



Fédération fribourgeoise des retraités
Freiburgische Rentnervereinigung

10

Assemblée des délégués
de la Fédération suisse des
retraités à Fribourg

13

Delegiertenversammlung der
Schweizerischen Rentnerver-
einigung (SRV) in Freiburg



16

Pro Senectute Fribourg:
100 ans d'engagement
pour les aînés



28

Pro Senectute Freiburg:
100 Jahre im Dienste
der Betagten



UN EXPERT DANS LE DOMAINE DE LA PERSONNE ÂGÉE

RENÉ THOMET EST LE NOUVEAU PRÉSIDENT DE LA FFR

Expert dans le domaine de la personne âgée – il fut notamment directeur d'EMS (Les Martinets puis la Rose d'Automne) et durant une vingtaine d'années président de l'Association fribourgeoise des institutions pour personnes âgées AFIPA, René Thomet est le nouveau président de la FFR. Le jeune retraité vient de quitter son poste de responsable de secteur dans le domaine de l'asile chez ORS Service AG.

Le Sarinois de 66 ans, habitant Villars-sur-Glâne, est né à La Corbaz et a passé sa jeunesse à Belfaux, où dès l'âge de 14 ans, il entre dans la fanfare où il jouera plus de 10 ans, tout en s'engageant dans le Club athlétique de Belfaux (CAB), dont il est toujours membre. Après le volley-ball, où il fut également arbitre jusqu'au niveau national, il s'adonna ensuite à la course de fond. 5



EIN EXPERTE IN SACHEN SENIORENBETREUUNG

RENÉ THOMET IST DER NEUE PRÄSIDENT DER FRV

René Thomet ist Experte in Sachen Seniorenbetreuung; er war namentlich Leiter von Alters- und Pflegeheimen (Les Martinets, später La Rose d'Automne in Villars-sur-Glâne). Während 20 Jahren präsierte er die VFAS (Vereinigung Freiburger Al-

terseinrichtungen und Spitex). Jetzt ist er eben in Pension gegangen und im gleichen Zug neu als Präsident der FRV gewählt worden, nachdem er seine Funktion als Sektorleiter im Asylbereich beim ORS Service AG (Office of Refugees) niedergelegt hat.

Laissez le papier
raconter votre
histoire.

Notre contact privilégié
pour l'impression de vos
plus belles histoires.

media f
impression SA
026 919 26 44
www.media-f.ch
impression@media-f.ch

media f
impression

Légende urbaine: avec mes taxes sur les cigarettes, je paie ton AVS !

Combien de fois ai-je entendu de mes amis fumeurs cette légende urbaine: quand je fume, avec mes taxes, je paie ton AVS ! En 2020, selon l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), les sommes perçues s'élevaient à 2,1 milliards de francs, ce qui constituait près de 5 % de l'ensemble des recettes de l'AVS. Mais le tabagisme constitue le plus grand risque évitable pour la santé. La Suisse compte 9'500 cas de décès prématurés chaque année des suites de la consommation de tabac. Autrement dit, 26 décès par jour. Les quelque 2 millions de fumeurs font du tabagisme l'un des principaux problèmes de santé publique en Suisse. La consommation de tabac est à l'origine de nombreuses maladies non transmissibles et pèse consi-

dérablement sur la santé publique et l'économie nationale. En Suisse, les coûts liés aux traitements médicaux de ces maladies s'élèvent à 3 milliards de francs par an. Bien que ces coûts découlent principalement des prestations médicales, les médicaments et les séjours à l'hôpital engendrent aussi des frais. À cela s'ajoute un manque à gagner de 833 millions de francs par an dû aux incapacités de travail de courte ou de longue durée des fumeurs qui tombent malades. Les problèmes de santé n'ont pas seulement un impact sur l'économie, mais touchent aussi les familles et les proches des fumeurs, rapporte l'OFSP. Voir: <https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/gesund-leben/sucht-und-gesundheit/tabak.html>

IMPRESSUM

Editeur/ Herausgeber

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

Président / Präsident

René Thomet
079 337 74 61
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



ENSEMBLE CONTRE LA VIOLENCE ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES

La violence envers les personnes âgées reste un sujet tabou. En Suisse, chaque année plus de 300'000 personnes de plus de 60 ans sont victimes de différentes formes de violence: physique, mais aussi psychologique, sexuelle ou financière. Nombre de victimes acceptent leur situation et ne demandent pas de l'aide, craignant par ex. un placement en institution ou une détérioration des rapports avec leurs proches. Ces générations ont pour habitude de régler les problèmes en famille. Elles ont parfois honte de montrer leur faiblesse et d'accepter l'aide d'autrui. Elles souffrent en silence. En cas de nécessité, contactez le centre de compétence Vieillesse sans violence au numéro 0848 00 13 13 ou, par courriel à info@vieillesse sans violence.ch

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.

UNE PAGE SE TOURNE

Et voilà ! Une page se tourne. J'ai remis mon mandat de président de la Fédération Fribourgeoise des Retraités (FFR). J'estime qu'après 10 ans de présidence il est temps de laisser la place à des forces plus «jeunes». Elles seront mieux à même de défendre les intérêts des seniors face à une politique qui devient de plus en plus dure.

Durant ma présidence, nous avons collaboré avec beaucoup d'organisations comme par exemple Pro Senectute, la HES Fribourg, le Gérontopôle, l'Université, l'administration cantonale, ainsi qu'avec des Fédérations nationales. Ces collaborations ont toutes été très fructueuses.

Une seule ombre au tableau. Ces cinq dernières années on a constaté une érosion du nombre de membres, qui a passé de 7'200 à en-dessous de la barre des 7'000. Cette évolution est préoccupante, mais pas spécifique à la FFR. De nombreuses organisations de seniors font la même constatation. Il s'agira pour la nouvelle équipe dirigeante en place de se pencher aussi sur cette question.

Je tourne la page avec le sentiment du devoir accompli. La FFR a une bonne



Passage de témoins entre René Thomet, nouveau président, et Jacques Morel, président sortant Photo Jacques Berset

réputation. Elle est consultée régulièrement par les autorités cantonales. Il faut également relever l'excellent travail effectué par les sections (districts). L'offre destinée à leurs membres est remarquable et appréciée. Je tiens ici à remercier toutes celles et ceux qui m'ont aidé

et accompagné dans l'accomplissement de mon mandat. Je souhaite à mon successeur d'avoir autant de plaisir que moi dans la conduite de notre Fédération.

Bon vent à LA FFR !

Jacques Morel

DAS BLATT HAT SICH GEWENDET

Und hopp ! Das Blatt hat sich gewendet ! Ich habe mein Mandat als Präsident der Freiburgischen Rentnervereinigung (FRV) abgegeben. Nach 10 Jahren als Präsident ist die Zeit gekommen, den Platz „jüngeren“ Kräften zu überlassen. Sie sind besser gewappnet, in einem immer harscher werdenden politischen Umfeld die Interessen der Senioren zu verfechten.

Während meiner Mandatszeit haben wir mit vielen Organisationen zusammengearbeitet, wie zum Beispiel Pro Senectute, der Fachhochschule Freiburg, dem Gérontopôle, der Universität, der kantonalen Verwaltung und verschiedenen nationalen Verbänden. Man konnte

jedes Mal einen erfreulichen Ertrag verbuchen.

Und doch gibt es eine Schattenseite: In den letzten fünf Jahren mussten wir einem steten Rückgang der Mitglieder zusehen; die Zahl fiel von anfänglich 7200 jetzt schon unter die Grenze von 7000. Diese Entwicklung bereitet Sorgen, beschränkt sich aber nicht auf die FRV. Zahlreiche Seniorenorganisationen müssen dieselbe Entwicklung feststellen. Die neue Leitungsgruppe wird sich auch dieser Frage annehmen müssen.

Das Blatt hat sich mit dem guten Gefühl der getanen Pflicht gewendet. Die FRV hat einen guten Ruf. Von den kanto-

nen Behörden wird sie regelmässig um Stellungnahme gebeten. Ich möchte auch die ausgezeichnete Arbeit der Sektionen in den Bezirken hervorheben. Sie bieten ihren Mitgliedern eine beachtliche und geschätzte Palette von Aktivitäten.

An dieser Stelle möchte ich all jenen, die mir bei der Ausübung meines Mandats mit Rat und Tat zur Seite standen, ganz herzlich danken. Meinem Nachfolger wünsche ich so viel Freude an der Spitze unseres Verbandes, wie ich selbst es erleben durfte.

Ich wünsche der FRV alles, alles Gute !

Jacques Morel

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



**Offre
spéciale
FFR**

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

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

S'abonner

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

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

généralions
VOTRE AVENIR EN QUESTIONS ET EN RÉPONSES

RENÉ THOMET, UN EXPERT DANS LE DOMAINE DE LA PERSONNE ÂGÉE (suite de la 1ère page)



René Thomet, nouveau président de la FFR Photo Jacques Berset

Educateur spécialisé EESF (l'actuelle Haute école de travail social), René Thomet a travaillé durant 10 ans dans des institutions pour enfants et adolescents, puis durant 8 ans dans le domaine du handicap de la vue au Centre fribourgeois de la Fédération suisse des aveugles et mal-voyants (FSA), avant de devenir directeur d'EMS.

Co-initiateur du concept

«Senior+»

Ce père de cinq filles a également la fibre politique: de l'engagement au sein de la commune de Belfaux sous les couleurs du Parti socialiste (il fut vice-syndic), il a été député au Grand Conseil fribourgeois de 2001 à 2016 et est encore actuellement membre du Conseil général de Villars-sur-Glâne. Durant une vingtaine d'années président de l'Association fribourgeoise des institutions pour personnes âgées (AFIPA), René Thomet a co-initié

(avec la députée chrétienne sociale Marie-Thérèse Weber-Gobet) et façonné le concept «Senior+» pour une nouvelle politique des personnes âgées.

Par postulat déposé et développé le 10 octobre 2005, Marie-Thérèse Weber-Gobet et René Thomet, ainsi que 36 co-signataires, ont demandé au Conseil d'Etat d'élaborer un rapport relatif à une politique globale des personnes âgées dans le canton de Fribourg. Dans le long processus législatif qui a abouti à la Loi sur les seniors (LSen) en vigueur depuis le 1^{er} juillet 2016, René Thomet a fait partie du groupe de travail mis sur pied pour dessiner le concept Senior+.

Une vision intégrative

Dans sa philosophie de vie, René Thomet précise: «Je suis issu d'un milieu modeste, je n'ai pas oublié d'où je viens. Je suis sensible à la situation des plus défavorisés!» Le

nouveau président de la FFR apporte sa longue expérience avec les personnes âgées, les personnes en situation de handicap, les adolescents migrants. «Je n'ai pas une vision corporatiste orientée uniquement sur la personne âgée. Ma préoccupation est que la société accorde une juste place à tout le monde. Je suis opposé à l'idée d'opposer les générations. Je souligne l'importance du dialogue intergénérationnel, qui ne doit pas se résumer à un dialogue entre enfants et personnes âgées, mais également avec la génération des actifs».

Le nouveau président de la FFR voit les seniors comme des partenaires pour trouver ensemble des solutions. Il déplore que trop de personnes âgées se sentent inutiles (on coûte trop cher, on ne sert plus à rien...), alors que si nos prédécesseurs n'avaient pas été audacieux, il n'y aurait jamais eu de tunnel du Gothard... ou d'AVS. «Défendre la condition des retraités, la façon dont ils sont pris en compte dans la société, c'est aussi leur permettre de faire valoir leurs valeurs et leur expérience. Nous avons encore des connaissances à apporter, un engagement dans le bénévolat ou le mentorat pour transmettre notre expertise afin de favoriser le développement d'une autre personne...»

Tout un programme pour notre nouveau président!

Propos recueillis par Jacques Berset

**PRO
SENECTUTE**

PLUS FORTS ENSEMBLE

100 ans

PRO SENECTUTE FRIBOURG

100 ans de rencontres, d'accompagnement,
de partage et de plaisir

Après-midi découverte sportive

Samedi 30.09.2023

14h - 18h

Centre sportif du Platy,
Villars-sur-Glâne



Nouveau programme

Le programme des
activités 2023-2024
est disponible !

📍 Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg

✉ info@fr.prosenectute.ch

☎ 026 347 12 40

🌐 www.fr.prosenectute.ch

RENÉ THOMET, EIN EXPERTE IN SACHEN SENIORENBETREUUNG

(Fortsetzung der ersten Seite)

Der 66-jährige Saanebezirkler wohnt in Villars-sur-Glâne. Geboren wurde er in La Corbaz, Kindheit und Jugend verbrachte er in Belfaux, wo er im Alter von 14 Jahren in die Musikgesellschaft eingetreten ist. Dort hat er 10 Jahre mitgespielt, sich aber gleichzeitig auch im Leichtathletikklub Belfaux (CAB) engagiert, bei dem er heute noch Mitglied ist. Er spielte Volleyball, amtierte in diesem Sport als Schiedsrichter bis auf Nationalebene und wandte sich dann noch dem Langstreckenlauf zu.

Als diplomierter Erzieher der HSA-FR (Hochschule für Sozialarbeit von Freiburg) arbeitete er 10 Jahre lang in Einrichtungen für Kinder und Jugendliche, anschliessend 8 Jahre im Bereich für Sehbehinderte im Zentrum des Freiburgischen Blinden- und Sehbehindertenverbandes, bevor er, wie bereits erwähnt, Leiter eines Pflegeheims wurde.

Mit-Initiator von „Senior+“

Dieser Vater von fünf Töchtern hat aber auch eine politische Ader: Er hat sich in seiner Gemeinde Belfaux auf der Seite der sozialistischen Partei engagiert und wurde Vize-Ammann. 2001 wurde er in den Freiburger Grossen Rat gewählt und blieb dort Mitglied bis 2016. Heute noch wirkt er als Generalrat in Villars-sur-Glâne. Rund 20 Jahre lang stand er der VFAS vor, der Vereinigung Freiburger Alterseinrichtungen und Spitex. Auf der Seite von Marie-Thérèse Weber-Gobet (CVP = heute „die Mitte“) war René Thomet Mit-Initiator des Konzepts für die Betagten „Senior+“, dessen Umriss er mitgestaltete.

„Ich stamme aus einem einfachen Milieu und das habe ich nicht vergessen. Deshalb kann ich mich in die Situation der Benachteiligten gut einfühlen“

Am 10. Oktober 2005 haben Marie-Thérèse Weber-Gobet und René Thomet, in einem Verband von 36 weiteren Unterzeichnern, ein Postulat eingereicht und vorgetragen, das den Staatsrat ersuchte, ein neuartiges Konzept über eine flächendeckende Politik betreffend der betagten Bevölkerung des Kantons Freiburg auszuarbeiten.

Das darauf folgende lange Gesetzgebungsverfahren endete im Seniorenengesetz (SenG), das seit dem 1. Juli 2016 in Kraft ist. René Thomet gehörte der Arbeitsgruppe an, welches das Konzept „Senior+“ dann auch ausgearbeitet hat.

Integration als Leitidee

René Thomet definiert sein Selbstverständnis wie folgt: „Ich stamme aus einem einfachen Milieu und das habe ich nicht vergessen. Deshalb kann ich mich in die Situation der Benachteiligten gut einfühlen“.

Der neue Präsident der FRV kann sich auf eine lange Erfahrung mit Betagten, Personen mit Behinderungen oder Jugendlichen mit Migrationshintergrund stützen. „Mein Spektrum beschränkt sich hingegen nicht ausschliesslich auf Betagte. Ich wünsche, dass die Gesellschaft jeder Person den berechtigten Platz einräumt;

man darf keine Gegnerschaft unter den Generationen aufkommen lassen. Dem Dialog zwischen den Generationen rechne ich hohe Bedeutung zu, der sich nicht auf Kinder und Senioren beschränken darf, sondern auch die aktive Generation miteinbeziehen muss.

Der neue Präsident sieht auf der Suche nach gangbaren Wegen die Senioren als Partner. Auch bedauert er, dass sich viele Betagte nutzlos vorkommen (wir kosten zu viel, wir sind zu nichts mehr gut, usw.). Dabei hätte es nie einen Gotthardtunnel oder eine AHV gegeben, wenn unsere Ahnen nicht kühn gewesen wären. „Die Lebensbedingungen der Betagten und ihre Stellung in der Gesellschaft verteidigen, heisst auch, ihre Wertvorstellungen und ihre Erfahrung würdigen. Als Rentner können wir noch unser Wissen nutzbringend einsetzen, unseren Beitrag als Freiwillige leisten oder einer anderen Person im Mentorat bei ihrer Persönlichkeitsbildung fachkundig weiterhelfen.“

Was für gewichtige Aufgaben warten auf unseren neuen Präsidenten!

Bericht von Jacques Berset

PASSAGES DE TÉMOINS

Comme vous l'avez lu dans le dernier éditorial d'Horizon signé de notre président sortant Jacques Morel, la FFR a un nouveau président en la personne de René Thomet, élu par applaudissements lors de l'assemblée des délégués de la FFR qui s'est tenue le 21 juin dernier dans la commune gruérienne du Pâquier.

Jacques Morel, président sortant

Jacques Morel est né en 1946 à Sierre. Après une formation agricole, puis des études d'ingénieur agronome à l'EPFZ, il a obtenu un doctorat à l'Université Pierre et Marie Curie à Paris. Il a enseigné un temps à l'Ecole cantonale d'agriculture de Cernier (NE), avant de rejoindre Agroscope à Posieux. Il a ensuite travaillé à Berne en tant que sous-directeur de l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG). Parallèlement à ces activités, il a enseigné de nombreuses années à la Faculté vétérinaire de l'Université de Berne. Jacques Morel a pris sa retraite en 2008.

D'autres présidences ont changé de mains, outre celle de la section singinoise de la FFR (voir Horizon n° 58), ce sont celles de la Gruyère et de la

Veveyse qui ont élu une nouvelle personne à la présidence.

Antoinette Badoud en Gruyère

En Gruyère, c'est Antoinette Badoud qui prend les rênes. De profession employée de commerce, elle a un long parcours politique. Née le 29 avril 1952, mariée et mère de 3 enfants, elle est domiciliée à Le Pâquier, où elle fit partie du conseil communal (de 1991-1921, dont 15 ans comme syndique). De 2001 à 2021, elle fut députée au Grand Conseil sous l'étiquette radicale. Elle fut également, de 2008 à 2010, membre du Comité de direction d'Horizon Sud. Elle veut, comme présidente de la section gruérienne, veiller à rester à l'écoute des seniors, de répondre à leurs besoins que ce soit au niveau social, culturel et des loisirs pour offrir un programme attractif et ainsi favoriser la rencontre. Mais elle veut aussi être un relais au niveau politique pour veiller à la défense des intérêts des seniors. Elle veut poursuivre la belle dynamique en vigueur dans la section et lancée par la présidente sortante, Françoise Egger, dont le portrait figure en dernière page de cette édition. Antoinette Badoud a remplacé Beat Bucheli, ancien président de la



Antoinette Badoud a remplacé Beat Bucheli à la présidence de la Commission santé social (CSS) de la FFR Photo Jacques Berset

section singinoise, à la présidence de la Commission santé social (CSS) de la FFR.

Jean Genoud en Veveyse

Elu le 19 avril 2023 à Attalens, lors de l'assemblée de la section veveysane, Jean Genoud, de Châtel-St-Denis, est le nouveau président de la Section de la Veveyse de la FFR, dont il était déjà le vice-président. Il succède à Michel Currat (voir ci-après). Agé de 69 ans, retraité depuis 2020, Jean Genoud est marié et a 4 enfants et 6 petits-enfants.

Après avoir fini des études à l'EPFL, il a un brevet d'ingénieur géomètre officiel. Il a mis en place, développé et dirigé la société Geosud SA, réunissant 4 bureaux de géomètres dans le canton de Fribourg. Conseiller général et communal à Châtel-St-Denis, de 1991 à 1998, il a également été député au Grand Conseil de 1996 à 2006. Au plan associatif, il a été président des comités d'organisation des fêtes cantonales de tir (Semsales, 1999) et des chanteurs (Châtel, 2004). Il est actuellement membre de la Commission des Générations de l'Association des Communes de la Veveyse (ACV).



Antoinette Badoud (à droite) remplace Françoise Egger à la présidence de la section gruérienne de la FFR

Photo Jacques Berset

Cet amateur de course à pied, de vélo, de ski, d'excursions en montagne, s'adonne également au travail du bois.

Voulant poursuivre dans la lignée de l'excellent travail réalisé ces dernières années, il veut adapter les services et activités de la section à l'évolution constante des attentes et demandes de ses membres et veiller à ce que la section veveysane soit consultée et entendue dans le cadre de la mise en place de la politique Séniors+.

Il remplace à cette fonction Michel Currat, président de la section de la Veveysane de la FFR depuis 2016, après être entré au comité en 2015. Agé de 72 ans, marié et père de 2 filles, Michel est retraité de la Banque Cantonale de Fribourg après 33 ans de service. Il fut directeur régional pour la Veveysane. Il est conducteur Passe Partout Veveysane depuis 9 ans. Membre de la Commission santé du district de la Veveysane, il a représenté la section veveysane au sein du comité cantonal de la FFR. Il dit sa satisfaction d'avoir travaillé avec une équipe du comité soudée et compétente.

Jacques Berset



Jean Genoud (à droite) remplace Michel Currat à la présidence de la section veveysane de la FFR Photo Jacques Berset

La Constitution du canton de Fribourg stipule à son article 35 que «les personnes âgées ont droit à la participation, à l'autonomie, à la qualité de vie et au respect de leur personnalité» et à son article 62 que «l'Etat et les communes favorisent la compréhension et la solidarité entre les générations».

La concrétisation de ces articles exige la mise en œuvre d'une politique publique qui soit tout d'abord à l'écoute des besoins des personnes âgées, quels que soient leur état de santé et leur environnement social. Elle implique aussi de ne pas se limiter à associer à l'image de la personne âgée celle d'une personne fragilisée, mais de mettre en valeur les compétences et les ressources de nos aîné-e-s comme des atouts essentiels pour notre société.

Concept Senior+ Direction de la santé et des affaires sociales

LE COVID EST PASSÉ PAR LÀ...

Au début de cette année, la section veveysane comptait 532 membres alors qu'elle en avait 620 il y a 3 ans, après le Comptoir de la Veveysane où elle avait mis l'accent sur l'adhésion de nouveaux membres. Le Covid est passé par là... La section lacoise note aussi une diminution des effectifs, passant de 421 membres au 31 décembre 2019 à 335 membres ayant payé leur cotisation au 31 décembre 2022. Ce nombre s'est un peu amélioré au début de l'année, mais la section va lancer une campagne de recrutement.

La section de la Gruyère fait le même constat. Forte d'environ 700 membres il y a quelques années, elle compte

désormais 640 membres. Outre les décès et les entrées en EMS, elle note la concurrence des activités des commissions Senior+ dans les communes.

Lors de l'assemblée des délégués de la FFR, le 21 juin au Pâquier, Antoinette Badoud, la nouvelle présidente de la section gruérienne, a rappelé que s'il y a 9'300 retraités en Gruyère, seuls 640 font partie de la FFR, une trop faible proportion ! D'où la nécessité de recruter, et pour ce faire, c'est le bouche-à-oreille qui semble le plus efficace, mais ce n'est pas suffisant.

Recrutement de nouveaux membres !

Le président sortant Jacques Morel a également rappelé que si la FFR comptait encore 7'200 membres il y a quelques années, le nombre se situe actuellement vers les 6'600. «Il nous faut recruter des nouveaux membres, pour peser sur la politique concernant les personnes âgées. Il faut regarnir nos rangs, faute de quoi nous serons écartés par les décideurs !» Il a rappelé que les sections peuvent solliciter tous les trois ans une aide de la Fédération pour le recrutement, à savoir CHF 1,5 par membre.

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

ASSEMBLÉE DES DÉLÉGUÉS DE LA FÉDÉRATION SUISSE DES RETRAITÉS À FRIBOURG

Une soixantaine de membres, venus essentiellement des fédérations de Suisse romande, avec une petite représentation alémanique et tessinoise, ont participé le 6 juin au café du Jura à Fribourg à l'Assemblée des délégués de la Fédération Suisse des Retraités (FSR). La Fédération Fribourgeoise des Retraités veut du changement !

L'assemblée statutaire était une nouvelle fois présidée par la Vaudoise Christiane Layaz, vice-présidente de la FSR et présidente ad interim. Aucun successeur à la présidence de la FSR n'a en effet encore été trouvé depuis la démission pour raison de santé du Fribourgeois Michel Pillo- nel, ancien secrétaire syndical très engagé durant une quinzaine d'années pour la cause des seniors.

La relève se fait attendre

«Difficile de trouver, les bénévoles ne courent pas les rues... L'année 2022 a été mouvementée pour la FSR», confie Christiane Layaz à Horizon. «On s'est débrouillé comme on a pu», suite aussi au départ pour raison de santé de Pierre Lässer, son secrétaire central de longue date, en septembre 2022. L'organisation qui regroupe outre les fédérations de retraités fribourgeoise, vaudoise, valaisanne, neuchâteloise et tessinoise, les syndicats transfair et Syna, et le Mouvement chrétien des retraités (MCR), compte actuellement environ 28'000 membres, selon la présidente ad interim. Mais pour elle, malgré le manque de relève, la FSR doit rester le porte-parole des aînés face aux autorités et à la société.



Christiane Layaz, vice-présidente de la FSR et présidente ad interim

Photo Jacques Berset

La FFR veut une plus large représentation au sein du Conseil Suisse des Aînés

A l'occasion de cette assemblée, la Fédération Fribourgeoise des Retraités (FFR) a fait part de sa volonté de changement. Elle a demandé à la FSR d'agir auprès du Conseil Suisse des Aînés (CSA), organe consultatif du Conseil fédéral pour les questions de la vieillesse, pour entreprendre une révision de ses statuts. Il s'agit, pour la FFR, de pouvoir compléter le point de vue des deux seuls représentants actuels au sein du CSA que sont l'ASA (Association Suisse des Aînés, de tendance bourgeoise) et la FARES (Fédération des Associations de retraités et de l'entraide en Suisse, de tendance plutôt à gauche). Mais comme le CSA, selon l'article 4 de ses statuts, «ne peut accepter

comme membres d'autres organisations que si les deux membres fondateurs l'acceptent expressément», il s'agit, pour la FFR, de tenter de faire changer les statuts du CSA.

L'appel de l'ancienne conseillère d'Etat Ruth Lüthi

Oratrice invitée, l'ancienne conseillère d'Etat fribourgeoise Ruth Lüthi a d'abord salué l'évolution positive de la santé en Suisse marquée par l'augmentation constante de l'espérance de vie. Elle était de 43 ans pour les hommes et de 47 ans pour les femmes pour la génération de 1876, alors qu'elle est aujourd'hui de près de 86 ans pour les femmes et d'environ 82 ans pour les hommes. «De plus, nous vivons plus longtemps et surtout nous vieillissons en meilleure santé».



L'ancienne conseillère d'Etat fribourgeoise Ruth Lüthi Photo Jacques Berset

«Ceci n'est pas seulement un hasard ou un don de Dieu», a insisté l'ancienne ministre socialiste, mais c'est dû au développement économique, à celui de notre système social et de notre système de santé, ainsi qu'aux progrès de la médecine et de la technologie médicale. Sans oublier les meilleures conditions de vie, la réduction de la pauvreté et une meilleure alimentation. Et de relever que pour toutes les améliorations de l'Etat social, qui ont pris du temps, «nous le devons à des hommes et des femmes politiques engagés, à des syndicats, à des associations et enfin à l'électorat».

Un engagement plus que jamais nécessaire

Les lois sociales - dont l'AVS/AI, l'assurance chômage -, et les caisses de pension, «ont posé de bonnes bases, mais cela ne signifie pas que les problèmes sociaux soient résolus pour l'éternité. Notre engagement est toujours nécessaire, je dirais même plus que jamais! (...) Malgré la richesse créée dans notre pays, nous constatons ces dernières années une tendance à réduire les prestations sociales plutôt que les adapter aux besoins. Pour moi, être reconnaissant envers ceux qui nous ont apporté les améliorations sociales signifie aussi porter une res-

ponsabilité pour cet héritage et s'engager pour que les prochaines générations aient des conditions de vie aussi bonnes que la plupart d'entre nous ont pu connaître!»

Emettant le vœu que l'on s'engage afin d'éviter que les écarts entre les riches et les pauvres ne se creusent davantage, elle regrette: «Si les plus riches du pays contribuaient un peu plus, nous pourrions aussi financer sans problème les mesures sociales nécessaires...» Et de plaider finalement, en pensant notamment au changement climatique et à ses graves conséquences, pour que les fédérations de retraités ne s'engagent pas seulement pour leurs propres intérêts du moment, mais également pour le bien-être des générations plus jeunes et futures, au-delà d'un simple corporatisme.

Jacques Berset

A l'instar de l'évolution qui concerne la majorité des pays industrialisés et la Suisse, notre canton connaîtra une forte augmentation de la proportion des senior-e-s. Selon le scénario «moyen» AR-00-2010 de l'Office fédéral de la statistique, la proportion des personnes en âge d'être à la retraite (65 ans et plus) s'accroîtra de 107% en passant de 39 à 81'000 entre 2010 et 2035. Le pourcentage de ces dernières dans la population se montera en 2035 à 24% contre 14% en 2010.

*Concept Senior+
Direction de la santé
et des affaires sociales*

DELEGIERTENVERSAMMLUNG DER SCHWEIZERISCHEN RENTNER-VEREINIGUNG (SRV) IN FREIBURG

Rund 60 Mitglieder der Schweizerischen Rentnervereinigung aus der Westschweiz, mit einer kleinen Vertretung aus der Deutschschweiz und dem Tessin, haben am 6. Juni im Café du Jura in Freiburg an ihrer Delegiertenversammlung teilgenommen. Die Freiburger Rentnervereinigung (FRV) will, dass sich was tut!

Die Waadtländerin Christiane Layaz, Vizepräsidentin der SRV und Präsidentin ad interim leitete wiederum die offizielle Sitzung. Für das Präsidentenamt hat man leider noch keinen Nachfolger gefunden, seitdem der Freiburger Michel Pillonel, der sich als ehemaliger Gewerkschaftssekretär während rund 15 Jahren sehr für die Sache der Senioren engagiert hatte, aus gesundheitlichen Gründen zurückgetreten ist.

Die Ablösung lässt auf sich warten

„Freiwillige sind schwer zu finden, ... 2022 war ein turbulentes Jahr für die SRV“, vertraut Christiane Layaz Horizon an. „Wir haben uns irgendwie zurechtfinden müssen, auch wegen dem gesundheitlich bedingten Rücktritt des langjährigen Generalsekretärs Pierre Lässer im September 2022.“ Laut der Interimspräsidentin zählt die Vereinigung gegenwärtig rund 28'000 Mitglieder und setzt sich zusammen aus den Rentnervereinigungen von Freiburg, Waadt, Wallis, Neuenburg und Tessin, den Gewerkschaften transfair und Syna und dem religiös geprägten Mouvement chrétien des retraités (MCR). Für Christiane Layaz muss die SRV das Sprachrohr der Senioren gegenüber Staat und Gesellschaft bleiben.

„Wir könnten problemlos die erforderlichen sozialen Massnahmen finanzieren, wenn die Reichsten unseres Landes ein bisschen mehr mithelfen würden.“

Die FRV will eine breitere Vertretung im Schweizerischen Seniorenrat

Anlässlich dieser Versammlung hat die Freiburgerische Rentnervereinigung (FRV) den Willen zur Veränderung angekündigt. Sie hat die SRV gebeten, beim Schweizerischen Seniorenrat (SSR), dem Vernehmlassungsorgan des Bundesrates für Seniorenfragen, vorstellig zu werden für eine Revision der Statuten. Für die FRV geht es darum, die Sichtweise der zwei gegenwärtigen Vertreter innerhalb der SSR ergänzen zu können, die da sind: der Schweizerischer Verband für Seniorenfragen (SVS) (bürgerliche Tendenz), und die VASOS (Vereinigung aktiver Senior:innen- und Selbsthilfeorganisationen der Schweiz (eher linker Ausrichtung).

Nun aber kann der SSR laut Artikel 4 seiner Statuten andere Organisation als Mitglieder nur aufnehmen, wenn die zwei Gründungsmitglieder dies ausdrücklich akzeptieren. Daher hat die FRV das Ziel, die Statuten der SSR zu verändern.

Aufruf der ehemaligen Staatsrätin Ruth Lüthi

Als geladene Rednerin hat die ehemalige Staatsrätin Ruth Lüthi zuerst

die positive Entwicklung der Gesundheit in der Schweiz hervorgehoben, die sich durch eine konstante Verlängerung der Lebenserwartung auszeichnet. In der Generation um 1878 erreichten die Männer durchschnittlich 43 und die Frauen 47 Jahre, währenddessen die Frauen heute 86 Jahre alt werden und die Männer 82. Wir leben heute nicht nur länger, sondern auch in gesünderer Verfassung. „Das ist weder Zufall noch ein Geschenk Gottes“, beteuerte die ehemalige sozialdemokratische Ministerin, „das ist Folge der wirtschaftlichen Entwicklung, Resultat unseres Sozialstaats und unseres Gesundheitssystems, wie auch die des Fortschritts in der Medizin und der medizinischen Technologie. Nicht zu vergessen: die bessere Lebensqualität, der Rückgang der Armut und eine bessere Ernährung.“ Sie führt weiter aus, dass die Verwirklichung aller Fortschritte des Sozialstaates Zeit gebraucht hat und wir sie „politisch engagierten Männern und Frauen, den Gewerkschaften, Vereinigungen und schliesslich dem Stimmvolk“ verdanken.

Wichtiger denn je: das Engagement

„Die sozialen Gesetze, die AHV/AI, die Arbeitslosenversicherung und die Pensionskassen haben solide Grundlagen geschaffen, doch das heisst nicht, dass die sozialen Probleme ein für allemal gelöst sind. Unser Einsatz ist immer noch gefordert, ich würde sogar sagen, mehr denn je! (...) Trotz dem Reichtum, der in unserem Land geschaffen wurde, stellen wir in den letzten Jahren eher eine Reduzierung der Sozialleistungen fest, statt deren Anpassung an die Bedürfnisse. Für mich bedeutet Dankbarkeit gegenüber denen, die uns die sozialen Verbesserungen gebracht haben, auch Verantwortung für dieses Erbe übernehmen und sich dafür einsetzen, dass die nächsten Generationen ebenso gute Lebensbedingungen vorfinden werden, wie die meisten von uns sie erleben durften.“ Sie drückt ihre Hoffnung aus, dass der Unterschied zwischen Reich und Arm sich nicht noch verschlimmert und bedauert: „Wir könnten problemlos die erforderlichen sozialen Massnahmen finan-



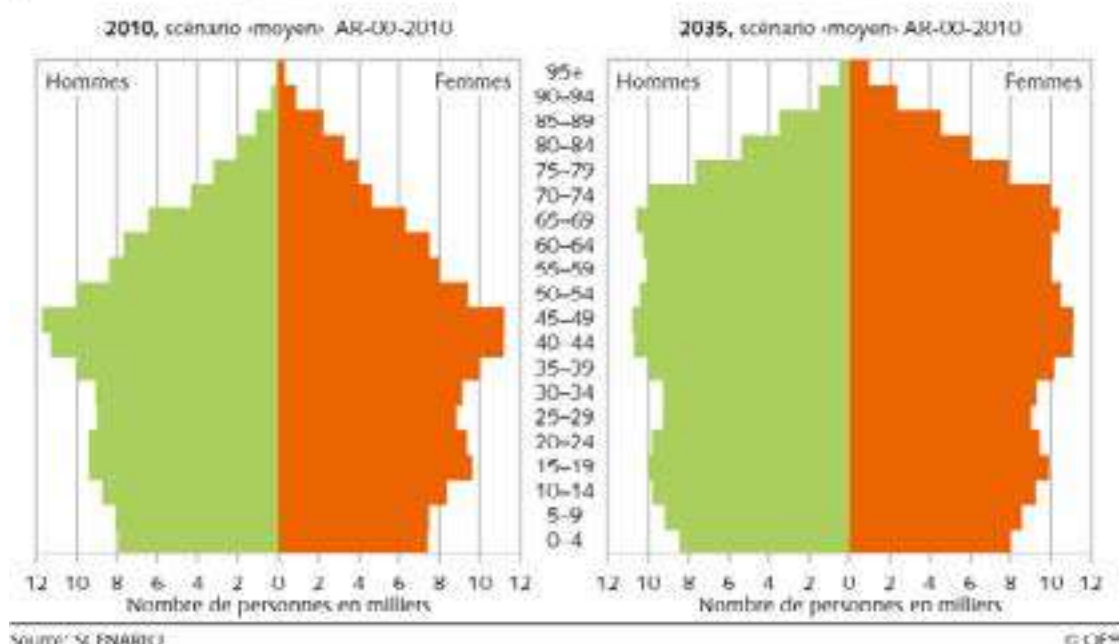
Der ehemaligen Staatsrätin Ruth Lüthi Foto Jacques Berset

zieren, wenn die Reichsten unseres Landes ein bisschen mehr mithelfen würden.“ Sie hat vordringlich den Klimawandel und dessen gravierende Auswirkungen im Visier, wenn sie schliesslich dafür plädiert, dass sich die Rentnervereinigungen nicht nur

um die eigenen momentanen Sorgen kümmern, sondern auch, das Standesdenken überwindend, an das Wohl der jüngeren und zukünftigen Generationen denken.

Jacques Berset

Pyramide des âges Canton de Fribourg



PRO SENECTUTE FRIBOURG: 100 ANS D'ENGAGEMENT POUR LES AÎNÉS

La Fondation fribourgeoise de Pro Senectute fête cette année son centenaire. Elle est née dans notre canton en 1923, dans le sillage de la Fondation «Pour la vieillesse», initiée en 1917 à Winterthur par le «pasteur des ouvriers» Albert Reichen (1864-1929). Originaire de l'Oberland bernois, il sera député au Grand conseil zurichois et conseiller communal à Winterthur sous la bannière socialiste.

A Fribourg, c'est Léon Genoud, député du Parti conservateur au Grand Conseil fribourgeois, qui jouera un rôle prépondérant dans la naissance de la section fribourgeoise de Pro Senectute, dont il fut président de 1923 à 1931.

Actuellement, à Fribourg, 20'000 seniors vivant dans le canton profitent des services de Pro Senectute. La Fondation salarie 36 collaboratrices et collaborateurs fixes et 133 dames

de ménage à temps partiel payées à l'heure (représentant 32 EPT), qui effectuent 56'000 heures de ménage à domicile. Pro Senectute Fribourg compte sur l'aide de 450 monitrices et moniteurs et bénévoles. 2'300 clients bénéficient de sa consultation sociale, 1'100 d'aides à la déclaration fiscale, tandis que 11'500 activités sont organisées pour les seniors.

Emmanuel Michielan: des seniors connaissent l'isolement et la mise à l'écart

«Grâce au système actuel d'assurances sociales, Pro Senectute peut désormais aider à résoudre de nombreux problèmes autres que financiers auxquels sont confrontés les seniors. Mais il y a toujours des formes de précarité chez une partie des seniors vulnérables. On travaille contre l'isolement, la mise à l'écart. La précarité n'est pas seulement financière, elle

peut être aussi sociale, relever de la santé psychique ou physique», confie Emmanuel Michielan, directeur de Pro Senectute Fribourg depuis 2021.

La Fondation présidée par Pierre Aeby, qui fut préfet de la Broye, conseiller d'Etat et aux Etats, a distribué en 2022 des aides financières aux seniors pour un montant de 700'000 francs, provenant notamment de l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS). En vertu de l'art. 101bis LAVS (Loi fédérale sur l'assurance-vieillesse et survivants), Pro Senectute bénéficie d'un contrat de prestations avec l'OFAS pour soutenir les personnes âgées, en particulier celles qui sont vulnérables.

Pas facile d'obtenir des financements publics

Mais, concède Emmanuel Michielan, «il n'est pas facile de trouver notre place et d'obtenir des financements publics (hors OFAS).



Emmanuel Michielan, directeur de Pro Senectute Fribourg, avec Pierre Aeby, président du Conseil de fondation Photo Jacques Berset



Emmanuel Michielan lance les festivités du 100^e anniversaire de Pro Senectute Fribourg Photo Jacques Berset

Sur un budget d'un peu plus de 7 millions de francs, on reçoit des contributions des collectivités publiques au niveau du canton (y compris la Loterie Romande) pour seulement 8% de notre budget. Nous recevons 291'000 francs de l'Etat de Fribourg, mais le projet de désenchevêtrement des tâches entre l'Etat et les communes (DETTEC) va réduire la part de l'Etat à 178'000 francs en 2025, ce qui nous cause du souci! Le DETTEC vise en particulier à renforcer les compétences des communes, donc

l'avenir est un partenariat avec les communes (elles sont actuellement 126). Ce sont donc des démarches à entreprendre auprès de toutes ces communes... Actuellement, 57% du financement de notre Fondation provient des clients des prestations fournies par Pro Senectute ».

Pro Senectute Fribourg fêtera ses 100 ans notamment le 30 septembre au Centre sportif du Platy, à Villars-sur-Glâne, lors de la Journée «Equilibre en marche», en présence

du Conseiller d'Etat Philippe Demierre, chef du Département de la santé et des affaires sociales (Participation gratuite et sans inscription!). Le 5 décembre, la Fondation fêtera son centenaire en interne, avec son personnel, les bénévoles et les partenaires.

Davantage d'informations sur <https://www.fr.prosenectute.ch/>

Jacques Berset



Services aux Aînés

Pour vous faciliter la vie à domicile



Croix-Rouge fribourgeoise
Rue Guillaume-Techtermann 2
1701 Fribourg
026 347 39 40
info@croix-rouge-fr.ch
www.croix-rouge-fr.ch

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

RETOUR SUR L'HISTOIRE: PRO SENECTUTE S'ENGAGE DÈS LE DÉBUT POUR L'AVS

Le 23 octobre 1917, dix hommes créent la fondation «Pour la vieillesse» - qui prendra le nom de Pro Senectute en 1978 - sous l'égide de la Société suisse d'utilité publique (SSUP). Cette dernière s'engage depuis près de deux siècles pour la cohésion sociale et le soutien aux personnes touchées par la pauvreté en Suisse.

Depuis 1917, la Fondation qui deviendra Pro Senectute contribue à améliorer la vie des personnes âgées d'abord en collectant des fonds pour l'assistance des vieillards indigents mais aussi grâce à son engagement sociopolitique. Un des premiers buts de Pro Senectute, lors de sa création, fut en effet de s'engager pour l'instauration d'une assurance-vieillesse et survivants (AVS) au niveau national, que réclamaient déjà à la fin du XIXe siècle le Congrès ouvrier de 1883 puis, en 1886, la Société du Grütli. Dans l'acte de fondation, les fonda-

teurs le formulent explicitement: il ne s'agit pas seulement d'apporter une aide matérielle, mais aussi d'«encourager tous les efforts, notamment juridiques, favorisant la sécurité de l'existence dans la vieillesse».

Au début du siècle, la majorité des personnes âgées connaissent la pauvreté

Les fondateurs (les femmes étaient alors laissées en marge) savent d'emblée que les conditions de vie des personnes âgées sont précaires: elles sont majoritairement pauvres et souvent dans le plus total dénuement. C'est le cas en particulier dans le canton de Fribourg alors encore largement agricole. Au plan suisse, la pauvreté et les tensions sociales s'aggravent durant la Première Guerre mondiale, les salaires réels baissent de 25 à 30%, et à la fin des hostilités, près de 700'000 personnes, un sixième de la population, relèvent de l'assistance publique. En novembre 1918, c'est la grève générale: le 12 novembre 1918, plus de 250'000 ouvrières et ouvriers se mettent en grève dans toute la Suisse. Ils revendiquent la semaine de 48 heures, une assurance vieillesse et le droit de vote pour les femmes. Ils ont en face d'eux 95'000 soldats envoyés par le Conseil fédéral pour rétablir l'ordre.

La fondation naît à Fribourg en 1923. C'est dans ce contexte tendu que naît la Fondation fribourgeoise «Pour la vieillesse» au sein de la Commission cantonale des œuvres de charité. Celle-ci relève dans son rapport pour les années 1921-1922 que le nombre

de vieillards dans le besoin et qui ne sont pas secourus est de 473 dans le canton. C'est alors que la Commission décide de constituer un fonds cantonal de secours en faveur des vieillards, d'abord alimenté par une collecte faite dans les écoles primaires du canton. C'est Léon Genoud qui présidera ce fonds cantonal. Cette personnalité très active au plan caritatif avait notamment participé à la fondation de l'école des arts et métiers, qui deviendra le Technicum, qu'il dirigera de 1896 à 1925.

L'engagement déterminant de Léon Genoud

Au-delà de son engagement dans le domaine de la formation professionnelle, Léon Genoud adhère à de nombreuses associations caritatives. Le Veveysan sera secrétaire régional de Pro Juventute, du Conseil supérieur suisse des Conférences St-Vincent-de-Paul, de la Ligue fribourgeoise contre la tuberculose, et présidera la section fribourgeoise de la Fondation «Pour la vieillesse» (Pro Senectute) de 1923 à 1931. Siégeant également au comité suisse de la Fondation «Pour la vieillesse», il signale qu'il y a 822 vieillards indigents dans le canton en 1922, dont 60% sont assistés par les communes, placées dans des «maisons des pauvres» ou des hospices.

Des «maisons des pauvres» ou des hospices hébergent les vieillards

Sans parler des fondations qui existent dans nombre de communes (et qui pour la plupart sont dues à des membres du clergé), ni de l'action des Conférences



St-Vincent de Paul, des associations des Dames de charité ou de Ste-Elisabeth, le canton possède alors un certain nombre d'institutions destinées en particulier à venir en aide à la vieillesse. Ainsi, à Fribourg même : l'Hôpital des Bourgeois, dont une division reçoit 70 vieillards indigents, bourgeois de Fribourg qui sont logés et entretenus gratuitement (Ils sont toutefois tenus de travailler selon leurs forces); l'Hospice des vieillards de la Providence, qui dispose de 50 lits pour vieillards des deux sexes, originaires du district de la Sarine ou des paroisses catholiques du district du Lac; l'Asile des vieillards, une institution privée fondée en 1900 qui peut recevoir 60 vieillards, hommes et femmes, construit sur les falaises de la Sarine; l'asile des vieillards de Jeuss (Jentes), établi par les 22 communes protestantes du district du Lac, et qui héberge 30 vieillards.

Le rêve de Léon Genoud

«Beaucoup pensent que le peuple suisse, par son vote du 6 décembre 1925 acceptant l'assurance vieillesse et survivants (AVS), nos vieillards indigents y ont droit. Souventes fois cette affirmation nous a été faite par des personnes âgées requérant nos secours. Hélas! seule la question de principe, soit l'article constitutionnel prévoyant cette assurance, a été ac-



ceptée. Il se passera malheureusement bien des années encore avant que cette assurance soit organisée. Aussi ne pouvons-nous assez souhaiter que les Chambres Fédérales, animées d'un généreux mouvement, votent en faveur des vieillards indigents les plus besogneux, un subside annuel comme dans leur générosité elles ont su le faire en faveur de la tuberculose», écrivait Léon Genoud alors qu'une loi d'exécution du nouvel article consti-

tutionnel se faisait attendre. (Dans Pro Senectute: schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung La situation de l'assistance aux vieillards dans le Canton de Fribourg). Il a en effet fallu attendre le 1^{er} janvier 1948 pour qu'elle entre enfin en vigueur!

Jacques Berset

Le principe constitutionnel de l'AVS est adopté en 1925 déjà

Jusqu'au XIX^e siècle, il revenait généralement aux familles, aux organisations caritatives et aux Eglises de prendre en charge les personnes âgées incapables de travailler. Il existait aussi un système rudimentaire d'assistance publique aux nécessiteux, dont les règles étaient cependant souvent restrictives. En décembre 1925, le peuple se prononce en faveur d'une modification de la Constitution fédérale obligeant la Confédération à instaurer une assurance-vieillesse et survivants.

Les premiers jalons de la prévoyance vieillesse légale sont posés. Cependant, la situation des personnes âgées n'évolue pas avant la mise en œuvre de l'AVS en 1948.

Loi d'exécution rejetée par le peuple en 1931

En juin 1931, les Chambres fédérales adoptèrent une loi d'exécution du nouvel article constitutionnel. Mais celle-ci fit l'objet d'un référendum et fut rejetée par le peuple le 6 dé-

cembre 1931. Par la suite, en raison de la crise économique et de l'insécurité politique le refus augmenta, tant et si bien que l'AVS fut portée sur la liste d'attente. C'est le régime des allocations pour perte de salaire et de gain, introduit en 1940 en faveur des militaires, qui traça la voie. En effet, l'organisation et le financement n'étant plus contestés, on ne tarda pas à songer que cette œuvre de solidarité pourrait servir dans l'AVS une fois la paix rétablie.

Des premières rentes très modestes

Malgré, une nouvelle fois, un référendum lancé contre le projet de loi adopté par l'Assemblée fédérale en 1946, la loi passera finalement lors de la votation populaire du 6 juillet 1947. Le peuple suisse accepta alors - à 80 % des voix - la Loi fédérale sur l'AVS et ceci avec une participation record au vote de 80 %.

Elle entra en vigueur le 1^{er} janvier 1948. Les premières rentes, très modestes, couvrent rarement les besoins de base. De nombreux seniors restent longtemps dépendants de l'aide de la Fondation Pro Senectute. 1965 a vu

l'introduction de la loi fédérale sur les prestations complémentaires qui a définitivement ancré le principe d'un soutien financier aux personnes âgées dans le besoin.

A mesure que les difficultés financières des plus âgés s'amenuisent, d'autres préoccupations gagnent en importance. Pro Senectute est alors en mesure de s'occuper davantage du bien-être psychique et moral des seniors suisses. Dans les organisations cantonales, la Fondation développe son domaine d'intervention en introduisant un service d'aide

et de soins à domicile. Bientôt, les premiers bureaux de consultation ouvrent leurs portes. Pro Senectute continue à étendre son offre au cours des années qui suivent. Depuis la fin des années 1950, elle est devenue le principal interlocuteur du pays en matière d'aide aux personnes âgées.

Jacques Berset

(Sources: 100 ans d'histoire, Pro Senectute et la Suisse, 1917-2017 / Petite histoire de Pro Senectute Fribourg rédigée par Jean-Pierre Dorand, 2023).

PRO SENECTUTE FREIBURG: 100 JAHRE IM DIENSTE DER BETAGTEN

Die freiburgische Stiftung Pro Senectute begeht dieses Jahr ihr 100-jähriges Jubiläum. Sie ist in unserem Kanton 1923 ins Leben gerufen worden, im Kielwasser der Stiftung „Für das Alter“, welche der „Arbeiterpfarrer“ Albert Reichen (1864-1929) im Jahre 1917 in Winterthur gegründet hatte. Der gebürtige Berner Oberländer wurde in der Folge Zürcher Grossrat und Gemeinderat in Winterthur, unter dem Banner der sozialdemokratischen Partei.

In Freiburg war der konservative Grossrat Léon Genoud die treibende Kraft bei der Schaffung der Freiburger Sektion von Pro Senectute, welcher er selbst von 1923-1931 vorstand.

Am heutigen Tag kommen die Dienstleistungen von Pro Senectute in unserem Kanton 20'000 Senioren zugute.

Die Stiftung beschäftigt 36 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fest und 133 Haushalthilfen teilzeitig, was 32 Vollzeitäquivalenten (VZÄ) entspricht. Diese Personen leisten 56'000 Arbeitstunden in Haushalten. Pro Senectute kann auch auf die Hilfe von 450 Freiwilligen, einschließlich Betreuern und Betreuerinnen zählen. 2'300 Personen nehmen die soziale Beratung in Anspruch, 1'100 Personen beziehen Hilfe beim Ausfüllen der Steuererklärung. Senioren können an 11'500 eigens für sie organisierten Anlässen teilnehmen.

Emmanuel Michielan: Senioren erfahren Einsamkeit und Ausgrenzung

„Dank dem bestehenden System der Sozialversicherungen kann Pro Senectute jetzt auch bei zahlreichen nicht finanziellen Problemen Hilfe leisten, mit denen Senioren zu kämpfen haben. Trotzdem verbleiben noch Formen von



materiellen Engpässen bei einem Teil der schutzbedürftigen Personen. Wir wollen verhindern, dass Senioren einsam sind und beiseite geschoben werden. Prekarität versteht sich nicht nur finanziell, sondern auch sozial, sie betrifft auch körperliche und geistige Gesundheit“, räumt Emmanuel Michielan, seit 2021 Direktor von Pro Senectute Freiburg, ein.

Die Stiftung, die der ehemalige Oberamtmann des Broyebezirks und Staats- und Ständerat Pierre Aeby präsidiert, hat 2022 Finanzhilfen an Senioren in der Höhe von 700'000.- Franken ausbezahlt, welche hauptsächlich das Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) beisteuerte.

Kraft des Artikels 101bis des Bundesgesetzes über die Alters- und Hinterlassenenversicherung (AHVG) verfügt Pro Senectute über ein Dienstleistungsmandat mit dem BSV, um schutzbedürftige Betagte zu unterstützen.

Öffentliche Finanzierung schwer zu erlangen

„Jedoch ist es nicht einfach, unseren Platz zu behaupten und ausserhalb der BSV an öffentliche Gelder zu gelangen“, gibt Emmanuel Michielan zu bedenken. „Bei einem Budget, das 7 Millionen übersteigt, erlangen wir öffentliche Beiträge von nur 8% seitens kantonaler Institutionen, einschliesslich der Loterie Romande. Wir erhalten auch 291'000.- Franken von der Freiburger Kantonalbank. Zu unserer Besorgnis wird jedoch das Projekt zur Aufgabenentflechtung zwischen Kanton und Gemeinden (DETTEC) den Staatsbeitrag im Jahre



Photo Jacques Berset

Einweihung des Bouleplatzes am 17. August in der Passage du Cardinal 18

2025 auf 178'000.- herabsetzen. Das DETTEC setzt sich insbesondere zum Ziel, die Gemeindekompetenz zu steigern. Die Zukunft sieht man deshalb in einer Partnerschaft mit den Gemeinden (im Augenblick sind es deren 126!) Das heisst, bei jeder Gemeinde einzeln vorsprechen... Gegenwärtig kommen 57% der Finanzierung unserer Stiftung von Leistungskundinnen und -kunden von Pro Senectute“.

Den Schwerpunkt für die 100-Jahrfeier setzt Pro Senectute Freiburg am 30. September im Sportzentrum Platy in Villars-sur-Glâne. Das geschieht im Rahmen des Aktionstages „Si-

cher stehen - sicher gehen“ und im Beisein von Staatsrat Philippe Demierre, Vorsteher der Direktion für Gesundheit und Soziales. Am 5. Dezember wird die Stiftung das Jubiläum intern feiern, mit dem Personal, den freiwilligen Helfern und den Partnern.

Weitere Informationen unter <https://www.fr.prosenectute.ch/>

Jacques Berset

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



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

MARIANNA GAWRYSIAK: APPRIVOISER LA MALADIE D'ALZHEIMER



Marianna Gawrysiak, devant les tableaux du peintre Guerino Paltenghi, de Château-d'Oex Photo Jacques Berset

S'il n'y a pas de registre national de la démence en Suisse et que de nombreux cas échappent à l'identification, il y a dans notre pays, selon les estimations d'Alzheimer Suisse, quelque 155'000 personnes (environ 4'500 pour le canton de Fribourg) atteintes à divers degrés. Ce sont plus de 30'000 nouveaux cas par an et plus de 7'000 cas d'Alzheimer précoce, des personnes atteintes dès la fin de la quarantaine jusqu'au tout début de la soixantaine, précise la spécialiste en gériatrie Marianna Gawrysiak.

Recevant Horizon à la Tour-de-Trême, dans son bel appartement aux murs ornés de magnifiques tableaux - rappelons que Marianna Gawrysiak fut, pendant 20 ans, responsable du «Vide-poches», l'espace culturel de l'Hôpital cantonal psychiatrique de Marsens fondé en l'an 2000 et fermé en 2020 - la gériatopsy-

chologue et psychothérapeute parle de son engagement envers les seniors, qui se poursuit après son départ à la retraite il y a deux ans.

Marianna, avec Marie-Madeleine Stempfeli, infirmière à l'hôpital psychiatrique de Marsens (RFSM), a cofondé, en 1994, la Section fribourgeoise d'Alzheimer Suisse qui s'engage en fa-

veur des personnes atteintes de troubles cognitifs, ainsi que de leurs proches. Elle relève que l'âge restant le principal facteur de risque, avec le vieillissement croissant de la population, la réalité de la maladie d'Alzheimer, longtemps ignorée, est devenue très visible ces dernières décennies.

Plus de trois décennies d'expérience en psychogériatrie

Avec ses plus de trois décennies d'expérience en psychogériatrie à Marsens, Marianna a vu le développement de sa spécialité. Quand elle a commencé son travail, l'accent était davantage mis sur la psychologie scolaire et la psychologie de couple. «La psychogériatrie était peu étudiée, c'était un secteur peu attirant et peu considéré, mais il y a eu des innovations dans les années 80...»

«Auparavant, les EMS n'accueillaient pas les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et on les gardait à Marsens, mais cela a changé à la fin des années 90. Il y eu une énorme évolution au niveau du diagnostic et de la prise en soins; et désormais on tient aussi compte des proches».

73 % DES PERSONNES TOUCHÉES SONT DES FEMMES

En Suisse, toutes les 17 minutes en moyenne une nouvelle personne est atteinte de démence. 73 % des personnes touchées sont des femmes, selon Alzheimer Suisse. D'autres estimations partent du principe qu'environ un tiers des personnes n'ont reçu aucun diagnostic médical, qu'un tiers font l'objet d'une suspicion de démence et que seulement un tiers ont reçu un diagnostic médical. Parmi l'ensemble des personnes atteintes de démence, 6% tombent malades avant l'âge de 65 ans, ce qui représente plus de 7'400 jeunes malades en Suisse.

Pour en savoir plus : <https://www.alzheimer-schweiz.ch/fr/fribourg/home>

«On a fait de la maladie d'Alzheimer un véritable épouvantail»

«On a fait de la maladie d'Alzheimer un véritable épouvantail, alors que le malade, pendant une dizaine d'années, peut garder une bonne qualité de vie, car la maladie s'installe progressivement et insidieusement. Les pertes de mémoire, les incohérences, tout est mis sur le compte de l'âge, et il se passe souvent bien sept ans avant que l'on soit conscient qu'il s'agit bien d'Alzheimer. Le diagnostic est trop tardif, alors que l'on peut prendre des mesures dès les premiers symptômes pour retarder la progression de la maladie, car les compétences affectives et intellectuelles perdurent durant des années chez les personnes diagnostiquées assez tôt». Le développement de cette maladie

neurodégénérative qui ne se guérit pas peut être ralenti en gardant son cerveau actif grâce à des activités cognitivement stimulantes. On trouvera des suggestions dans ce sens dans son excellent ouvrage: *L'Avancée en âge – Ses richesses, ses écueils*, paru en 2022 aux Editions de l'Aire.

Jacques Berset

Biographie

Marianna Gawrysiak est née le 20 octobre 1961 à Budapest, capitale de la Hongrie. Elle vit en Suisse depuis l'âge de 22 ans. Elle a effectué ses études universitaires à Fribourg, puis à Genève, où elle a obtenu sa licence en psychologie en 1988 et son diplôme de spécialisation en neuropsychologie l'année suivante. Par la suite, elle

s'est spécialisée en gérontologie au Centre Interfacultaire de Gérontologie (1996-1998). Elle a travaillé durant plus de trente années en tant que psychologue-psychothérapeute FSP (Fédération Suisse des Psychologues) à l'hôpital psychiatrique de Marsens (RFSM). Après s'être occupée pendant plusieurs années de la population adolescente et adulte, c'est avec une grande motivation qu'elle s'est consacrée, pour le reste de sa carrière, aux personnes âgées. Son domaine de prédilection fut la prise en soin des malades Alzheimer et de leurs proches.

Voir son site: <https://avant-age.ch/>



Faites
comme 52'000
Romands,
**découvrez
gratuitement**

Echo Magazine

L'hebdomadaire chrétien
des familles

Comment procéder?

- En renvoyant cette annonce avec vos coordonnées

Vous pouvez aussi vous abonner:

- Par téléphone: 022 593 03 44
- Par mail: abo@echomagazine.ch

GRANDS-PARENTS POUR LE CLIMAT, UN RÔLE DE VIGIE

Pour nous, les grands-parents, il est inacceptable, au vu de l'urgence climatique, de dire: après nous le déluge! Nous voulons jouer un rôle de vigie, dans une démarche citoyenne, notamment en publiant notre Livre Blanc, «Faire sa part face au dérèglement climatique».

Une délégation de la section fribourgeoise des Grands-parents pour le climat - composée de l'aménagiste à la retraite Laurent Thévoz, de l'ancien conseiller communal de la ville de Fribourg et ancien président de Pro Natura-Fribourg Jacques Eschmann, et de Michel Kammermann, ancien statisticien, a expliqué la démarche de l'association au journal Horizon. Après le rejet, par le Grand Conseil fribourgeois de la motion populaire «500 millions pour des mesures favorables au climat et à l'environnement dans le canton de Fribourg», en septembre 2021 et l'octroi d'une somme plus que minimale de 22,8 millions de francs sur cinq ans pour un Plan climat cantonal (PCC) censé réduire de 50% l'émission de gaz à effet de serre (GES) d'ici 2030, les Grands-parents pour le climat ont décidé d'agir. Ils ont analysé à fond la politique climatique fribourgeoise.

Le PCC, «une œuvre de pionnier, une vraie avancée»

«On reconnaît que le canton a été pionnier en réalisant le PCC, une première en Suisse! C'est une vraie avancée, nécessaire, mais largement insuffisante pour atteindre les objectifs...», estime Laurent Thévoz. Après avoir averti tous les groupes politiques en novembre 2022, le «Livre Blanc», bilingue, a été rendu public en mars dernier, et envoyé à toutes les fractions du Grand Conseil,

ainsi qu'aux Départements de l'Etat concernés par le climat et l'environnement, et aussi à de nombreuses instances de la société civile.

«On avait rencontré avant la publication du Livre Blanc les chefs de service des trois directions concernées, et après la publication, le Conseil d'Etat a très rapidement réagi et nous a invités à une séance le 10 mai. Nous avons été reçus par Didier Castella, chef de la Direction des institutions, de l'agriculture et des forêts (DIAF), Jean-François Steiert, directeur du Développement territorial, des infrastructures, de la mobilité et de l'environnement (DIME), Olivier Curty, chef de la Direction de l'économie, de l'emploi et de la formation professionnelle (DEEF)».

«Un plan nécessaire, mais largement insuffisant»

Les membres de la délégation constatent que la réunion a été «for-

melle et peu substantielle». Ils relèvent que le Conseil d'Etat «a montré une certaine autosatisfaction», ce qui signifie que la pression doit continuer. D'autre part, aucune des communes qui avaient répondu à la consultation concernant le PCC et qui ont ensuite reçu le Livre Blanc n'a réagi, alors que certaines communes sont déjà très actives en matière climatique. Les Grands-parents pour le climat vont devenir pro-actifs et proposer de rencontrer les communes. Ils sont également prêts à venir parler de leur Livre Blanc dans les sections de la Fédération fribourgeoise des retraités. Ils veulent faire connaître leurs constatations et propositions concernant trois secteurs: agriculture et alimentation, mobilité et assainissement énergétique des bâtiments. Ensemble, ces trois secteurs émettaient en 2017 (chiffres disponibles) 88% des 1,588 million de tonnes équivalent CO2 d'émissions directes du canton de Fribourg.



Michel Kammermann, Jacques Eschmann et Laurent Thévoz, des Grands-parents pour le climat actifs Photo Jacques Berset

Le canton de Fribourg a fait œuvre de pionnier

Le canton de Fribourg a fait œuvre de pionnier en se dotant en 2021 d'un Plan climat cantonal qui tient compte de la réalité et de la spécificité du canton. Le canton de Fribourg a comme objectif de réduire de 50% ses émissions de gaz à effet de serre (GES) d'ici à 2030. Les Grands-parents pour le climat Fribourg, en leur qualité de vigie citoyenne, se sont donné pour tâche de faire le suivi de toutes les politiques, stratégies et plans de mesures afin de savoir si le canton est en mesure d'atteindre cet objectif et ainsi de « faire sa part » des efforts contre le dérèglement climatique. Ils constatent que la politique cantonale dans les trois domaines - agriculture et alimentation, mobilité et assainissement énergétique des bâtiments – « montre clairement que dans les conditions actuelles le canton de Fribourg n'a aucune possibilité de faire sa part, c'est-à-dire d'arriver à la réduction attendue de 50% de ses émissions de GES d'ici à 2030 ».

Jacques Berset

L'Association suisse des Grands-parents pour le climat est née en 2014 de la préoccupation d'une génération, celle des grands-parents, face aux risques de détérioration des conditions de vie sur terre. Elle compte aujourd'hui environ 2'300 membres en Suisse, dont quelque 120 dans le canton de Fribourg, essen-



Fribourg Livre Blanc des Grands-Parents pour le climat Photo Jacques Berset

tiellement dans le district de la Sarine et aussi en Gruyère.

Pour en savoir plus :

<https://gpclimat-fribourg.blogspot.com/> <https://www.gpclimat.ch/fr/>
<https://www.fr.ch/energie-agriculture-et-environnement/climat/climat/plan-climat-cantonal> <https://www.gpclimat.ch/fr/> <https://www.fr.ch/sites/default/files/2021-06/plan-climat-cantonal.pdf>

LIVRE BLANC DES GRANDS-PARENTS POUR LE CLIMAT SUR LA POLITIQUE CLIMATIQUE DU CANTON DE FRIBOURG EN 2022

Le Livre Blanc a été réalisé par les membres du groupe de travail des Grands-parents pour le climat Fribourg. Aurélie Klingshirn, Jacques Mader et Laurent Thévoz. Avec le concours de Jacques Eschmann et de Patrick Haemmerle. Siehe auch: Die Freiburger Sektion der Klima-Grosseltern hat soeben ein wichtiges Werk über die Klimapolitik des Kantons Freiburg im Jahr 2022 veröffentlicht. <https://gpclimat-fribourg.blogspot.com/p/notre-livre-blanc.html>

PRO SENECTUTE FRIBOURG MET SON EXPERTISE AU SERVICE DES COMMUNES

Pro Senectute Fribourg continue d'accompagner les communes dans le développement et la mise en œuvre des politiques en faveur des seniors. Sur demande, nous mettons notre expertise à disposition en évaluant les besoins des personnes âgées dans le cadre de l'élaboration d'une politique vieillisse communale ou inter-communale (enquêtes par questionnaire, world-café, rapports) et exécutons des mandats d'intervention en animation socioculturelle.

Plus d'informations en ligne ou au : 026 347 12 40

UN « COUP DE GUEULE » QUI FAIT DU BIEN

A l'occasion de l'assemblée annuelle de la Section du Lac français à Courtepin, le 20 avril 2023, Guy Petter, syndic de la commune du Mont-Vully était l'invité d'honneur aux côtés de Christoph Wieland, préfet du district du Lac. A la fin de son intervention, il a lâché un «coup de gueule» qui fait du bien, largement apprécié par l'assemblée.

Le tout jeune retraité a relevé son étonnement devant le fait que le nombre des membres de la Fédération fribourgeoise des retraités (FFR) et de sa section laicoise était en régression, «alors même que l'on dit que le nombre des retraités dans notre canton va énormément augmenter ces prochaines décennies...» Et de proposer de reconsidérer la FFR comme une nouvelle association des retraités actifs et citoyens. Et de regretter que la communauté oublie l'apport incalculable que génère toute la population des retraités: le soutien aux familles par leur disponibilité pour la garde des petits enfants, les centaines de milliers d'heures économisées pour le canton et les communes. Des places de garderie en moins à mettre à disposition des familles, donc des frais en moins. «Passablement d'associations seraient en péril sans la présence des retraités actifs !»



Guy Petter, syndic de la Commune de Mont Vully Photo Jacques Berset

Refus de l'augmentation des retraites – entre 7 et 14 francs...

«En contrepartie, nos élus au Conseil national ont refusé une augmentation des retraites. Pensez donc, entre 7 et 14 francs d'augmentation... De tels montants auraient pu faire vaciller la Confédération ! Cependant, lors de la même session, ces mêmes élus revendiquaient une augmentation de leur défraiement. Et que dire dernièrement des 259 milliard sorti d'un chapeau comme par magie pour corriger

les errances de certains directeurs de banque. De même pour les CFF qui compliquent la vente des cartes journalières. Avec cette nouvelle façon de faire, les cartes journalières vont augmenter. Alors que jusqu'à maintenant dans les communes la carte journalière fonctionnait tellement bien qu'on ne comprend pas ce changement. Voilà pour mon petit coup de gueule. Ça m'a fait du bien !»

Jacques Berset

«La communauté oublie l'apport incalculable que génère toute la population des retraités»

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**



GRANDS-PARENTS, AVERTISSEZ VOS PETITS-ENFANTS: LES PUFFS, C'EST PERNICIEUX!



Véronique Pittet au CIPRET Photo Jacques Berset

Quand certains de nos élèves reviennent des toilettes, on remarque très vite cette odeur d'arômes fruités et sucrés, me confie un prof d'un CO fribourgeois. « C'est l'odeur des puff bars, ces cigarettes électroniques ou vapo-teuses à usage unique... Elles peuvent entraîner une addiction et favoriser le passage au tabagisme classique voire à d'autres formes d'addiction ! »

Ce produit addictif, dérivé des cigarettes électroniques, développé aux Etats-Unis, est apparu en Suisse vers 2020, explique Véronique Pittet au CIPRET (organisme chargé de la prévention du tabagisme, mandaté par la Direction de la santé et des affaires sociales) et à la Ligue pulmonaire fribourgeoise.

Les adultes méconnaissent les effets nocifs des puff bars

Pour la chargée de prévention, il faut alerter les grands-parents et les seniors qui connaissent peu ces produits, afin qu'ils puissent aborder le sujet avec leurs petits-enfants dès la pré-adolescence et les rendre attentifs aux risques que représentent ces puff bars (prononcer « peuf »).

Cette « nouveauté » qui fonctionne avec une batterie au lithium et un réservoir pour le liquide à inhaler (de la nicotine de synthèse - bien plus addictive que la nicotine naturelle extraite de la plante de tabac - et d'autres substances pas toujours identifiées) complète la gamme des produits, mais ne diminue pas la prévalence des cigarettes traditionnelle auprès des jeunes. Au contraire, elle peut favo-

riser, à la longue, le passage à la cigarette classique, relève Véronique Pittet.

Des emballages attractifs

Elle est catégorique : les puff bars, happy puff bars ou geek bars, avec leurs emballages attractifs et leur nom à la mode, sont loin d'être inoffensives : il y a, avec ces puff bars (signifiant bouffées), un grand risque d'addiction à la nicotine. Certaines sont en effet très fortement dosées en à la nicotine, jusqu'à trois fois plus que les 2% autorisés par la loi. Elles contiennent entre 400 et 1'800 bouffées par cigarettes, et pour attirer les jeunes, qui peuvent les camoufler avec leurs stylos, elles sont de couleurs vives et ressemblent à des clés USB ou des « Stabilo Boss ».

« Plus cool que le tabac » insinuent les fabricants

Ces petites cigarettes électroniques jetables à usage unique, pensées par les industriels pour les jeunes, « plus cool que le tabac » disent-ils, sont très bien connues des ados, qui s'informent sur les réseaux sociaux, Tik Tok, Snapchat, Instagram. Des influenceurs sont payés pour se mettre en scène, les jeunes se filment entre eux en faisant des volutes de vap, des concours sont organisés pour consommer une puff en moins de temps possible... « Pour les jeunes, consommer des puff bars, ce n'est pas fumer. De plus, à cet âge, il faut tester des trucs, défier les adultes, mais après, ils sont pris dans l'engrenage ! »

Effets sur la santé

« C'est très vicieux : les jeunes aiment leurs goûts proches de ceux de confiseries - goût raisin glacé, cerise,



Les «puffs», c'est pernicieux ! Photo Jacques Berset

cola, licorne, mojito, barbe à papa, choco-noisette - leurs formes, leurs couleurs flashy et leur côté pratique. De plus, c'est meilleur marché que les cigarettes classiques... Les fabricants visent le porte-monnaie des jeunes ! Mais les effets sur la santé sont là : addiction, risques d'infection buccales, inflammation des voies respiratoires... De plus, c'est une catastrophe écologique», estime Véronique Pittet. Les puffs à usage unique, avec leur batterie au lithium et leurs matières plastiques, atterrissent souvent dans la nature. Ce sont des polluants contenant des substances toxiques, un fléau environnemental !

Le CIPRET (*) mène des actions de prévention, notamment avec la Direction de la santé et des affaires sociales (DSAS) et la Direction de la formation et des affaires culturelles (DFAC), dans plusieurs CO, et est présente avec des stands d'information. Il dispose d'un nouvel outil de prévention : l'escape game «Mission Télomère», pour soutenir le développement des compétences psychosociales (gestion des émotions, estime de soi, esprit critique, etc.) et favoriser une vie sans produits nicotiques et les comportements favorables à la santé.

(*) <https://cipretfribourg.ch/2022/06/01/puff-bar-et-autres-e-cigarettes-jetables-le-nouveau-defi-pour-la-prevention/>

L'industrie du tabac influence nos parlementaires

La Suisse se situe en queue de classement des pays d'Europe en matière de réglementation des produits du tabac. Un décalage qui s'explique notamment par des pratiques d'influence des cigarettiers qui minent les efforts de prévention. La Suisse décroche en effet une peu glorieuse 79^e place (sur 80) d'après le nouvel Indice de l'interférence de l'industrie du tabac 2021, devançant de justesse la République dominicaine. Une fois de plus, il apparaît clairement que l'industrie du tabac s'immisce massivement dans la politique suisse afin de pouvoir commercialiser et vendre librement ses produits mortels et nocifs.

Jacques Berset

En savoir plus :

<https://www.at-schweiz.ch/fr/news-media/news?id=88&Indice-de-linterfrece-de-lindustrie-du-tabac-la-Suisse-avant-derniere-au-niveau-mondial>

« Pour les jeunes, consommer des puffs, ce n'est pas fumer. De plus, à cet âge, il faut tester des trucs, défier les adultes, mais après, ils sont pris dans l'engrenage ! »

COURRIELS : LES MODES D'INFECTION LES PLUS COURANTS



Ce mode d'infection se présente principalement sous deux formes : Téléchargement de pièces jointes malveillantes ou Clic sur des liens malveillants inclus dans des courriels.

Commençons par les pièces jointes malveillantes. Un attaquant envoie un courriel en se faisant passer pour une des entreprises légitimes, telles que les offices fédéraux ou entreprises connues (La Poste, Swisscom, entreprises électriques, etc.). Un fichier malveillant y est joint, sous la forme d'un fichier, d'un document Word ou Excel. Le destinataire ouvre la pièce jointe en pensant que le courriel provient d'une source légitime. Une fois le fichier ouvert, la charge utile du virus est automatiquement téléchargée et le processus d'infection du système démarre. Quant aux liens malveillants dans un courriel, il est souhaitable de l'analyser un peu.

Un exemple concret (voir Figure 1) : je reçois un courriel de Swisscom me demandant de sécuriser mon compte suite à une connexion suspecte.

Les liens malveillants contenus dans les e-mails ont le même effet que les pièces jointes malveillantes. Que faire de ce courriel ? Déplacez-le dans la corbeille, puis videz-la !

1. Par courriel : classique mais toujours aussi efficace.

Les criminels à l'origine de vagues de courriels malicieux cherchent, de plus en plus, à diversifier leurs cibles. Ainsi, ce ne sont pas uniquement les utilisateurs de Windows qui sont visés. Ces derniers temps, on a observé différentes vagues cherchant à distribuer des maliciels et ciblant les utilisateurs de MacOs, le système d'exploitation développé par Apple. Il est important de

rappeler que la prudence s'impose pour tous les utilisateurs, quel que soit le système d'exploitation qu'ils utilisent !

En matière de courriel, la règle indispensable à retenir est de ne JAMAIS ouvrir un courriel dont la provenance vous semble suspecte. De plus, il faut savoir qu'aucune entreprise ne vous demandera votre login, mot de passe, code d'accès ou numéro de carte de crédit par courriel.

2. Les virus peuvent aussi se propager en visitant des sites internet malveillants

Chaque jour, des centaines de virus apparaissent. Les antivirus traditionnels nécessitent une mise à jour constante de leur base de données.

En effet, ces antivirus sont incapables de détecter des virus qui ne sont pas encore inscrits dans leur base de données. Les virus sont des codes sophistiqués qui profitent des failles d'un système. Le plus souvent, ils agissent lorsqu'une victime visite un site Web compromis. Le code malveillant est principalement caché dans une image ou une photo qui la (c'est quoi LA? des informations)redirige vers la page de destination du pirate, sans que la victime s'en aperçoive.

3. Comment éviter les dégâts ?

Installez toutes les mises à jour du système d'exploitation et des programmes. Vous voilà devant votre écran et l'une de ces petites fenêtres s'affiche, vous indiquant qu'une fois encore, il vous faut mettre à jour votre PC. - Installer et mettre à jour régulièrement les logiciels

peut sembler fastidieux, mais ignorer ces demandes de mise à jour peut coûter bien plus cher que les quelques minutes qu'elles exigent !

Ces mises à jour ciblent d'importants changements apportés aux programmes, comme la résolution de failles de sécurité et la correction de bogues, ainsi que les dernières fonctionnalités qui améliorent la performance de vos logiciels. Les virus peuvent prendre le contrôle de votre système de différentes façons et apporter toutes sortes de modifications pour le rendre inutilisable, y compris les disques durs externes connectés à votre ordinateur. Les virus visent tout particulièrement les disques durs de sauvegarde et il est donc très important de les déconnecter de votre PC où ils sont hors d'atteinte.

Il existe deux options :

Les sauvegardes en ligne utilisent un service sur le cloud, ce qui peut s'avérer une option pratique. Toutefois, l'utilisation de plus en plus fréquente du cloud risque d'augmenter l'intérêt des criminels à trouver de nouvelles failles.

Les disques durs externes sont une bonne option, car il est facile de les stocker hors ligne, déconnectés de tout ordinateur, et en mettant à jour vos données.

Pierre-Luigi Galli

Version en langue allemande sur le site www.ffr-frv E-Mails : die häufigsten Infiziermethoden

COLLABORATION AVEC LA FÉDÉRATION VALAISANNE DES RETRAITÉS



Une délégation de la Fédération fribourgeoise des retraités (FFR-FRV), composée de notre président sortant Jacques Morel, de Jacques Berset, rédacteur du journal Horizon, et de notre secrétaire Sibylle Aebischer, a rencontré le 11 juillet à Saint-Gingolph Christian Bonvin, co-président de la Fédération Valaisanne des Retraités (FVR-WVR), et Joël Cerutti, rédacteur de Trait d'Union, l'organe de la FVR-WVR paraissant 3 fois par année. Le but: voir dans quelle mesure les deux organes de presse peuvent collaborer.

E-MAILS: DIE HÄUFIGSTEN INFIZIERMETHODEN

1. Durch das E-Mail selber: klassisch aber immer wieder zerstörerisch

Internetkriminelle, die Wellen böswilliger E-Mails auslösen, versuchen zusehends ihre Zielgruppen zu erweitern. So stehen heute nicht mehr nur Windows-Benützer in ihrem Fadenkreuz. In der letzten Zeit hat man vermehrt bössartige Aktionen beobachtet, welche es auf MacOs, also das Betriebssystem von Apple und seine Benützer, abgesehen hatten. Bitte unbedingt beachten: Vorsicht ist für alle Benützer immer notwendig, egal auf welchem Betriebssystem sie arbeiten!

Was die E-Mails selbst betrifft, besteht die unausweichliche Regel darin, NIE ein E-Mail zweifelhaften Ursprungs zu öffnen. Bitte bedenken Sie: Es wird nie ein Unternehmen von Ihnen Ihr Login, Passwort, Ihren Zugangscode oder Ihre Kreditkartennummer per E-Mail verlangen.

Infiziert werden E-Mails hauptsächlich auf zwei Arten: durch Herunterladen bössartiger Attachments oder durch einen Click auf bössartige Links, die im E-Mail selbst lauern.

Fangen wir an mit den böswilligen Attachments (angehängte Dokumente). Der Angreifer sendet ein E-Mail, worin er sich als legitimer Handelspartner ausgibt, wie z.B. ein Bundesamt, die Post, Swisscom oder ein Energie-Unternehmen. Ein Malware (bössartiges Programm, bössartige Software) ist beigefügt in der Form einer beliebigen Datei oder als Word- oder Excel-Dokument. Der Empfänger öffnet das Attachment und denkt, es komme von einem legitimen Absender. Sobald diese Datei

geöffnet ist, wird der Virus kopiert und die zerstörerische Infektion beginnt. Manchmal gibt es bössartige Links im E-Mail, die im Folgenden ein wenig unter die Lupe genommen werden.

Ein konkretes Beispiel: (siehe Abbildung 1): Ich bekomme ein E-Mail von Swisscom, das mir rät, mein Konto abzusichern, nachdem eine gefährliche Verbindung hergestellt worden war.

Bössartige Links in den E-Mails haben die gleiche Wirkung wie bössartige Attachments. Was soll man damit anfangen? Ab damit in den Papierkorb und ihn dann leeren!

2. Die Viren verbreiten sich beim Surfen auf bössartigen Webseiten

Jeden Tag tauchen Hunderte neuer Viren auf. Die existierenden Antiviren-Softwares benötigen eine dauernde Reaktualisierung ihrer Datenbanken. Diese Antiviren-Systeme sind nämlich nicht fähig, Viren zu orten, die sie noch nicht registriert haben. Viren sind komplexe Codesysteme, die sich die Schwächen eines Systems zu Nutze machen. Meistens agieren sie, während ein Opfer eine gefährliche Webseite besucht. Der bössartige Code versteckt sich in einem Bild oder Foto und leitet Informationen an die Piratenwebseite weiter. Das Opfer bemerkt rein nichts davon.

3. Wie kann man Schäden vermeiden?

Installieren Sie alle Up-Dates ihres Betriebssystems und ihrer Software. Da sitzen Sie nun ruhig vor Ihrem Bildschirm und plötzlich tut sich ein kleines Fenster auf und verlangt von Ihnen - einmal mehr!-, dass Sie Ihren

Computer reaktualisieren sollen. Es mag zwar nervenaufreibend sein, Programme einzurichten und regelmässig zu up-daten. Wer jedoch diese Vorsichtsmassnahmen übergeht, kann weit mehr riskieren als die paar zum Up-Date notwendigen Minuten zu verlieren.

Diese Up-Dates haben zum Ziel, wichtige Verbesserungen in den Programmes zu installieren, wie Schwachstellen zu konsolidieren oder Fehler aufzuheben oder die neuesten Funktionen einzufügen, welche allesamt die Software aufwerten.

Viren können Ihr System auf verschiedene Arten unter Kontrolle bringen und jede Art von Veränderungen herbeiführen, die es unbrauchbar machen, inbegriffen die angeschlossenen externen Festplatten, die der Datensicherung dienen. Gerade diese Festplatten zur Aufbewahrung der Daten sind gefährdet, weshalb es sehr wichtig ist, sie vom Computer abzukoppeln und getrennt aufzubewahren. So werden sie unerreikbaar.

Es gibt zwei Wahlmöglichkeiten:

Sicherheitskopien on-line stützen sich auf die i-Cloud, was sehr praktisch ist. Die i-Cloud wird jedoch immer reger benutzt, was die Motivation der Kriminellen, neue Schwachen aufzudecken, zusehends anstachelt.

Unabhängige Festplatten sind eine gute Option. Es ist leicht, sie losgelöst vom Computer und vom Internet aufzubewahren und dabei seine Daten sicher zu horten.

Pierre-Luigi Galli

CHABLAISIENNE DE NAISSANCE MAIS GRUÉRIENNE D'ADOPTION



Françoise Egger, présidente de la section gruérienne de la FFR de 2013 à 2023

Photo Jacques Berset

Vaudoise de naissance mais Gruérienne d'adoption, Françoise Egger habite dans le district depuis 1990. Elle est née le 2 septembre 1944 dans la Chablais vaudois, à Glutières, un hameau de la Commune d'Ollon situé à 773 m d'altitude qui ne comptait à l'époque que 5 foyers. Horizon a rencontré à la Pinte des Colombettes celle qui fut membre de la section de la Gruyère de la FFR dès 2009 et présidente de la section de 2013 à 2023.

L'engagement de Françoise a toujours eu pour objectif d'améliorer la qualité de vie des personnes âgées et de leur proposer des moments de détente et de plaisirs sociaux et culturels, «mais également de défendre leurs intérêts auprès de nos autorités par l'intermédiaire du comité cantonal de la FFR». Elle

poursuit son engagement au sein de la Commission senior+ de la Commune de Vuadens.

Une fille de petits paysans de montagne

Mais revenons à l'enfance de cette fille de petits paysans de montagne, son père étant également forestier. «Il fallait, pour aller à l'école, monter au village de Huémoz, une demi-heure de marche, quatre fois par jour. L'hiver, parfois avec de la neige jusqu'aux genoux. Il fallait aussi aider à la ferme: je gardais les vaches, j'aidais ma maman, mais j'allais aussi aux foins, aux moissons... Dans le village, il n'y avait pas d'autres enfants, à part ma grande sœur, de 4 ans plus âgée, ma petite sœur, plus jeune de 4 ans, et un petit frère, de 9 ans plus jeune. C'était une belle enfance,

entourée par la nature, mais c'était aussi beaucoup de labeur...»

Après la prim-sup à Villars-sur-Ollon, Françoise Egger est partie pour Berne, où elle a fréquenté l'école de commerce pendant trois ans, suivant une formation de sténo-dactylo. «Ensuite je me suis mariée et on s'est installés à Lausanne. J'ai eu 2 filles tout en faisant la comptabilité et le secrétariat de l'entreprise de mon mari, dès 1963. J'ai pris une retraite anticipée en 2008, après avoir travaillé à la préparation de produits sanguins durant 17 ans au Centre de transfusion sanguine à Lausanne, dépendant de la Croix-Rouge Suisse, ainsi que 8 ans à la réception du château de Gruyères. J'étais notamment responsable de l'accueil des visiteurs et de l'organisation des visites guidées, en collaboration avec Raoul Blanchard, le conservateur du château de Gruyères, que j'ai beaucoup apprécié».

Une très riche expérience humaine

Françoise a une très riche expérience humaine: ayant suivi une formation avec Rosette Poletti, spécialiste des soins palliatifs et de l'accompagnement des personnes en fin de vie, elle a accompagné des mourants durant une dizaine d'années. «Cela m'a apporté beaucoup d'ouverture, le dépassement, l'amour du prochain. Une expérience difficile, mais très enrichissante, qui apporte une autre vision de l'être humain».

Bon vent, chère Françoise !

Jacques Berset