

Editorial

Chers membres du Forum elle, Chère lectrice, cher lecteur,

Voici la dernière édition du bulletin sous ma responsabilité. C'est pourquoi j'en profite pour vous remercier de tout cœur pour votre fidélité avant de prendre congé de vous.

Après quatre années épanouissantes en tant que Présidente centrale du Forum elle, je passerai le flambeau à quelqu'un d'autre lors de l'assemblée des délégués du 10 mai 2016. Je suis vraiment ravie que nous ayons pu convaincre Beatrice Richard-Ruf d'accepter cette mission. Cette mère de deux enfants cèdera son poste de Présidente communale de Stans (NW) à l'automne 2016 et se réjouit d'être là pour vous en tant que Présidente du Forum elle, à condition d'être élue.

N'hésitez pas à la soutenir comme vous l'avez fait pour moi, avec des suggestions, des critiques constructives, des commentaires positifs et négatifs. C'est de cette manière qu'ensemble nous ferons avancer Forum elle.

Avec mes meilleures salutations,
Esther Girsberger



Esther Girsberger
Présidente centrale du Forum elle
esther.girsberger@forum-elle.ch
www.forum-elle.ch

Sommaire

02 *Forum*
La vie des sections
Adresses / Mentions légales

05 *Entretien*
David Bosshart du GDI
Institut Gottlieb Duttweiler
parle de l'avenir de l'âge.

09 *Portrait*
Cornelia Hürzeler de vitamin B,
centre de compétences pour
activités associatives.



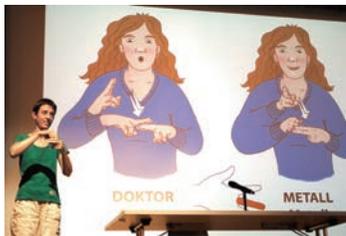
12 *Reportage*
Jass entre générations au
collège de Bronschhofen.

16 *Sujet d'actualité*
Seraina Rohrer, directrice
des journées de Soleure,
parle du plaisir d'aller au
cinéma.

Section Bâle

Les malentendants sont des visuels

Marina Ribeaud, auteure malentendante ayant fondé sa maison d'édition «Fingershop» à Allschwil il y a dix ans, fait aussi découvrir la langue des signes aux entendants lors de conférences. La section Bâle l'a invitée pour un après-midi sur le thème de «la langue des signes pour sortir du mutisme». Les participantes ont assisté à un exposé extrêmement intéressant. Il n'y avait pas un bruit dans la salle et toutes cherchaient à imiter avec leurs mains ce que Marina Ribeaud expliquait. Une interprète en langue des signes était également présente et servait d'intermédiaire. En plus d'être passionnant, l'exposé a aussi permis de mieux comprendre les personnes malentendantes.



Tour de Suisse

Section Vaud

Un laboratoire nucléaire, une distillerie et une saboterie

La section Vaud a proposé trois aperçus extraordinaires à ces membres au mois de mai. Dans le contexte des discussions autour des centrales nucléaires, elle a organisé une visite du laboratoire souterrain du Mont Terri à Saint-Ursanne afin de mieux comprendre l'énergie nucléaire et d'en apprendre davantage sur le stockage des déchets radioactifs. Les participantes ont ensuite proposé de visiter une autre centrale nucléaire en 2016. Le centre de visiteurs du Mont Terri est facile à trouver sur internet et vaut le détour. A titre de contraste, les Vaudoises ont ensuite, réparties en deux groupes, visité respectivement la dernière saboterie de Suisse et une distillerie dans la localité de Cornol afin de compléter leur culture générale.

Section Schaffhouse

Dans le bon film

A Schaffhouse 110 personnes en tout ont accepté l'invitation de leur section pour un après-midi de projection de film. Elles ont vu «Drei Mann in einem Boot» (Trois hommes dans un bateau) avec Heinz Erhardt, Hans-Joachim Kulenkampff et Walter Giller. Les trois protagonistes, qui passaient leurs vacances au bord du lac de Constance, ont acheté un bateau ensemble pour échapper à leurs femmes. Sur leur expédition en direction d'Amsterdam, on aperçoit Schaffhouse avec le Munot, le Schiff-lände et les chutes du Rhin ainsi que Stein am Rhein. Pendant la pause, une surprise attendait les participantes: deux sortes de glace différentes et du popcorn fait maison présentés dans un panier par des ouvreuses coiffées de dentelle.



Glaces faites maison.



Impressionnant: le travail dans la dernière saboterie suisse.

Section Haut-Valais

Excursion à LA montagne par excellence

En 2015, le Valais fêtait le «150^e anniversaire de la première ascension du Cervin». Et la section du Haut-Valais était évidemment de la partie à Zermatt. Trente-deux participantes respectivement présentes pendant trois jours ont fait honneur au «Horu», le plus célèbre sommet de la Suisse. Elles se sont d'abord rendues à Zermatt avec la «Matterhorn Gotthard Bahn» (MGB). Après une petite collation, elles ont pris le «sentier AVS», à travers les mélèzes et les arolles, jusqu'au Grand Hôtel Zermatterhof, où elles ont déjeuné. L'après-midi, la visite du musée du Cervin ne devait surtout pas manquer au programme. A 17h30, pour clôturer la journée en beauté, il y a eu une visite théâtralisée de la «Première ascension du Cervin en 1865», une visite guidée quelque peu différente de Zermatt avec des acteurs amateurs costumés.



Section Fribourg

Un orgue mondialement connu

Lors d'une belle journée de novembre, 62 membres de la section Fribourg se sont intéressés au prestigieux orgue d'Aloys Mooser dans la cathédrale Saint-Nicolas de Fribourg. A peine Mooser avait-il achevé l'orgue de la cathédrale en 1834 que celui-ci était devenu l'attraction principale de la ville. C'est pour le voir que Bruckner et Liszt se sont rendus à Fribourg. L'orgue a une histoire célèbre: dans les années 1820, la foudre avait frappé le clocher de la cathédrale et détruit l'ancien orgue. C'est ainsi qu'Aloys Mooser, qui vivait à deux pas de là, s'était vu chargé de fabriquer un nouvel instrument. Son orgue, avec plus de 60 jeux sonores partagés sur quatre claviers et un pédalier, le fit connaître dans le monde entier. Avec son nombre de jeux, l'orgue était, à l'époque, considéré comme le plus grand instrument de la Suisse. Il est accordé entre trois et quatre fois par an et ses tuyaux sont dépoussiérés tous les 20 à 30 ans. Le dernier grand nettoyage a eu lieu en 2010 et a coûté environ 150000 francs. L'orgue est propriété de l'Etat et la paroisse doit financer son entretien.

Section Zurich

Les Gorges de Douanne: comme dans un conte de fées

En septembre, 18 membres de la section Zurich ont fait une randonnée sur des sentiers faciles d'accès, de Macolin à l'entrée des Gorges de Douanne, guidés par Elisabeth Schönbächler. Avant de redescendre, ils ont fait un crochet par l'atelier de soufflage de verre Zünd pour régaler leurs papilles et leurs yeux. Les Gorges de Douanne valent elles aussi le détour: avec leurs pierres et arbres recouverts de mousse ainsi que leurs passages étroits et hauts, elles font penser à une forêt enchantée.



Cathédrale Saint-Nicolas à Fribourg.

Impressum

Editrice: Forum elle, www.forum-elle.ch, organe non statutaire de la Migros, politiquement et confessionnellement neutre. **Texte et rédaction:** Christine Loriol, www.christineloriol.ch.

Mise en page et impression: LD Media, Spreitenbach.



Une bonne viande est une affaire de confiance



Une entreprise de
MINDUSTRIE

Comment nous allons vieillir à l'avenir

Nous vieillissons tous. Mais comment les personnes âgées vivront-elles demain? Sous le titre de «Digital Ageing» (le vieillissement numérique), le GDI Institut Gottlieb Duttweiler a développé quatre scénarios permettant à la société de réagir aux défis du vieillissement démographique. Entretien avec David Bosshart, directeur du GDI.

David Bosshart: vous affirmez que les frontières de l'âge vont disparaître. Qu'entendez-vous par-là?

Nous vivons avec des conceptions figées des phases de la vie. Ces conceptions se sont développées sur plusieurs générations et ont pris la forme de préjugés dans le monde industrialisé: d'abord, on est jeune et en forme, puis plongé dans la vie active; enfin, à la fin de sa vie, on se retrouve soi-même, on est à la retraite, vieux et sénile. Cela inclut bien souvent: non productif et faible, dépendant et ridé, une charge financière, un fardeau pour la société. Or, ces clichés sont dépassés depuis bien longtemps.

Et pourquoi les frontières de l'âge se dissolvent-elles?

Parce qu'aujourd'hui, un soixantenaire, ou même un septentenaire, reste en forme et en bonne santé pendant encore assez longtemps, parce qu'il peut encore apprendre de nouvelles choses et être productif. En effet, l'âge de 60 ans est un seuil mental. Mais, lorsque ce seuil est passé, un nouveau type de questions existentielles surgit. Pourquoi? Parce que les conventions sociales sont aujourd'hui plus souples et que les opportunités offertes aux personnes actives sont bien plus importantes qu'il y a 20 ou 30 ans. Les nouveaux vieux se rebellent, retournent à l'école, participent à des projets et sont intégrés dans la société. Il est à noter qu'en Suisse les personnes âgées sont les mieux portantes de toute l'Europe.

GDI

Le GDI Institut Gottlieb Duttweiler est un think tank européen indépendant en matière de commerce, d'économie et de société, fondé en 1962 par Gottlieb Duttweiler. Le GDI analyse les grandes tendances et les tendances contraires, et développe des scénarios pour l'avenir. Les conclusions sont publiées et font l'objet de discussions.

David Bosshart est directeur du GDI depuis 1999. Il est un auteur et conférencier polyglotte très demandé. L'étude du GDI «Digital Ageing» peut être consultée sur le site internet gdi.ch.

Quelle est l'influence exercée par les nouvelles technologies ?

Elle est de plus en plus grande. Utilisées à bon escient, les technologies modernes aident énormément à rester autonome en vieillissant. Nous ne sommes qu'au début d'un processus d'apprentissage. Nous pouvons nous permettre des bilans de santé journaliers fondés sur des données, mieux planifier notre quotidien, mieux contrôler nos dépenses, faciliter la communication avec nos proches et nos amis. Tout cela améliore la qualité de vie et donne envie de changement.

Où tout cela mène-t-il ?

Personne ne le sait. C'est pourquoi il est d'autant plus important de réfléchir à son propre avenir suffisamment tôt. Malheureusement, la plupart reportent sans cesse ces questions à plus tard. Cela ne vaut pas seulement pour les plus jeunes. Même les personnes de 55 ans se préoccupent peu de savoir comment ils veulent passer le reste de leur vie. Nous sommes naturellement très gâtés et oublions que l'Etat ne peut pas prendre toujours plus de coûts à sa charge et satisfaire les besoins les plus exotiques. C'est pourquoi, pour être heureux, nous devons devenir plus indépendants, apprendre à décider nous-mêmes et prendre la responsabilité de nos décisions. Plus nous vieillissons, plus nous en prenons conscience.

Le GDI a développé quatre scénarios permettant à la société de réagir aux défis du vieillissement démographique. Lesquels ?

Nous avons défini deux axes : développement et ouverture au changement avec l'âge, d'une part, et utilisation des nouvelles technologies, d'autre part. D'un côté, lorsqu'on

vieillit, on reste attaché à plus de choses. Ce que l'on a toujours aimé faire dans la vie doit rester possible. Néanmoins, la majorité des personnes interrogées veut aussi suivre de nouvelles voies et évoluer avec l'âge. Tandis que les personnes conservatrices se retirent du monde du travail, profitent de leur retraite

« Presque tous se sentent plus jeunes que leur âge biologique et cette tendance se renforce même davantage avec l'âge ».

et s'occupent, de temps en temps, de leurs petits-enfants, les personnes qui ne souhaitent pas s'en tenir à l'âge biologique retournent à l'école, travaillent à temps partiel et conquièrent « d'autres planètes ». D'un autre côté, les technologies peuvent aussi être utilisées de manière proactive et défensive. Nous avons décrit les habitudes des quatre catégories comme suit : *Conservative Ager* (peu de technologie, conservation plutôt que développement), *Predictive Ager* (beaucoup de technologies pour sa santé, mais conservateur), *Rebel Ager* (oui à la technologie là où elle améliore sa qualité de vie, nouveau départ avec l'âge) et *Ageless Ager* (beaucoup de technologie et beaucoup de développement, redéfinition permanente).

Qu'est-ce que cela signifie lorsque les phases de la vie sont de moins



en moins définies et que nous ne vivons plus en fonction de notre âge ?

Et bien, qu'en public, il sera plus difficile de faire la différence entre la mère, la fille et la grand-mère. Une société productive peut néanmoins se régénérer en apprenant à abandonner les vieux clichés.

Récemment, un magazine affichait « à 75 ans comme à 65 ». Est-ce que vous approuvez ?

Une vision encore plus extrême serait : à 100 ans comme à 60. Dans le cadre de nos études, nous avons découvert qu'un écart se creuse après 40 ans : pratiquement toutes les personnes se sentent plus jeunes que leur âge biologique. Cette tendance se renforce même davantage avec l'âge. Ainsi, en Suisse, les personnes de 60-70 ans se sentent plus jeunes de 12 ans, les personnes de 70-80 ans, de 16 ans, voire même de 18,5 ans pour les hommes. Aucune des personnes de 70 à 80 ans inter-

rogées ne se sentait plus vieille que son âge biologique.

Notre attitude face à la mort va-t-elle changer également ?

Oui, bien sûr. Nous sommes tous égaux face à la mortalité. Mais avec les technologies de plus en plus précises et intelligentes, le souhait et les possibilités de retarder la mort grandissent constamment.

Et comment l'économie et la politique devraient-elles réagir ?

Il serait souhaitable qu'elles se penchent également sur l'avenir au lieu de se noyer dans la politique au jour le jour. Apprendre en faisant des expériences, être des modèles afin d'aider les personnes à changer elles-mêmes.

Et nous, personnes ordinaires, devons-nous repenser l'âge ?

Existe-t-il autre chose que des personnes ordinaires ?

Les marques Migros répondent au goût des Suisses.

MGB www.migros.ch migros/immix



Michael Erismann,
Responsable de projet



Chocolat Tourist de Frey.
L'un des quelque 10 000
articles que nous élaborons
selon les goûts des Suisses.
Car nous réalisons nous-mêmes
ce qui nous tient à cœur.

MIGROS

M comme Marque d'exception.

ÉLABORÉ
CHEZ NOUS.



www.elabore-chez-nous.ch

Le grand amour pour l'association

vitamin B s'engage depuis 15 ans pour les associations en Suisse. Cornelia Hürzeler a, en quelque sorte, inventé vitamin B et est encore tout feu tout flamme. Rencontre.

Cornelia Hürzeler s'est depuis toujours intéressée à la manière dont le monde et les personnes fonctionnent: «Je veux savoir ce qui change et comment, connaître le déroulement des processus sociaux, la réaction des gens à ces changements et les opportunités ainsi créées.» Elle travaille pour le Pour-cent culturel Migros depuis 19 ans et elle a de toute évidence tiré le gros lot. Elle était d'abord maîtresse d'école primaire et a, ensuite, fait des études de sociologie et d'histoire sociale et économique. Elle jouit d'une grande liberté de manœuvre dans son travail. L'action conjointe de l'Etat, du marché et de la société ressort parfaitement dans son travail, y compris au quotidien, et ce de manière très concrète: «Lorsque je me trouve autour d'une table avec d'autres responsables et personnes concernées par un projet, nous, du Pour-cent



vitamin B

vitamin B soutient les associations avec des conseils, des informations et des formations. Les offres sont développées et mises en œuvre par le Pour-cent culturel Migros depuis 2000. Un centre de compétences est mis à disposition depuis 13 ans. Les offres sont ouvertes à toutes les associations et organisations d'utilité publique qui œuvrent en faveur d'un développement démocratique et solidaire de notre société.

www.vitaminb.ch

Cornelia Hürzeler

Cornelia Hürzeler (54 ans) est directrice de projets au sein de la direction des affaires culturelles et sociales du Pour-cent culturel Migros. La sociologue est mariée et mère de deux enfants. Elle vit à Zurich avec sa famille. Elle a créé et développé vitamin B.

culturel Migros, pouvons apporter une contribution précieuse parce que nous sommes indépendants.»

Dans le cadre de sa mission en tant que directrice de projets pour les affaires sociales au Pour-cent culturel Migros, elle a, il y a 15 ans, fondé vitamin B, l'actuel centre de compétences pour activités associatives. «Les associations sont quelque chose de grandiose». C'est sa phrase fétiche, car, toujours enthousiaste, elle en est toujours persuadée. vitamin B est l'histoire d'une réussite. En 15 ans, vitamin B a mené près de 5000 séances de conseils, organisé 250 cours de perfectionnement et accueilli 5000 participants à des séminaires.

Cornelia Hürzeler aime ce thème plus que tout: «Le bénévolat et les activités associatives forment le noyau de la Suisse. D'innombrables personnes passent d'innombrables heures de leur temps libre à s'engager pour la culture, le sport ou des sujets sociaux.» De toute façon, les associations sont absolument dans l'air du temps: «C'est une forme d'organisation simple pour tous ceux qui veulent mettre quelque chose sur pied. Il n'y a rien de plus pratique.» Le bénévolat, Cornelia Hürzeler en est persuadée, est indispensable au développement de la société suisse. Le paysage associatif est aussi diversifié que la population. «Nous sommes heureux qu'il y ait des associations».

Compter les pingouins en Antarctique

L'enthousiasme pour les personnes, qui s'engagent ensemble et de manière bénévole pour quelque chose, correspond bien à Cornelia Hürzeler. Elle vit avec sa famille dans une maison avec jardin à Zurich. Là, elle observe et photogra-

phie les animaux avec son appareil photo. «L'une des plus belles choses est d'aller vérifier, au moment de prendre mon café le matin, si l'appareil a surpris un blaireau ou bien une famille de hérissons». Evidemment elle a installé une «piste d'atterrissage pour oiseaux», une mangeoire, devant son poste de travail

«L'association est une forme d'organisation simple qui permet de mettre quelque chose sur pied ensemble. Et il n'y a rien de plus pratique.»

privé. Cornelia Hürzeler est inscrite comme observatrice officielle de l'association zurichoise des animaux sauvages en ville. Parfois, elle observe des gypaètes barbus dans l'Engadine et, pendant les heures creuses, elle reste assise devant son ordinateur et compte les pingouins en Antarctique: «Il s'agit de sciences citoyennes associant des citoyens et citoyennes. De nombreux projets scientifiques ne seraient pas réalisables autrement.» Compter les pingouins fonctionne de la façon suivante: des photos de l'Antarctique sont postées sur une page web. Des observateurs enregistrés téléchargent et comptent les pingouins en cliquant dessus. Chaque image est montrée à trois observateurs afin d'obtenir une évaluation fiable.

Il existe environ 100000 associations en Suisse. Même si certaines associations sont dissoutes, de nouvelles sont créées chaque année.



Cornelia Hürzeler: «Les associations ne sont pas en voie de disparition. Le paysage associatif est vivant et en mouvement.» vitamin B conseille aussi de nombreux jeunes et adolescents: «Ils s'intéressent bien plus à un sujet qui les captive qu'à l'appartenance à une association. Beaucoup de jeunes s'investissent. Ils organisent un événement ou un concert, sans même savoir qu'ils font du bénévolat.» Ils créent leur association lorsqu'ils se rendent compte qu'avec elle, il est plus simple de poursuivre un objectif. La forme juridique de l'association facilite beaucoup de choses, en particulier pour les questions de responsabilité. Parmi les tâches du comité figurent aussi la formation continue. Cornelia Hürzeler: «A cette occasion, on peut acquérir des compétences et faire ses preuves.»

C'était justement l'objectif initial de vitamin B: des personnes qui s'engagent bénévolement à mettre à disposition des connaissances techniques, à conseiller et à former

d'autres personnes. Aujourd'hui, vitamin B n'offre pas seulement des ateliers et des séminaires, mais met à disposition des fiches de travail pour la création d'associations et des dossiers thématiques sur internet.

Cette forme de soutien était innovante il y a 15 ans et reste unique aujourd'hui. Les comités des associations se trouvent renforcés grâce à des offres de niveau professionnel. Les thèmes vont de la présidence de l'assemblée générale à la gestion de conflits en passant par la rédaction du rapport annuel ou la levée des fonds.

Commissaire Adamsberg de Fred Vargas à Paris

Y a-t-il aussi des choses dans la vie de Cornelia Hürzeler qu'elle fait que pour elle-même? «Je m'assieds pour dévorer des romans policiers. Je n'ai qu'une chose à dire: Fred Vargas et son commissaire Adamsberg de Paris! Les histoires sont tout simplement grandioses.



Tournoi de jass entre plusieurs générations.

Jasser peut rendre heureux

Lorsque jeunes et vieux se retrouvent à quatre autour d'une table pour jouer au jass, il y a de fortes chances que les personnes concernées viennent de la Suisse orientale et participent à un jass intergénérationnel. On y joue lors de tournois et même à l'école. Visite de la classe pré-gymnasiale 1sa du collège de Bronschhofen près de Wil.

Au collège de Bronschhofen près de Wil (SG), la nouvelle année commence en beauté: le soleil levant salue de tout cœur, le concierge demande gentiment s'il peut être utile, dans la salle des professeurs, on boit le café et on se tutoie tout simplement. Ursula, Heinz et Otto s'installent sur un canapé. Andrea fait passer des croissants, Natalie se réjouit. Après la pause, ils se rendent ensemble dans la classe 1sa. Là, les élèves sont installés par groupes de quatre à leurs pupitres. Chaque enfant a inscrit son prénom sur un panonceau blanc. On peut commencer. La maîtresse de classe Andrea Heuberger invite les hôtes à se présenter: «Je suis Otto Wieland de Frauenfeld et

probablement le plus âgé ici. Je pratique le jass depuis 67 ans déjà, et j'y joue encore une fois par semaine; parfois aussi avec mes quatre petits-enfants, et ce avec grand plaisir.» Ursula Wanner est également retraitée: «Ce qui m'importe, c'est de vous transmettre mon plaisir de jouer au jass.» Heinz Dätwyler, un ancien enseignant, qui a sept filleuls, dit: «Cela fait plaisir de pouvoir se rendre utile quand on est âgé.» Tous peuvent voir qu'il se réjouit déjà véritablement de passer les prochaines heures avec la classe 1sa.

Tous les trois sont des partenaires de jeu et des accompagnateurs demandés. Le jass intergénérationnel est une idée de Natalie



Nous promettons à Giosua d'élargir de 30 % notre gamme de produits pour personnes allergiques.

D'ici fin 2016, nous introduisons de nouveaux produits exempts de lactose, de gluten ou d'autres allergènes.

Plus sur generation-m.ch

GÉNÉRATION M

MIGROS

M comme Meilleur.

Brägger. Elle est directrice de projets communication/Pour-cent culturel à la Migros Suisse orientale et avait pour mission de développer un projet intergénérationnel. «J'ai appris à jasser avec mes grands-parents quand j'étais enfant», raconte-t-elle. «Je garde de beaux souvenirs des heures passées à jouer».

Par le biais du jass intergénérationnel, le Pour-cent culturel Migros présente des jasseurs et jasseuses expérimentés aux enseignants intéressés. Ils se tiennent à disposition pendant le cours et aident à initier les enfants et adolescents au chibre.

Tschau Sepp pour s'entraîner

Ursula Wanner, Otto Wieland et Heinz Dätwyler, qui se trouvent à présent devant la classe 1sa à Bronschhofen, font partie de ce pool. La classe d'Andrea Heuberger s'est préparée à cette matinée: les élèves ont parlé des cartes et des règles, ont dû relire la documentation relative à cette leçon et se sont fait une idée du jass la veille avec le jeu de cartes «Tschau Sepp». Six enfants de la classe 1sa savent déjà jasser. Chacun d'eux se voit confier la responsabilité d'une table. Heinz Dätwyler s'assied à une table auprès de trois enfants. Otto Wieland et Ursula Wanner circulent dans les rangs en tant que coaches. L'institutrice Andrea Heuberger et la directrice du projet Natalie Brägger vérifient si de l'aide est requise.

Même le journaliste se laisse enflammer par l'ambiance et reste plantée à la table d'Etienne, Larissa, Pascal et Yeshe. Etienne est le jasseur du groupe. Pour cette première partie, on joue carte sur table. Etienne explique, Larissa s'y retrouve rapidement, Pascal peine à mettre de l'ordre dans ses cartes et à les tenir, Yeshe ne dit pas grand-

chose, mais observe concentré. Les élèves sont comme déconnectés du monde. Trois de ces leçons de jass ont lieu en janvier, et ce dans toutes les trois classes de première du collège de Bronschhofen; l'objectif étant la classe de neige fin janvier.

Des heures précieuses à l'école

Au bout de quatre parties, il est nécessaire de faire une pause, d'aérer la salle de classe et de se dégourdir les jambes. La maîtresse de classe en profite pour avoir une petite conversation dans la pièce d'à côté. Andrea Heuberger est elle-même une jasseuse enthousiaste. Enfant, elle jouait au jass tous les soirs, pendant un quart d'heure, à deux, avec son père. L'idée du jass intergénérationnel l'a immédiate-

«Apprendre peut aussi être réjouissant. C'est ce qui m'importe.»

Andrea Heuberger,
Maîtresse de la classe 1sa à Bronschhofen

ment convaincue. Elle trouve la coopération avec les jasseurs entre générations précieuse: «Avec le jass comme thème de cours, les enfants sont stimulés à différents niveaux, comme la concentration, la réflexion, la communication, mais aussi l'intégration, le calcul mental, la motricité et la motivation.» L'heure de cours n'est aucunement gâchée et n'est pas non plus une excuse pour papoter. «Apprendre peut aussi être réjouissant. C'est ce qui m'importe. Nous apprenons énormément pendant ces leçons, que j'échange volontiers contre l'un ou l'autre cours de langue. Nous le rattraperons bien pendant le semestre.»

Tournoi de jass entre plusieurs générations.

Le jass intergénérationnel est un projet de la Migros Suisse orientale en coopération avec le Pour-cent culturel Migros. Il met en contact des personnes jeunes et plus âgées à travers le jeu. Ce qu'il faut savoir se trouve sur le site internet. Natalie Brägger partage volontiers ses bons conseils avec tous les jasseurs et toutes les jasseuses d'autres régions ou sections, qui veulent se laisser contaminer par la fièvre du jass de la Suisse orientale. Les prochains tournois auront lieu à l'automne 2016. Les projets en école ont lieu tout au long de l'année.

www.generationenjass.ch

Le festival du film: une expérience pour tous

Les prix du cinéma suisse seront décernés à Zurich le 18 mars. Voilà une bonne raison pour parler de cinéma, de films et de festivals du film avec Seraina Rohrer, directrice des journées de Soleure.

Soleure, Zurich, Baden, Winterthour, Berne. Nyon, Neuchâtel, Fribourg, Genève, Lausanne, Bellinzone, Locarno. Et c'est loin d'être tout. Les festivals du film jouissent d'une grande popularité en Suisse. Cela ne concerne pas seulement les festivals traditionnels, importants ou internationaux, comme les journées de Soleure, le festival du film à Locarno ou bien ZFF, le festival du film à Zurich, encore jeune mais déjà grand. Il y a des festivals du film dans différentes villes avec différentes orientations: long métrage, film suisse, documentaire, court métrage, film d'animation, film pour la jeunesse et bien d'autres encore. S'y ajoutent de grandes, de petites et d'encore plus petites manifestations cinématographiques d'été ou en plein air, au bord du lac, dans les quartiers, en montagne, en vieille ville. Et, de toute évidence, le public les aime.

D'un autre côté, les festivals du film suisse donnent une chance supplémentaire à bon nombre de films.

Les festivals du film sont des opportunités exceptionnelles pour les curieux. La recette est, en fait, toute simple: consulter le programme sur internet, choisir une journée (si le festival a lieu dans les environs) ou une petite excursion avec nuit à l'hôtel, s'y rendre, tout essayer au hasard, puis rentrer à la maison, rempli(e) de bonheur et riche de nouvelles expériences. Les journées de Soleure se tiennent toujours fin janvier, «Visions du réel», le festival international du cinéma documentaire de Nyon, a lieu fin avril et Locarno en août, pour ne citer que trois exemples.

Rencontres et échanges

Seraina Rohrer, directrice des journées de Soleure, qui se tiennent pour le 51^e fois cette année: «Chez nous, c'est aussi et avant tout l'occasion de rencontrer d'autres personnes ainsi que des cinéastes, en marge du programme officiel. La possibilité d'échanger est au cœur de l'événement, que ce soit dans la

salle de cinéma après la projection, lors de débats publics ou tout simplement au bar ou dans un café.» Il ne faut, d'ailleurs, pas nécessairement être un connaisseur pour s'amuser lors d'un festival. «Un quart de nos billets, au maximum, sont donnés à la prévente. Toutes les autres offres sont volontairement conçues de telle sorte que l'on puisse tout simplement se laisser entraîner lors d'une journée de festival.» Et pourquoi pas aller voir deux et même trois films dans une journée au lieu d'un seul? Ou bien, aller voir un film le matin, à 10 heures au lieu d'attendre le soir pour aller au cinéma? Ou l'après-midi? En essayant, on remarque tout de suite une chose: dès que la salle de cinéma s'assombrit et que la toile s'éclaire, une porte vers un nouveau monde s'ouvre, et ce à n'importe quelle heure.

Qui va au cinéma et qui n'y va pas

Seraina Rohrer dit que le cinéma ou les festivals du film attirent aussi et surtout les générations plus mûres. Elle se réfère aux enquêtes réalisées auprès du public des journées de Soleure: «Les jeunes gens aiment aller souvent au cinéma et les personnes de plus de 50 ans également. Il y a surtout un vide au niveau des personnes de 30 à 40 ans. Je suppose que c'est aussi parce que les gens de cette tranche d'âge ont souvent des enfants en bas âge. Ce groupe d'âge a trop peu de temps et souvent pas assez d'énergie pour aller au cinéma ou se rendre à des festivals.» La situation serait la même pour le public du cinéma, ajoute la directrice. «Chez nous, à Soleure, le groupe des plus de 50 ans est même très fortement représenté, avec d'ailleurs une majorité de femmes.»



Toutefois, les programmes ont fait l'objet de changements en raison de la numérisation. Seraina Rohrer: «Les copies numériques sont beaucoup moins chères que les anciennes copies argentiques. C'est-à-dire qu'avant, on devait prévoir un planning très strict pour chaque film. D'abord le film était projeté dans les grandes villes, puis des copies étaient envoyées dans les régions, où le film était à l'affiche pendant un nombre fixe de semaines.» De nos jours, les cinémas décident avec plus de flexibilité pendant combien de temps un film reste dans les salles. «Lorsqu'un film suisse ne parvient pas, dès le premier week-end, à vendre suffisamment d'entrées, il sort très rapidement du programme». Les cinémas dotés de plus petites salles permettent de remédier à la situation, car ils rendent possible la projection d'un plus grand nombre de films à la fois et sur une période plus longue. «Cela profite aux films».

La « Semaine des nominés »

Du 14 au 20 mars, avant la remise du prix du cinéma suisse, les films nominés sont projetés à Zurich (au Filmpodium) et à Genève (au Grütli). L'entrée coûte 5 francs. Durant le week-end du 19 au 20 mars, les films gagnants peuvent être vus gratuitement. Le programme est disponible auprès des mairies de Zurich et de Genève et peut être consulté sur internet.

Les cinéastes nominés sont présents lors de la plupart des projections.

www.schweizer-filmpreis.ch sous Manifestations.



Développement d'expériences sensorielles

LE MIBELLE GROUP DÉVELOPPE DES PRODUITS DE SOIN POUR LE VISAGE ET LE CORPS ADAPTÉS PRÉCISÉMENT AUX BESOINS DES MARCHÉS. CECI EN SE BASANT CONSTAMMENT SUR LES DÉCOUVERTES SCIENTIFIQUES LES PLUS RÉCENTES ET TOUJOURS EN TENANT COMPTE DES CHANGEMENTS DANS LES IDÉAUX DE BEAUTÉ, LES TENDANCES SOCIALES ET LE COMPORTEMENT DES CONSOMMATEURS.

Les cheveux fins ont de moins de substance que les cheveux épais. Ils semblent manquer de volume et de tenue, sont moins maniables et gardent moins longtemps un aspect coiffé. La formule performante de la gamme **Full & Strong I am Professional**, dotée du système Pro Boost, pénètre rapidement la structure du cheveu et le rend immédiatement plus épais et plus maniable. Disponible en:

Shampooing épaississant à la phytokératine pour conférer vitalité et mouvement, un aspect soyeux et visiblement plus de volume et de substance à votre chevelure.

Après-shampooing épaississant pour lisser la chevelure et la renforcer des racines aux pointes.

Sérum épaississant pour compléter le soin de la chevelure sèche ou humide. Réparti sur toute la longueur des cheveux, il augmente leur diamètre et leur confère davantage d'épaisseur, des racines jusqu'aux pointes.

Découvrez ces produits et bien d'autres encore, en vente à votre Migros.

www.mibellegroup.com



Résidence d'artistes dans le jura

Arc Romainmôtier



L'année dernière, la résidence d'artistes Arc à Romainmôtier fêtait sa réouverture après travaux. L'Arc fait partie du Pour-cent culturel Migros depuis 1981. Ce lieu pittoresque dans le Jura Vaudois vaut le voyage, sans oublier l'Arc lui-même. En effet, il propose aussi une série de manifestations pour le public intéressé: concerts, débats, présentations des artistes, une journée portes ouvertes ainsi que repas et apéritifs. www.arc-artistresidency.ch

Etude en matière de soins et d'encadrement

Sous pression

Qu'est-ce qu'une belle vie dans le grand âge? La «GrossmütterRevolution» (la révolution des grands-mères) a publié l'étude «Care-Arbeit unter Druck» (les soins sous pression). La tranche des personnes très âgées grossit. Il est à présent question d'un quatrième âge. Dans leur étude, les auteures Elisabeth Ryter et Marie Louise-Barben ne se contentent pas de

montrer les défis du grand âge, mais réagissent aussi avec des recommandations d'actions. Le rapport ainsi qu'un résumé sont disponibles sur le site Internet de «GrossmütterRevolution» ou en version imprimée à commander sous info@grossmuetter.ch.

Un nouveau pont suspendu au Tessin

Carasc

Le Tessin possède une nouvelle attraction: le pont suspendu tibétain construit par la fondation Curzùtt-S. Barnard au-dessus de la vallée de la Sémentina. Il mesure 270 mètres de long et pèse environ 50 tonnes. Le pont Carasc traverse la vallée presque inaccessible entre Monte Carasso et Sémentina. Il permet des excursions dans une région chargée d'histoire et riche de ses paysages et de sa gastronomie. Fixé à une hauteur de 696 mètres, le pont se situe à 130 mètres au-dessus du sol en son point central. La passerelle en bois de mélèze mesure à peine un mètre de large. La traversée du pont est une expérience unique. www.curzutt.ch ou ticino.ch.



Chiffre

25

«Femmes en grève», voilà le slogan du 14 juin 1991. Près d'un million de femmes se sont mises en grève ce jour-là. L'article de la constitution garantissant des droits égaux aux hommes et aux femmes avait déjà dix ans. Mais beaucoup de femmes n'étaient pas satisfaites de son application hésitante et ont fait entendre leur grogne haut et fort, parfois même de manière extrêmement fantaisiste et créative.



Votre tirelire va adorer.
Mi-Fonds, l'investissement
qui rapporte gros.

Faites le bonheur de votre tirelire – dès 50 francs avec le plan d'épargne. Laissez-vous convaincre sur banquemigros.ch/mifonds

BANQUEMIGROS
Elle fait toute la différence.