





Fédération fribourgeoise des retraités
Freiburgische Rentnervereinigung

<p>7 Le canton n'a pas (encore) de loi sur le logement</p>	<p>13 Der Kanton hat noch kein Wohngesetz</p>	
<p>4 Fribourg: Quelle politique de logement pour les seniors?</p>		<p>8-9 Welche Wohnungspolitik braucht Freiburg für seine Senioren?</p>



FÉDÉRATION SUISSE DES RETRAITÉS (FSR)



Avec les fédérations valaisanne, vaudoise et neuchâteloise ainsi qu'avec Syna, Transfair, le Mouvement chrétien des retraités et Generazione Più, la Fédération fribourgeoise constitue la Fédération Suisse des Retraités (FSR) qui «pèse» environ 30'000 membres. En 2023, suite à plusieurs absences pour cause de maladie et suite à la démission pour cause de santé de Michel Pillonel, cette fédération a été dans l'impossibilité de poursuivre toutes ses activités, au point que notre comité s'est même posé la question d'y maintenir notre appartenance.

L'enjeu n'est pas anodin, puisque c'est par la FSR que notre fédération est membre de la FARES/VASOS, une fédération nationale qui représente environ 130'000 adhérents et

constitue avec l'autre organisation nationale alémanique ASA/SVS le Conseil Suisse des aînés (CSA/SSR). Le CSA/SSR est l'organe consultatif du Conseil fédéral pour les questions liées à la vieillesse. C'est donc par ce biais que nous avons la possibilité d'être présents dans les discussions qui concernent la défense des aînés au niveau national.

Une Task-Force a été désignée pour ressortir des propositions de changements structurels ainsi que les buts et les objectifs nécessaires au bon fonctionnement de la FSR. L'Assemblée générale du mois de juin 2024 devrait être en mesure de prendre les décisions qui scelleront l'avenir de cette FSR.

René Thomet

Die Freiburger Rentnervereinigung bildet zusammen mit den Vereinigungen des Wallis, des Waadtlands und Neuenburgs sowie mit der Syna, Transfair, dem Mouvement chrétien des retraités und Generazione Più die Schweizerische Rentnervereinigung (SRV). Sie zählt rund 30'000 Mitglieder. Im Jahre 2023 konnte diese Vereinigung nicht alle ihre Aktivitäten aufrecht erhalten, weil mehrere Personen wegen Krankheit ausfielen und weil der Präsident Michel Pillonel aus demselben Grund zurücktreten musste. Unser Vorstand stellte deshalb sogar die weitere Mitgliedschaft in Frage.

Da steht nun aber einiges auf dem Spiel, denn unsere Vereinigung ist dank der SRV Mitglied der VASOS/FARES, eines nationalen Verbandes, der etwa 130'000 Mitglieder

zählt und mit der anderen deutschschweizerischen Organisation SVS/ASA den Schweizerischen Seniorenrat bildet (SSR/CSA). Der SSR/CSA ist aber das Beratungsorgan des Bundesrates in Altersfragen. Dank ihm haben wir die Möglichkeit, in den Diskussionen die Interessen der Senioren auf nationaler Ebene zu vertreten.

In der Folge wurde eine Task-Force ins Leben gerufen, um strukturelle Änderungsvorschläge sowie Grob- und Feinziele auszuarbeiten, damit die SRV funktionstüchtig bleibt. So sollte die Generalversammlung im Juni 2024 in die Lage versetzt werden, die zukunftsichernden Entscheide für die SRV zu fällen.

René Thomet

EFFECTIF DES MEMBRES DE LA FFR-FRV JANVIER 2024

Sections: Broye 761; Glâne 466; Gruyère 608; Lac 385;
Sarine 779; Singine 1096; Veveyse 550.

Groupements associés: 2033



Antoinette Badoud (côté romand) et **Heinz Wyler** (côté alémanique) ont été tous deux élus par acclamation à la vice-présidence de la FFR-FRV lors de la séance du comité le 6 décembre 2023. Ils accompagnent le président **René Thomet** dans sa conduite de notre Fédération.

Antoinette Badoud et Heinz Wyler
à la vice-présidence de la FFR-FRV

Photo Jacques Berset

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



DES ROBOTS AIDENT

LES PERSONNES ÂGÉES

Les robots suscitent des craintes chez les uns, des espoirs chez les autres, écrit Bea Heim, présidente de la FARES, la faîtière nationale de coordination des actions des associations de retraité-e-s et des organisations d'entraide. Le site internet robotik-info.ch de l'Institut de recherche sur le vieillissement (IAF) de la Haute école spécialisée de Suisse orientale OST à Saint-Gall montre l'état de développement des robots pour l'assistance aux personnes âgées. Il se concentre sur les robots parce qu'ils suscitent chez les seniors, leurs proches et le personnel soignant craintes et incertitudes, mais aussi de la curiosité. robotik-info.ch propose des informations actualisées de manière neutre et indépendante. Il a été développé en collaboration avec des experts âgés de plus de 65 ans.

Jacques Berset

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 ANNÉE PLEINE D'INCERTITUDES EIN JAHR VOLLER UNSICHERHEITEN



2023 aura amené son lot de problèmes qui ont impacté la vie et surtout le portemonnaie des citoyennes et des citoyens: Guerre en Ukraine qui s'enlise, guerre Israël-Hamas, tempêtes mortelles et inondations, effondrement du Crédit Suisse... Pour certains, les Fêtes n'ont pas eu le même goût que d'habitude. Au moment de formuler les traditionnels vœux, on s'est contenté de se souhaiter une bonne santé. Il était difficile d'imaginer la nouvelle année bonne et heureuse alors que 2024 s'annonce peu féérique, surtout pour les finances des Suisses: Hausse des primes d'assurance maladie, des loyers, de l'électricité, des tarifs de La Poste, des prix des transports, de la TVA qui impactera encore plus les prix des denrées alimentaires et des biens de première nécessité.

Chez nombre de rentier.ère.s la question de la précarité ne s'est jamais posée de façon si frontale et aigüe. Celles et ceux qui avaient à cœur de «se suffire à soi-même sans rien demander à personne» n'en auront malheureusement plus les moyens. Il ne suffira plus d'aller faire ses courses, publicité à la main, pour savoir si c'est plus avantageux d'acheter tel ou tel aliment chez Coop, Migros, Aldi, Lidl ou Denner. Sur le plan politique, nous pouvons nous attendre à ce que certaines questions reviennent sur le tapis concernant les aînés: Limitation dans les prestations de soins pour les aînés ou fin de la solidarité entre générations dans la LAMal, par exemple.

Ainsi, plus que jamais notre Fédération devra se faire l'écho de la préoccupation des retraités et œuvrer pour leur défense. En plus de la situation économique,

d'autres questions mériteront un engagement de notre part: L'emprise galopante du numérique, la coordination des activités proposées par Pro Senectute et par les communes dans le cadre de leur concept Senior+. Plus que jamais, nous nous devons d'être la voix des aînés et les défenseurs de leurs intérêts. En 2024 encore et toujours, les jeunes générations bénéficieront tous de notre entraide et de nos compétences (bénévoles, proches-aidants, transmetteurs de savoir, expériences entrepreneuriales, etc.). L'originalité, la créativité, la proximité et le maintien des bonnes traditions dans nos sections continueront de perpétuer l'idée que, malgré le contexte, la retraite n'est pas synonyme de morosité.

René Thomet

Das Jahr 2023 war eindeutig von Problemen überschattet, welche den Alltag und vor allem den Geldbeutel der Bürgerinnen und Bürger belastet haben: der Ukrainekrieg, der sich festgefahren hat, der Krieg zwischen Israel und der Hamas, todbringende Unwetter und Überschwemmungen, der Niedergang der Credit Suisse. Für viele hatten die Festtage einen ungewohnten Beigeschmack und bei den Neujahrsbotschaften hat man es sehr oft bei den Wünschen zu guter Gesundheit bewenden lassen. Anstands der düsteren Vorzeichen hatte man einige Mühe, sich das neue Jahr 2024 reizvoll und glücklich vorzustellen. Das gilt im Besonderen auch für die Finanzen der Schweizerinnen und Schweizer: Anstieg der Prämien bei der Krankenversicherung, Erhöhung der Mietzinse, der Strompreise, der Posttarife, teurere Fahrkosten bei den ÖV, Aufschlag der Mehrwertsteuer, welche die Lebensmittel und die Güter des täglichen Bedarfs verteuern.

Zahlreiche Rentnerinnen und Rentnern haben das Gespenst der Bedürftigkeit noch nie so direkt und nahe gespürt. Viele lebten bisher nach dem Prinzip „für sich selbst schauen und niemand was schulden“. Das wird leider oft nicht mehr möglich sein. Es wird nicht mehr genügen, mit Werbezetteln in der Hand bei Coop, Migros, Aldi, Lidl und Denner die Regale nach den besten Angeboten zu durchstöbern. Auf der politischen Ebene muss man darauf gefasst sein, dass gewisse Fragen zu den Senioren wieder ins Rampenlicht zurückkehren: z.B. Begrenzung bei den Pflegeleistungen im Alter oder das Ende der Solidarität zwischen den Generationen im Rahmen des Krankenversicherungsgesetzes (KVG).

Mehr denn je muss demnach unsere Vereinigung das Sprachrohr für die Besorgnisse der Rentnerinnen und Rentner sein und sich für ihre Interessen engagieren. Nicht nur Wirtschaftsprobleme, sondern auch andere Bereiche erfordern unseren Einsatz: die fortschreitende Digitalisierung, die Abstimmung der Aktivitäten zwischen Pro-Senectute und den Gemeinden beim Konzept Senior+. Ja, mehr denn je müssen wir uns als die Stimme der Senioren und die Verfechter ihrer Interessen geltend machen. Auch 2024 sollen die jungen Generationen von unserer Hilfe und unseren Fachkompetenzen Nutzen ziehen können, als Freiwillige, betreuende Angehörige, Wissensvermittler, Unternehmensberater, usw.

Originalität, Kreativität, nahes Erleben und Erhalt der Traditionen werden auch bei derzeit erschwerten Umständen die Idee weitertragen, dass das Rentnerleben nichts mit Verdrossenheit zu tun hat.

René Thomet

PRO SENECTUTE FRIBOURG A FÊTÉ SES 100 ANS

Plus de 350 personnes venues de tout le canton – et même de plus loin! – ont participé à la fête des bénévoles et ami·e·s de Pro Senectute Fribourg le 5 décembre 2023 à la Salle des Fêtes de St-Léonard organisée dans le cadre du centenaire de la Fondation, créée à Fribourg en 1923 dans



Pro Senectute Fribourg a fêté ses 100 ans le 30 septembre au Centre sportif du Platy, à Villars-sur-Glâne

Photo Pro Senectute

le sillage de la Fondation «Pour la vieillesse» née en 1917 à Winterthur. La célébration avait pour but de remercier l'ensemble des personnes qui œuvrent - ou ont œuvré - en faveur des seniors dans le cadre de la Fondation.

20% des seniors menacés par la pauvreté

A cette occasion, Pierre Aeby, président du Conseil de Fondation, a rappelé qu'en un siècle, Pro Senectute est devenue une organisation de prestations de services multiples au bénéfice des seniors, «sans jamais oublier cependant d'accorder la priorité aux 20% de la population âgée menacée par la pauvreté et que nous soutenons avec toute notre force et notre savoir-faire». Il a souligné que les activités multiples de Pro Senectute avaient besoin, aux



Fête des 100 ans de Pro Senectute à la Salle des Fêtes de St-Léonard le 5 décembre Photo Jacques Berset

côtés des professionnels, de l'engagement de nombreux bénévoles. «Vous êtes plus de 400 à nous soutenir et à veiller avec nous au bien-être des seniors dans tous les domaines. Nous souhaitons aujourd'hui vous remercier!», a-t-il lancé aux participants à la fête.

Jacques Berset

FRIBOURG: QUELLE POLITIQUE DU LOGEMENT POUR LES SENIORS?

Les autorités fribourgeoises peinent à définir une véritable politique du logement à l'échelle du canton, selon l'Association Romande des Maîtres d'Ouvrage d'Utilité Publique (ARMOUP).

Comment se fait-il que là où d'autres cantons romands ont pris les devants, notamment avec des lois cantonales d'aides au logement, Fribourg n'avance pas, demande l'ARMOUP, qui estime en la matière que «le canton de Fribourg semble paralysé». L'Association était présente au 5^e Forum du logement qui s'est tenu à Fribourg le 6 octobre 2023 sur le thème du «Logement abordable et habitat durable».

Le Conseiller d'Etat Olivier Curty propose des pistes

Recevant Horizon dans son bureau, le Conseiller d'Etat Olivier Curty, à la tête de la Direction de l'économie, de l'emploi et de la formation professionnelle (DEEF), souligne qu'une des clefs du problème est la maîtrise du foncier, qui est cher et rare. Reconnaissant que l'Etat n'a pas encore vraiment de politique foncière active, il estime que c'est d'abord l'affaire des communes, qui sont plus près du terrain et sont plus à même de saisir les occasions qui se présentent pour acquérir des terrains. Les paroisses, propriétaires de terrains, ont également un rôle à jouer.



Le Conseiller d'Etat Olivier Curty

Photo Jacques Berset

«Le logement est un sujet qui préoccupe un grand nombre de personnes âgées et qui nous préoccupe aussi en tant que politique». Et de constater qu'entre 2010 et 2021, les loyers ont

Selon les articles 36 et 56 de la Constitution fribourgeoise en vigueur depuis le 01.01.2005 : Toute personne dans le besoin a le droit d'être logée de manière appropriée. L'Etat et les communes veillent à ce que toute personne puisse trouver un logement approprié à sa situation. L'Etat encourage l'aide au logement, la construction de logements et l'accès à la propriété de son logement.

augmenté de plus de 10%, et que c'est une préoccupation constante relevée dans les deux derniers rapports sur la pauvreté dans le canton de Fribourg (voir encadré ci-dessous). De plus, les coûts du logement sont relativement plus importants pour les classes de revenus modestes. Selon Pro Senectute, près de 15% des personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton ont un revenu équivalent se situant en dessous du seuil de pauvreté défini par la Conférence suisse des institutions d'action sociale (CSIAS).

Analyser au plus près la situation du marché

Avant d'élaborer une loi sur le logement – une interpellation du député socialiste Pierre Mauron a été déposée au Grand Conseil en janvier 2019 -, il faut bien connaître la situation, ce que permet désormais le dispositif mis en place par l'**Observatoire du logement et immobilier Fribourg**, relève le conseiller d'Etat.

«Ce partenariat public-privé nous permet d'analyser au plus près la si-

tuation du marché, et sur la base de ces observations, on peut déterminer une politique du logement. La situation financière des personnes âgées étant très hétérogène, il faut des mesures ciblées».

Le DEEF veut notamment favoriser les coopératives, à savoir les Maîtres d'Ouvrage d'Utilité Publique (MOUP). Olivier Curty remarque que les outils existant au niveau fédéral - fonds de roulement destiné au financement de prêts pour les MOUP - sont encore peu utilisés au niveau cantonal. Le soutien aux MOUP pourrait passer par des exonérations fiscales, l'octroi de cautionnements d'emprunts hypothécaires ou la mise à disposition de terrains à bâtir en droit de superficie (DDP). Et d'évoquer encore l'éventualité d'une politique active si le marché n'était pas en mesure de fournir des logements à loyers modérés, mais il faudrait dans ce cas une base légale qui n'existe pas (encore?). Mais il y aurait aussi une possibilité d'agir sur la législa-

tion de l'aménagement du territoire pour imposer un quota de logements d'utilité publique ou de logements pour personnes âgées dans les grands projets immobiliers ou dans les plans d'aménagement. Ce sont là quelques-unes des pistes.

Jacques Berset

Le logement, intrinsèquement lié à la pauvreté

Le logement est intrinsèquement lié à la pauvreté, puisque les personnes concernées peinent souvent à se loger de façon appropriée et à des prix abordables, note le Rapport 2023-DSAS-76 du 7 novembre 2023 sur la pauvreté dans le canton de Fribourg. Les frais de logement représentent une part importante du budget des ménages, et plus particulièrement encore pour les personnes menacées par la pauvreté.

Une étude commandée par l'Office fédéral du logement sur les contributions financières des services sociaux au coût du logement a démontré que la part du loyer pris en charge a augmenté depuis 2013 d'environ 25% dans le domaine de l'aide sociale et de près de 20% dans le cas des prestations complémentaires.

Une augmentation de plus de 10% en une décennie

Entre 2010 et 2021, les loyers fribourgeois ont augmenté en moyenne de 10,28%. Dans le rapport précédent sur la pauvreté dans le canton de Fribourg (2016), une péjoration de la situation des locataires en raison de la hausse constante des loyers avait déjà été relevée. La tendance s'est poursuivie ces dernières années. En 2022, la consultation sociale de Caritas Fribourg a financé pour plus de 80'000 francs de loyers. Pour les bénéficiaires de Caritas Fribourg, les besoins de soutien en matière de logement sont les plus importants, suivis de près par le financement des primes d'assurance maladie.

Jacques Berset



Nombre d'âinés doivent compter leurs sous Photo Pro Senectute

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

être mobile!
Moyens auxiliaires
Hilfsmittel
mobil sein!



PRO SENECTUTE

www.fr.prosenectute.ch



être entouré!
Tavolata
umgeben sein!

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

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

LE CANTON N'A PAS (ENCORE) DE LOI SUR LE LOGEMENT

A l'occasion du 5^e Forum du logement, le 6 octobre 2023, Jean-Pierre Gauch, président du Groupement des maîtres d'ouvrage d'utilité publique du canton de Fribourg (FRIMOUP), a évoqué les défis de l'établissement d'une coopérative dans le canton de Fribourg. Il a souligné les difficultés d'accès au foncier, notamment pour obtenir un bien-fonds en droit de superficie pour donner accès à des logements à loyers abordables. On a beaucoup construit de logements dans le canton de Fribourg, mais malheureusement très peu dans le segment des logements à loyers abordables.

Le canton n'a pas de loi sur le logement, comme par exemple Vaud, Genève, Neuchâtel ou le Valais. Un canton où l'on ne peut pas imposer dans les projets immobiliers une quote-part de nouveaux logements à loyer abordable « crée une bombe à retardement », peut-on lire dans le numéro 2-2023 de *Habitation*, la revue trimestrielle de l'ARMOUP. Et de souhaiter que le Conseil d'Etat étudie un projet de politique du logement, qui aboutirait si possible à une loi cantonale sur le logement mentionnant les Maîtres d'Ouvrage d'Utilité Publique (MOUP), les logements pour les seniors, les familles à revenu modeste,

les personnes en situation de précarité, « donc la construction de logements à loyer abordable... »

La politique fribourgeoise du logement fait du surplace

Dans *Habitation*, en mars 2016, Pascal Krattinger, alors nouveau chef de section du Service du logement, constatait déjà que dans le canton de Fribourg, la classe moyenne trouvait encore à se loger, en tous cas plus facilement que sur l'arc lémanique. « Et pourtant, il est un segment du marché immobilier qui pose de plus en plus problème (...), c'est celui des logements à loyers abordables. Une partie de la population subit un taux d'effort supérieur à 30% de ses revenus, alors que l'on s'accorde à dire qu'il ne devrait pas dépasser les 25% pour ne pas péjorer le pouvoir d'achat des ménages ».

« En favorisant par exemple la construction de logements d'utilité publique, les collectivités publiques pourraient réguler un tant soit peu les excès du marché libre et spéculatif, et augmenter le nombre de logements à loyers abordables ». Contrairement à certains cantons romands, relève alors Pascal Krattinger (on était en 2016 !), le canton de Fribourg ne s'est pas encore doté d'une loi cantonale sur le logement pour remédier, voire anticiper cette situation ». Depuis cette date et ce constat, la politique fribourgeoise du logement n'a pas beaucoup avancé !

Jacques Berset



Jean-Pierre Gauch, président de Frimoup Photo Jacques Berset

Pour en savoir plus, voir :

www.armoup.ch,
<https://frimoup.ch>,
www.immolab-fr.ch/fr
et www.fr.ch/slog

VAUD: DOUBLEMENT DU NOMBRE DE LOGEMENTS ADAPTÉS AUX PERSONNES ÂGÉES



Exemple de LADA à Epalinges Photo Etat de Vaud

Le canton de Vaud veut doubler le nombre de logements adaptés aux personnes âgées d'ici 2030, dans le but notamment de permettre aux aînés de rester plus longtemps à domicile. Le Grand Conseil a également décidé le 21 novembre 2023 d'accorder des aides financières - indépendamment des revenus - pour adapter le domicile des seniors et le rendre compatible

avec leurs besoins, notamment en cas de handicap. Pour les députés vaudois, une telle mesure représente une économie financière pour l'Etat, évitant pour un temps le placement en EMS.

Face à l'évolution démographique

Le nombre de personnes de plus de 65 ans devrait doubler dans le canton d'ici 2040, a rappelé Rebecca Ruiz,

chefe du Département vaudois de la santé et de l'action sociale (DSAS). A cette date, les plus de 80 ans auront augmenté de près de 70%. Le gouvernement vaudois veut développer les LADA (logements adaptés avec accompagnement social) qui sont une alternative à l'EMS. Ils retardent d'un à deux ans l'entrée en institution, représentant ainsi une économie financière pour l'Etat.

Jacques Berset

En savoir plus :

www.vd.ch/toutes-les-autorites/departements/departement-des-institutions-du-territoire-et-du-sport-dits/news/16412i-logements-adaptes-avec-accompagnement

WELCHE WOHNUNGSPOLITIK BRAUCHT FREIBURG FÜR SEINE SENIOREN?

Die Freiburger Behörden täten sich schwer, eine wirkliche Wohnpolitik auf Kantonsebene zu definieren, sagt die Association Romande des Maîtres d'Ouvrage d'Utilité Publique (ARMOUP), der Westschweizer Verband der gemeinnützigen Bauträger.

„Wie soll man verstehen, dass andere Westschweizer Kantone die Dinge in

die Hand genommen haben, durch kantonale Gesetze zur Unterstützung beim Wohnungsbau etwa, währenddessen Freiburg nicht vorwärts kommt?“, fragt sich die ARMOUP, welche findet, dass der Kanton Freiburg in dieser Sache lahmt. Der Verband nahm am 5. Wohnforum teil, welches am 6. Oktober 2023 in Freiburg unter dem Motto „Erschwinglicher Wohn-

raum und nachhaltiges Wohnen“ stattfand.

Staatsrat Olivier Curty schlägt Wege vor

Staatsrat Olivier Curty, Chef der Volkswirtschafts- und Berufsbildungsdirektion VWBD, empfängt Horizon in seinem Büro zum Interview. Er hebt gleich am Anfang hervor, dass bei



Staatsrat Olivier Curty beim 2. Wohnungsforum Photo Jacques Berset

der Wohnproblematik Preis und Verfügbarkeit des Baugrundes eines der Hauptprobleme darstellen. Er räumt auch ein, dass der Staat noch keine eigentliche Wohnpolitik betreibt und dies eher den Gemeinden überlässt, welche näher an der Sache stehen und besser gewappnet sind, die sich bietenden Kaufgelegenheiten zu nutzen. Auch die Pfarreien spielen eine Rolle, insofern sie Baugrund besitzen.

„Das Thema Wohnen beschäftigt nicht nur eine grosse Zahl betagter Personen, sondern auch uns als Politiker.“, sagt Herr Curty und streicht eine Mietzinszunahme von über 10% zwischen 2010 und 2021 heraus, welche in den zwei letzten Berichten zur Armut im Kanton Freiburg dokumentiert ist und per se ein ständiger Grund zur Besorgnis bleibt (siehe Kasten). Es muss auch gesagt werden, dass die Wohnkosten die Klassen mit niedrigeren Einkommen stärker belasten. Laut Pro Senectute befindet sich das Einkommen von 15% der über 65-Jährigen im Kanton unterhalb der Armutsgrenze, so wie sie die Schweizerische Konferenz für Sozialhilfe (SKOS) definiert.

Die Marktlage sehr genau analysieren

Der sozial-demokratische Grossrat Pierre Mauron hat im Januar 2019 vor dem Grossen Rat für ein Wohnbaugesetz interpelliert. Bevor man ein Wohnbaugesetz erlässt, bemerkt Staatsrat Curty, benötigt man eine genaue Kenntnis der Situation. Diese erfasst jetzt der Wohnungs- und Im-

mobilienmonitor Freiburg durch seine Bestrebungen.

„Diese öffentlich-private Partnerschaft ermöglicht uns eine sehr genaue Analyse der Marktsituation, aufgrund derer sich eine Wohnpolitik definieren lässt. Da sich aber die Senioren in sehr unterschiedlichen Finanzlagen befinden, braucht man auch ganz gezielte Massnahmen.“

Die Volkswirtschafts- und Berufsbildungsdirektion (VWBD) will besonders Verbände fördern, wie die MOUP (Verband der gemeinnützigen Wohnbaugenossenschaften). Olivier Curty bemerkt, dass die eidgenössischen Werkzeuge (Bereitstellung von Betriebskapital zur Finanzierung von MOUP-Krediten) auf kantonaler Ebene noch wenig genutzt werden. Die Unterstützung der MOUP könnte über Steuererlässe, Gewährung von Kautionen bei Hypothekaufnahmen oder Bereitstellung von Baugrund mit Baurecht (SDR) erfolgen. Er hält auch eine proaktive Politik für machbar, wenn der Markt selber keinen Wohnraum zu gemässigten Preisen bereitstellen würde. Die dazu erforderliche Gesetzesgrundlage gibt es im Moment noch nicht. Es gäbe aber auch eine Möglichkeit, auf die Gesetzgebung bei der Raumplanung Einfluss zu nehmen, um für Alterswohnungen oder den gemeinnützigen Wohnraum eine Quote zu bestimmen, wenn es sich um Grossprojekte oder Zonenpläne handelt. Das sind einige der möglichen Pisten.

Jacques Berset

Die Wohnsituation, untrennbar verbunden mit der Armut

Die Wohnsituation ist untrennbar mit der Armut verbunden, haben doch die betroffenen Personen oft Mühe, eine geeignete und bezahlbare Unterkunft zu finden. In der Schweiz machen die Wohnkosten einen grossen Teil des Haushaltsbudgets aus, was bei armutsgefährdeten Personen umso mehr gilt. Eine vom Bundesamt für Wohnungswesen bestellte Studie zu den finanziellen Beiträgen der Sozialdienste an die Wohnkosten zeigt, dass der übernommene Mietanteil seit 2013 in der Sozialhilfe um ungefähr 25 % und bei den Ergänzungsleistungen um fast 20 % gestiegen ist. Dies vermerkt der Bericht 2023-DSAS76 vom 7. November 2023 zur Armut im Kanton Freiburg.

Eine Zunahme von über 10% in zehn Jahren

Zwischen 2010 und 2021 stiegen die Freiburger Mieten durchschnittlich um 10,28%. Schon im vorherigen Bericht wurde aufgrund der stetig steigenden Mietpreise eine Verschlechterung der Situation der Mietenden festgestellt. Dieser Trend setzte sich in den letzten Jahren fort. 2022 hat die Sozialberatung von Caritas Freiburg mit über 80'000.- Franken Mieten finanziert. Bei den Begünstigten der Caritas Freiburg ist der Unterstützungsbedarf im Wohnbereich am höchsten, dicht gefolgt von der Finanzierung der Krankenkassenprämien.

Jacques Berset

Die Artikel 36 und 56 der kantonalen Verfassung, die seit dem 01.01.2005 in Kraft ist, bestimmen: Wer in Not ist, hat Anspruch auf angemessene Unterkunft. Staat und Gemeinden sorgen dafür, dass jede Person angemessen wohnen kann. Der Staat fördert die Wohnhilfe, den Wohnbau und den Zugang zu Wohneigentum.



La BCF souhaite aux lectrices et lecteurs d'HORIZON beaucoup de plaisir dans leurs activités en 2024.

Die FKB wünscht den Leserinnen und Lesern von HORIZON viel Spass bei ihren Aktivitäten im 2024.

bcf.ch
fkb.ch



**Banque Cantonale de Fribourg
Freiburger Kantonalbank**

simplement ouvert - einfach offener

DER KANTON HAT NOCH KEIN WOHNGESETZ

Beim 5. Wohnforum am 6. Oktober 2023 hat Jean-Pierre Gauch, Präsident des Verbands der gemeinnützigen Wohnbaugenossenschaften des Kantons Freiburg (FRIMOUP), die Herausforderungen umschrieben, die mit der Schaffung eines Verbundes einhergehen. Schwierigkeiten gibt es schon, Grundstücke zu finden, besonders solche mit Baurecht, auf denen man Wohnungen zu gemässigten Mietzinsen bauen kann.

Man hat im Kanton Freiburg viele Wohnungen gebaut, aber bedauerlicherweise sehr wenige von denen mit gemässigten Mietzinsen. Der Kanton besitzt kein Wohngesetz, wie zum Beispiel die Waadt, Genf, Neuenburg oder das Wallis. Ein Kanton, in dem man bei Bauvorhaben keine Quote für neue Wohnungen zu erschwinglichen Mietzinsen vorschreibt, bereitet eine Bombe „mit Spätzündung“ vor.

Das steht zu lesen in *Habitation*, dem vierteljährlichen Magazin der ARM-OU (No. 2.2023). Es wird darin auch gewünscht, dass der Staatsrat ein Projekt zur Wohnpolitik vorsieht, welches auf ein Wohngesetz hinausläuft, das die MOUP (den Verband der gemeinnützigen Wohnbaugenossenschaften), Seniorenwohnraum, Familien mit geringem Einkommen, Personen in prekären Verhältnissen miteinbezieht, mit anderen Worten „Bau von Wohnungen zu erschwinglichen Mietzinsen“.

Die Freiburger Wohnungspolitik kommt nicht vom Fleck

In der Märznummer 2016 von *Habitation* stellte Pascal Krattinger, damals neuer Dienstchef beim Woh-



Knappeit an bezahlbarem Wohnraum ist Ursache für Armut Pro Senectute

nungsamt, schon fest, dass die Mittelklasse im Kanton Freiburg leichter Wohnraum finden konnte, als etwa in der Gegend des Genfersees. „Und doch gibt es eine Sparte im Immobiliensektor, wo die Probleme laufend zunehmen, (...) die der Wohnungen zu gemässigten Mietpreisen. Ein Teil der Bevölkerung erleidet eine Belastungsquote für den Mietzins von über 30% des Einkommens, und dabei sollte sie nach gemeinem Gutdünken die 25% Marke nicht übersteigen, wenn die Kaufkraft der Haushalte nicht geschmälert werden soll.“

„Wenn der gemeinnützige Wohnungsbau gefördert würde, könnte die öffentliche Hand einigermaßen die Auswüchse des freien und spekulativen Markts mildern und die Anzahl der Wohnungen zu gemässigten Kosten erhöhen. Im Gegensatz zu gewissen Westschweizer Kantonen hat Freiburg noch kein kantonales Gesetz ausgearbeitet, um diesem Problem entgegenzuwirken oder ihr gar vorzubeugen.“ Im Gegensatz zu einigen Westschweizer Kantonen,

so stellte Pascal Krattinger damals fest (es war 2016!), hat der Kanton Freiburg noch kein kantonales Wohnraumgesetz, um diese Situation zu beheben oder ihr sogar vorzubeugen».

Seit dem Tag dieser Feststellung ist die Freiburger Wohnpolitik nicht viel weiter gekommen.

Jacques Berset

Weitergehende Informationen unter:

www.fr.ch/sites/default/files/2023-11/bericht-2023dsas76--regelmassige-berichte-uber-die-armut-im-kanton-freiburg.pdf

www.armoup.ch,

<https://frimoup.ch/de>,

www.immolab-fr.ch/de

und <https://www.fr.ch/de/vwbd/wa>

ECHO DE NOS AMIS VALAISANS

En 2023, le Valais comptait 17'000 personnes âgées de 80 ans et plus. Ils seront 27'000 en 2030 et 41'000 en 2040, peut-on lire dans l'édition de septembre dernier de la revue *Trait d'Union*, l'organe officiel de la Fédération valaisanne des retraités FVR-WVR.

Dans *Trait d'Union*, Camille-Angelo Aglione, directeur de l'Association valaisanne des EMS (AVALEMS), à la tête de 55 établissements dans tout le Valais (pas loin de 7000 collaborateurs, plus que l'Hôpital du Valais), estime qu'il faut repenser le futur des EMS. La notion d'EMS est en pleine évolution, mais les responsables politiques n'ont pas encore pleinement conscience de leur potentiel, notamment comme lieux de convalescence. En utilisant les ressources des EMS, par exemple pour débiter progressivement une rééducation, on peut décharger les hôpitaux.

L'AVALEMS a été consultée par le canton dans le cadre de la planification des soins longue durée qui va jusqu'en 2030. À cette date, on voit la forte augmentation des personnes âgées de 80 ans et plus. «Ce n'est pas rien! Si cela concernait les enfants, on construirait des écoles. Avec les personnes de 80 ans et plus, par contre, on ne se dépêche pas de bâtir des EMS!» Sans oublier qu'actuellement, il faut faire face à la pénurie de professionnels. «Si vous recrutez une infirmière dans un EMS, vous ne l'avez pas à l'hôpital ou dans les soins à domicile. Nous tous, on se regarde en chien de faïence parce que nous n'avons pas assez de professionnels de soins. Un soignant a une espérance de vie dans le métier de 5 à 7 ans. Il va travailler à peine plus longtemps que le temps qu'il a fallu pour le former. Si on ne fait rien, on court à la perte».



Camille-Angelo Aglione Photo Joël Cerutti *Trait d'Union*

« Nous allons dans le mur »

«Aujourd'hui, avec les ressources en place dont nous disposons, il y a 70% des besoins qui sont couverts. Si on ne fait rien, il y aura 30% de prestations en moins. Les hôpitaux vont se concentrer sur les urgences vitales et vous pourrez courir pour y avoir accès en dehors des heures d'ouverture. Et si cela se passe durant les heures d'ouverture, vous attendrez une journée entière pour être pris. Si vous voulez avoir accès à un médecin, il travaillera à temps partiel, il prendra des vacances et le report des consultations se fera sur l'hôpital. Si vous voulez entrer en EMS il vous faudra être très malade. En 2023, vous avez un mois d'attente. Dans un proche futur, cela pourrait être une année. Les soins à domicile, eux, ne pourront se faire qu'un jour sur deux ou à certaines heures. Il vous faudra bricoler pour avoir accès à des soins informels. Cela sera la réalité si on ne change rien!»

Actuellement, lance Camille-Angelo Aglione, «nous allons dans le mur», mais la situation actuelle n'est pas forcément une fatalité. «On peut voir les choses un peu différemment et se dire qu'en 2030 un quart des Valaisans sera à la retraite. Ils auront techniquement du temps à disposition pour de l'engagement collectif. (...) Nous, professionnels de la santé, devons ouvrir un peu la porte». Constatant que les professionnels de la santé ne sont pas assez nombreux, il faut qu'ils transmettent le plus possible leur savoir à la population.

La politique senior doit aussi partir des aînés

Pour lui, la politique senior doit aussi partir des aînés. Ils doivent être soutenus, recevoir les réponses aux questions posées. «Pour moi, les aînés ont cette capacité de dire ce qu'ils aimeraient, eux. Avant que nous posions un plan, l'important est de savoir leurs envies».

Jacques Berset, avec Trait d'Union

www.fvr-wvr.ch/pdf/tdu-2023-09-85.pdf

VINCENT BRODARD LEITET SEIT DEM 1. JUNI 2023

DAS FREIBURGISCHE ROTE KREUZ

Der Greyerzer Vincent Brodard ist seit dem 1. Juni 2023 der neue Direktor des Freiburgischen Roten Kreuzes. Er übernahm die Funktion von Charles Dewarrat, der nach 24 Jahren in Rente gegangen ist. „Wir stehen der Bevölkerung in jeder Lebensphase nahe, von der Kleinkinderbetreuung und Elternberatung bis zu den Diensten für die Betagten.“, erklärt er Horizon.

Der Direktor des Freiburgischen Roten Kreuzes betont: „Auch andere Organisationen und Institutionen arbeiten in den gleichen Bereichen wie wir, jedoch sind wir nicht Konkurrenten, weil es genug und unterschiedlichen Hilfsbedarf gibt.“ Was Horizon besonders interessiert, sind die verschiedenen Dienste, welche die kantonale Organisation anbietet. Diese „Dienste an die Senioren“ bezwecken ja vor allem deren Verbleib zu Hause. „Der Aufwand an Arbeitsstunden für Transporte und Hausbesuche beträgt etwa 2/3 unserer Tätigkeit“, sagt Vincent Brodard.

„Die Transporte zwischen zu Hause und Pflegeort werden sehr benutzer-

freundlich angeboten. Wir haben etwa 70 freiwillige Fahrer im ganzen Kanton zur Verfügung. Sie begleiten die Personen mit eingeschränkter Mobilität zum Arzt, zur Physiotherapie, aber auch zum Friseur. Spätestens 48 Stunden im Voraus muss eine Fahrt reserviert sein.“

„Das Rote Kreuz verfügt auch über einen **betreute Mahlzeitendienst** für Betagte und Kranke, die zu Hause leben. Die Intervenenten sind eigens im Seniorenbereich ausgebildete Rotkreuzhelfer. Es ist in der Tat sehr wichtig, dass die alte oder kranke Person, die zu Hause lebt, sich gesund, ausgewogen und besonders auch mit Genuss ernähren kann. Zudem findet sie in der Pflegehelferin meistens wertvolle menschliche Nähe.“

„Die Rotkreuzhelfer machen auch **Hausbesuche** bei betagten Personen und möchten damit deren Einsamkeit durchbrechen und soziale Bindungen aufrecht erhalten. Dank diesem Besuchsdienst können freiwillige Personen einsam gewordenen Betagten eine bis zwei Stunden pro Woche Gesellschaft leisten.“

Vincent Brodard erwähnt auch eine kleine Marktlücke, die **Vermietung von elektrischen Pflegebetten** für Behinderte, Betagte und Kranke. „Eine weitere Dienstleistung stellt der **Rotkreuz-Notruf** dar. 900 Abnehmer zählt der Kanton und die Nachfrage steigt. Ein Duzend unserer Freiwilligen sind im Einrichten solcher Anlagen bei den Senioren spezialisiert. Das wird von den Abnehmern sehr geschätzt, denn es ist für sie am Anfang nicht leicht, damit umzugehen. Deshalb nehmen sich unsere Techniker Zeit, die Funktionsweise der Anlage genau zu erklären.“

Der **technische Beratungsdienst** unterstützt Senioren bei der Benützung der neuen Kommunikationsmittel. Freiwillige des Jugendrotkreuzes lehren sie, die Smartphones, Tablets, Computer und andere IT-Medien zu verstehen und korrekt anzuwenden.

Nach dem Leitsatz „Sie unterstützen ihre Angehörigen, wir unterstützen Sie!“ bietet das Rote Kreuz auch einen **Entlastungsdienst für Angehörige** an, um betreuende Angehörige, die sich um eine alte, kranke oder sterbende Person kümmern, zeitweise abzulösen und ihnen Beistand zu bieten. So kann der Helfer seinerseits Zeit für sich nehmen, sich ausruhen, sich anderen Dingen zuwenden und vor allem die Erschöpfung vermeiden.

„Das Rote Kreuz führt im Auftrag des Bundesamts für Sozialversicherungen (BSV) ebenfalls eine **Bedarfsanalyse** durch, welche darin besteht, sicherzustellen, dass die Betagten die ihnen zugedachten Hilfsdienste für das Alltagsleben effektiv kennen“, fügt Vincent Brodard hinzu.

Zu beachten: Die meisten dieser Hilfsdienste existieren schweizweit. Sie werden von den 24 kantonalen Rot-



Vincent Brodard ist seit dem 1. Juni 2023 der neue Direktor des Freiburgischen Roten Kreuzes Photo Jacques Berset

Kreuz-Sektionen getragen, allerdings mit einigen regionalen Besonderheiten.

Und „last but not least“, zu guter Letzt, die **Feste für Senioren** an verschiedenen Orten im Kanton, mit musikalischer oder theatralischer Unterhaltung, Zvieri, und dies alles in einem geselligen und herzlichen Am-

biente. „Diese Feste stehen all denen offen, die einen Nachmittag mit unseren Freiwilligen verbringen möchten: das **Frühlingsfest** in Freiburg, das **Blumenfest** in Bulle, das **Fest der Freundschaft** in Estavayer-le-Lac, das **Chilbi-Zvieri** in Bulle, die **Weihnachtsfeier** in Freiburg... Es gibt eine echte Begeisterung für

diese geselligen Events. Die **Kilbi-Zvieri** in Bulle beispielsweise hat am letzten 10. Oktober 180 Personen angezogen, ein Beweis dafür, dass es solche Zusammenkünfte braucht, weil sie zahlreiche Betagte aus ihrer Einsamkeit herauslösen.“

Jacques Berset

VINCENT BRODARD

Vincent Brodard, 54 Jahre alt und Bürger von Bulle, ist im Kanton Freiburg aufgewachsen. Er hat ein berufliches Aufbaustudium in Betriebswirtschaft an der Hochschule für Wirtschaft Freiburg (HSW-FR) absolviert und besitzt verschiedene Diplome in Erwachsenenbildung. Er war vorgänglich Direktionsmitglied bei der Montreux-Oberland-Bahn (MOB), wo er die Verantwortung für den Personenverkehr trug. Im Moment absolviert er, parallel zur Leitung des Freiburgischen

Roten Kreuzes, eine Ausbildung im Bereich von sozialem Management - ein DAS (Diploma of Advanced Studies) - an der Universität Genf, mit dem Ziel, seine Kompetenzen im Bereich sozialer Gebilde zu verfeinern.

Vincent Brodard ist als eifriger Chorsänger im Kanton bestens bekannt, weil er 1999 und 2019 anlässlich der Winzerfeste in Vevey als vielbeachteter Solist beim Ranz des Vaches auftrat. Den grössten Teil seiner Berufs-

laufbahn verbrachte er ausserhalb des Kantons, wollte dann aber zurückkehren und die Leitung des Freiburgischen Roten Kreuzes übernehmen, die er nun seit mehr als neun Monaten. Die Organisation zählt 20'000 Passivmitglieder, 150 Mitarbeiter und 450 Freiwillige, erarbeitet sich 10 Millionen Jahresumsatz und ist tätig in den Bereichen Gesundheit, Soziales und humanitäre Hilfe.

*Jacques Berset,
trad. Hanspeter Birbaum*

VINCENT BRODARD, DEPUIS LE 1^{ER} JUIN 2023

À LA TÊTE DE LA CROIX-ROUGE FRIBOURGEOISE

Le Gruérien Vincent Brodard est depuis le 1^{er} juin 2023 le nouveau directeur de la Croix-Rouge fribourgeoise. Il a remplacé Charles Dewarrat qui a pris sa retraite après 24 années passées à cette fonction. «Nous sommes présents auprès de la population à toutes les étapes de la vie, des services de puériculture et de consultations parents-enfants jusqu'aux services aux aînés», confie-t-il à Horizon.

Même si d'autres organisations et institutions sont actives dans ces différents secteurs, assure le directeur de la Croix-Rouge fribourgeoise, «nous ne sommes pas en concurrence avec elles, car il y a une diversité de besoins à satisfaire» Ce qui intéresse **Horizon**, ce sont les services qu'offre l'association cantonale aux seniors,

et ces «**Services aux aînés**» ont essentiellement pour but d'encourager leur maintien à domicile. «En volume d'heures, les transports et les visites à domicile représentent les 2/3 de nos activités».

«**L'Offre de transport** – entre le domicile et les centre de soins - est assez spécifique. Nous avons près d'une septantaine de chauffeurs bénévoles dans tout le canton. Ils accompagnent les personnes à mobilité réduite à leur rendez-vous, chez le médecin, le physiothérapeute voire chez le coiffeur. Il faut réserver le transport 48h à l'avance».

La Croix-Rouge dispose également d'un **Service de repas accompagnés** pour les personnes âgées et/ou malades qui vivent à domicile. Les

personnes qui interviennent sont des auxiliaires de santé CRS formées, avec des spécialisations pour les seniors». Il est en effet très important que la personne âgée et/ou malade qui reste à domicile puisse se nourrir correctement, qu'elle s'alimente de manière saine et équilibrée mais surtout qu'elle y trouve du plaisir. C'est également donc un moment de partage entre la personne bénéficiaire et l'auxiliaire Croix-Rouge.

Les bénévoles CRS font des **Visites à domicile**, dans le but de rompre l'isolement des personnes âgées et de maintenir le lien social. Ce service d'accompagnement permet aux personnes que l'âge a isolées de partager des moments d'une à deux heures par semaine en compagnie d'une personne bénévole.

Vincent Brodard mentionne également «un petit marché de niche», la location ou la vente de **Lits électriques** pour des personnes handicapées, âgées ou malades. «Une autre de nos spécialités est **L'Alarme Croix-Rouge**. Nous avons 900 clients sur le canton et cela continue à se développer. Une dizaine de nos bénévoles sont spécialisés dans cette activité et vont installer les alarmes à domicile. Ces visites d'installations sont très appréciées, il n'est pas forcément évident de recevoir un tel appareil chez soi et nos bénévoles prennent le temps d'en expliquer le fonctionnement.

La **Permanence technologique** permet aux seniors d'apprendre à se servir des nouveaux moyens de communication. Ils peuvent bénéficier de l'aide des bénévoles de la Croix-Rouge Jeunesse pour se former afin mieux utiliser et comprendre les smartphones, tablettes, ordinateurs et autres TIC (technologie de l'information et de la communication).

Sur le leitmotiv «Vous prenez soin d'un proche, nous prenons soin de vous!», la Croix-Rouge offre également un **Service de relève**, pour remplacer et soutenir les proches-aidants qui s'occupent à domicile d'une personne âgée, malade et/ ou en fin de vie. Cela permet au proche de prendre du temps pour soi-même, de se repo-

ser et vaquer à d'autres occupations et d'ainsi éviter l'épuisement.

La Croix-Rouge, sur mandat de l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS), assure aussi une **Analyse des besoins**, qui consiste à s'assurer auprès des personnes âgées qu'elles connaissent les prestations qui peuvent les aider dans leur quotidien, poursuit Vincent Brodard.

A noter que la plupart de ces prestations existent sur tout le territoire suisse et sont offertes par les 24 Croix-Rouge cantonales de notre pays, avec quelques spécificités régionales parfois.

Last but not least, - ou plutôt en français: dernier point mais non le moindre,

les **Fêtes pour les aînés** dans différents lieux du canton, avec au programme animation musicale ou théâtrale, goûter, le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale. «Les fêtes sont ouvertes aux aînés désirant partager un après-midi en compagnie de nos bénévoles: **Fête du Printemps** à Fribourg; **Fête des Fleurs** à Bulle; **Fête de l'Amitié** à Estavayer-le-Lac; **Goûter de Bénichon** à Bulle; **Fête de Noël** à Fribourg... Il y a un vrai besoin pour ces moments de partage. La Bénichon à Bulle, le 10 octobre dernier, a attiré quelque 180 personnes, preuve de la nécessité de telles rencontres, qui sont attendues, parce qu'elles sortent nombre de personnes âgées de leur isolement! »

Jacques Berset



Vincent Brodard est depuis le 1^{er} juin 2023 le nouveau directeur de la Croix-Rouge fribourgeoise Photo Jacques Berset

VINCENT BRODARD

Agé de 54 ans, citoyen de Bulle, Vincent Brodard a grandi dans le canton de Fribourg. Il a fait une formation postgrade en gestion d'entreprise à la Haute Ecole de Gestion (HEG) de Fribourg et a plusieurs titres en formation d'adultes. Il était auparavant membre de la direction de la Compagnie du chemin de fer Montreux Oberland bernois (MOB) où il occupait la fonction de responsable voyageurs. Actuellement, il suit, en parallèle à la direction de la Croix-

Rouge fribourgeoise, une formation dans le domaine du management des institutions sociales – un DAS (Diploma of Advanced Studies) – à l'Université de Genève, dans le but d'affiner sa connaissance du dispositif social.

Vincent Brodard, qui pratique notamment le chant choral, est bien connu dans le canton pour avoir été l'un des solistes du Ranz des vaches lors des deux dernières Fêtes des vigneron, en 1999 et 2019. Après avoir passé la ma-

jorité de sa vie professionnelle hors des frontières cantonales, il a souhaité y revenir pour s'engager à la Direction de la Croix-Rouge fribourgeoise. Il dirige depuis plus de neuf mois une institution qui réunit plus de 20'000 membres passifs et compte 150 collaborateurs ainsi que 450 bénévoles, avec un chiffre d'affaires de 10 millions de francs, active tant dans les secteurs de la santé, du social que de l'humanitaire.

Jacques Berset

LA GLÂNE A UN CONCEPT GLOBAL POUR LES SENIORS

Afin de relever le défi de l'augmentation du nombre de personnes âgées, toutes les communes de la Glâne se sont unies pour élaborer un «Concept régional Senior+» et mettre en place leur politique dans ce domaine. Les premières mesures sont attendues ce printemps.

L'évolution du nombre de retraités est exponentielle, présentant un défi démographique considérable, en Glâne comme dans le reste du canton. En 2021, le district comptait 3'820 retraités; ils seront 6'400 en 2035. Face à cette évolution, le Réseau santé de la Glâne (RSG) a intégré toutes les communes dans un projet commun, en y associant également Pro Senectute.

Engagement d'un animateur socioculturel

Dans le but de pouvoir identifier les besoins et les attentes, différentes démarches participatives ont été menées: une enquête par questionnaire a été réalisée au mois de juin 2022, un «world café» avec les personnes de plus de 60 ans, un autre avec tous les professionnels-le-s et bénévoles actifs dans le district et impliqués dans la promotion du bien-être des seniors. Pour pérenniser le concept, le «Groupe de travail Senior+» du RSG s'est transformé en «Commission Senior+ de la Glâne». Cette commission, composée de repré-

sentants des communes issus des quatre différentes régions géographiques de la Glâne, de représentants d'organisations de retraités ainsi que d'une représentante des soins à domicile, sera administrée par la direction du RSG avec le soutien des experts de Pro Senectute Fribourg.

Dès le 1^{er} avril, un animateur socio-culturel (ASC) va parcourir la Glâne dans le but de développer des activités et des rencontres, ainsi que de coordonner celles déjà organisées par les communes. L'animateur devra aussi formaliser la collaboration avec des groupes actifs pour les aînés et la Fédération des retraités de la Glâne. Cette dernière organise par exemple des après-midis récréatifs, des thés dansants ou des lotos. Des «cafés blabla» vont voir le jour à Rue. «Cela permettra aux gens de discuter de thèmes variés, relève Fernande Romanens, déléguée Pro Senectute Glâne et membre du Conseil de Fondation de Pro Senectute. (voir ci-dessous son billet **Arnaques chez les Seniors**)

«Tables de bistrot»

Il s'agit notamment de soutenir le lancement d'un réseau de «Tables de bistrot» - des seniors mangent ensemble - en collaboration avec les restaurants et les tables d'hôtes locales, ainsi que

d'organiser des séances d'information sur la thématique du logement et/ou recenser dans une brochure/flyer toutes les informations nécessaires pour adapter son logement.

Le «Concept régional Senior+» vise la coordination entre les actions locales existantes (professionnelles ou bénévoles), une meilleure diffusion des aides financières et administratives, la recherche de solutions complémentaires et flexibles pour les transports privés, ou encore une campagne régionale de promotion de la santé.

Un accent particulier sera mis sur la communication. Une plateforme (www.infosensor.ch), ainsi qu'une brochure, recenseront toutes les prestations du district. Les personnes moins à l'aise avec l'informatique auront l'occasion d'être renseignées via des rencontres et des conférences. Il s'agit aussi de chercher à intéresser les aînés qui peinent à sortir de chez eux et qui sont, parfois, victimes d'un isolement néfaste pour la santé.

Jacques Berset

www.sante-glane.ch/news/les-communes-de-la-gl%C3%A2ne-lancement-ensemble-leur-politique-senior



Réseau
Santé Glâne

L'ANTRE DES DRAGONS FASCINE LES RETRAITÉS DE LA GLÂNE



C'est sous la conduite experte de Jacques Sottas, guide bénévole lui aussi retraité, qu'une cinquantaine de membres de la section glânoise de la Fédération Fribourgeoise des Retraités (FFR) ont pénétré le 8 novembre dernier dans l'antre des dragons, à savoir la superbe BCF Arena, où le Hockey Club Fribourg Gottéron fait vibrer le cœur des Fribourgeois depuis des lustres.

Jacques Sottas, longtemps membre du conseil d'administration et responsable de la sécurité du HC Fribourg-Gottéron (HCFG), et Jakob Lüdi, qui fit partie de la ligne de parade du HCFG lors du match de la promotion en Ligue nationale A contre Zurich – il y marqua 2 buts – ont guidé les retraités glânois dans les arcanes de la BCF Arena. Cette dernière fut appelée Patinoire Saint-Léonard jusqu'en 2010. Et Jacques Sottas

de rappeler que c'est l'ascension en Ligue nationale A en mars 1980 qui avait contraint l'équipe née dans le quartier de l'Auge, en Basse-ville, à se déplacer sur le Plateau d'Agy, au grand dam des fans de la Basse. Dans les années 1930, des ados de la Basse s'entraînaient déjà l'hiver sur la glace des étangs de la pisciculture de la vallée du Gottéron. C'est en 1938 que le club fut officiellement admis au sein de la Ligue suisse de hockey sur glace après que le club se fut donné des statuts. Au terme de la saison 1952-53, l'équipe fribourgeoise parvint pour la première fois à rejoindre la LNB.

La nouvelle patinoire a triplé de volume

Depuis 1980 en Ligue nationale A, le HCFG est en Suisse le club qui est resté le plus longtemps dans la plus haute Ligue, précise Jacques Sottas. Et son premier match dans la nouvelle patinoire aura lieu au début de la saison 1982-83. Elle sera rénovée de septembre 2018 à septembre 2020. Son nouveau toit est recouvert de 3'770 m² de panneaux solaires, dont l'énergie est utilisée par



L'antre des dragons fascine les retraités de la Glâne Photo Jacques Berset

les quatre bâtiments du site. Après de nouveaux aménagements, la nouvelle BCF Arena peut dès novembre disposer de 9'075 places, avec une nouvelle terrasse. Suite à la rénovation, la patinoire a triplé de volume, soit 215'000 m³. Au total, près de 100 millions de francs ont été investis, dont la moitié par des privés, pour ce nouvel écrin. En moyenne, note Jacques Sottas, à chaque match, 6'000 litres de bière sont consommés. Mais avec 9'000 litres de bière dans les citernes, il reste de la marge, même si les fans de Gottéron sont connus pour leur grande soif... de victoires !



Après avoir visité durant 1h30 tous les étages et les quatre coins de la patinoire, les participants à cette véritable excursion dans les coursives du bâtiment - des locaux des joueurs jusqu'aux galeries supérieures en pas-

sant par les quatre restaurants et les loges VIP - ont terminé la matinée au SportCafé, avec une fondue à la clef. A la grande satisfaction du président des Retraités de la Glâne, Jean-Jo

Raemy, enthousiaste, lui qui joua aussi au hockey dans sa jeunesse. «Vraiment en amateur», tient-il à préciser.

Jacques Berset



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

LE COIN SANTÉ

Ce n'est pas anodin de perdre du poids quand on est une personne âgée. Les seniors doivent tout faire pour éviter la diminution de la masse musculaire - et par conséquent de la force **musculaire** - qui est liée à l'**âge**. Conséquences : des actes de la vie quotidienne deviennent toujours plus difficiles, comme marcher, se lever d'une chaise, porter une petite charge, voire se préparer à manger.



Le coin santé avec Anne-Catherine Barras, médecin-responsable de la nutrition à l'HFR Photo Jacques Berset

«On peut ralentir le processus de vieillissement en mangeant mieux». Anne-Catherine Barras, médecin-responsable de la nutrition à l'HFR, indique que les seniors ont besoin de manger plus de bonnes choses, avec plaisir. Il faut surtout éviter la dénutrition. Dans sa conférence à l'assemblée des délégués de la FFR le 21 juin 2023 à Le Pâquier, elle a insisté : il faut tout faire pour éviter la diminution de la masse musculaire. **Ce phénomène est lié à l'âge et porte un nom : la sarcopénie.**

«Quand on prend de l'âge, on a effectivement tendance à perdre du muscle. C'est un processus physiologique, donc c'est un processus normal de vieillissement, mais c'est catastrophique pour la personne âgée», affirme-t-elle. Pour ralentir la perte de muscle, il faut privilégier en particulier les protéines : viande, produits laitiers, œufs, légumineuses (lentilles, soja...). Il faut naturellement manger sainement de tout pour avoir les vitamines, mais cette partie de protéines est essentielle pour la personne âgée pour diminuer la perte de muscle, car le muscle permet de bouger, d'éviter de tomber, d'être malade. «Quand on est dénutri, il y a plus de risques, d'avoir des infections, des escarres,

une fragilisation osseuse, des difficultés de récupérer après une maladie. Il faut compenser la perte de poids, ne pas se laisser entrer dans la spirale de la dénutrition, car il est difficile d'en sortir». La dénutrition fragilise, diminue les défenses naturelles et augmente le risque d'infection, diminue la force musculaire et la mobilité, augmente les complications médicales et chirurgicales et ralentit la guérison d'une maladie curable.

«Il ne s'agit pas forcément de manger plus, mais surtout d'éviter de perdre du poids... De plus, il faut manger des protéines pour faire du muscle, mais le muscle, on ne le fera pas si on ne bouge pas !»

Jacques Berset

Voir :

<https://www.fr.ch/sante/prevention-et-promotion/promotion-de-la-sante-et-prevention/alimentation-et-mouvement-des-seniors-de-65-ans-et-plus>

<https://www.hepa.ch/fr/bewegungsempfehlungen.html#ui-collapse-422>

MEDIZINISCHE BERATUNG

Als betagte Person Gewicht verlieren ist nicht belanglos. Senioren müssen alles daran setzen, bei zunehmendem Alter keine Muskelmasse und damit keine Muskelkraft zu verlieren. Sonst erwarten sie selbst bei alltäglichen Betätigungen wie gehen, sich von einem Stuhl erheben, kleine Lasten tragen, ja sogar beim

Zubereiten des Essens neue Schwierigkeiten.

„Mit einer besseren Ernährung kann man den Alterungsprozess verlangsamen“. Anne-Catherine Barras, Chefärztin im Kantonsspital Freiburg, Abteilung Ernährungsberatung und Diätetik erklärt, dass Senioren

mehr, besser und mit Genuss essen sollten. Unterernährung muss tunlichst vermieden werden. In ihrem Vortrag an der Delegiertenversammlung der FRV am 21. Juni 2023 in Le Pâquier hat sie mit Nachdruck beteuert: **„Man muss alles tun, um dem bekannten Phänomen des Muskelabbaus, genannt Sarkopenie, vorzubeugen“.**

„Bei zunehmendem Alter hat man in der Tat Tendenz, Muskelmasse zu verlieren. Das ist ein physiologischer Vorgang, der beim Altern ganz normal auftritt, aber es ist schlimm für die betroffene Person - „catastrophique“ mit ihren Worten. Um den Muskelabbau zu hemmen, muss man besonders Proteine bevorzugen: Fleisch, Milchprodukte, Eier, Hülsenfrüchte (Linsen, Sojabohnen). Körperliche Betätigung gehört aber genauso dazu. Man muss ausgewogen und gesund essen, um genügend Vitamine einzunehmen, wesentlich kommt aber bei der betagten Person auch die Zufuhr von Proteinen hinzu, um dem Abbau der Muskeln entgegenzuwirken, denn sie fördern Beweglichkeit, verhindern Stürze und Krankheit.

„Wenn jemand unterernährt ist, erhöhen sich die Risiken von Infektionen, Wundliegen, Knochenbrüchig-

keit, schwierigere Genesung nach einer Krankheit. Man muss Gewichtsverlust wettmachen, man darf nicht in den Teufelskreis der Unterernährung eintreten, denn es ist schwer, ihm wieder zu entkommen. Er macht gebrechlich, verringert die Widerstandsfähigkeit und erhöht das Infektionsrisiko, verringert Muskelkraft und Beweglichkeit, erhöht chirurgische und medizinische Nachwirkungen und verlangsamt den Heilungsprozess bei heilbaren Krankheiten.

„Man muss ja nicht unbedingt mehr essen, es geht besonders darum, kein Gewicht zu verlieren. Dazu muss man Proteine einnehmen, um Muskeln aufzubauen und man braucht Bewegung, denn ohne Bewegung wird sich kein Muskel bilden!“

Jacques Berset

Weitere Informationen unter:

<https://www.fr.ch/sante/prevention-et-promotion/promotion-de-la-sante-et-prevention/alimentation-et-mouvement-des-seniors-de-65-ans-et-plus>

<https://www.hepa.ch/fr/bewegungsempfehlungen.html#ui-collapse-422>





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 FUNÉBRES

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

LA MÉDIATION POUR APAISER LES CONFLITS AUTOUR DES RÉSIDENTS EN EMS

Formé dans le tourisme et l'administration, actif pendant trois ans dans l'événementiel sportif, notamment au Moyen-Orient, Joël Reinhard, durant son travail et ses voyages, a été confronté à différentes cultures et diverses façons de penser. «Se mettre à la place de l'autre... avec le recul, confie-t-il, c'est certainement cela qui m'a amené à m'intéresser à la médiation».

L'habitant de Neyruz a obtenu à l'Université de Fribourg, en juin 2023, un CAS (Certificate of Advanced Studies) en médiation. Dans le cadre de cette formation, il a rédigé un travail de diplôme intitulé «La médiation pour apaiser les conflits autour des résidents en EMS – état des lieux et perspectives dans le canton de Fribourg». C'est en échangeant avec Florence Studer, responsable du CAS et elle-même médiatrice, que Joël Reinhard s'est intéressé à la problématique des conflits dans et autour des EMS. Il vient d'ouvrir son propre espace de médiation.

Il estime que la médiation mérite d'être mieux connue, car elle peut permettre d'apaiser des situations conflictuelles où tout le monde souffre. Comme dans d'autres secteurs de la santé, de nombreux résidents d'EMS et leur famille, quand il y a des difficultés – qualité de la nourriture, des soins, etc. -, ont peur d'en parler. Ils craignent qu'en se plaignant la situation ne se péjore, à cause notamment de l'asymétrie relationnelle entre l'institution et ses résidents et leur famille.



La médiation pour apaiser les conflits autour des résidents en EMS avec Joël Reinhard Photo Jacques Berset

Situations de souffrance

«Pourquoi autant de personnes, dans mon entourage proche ou lointain, vivent-elles une situation de souffrance en lien avec un proche qui réside dans un établissement médico-social (EMS)? Pourquoi ces institutions qui ont pour but d'accompagner les personnes âgées durant leurs dernières années de vie sont-elles un terrain conflictuel aussi fertile?» C'est à partir de ces questionnements personnels qu'est née la volonté de Joël Reinhard de consacrer ce travail à cette thématique.

La fin de vie, source de vives émotions

La fin de vie est un sujet parfois difficile à aborder et source de vives émotions. Résider en EMS est un chemin que choisissent certaines personnes âgées ou leurs proches, mais cela n'est pas la seule option possible. L'aide et les soins à domicile ont un lien très étroit avec cette thématique, car certains conflits trouvent leur source

déjà bien avant l'entrée en EMS du résident, souvent à l'apparition de la perte d'autonomie des personnes âgées, note-t-il. L'entrée en EMS fait ressurgir des conflits qui n'avaient pas été réglés avant au sein de la famille. L'étude traite également des conflits entre résidents et/ou proches et l'EMS et les conflits entre les institutions, essentiellement entre EMS et hôpital.

Citant Muriel Gailhac Rousset, directrice des soins au sein du Réseau Santé de la Sarine, il remarque aussi qu'une source majeure des conflits survenant entre les collaborateurs des EMS et les résidents ou leurs proches réside dans le niveau de formation des collaborateurs, relevant que plus de 55% des personnes travaillant en EMS n'ont pas de formation et viennent souvent de cultures très différentes. Face aux problèmes potentiels, il propose la médiation comme instrument de résolution des conflits et fait des suggestions. Parmi les différentes personnes interrogées dans le cadre de son tra-

vail, «la perspective de proposer une structure de médiation étatique semble bien accueillie». Président de la Commission d'éthique de l'AFISA, Daniel Pugin est d'avis qu'un tel service devrait être porté par la Direction de la santé et des affaires sociales (DSAS) du canton de Fribourg. Cela induirait davantage de neutralité et permettrait d'obtenir un volume nécessaire de cas à traiter en s'adressant également au domaine hospitalier. Ce service pourrait fonctionner sur un modèle similaire au Bureau cantonal vaudois de médiation dans le domaine de la santé et du handicap (BCMSS) ou encore à

l'Ombudsman de la santé et des institutions sociales du canton du Valais.
Affaire à suivre...

Jacques Berset

Enquête sur le terrain

L'auteur a pris le pouls de la problématique directement sur le terrain, au plus près des personnes concernées, rencontrant des infirmières - directrice des soins ou coordinatrice des lits EMS – des directeurs d'EMS (en activité ou retraité), des assistantes sociales, la Commission d'éthique de l'Association Fribourgeoise des Ins-

titutions pour Personnes Âgées et de l'aide et des soins à domicile (AFISA), le Bureau cantonal de médiation santé et social (BCMSS) du canton de Vaud, la Consultation sociale de Pro Senectute Fribourg, le médiateur de Pro Senectute du canton de Berne, ainsi que la Commission de surveillance des professions de la santé et des droits des patients et patientes du canton de Fribourg.

Voir Joël Reinhard
Médiation/Espace d'écoute
<https://joelreinhard.ch>

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

AVEC PIER-LUIGI , CHEMINER EN RAQUETTE À NEIGE DANS UN DÉCOR FÉERIQUE

Véritable bol d'oxygène, la raquette à neige permet de libérer l'esprit et de contribuer au maintien d'un moral au beau fixe tout en observant la nature recouverte d'un manteau blanc et admirer l'impressionnant univers montagneux. Distrayante et pouvant se pratiquer presque partout avec peu de matériel, la raquette à neige est une activité complète. Elle permet de renforcer sa musculature et d'améliorer sa santé cardio-vasculaire sans oublier qu'elle renforce l'équilibre et la coordination des mouvements.

Une activité complète

Il est 9h du matin et le soleil commence à réchauffer l'air froid de l'hiver. Nous nous préparons pour notre journée de raquette à neige en enfilant nos vêtements chauds et en attachant nos raquettes à nos pieds.

Nous partons en direction de la forêt, nous avons pu nous émerveiller devant la vue magnifique de ces arbres recouverts de neige. Nous respirons l'air pur de la montagne et admirons la vue sur les sommets enneigés. Le silence de la nature n'est rompu que par le bruit de nos pas et le craquement de la neige sous nos raquettes.



Avec Pier-Luigi , cheminer en raquette à neige dans un décor féerique

Photo Pier-Luigi Galli

Afin de ne pas perturber la faune et de respecter les zones protégées, nous suivons les chemins balisés d'été. Il faut aussi évaluer les dangers en matière d'avalanche.

Nous continuons de grimper pour atteindre notre destination, à savoir un chalet avec une vue imprenable sur les alentours. La montée est un peu plus difficile que prévue, mais l'effort en vaut la peine. Nous faisons une pause pour piqueniquer et sortons les sandwiches et boissons de notre sac à dos. Nous profitons de ce moment de calme pour admirer le paysage et

nous reposer un peu tout en prenant des photos et en admirant le panorama qui offre de superbes vues sur les sommets environnants.

Le soleil commence à disparaître derrière les montagnes et il est temps de rentrer. Nous retraçons notre chemin en repassant par les endroits où nous avons laissé des marques dans la neige. Nous arrivons à notre point de départ un quelque peu fatigués, mais heureux d'avoir passé une journée merveilleuse en pleine nature.

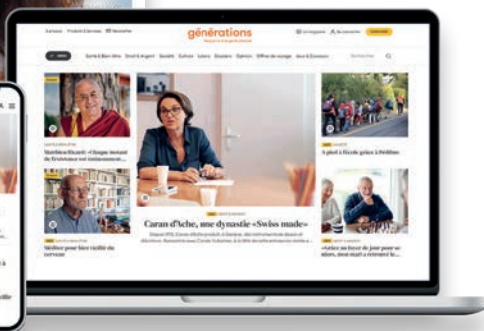
Pier-Luigi Galli



Photo Jacques Berset

Muni du brevet ESA, Pier-Luigi Galli organise des sorties pour Pro Senectute depuis 2006. Il emmène des groupes de 12 à 18 participants dans les Préalpes fribourgeoises. L'endroit des sorties est fixé en tenant compte de la neige, des conditions climatiques et d'avalanches. Le profil des courses : 400m dénivelé positif, 4h00 de marche. Lien internet : <https://plgalli.com/montagne/montagne.htm>

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



VOS AVANTAGES ABONNÉS :

- 11 numéros par an
- Hors-séries et dossiers thématiques
- Éditions numériques (E-paper)
- Tous les contenus en ligne
- Près de 90 pages de jeux par an
- Des concours chaque mois
- Des voyages en Suisse et à l'étranger*

* prix préférentiels pour les abonnés

Offre
spéciale



POUR LES MEMBRES DE LA FFR

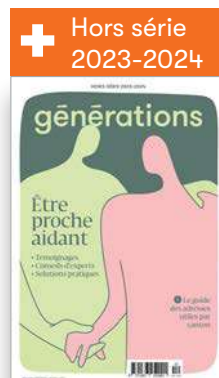
1 an pour Fr. 76.- Fr. 58.-

2 ans pour Fr. 134.- Fr.

www.generations-plus.ch/club-abo

code promotion: **FFR-24**

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



généralions

VOTRE AVENIR EN QUESTIONS ET EN RÉPONSES

Magazine romand indépendant, depuis 1970

VIOLENCES DE COUPLE CHEZ LES SENIORS EN SUISSE

La violence de couple touche au moins 1 femme sur 5 en Suisse. Les hommes peuvent aussi en être victimes. Il est souvent difficile de parler de la violence de couple, surtout quand s'ajoutent des difficultés liées à l'âge et au passage à la retraite. La honte, le sentiment de ne rien pouvoir faire et la peur des conséquences peuvent empêcher de demander de l'aide.

Ce n'est pourtant pas une fatalité! Les solutions d'aide sont nombreuses. Les statistiques montrent cependant que les seniors sollicitent peu les ressources d'aide en cas de violences domestiques (centres LAVI, consultations de médecine des violences, maisons d'accueil d'urgence, police, etc.). On observe par ailleurs que les campagnes de prévention sur la violence dans le couple mettent très rarement l'accent sur les personnes de 64 ans et plus, alors qu'elles représentent aujourd'hui près de 20% de la population suisse. Cette double sous-représentation participe à l'invisibilité de cette problématique.

Un projet national de recherche

Face à ces constats, un projet national de recherche appliquée «Prévention de la violence dans les couples âgés (VCA): étude et développement de matériel de sensibilisation» (2022-2024) (voir: www.ecolelasource.ch/projet-vca) vise à améliorer la prévention de la violence de couple chez les seniors en Suisse par

- une meilleure compréhension de ces situations et de la collaboration entre les réseaux professionnels liés aux violences domestiques et ceux en lien avec l'aide et les soins aux personnes âgées.
- l'élaboration, la réalisation et la diffu-



Source: <https://vieillesesansviolence.ch>

sion de matériel de sensibilisation dans le cadre d'une campagne nationale lancée en décembre 2023 (flyer, affiche, courtes vidéos et manuel pour les professionnel/les téléchargeables sous www.vieillesesansviolence.ch). Ce projet a été conduit par la Haute Ecole de la Santé La Source (HES-SO), le **senior-lab** et le Centre de compétence national **Vieillesse sans violence**.

Jacques Berset

Il est souvent difficile de parler de la violence de couple, surtout quand s'ajoutent des difficultés liées à l'âge et au passage à la retraite. La honte, le sentiment de ne rien pouvoir faire et la peur des conséquences peuvent

empêcher de demander de l'aide. Ce n'est pourtant pas une fatalité! Les solutions d'aide sont nombreuses. Elles tiennent compte des différents besoins et souhaits des personnes concernées. Vous êtes témoin d'une situation de violence ou directement concerné-e? Le Centre de compétence Vieillesse sans Violence est là pour vous écouter et vous orienter. 0848 00 13 13 (appel tarif local) info@vieillesesansviolence.ch, www.vieillesesansviolence.ch. La consultation est gratuite et confidentielle. L'anonymat est possible

Jacques Berset

Siehe auf Deutsch: <https://alterohne-gewalt.ch/>

Voir les vidéos

<https://youtu.be/xzHHhHU5XkE?si=nLDtCYL4M4gA58mZ>
https://youtu.be/CH7aqYg0a1M?si=UaGX_HHdEdLGz0h5
https://youtu.be/_szwKD_x4TE?si=eGDKPUsMjHvuKijM

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**



ARNAQUES CHEZ LES SENIORS

Assistante sociale retraitée, ancienne directrice de l'École professionnelle Santé-Social (ESSG) de Grangeneuve, Claire Rœlli se considère plutôt bien informée et vigilante face aux escroqueries en tout genre qui pullulent sur internet.

«Et pourtant, je me suis fait avoir... Je m'explique : mon abonnement Netflix est débité automatiquement de ma carte de crédit. Un samedi, je reçois un e-mail de Netflix m'informant que mon compte est bloqué car les données de ma carte de crédit ne sont pas à jour. On m'invite donc à les corriger. Je m'exécute en cliquant sur le lien proposé.



Arnaques chez les Seniors avec Claire Rœlli Photo Jacques Berset



Arnaques chez les Seniors avec Fernande Romanens Photo Jacques Berset

Le lendemain – un dimanche – je reçois un appel téléphonique d'un soi-disant collaborateur de Viseca, qui commence fort aimablement par s'enquérir de ma santé avant de me demander si j'ai fait la veille des transactions avec ma carte, notamment en lien avec Netflix. Je confirme. *'Alors dans ce cas, et afin d'éviter rapidement un risque d'abus toujours possible sur internet, il faut immédiatement la bloquer'*. L'interlocuteur me propose généreusement son aide en me demandant d'allumer mon PC.

Ma flemme dominicale me pousse à refuser. Il me propose alors de régler la situation en m'envoyant un lien par sms. Un peu méfiante, je refuse. Il insiste si lourdement que je commence à comprendre qu'il s'agit très probablement d'une tentative d'arnaque... J'ai appris par la suite que ce clic sur un lien envoyé par sms aurait pu me coûter très cher. Le seul réflexe à adopter si l'on pense avoir été victime d'une arnaque est d'appeler l'organisme bancaire qui gère la carte de crédit pour la faire bloquer.

Les arnaques sont de plus en plus crédibles. Les escrocs offrent une image de sérieux, que ce soit en ligne ou au téléphone. En en parlant autour de moi, je me suis rendu compte que beaucoup de personnes sont victimes de ce genre d'agissements. Communiquer sur le sujet est la meilleure prévention possible et partager nos expériences permet d'augmenter le seuil de vigilance de toutes et tous.

PS : un petit sourire victorieux lorsque j'ai effacé un deuxième mail de 'Netflix' reçu peu après».

Quand le téléphone sonne à midi ou le soir, et que vous ne connaissez pas le numéro du portable ou du fixe, prudence ! Raccrochez au plus vite ! De plus en plus de personnes sont concernées, touchées ou victimes d'arnaques par téléphone, par message ou via Facebook. Les malfrats deviennent redoutables et de plus en plus de méthodes sont mises en place pour nous faire douter ou même nous faire tomber dans leur piège.

Un message **«Maman rappelle-moi, mon téléphone est cassé»** en un seul appel nous demandant de l'argent. Par peur pour notre enfant, nos proches, nous pouvons nous faire avoir.

Un appel **«Bonjour, c'est votre banque. Quelqu'un essaie de pirater votre compte et il me faut tout de suite vos numéros de comptes pour bloquer la procédure»**. Dans le doute, si nous donnons nos coordonnées bancaires, nos économies seront aussitôt volées.

On sonne à votre porte alors que vous n'attendez personne : appelez un voisin ou un proche. Mieux vaut prévenir que guérir.

Ne jamais donner d'informations par téléphone ou par message !!

Venez nous rejoindre à notre **café blabla**, organisé par le groupe Pro Senectute Glâne, les lundis : 4.03/8.04/6.05/3.06.2024 dès 14h à la buvette du FC Rue afin de partager avec nous un après-midi récréatif (cartes, café, thé, pâtisseries) et échanger nos expériences. Ce sera l'occasion de parler de ces arnaques. Nous devons agir tous ensemble pour éviter de se faire avoir !!

Claire Rœlli

*Fernande Romanens,
Déléguée Pro Senectute Glâne*

«IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR LA SOLIDARITÉ»

«Il n'y a pas d'âge pour la solidarité». Tel est le leitmotiv de Brigitte Steinauer, qui fut durant 14 ans directrice du Home-Ecole Romand de la Fondation Les Buissonnets, et qui donne depuis quelques années des cours de français au service d'intégration de la Croix-Rouge.

Crocher pour ne pas décrocher

De Somalie, d'Erythrée, du Maroc, de Chine, du Vietnam, de Hong Kong, du Brésil, ou encore de Syrie, d'Ukraine, de Turquie, du Kosovo, du Portugal, ils viennent du monde entier mes fidèles compagnons du mercredi après-midi. Impatiemment, je les attends, heureuse de les retrouver, ces êtres échoués ici dans notre bonne ville de Fribourg dont le saint patron n'est autre que l'évêque de Myre [dans l'actuelle Turquie, ndlr], un étranger, ne vous en déplaît peut-être.

Certains ont fui la guerre, d'autres la famine, d'aucuns espèrent seulement un avenir meilleur ou juste un petit salaire à la fin du mois. Leurs rêves se limitent à de modestes projets dont le succès va dépendre de leur niveau de français. Alors, on bosse dur, ensemble. Ils serrent les poings, leur volonté est souriante, leur humeur au beau fixe et leur solidarité toujours présente.

Comment se porterait la Suisse sans ces soleils venus d'ailleurs ?

Leur combat ici, ce sont les règles de grammaire accompagnées de leur kirielles d'exceptions, l'apprentissage des verbes irréguliers et l'usage des temps principaux. Pour obtenir un permis B ou C, un niveau de maîtrise de la langue est exigé. Normal me direz-vous. Il n'empêche qu'il serait très intéressant de savoir combien de bons Suisses réussiraient les tests et

combien sauraient répondre lors de l'examen de connaissances devant la commission de naturalisation ?

C'est ainsi. Pour s'intégrer, ils doivent comprendre et se faire comprendre, savoir s'exprimer, apprivoiser notre histoire, Tirhas, Nazim, Fathia, Song, Yohana, Saba, Fatima, Hajar, Ardita et tous les autres.

La plupart du temps, ils sont engagés à la demande, un jour oui, un jour non, pour des missions dont les Suisses ne veulent plus. Impossible de s'organiser avec les enfants, le travail irrégulier n'est pas prévu au programme des structures helvétiques. L'esprit fonctionnaire ne conçoit ni les imprévus, ni les changements d'horaire, ni les annonces tardives. L'ordinateur est réglé sur «propre en ordre», la notion d'imprévisibilité est absente de la Constitution fédérale. Au pays des meringues et du chocolat, le dessert surprise n'est pas au menu.

Avec tendresse et admiration, je les observe lors des travaux de groupe. Devant moi, un bouquet de visages vifs, colorés, fardés parfois ou encadrés de jolis foulards. Dans ce cours, un unique homme, un courageux, ose affronter cette 'mafia féminine' qui souhaite se libérer de son carcan de gardienne du foyer, saisir ce que dit la maîtresse de sa progéniture ou rompre avec le chômage. En partant, tous disent : Merci Madame, à mercredi prochain ! Gênée, je leur réponds : C'est moi qui vous remercie !

Brigitte Steinauer

Un riche parcours

Munie d'un brevet d'enseignement primaire, elle est enseignante en



«Il n'y a pas d'âge pour la solidarité» avec Brigitte Steinauer Photo Jacques Berset

classe primaire à tous les degrés de 1973 à 1980. Brigitte vit à Bâle de 1980 à 1985, où elle donne un enseignement privé notamment avec un jeune d'ATD Quart Monde et fait des remplacements dans un collège pour le français. De 1985 à 1992, elle enseigne dans un CO et à l'école professionnelle pour les jeunes en difficulté. Suivant en emploi une formation en pédagogie spécialisée à l'Institut de pédagogie curative de l'Université de Fribourg, elle travaille de 1992 à 2018 au Home-Ecole Romand de la Fondation Les Buissonnets, à Fribourg, dans un poste de cadre, puis de direction, d'abord en team puis seule durant 14 ans. De 2018 à 2023, Brigitte est présidente de Solidarité femmes/Centre Lavi, ainsi que de la Commission sociale de la ville de Fribourg. Elle donne des cours de français au service d'intégration de la Croix-Rouge et assure le suivi des devoirs le lundi. Mère de 2 enfants et grand-mère de 3 petits enfants, Brigitte vit au Petit Schenberg. Elle a pour hobby l'écriture, les histoires de vie, un roman en cours.

Jacques Berset