

## Le billet du président

Voici notre journal dans son nouveau look. Etant donné notre parution désormais semestrielle, nous ferons en sorte que nos articles restent intéressants sur une plus longue période. Dans cette première partie de 2005, c'est la reprise de la **révision de la LAMal** qui retient notre attention; elle le peine parce que le Conseil fédéral n'envisage pas autre chose que les propositions de libéralisation de Santé Suisse. Nous sommes heureux que le Parlement ait décidé de prendre en charge le 50% des primes des enfants.

Par contre, ce qui nous inquiète c'est de savoir quel projet sur les **soins de longue durée** sera soumis au Parlement, la différence entre maladie et vieillesse laissant grande ouverte la porte du dénigrement des vieux.

Dans notre canton, la réalisation des **foyers de jour** et l'accueil **de courte durée** permettront de retarder l'entrée en EMS, de soulager les proches des personnes nécessitant de l'aide et d'éviter de gros frais (Fr. 8'600.— par mois en EMS et Fr. 150.— par jour en foyer de jour). La **fusion** des services d'aide familiale et de soins est réalisée, l'organisation comprenant une commission par district et une association faîtière cantonale. Le financement est pris en charge à raison de 35% par le canton pour les frais de personnel, les excédents restant à la charge des communes ou des usagers selon leurs moyens. Le Parlement cantonal doit encore réviser la Loi sur l'aide et les soins à domicile pour qu'elle soit en harmonie avec la nouvelle situation.

La Chaire du travail social de l'Université de Fribourg va nous livrer le rapport que nous avons demandé sur **le logement et les personnes âgées dans la commune de Marly**. Ses conclusions nous serviront de fil rouge pour promouvoir une politique favorable à la réalisation de logements avec encadrement médico-social (comme par exemple La Rose des Vents de Guin). Il doit en effet devenir possible de construire des appartements avec un loyer mensuel de Fr. 1'000.— environ. Sortir de la solitude et vivre à moindres coûts que dans un EMS, voilà qui doit tous nous interpeller. Les jeunes architectes sont pleins d'idées. Tant mieux.

Gaston Sauterel

## Der Präsident hat das Wort

*Sie erhalten unsere Zeitung im neuen Look. Da wir nunmehr zwei Mal jährlich erscheinen, wollen wir Ihnen Beiträge von bleibender Aktualität unterbreiten. Im ersten Semester 2005 wollen wir unsere Aufmerksamkeit der **KVG-Revision widmen**. Der Bundesrat sieht keine andere Möglichkeit, als die Liberalisierungsideen von Santé Suisse zu realisieren. Immerhin sind wir froh, daß das Parlament beschlossen hat, die Prämien für die Kinder zur Hälfte zu übernehmen.*

*Wir sind gespannt, welches Projekt auf dem Gebiet der **Langzeitpflege** dem Parlament unterbreitet werden wird. Der Unterschied zwischen Krankheit und Alter hält das Tor zur Benachteiligung der älteren Generationen offen.*

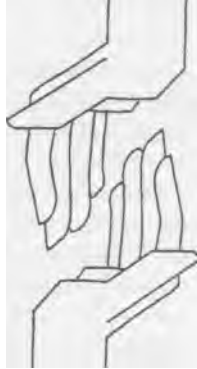
*Die Realisierung von **Tagesheimen** oder **Kurzaufenthaltsplätzen** wird vielen ermöglichen, den Eintritt in ein Alters- und Pflegeheim hinauszuschieben und den Angehörigen die dringend benötigte Erholung zu gewährleisten. Ferner werden große finanzielle Belastungen vermieden (Kosten pro Monat im Alters- und Pflegeheim Fr. 8'600.—, im Tagesheim lediglich Fr. 150.— pro Tag). Die **Fusion** der verschiedenen Heimpflegeorganisationen steht. Pro Bezirk gibt es eine Kommission die an die kantonale Dachorganisation rapportiert. 35% der Kosten übernimmt der Staat (Personalkosten), den Rest bezahlt die Gemeinde oder der Benutzer, je nach seinen Möglichkeiten. Der Großrat muß noch ein Gesetz anpassen, damit es mit der derzeitigen Situation übereinstimmt.*

*Der Lehrstuhl für Sozialarbeit der Uni. Freiburg wird uns zum Thema **Wohnverhältnisse älterer Menschen in der Gemeinde Marly** den verlangten Bericht abliefern. Seine Feststellungen und Konklusionen werden für uns als roter Faden für die Erarbeitung einer neuen Wohnpolitik dienen. Es geht uns dabei um den Bau von Wohnungen mit medizinischer und sozialer Betreuung wie sie z.B. in Diidingen (Windrose) vorhanden sind. Es muß möglich sein, solche Wohnungen zu einem Mietzins von ca. Fr. 1'000.— zu bauen, was wesentlich günstiger ist, als das Pflegeheim.*

Gaston Sauterel

# Jusqu'à la mort pour accompagner la vie

*Ouvrir son coeur  
Et donner son amour  
Pour que le passage  
Vers la Lumière  
Se fasse avec sérénité*



Je me suis entretenu avec Soeur Marlyse Cantin, responsable de la formation des accompagnants dans le but d'apprendre comment fonctionne l'aide apportée par cette association aux personnes en fin de vie, aux familles en deuil et à celles et ceux qui n'ont pas d'ami à qui s'adresser dans des situations pénibles et difficiles entre toutes.

L'association existe depuis 1994 sous la forme actuelle. Elle est organisée par districts; la partie germanophone est incluse sous le nom de WABE. S'il y a beaucoup plus de femmes que d'hommes (âgées entre 40 et 60 ans) qui font ce bénévolat, il va sans dire que les messieurs sont aussi les bienvenus.

## Conditions à remplir

Il n'est pas indispensable d'être catholique, par contre il faut avoir suivi une formation de base qui s'étend sur une période de 18 mois à raison d'une rencontre par mois et qui aboutit sur une évaluation. Pendant ces 18 mois on apprend «à bien vivre», oser se poser les grandes questions existentielles, oser voir la mort en face (de l'autre et de soi), gérer ses émotions et se mettre autant que possible à la place de l'autre. Il faut être bien dans sa peau, dans son coeur et dans sa tête pour pouvoir accompagner. Ainsi, si l'on vit soi-même un deuil, une séparation ou une maladie grave, on ne peut pas accompagner l'autre.

## Comment formez-vous les bénévoles?

Il est souhaitable de bien se connaître pour accompagner l'autre sur son chemin qui n'est pas forcément le nôtre. Il faut faire preuve de beaucoup d'égards et d'une grande tolérance pour respecter le propre chemin de chacun. Nos bénévoles n'imposent rien. Il faut reconnaître les attitudes du malade. Parce que c'est du bé-

névolat, ce travail mérite d'être particulièrement bien fait.

## Le chemin...

...est important: il faut essayer de faire un chemin sans vouloir guider; c'est la personne accompagnée qui fait son propre chemin. Nous sommes une présence, un amour chaleureux, une empathie.

## Et la formation continue?

Elle existe par l'intervision lors de laquelle des thèmes n'ayant pas trouvé place dans la formation de base sont traités tout au long des années qui suivent. En effet, un accompagnement peut se faire sur un long terme.

## Qui prend l'initiative de l'accompagnement?

C'est souvent la famille qui est à bout de forces et a besoin d'un relais lors d'une longue maladie. Il arrive aussi qu'un accompagnement soit demandé pour les dernières nuits que la famille ne peut plus assumer parce qu'elle est épuisée, ou parce qu'elle a peur de la mort.

## L'écoute active...

...est la pierre d'angle de l'accompagnement pour permettre à la personne d'avancer dans son propre cheminement sur le chemin qui est le sien et non pas celui que l'on aimerait pour elle.

Écouter, c'est être à côté, non pas devant ou derrière, pour guider. C'est le malade qui guide son propre chemin. Il ne faut pas avoir peur des silences non plus, le silence permet au malade de se retrouver à l'intérieur de soi.

## La mort...

...ne s'accompagne pas. Nous accompagnons la personne vivante jusqu'à son dernier souffle, lorsque «quelqu'un» vient l'accueillir et la chercher.

## Dans le concret

Les accompagnements se font de jour et de nuit soit dans les hôpitaux, homes et à domicile. Ils n'ont lieu que sur demande faite par la famille ou le personnel soignant. Ils ont toujours lieu en accord avec le malade, pour autant qu'il puisse encore s'exprimer.

La bénévole se présente au personnel soignant qui l'accompagne dans la cham-

bre du malade. Elle porte un badge et ses coordonnées sont connues du personnel. Elle fait part de ses constatations (douleurs) au personnel soignant.

L'accompagnante peut très bien se trouver au chevet du malade en compagnie de membres de la famille, c'est souvent le cas au début de la nuit.

## Et la famille?

Les bénévoles sont aussi formées à l'accompagnement de la famille du malade, surtout dans les derniers moments, quand le malade est prêt et que ses proches sont désemparés par ce qui va arriver. Il faut beaucoup d'intuition et de doigté pour sentir qui a besoin de soutien.

## Prier?

Nous respectons le désir du malade. Si le malade le souhaite, nous pouvons prier avec lui.

## Si le malade demande un prêtre?

La bénévole informe l'infirmière qui demande au prêtre de venir. Car il faut tout mettre en oeuvre pour que le malade reçoive l'aide dont il a besoin.

## Confidentialité

Il va sans dire que les bénévoles sont tenues au secret le plus absolu, ceci aussi après avoir quitté l'association, car elles entendent des secrets qui peuvent ressembler à des confessions.

## Et après le décès?

L'accompagnante reste à disposition de la famille qui souvent souhaite savoir comment furent les derniers instants du membre défunt, ses éventuelles dernières paroles. Elle n'assiste pas toujours à l'enterrement. On lui apprend à «dire au revoir» à la personne accompagnée, à déposer ce qu'elle a vécu. La formation continue lui permet de reparler de ses expériences.

L'aide aux personnes en deuil est également offerte par l'association, lors d'entretiens individuels ou en groupe.

J'ai été profondément impressionné par le travail de cette association qui peut être contactée comme suit:

**Téléphone et fax: 026 436 46 60**

*Michel Studer*

# Länger - Gesünder - Unabhängiger

Immer mehr ältere Personen sind gut ausgebildet, aktiv und leben zu zweit oder als Singles in kleinen Haushalten. Dank besserer Gesundheit und Spitex geht der Anteil der Alten, die in Alters- und Pflegeheimen wohnen, zurück.



Dies geht aus der Studie «Alter und Generationen» hervor, die ein Forscherteam der Universitäten Genf und Lausanne im Auftrag des Bundesamtes für Statistik (BSF) auf Grund von Daten der Volkszählung 2000 erarbeitet hat.

Lag die durchschnittliche Lebenserwartung um 1880 bei Frauen bei 43 und bei Männern bei 41 Jahren, so liegt sie gegenwärtig bei 83 respektive 77 Jahren.

Wie Edith Guillely von der Universität Genf bei einer Präsentation darlegte hatten Frauen vor zehn Jahren eine um sie-

ben Jahre höhere Lebenserwartung als Männer; heute beträgt der Unterschied nur noch sechs Jahre.

Dabei gibt es regionale Unterschiede: Bei Frauen liegt die Lebenserwartung in Basel Stadt bei 81,6 Jahren, in Genf bei 84 Jahren, bei Männern in Appenzell Inner- rhoden bei 75 und in Nidwalden bei 79,1 Jahren.

Die Alterung zeigt sich unter anderem an der Zahl der 100-Jährigen: Sie wuchs 1950-2000 von 61 auf 787! Die Kantone und Regionen sind indes unterschiedlich von der Alterung betroffen.

Einen hohen Anteil von älteren Personen gibt es in ländlichen Regionen des Tes-

sins und des Jurabogens, aber auch in städtischen Zentren wie Basel. Jüngere Leute wohnen hauptsächlich in «Suburbia», also in den Vororts- und Agglomerationsregionen des Landes.

Die älteren Menschen bleiben auch länger gesund. Lebten 1992 Frauen über 65 im Schnitt weitere 16,5 Jahre ohne gesundheitliche Behinderung, so waren es 2002 18 «unbehinderte» Jahre. Bei den Männern verlängerte sich die Zeit ohne Behinderung nach der Pensionierung von etwa 13,5 auf knapp 16 Jahre.



1970-1990 stieg der Anteil der Alten, die in sozialmedizinischen Institutionen leben, stark an. Seither ist ein Rückgang zu verzeichnen — wegen besserer Gesundheit, dem Ausbau von Spitex-Angeboten und der Einschränkung des Altersheims-Neubaus in vielen Kantonen.

(Quelle: SF DRS-News)

**BON DE REDUCTION**

**VISILAB**

**VOS LUNETTES EN UNE HEURE**

**Fr. 60.-**

à l'achat d'une  
paire de lunettes  
optiques  
(monture et verres)

Villars-sur-Glâne  
Centre commercial Carrefour  
Tél. 026 401 40 25

Fribourg  
Pérolles Centre  
Tél. 026 347 32 50

Valable jusqu'au 31 décembre 2005. Non cumulable avec d'autres avantages et non valable sur les forfaits.

La vie de nos sections

## Les assemblées générales 2005

L'assemblée générale est, pour une section, l'événement qui permet aux membres de se retrouver entre eux et avec le comité pour échanger des informations ayant trait à la vie de la section, à ses activités et projets pour l'année en cours. Des spécialistes des différents domaines de notre situation de retraités apportent des nouvelles, répondent à vos questions, vous donnent des idées pour résoudre des problèmes ou éviter qu'ils se présentent. Dans les limites de sa disponibilité, le président cantonal profite de cette occasion pour adresser quelques mots à l'assemblée.

Les points statutaires sont le deuxième pilier de ces réunions qui sont prévues dans les statuts et revêtent ainsi un caractère officiel. Mais elles sont aussi et surtout l'occasion de soigner la camaraderie, l'amitié et la fraternité sans lesquelles la vie de société serait impensable.

Je vous indique ci-après dans l'ordre chronologique les manifestations prévues en 2005. A l'exception de la Veveyse qui a déjà tenu ses assises quand nous mettons sous presse, les membres des sections peuvent entourer d'un cercle rouge la date qui les concerne. Les assemblées ont lieu l'après-midi, elles débutent généralement à 14 heures.

*Votre rédacteur*

N.B.: notre assemblée cantonale des délégués aura lieu le jeudi 19 mai au Gasthof St. Michael à Heitenried.

 <p><b>LA GLÂNE</b></p> <p><b>Mercredi 16 mars</b></p> <p>Romont Hôtel de Ville</p>	 <p><b>LA BROYE</b></p> <p><b>Jeudi 14 avril</b></p> <p>St-Aubin / FR Café-Restaurant des Carabiniers</p>
 <p><b>LA SARINE</b></p> <p><b>Jeudi 17 mars</b></p> <p>Fribourg Restaurant du Jura Route du Jura 20</p>	 <p><b>LAC Français</b></p> <p><b>Jeudi 14 avril</b></p> <p>Courtaman Restaurant de l'Union</p>
 <p><b>SEE</b> Deutschsprachig</p> <p><b>Donnerstag 17. März</b></p> <p>Murten Restaurant Bahnhof</p>	 <p><b>SENSE</b></p> <p><b>Mittwoch, 11. Mai</b></p> <p>Ueberstorf Rest. Zum Schlüssel</p>
 <p><b>LA GRUYÈRE</b></p> <p><b>Mardi 5 avril</b></p> <p>Vuippens Café-Restaurant Maison de Ville</p>	<p><b>Membres collectifs</b></p> <p><b>AREF</b> 8 juin, Buffet de la Gare Estavayer-le-Lac</p> <p><b>CARDINAL</b> 2 mars, réfectoire</p> <p><b>ST-PAUL</b> 12 janvier, réfectoire</p> <p><b>EEF</b> 3 mai, Rest. Bahnhof, Guin</p> <p><b>NOVARTIS</b> 2 mars, Jura, Fribourg</p>



### LA VEVEYSE

a tenu ses assises le

**Jeudi 24 février**

à l'Hôtel de l'Ange  
d'Attalens

Les frères Gremaud, membres de la section, présentèrent un spectacle intitulé «Salle d'attente».



## Belle... ... mais dangereuse!

Plus de 1000 incendies occasionnant presque 30 millions de francs de dégâts sont dus à des imprudences avec des bougies. Aidez à sauver des vies et des biens en respectant les points suivants:

### Prudence

Ne laissez jamais une bougie brûler sans surveillance.

### Attention à l'emplacement

Veillez à ce que la bougie soit bien droite et à l'abri des courants d'air.



### Attention au bougeoir

N'utilisez jamais de bougeoir inflammable. Choisissez-le suffisamment grand pour récupérer toute la cire fondue.

### Enfants et animaux

Placez toujours les bougies hors de portée des enfants et des animaux.

### Attention à la suie

Coupez au ciseau la mèche des bougies faisant trop de fumée noire.

### Attention aux étincelles

Eloignez suffisamment tous les objets inflammables et soufflez prudemment pour éteindre la bougie.

### Ayez le bon réflexe

En cas d'incendie, alertez les pompiers en appelant le 118, fermez portes et fenêtres.

(Instructions mises à disposition par l'ECAB).

## Faut-il s'attendre à une réduction des prestations?

Hans-Heinrich Brunner, vice-directeur de l'Office fédéral de la santé et ancien patron de la Fédération des médecins suisses (FMH) veut réduire le catalogue des prestations à charge de la LAMa1.

Selon lui, cette mesure est nécessaire pour maîtriser l'explosion des coûts. Dans une interview parue récemment dans la *Weltwoche*, il se demande si chaque prestation aujourd'hui remboursée doit encore être assumée par l'assurance obligatoire. Il se propose de réduire les coûts et de faire réfléchir (!) la population.

### Quelles prestations biffer?

Celles qui coûtent trop cher (évidemment, réd.) pour le bénéfice qu'elles apportent et celles que le patient «aurait les moyens de payer lui-même». La bobolo-

gie n'a plus sa place dans le catalogue de l'assurance de base, et ce sont les médecins qui sont responsables de cet état de fait.

De nombreux prestataires de soins et des hôpitaux pêchent par abus de services. Ils effectuent systématiquement des examens coûteux et pas toujours nécessaires, dénonce le docteur Brunner. Il faut obliger tous ces spécialistes à agir selon le principe de rentabilité.

Des abus, il en existe aussi dans l'emploi fait du système de tarifs médicaux (tar-med). Certains médecins facturent invariablement certaines prestations. En outre, et toujours selon le vice-directeur, c'est à l'État d'intervenir de manière décidée pour restreindre l'accès à l'assurance invalidité (AI) et éviter les abus qui menacent cette assurance.

## Santé Suisse dépose un recours contre la liste des hôpitaux du canton de Fribourg

A l'étonnement de Ruth Lüthi, notre directrice de la Santé et des Affaires sociales, Santé Suisse critique le fait que de nombreux établissements hospitaliers fournissent des prestations identiques.



Quant à la taille des établissements, Santé Suisse relève qu'il ne faut pas descendre au-dessous d'un nombre minimal de lits.

Santé Suisse Fribourg relève que, selon le Conseil fédéral, il faut attribuer des mandats précis aux hôpitaux et aux cliniques privés et réduire le nombre de lits. Le recours concerne la liste établie en novembre 2004, liste pas suffisamment critique à son avis et qui ne tient pas compte des besoins de la population. Force est de constater que cinq établissements de l'agglomération fribourgeoise fournissent des prestations identiques dans plusieurs spécialités dont notamment l'orthopédie.

Selon Ruth Lüthi, le recours ne tient pas compte des efforts concédés par le canton au cours des dernières années, trois établissements hospitaliers offrant un service en gynécologie-obstétrique ont été fermés depuis 1999. Quant aux prestations, elles ne sont pas les mêmes à l'Hôpital cantonal, à Riaz ou à Tavel. Les cliniques privées qui ne sont pas subventionnées par le canton, sont libres de définir leurs prestations, de veiller à une gestion économique et à en assurer la qualité.

**Nous remercions sincèrement nos annonceurs de leur présence dans notre journal.**

**Nous invitons nos lectrices et nos lecteurs à tenir compte de ces publicités lors de leurs achats ou commandes.**



Fondée le 4 septembre 1943, l'Association des retraité(e)s de l'Etat de Fribourg compte plus de 700 membres. Ses buts sont de

- lutter pour une bonne insertion des aînés dans la vie politique, culturelle et sociale
- favoriser l'amitié et la solidarité par la participation des retraité(e)s à des activités sociales récréatives
- défendre les intérêts sociaux, culturels et économiques de ses membres
- faire partie de regroupements ou de mouvements d'aînés sur le plan cantonal et fédéral.

Sous la présidence de Jean-Pierre Villerot, elle organise annuellement quatre rencontres (AG, pique-nique, promenade, Noël) et un loto. Elle édite un journal *Le Retraité* qui paraît, comme notre *Horizon*, deux fois par an.

*Diese Vereinigung wurde am 4. September 1943 gegründet, sie zählt etwas mehr als 700 Mitglieder. Ihre Zielsetzungen:*

- *Für eine gute Eingliederung in das politische, soziale und kulturelle Leben kämpfen*
- *Die Pflege der Freundschaft und Solidarität zwischen den Mitgliedern fördern*
- *Die sozialen, kulturellen und wirtschaftlichen Interessen der Mitglieder wahren*
- *Sich auf kantons- und Bundesebene an den Seniorenbewegungen beteiligen.*

*Unter dem Vorsitz von Jean-Pierre Villerot werden jährlich vier Treffen organisiert (GV, Picknick, Spazierfahrt mit Bus und Weihnachtsfeier). Zudem findet jährlich ein Lotto statt. Die RVSF verfaßt eine Zeitung Le Retraité, die zweimal im Jahr erscheint.*

*For your eyes only*

Qui n'a pas vu ce classique de Ian Fleming? C'est en pensant à vos yeux que nous avons décidé de modifier quelque peu la présentation de votre HORIZON.

Nous avons agrandi le corps des caractères ainsi que les interlignes. La couleur de la page titre a également changé, celle-ci devant correspondre à celle de la dernière page. Nous espérons que cette modification vous facilitera la lecture de notre journal qui est aussi le vôtre. Vous pouvez, comme par le passé, nous faire part de votre impression en téléphonant au rédacteur.



*Wer hat diesen Film nicht gesehen? Nur für Ihre Augen haben wir die Präsentation von HORIZON geändert. Wir haben die Größe der Buchstaben erhöht und die Abstände zwischen den Zeilen vergrößert. Gerne hoffen wir, Ihnen damit zu dienen.*

*Es versteht sich von selbst, daß Sie uns Ihre Meinung zur neuen Darstellung mitteilen können, indem Sie unseren Redaktor anrufen.*



**1700 FRIBOURG**  
Route de Berne  
(Carrefour St-Barthélemy)  
+ Grandfey

**Tél. 026 / 481 21 12**

**Tél. 026 / 481 21 13**

**Fax 026 / 481 21 19**

**-15%**  
SUR L'ENSEMBLE  
LIVRAISON+MONTAGE GRATUITS  
DÉBARRAS GRATUIT

**EXPOSITION SUR 4 ÉTAGES  
GRAND CHOIX D'ARTICLES  
DE DÉCORATION**

**VOTRE SPÉCIALISTE DE LITERIE**

**LIVRAISON ET MONTAGE COMPRIS  
NOUS DÉBARRASSONS GRATUITEMENT  
VOS ANCIENS MEUBLES**

## D'un Horizon à l'autre

# Naissance d'un journal

Le dixième numéro d'HORIZON vient de quitter l'imprimerie MTL. Ce chiffre rond et une mise en pages légèrement modifiée justifiaient pleinement une visite à l'entreprise, à son directeur et à Dominique Layaz, la bonne fée qui préside à la présentation de notre journal. Elle nous explique son travail:

**Par quoi commencez-vous?**

Par la mise en pages. Après réception du CD établi en WORD que me remet le rédacteur, j'ouvre les photos pour me rendre compte de leur grandeur et des problèmes potentiels lors d'un agrandissement; ensuite je copie le texte WORD dans un programme XPRESS (réservé aux professionnels et d'ailleurs trop cher pour les amateurs, n.d.l.r.), programme dans lequel sera faite la mise en pages. Ce programme est particulièrement bien conçu pour toute la partie technique ultérieure à la composition; car ce qui est beau sur l'écran de mon MAC ne l'est pas nécessairement à l'impression.

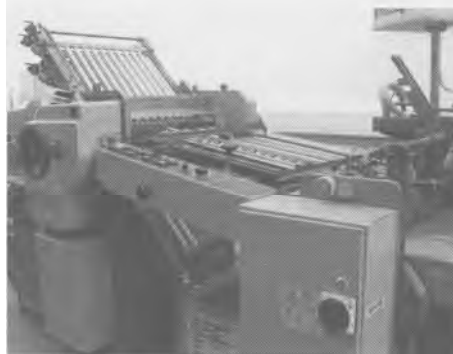
Le rédacteur me fournissant des textes déjà calibrés dans Word, ainsi qu'une sortie imprimante qui me sert de maquette, j'arrange les textes dans ma mise en page en y intégrant les photos que je retouche parfois (contraste, éclaircissement, etc.).

Cette étape prend pas mal de temps, selon la qualité du CD fourni par le client; pour les 20 pages d'HORIZON, y compris les annonces nouvelles ou anciennes (qui demandent moins de travail), il faut compter une bonne journée de travail, voire plus, selon le temps pris par la relecture et la correction des fautes de français (rares) et d'inattention (inévitables). Après cela, le client reçoit une épreuve (qui sera relue en commission du Journal) afin de corriger des erreurs ou modifier un article en raison d'une actualité de dernière heure. Ou d'une annonce qui, selon le sys-

tème des dominos, peut nécessiter la re-fonte de plusieurs colonnes ou pages. Notons en passant que le «bleu» qui permettait de faire une épreuve du film dans les années 1980 n'existe plus, le travail en film étant très lourd à l'époque. Aujourd'hui, l'écran permet plus de flexibilité. La dernière partie du travail consiste à fabriquer un PDF du journal définitif (en haute définition, avec des paramètres très précis). Ce PDF sera transmis à M. Claude Gummy qui est chargé de faire les plaques offset qui seront mises en machine. Ce sera le dernier chapitre de la composition.

**Et la production proprement dite?**

Comme me l'a indiqué M. Philippe Tinguely, copropriétaire de l'entreprise MTL et responsable de la partie technique, le journal doit passer par un certain nombre d'autres étapes pour obtenir la forme que vous trouvez dans votre boîte aux lettres. Le papier passe à travers des cylindres, dans de l'eau, doit ensuite être imprimé, coupé aux bonnes dimensions, plié et finalement agrafé.



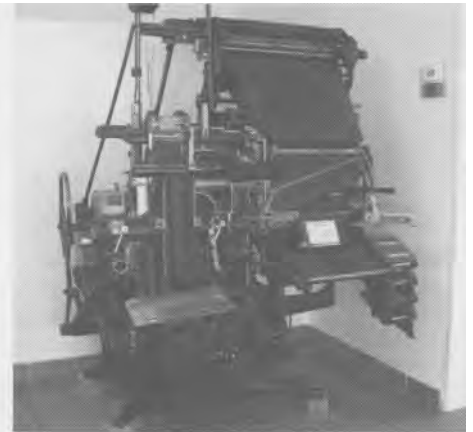
Les quelque 5'000 exemplaires de la fédération sont ensuite «mis en boîtes» au sens propre du mot et remis à votre serviteur.

**Quelques remarques du patron**

Il m'a permis de visiter l'ensemble de l'entreprise qui occupe actuellement une

trentaine de personnes, de voir son imposante réserve de papier qui arrive par palettes (moi qui me plains de trimballer de la ville à la maison un paquet de papier pour mon imprimante!), dans toutes les qualités et compositions. Car papier n'est pas papier et la question du poids n'est qu'un détail de la commande que MTL passe aux fournisseurs.

Et cette remarque tranquillisant: la consommation incroyable de papier que fait notre monde industrialisé et surtout administré, ne met pas en danger la production de bois. Car si une surface grande comme la Suisse est rodée pour être acheminée dans des fabriques qui avalent des bateaux entiers, la superficie sacrifiée est aussitôt plantée à nouveau et, dix ans plus tard, les arbres qui auront repoussé seront disponibles pour la production de papier, selon un tournus qui couvre les besoins. Notons que les commandes de l'Helvétie n'occupent les grandes fabriques que pendant très peu de temps, notre marché est un tout petit marché si on le compare à d'autres et je n'ose pas penser aux USA avec des journaux du dimanche qui pèsent des kilos.



Construite en 1922 et achetée en 1964 pour le prix de 32'000 francs, (sans magasin ni matrices), cette Linotype modèle Multi-Edeal avec refroidissement à eau est en parfait état de fonctionnement; elle coule des jours heureux dans le hall de l'imprimerie, et rêve du bon vieux temps où les lignes tombaient une à une.

## Notre AVS

Depuis son entrée en vigueur en 1948, elle a subi de nombreuses modifications et en subira encore. Son évolution mérite d'être présente dans nos réflexions:

**La rente simple minimale** a passé de Fr. 40.— à Fr. 1'055.—.

**La rente maximale** se monte au double de la rente minimale, ceci depuis 1969.

**L'âge de la retraite** n'a pas bougé pour les hommes, il a passé de 65 à 62 pour remonter à 64 ans pour les femmes.

**L'obligation de cotiser** commençait à 15 ans en 1948, elle se situe maintenant à 18 ans.

**L'indexation des rentes** par rapport au coût de la vie est entrée en vigueur en 1976. Depuis 1980 elle se fait selon l'indice mixte (prix et salaires), ceci tous les deux ans ou avant si le renchérissement dépasse 4%.

**Le financement** a passé de 4% à 8,4% pour les salariés et employeurs.

*(Informations provenant de la Fédération valaisanne des retraités)*

## Unsere AHV

*Seit ihrer Einführung 1948 erfolgten 10 Revisionen und weitere werden folgen. Diese Entwicklung ist beeindruckend und verdient unsere Anerkennung.*

*Die einfache Minimalrente stieg von Fr. 40.— auf Fr. 1'055.—.*

*Die Maximalrente beträgt das Doppelte der Minimalrente, dies seit 1969.*

*Das Pensionsalter blieb für die Männer unverändert. Bei den Frauen wurde auf 62 bzw. 64 umgestellt, was heute gilt.*

*Die Beitragspflicht begann 1948 beim Alter 15, heute fängt sie im 18. Lebensjahr an.*

*Die Indexierung der Renten. Die Renten werden seit 1976 der Teuerung angepasst. Seit 1980 richtet sie sich nach der Preis- und Lohnentwicklung (Mischindex), alle 2 Jahre wenn die Teuerung 4% nicht übersteigt.*

*Die Finanzierung stieg von 4% auf 8,4% für die Lohnempfänger und Arbeitgeber.*

*(Angaben der Walliser Vereinigung der Rentner)*



## IMPRESSUM

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

**Rédaction et coordination:**  
Michel Studer, responsable  
20, rue de la Carrière — 1700 Fribourg  
Tél. 026 422 26 22

**Commission du journal:**  
Gaston Sauterel, président  
Michel Studer, rédacteur  
Ferdinand Brunisholz, collaborateur de rédaction  
Theodor Stritt, membre

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

**Tirage:** 5000 exemplaires

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



### Anticipez. La nouvelle Audi A4.

Lignes puissantes et caractère prononcé, conduite maîtrisée grâce au moteur intégrant une technologie des plus modernes et au châssis exceptionnellement dynamique. Confort et sécurité dans chaque situation. Plus d'une raison qui font de l'Audi A4 le précurseur de sa catégorie.

Maintenant chez nous.

25 ans quattro  
Sécurité au superlatif.

Audi Service Package  
4 ans / 100 000 km réparation et service

### AMAG Fribourg

Route de Villars 103, 026 408 41 41, [www.fribourg.amag.ch](http://www.fribourg.amag.ch)

Et nos prestataires de service de la région:

AMAG Bulle, Rue Pierre-Alex 55, 026 916 13 13  
AMAG Morat, Route de Berne 11, 026 672 84 84  
Auto Bergmann SA, Industriestrasse 21, 3178 Bödingen, 031 747 87 75  
Garage Walter Lauper, Z.I. Ouest, 1580 Avenches, 026 675 33 00  
Garage Bernard Kaufmann, Montet, 1588 Cudrefin, 026 677 11 33

**Lorsque le deuil vous frappe...** Nous sommes là pour vous aider et tout organiser selon vos désirs.

**Contrat de prévoyance au décès:** comment prévoir et organiser ses funérailles. Vous seul(e) savez ce que vous souhaitez pour vos obsèques. Venez nous en parler. Contactez-nous en toute confiance.

**Chapelle funéraire de Chantemerle:** lieu conçu pour les familles qui souhaitent vivre plus intimement les instants d'une séparation. Salons funéraires personnalisés. Chapelle permettant d'y célébrer le dernier adieu.

*La confiance que vous nous témoignez nous est précieuse. Nous vous en remercions et l'honorons en mettant toute notre compétence à votre service.*

Jean-Pierre Rossier,  
directeur

POMPES FUNÈRES  
1916 **MURITH SA**

BD DE PÉROLLES 27  
1700 FRIBOURG

85 ans [www.murith.com](http://www.murith.com)

En permanence à votre service au 026 322 41 43



# Überforderung in den Pflegeheimen?

«Die Heime werden noch zu stark nach Spitalritualen geführt» kritisiert Soziologe Hans-Ulrich Kneubühler im Bund. Davon sei endlich Abschied zu nehmen. Er verlangt mehr Qualität in der Betreuung und mehr Autonomie für die Betagten.

*Nach den Lehrbüchern gehört die Pflege und Betreuung von Hochbetagten zu den anspruchsvollsten pflegerischen Arbeiten. Die geringe Personaldotation, die starke Personalrotation und der hohe Anteil an ungelernten Pflegenden kann zur Überlastung führen (in einem der beiden Innerschweizer Heime, in denen getötet wurde, arbeiten 60 Prozent An- oder Ungelernte). Da passieren bei der Personalrekrutierung offenbar Fehler.*

*Der Pflegerberuf in Heimen ist deshalb so schwierig, weil der Wunsch nach Wiederherstellung der Patienten hier nicht erfüllt werden kann. Sie treffen auf mehrfach erkrankte Betagte, die nicht geheilt werden können und die oft über mehrere Jahre bis zum Ableben im Heim leben.*



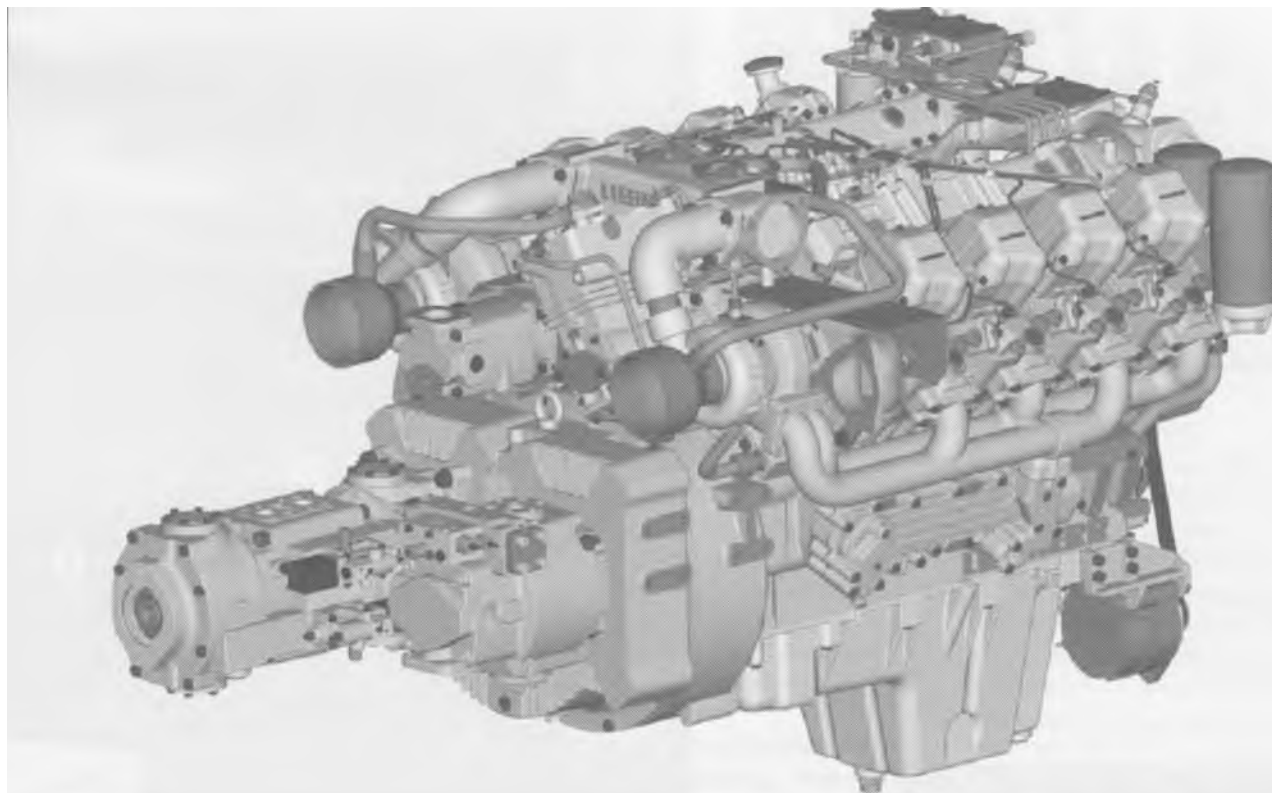
*Der pflegerische Erfolg liegt somit nicht in der Heilung, sondern im Wohlbefinden dieser Menschen.*

*Das ist eine viel komplexere und schwierigere Aufgabe als einfach einen Beinbruch oder Blinddarm zu heilen. Auch das Berufsimago ist nicht berauschend. Das alles rechtfertigt natürlich niemals, daß sich ein Pfleger der Patienten entledigt.*

*Der Soziologe hat allerdings Verständnis für die Heimleitungen die die Probleme nicht mit dem Einbau von Überwachungskameras lösen werden. Er fragt sich allerdings, weshalb Heimbewohner pünktlich essen und selbst in der Sommerzeit um 18 Uhr im Bett sein müssen. Das nimmt man in Akutspitälern ein Paar Tage in Kauf: Betagte aber leben über Jahre in den Heimen.*

*In einer neuen Betreuungskultur müssen die Betreuenden, die Heimleitungen und die Behörden das Wohlbefinden im Heim ins Zentrum stellen. Die Verbesserung der Beziehungen und Kommunikation untereinander ist dazu entscheidend. Und diese Kultur muß gelebt werden.*

*Hans-Ulrich Kneubühler ist Soziologe in Luzern und setzt sich für mehr Qualität in der Langzeitpflege ein. Zusammen mit dem Berner Alfred Gebert hat er das Buch «Qualitätsbeurteilung und Evaluation der Qualitätssicherung in Pflegeheimen» verfaßt (Verlag Hans Huber).*



**LIEBHERR MACHINES BULLE SA**  
Rte de l'Industrie 45 - 1630 Bulle  
Telefon : 026 / 913 31 11 - Fax : 026 / 913 34 85  
Email : info@lmb.liebherr.com

**LIEBHERR**  
DIESELPOWER AND HYDRAULICS

# Senioren als Gesetzesbrecher

Die Alterskriminalität steigt massiv, immer mehr Täter sind älter als 59 Jahre - Experten rätseln über die Ursachen des Trends.

Beispiele zeigen: Unter den Senioren gibt's immer mehr Gewalttäter, Diebe und Betrüger. Allein im Jahr 2003 wurden laut Bundesamt für Statistik 3'534 über 59jährige Schweizer und Ausländer verurteilt. Das sind mehr als doppelt so viele wie vor zwanzig Jahren. Zwei Drittel aller verurteilten Straftäter gerieten in Konflikt mit dem Straßverkehrsrecht, ein Drittel mit dem Strafgesetzbuch.

Kriminologen und Strafrechtsexperten rätseln über die Ursachen des Trends. Steigende Rentnerkriminalität kann nicht allein mit dem demografischen Wandel erklärt werden. «Es gibt immer mehr ältere Leute, die im jetzigen politischen und gesellschaftlichen Umfeld zu Gewalt neigen», sagt Ulrich Luginbühl, Direktor des Maßnahmenzentrums St.Johannes NE. Die Justiz neigt heute aber eher dazu, vom Maßnahmenrecht Gebrauch zu machen.



Deshalb kämen immer mehr ältere Leute hinter Gitter. «Für die Rentner gibt's mehr Deliktmöglichkeiten als früher», sagt der Freiburger Strafrechtsprofessor Frank Ricklin, mit Verweis auf die steigende Zahl von Selbstbedienungsläden. «Die Zunahme könnte auch im Zusammenhang mit neuer Armut in unserem Land stehen».

Über die Gründe der Zunahme der Rentnerkriminalität ließen sich bloß Vermutungen anstellen, sagt der emeritierte Berner Strafrechtsprofessor Stefan Trechsel: «Noch weiß man zu wenig darüber». Alterskriminalität ängstige nicht, deshalb spreche niemand davon. In der Öffentlichkeit habe die Jugend- und Ausländerkriminalität ein viel größeres Schreckpotential. Brutale Gewalt löse eher Angst aus als „raffinierte, freundliche Betrügereien beim Anlegen von Sparbatzen».

Daß viele Rentner im Konflikt mit dem Straßverkehrsrecht kommen, ist erklärbar. «Alte Leute fahren nicht rücksichtsvoller. Sie neigen vielleicht manchmal dazu, den Schwund physischer Kraft mit der Entfaltung der Kräfte ihres Autos zu kompensieren». Auch lasse sich im Alter leicht betrogen: «Rentner haben ein größeres Vertrauenspotential als andere Altersgruppen».

## Créer des chemins pour piétons à l'intérieur des villes

On connaît les sentiers pédestres. Pour faciliter la vie citadine des piétons âgés ou non, un plan directeur est en voie d'établissement pour encourager la promenade, valoriser les quartiers, faciliter les mouvements, éliminer les obstacles et modérer le trafic. Il y aura encore beaucoup à faire pour qu'automobilistes et piétons vivent en parfaite harmonie. Vous pouvez obtenir des informations complètes auprès de l'antenne fribourgeoise qui a l'adresse suivante: [espaces.env.@vtx.ch](mailto:espaces.env.@vtx.ch).



Persönlich, kompetent und hier zu Hause.

votre  
imprimé

Parce que c'est vous,  
parce que c'est elle,  
parce que c'est MTL,  
votre imprimerie.

Route du Petit-Moncor 12 · 1752 Villars-sur-Glâne  
Tél. 026 401 13 13 · Fax 026 401 13 15  
imprimerie@mtlsa.ch · www.mtlsa.ch

mtl  
IMPRIMERIE

# Alt werden ist die grosse Chance



Der Zukunftsforscher Matthias Horx (1955) hält nichts von den Schreckensszenarien zur Überalterung. Zu erwarten sei vielmehr eine Gesellschaft des verlängerten Lebens und damit die Renaissance von Respekt, Reife und Kompetenz.

In einem in der NZZ am Sonntag erschienenen Interview erklärt der Guru der Trend- und Zukunftsforschung, daß er altern als Chance betrachtet. Es ist schon so: Alte Menschen werden als un kreativ, reaktionär und stur betrachtet. Diese Bilder stammen aus einer Zeit, als Alter selten war, teuer und elend. Diese archaischen Bilder sind als kulturelles Erbe in uns drin und bauen sich dann zu wahren Schreckgespenstern auf: Rentenkatastrophe, Krieg der Generationen, Methusalem-Komplot.

Jugendlichkeit und Altersweisheit ist kein Gegensatz. Der neue Respekt für ältere

Menschen wird sich nicht wie früher einfach auf die bloße Zahl der Jahre stützen können sondern auf einen meritokratischen Begriff des Alters. Es reicht nicht mehr zu sagen: Nun bin ich 60 und habe ein Recht auf Respekt. Sondern man wird sich diesen Respekt erarbeiten müssen.

Güte, Zuneigung, Verstehen können Eigenschaften des Alters sein. Aber auch Grantigkeit, Intoleranz und Unterdrückungslust. Im Sinne eines authentischen Aussehens, in dem wir zu uns selbst finden, kann auch das Aussehen dazugehören. Wir sind für unsere Körper verantwortlich, wir sind für unsere Gesundheit verantwortlich. Und wenn wir den Anspruch haben, bis ins Alter ein aktives Sexleben zu führen, ist es mit Viagra allein nicht getan, sondern wir müssen auch attraktiv bleiben. Die Alte native heißt also nicht Altersrespekt oder Schönheitsoperation, sondern beides ist Teil eines kulturellen Veränderungsprozesses.

## Emigrer l'âge venu?

Un nouveau type de migrations s'annonce, qui n'a pas encore fait l'objet d'études: celle des aînés qui veulent passer leur retraite au soleil. Elle reflète l'idée que nombre de personnes âgées se font d'elles-mêmes: ne pas se soumettre à une contrainte, choisir soi-même le cadre de ses 3e et 4e âge. Le climat, le coût de la vie, la santé sont des critères importants.

Qui franchit un tel pas devrait cependant songer à ce que seront les conditions de vie dans le pays d'accueil en cas de maladie et de recours à des soins, et si les infrastructures existantes (système de santé) répondront réellement à leurs besoins.

De plus amples renseignements peuvent être obtenus auprès de l'Office fédéral des étrangers qui distribue une brochure intitulée «Retraite à l'étranger — Suggestions et conseils».

**Audilab,**  
une enseigne  
de référence

**AUDILAB**  
LE PLAISIR DE BIEN ENTENDRE



Les acousticiens diplômés Audilab vous proposent :

**AUDILAB CRISSIER**  
Centre commercial Migros MMM  
Tél. 021 637 67 37

**AUDILAB MONTREUX**  
Forum Centre Tél. 021 966 40 30

Les autres centres Audilab en Suisse :  
Genève, Fribourg, Bâle



- > Bilan auditif gratuit (sur rendez-vous)
- > Essai gratuit d'une aide auditive pendant trois semaines
- > Prise en charge des démarches de remboursement
- > A l'achat d'une aide auditive : une année de piles gratuites
- > Information et présentation de tous les types d'appareils agréés
- > Conseils sur les accessoires et les aides à la communication
- > Conseils sur la prévention
- > Protections anti-bruit et anti-eau sur mesure
- > Réparations toutes marques
- > Appareils en prêt en cas de panne

# Gefährliche Gemütlichkeit...

Über 1000 Brände mit einer Schadenssumme von fast 30 Millionen Franken entstehen Jahr für Jahr durch den unvorsichtigen Umgang mit Kerzen. Helfen Sie mit, Menschenleben und unersetzbare Werte zu schützen, indem Sie die folgenden Punkte beachten:

## Achtung: Aufsicht.

Lassen Sie nie eine Kerze unbeaufsichtigt brennen.

## Achtung: Standort.

Sorgen Sie dafür, daß die Kerze sicher und aufrecht steht. Vermeiden Sie Durchzug.



## Achtung: Kerzenständer.

Verwenden Sie nicht brennbare Kerzenständer, die groß genug sind, um das flüssige Wachs aufzufangen.

## Achtung: Kinder und Haustiere.

Stellen Sie Kerzen immer so auf daß sie für Kinder und Haustiere außer Reichweite sind.



## Achtung: Russ.

Schneiden Sie den Docht russender Kerzen mit einer Schere zurück.

## Achtung: Funken.

Blasen Sie Kerzen ganz vorsichtig aus, und stellen Sie sie in angemessenem Abstand zu brennbaren Gegenständen auf.

## Alarmieren, retten, löschen.

Alarmieren Sie, wenn es brennt, die Feuerwehr unter der Nr. 118.

Schließen Sie Türen und Fenster, damit sich der Brand nicht ausbreiten kann.

(Dieses Merkblatt wurde uns von der ECAB zur Verfügung gestellt).

## Servir fut sa devise

Le décès subit de notre très cher camarade et ami

### Eugène Maeder

nous a plongés dans une profonde tristesse.

Il s'était investi dans le secrétariat de notre section avec le même idéal, le même enthousiasme et le même dynamisme qui l'avaient animé partout ailleurs, notamment au sein du législatif staviacois et des diverses sociétés et associations.

Nous perdons en lui un homme de cœur, franc et loyal, ainsi qu'un précieux collaborateur, serviable et dévoué.

Puissent nos sentiments de regret et les nombreuses marques de sympathie qui lui ont été témoignées adoucir la douleur de sa famille et de ses amis.

Eugène, nous gardons de Toi un souvenir vivant et ému.

Amédée Torche

Hôtel - Café - Restaurant  
du

Jura

Carte de saison  
Menus du jour  
Fermé le dimanche

Salles de 10 à 140  
personnes  
Magnifique terrasse

Famille  
Françoise et François Thorimbert  
*Le patron aux fourneaux*

**Banquets**  
**Séminaires**  
**Conférences**  
**Mariages**

Rte du Jura 20  
1700 Fribourg

Tél. 026 466 32 28  
Fax 026 466 32 58

Remplacement et  
réparation de pare-brise  
en 24 heures



Et Maintenant?...

...Directement chez le spécialiste



**CARROSSERIE DU  
GRAND BELMONT SA**

Tél. 026 675 20 75 Fax 026 675 20 21 1564 DOMDIDIEF



# La loi sur les soins et l'aide familiale à domicile

Elle a fait l'objet d'une consultation par la Direction de la santé publique et des affaires sociales. Le texte du message est à votre disposition à l'adresse suivante:

[www.fr.ch/](http://www.fr.ch/)

(rechercher «soins à domicile»)

Notre commission social-santé présidée par M. René Decrème a répondu en octobre 2004; nous vous donnons en substance le contenu de sa position:

## Remarque générale

Les membres de notre commission saluent la volonté de procéder à une révision en profondeur qui devrait permettre de clarifier autant que faire se peut les compétences dans le domaine de l'aide et des soins à domicile. Cependant, ils se posent pas mal de questions sur la viabilité du projet présenté, dans l'optique de la personne âgée et de son accès aux diverses activités des services d'aide et de soins à domicile.

## Art. 3, al. a - Prestations

Nous proposons de supprimer, dans ce texte, le terme ergothérapie et de s'en tenir aux termes: soins effectués sur prescription médicale qui nous paraît largement suffisant.

## Art. 3, al. b - Prestations

Nous regrettons que, dans l'énumération des activités ne figurent pas les soins corporels qui sont particulièrement appréciés par les personnes âgées. Nous proposons le texte suivant:

*L'aide à domicile comprend les travaux d'économie familiale, les soins corporels ainsi que les tâches éducatives et sociales.*



## Art. 6 - Commissions de districts

Il ne suffit pas que la commission de district s'assure que les services de soins et d'aide à domicile travaillent en réseau avec les hôpitaux, les EMS et d'autres institutions de santé. Si l'on ne donne pas à la commission de district les moyens légaux d'appliquer cette condition, elle ne va pas servir à grand-chose.

Ne devrait-on pas chercher à favoriser une collaboration soutenue entre les divers établissements et les services de soins et d'aide à domicile?

## Art. 7 al. c - Attributions de la Direction

Est-il possible que dans le cadre de la fixation des horaires d'interventions on puisse tenir compte d'un horaire particulier pour les couchers des usagers au-delà de 20 heures?

Que se passe-t-il dans un service quand les demandes présentées atteignent ou dépassent les possibilités disponibles de l'effectif attribué par le canton, par exemple suite à une augmentation exceptionnelle de cas ou lors d'épidémies?

## Art. 13 al. c - Financement

Depuis plusieurs années, l'OFAS annonce la suppression des subventions aux services de soins et d'aide à domicile, par le biais d'une modification de la loi sur l'ACS. Cette annonce a d'ailleurs été un des éléments avancés par la Direction de la santé pour pousser les services à la mixité. Nous nous posons les questions suivantes:

- 1) A quel pourcentage peut-on évaluer les conséquences pour les communes de la suppression de l'aide fédérale?
- 2) Le report des conséquences financières de la perte de cette aide fédérale sur les communes ne va-t-il pas provoquer une baisse de l'activité des services de soins et d'aide pour cause de ressources financières insuffisantes?

Le rapport de la commission a été approuvé par le comité cantonal de notre fédération qui l'a transmis à la Direction de la santé et des affaires sociales à Fribourg en octobre 2004.

## Pourquoi pas une soirée poétique?

La Société fribourgeoise des auteurs (sans «autrices» comme on les connaît en Valais) a organisé une soirée

### *Parlez-moi d'amour*

pour le 14 février. Les poèmes étaient mis en valeur par un cadre convivial et une assistance gagnée d'avance.



Ce fut pour moi l'occasion de connaître une organisation dont je vous conseille de suivre les manifestations qui sont annoncées dans le journal. Une bonne alternative à la soirée TV.

Michel Studer



PEUGEOT

Pour que  
l'automobile  
soit toujours  
un plaisir.

**Moncor Automobiles SA**

Route de Chandolan 6 • 1752 Villars sur Glâne • Tél. 026 409 78 00 • [www.moncorauto.ch](http://www.moncorauto.ch)



# Vieillir en ville?

Plus de 250 personnes venues de toute la Romandie ont cherché à Neuchâtel une réponse à cette question. Au passage j'ai apprécié que les intervenants aient le courage de parler des vieux sans utiliser les euphémismes habituels (anciens, seniors, aînés et autres). Il y avait aussi beaucoup de jeunes qui se préoccupent de leur vieillesse puisque, selon le principe de Woody Allen, «Ils y passeront beaucoup d'années». Nous eûmes droit aux définitions habituelles et inhabituelles des 3' et 4e âge allant des penseurs modernes à du Bellay.

La pyramide des âges montre avec netteté l'évolution démographique, vous trouvez ci-après l'exemple de notre grande voisine.

Le vieillissement va modifier les rapports entre générations, car la natalité diminue et l'espérance de vie augmente. Si l'on ne veut pas se trouver devant un grand

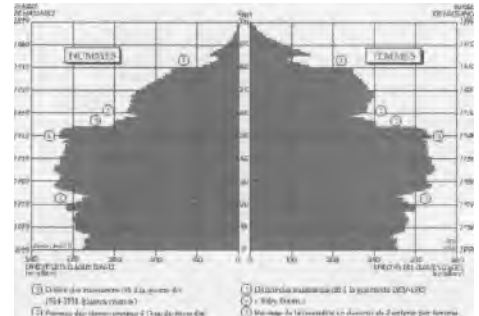
problème dans quelques années, il convient de réfléchir aujourd'hui déjà aux questions ayant trait à la formation, aux soins médicaux, aux transports, à la mobilité et au marché intérieur.

## Déménager?

A quel âge et où? Ces questions n'ont pas reçu de réponse, mais il est un fait que de nombreuses personnes ayant déménagé à la campagne pendant leur période active veulent revenir en ville pour y passer une retraite proche du médecin, de la pédiatrite, du coiffeur, du dentiste et des amis que l'on compte retrouver ou découvrir.

D'autres font le contraire: fuir la ville, son bruit et ses nuisances pour vieillir dans le cadre idyllique des oiseaux qui chantent, du ruisseau où pêcher et du jardin à soigner.

POPULATION DE LA FRANCE



## La mobilité

C'est un élément qui mérite attention. On ne fait pas autant et pas les mêmes déplacements après la retraite qu'avant, où que l'on habite.

Il convient également d'accorder une grande attention à l'attitude des vieux usagers, de leur apprendre à respecter les feux, de ne pas faire leurs courses aux heures de pointe (je pense aux bus bourrés à la sortie des écoles). Il faut aussi faire comprendre aux automobilistes qu'il ne sert à rien de klaxonner et aux gamins qu'il ne faut pas slalomer sur les trottoirs avec trottinette ou planche à roulettes. Les vieux ne doivent pas devenir les oubliés de la circulation.

## Les politiciennes...

...constatent que les vieux sont peu, voire très peu représentés aux chambres (National 4,5%, États 10,8%, CF 14% au-dessus de 60 ans) alors que le 16% de la population fait partie de cette classe d'âge. Le pouvoir gris est discriminé dans nos institutions politiques alors qu'il contribue généreusement aux ressources de

L'électroménager de qualité  
**au meilleur prix!**



Miele Siemens Bosch Schulthess Zug Electrolux

centre **RIESEN**

La qualité à votre service

Granges-Paccot/Fribourg

Téléphone 026 460 86 00

Electroménager

Agencements de cuisine



**Carrosserie  
de Beaumont**

La compétence professionnelle à votre service

Pour tout vos travaux :

- de réparation conventionnelle
- méthode alternative
- construction légère et poids lourds
- peinture écologique à base aqueuse

16 rte de la Glâne 1700 Fribourg

026 / 424 30 48

E-mail : [carrosserie.beaumont@swissonline.ch](mailto:carrosserie.beaumont@swissonline.ch) <http://carrosserie-beaumont.pagesjaunes.ch>

l'Etat. C'est à la Confédération d'améliorer les conditions de logement des vieux, l'article 34.3 de notre loi fondamentale ne doit pas rester lettre morte.

## Les oubliés de la circulation

Il est nécessaire de procéder à l'analyse de la demande et de l'offre en matière de circulation, de procéder à l'analyse des besoins qui en résulte; nous aboutirions ainsi à la création d'un aide-mémoire pour communes et cantons.



Quant à Pro Senectute, organisation représentée par son directeur adjoint Pierre Aeby, ancien conseiller d'état, elle se préoccupe de l'autonomie des personnes âgées, dans le but de ne pas faire de la vieillesse une catégorie de personnes dépendantes d'autrui mais d'hommes et de femmes qui font beaucoup pour leur famille, leur quartier, leurs relations. **D'ailleurs** il ne faudrait pas parler de Pro Senectute mais d'Avec Senectute, tant il est vrai qu'il faut agir avec les vieux pour consolider et maintenir le réseau social. Pour en revenir au sujet du Forum, il est constaté que 4 personnes sur 5 de plus de 80 ans vivent encore chez elles et qu'il leur faut un minimum d'aide pour conserver cette autonomie (travaux ménagers, commissions lourdes, repas, déplacements avec des bagages).

Bien vieillir en ville commence par une politique locale de la vieillesse qui favorise le maintien de l'autonomie. Comme ses préintervenants, Pierre Aeby propose

que chaque localité procède à l'analyse systématique des biens et des services disponibles dans les quartiers. Cette étude débouchera sur l'établissement d'un plan de développement touchant les points essentiels, tels que transports publics, cabines téléphoniques, déneigement des trottoirs, politique de logement dans le quartier, politique de relations intergénérationnelle via animatrices de quartier, lutte contre le bruit et circulation conviviale pour autant que faire se peut.

Sur la base de cette analyse, la commune se penchera sur la promotion de formes d'habitat, comme des alternatives aux EMS actuels, mais non comme alternative au maintien à domicile.

La personne âgée autonome a un rôle social essentiel à remplir au sein d'une communauté, qu'elle soit urbaine ou rurale. Chaque pas vers une spécificité de son habitat, si possible jamais avant 80 ans, doit être entrepris avec la plus grande réserve de manière à ne pas exclure la grande vieillesse de notre société.



Des quartiers solidaires avec un animateur/une animatrice permettraient une vie sociale bienfaisante pour tout le monde. Il est plus simple et moins cher d'organiser une aide aux commissions que de payer une chambre dans un établissement.

## Les commissions

Il faut en parler, car elles sont souvent l'obstacle au maintien à domicile d'une personne encore bien dans sa peau. On ne peut plus marcher et porter ses sacs, on a

peur des ascenseurs ou des escaliers roulants, on a peur aussi des sols brillants mais glissants et l'on perd l'orientation quand le supermarché décide de mettre le vin là où se trouvaient les fruits, ce qui chamboule le parcours quotidien. Et puis pourquoi placer ces temples de la consommation loin des quartiers populaires dans lesquels on aimerait que les gens passent le soir de leur vie? L'accessibilité au centre commercial est essentielle pour des clients âgés qui ne peuvent plus accéder à des produits placés trop haut.

Cette industrialisation de la consommation liée à la mise à disposition d'un grand nombre de places de parc pourrait et devrait être complétée par de petits magasins en ville, dans les quartiers habités par des personnes entre le début de la retraite et le home.



## Conclusion

Une chose est certaine: les EMS situés en rase campagne sont une profonde erreur. Mieux les vieux seront représentés dans les organes législatifs, mieux ils pourront faire entendre leur voix. Il est nécessaire d'éviter toute forme de ghetto et de faire cohabiter jeunes et vieux dans une ambiance conviviale et d'acceptation réciproque. N'oublions pas la célèbre histoire qu'enfants nous apprenions dans le livre de lecture.

*Michel Studer*



Tél. 026/481 47 40  
Natel 079/417 52 24

**MACHINES POUR LA FORET  
ET LE JARDIN**  
St-Barthélemy 4  
1 700 FRIBOURG

## Une minute...

Dis-moi, l'Ami,  
l'as-tu vue  
cette minute  
se glisser sans bruit  
au devant du soleil  
et avancer son lever  
puis bondir derrière lui  
jusqu'à retarder  
son coucher?

L'as-tu sentie  
cette minute  
qui change une saison  
et garantit  
le retour  
du printemps?

L'as-tu remarquée  
cette minute  
qui allonge  
doucelement  
ta journée?

Le savais-tu,  
l'Ami,  
qu'il suffit  
d'un instant  
pour croire à nouveau  
que l'été reviendra  
t'offrir  
ses longues soirées?

L'Ami,  
je te le dis,  
si ton cœur  
est en hiver,  
s'il a froid  
et tremble  
sous la bise  
et la neige,  
s'il a perdu  
son chemin  
et tourne sans fin  
dans les ornières  
du malheur,  
crois-moi,  
l'Ami,  
une minute viendra,  
elle est là,  
elle arrive,  
qui changera  
pour toi  
l'horloge des jours.

Poussière d'étoile,  
éclat de lumière,  
ce moment  
si petit,  
si puissant  
va transformer ta vie.

Ouvre les yeux,  
l'Ami,  
sois vigilant,  
guette l'aurore  
qui se lève  
en rougissant.

Ouvre ta porte,  
et tes mains  
et ton cœur,  
quitte l'escargot  
du malheur  
et sors à la lumière  
qui te dit en chantant  
que le printemps  
vient toujours  
en son temps  
et qu'il faut à la terre  
la rigueur  
des hivers  
pour préparer  
les fruits  
de l'automne.

Crois-moi,  
l'Ami,  
et ne l'oublie jamais,  
la vie est faite  
de minutes  
infinies  
et il en suffit d'une  
pour renouveler  
tes jours.