenen Amt für Informatik und Organisation des Kantons Bern. 2013 vorgezogene Pensionierung und anschliessend selbständige Tätigkeit als Fotograf und gleichzeitig zusammen mit seiner Ehefrau, die Hebamme ist, Mitglied der Geschäftsleitung des Geburtshauses Le Petit Prince bis Ende 2023. Von 1991 bis 2007 Gemeinderat und Vize-Ammann in St. Antoni, Resort Schulen.

Vater von 2 Töchtern und 4 Enkelkindern, seit 1986 wohnhaft in St. Antoni. Seit der Schulzeit leidenschaftlicher Fotograf, lese gerne und liebe Musik aller Art, insbesondere Jazz und Pop. In der Freizeit Wandern, Garten, Skifahren, Reisen.

Die Generalversammlung hat dich eben zum neuen Präsidenten gewählt. Wohin soll die Vereinigung nun gehen?

Ich hatte in den vergangenen drei Jahren die Gelegenheit als Vorstandsmitglied einen konkreten Beitrag zu leisten. Dabei konnte ich feststellen, dass unsere Vereinigung seit Jahren gute Arbeit leistet und viel Engagement und Herzblut in ein vielseitiges und attraktives Jahresprogramm setzt. Ich konnte dabei miterleben, wie gut die jeweiligen Anlässe besucht werden und mich zusammen mit meinen Kolleginnen

und Kollegen über die positiven Rückmeldungen freuen. Für mich als neuen Präsidenten und für den erneuerten Vorstand ist damit die Messlatte hoch angesetzt und wir wollen uns zunächst mal dafür einsetzen, dass wir diesen Stand halten können.

Was sind die Kernpunkte des Jahresprogramms?

Die Gestaltung des Jahresprogramm ist eine Herausforderung. Gut zwei Drittel unserer Mitglieder sind über 75 Jahre alt. Gleichzeitig wollen und müssen wir auch versuchen unsere «jungen» Mitglieder abzuholen. Im hohen Alter besteht die Gefahr der Vereinsamung. Da sind gesellschaftliche Anlässe eine gute Gelegenheit Leute zu treffen, gut zu Essen, allenfalls zu tanzen und Spass zu haben. Das bieten wir mit unseren Grossanlässen (Frühlingsanlass, Jahresendfeier, Tanznachmittage) an. Wer sich auch sportlich betätigen will kann an den Pétanque-Anlässen teilnehmen.

Wichtig scheint mir, dass die Burgbühlstage immer wieder Themen anbieten, die primär einfach interessant und attraktiv sind, sich aber stets auch mit wichtigen Fragen der Gegenwart beschäftigen und damit Gelegenheit zur Auseinandersetzung mit diesen Themen bieten.

Rentner gehören nicht aufs Abstellgleis

Es wäre falsch zu glauben, dass man nach der Pensionierung nur noch Kaffee trinkt und sich nicht mehr der Welt auseinandersetzen soll. Viele Rentner haben weniger freie Zeit als während ihres Arbeitslebens. Sie leisten auch einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft mit Benevol-Einsätzen und ermöglichen mit der Betreuung der Enkelkinder, dass die jungen Familien



Heinz Wyler, neuer Präsident
der Sektion Sense. Foto Jacques Berset

Teilzeitmodelle umsetzen können. Wir wollen mit unserem Programm ein paar Tupfer setzen, die auch für diese vielbeschäftigten Rentnerinnen und Rentner eine willkommene Abwechslung bieten.

Welche Herausforderungen sehen sie für die Mitglieder?

Die Entwicklung im technischen Bereich läuft in einem hohen Tempo und verändert unser Leben stetig. Will man im Bahnhof auf die Toilette, das Auto parkieren oder einen Online-Einkauf tätigen, braucht man das Handy. Diese Entwicklung kann Ängste auslösen und Leute ausgrenzen. Wir wollen uns mit diesen Ängsten auseinandersetzen und aufzeigen, dass mit dieser Entwicklung auch viele Chancen bestehen und sich neue Welten eröffnen. Wir wollen Interessierten helfen, damit sicher umzugehen und Spass daran zu haben, aber gleichzeitig auch dafür einzustehen, dass niemand ausgegrenzt wird.

Ich freue mich, zusammen mit dem neuen Vorstand für unsere Mitglieder da zu sein. Wir wollen etwas bieten und dazu sind wir auch auf die Rückmeldungen angewiesen. Alle Vorstandsmitglieder leisten hier unentgeltliche Arbeit. Die zufriedenen Gesichter an Anlässen und die Rückmeldungen sind unser Lohn und zeigen uns auf, ob wir mit unseren Aktivitäten richtig liegen.

FRV Sektion Sense



Offre
spéciale

ABONNEZ-VOUS À

Echo Magazine

► **1 an** 52 numéros + l'édition numérique
pour **CHF 197.-** + 4 numéros gratuits

4 BONNES RAISONS DE S'ABONNER

- Un regard différent, constructif et positif
- Un enracinement romand
- Un journalisme d'espérance
- Un hebdomadaire indépendant

Offre valable pour tout nouvel abonnement en Suisse

Coupon-réponse

M MME M^{LLE}

NOM PRÉNOM

ADRESSE

NPA LOCALITÉ

TÉL.

EMAIL

DATE SIGNATURE

A retourner à l'Echo Magazine, Service abonnement,
Rte de Meyrin 12, 1202 Genève, Tél. 022 593 03 44, Fax 022 593 03 19, E-mail: abo@echomagazine.ch

Offre CHF 197.- + 4 numéros gratuits

SUPPRESSION DE L'ARRÊT VILLA BEAUSITE, LE COMBAT CONTINUE

La Villa Beausite, située à la route Saint-Nicolas-de-Flüe 30, dans un des sites les plus pittoresques de Fribourg, réunit les avantages de la ville à ceux de la campagne. Au vu des besoins évidents du développement du quartier des Cliniques, l'Agglo Fribourg (Agglomération de Fribourg) a décidé de supprimer l'arrêt «Villa Beausite» de la ligne 7 des TPF. Mais cette suppression a suscité de nombreuses réactions négatives parmi les membres de la Fédération Fribourgeoise des Retraités FFR-FRV. Son comité cantonal a adressé une lettre à l'Agglo le 13 décembre 2022.

Même si la ligne ne drainait pas beaucoup de monde, sa suppression n'est pas sans conséquence pour cet EMS, tant pour les résidents encore aptes à sortir que pour le personnel. La FFR pense aussi aux visiteurs qui ne sont pas forcément motorisés et qui doivent marcher depuis l'arrêt «Fonderie» ou prendre un taxi. Elle comprend que l'ancien terminus de la ligne 7 ne puisse pas être desservi par des bus articulés, mais demande s'il n'est pas possible de trouver une solution avec un petit bus mieux adapté. Des quatre EMS situés en ville de Fribourg, la Villa Beausite est le seul qui n'ait pas d'arrêt de transport public à proximité. Ses résidents, son personnel et ses visiteurs ont de quoi se sentir défavorisés, estime la FFR.

Interpellé par les gens du quartier, le socialiste Pierre-Alain Perritaz est intervenu à ce propos au Conseil général de la ville de Fribourg ainsi qu'au Conseil de l'Agglo et une pétition a été lancée en 2020 déjà.

Possibilités de visites restreintes

Avec l'agrandissement de l'EMS Villa Beausite, et en parallèle la construction de logements intergénérationnels intégrant des surfaces destinées à des activités diverses et pouvant fonctionner en sy-

nergie avec l'EMS de la Villa Beausite, «cette décision va à l'encontre du besoin de développer un système urbain de mobilité, coordonné avec l'évolution démographique», peut-on lire sur le site de la pétition lancée par Jean-François Rossel. L'habitant du quartier déplore que cette suppression d'arrêt restreint clairement les possibilités de visites par des proches de l'EMS de la Villa Beausite et donc permettre à des personnes âgées de garder contact avec l'extérieur.

Les pétitionnaires ont demandé en 2020 déjà à l'Agglo Fribourg de reconsidérer sa décision. Dans sa réponse, datée de septembre 2020, le comité de l'Agglo se dit conscient des difficultés de déplacement de certaines populations, «notamment en lien avec l'âge», mais souligne que l'intensification de l'offre de transport public - des bus plus rapides et plus fréquents - nécessite, dans certains cas, de dévier les bus de certaines rues pour des questions de gabarit et/ou d'optimisation. Il reconnaît que certains usagers et quartiers «s'en trouvent légèrement désavantagés». Le comité de l'Agglo a lancé une étude sur des dessertes complémentaires aux lignes de bus «à l'horaire» et évoque des solutions de «transport à la demande», ou «sur-mesure» pour certains types de population.

Etude de faisabilité

Questionné le 24 janvier 2023 par Horizon, Félicien Frossard, secrétaire général de l'Agglo, rappelle que l'Agglomération a mandaté une étude à ce propos, à savoir: «Solutions flexibles de Transports publics en cas de demande limitée - étude de la pertinence d'un TAD dans l'Agglomération de Fribourg». (<https://infoscience.epfl.ch/record/297302>).

Pas de solution pour la desserte de la Villa Beausite

«Plusieurs pistes en matière de trans-

ports à la demande sont évoquées dans l'étude. Dans tous les cas, les coûts relatifs à leur mise en œuvre s'avèrent disproportionnés par rapport à leur utilisation potentielle. Il n'y a donc pas pour l'heure de solution spécifique prévue pour la desserte de la Villa Beausite et de ses alentours», communique Félicien Frossard.

«Le Comité assure néanmoins une veille technologique en la matière car les récents développements en ce qui concerne l'intelligence artificielle, conjuguée à la large diffusion des smartphones, pourraient à terme rendre ce type de solutions plus efficaces que ce qui prévaut actuellement au niveau du rapport coût/utilité. La diffusion de ces moyens techniques auprès des seniors soulève toutefois également des questions», reconnaît-il.

Une nouvelle interpellation est parvenue à l'Agglo au sujet de la desserte de ce quartier suite à la réorganisation des lignes 5 et 7 du réseau l'été dernier. «Ce dossier est encore en cours de traitement au niveau politique».

Jacques Berset

Remise en service de l'arrêt cimetière de St-Léonard

L'arrêt de bus TPF Cimetière de St-Léonard a été remis en service lors du changement d'horaire CFF au début décembre 2022.

Cet arrêt avait été **définitivement supprimé en 2018**. C'est grâce à l'intervention de Liliane Zürcher et de la FFR, notamment de sa Commission de Sécurité et transport et de ses membres qui ont écrit des lettres de lecteurs, (voir ffr-saraine.ch/media). Le dépôt d'un postulat au gouvernement fribourgeois au mois de septembre 2021 a finalement permis la remise en service de cet arrêt.

*Jeannette Buchs Rosa,
présidente de la section Sarine*

SUCCÈS DE LA TOURNÉE DES 35 ANS DU MOUVEMENT DES AINÉS (MDA) – FRIBOURG



La tournée des 35 ans du Mouvement des Aînés (MDA) – Fribourg a connu un beau succès. Les cieux devaient être avec le MDA parce que ni le mauvais temps ni une nouvelle vague de Covid ne sont venus perturber les 4 événements de cet anniversaire, durant les 4 premiers mercredis de novembre 2022 (voir Horizon n°57).

La publicité, via le bouche-à-oreille, les distributions de flyers et affiches, ainsi que divers articles dans les journaux locaux, a bien fonctionné puisque ce sont près de 150 personnes qui sont venues assister aux concerts de la chorale l'Âge en Chanteurs à Villarimboud et à Farvagny, et au spectacle du Théâtre des 4-Heures à Albeuve, alors que près de 250 personnes étaient présentes au concert de l'orchestre de chambre à Guin. Le 1^{er} événement, un concert de la chorale avec le chœur d'enfants Croquelune a enchanté un public de tous âges, des jeunes enfants aux seniors venus de plusieurs EMS de la région. Voir photos ci-dessous du public et de

la chorale du MDA à Villarimboud le 2 novembre 2022 (photos Chloé Manz et Yves Tricot).

Le Théâtre des 4-Heures a bien fait rire le public venu à Albeuve, en Gruyère, le mercredi suivant, avec ses pièces «Nastasia» et «L'Âne et les 3 Commères». Voir photo ci-contre d'une scène de «Nastasia» (photo Yves Tricot).

Le 3^e mercredi, l'orchestre de chambre



du MDA a fait une belle performance en interprétant des oeuvres du répertoire romantique et des airs d'opérette français au Podium de Guin, rehaussée par la présence de la soprano Marie-France Baechler et du ténor Michel Mulhauser. Voir photos ci-dessous (photos Yves Tricot).

La chorale du MDA a conclu cette mémorable tournée par un 2^e concert intergénérationnel avec le chœur d'enfant Les Ménestrels à Farvagny le 23 novembre 2022, qui a connu autant de succès que le premier.

Il s'agissait d'un grand effort pour nos groupes culturels mais qui on l'espère portera ses fruits en faisant mieux connaître le MDA Fribourg et attirera de nombreux nouveaux membres ces prochains mois et années.

Le MDA tient encore à remercier chaleureusement la FFR pour son soutien de sponsoring et de participation à la diffusion de nos flyers annonçant cette tournée. Nous remercions également Pro Senectute Fribourg pour sa participation active et efficace à l'organisation de ces événements, ainsi que pour

son soutien financier, de même que nos autres sponsors : la Fondation Hatt-Bücher, l'Etat de Fribourg (DSAS), les Ascenseurs Menétrey, l'Interprofession du Vacherin Fribourgeois AOP, Optique Messerli et la Pharmacie Benu. Ce fut un bel exemple d'application du logo de Pro Senectute «Plus forts ensemble».

Pour le comité du MDA Fribourg :
Yves Tricot, trésorier.



Pas de dépense imprévue de plus de 2000 francs

Pro Senectute a effectué un sondage dans toute la Suisse auprès d'environ 4 500 personnes âgées de plus de 55 ans. Il en ressort que 13,9 % des personnes interrogées ne peuvent pas se permettre d'avoir une dépense imprévue de plus de 2 000 francs. Si elles rencontrent un problème avec leur voiture ou reçoivent une facture imprévue, comme des frais supplémentaires de chauffage, ces personnes peuvent rapidement se retrouver en difficulté. 18,8 % des personnes âgées de plus de 65 ans estiment que leur situation est difficile. «Nous voyons que ce taux est relativement proche de celui des personnes exposées au risque de pauvreté».

«Nous sommes encore dans le premier tiers du XX^e siècle. À quoi devons-nous encore nous attendre?» Globalement, Alexander Widmer s'attend à une augmentation de la pauvreté des personnes âgées, principalement due aux constats suivants :

- L'augmentation de l'espérance de vie (l'argent doit suffire pendant plus longtemps...)
- Nouveaux modèles familiaux (patchwork...)
- Nouveaux parcours professionnels (interruptions, carrières)
- Faible constitution de capital

Et de conclure qu'il est primordial de tenir compte de ces changements et nouveaux défis pour adapter notre prévoyance vieillesse.

Jacques Berset

Le Repas accompagné

Un service d'aide au repas pour les personnes âgées et/ou malades qui vivent à domicile.



Le Repas accompagné est un moment de partage à domicile entre une personne âgée et/ou malade et une Auxiliaire de santé CRS formée et qualifiée.

Selon les désirs et capacités de la personne ou les demandes de ses proches, le Repas accompagné c'est :

- un menu sain et appétissant défini ensemble
- un accompagnement pour les courses et le choix des produits
- des plats confectionnés à quatre mains
- une jolie table pour le plaisir des yeux
- un repas savoureux et convivial
- des astuces pour ouvrir l'appétit et donner envie de manger
- des méthodes pour faciliter la prise alimentaire

Le Repas accompagné dure 3 heures et son tarif est défini en fonction des possibilités financières de la personne.

Renseignements
Du lundi au vendredi
de 7h30 à 11h30
au 026 347 39 79

Croix-Rouge fribourgeoise
Aide aux proches
Rue G.-Tschertmann 2
1700 Fribourg
aide.aux.proches@croix-rouge-fr.ch



LES VERTUS DU BÉNÉVOLAT INFORMEL

Le bénévolat informel est celui qu'une personne consacre à aider les autres sans pour autant faire partie d'une association ou d'un groupe organisé. Son volume échappe à la statistique, mais ce type de bénévolat est partout. On parle beaucoup des proches aidant en ce moment, mais il y a de très nombreuses personnes qui en soutiennent d'autres qui ne sont pas forcément des proches au sens où on l'entend.

Voici l'histoire de Joséphine*, restauratrice à la retraite, qui se dévoue régulièrement pour aider trois dames très âgées dans un petit village du district de la Glâne. C'est jeudi, Joséphine, a fait du bouilli de bœuf, avec des raves, des carottes et des pommes de terre. Selon son habitude, elle a préparé une vinaigrette dont elle seule a le secret.

Le besoin d'un bras bienveillant

Après avoir réparti le tout dans trois Tupperware, elle entame sa tournée à pied dans le village pour les distribuer. Elle s'arrête d'abord chez Antoinette*, 89 ans, veuve depuis plus de 20 ans. Elle range le bouilli dans le frigo tout en jetant un œil avisé à l'intérieur pour mieux se rendre compte de la nourriture dont dispose son hôtesse du moment qui lui a préparé du thé et des biscuits. Elles discutent de tout et de rien, parlent un peu du passé et prennent rendez-vous pour aller ensemble au cimetière en fin de semaine, car Antoinette a besoin d'un bras bienveillant pour la soutenir quand elle marche.

Voici maintenant Joséphine à la porte d'entrée de Cécile*. Elle sonne et entre car Cécile veut de la discrétion. L'appartement est silencieux et son occupante somnole sur le canapé avec la télévision allumée. Une petite



Fernande Romanens. Photo Jacques Berset

pression de la main sur l'épaule de Cécile et celle-ci sort de sa torpeur. Joséphine l'aide à trouver une position assise, éteint le son de la télé, lui présente le bouilli et lui demande si elle veut le manger maintenant ou plus tard. Et hop, la voici à la cuisine pour réchauffer le tout, mettre la table et accompagner et encourager Cécile à manger, car elle sait qu'elle aurait tendance à se laisser aller, même si les soins à domicile lui rendent visite plusieurs fois par semaine.

Rompre la solitude

Après avoir fait la vaisselle, Joséphine repart pour sa dernière étape. La voici maintenant en grande discussion avec Marie-Rose*. C'est elle qui a le plus d'humour et qui rit de bon cœur. Elle aussi appréciera le bouilli vinaigrette. Joséphine sait qu'ici elle n'échappera pas à une partie de jeux de société. Son adversaire est douée et il n'est pas facile de la battre malgré son grand âge. Elle lit

beaucoup avec une grosse loupe et a gardé un esprit vif et curieux, mais elle est souvent très seule et apprécie d'autant ces moments passés avec Joséphine.

Joséphine ressent un peu la honte que ressentent ces 3 personnes vis-à-vis de leur situation et, elle respecte leur discrétion. Rentrée chez elle après cette journée bien remplie, Joséphine se sent riche de toutes ces émotions positives recueillies dans ces contacts précieux qu'elle tient à conserver par-dessus tout. Le bénévolat informel est en effet une source d'humanité et de bonheur qui comble autant la personne qui se dévoue que les personnes dont elle s'occupe. Il y a mille manières de rendre des services discrets et pourtant essentiels pour permettre au plus grand nombre de vieillir dans la dignité. *Prénoms d'emprunt

Fernande Romanens, ancienne restauratrice et membre du Groupe de soutien Pro Senectute de la Glâne

PASSAGE DE TÉMOIN AU SECRÉTARIAT DE LA FFR



Passage de témoin au secrétariat de la FFR. Photo Jacques Berset

Après bientôt 11 ans comme efficace secrétaire de la Fédération fribourgeoise des retraités (FFR), le Glânois André Oberson passe la main, à près de 78 ans, avec le sentiment du devoir accompli. Mais ce n'est pas sans un brin de nostalgie qu'il quitte sa fonction en 2023. C'est Sibylle Aebischer, une Glânoise d'adoption, née à Bruxelles en mars 1955, qui le remplace désormais. «C'est le moment de laisser la place... il faut éviter qu'une certaine routine ne s'installe», confie André en regardant sa riche vie dans son rétroviseur. Né le 3 août 1945 à Estévenens, il a longtemps travaillé comme chauffeur dans les transports publics (Neuchâtel puis Fribourg), puis à la commune de Fribourg jusqu'à sa retraite en 2007.

Défense des travailleurs comme syndicaliste

André a longtemps milité dans le milieu syndical. D'abord à Neuchâtel puis à Fribourg où il a présidé la section des TF (devenue TPF) pendant 10 ans. «D'où ma réputation surfaite d'affreux gauchiste !», plaisante celui qui fut un temps membre du Conseil

général de la ville de Fribourg sur la liste socialiste.

Il dit avoir apprécié le travail de secrétaire de la FFR/FRV, avec pour tâche de tenir les procès-verbaux, de rédiger la correspondance, de tenir à jour le fichier de 250 personnes qui reçoivent le journal Horizon deux fois par année: les autorités cantonales (conseillers d'Etat, préfets, députés) ainsi que les parlementaires fédéraux fribourgeois à Berne et toutes les communes du canton.

Celui qui est président d'honneur de la Lyre de Fribourg – qu'il a présidée pendant plus de 16 ans – souhaite à Sibylle qui lui succède à ce poste de secrétaire autant de plaisir qu'il en a eu en l'assumant en collaboration avec tout le comité de la FFR.

De Belgique à la Suisse

Sibylle Aebischer, Fastrez de son nom de jeune-fille, est venue s'installer en Suisse en 1977, bardée du diplôme de «Licenciée en Kinésithérapie» décerné par l'Université Libre de Bruxelles. L'équivalence suisse actuelle de ce diplôme est le Master HES en Physiothérapie. Sibylle, devenue fribourgeoise par mariage, a

débuté sa carrière d'abord en milieu hospitalier puis comme indépendante pendant plus de 40 ans, dans le canton de Vaud puis dans la Broye.

Durant ces années, elle a développé d'autres compétences: une formation de secrétariat médical et plus tardivement, une formation complète de 4 ans comme «Praticienne en Relation d'aide» (Approche Centrée sur la Personne – Carl Rogers) et un certificat en Soins Palliatifs (au CHUV). Elle a voulu amener à son métier de base une autre dimension: l'écoute, la bienveillance et l'empathie, convaincue du lien à faire entre les maux et les mots. Elle a ainsi accompagné des adultes et des enfants en situation de soins palliatifs et de rupture de lien pour des raisons diverses.

L'importance de l'écoute

A la fin des années 1980, elle a été engagée comme secrétaire-greffière à l'Instruction Pénale à Fribourg, activité qui lui a beaucoup apporté sur le plan technique, dans l'apprentissage de l'outil informatique, la rédaction des PV d'audience, le classement des dossiers, le courrier...

Mère d'une fille âgée de 38 ans, elle habite Châtonnaye depuis fin 2019, ayant vécu aussi à Surpierre de 2013 à 2019. Après 2 ans de semi-retraite, Sibylle décide de tourner définitivement cette page professionnelle pour pouvoir s'accorder du bon temps. Se sentant encore active et dynamique, elle a souhaité mettre ses compétences au profit de petites activités qui la maintiennent en contact avec le monde et l'évolution de la société, raison pour laquelle elle a choisi de se mettre à disposition comme secrétaire de la FFR.

Jacques Berset

LÂCHER PRESQUE TOUT...

Au courant de l'année 2022, Claire Rœlli a géré la liquidation de deux logements appartenant à des personnes âgées entrées dans un EMS. Elles n'avaient pas de proches pouvant s'en charger, explique l'assistante sociale retraitée vivant à Fribourg.

La première, une dame de 85 ans, était dans l'incapacité de se déplacer par suite d'une hospitalisation. Elle n'avait aucune famille en Suisse. Il a fallu résilier le contrat de location de son appartement de 3 pièces. Elle y avait vécu durant plus de 50 ans avec son mari.

Abandonner tant de choses acquises au fil des années

Elle n'avait pas d'autre choix, malgré sa tristesse, que celui d'abandonner son «Chez soi». Tant de choses acquises au fil des années devaient rester derrière elle. Si quelques objets de valeurs, bijoux, tableaux, décorations diverses ont trouvé preneurs, le reste devait être donné. La tâche s'avérait titanesque. Imaginez-vous une accumulation d'habits, de meubles, de linge, de photos, de souvenirs de voyages, sans compter les appareils ménagers, les ustensiles de cuisine, auxquels il faut ajouter des tonnes de livres ! Bref, débarrasser un lieu de vie n'est pas une mince affaire, ceux qui ont déjà effectué ce travail s'en souviennent généralement longtemps.

Dès lors, j'ai fait appel à divers réseaux (requérant-e-s d'asile, réfugié-e-s, connaissances) pour qu'ils se servent de tout ce dont ils pourraient avoir besoin. Une jeune femme érythréenne prit un lit, du linge et le nécessaire pour s'installer. Je n'oublierai jamais ses larmes lorsqu'elle a pu ramasser la machine à coudre qui fut son outil de travail dans son pays.



Claire Rœlli. Photo Jacques Berset

Une partie des vêtements a aidé des femmes ukrainiennes venant de débarquer.

Un sentiment d'absurdité mêlé de nostalgie

Mais il restait encore tant de choses ! L'entreprise fribourgeoise bien connue sous le nom de «Coup d'Pouce» a débarrassé tout ce qu'elle pouvait envisager de revendre et le surplus fut déversé dans une benne pour être recyclé ou brûlé. Il m'est resté de ce moment un sentiment d'absurdité mêlé de nostalgie. De temps en temps, la dame demandait à récupérer un objet ou un livre. Parfois, un sauvetage de dernière minute fut possible, parfois non. Certes, le processus était douloureux, mais il lui apporta aussi un certain soulagement.

La deuxième situation était presque identique. Il s'agissait cette fois

d'une dame âgée de quatre-vingt-deux ans ayant perdu son mari récemment. Elle a été retrouvée par la police, gisant sur le sol de son logement. Après plusieurs semaines à l'hôpital, ne retrouvant que partiellement ses ressources physiques et psychiques, elle fut placée en EMS. Elle non plus n'a pas eu l'occasion de prendre congé de son appartement et de tout ce passé accumulé durant soixante ans ! En l'absence de proches disponibles, une curatelle de gestion fut instaurée avec notamment pour tâche la liquidation de l'appartement. Le seul enfant ne garda que quelques petits souvenirs. Le peu de temps à disposition compliquait les choses et finalement une entreprise du nom de «Débarras Fribourg» s'est chargée de cette tâche.

Ces deux situations m'interpellent. Tout d'abord, en tant que lectrice assidue depuis toujours, j'ai dû ad-

mettre l'évidence que plus personne, même les bouquinistes, ne veulent de bouquins. Heureusement qu'il existe ces précieux îlots dans les quartiers sous forme de boîtes à livres. Ensuite, pour les photos, elles sont maintenant stockées dans les ordinateurs. Le temps des albums que l'on compilait avec respect est vraiment terminé. Il en est de même pour les vinyles et les cd, Spotify se chargeant de tout ! Ainsi la société a-t-elle évolué. Sans doute serait-il préférable de ne pas tout garder. La décision reste cependant difficile à prendre pour des personnes âgées.

Nota bene: de nombreuses entreprises de débarras, avec orientation sociale ou commerciale, ne ramassent que ce qu'il est possible de revendre ou de recycler. A bon entendeur !

Le «ménage» des parents ne fait plus partie intégrante de la succession

A la suite de ces expériences, je vous

suggère de parler autour de vous ! Vous apprendrez probablement que des situations semblables se rencontrent fréquemment. Nous assistons sans doute à une modification sociétale. Chaque époque apporte son lot de changements, il n'y a là rien de surprenant. Quelques décennies plus tôt, le «ménage» des parents faisait partie intégrante de la succession. Les héritiers d'aujourd'hui, souvent déjà confortablement installés, n'ont plus vraiment besoin des affaires parentales.

Possible conflit de loyauté

Il n'empêche que la charge d'organiser le débarras repose sur eux. Une mission accompagnée parfois d'une émergence de disputes familiales ou d'un sentiment de culpabilité, voire d'un conflit de loyauté face au renoncement des biens durement ou chèrement acquis. Le fauteuil usagé où se tenait papa pour lire le journal, le

service à thé en porcelaine qui faisait la fierté de maman, le vieux poste de radio, les draps brodés de l'arrière-grand-mère n'intéressent plus beaucoup la génération suivante.

ertaines âmes sensibles auront néanmoins le cœur serré à l'idée de tout abandonner. On ne peut exclure aussi que quelques objets reviendront à la mode et retrouveront une seconde vie. Mais en attendant, le plus raisonnable est de s'en ouvrir aux futurs héritiers, et d'entamer un tri de son vivant. Apprendre à renoncer petit à petit, dans la sérénité et avec humour, reste le meilleur moyen de passer de façon apaisée la dernière tranche de son existence sans omettre évidemment de rédiger ses directives anticipées.

Claire Rœlli

Assistante sociale retraitée, Claire Rœlli est ancienne directrice de l'École professionnelle Santé-Social (ESSG) de Grangeneuve.

Le Repas accompagné

Un service d'aide au repas pour les personnes âgées et/ou malades qui vivent à domicile.



Le Repas accompagné est un moment de partage à domicile entre une personne âgée et/ou malade et une Auxiliaire de santé CRS formée et qualifiée.

Selon les désirs et capacités de la personne ou les demandes de ses proches, le Repas accompagné c'est :

- un menu sain et appétissant défini ensemble
- un accompagnement pour les courses et le choix des produits
- des plats confectionnés à quatre mains
- une jolie table pour le plaisir des yeux
- un repas savoureux et convivial
- des astuces pour ouvrir l'appétit et donner envie de manger
- des méthodes pour faciliter la prise alimentaire

Le Repas accompagné dure 3 heures et son tarif est défini en fonction des possibilités financières de la personne.

Renseignements

Du lundi au vendredi de 7h30 à 11h30 au 026 347 39 79

Croix-Rouge fribourgeoise

Aide aux proches
Rue G.-Tschermann 2
1700 Fribourg
aide.aux.proches@croix-rouge-fr.ch



STADT FRIBOURG
STADT FRIBOURG
Direktion für Kultur und öffentliche Sicherheit
Direktion für Gesundheit und Soziales (GSD)



Promotion Santé
Suisse

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

Betreute Mahlzeiten

Ein Essensservice für ältere und/oder kranke Menschen, die zu Hause leben.



Die betreute Mahlzeit ist ein Moment des Austauschs zu Hause zwischen einer älteren und/oder kranken Person und einer ausgebildeten und qualifizierten Pflegehelferin SRK.

Je nach Wunsch und Möglichkeiten der betreuten Person oder Anfragen der Angehörigen bedeutet das:

- Ein gesundes und schmackhaftes Menü nach Wunsch
- Die Begleitung beim Einkaufen und beim Auswählen der Produkte
- Die gemeinsame Zubereitung der Mahlzeit
- Ein hübsch gedeckter Tisch
- Eine gute Mahlzeit in netter Gesellschaft
- Tipps und Ratschläge für mehr Appetit und Lust auf Essen
- Methoden für eine einfachere Essenaufnahme

Die betreute Mahlzeit dauert drei Stunden und wird anhand der finanziellen Möglichkeiten der Person berechnet.

Auskünfte

Montag bis Freitag
Von 7.30 bis 11.30 Uhr
026 346 39 79

Freiburgisches Rotes Kreuz

Entlastungsdienst für Angehörige
G.-Tschermannstr.2
1700 Freiburg
entlastungsdienst@croix-rouge-fr.ch



STADT FRIBOURG
STADT FRIBOURG
Direktion für Kultur und öffentliche Sicherheit
Direktion für Gesundheit und Soziales (GSD)



Gesundheitsförderung
Schweiz

Freiburgisches Rotes Kreuz
Croix-Rouge fribourgeoise
Kantonalverband des Schweizerischen Roten Kreuzes

ARNAQUES VISANT LES PERSONNES ÂGÉES: EN CAS DE DOUTE, APPELER LE 117



Bernard Volanten. Photo Police fribourgeoise

Face à des bandes organisées basées à l'étranger, les aînés sont une cible de choix pour les arnaqueurs professionnels. Des seniors, dans le canton de Fribourg, sont chaque année victimes de dizaines de tentatives. «C'est le coup du faux neveu, du faux policier...», relève Bernard Vonlanthen, adjoint en communication et prévention auprès de la Police cantonale fribourgeoise.

«Cela commence par un coup de fil à la maison. Un faux policier annonce qu'un membre de sa famille a provoqué un accident quelque part, qu'il y a des morts et des blessés. Il dit, mais c'est selon, qu'il est soit en prison, soit blessé à l'hôpital. Il demande une somme d'argent pour le libérer le proche ou bien pour le faire opérer... 10 à 20 000 francs et c'est urgent!»

D'habiles escrocs

Ce sont des gens bien préparés et bien formés à ce genre d'escroquerie: ils font parler la personne interpellée et, dans la conversation, lui soutirent des informations sur sa famille, ses connaissances, pour pouvoir ensuite perfectionner la mise en condition de la future victime. «Ils instaurent un climat de confiance pour mieux piéger la personne; ils profitent souvent d'une fragilité pour tenir leur proie», poursuit Bernard Vonlanthen. Quand ils voient que la personne ne se laisse pas embobiner, ils bouclent immédiatement la communication téléphonique.

En 2022, la police fribourgeoise a eu connaissance de 26 tentatives d'arnaques de ce type, dont 5 cas avérés, avec un préjudice de plus de 340 000 francs, révèle l'adjoint Vonlanthen.

Ces bandes viennent d'Europe de

l'Est et agissent par vagues tant en ville qu'à la campagne: il y a de nombreux cas survenant en une semaine, puis plus rien, avant qu'ils ne recommencent encore. Les malfrats réclament toujours de l'argent en cash ou des bijoux, que les personnes arnaquées ont gardé à la maison ou vont devoir aller chercher à la banque. Le faux policier explique au téléphone à sa victime qu'une personne en civil va venir encaisser l'argent à la maison, ou qu'il envoie un taxi à proximité du domicile. La victime reçoit l'ordre d'aller en taxi (commandé et payé par l'escroc) à un endroit défini où un complice de l'escroc réceptionne l'enveloppe contenant l'argent ou les bijoux.

Des sommes énormes sont en jeu

«De telles actions criminelles peuvent causer de graves dommages: c'est l'épargne de toute une vie qui peut disparaître d'un coup! Cela ne touche pas seulement la personne, mais aussi toute la famille. C'est aussi un sévère dommage émotionnel: comment ai-je pu me laisser avoir ainsi?», constate Bernard Vonlanthen, qui relève que ce sont la plupart du temps des gens de plus de 70 ans qui sont victimes de ces arnaques.

«La semaine dernière, une personne s'est fait escroquer 100 000 francs, somme qu'elle avait à son domicile...»

Il n'y a pas encore eu d'arrestation pour de tels cas dans le canton de Fribourg. Le réseau, la plupart du temps, est basé en France, et les appels téléphoniques viennent de l'étranger. Ceux qui se font piéger ne sont pas des jeunes.

L'arnaque aux sentiments sur internet

Une autre forme d'arnaque, le «romance scam», l'arnaque aux sentiments sur Facebook, Instagram, Tinder, etc. cible le plus souvent des personnes célibataires, divorcées, solitaires, en recherche d'amour. C'est l'une des escroqueries qui prolifèrent le plus sur internet. Les malfrats viennent d'Afrique de l'Ouest: Nigéria, Ghana, Bénin, Sierra Léone, mais également d'Afrique du Sud... Ils agissent sur tous les sites de rencontre, gratuits ou payants.

Selon les dernières infos de NEDIK (Netzwerk digitale Ermittlungunterstützung Internetkriminalität), la majorité des auteurs de ces actes proviennent actuellement de l'Asie du Sud, c'est-à-dire de la Chine du Sud, du Cambodge et de l'Inde. Il existe là-bas des centres d'appel entiers avec plusieurs centaines d'employés, qui établissent des profils de faussaires à la minute. Meta, la société mère de Facebook, a par exemple découvert et supprimé plus de 4,5 milliards de faux profils rien que l'année dernière.

Les escrocs postent un faux profil, de fausses photos, séduisantes, et commencent une conversation, des «chats» de plus en plus langoureux, c'est le début d'une romance. La personne qui cherche une relation finit par tomber amoureuse et la suite est connue: de l'autre côté de l'écran, l'arnaqueur – c'est souvent un homme – commence à demander de l'argent: pour des problèmes de santé, une opération, pour aider la famille, ou l'avance d'une somme qui lui permettrait ensuite de toucher un gros héritage...

Ceux qui sont à la manœuvre sont appelés des «brouteurs». Ils cherchent à créer des liens affectifs forts qui suscitent des émotions intenses et font «perdre la tête» à la personne piégée. Ils promettent de venir en Suisse retrouver la personne aimée, et prétextent toujours des problèmes à résoudre auparavant, et pour lesquels ils ont encore une fois besoin d'argent. Avant que la personne piégée ne se

rende compte qu'elle a été abusée, elle a pu perdre des dizaines de milliers de francs...

«Ce sont des réseaux d'escrocs formés à l'informatique, une véritable industrie. Ils envoient des dizaines, voire des centaines de messages à l'heure. Ils vont à la pêche, et parfois il y a une personne qui mord. Ils connaissent toutes les astuces et se font payer par PayPal ou un autre moyen électronique».

La prévention, le meilleur moyen de lutte

«Notre moyen de lutte, c'est la prévention: sensibiliser la population, les banques», souligne l'adjoint Vonlanthen. Les banques fribourgeoises ont été informées de la problématique. On espère qu'elles ont donné des consignes aux guichets pour éviter que des personnes ne soient sous l'emprise d'escrocs et ne se fassent dévaliser leurs économies. «Mais ce n'est pas facile d'interroger les gens, de façon discrète, sur ce qu'ils vont faire de leur argent, et il y a le secret bancaire...» En matière de prévention, la police fribourgeoise est également active sur les réseaux sociaux, notamment sur Facebook et Instagram. Elle se présente également sur les stands des foires et des comptoirs régionaux, comme par exemple au Comptoir gruérien, ou, dans le futur, au Comptoir de la Veveyse et à la Sensler Messe à Tavel. Elle publie également des avertissements sur les écrans TV dans les bus et les trains. De plus, des affiches sont aussi placardées dans les postes de police.

Des consignes pour éviter de se faire escroquer

Un conseil: ne versez jamais de l'argent à une personne que vous ne connaissez pas, que ce soit en cash ou en ligne. Et en cas de soupçon, **boucliez le téléphone et appelez le 117, ou simplement un proche!**

Pour éviter les cambriolages: fermez les portes de votre appartement ou de votre maison, et également celles de

vos portes, où vous ne laisserez jamais à la vue votre porte-monnaie ou votre ordinateur. Installez un éclairage, avec minuterie réglée de manière aléatoire, qui simule une présence dans les pièces de votre maison pendant de votre absence. **A noter cependant que les cambriolages sont en diminution dans le canton depuis quelques années.** Par contre les vols dans des véhicules non fermés à clef sont devenus un phénomène courant.

Voir: entre national pour la cybersécurité (NCSC), Département fédéral des finances (DFF), <https://www.ncsc.admin.ch/ncsc/fr/home/cyberbedrohungen/romance-scam.html>

Ou la Prévention Suisse de la Criminalité (PSC) <https://www.skppsc.ch/fr/>

Une étude de Pro Senectute Suisse

Pro Senectute Suisse a mené, en collaboration avec l'Institut de lutte contre la criminalité économique (ILCE) de la Haute école de gestion Arc à Neuchâtel (ILCE, HEG Arc), une étude représentative sur l'ampleur des abus financiers chez les personnes âgées de 55 ans et plus. Le nombre de victimes et le montant des pertes financières montrent qu'il faut agir.

La première étude représentative menée en Suisse à ce sujet, publiée en 2019, révèle l'ampleur des abus financiers envers les personnes âgées de 55 ans et plus. Ces dernières années, une personne sur quatre de ce groupe d'âge a été victime d'un abus et une personne sur cinq a subi un préjudice financier suite à un abus. En extrapolant les chiffres de l'étude à l'ensemble de la population des 55 ans et plus, on obtient un préjudice estimé à plus de 400 millions de francs par année. Les personnes entre 55 et 64 ans ainsi qu'à partir de 85 ans sont plus souvent victimes d'abus financiers que celles des catégories d'âges entre les deux. 61% des victimes n'en parlent à personne.

Voir: file: //C: /Users/Admin/Downloads/Abus-financiers-rapport-de-l-etude-01.10.2018%20(1).pdf

Jacques Berset

UN EFFORT CONSTANT: TROUVER DE NOUVEAUX MEMBRES

L'EXEMPLE MOBILISATEUR DE LA SINGINE

« Pour une association de retraités, c'est un devoir nécessaire et exigeant de faire une publicité permanente, si elle veut garder ou même accroître de nombre de ses membres », confirme Beat Bucheli, qui a quitté, après 14 années, la présidence de la section singinoise de la FFR lors de l'assemblée générale du 16 février 2023 à Alterswil.

Les sociétés de jeunesse et les fédérations de retraités ont ceci en commun: le nombre de leurs membres varie fortement. Chez les premières, les membres les plus âgés, inévitablement, quittent tôt ou tard le groupement. Quant aux secondes, les jeunes y rejoignent l'organisation au fur et à mesure qu'ils atteignent l'âge d'admission.

Le tableau ci-dessous illustre l'évolution du nombre d'adhérents à la section singinoise de la FFR pour les années 2017 à 2022. L'augmentation des adhésions en 2019 et 2022 est due à des actions publicitaires. Etant donné que la section perd environ 10 % de ses membres par an, cela nécessite un renouvellement constant, obtenu notamment par des actions de recrutement.

Le maintien du nombre de membres est dû à l'action de promotion entreprise durant l'année.

Ces chiffres démontrent que, pour une association de retraités, c'est un devoir

nécessaire et exigeant de faire une publicité permanente, si elle veut garder ou même accroître de nombre de ses membres.

Les nouveaux retraités disposent actuellement d'une large palette d'offres adaptée à leurs goûts pour occuper judicieusement leur temps. De nombreux retraités deviennent grands-parents vers cette période, ce qui, bien souvent, implique de nouveaux engagements. On se pose aussi la question si un nouveau retraité ne se sent pas trop jeune pour rejoindre une association de personnes qu'ils estiment trop âgées. Pour une personne, entrer dans une association de retraités, doit nécessairement apporter une plus-value.

La prospection de nouveaux membres: quelques réflexions

Une mesure primordiale pour attirer de nouveaux membres est l'information. Les nouveaux retraités et les candidats à la retraite doivent savoir qu'il existe des associations de retraités, quels sont leurs buts et quelle est leur offre.

L'image perçue de ces associations dans l'espace public est aussi très importante. Des articles réguliers dans la presse quotidienne relatant les activités peuvent favoriser leur réputation.

De surcroît, il est important que les associations présentent un programme

annuel attrayant et varié, pour leurs adhérents ainsi que pour d'autres personnes intéressées. Des rencontres à la fois conviviales et ouvertes aux non-membres revêtent également une grande importance.

Des manifestations d'information, de formation et de discussion sur des sujets divers font autant partie d'un programme équilibré que l'organisation d'activités sportives et culturelles.

La politique est une sphère différente. Les membres des associations ont des opinions politiques qui se retrouvent dans l'ensemble de la population des districts. Il n'est ainsi pas pensable de faire de la politique de parti ou de se laisser guider par l'un d'entre eux. Néanmoins, il est important que l'association des retraités s'occupe de politique, mais cela doit se situer au niveau du comité et à l'échelon concerné, par exemple celui du district ou du canton. Il s'agira donc avant tout de prises de position par rapport à des projets du district ou du canton, ainsi que l'élaboration d'interventions à l'attention des autorités.

Prospection de nouveaux membres 2022

Sur la base de ces réflexions, l'Association des retraités de la Singine s'est adressée par écrit à tous les hommes des années 1954 à 1957 et aux femmes nées entre 1955 et 1958, environ 2'400 personnes au total. C'était en mai dernier. Les adresses, sous formes d'étiquettes, lui étaient fournies par les communes avec l'approbation de la préfecture. Le courrier contenait un flyer avec toutes les informations utiles sur les buts et les prestations de l'association ainsi que le programme annuel. Y était joint une demande d'adhésion, port payé, à retourner à l'association.

	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Membres au 1.1.	1236	1158	1093	1170	1116	1040
Admissions	25	27	158	25	29	154
Départs	103	92	92	79	105	80
Décédés	20	23	29	32	35	24
Raison de Santé	30	27	34	15	15	21
Autres raisons	53	42	29	32	55	35
Membres au 31.12	1158	1093	1170	1116	1040	1114

Ainsi, l'association eut la satisfaction d'enregistrer 130 nouveaux membres en date du 31 juillet 2022. 55 démissions furent toutefois enregistrées dans la même période, poursuivant ainsi la tendance des années précédentes. Les nouvelles admissions ne sont cependant pas toutes dues à la campagne de promotion: les thés dansants, les tournois de pétanque ainsi que le cycle „Älterwerden im Sensebezirk“ (vieillir en Singine), organisé conjointement

avec le réseau santé et relaté dans la presse, ont contribué au succès.

Conclusion

Si une organisation veut maintenir son effectif de membres, elle se doit d'être connue et ancrée dans la population. Elle doit offrir des activités intéressantes à ses membres ainsi qu'à d'autres retraités. Jouir d'une bonne réputation compte beaucoup.

Deux facteurs s'y ajoutent encore:

l'estime dont jouit l'organisation dans la population ainsi que le bouche à oreille.

En effet, certains membres paient leur cotisation chaque année sans jamais prendre part à une manifestation ou à l'assemblée générale. Donc l'estime y est. Pour se décider à participer activement ou à adhérer, il suffit parfois d'une incitation par un proche: „Mais, viens donc, toi aussi!“

Beat Bucheli

DE L'AFIPA À L'AFISA:

PARTENARIAT EN FAVEUR DES PERSONNES ÂGÉES



En mars 2022, les EMS et les sept réseaux de santé du canton de Fribourg ont modifié les statuts de l'Association fribourgeoise des institutions pour personnes âgées (AFIPA), absorbant ainsi les anciens membres de l'Association fribourgeoise des soins et de l'aide à domicile (AFAS, dissoute en 2021). 10 mois ont été nécessaires pour organiser la gouvernance et préparer le bon déroulement des grands projets stratégiques permettant de répondre aux nombreux défis futurs.

La nouvelle association compte aujourd'hui 46 membres et se pose en partenaire privilégié de l'État et des communes pour tout ce qui touche à la politique des personnes âgées et/ou fragilisées.

En 2022, l'AFISA a mis en place sa gouvernance interne, qui désormais se compose d'un comité politique, de deux conférences réunissant les EMS et les réseaux ainsi que d'une direction étoffée (4 collaboratrices). Elle a aussi finalisé le mandat de prestations qui la lie au canton.

Réseautage et projets transversaux

2023 sera consacré au positionnement de l'AFISA par l'élaboration

de la stratégie globale 2023-2026. Les objectifs de l'AFISA sont la défense des intérêts des membres que ce soient tant leurs intérêts financiers que ceux liés au bien-être des personnes âgées et/ou fragilisées à domicile et en institution.

Cela implique la mise en valeur des missions et des particularités régionales, la poursuite du réseautage ainsi que la participation aux projets transversaux avec les partenaires du domaine socio-sanitaire tant cantonaux que fédéraux. L'AFISA veut collaborer activement à l'évolution de la politique consacrée aux personnes âgées/fragilisées pour influencer positivement les changements.

Charte éthique

Les projets ne manquent pas: développement d'une norme Qualité conjointe aux EMS et aux services d'aide et de soins à domicile comme outil clé permettant de garantir une qualité uniforme des prestations dans l'ensemble du canton; organisation et coordination du domaine formation grâce au site internet qui permettra aux professionnels travaillant

en EMS et dans les services d'aide et de soins à domicile de consulter un catalogue de formations en ligne et de s'y inscrire directement.

La rédaction d'une nouvelle Charte éthique développera le thème du respect de la dignité dans les tâches de tous les collaborateurs et collaboratrices.

Pénuries de personnel et de lits

Les défis de l'AFISA sont nombreux. Aujourd'hui, ce sont surtout les pénuries tant du personnel, des lits et de l'énergie qui causent le plus de soucis. Des réponses sont en cours d'élaboration sur le court et moyen terme, en collaboration avec les différents partenaires du domaine socio-sanitaire, à savoir le canton, les hôpitaux - dont les centres de santé régionaux - ainsi que les partenaires des domaines de la formation et des soins spécifiques.

Demain, l'AFISA s'attèlera au désenchevêtrement des tâches entre l'Etat et les communes qui entraînera un bouleversement tant stratégique qu'opérationnel.

Claude Bertelto Küng,
directrice AFISA - VFAS

AGENDA 2023

AREF

07.06.2023

80^e Assemblée Générale de l'AREF, Grangeneuve

09.08.2023

Pique-nique à Neyruz

13.09.2023

Sortie annuelle

06.12.2023

Repas de Noël

SECTION VEVEYSE

19.04.2023

Assemblée générale annuelle, Attalens.
Journée spéciale pour le 30^e anniversaire de la section de la Veveyse.

05 & 08.05.2023

Visite de l'Institut de Grangeneuve.

05.09.2023 septembre

Sortie en car : visite de la Fondation Abegg à Riggisberg.

19.10.2023

Comptoir de la Veveyse à Châtel-St-Denis : journée des Aînés.

SECTION SARINE

19.04.2023 14h00

Assemblée annuelle, Givisiez, Restaurant de l'Escale

11.05.2023

Repas convivial avec animation musicale, Arconciel, Auberge des 3 sapins

22.06.2023

sortie de printemps, Leysin-la Berneuse

21.09.2023

sortie d'automne, Vallée d'Abondance - Evian

16.11.2023, 14h00

Après-midi récréatif avec partie de loto. Salle paroissiale, Belfaux

SENSEBEZIRK

Informations- und Diskussionsanlässe, jeweils um 09:30 Uhr im Bildungszentrum Burgbühl, St. Antoni

15.03.2023

«10 Jahre als Fernvelofahrer unterwegs»! – Josef Bächler

26.04.2023

Digitale Mobilität – Billette lösen/ Parkieren – Lukas Schneuwly

17.05.2023

Freiburger Nachrichten – digital unterwegs – FN

28.06.2023

Tourismus Schwarzsee/Sensebezirk – seine Visionen – Thomas Steiner/ Hervé Lauper

20.09.2023

Veränderungen in der zweiten Säule und Erbrecht – Christine Bulliard

25.10.2023

«Glocken an Mensch und Tier» – Robert Schwaller

22.11.2023

«Geschichten und Gedanken aus der Mitte des Lebens» - Lesungen aus ihren Büchern – Brigitta Wider

GESELLSCHAFTLICHE ANLÄSSE

11.05.2023

Frühlingstreffen, 11.00Uhr Restaurant Drei Eidgenossen in Böisingen

28.12.2023

Jahresendfeier, 11.00Uhr Ort offen

REISEN

03.08.2023

Sommerausflug ins Emmental

06.-10.09.2023

Auslandreise nach Verona mit den Besuchen von Padua und Vincenza, Schifffahrt auf dem Gardasee, Möglichkeit des Besuchs der Oper «Aida»

Pétanque, jeweils 13.30 Uhr, Pétanque-Platz Sense-West bei der Sporthalle Wünnwil

28.04.2023, 26.05.2023, 30.06.2023, 28.07.2023, 25.08.2023, und 29.09.2023

Tanznachmittage, jeweils 14.00Uhr, mit Comeback-Band im Restaurant Sternen in Tentlingen

05.04.2023, 03.05.2023, 7.06.2023, 06.09.2023, 04.10.2023, und 08.11.2023

Literatur-Kafee, jeweils 14.00 Uhr mit Giovanna Riolo, im Bildungszentrum Burgbühl, St. Antoni
04.05.2023 und 26.10.2023

COMPTES 2022 DE LA FFR

Le compte d'exploitation 2022, pour un total de produits de CHF 32 265,50, se solde par un léger déficit de CHF 716,80.

Budget 2023

Le budget 2023, pour un total de produits de CHF 32 000, se solde par un déficit prévu de CHF 3 800. La fortune au 1^{er} janvier 2023 est de CHF 74 720,60.

GÉRARD MENOUD, UN «MACGYVER» FRIBOURGEOIS



Gérard Menoud. Photo Jacques Berset

Volubile, un brin fantasque, Gérard Menoud est un peu notre «MacGyver» fribourgeois. Ce membre du comité de la section laicoise de la FFR (sous-commission loisirs), ressemble un brin à cet ancien agent secret ingénieux et débrouillard, défenseur de la veuve et de l'orphelin, héros (américain évidemment !) du petit écran des années 90. Âgé de 71 ans, ce Glânois a eu plusieurs vies mouvementées, avant de se poser à Cormérod. Né dans une famille paysanne de La Joux (aujourd'hui dans la commune de Vuisternens-devant-Romont), son père, qui avait été mobilisé pendant la guerre, a décidé de partir travailler à Schönenwerd, dans le canton de Soleure, dans une usine travaillant pour la fabrique de souliers Bally. C'est ainsi que Gérard s'est trouvé tout à coup en Suisse allemande, où le francophone a dû faire toutes ses écoles en allemand.

Ecole en allemand

«Quand j'ai commencé l'école enfantine, je ne savais pas un mot d'allemand. Nous nous sommes très vite intégrés dans ce village et mon papa, après avoir encore fait l'école d'ingénieurs en cours du soir a très vite pris du galon dans cette commune et dans la GUF (Gummi Fabrick, société fille de Bally) où il travaillait». Ensuite, c'est l'internat chez les Pères d'Immensee, à Rebstein, dans le Rheintal saint-gallois. «Je m'y suis beaucoup ennuyé et après deux ans mon père a décidé de me sortir de cette école et de revenir dans le canton de Fribourg. En fait j'aurais aimé devenir instituteur mais il fallait travailler et je n'étais pas le meilleur des élèves. Aussi, mon papa m'a-t-il poussé à faire l'école supérieure de commerce au collège St-Michel, mais en français. Après avoir terminé cette formation que j'ai quand même réussie grâce aux branches scientifiques, j'ai eu la fièvre des voyages».

A Isonne, chez les grenadiers

Et de l'action, faut-il ajouter: c'est à Isonne, chez les grenadiers, qu'il fera son école de recrue et son école de sous-officier. «J'avais fait avancer mon école de recrue à 18 ans, donc au paiement de galon, j'étais plus jeune que tous mes soldats». Il fit carrière militaire jusqu'au grade de lieutenant-colonel, commandant ses troupes en trois langues – il avait également appris l'italien avec une famille de la Péninsule quand il vivait en terres so-leuroises.

Passionné d'histoire – «j'ai toujours voulu savoir d'où je venais!» –, ayant fait la connaissance d'un ancien Garde suisse pontifical féru d'héraldique et de généalogie, ce dernier l'a formé dans ces domaines- Et Gérard de poursuivre, en montrant les bois armoriés qu'il exécute en pyrogravures avec minutie (des commandes pour des mariages, des fêtes d'anciens camarades de l'armée, etc.) C'est ce Garde suisse qui lui a donné l'idée de partir pour Rome pour 2 ans comme Garde pontifical «sous les ordres du colonel Robert Nünlist et du Saint Père, le pape Paul VI».

Garde suisse pontifical

«J'ai beaucoup aimé cette vie en Italie, la culture, la cuisine, la façon de vivre et ces leçons d'histoire sur l'Italie... Après mon passage à Rome et à Castel Gandolfo (résidence d'été du Saint-Père), ma fièvre des voyages a augmenté et je me suis dit qu'il me fallait trouver une autre occupation, mais en voyageant. Je me suis inscrit comme membre d'équipage de cabine (flight attendant) chez Swissair... la merveilleuse belle époque chez Swissair. J'ai fait x fois le tour de la terre. J'ai visité bien des pays, sauf l'Australie, car Swissair ne vo-

lait pas vers l'Australie. Quand nous étions dans ces pays, nous y restions parfois 1 semaine et jusqu'à 15 jours. C'était une très belle vie, car Swissair était la compagnie par excellence».

Avec Swissair autour du monde

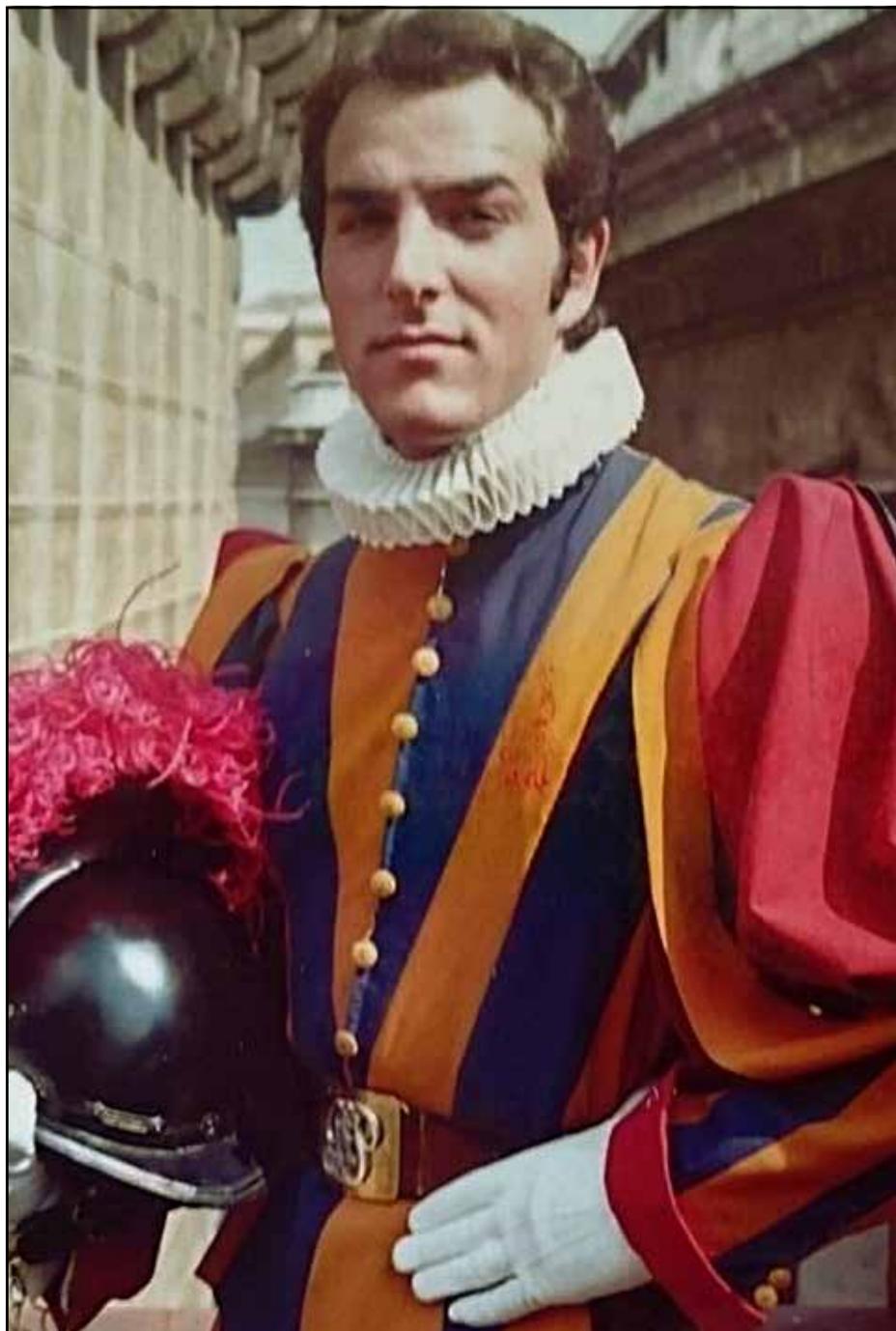
«Après 6 ans chez Swissair, j'ai décidé de revenir sur terre sur le plancher des vaches car, en tant que Fribourgeois, cela me manquait». Il s'inscrit à la police criminelle du canton de Fribourg qui cherchait du monde. «Je suis resté 10 ans comme inspecteur de la police criminelle à la police cantonale. Par la même occasion j'ai fait aussi mon école centrale pour devenir capitaine et je suis devenu commandant de la compagnie de grenadiers de montagne 7 du régiment d'infanterie de montagne 7 du canton de Fribourg».

Police criminelle, informatique et protection civile

Comme il n'avait pas la possibilité de grader dans la police, Gérard l'a quittée pour travailler à la Direction générale de la banque populaire à Berne comme formateur et enquêteur en criminalité économique et falsification de documents, faux dans les titres, etc. Quand le Crédit Suisse a racheté la BPS, il aurait dû aller à Zurich. «Ce que je n'ai pas voulu, car j'avais construit à Misery-Courtion une maison avec ma famille».

Gérard a alors trouvé une place comme adjoint du chef d'instruction de la protection civile du canton de Fribourg. Il s'est formé en informatique afin de devenir responsable et correspondant en informatique auprès du SITel (Service informatique et des télécommunications) pour mon service, le SPPAM (Service de la protection de la population et des affaires militaires).

«J'ai fait le brevet fédéral d'instructeur et après trois ans, le chef d'instruction est tombé malade et j'ai pris sa place. A cette occasion j'ai profité de faire également le brevet fédéral de formateur d'adulte. Tout en



Gérard Menoud fut Garde suisse à Rome. Photo DR

continuant mon armée pour devenir major puis lieutenant-colonel, j'ai rencontré le chef de la protection de la population du canton de Fribourg qui m'a demandé si je voulais devenir son adjoint. J'ai tout de suite accepté et je suis parti de Sugiez où se trouvait le centre d'instruction de la protection civile, pour Fribourg». Dans ce nouveau poste, Gérard est aussi entré dans l'OCC, l'Organe cantonal de conduite en cas de catastrophe et d'événement graves. «J'ai formé les cadres et les aides de commandement de l'OCC et des organes communaux de conduite sur

la conduite en cas de catastrophe et d'événements graves et la résolution systématique de problèmes. Après un certain temps la loi sur le personnel de l'État de Fribourg a changé et je pouvais bénéficier de la retraite à 60 ans, car l'État payait le pont pré-AVS jusqu'à 65 ans. Aussi ai-je décidé de partir à la retraite». Une retraite qui ne l'a pas fait «se ranger des voitures», à savoir opter pour une vie plus sage, mais ayant visité quasiment tous les continents, Gérard a tout de même réduit le rayon de ses visites et de ses pèlerinages.

Jacques Berset