

L'Art Brut face aux croyances

Les auteurs rassemblés dans cette 5^e biennale de la Collection de l'Art Brut à Lausanne révèlent des univers qui renvoient à une façon de faire front aux difficultés de la vie, comme la perte d'un être cher ou l'isolement social. Une exposition à voir jusqu'au 1^{er} mai !

ILLUSTRATION

DE COUVERTURE



Catherine de Porada
(1891-1985)

L'union primordiale

entre 1942 et 1950, gouache sur papier à dessin, 26x21 cm,
Photo : Atelier de numérisation
Ville de Lausanne, Collection de l'Art Brut, Lausanne.

L'illustration de couverture de ce numéro inaugure une nouvelle version imprimée du bulletin bimestriel du *Courrier de l'AVIVO*. Vous tenez donc entre vos mains le fruit d'une longue réflexion autour du désir de renouveler l'enveloppe graphique de notre bulletin. Nous souhaitons ainsi vous faciliter la lecture avec une ligne plus contemporaine et épurée, des rubriques facilement identifiables et toujours engagées pour la défense des personnes âgées. Nous espérons que vous apprécierez ce nouveau graphisme et que vous aurez toujours autant de plaisir à nous lire. N'hésitez pas à faire connaître autour de vous ce bulletin ou de relayer l'information auprès des préretraités, afin d'attirer de nouveaux membres à affirmer leur solidarité avec un positionnement politique qui réitère son parti-pris pour une société, attentive à la justice sociale, aux valeurs de dignité et de liberté, et solidaire des nombreuses luttes en faveur des personnes âgées.

La nouvelle couverture veut faire la part belle à cette ouverture et accordera une place privilégiée aux œuvres des artistes qui ne cessent de nous interroger sur le sens de la vie. L'œuvre de Catherine de Porada (1891-1985) témoigne de cette recherche, puisque son œuvre fait partie de « Neuve Invention » et regroupe des veines artistiques en rupture avec l'institution. Bien que les informations sur sa vie sont lacunaires, on sait qu'elle est née à Berlin dans une famille d'intellectuels, qu'elle grandit entourée d'artistes d'avant-garde et prend des leçons de peinture et de dessin jusqu'à son mariage, à l'âge de vingt ans.

À la suite de son divorce, elle quitte l'Allemagne pour Paris, et commence à s'intéresser à la mode. Pendant et après la Seconde Guerre mondiale, elle s'installe à Monaco, puis à Vence où elle travaille à la Galerie Chave, fondée en 1947. Dans ce haut lieu de l'art insolite, où des artistes exposent comme Henri Michaux, Jean Dubuffet, Max Ernst, Eugène Gabritschewsky, ou encore... Man Ray, elle entame une production de peintures à caractère symboliste et mystique, explorant notamment les thèmes du paradis et de la réincarnation. Ses œuvres sont actuellement exposées à la Collection de l'Art Brut dans le cadre de la magnifique biennale consacrée aux *Croyances*.

■ Patrick Ernst



Catherine de Porada

Les sept cadenas de la Bible

gouache sur papier à dessin, 65x50 cm,
Photo : Atelier de numérisation
Ville de Lausanne, Collection de l'Art Brut, Lausanne.

SOMMAIRE

Billet du Président	5
Les permanences d'impôts de l'AVIVO 2022	7
Regards sur... L'évaluation des rentes AVS d'un couple marié	13
Actualités sociales	16
Les Brèves	18
Coups de projecteur...	23
Blouse blanche et encre noire : Accident ischémique transitoire (AIT)	27
Référendum « Pas touche à nos rentes »	29
Référendum « Contre la suppression de l'impôt anticipé sur les obligations »	31
Charlotte et Gaston : Quiproquo et imbroglio	34
Santé et mobilité des seniors : 2022-Année du vélo	36
Avec nos sections	38
Va et découvre ton pays : Les bisses du Valais	43
Voyage : Tenerife, l'île du volcan Teide	44
À lire et à relire	46
Histoire : Michelle Obama	50
Réflexion : Ciel ma maison	53
Humeur : « On est des rien du tout »	55
Chanson et poème : <i>Green</i> de Paul Verlaine	57
Jeu-concours	59

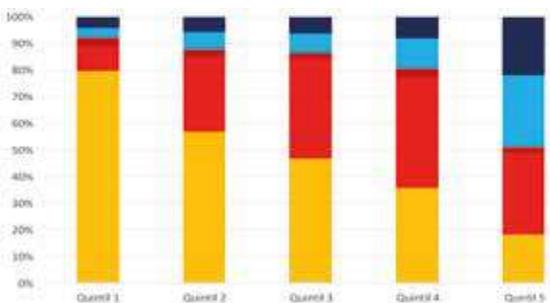
BILLET DU PRÉSIDENT



■ Raymond Durussel

De l'inégalité financière des aînés

Un des critères importants pour une bonne vie et ceci spécialement dans la vieillesse est une certaine indépendance financière. La récente étude *Ungleichheit im Alter* et l'exposé d'un de ses auteurs Carlo Knöpfel à la dernière assemblée des délégués de la FARES (Fédération des Associations des Retraités et de l'Entraide en Suisse) montrent que l'inégalité a tendance à s'accroître avec l'âge.

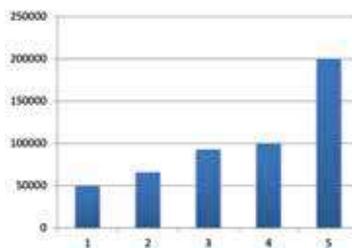


Source : *Ungleichheit im Alter : eine Analyse der finanziellen Spielräume älterer Menschen in der Schweiz*, Nora Meuli et Carlo Knöpfel, 2021, Seismo Verlag Zurich und Genf, 220 pages.

Le graphique ci-dessus montre la situation des aînés par rapport à leurs sources de revenus, il est basé sur des moyennes de **revenus des ménages retraités** (deux personnes) des années 2015 à 2017 répartis en cinq colonnes de 20 % des populations concernées. Pour l'AVS en jaune, la LPP en rouge, les autres rentes en brun, le travail en bleu ciel et les revenus de la fortune en bleu foncé.

Pour les 20 % les plus démunis, la

prépondérance de l'AVS (80 % des revenus) est claire. Pour les 60 % du milieu, la LPP prend toujours plus d'importance. Enfin, pour les 20 % les plus aisés, l'AVS devient marginale, tandis que les produits du travail résiduel et la fortune constituent la moitié des revenus. Il faut cependant passer aux chiffres absolus en francs pour se rendre compte des différences de revenus.



Source : Raymond Durussel

On voit ainsi que les 40 % les plus démunis (colonnes 1 et 2) sont presque au même niveau, une petite LPP n'améliorant guère les choses avec des revenus qui stagnent entre 50 et 63 000 francs pour les mieux lotis. Sans parler de la somme dérisoire qu'il leur reste après les frais fixes incompressibles...

Les classes moyennes (colonnes 3 et 4) grâce à une meilleure LPP sont relativement bien loties et s'approchent de Fr. 100 000.-.

Quant aux 20 % les plus aisés (colonne 5), ils arrivent en moyenne à environ Fr. 200 000.- par an.

Les cas individuels sont naturellement plus extrêmes, surtout vers le haut, heureusement, grâce aux prestations complémentaires.

Face à une telle situation bien connue, la récente prise de position du Conseil fédéral est affligeante et donne un mauvais signal : au lieu de soutenir l'initiative pour une 13^e rente AVS, qui constitue une mesure simple et efficace pour améliorer de plus 5 % la situation des plus démunis et n'accordant que 1 % aux plus aisés, le Conseil fédéral propose au Parlement de rejeter notre initiative. Navrant !

LES PERMANENCES IMPÔTS DE L'AVIVO 2022

Lancement de l'action de permanences impôts

Cette année aussi, il faut remplir une nouvelle déclaration d'impôts. Depuis de nombreuses années et avec le soutien de l'État, l'AVIVO Vaud apporte son aide aux contribuables en proposant des permanences dans tout le canton.

Nous serons présents dans vingt-quatre villes, de mi-février à fin juin. Cette offre est accessible à tous, excepté les indépendants, ainsi que les personnes au RI (Revenu d'Insertion) pour lesquelles, c'est le CSR (Centre social régional) qui se charge de cette tâche. Étudiants, apprentis, seniors et autres particuliers peuvent bénéficier de cette aide apportée à un prix tenant compte des moyens de chacun (au minimum Fr. 25.-). Une déclaration pour laquelle le contribuable a apporté tous les documents nécessaires prend en moyenne $\frac{3}{4}$ d'heure et l'AVIVO en assure le suivi.

Nous publions ci-après la liste des lieux et dates où nos équipes seront présentes pour aider les contribuables, tous âges confondus, à remplir les déclarations d'impôts.

AVIVO Vaud

<https://avivo-vaud.ch/>
Tél. 021 320 53 93
Adresse électronique :
info@avivo-vaud.ch

AVIVO Lausanne

Tél. 021 312 04 52
Adresse électronique :
social@avivolausanne.ch

Chaque année, c'est près de 6 000 personnes qui sollicitent l'aide de nos permanences. Elles sont menées par une centaine de bénévoles, formés et encadrés par six collaboratrices professionnelles employées par l'AVIVO. Il s'agit également d'une permanence sociale puisque, au vu de leur dossier, nous conseillons les contribuables dans d'autres domaines, comme les assurances, par exemple.

Les inscriptions sont obligatoires et les règles sanitaires seront appliquées. Ainsi, actuellement, il est nécessaire d'être vacciné pour se rendre dans l'une des permanences. Les réglementations peuvent toutefois évoluer. Mais tout est mis en place pour maintenir ces permanences.

Pour rappel, l'AVIVO Vaud dispose de dix sections régionales. Elle ne compte pas moins de 6 000 membres et plusieurs centaines de bénévoles.

Toute information complémentaire sur les pages qui suivent et sur le site internet avivo-vaud.ch dès début janvier.

Les dates mentionnées ci-après pourront être modifiées en fonction de l'évolution de la situation sanitaire.

Les informations seront régulièrement mises à jour sur notre site web : <https://avivo-vaud.ch>



UNE PARTICIPATION FINANCIÈRE SERA DEMANDÉE EN FONCTION DES REVENUS

	Dates 2022	Lieux
Aigle Nouvelle adresse!	Lundi 21 février Lundi 21 mars Lundi 11 avril Lundi 2 mai	Salle du Clin d'œil, Rue du Collège 5 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 079 457 70 38 (Merci de téléphoner entre 9h et 11h uniquement)
Bex Nouvelle adresse!	Lundi 28 février Lundi 28 mars Lundi 9 mai	Buvette de la Grande Salle, Av. de la Gare 5 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 079 457 70 38 (Merci de téléphoner entre 9h et 11h uniquement)
Chavannes	Lundi 14 février Lundi 7 et 21 mars Lundi 25 avril	Club des aînés, Av. Gare 32 8h à 11h30 Sur rendez-vous : 077 528 72 07 (Merci de téléphoner lundi, mercredi, jeudi et vendredi entre 9h et 11h uniquement)
Château-d'Oex Nouvelle adresse!	Jeudi 24 mars	Salle du Conseil communal, 9h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 235 02 56 (Merci de téléphoner mercredi entre 9h et 11h30 uniquement)
Clarens	Vendredi 4 et 18 mars Vendredi 1 ^{er} avril Vendredi 6 mai Vendredi 3 juin	R. de Jaman 8, 1815 Clarens Salle n° 33 - 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 021 962 78 60 (CSR)
Cossonay Nouvelle adresse!	Vendredi 25 mars	Bâtiment admin. A – R. Neuve 1, 2 ^e étage 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 235 02 56 (Merci de téléphoner mercredi entre 9h et 11h30 uniquement)
Ecublens	Vendredi 8 et 29 avril Vendredi 13 mai Lundi 23 mai Lundi 13 juin	Foyer socio-culturel – Rte du Bois 27 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 077 528 72 07 (Merci de téléphoner lundi, mercredi, jeudi et vendredi entre 9h et 11h uniquement)

Epalinges	Mercredi 9 mars Mercredi 6 avril	CMS Epalinges, Rte de la Corniche 1 13h30 à 16h30. Sur rendez-vous : 021 784 84 50 (CMS)
Lausanne	Du 21 février au 7 avril Du 25 avril au 23 mai Du 31 mai au 28 juin	AVIVO Lausanne, Place Chauderon 3 (5 ^e étage) Sur rendez-vous au 021 312 04 52 9h à 12h et 14h à 17h Tous les jours sauf le mercredi
Le Sentier	Vendredi 11 mars Vendredi 20 mai	Rue du Canal 8, 8h30 à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 021 845 54 47 (Merci de téléphoner entre 9h et 11h uniquement)
Lutry	Mercredi 2 et 16 mars Mercredi 22 juin	Le Château de Lutry, Salle Mafli 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 021 796 21 21
Morges	Mercredi 23 février Mercredi 9 et 30 mars Mercredi 6, 13, et 27 avril Mercredi 11 et 18 mai Mercredi 1 ^{er} juin	Salle du Grenier bernois, Pl. Casino 1 (4 ^e étage) 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 410 52 92 ou avivo.morges@gmail.com (Merci de téléphoner du 14 février au 15 mars, le lundi de 8h30 à 12h et le mardi de 15h à 19h et du 16 mars au 1 ^{er} juin le lundi de 16h à 18h)
Moudon Nouvelle adresse!	Mercredi 2 mars Vendredi 17 juin	Salle de la Douane, Place Saint-Etienne 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 235 02 56 (Merci de téléphoner mercredi entre 9h et 11h30 uniquement)
Nyon- Réserve aux membres AVIVO	Judi 10 et 24 mars Judi 7 avril Judi 5 et 19 mai Judi 2 et 16 juin	Salle de la Bretèche, Pl. du Château 1, 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 021 320 53 93
Nyon	Judi 10 et 24 mars Judi 7 avril Judi 5 et 19 mai Judi 2 et 16 juin	Salle de la Bretèche, Pl. du Château 1, 8h à 11h30 Sur rendez-vous : CSR 021 338 99 38
Orbe	Judi 24 février Judi 3 et 31 mars Judi 12 mai	Résidence de Thienne, Av. Thienne 14 8h à 11h30 Sur rendez-vous au 079 860 60 62

Oron-la-Ville	Mercredi 4 mai Vendredi 10 juin	Cafeteria du Centre Sportif d'Oron-la-Ville 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 021 907 35 50 (CMS)
Payerne	Mercredi 23 février Mercredi 30 mars Mercredi 13 avril Mercredi 15 juin	Salle 1, Halle des Fêtes 8h30 à 11h30 et 14h à 16h30 Sur rendez-vous : 026 662 41 41 (CMS)
Renens	Mardi 15 février Mardi 1 ^{er} , 15 et 29 mars Mardi 12 avril Mardi 3 et 17 mai Mardi 7 et 28 juin	AVIVO, Rue Neuve 4bis 8h à 11h30 Sur rendez-vous : 077 528 72 07 (Merci de téléphoner lundi, mercredi, jeudi et vendredi entre 9h et 11h uniquement)
Ste-Croix Nouvelle adresse!	Lundi 14 mars Lundi 25 avril	Salle de paroisse catholique, Ch. de Mon-Repos 3 9h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 817 56 45
St-Prex	Vendredi 11 et 25 mars Vendredi 6 mai	Complexe du Vieux Moulin, Av. Taillecou 2 Salle Mermet III - 8h à 11h30 Sur rendez-vous au 079 410 52 92 ou avivo.morges@gmail.com (Merci de téléphoner du 14 février au 15 mars, le lundi de 8h30 à 12h et le mardi de 15h à 19h et du 16 mars au 1 ^{er} juin le lundi de 16h à 18h)
Vallorbe	Judi 28 avril	Bâtiment du Casino, Place du Pont 3 (2 ^e étage) 8h30 à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous au 079 860 60 62
Vevey	Judi 10 et 17 mars Judi 7 et 28 avril Judi 19 mai	Salle del Castillo, Place du Marché 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 077 501 37 01 (Merci de téléphoner jeudi de 9h à 12h et vendredi de 14h à 17h uniquement)
Villeneuve	Lundi 7 mars Lundi 4 avril Lundi 16 mai	Maison de Paroisse, Grand'Rue 22 8h à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 021 967 07 67 (AAS)
Yverdon-les-Bains	Mardi 15 février, 8h30 à 11h30 Mardi 22 février Mardi 8 et 22 mars Mardi 5 et 26 avril Mardi 10 et 24 mai Mardi 7 et 21 juin	Les Alizés, ruelle Vautier 5 8h30 à 11h30 et 13h30 à 16h30 Sur rendez-vous : 077 529 95 55 (Merci de téléphoner lundi de 13h30 à 18h et mercredi et jeudi de 8h30 à 12h uniquement)

DOCUMENTS À APPORTER

Indispensable

- Formulaire 2021 de transmission de la déclaration d'impôts,**
- Dernière décision de taxation,
- Détermination du total des acomptes 2022,
- Clé USB verte de l'AVIVO, si vous en avez une.

Revenus 2021 à déclarer

- Certificats de salaire pour la période du 1^{er} janvier au 31 décembre,
- Indemnités de chômage, perte de gain maladie et accident et AI,
- Allocations familiales non comprises dans le salaire,
- Pensions alimentaires reçues,
- Attestation des PC Familles ou Rente pont,
- Attestations de rentes : AVS ou AI, 2^e pilier, 3^e pilier et autres (SUVA, rentes étrangères, etc.),
- Pour les nouvelles rentes, décisions d'octroi de rente AI.

Frais 2021 à déduire

- Bail à loyer,
- Cotisations 3^e pilier et AVS/AI pour personnes sans activité lucrative,
- Pensions alimentaires payées,
- Frais de garde d'enfant,
- Justificatifs de dons et versement aux partis politiques,

- Justificatifs de personne à charge (versement et attestation d'indigence).

Assurance-maladie & frais médicaux 2021

- Polices de base et complémentaire,
- Décisions de subsides OVAM,
- Relevé de franchise et 10 %,
- Factures de dentiste, lunettes, EMS, etc. et frais liés à un handicap.

Situation financière 2021

- Relevés des intérêts bancaires et postaux en Suisse et à l'étranger,
- Solde des comptes au 31 décembre en Suisse et à l'étranger,
- Intérêts des dettes ainsi que le solde au 31 décembre (y compris cartes crédits)

Pour les propriétaires

- La détermination de la valeur locative, les dettes hypothécaires 2021, les frais divers (assurances pour risques, impôt foncier communal, etc.), les factures de rénovation, la dernière estimation fiscale des immeubles.

Pour les nouveaux propriétaires

- Les documents mentionnés ci-dessus ainsi que la surface des pièces habitables (cuisine, salle de bains, W-C, hall, escaliers intérieurs du logement, combles habitables, vérandas fermées), année de construction et l'impôt foncier ou l'estimation fiscale.



▪ Roland Rapaz

L'évaluation des rentes AVS d'un couple marié

Après l'évaluation de la rente AVS d'une personne seule (*Courrier de l'AVIVO* n° 6, de décembre 2021), suite de notre série.

Les personnes mariées reçoivent chacune leur propre rente. Elle leur est versée au moment où elles atteignent l'âge de la retraite. Les partenariats enregistrés des couples homosexuels sont assimilés au mariage.

Pour calculer les rentes d'un couple, l'AVS ouvre deux comptes individuels qui donneront droit à deux rentes individuelles.

1. Chaque conjoint est crédité sur son compte de ses propres revenus.
2. Lorsque le premier des deux conjoints atteint l'âge de la retraite, il touche une rente calculée sur la base de son compte individuel.

Sa rente sera alors calculée comme pour un-e célibataire.

Exemple de calcul pour un couple marié

Calcul d'une rente AVS pour un couple	Explications	Monsieur	Madame
Revenus cumulés avant mariage	Ce que chaque membre du couple a gagné depuis son affiliation à l'AVS jusqu'au mariage.	200 000. -	75 000.- ¹
Revenu cumulé du couple depuis le mariage civil	Revenu de Monsieur 1 740 000.- plus le revenu de Madame 1'380'000.-	3 120 000.-	

Le conjoint qui n'a pas encore atteint l'âge de la retraite continuera de payer des cotisations AVS selon son statut (salarié, non salarié...)

3. Dès que le conjoint arrive à l'âge de la retraite, le compte des deux époux va être recalculé. On applique alors le **splitting**. Les revenus réalisés par les époux pendant les années civiles de mariage sont répartis et attribués par moitié à chacun. La moitié du revenu moyen du mari est créditée au compte AVS de sa femme et la moitié de celui de l'épouse sur le compte AVS du mari.

Pour les couples mariés, le total des deux rentes est plafonné à 150 % de la **rente simple maximale**, soit à Fr. 3 585.- (1^{er} janvier 2021).

Les deux rentes individuelles sont réduites de manière proportionnelle si ensemble elles dépassent ces Fr. 3 585.-.

Exemple de calcul pour un couple marié

Monsieur, 65 ans le 30 avril 2022 et Madame, 64 ans en 2023. Leurs rentes AVS, lorsque Madame arrivera à la retraite, résulteront alors du **splitting** de leurs revenus.

Si l'un des deux conjoints présente une **durée de cotisations incomplète**, le montant maximum des deux rentes correspond alors à un pourcentage du montant maximum en cas de rente complète (art. 35, al. 1, LAVS).

Moitié du revenu cumulé du couple	Le total des revenus du couple depuis le mariage divisé par deux $3\,120\,000.- : 2 =$	1 560 000. -	1 560 000.-
Revenu total de chaque membre du couple	Le résultat ci-dessus (moitié des revenus cumulés pendant le mariage) plus le revenu de chacun avant le mariage. Monsieur : 1 560 000.- + 200 000.- ; Madame 1 560 000.- + 75 000.-	1 760 000. -	1 635 000.-
Facteur de revalorisation	Le revenu de chaque conjoint est revalorisé au niveau actuel des salaires en le multipliant par un facteur, dit facteur de revalorisation. ²	1,064	1,029
Revenu total revalorisé	$1\,760\,000.- \times 1,064$ $1\,635\,000.- \times 1,029$	1 872 640.-	1 682 415.-
Bonification pour Tâches éducatives ou Tâches d'assistance	Ce couple ne peut prétendre ni à l'une ni à l'autre.	.-	.-
Revenu total revalorisé + bonifications		1 872 640.-	1 682 415.-
Années de cotisations		44	43
Revenu annuel moyen	Revenu total revalorisé, divisé par le nombre d'années de cotisations	42 560. -	39 126. -
Rente de chaque conjoint selon l'échelle 44 de l'AVS 1 ^{er} janvier 2021	Rente mensuelle 1 816.- pour 42 560.- 1 754.- pour 39 126.-	1 816. -	1 754. -
Total des deux rentes	Le total des deux rentes ne dépasse pas le 150 % d'une rente maximale individuelle, soit 3 585.- francs. Il n'y a donc pas de diminution des rentes	3 570. -	
Rentes définitives	Attention ! Situation avec les chiffres de 2022. La somme des salaires de Madame peut évoluer d'ici sa retraite.	1 816. -	1 754. -

Le calcul des rentes devient encore plus complexe. Il est décrit comme suit dans la nomenclature fédérale. « *Ce montant (le montant maximum des deux rentes) est déterminé en additionnant le pourcentage correspondant à l'échelle de rentes la plus basse et le double du pourcentage correspondant à l'échelle de rentes la plus élevée (art. 52). Ce total doit être divisé par trois.* ».

Après décryptage et en s'accrochant, on devrait pouvoir vous présenter un exemple dans un prochain numéro du *Courrier de l'AVIVO*.

Certains couples peuvent prétendre à des bonifications pour tâches éducatives ou pour tâches d'assistance.

Les bénéficiaires de rentes AVS peuvent prétendre à des bonifications pour tâches éducatives pour chaque année durant laquelle ils ont exercé l'autorité parentale sur un ou plusieurs enfants âgés de moins de 16 ans.

Ils peuvent également prétendre à des bonifications pour tâches d'assistance pour la prise en charge de parents nécessitant des soins.

Ces bonifications correspondent à des majorations du revenu provenant de l'activité lucrative. Elles sont prises en considération lors du calcul de la rente.

Les **bonifications pour tâches éducatives** et pour **tâches d'assistance** ne sont pas cumulables.

Dans notre exemple ci-dessus, elles seraient ajoutées au « revenu total revalorisé ».

Nous reviendrons plus en détail sur ces bonifications dans un prochain *Courrier de l'AVIVO*.

À suivre.

¹ Si j'ai imaginé un salaire cumulé de Madame inférieur à celui de Monsieur, ce n'est pas du fait de l'inégalité des salaires (certainement réelle), mais surtout parce qu'au moment de cette évaluation, Madame cotise depuis moins longtemps.

² Le facteur de revalorisation est une sorte d'indice d'inflation résultant d'une combinaison de l'évolution des prix et des salaires. Il permet d'adapter les revenus cumulés au cours de l'activité lucrative au niveau actuel des salaires. Ce facteur de revalorisation est fixé sur la base de l'année de la première inscription sur le compte individuel, prise en compte pour le calcul de la rente. (Dans notre exemple 1977 pour Monsieur et 1980 pour Madame). L'Office Fédéral des Assurances Sociales (OFAS) publie chaque année un nouveau tableau des « facteurs forfaitaires de revalorisation calculés en fonction de l'entrée dans l'assurance, valable pour l'année de survenance de l'assurance ». (entrée dans l'AVS)

COURRIER DE L'AVIVO

Revue destinée à toutes celles et tous ceux qui bénéficient ou vont bénéficier des prestations AVS/AI. Organe officiel de l'AVIVO Vaud, paraît six fois l'an.

Abonnement pour non-membres : Fr. 12.-

Abonnement de soutien : Fr. 18.-,
CCP 10-12147-1, IBAN CH56 0900 0000 1001 2147 1

Coordinateur de rédaction :

Patrick Ernst, Chemin de la Clouterie 11,
1612 Ecoteaux. Envoi par courriel à
redaction@courrier-avivo.ch

Administration, abonnements :

Mica Arsenijevic, Courrier de l'AVIVO,
Ch. du Pré des Cailles 10,
1323 Romainmôtier, 024 453 17 37
(répondeur) administrateur@courrier-avivo.ch

Publicité et photos : Envoi par courriel à
publicite@courrier-avivo.ch

Editeur responsable : AVIVO Vaud,
Place Chauderon 3, 1003 Lausanne,
info@avivo-vaud.ch.

Impression : CopyPress Sàrl à Puidoux

Site Internet : www.avivo-vaud.ch

Comité de rédaction : Michel Guenot, président,
Andrea Eggli, vice-présidente, Eva Gloor, Mica
Arsenijevic, Jean-Pierre Guignard, Pierre Jeanneret
et Bernard Walter

Correction : Christiane Betschen

ACTUALITÉS SOCIALES

Assurances sociales : ce qui change en 2022

Assurance-invalidité (AI)

Le projet Développement continu de l'AI fait partie des réformes qui ont fait de l'AI une assurance de réadaptation grâce à l'introduction et l'extension d'une multitude de mesures d'intégration et de réintégration professionnelle. Les nouvelles dispositions intensifient le suivi des enfants, des jeunes adultes et des personnes atteintes dans leur santé psychique et renforcent la collaboration avec les médecins traitants et les employeurs. Une des mesures est l'actualisation de la liste des infirmités congénitales (IC) pour l'adapter à l'état actuel des connaissances scientifiques. Plusieurs nouvelles dispositions visent à améliorer la (ré)-insertion professionnelle des personnes atteintes dans leur santé psychique. Le principal changement pour tous les assurés est le passage à un nouveau système de rentes linéaire. Les rentes en cours seront calculées selon le nouveau système si, lors d'une révision, le taux d'invalidité a subi une modification d'au moins 5 points. Les droits acquis sont garantis pour les personnes de 55 ans et plus. Avec l'introduction du nouveau modèle, la quotité de la rente d'invalidité est fixée en pourcentage d'une rente entière, et non plus par paliers de quarts de rente. En faisant disparaître les effets de seuil dus aux quatre paliers, le législateur a voulu encourager la reprise d'une activité lucrative ou l'augmentation du taux d'occupation des bénéficiaires de rente. Dans un souci d'évaluer et de garantir la qualité de ces expertises, une commission extraparlamentaire indépendante entrera en fonction pour surveiller l'accréditation des centres d'expertises, la procédure d'établissement des expertises médicales et les résultats de celles-ci.

Prévoyance professionnelle : pas de retrait du capital en cas de créance d'entretien

Il sera plus difficile de retirer son capital de prévoyance professionnelle en cas de

manquement à l'obligation d'entretien, par exemple envers son enfant. L'institution de prévoyance sera tenue de communiquer sans délai une éventuelle échéance d'un versement sous forme de capital. Ces annonces permettront d'engager à temps des démarches judiciaires en vue de garantir les créances d'entretien.

Adaptation des rentes invalidité et survivants de la PP

Certaines rentes de survivants et d'invalidité de la prévoyance professionnelle obligatoire seront adaptées pour la première fois à l'évolution des prix au 1^{er} janvier 2022. Le taux d'adaptation sera de 0,3 % pour les rentes ayant pris naissance en 2018 ; de 0,1 % pour celles nées en 2012.

Taux d'intérêt minimal dans la PP

Le taux d'intérêt minimal dans la prévoyance professionnelle (PP) obligatoire reste fixé à 1 % en 2022. Le taux d'intérêt minimal ne concerne que les avoirs relevant du domaine obligatoire du 2^e pilier. Le taux de 1 % est en vigueur depuis 2017.

Numéro AVS : utilisation étendue

Les autorités seront autorisées dès le 1^{er} janvier 2022 à utiliser systématiquement le numéro AVS comme identificateur de personnes pour accomplir leurs tâches légales. Cette modification de la loi fédérale sur l'assurance-vieillesse et survivants (LAVS) doit rendre plus efficaces les procédures administratives et permettre d'éviter des confusions lors du traitement de dossiers personnels. L'utilisation étendue du numéro AVS contribue à la mise en œuvre de la stratégie suisse de cyberadministration.

Assurance-maladie : prise en charge des psychothérapies

Les psychologues-psychothérapeutes pourront

dès le 1^{er} juillet 2022 fournir leurs prestations à la charge de l'assurance obligatoire des soins (AOS) sur prescription médicale, ceci afin de faciliter et d'accélérer la prise en charge des personnes atteintes de troubles psychiques. Selon les estimations du Conseil fédéral, l'AOS remboursera à l'avenir un montant de 100 millions de francs pour des prestations payées auparavant par les patients eux-mêmes.

APG : congé d'adoption

Le Parlement a donné son feu vert à l'introduction d'un congé d'adoption de deux semaines, indemnisé par les allocations perte de gain (APG). Le délai référendaire pour combattre ce projet court jusqu'au 20 janvier 2022. S'il n'y a pas d'opposition, la date d'entrée en vigueur sera alors fixée par le Conseil fédéral. Ce congé sera réservé aux parents adoptifs d'enfant de moins de 4 ans et qui exercent une activité lucrative.

Assurance-maladie

En 2022 et pour la première fois depuis 2008, la prime moyenne de l'assurance obligatoire des soins va diminuer... de 0,2 % par rapport à 2021... Par ailleurs, une réforme de 2021 incite les assureurs, d'une part, à calculer les primes au plus juste et, d'autre part, à recourir aux réductions volontaires des réserves qui, pour 2022, sera à hauteur de 380 millions de francs (28 millions en 2021). Les réserves cumulées dépassent encore les 12,4 milliards, ce qui plaide pour d'autres réductions à l'avenir. Pour le moment, il n'est pas encore possible de connaître l'impact de la pandémie de Covid-19 sur les coûts de la santé, et donc sur les futures primes-maladie. Le Conseil fédéral publiera un rapport sur le sujet à la fin de 2022.

Nous imaginons que les réserves vont suffire pour couvrir les coûts!

Principaux chantiers 2022

Prévoyance vieillesse : réformes et initiatives

Les projets de stabilisation de l'AVS (AVS 21) et réforme de la prévoyance professionnelle (Réforme LPP 2021) se trouvent à des stades différents au Parlement. La première est bientôt sous toit (hiver 2021 ou printemps 2022), alors que la seconde va être examinée par la première chambre.

Deux initiatives populaires en lien avec la prévoyance vieillesse ont par ailleurs abouti et vont être mises en votation ces prochaines années. La première demande le versement d'une 13^e rente AVS. La seconde, nommée initiative sur les rentes, veut dans une première phase augmenter l'âge de la retraite à 66 ans pour tout le monde, et dans une deuxième phase lier cet âge à l'espérance de vie de la population à 65 ans. Ces deux initiatives ont déjà été rejetées par le Conseil fédéral.

Assurance-maladie : initiative et contre-projet

Le Conseil fédéral a transmis au Parlement un contre-projet indirect à l'initiative populaire « Maximum 10 % du revenu pour les primes d'assurance-maladie » qu'il propose de rejeter. L'initiative dite d'allègement des primes vise à ce que les assurés ne doivent pas consacrer plus de 10 % de leur revenu disponible au paiement de leurs primes-maladie, système déjà en vigueur dans le canton de Vaud. Comme contre-projet, le Conseil fédéral propose une modification de la loi fédérale sur l'assurance-maladie : les cantons seront tenus de réglementer la réduction des primes de telle sorte que le montant annuel accordé en ce sens corresponde au moins à un pourcentage déterminé des coûts de la santé. Pour ce faire, ils devront tenir compte du poids des primes sur le budget des assurés aux revenus les plus faibles du canton.

■ Andrea Eggli

Le Canton de Vaud s'associe au projet eDéménagementCH

Le Conseil d'État souhaite permettre aux habitantes et aux habitants des communes vaudoises d'annoncer leur déménagement en ligne. Il soumet au Grand Conseil un projet de décret afin de déployer cette nouvelle prestation de cyberadministration et lance une phase d'essai pilote avec treize communes vaudoises. Il s'agit de simplifier les démarches des habitantes et des habitants.

L'AVS plus avantageuse

Non seulement l'AVS est plus sociale, mais contribuer à l'AVS serait également plus économique que se constituer un troisième pilier pour la plupart des salarié·es, personnes seules ou familles. C'est le résultat d'une étude de l'Union syndicale suisse (USS), qui a comparé le coût du premier pilier et celui de la prévoyance privée.

Selon les conclusions de l'analyse de l'USS, une femme seule avec un revenu médian verse pendant sa carrière Fr. 300 000.- à l'AVS (en se référant aux montants 2020) pour obtenir

sa rente de 1^{er} pilier. Si elle devait obtenir le même montant en prévoyance privée, cela lui coûterait entre Fr. 200 000.- et Fr. 250 000.- de contribution en plus. Les hommes seuls avec un salaire médian sont également avantagés avec les contributions à l'AVS.

Pour les familles (couples mariés avec deux enfants), l'écart est encore plus important et jusqu'à un certain niveau, les hauts revenus profitent également davantage du premier pilier : selon les calculs de l'USS, l'AVS est plus avantageuse que la prévoyance privée pour 90 % des familles.

Initiative pour une 13^e rente AVS

L'USS, Union syndicale suisse, nous informe que le Conseil fédéral l'a traitée en novembre dernier. Il la rejette froidement, sans contre-projet, bien que les rentes du 2^e pilier baissent depuis des années et que les retraité·e·s ont toujours moins d'argent à leur disposition.

L'AVS est le cœur même de la sécurité sociale et de la cohésion en Suisse. Il y a assez d'argent dans notre pays pour des rentes décentes, pas seulement pour les gros salaires. La décision du Conseil fédéral est en décalage avec la réalité. Pour l'écrasante majorité des gens, l'AVS est en effet la solution la plus avantageuse pour

améliorer les rentes de retraite. Une 13^e rente AVS est aussi bien plus juste et efficace.

Le Parlement débatera probablement l'été prochain de cette initiative. Avec le combat contre AVS 21, qui entraînera une dégradation des rentes versées aux femmes, nous avons du pain sur la planche!

En attendant, signez le référendum contre AVS 21 jusqu'au 7 avril sur la feuille encartée dans ce numéro!

L'AVS, c'est tellement moins cher !

Voici ce qu'il faudrait déboursier en plus chaque mois pour arriver via la prévoyance privée (type 3^e pilier) à la même rente que dans l'AVS (exemples par profession et situation familiale) :

Constructeur de routes, célibataire	431.- par mois
Assistante en soins et santé communautaire, célibataire	571.- par mois
Couple (animatrice jeunesse et infirmier), marié, deux enfants	788.- par mois
Gestionnaire IT (H) avec fonction de cadre, célibataire	9.- par mois

1883 (2021), AVS en prévoyance privée - comparaison prix prestations

Inégalités entre les sexes dans la prévoyance professionnelle suisse et possibilités d'action

L'égalité des sexes inscrite dans la Constitution n'est toujours pas réalisée dans la prévoyance professionnelle ni dans certaines parties du droit de la sécurité sociale. L'écart entre les rentes de vieillesse des femmes et des hommes montre que le deuxième pilier (LPP) en particulier présente des inégalités structurelles entre les sexes.

Sur mandat de la Conférence suisse des délégué·e·s à l'égalité (CSDE), deux juristes ont rédigé un avis de droit sur les problèmes d'(in)égalité au sein de la prévoyance professionnelle suisse. Rédigée en deux langues, cette analyse approfondie traite des inégalités entre les femmes et les hommes dans la prévoyance professionnelle suisse et en examine les causes structurelles, par exemple l'absence de prise en compte du travail des soins et domestique non rémunéré et les interruptions de travail rémunéré liées à la famille.

Elle présente les mesures nécessaires pour éliminer les inégalités entre les sexes et identifie les possibilités d'action dans le cadre du système de prévoyance professionnelle. Par exemple la suppression du seuil d'entrée dans la prévoyance professionnelle; la suppression de la déduction de coordination dans la

prévoyance professionnelle; la modification de la méthode d'évaluation de l'invalidité pour les personnes exerçant une activité à un taux d'occupation partiel; la nécessité d'introduire un congé parental rémunéré; la nécessité de réaliser l'égalité salariale, etc.

Au tour du Conseil fédéral et du Parlement de corriger ces inégalités dénoncées depuis bien des années!

L'inégalité s'accroît dans le monde

Le journaliste Sergio Ferrari nous dit que parmi les 7,8 milliards de personnes habitant la planète, seuls dix personnes ont une richesse individuelle supérieure à 100'000 millions de dollars, ce qui représente en tout environ 1 320 milliards ... Quelques autres 62 millions d'individus sont millionnaires.

Cent chercheurs de par le monde ont croisé des données, des statistiques et des analyses et ont produit le Rapport sur l'Inégalité mondiale 2022 qui vient de sortir. (https://wir2022.wid.world/www-site/uploads/2021/12/Summary_WorldInequalityReport2022_Spanish.pdf).

Selon ce rapport, les 52 personnes les plus riches de la planète ont vu croître la valeur de leur fortune d'environ 9 % pendant les 25 dernières années. Le club du 1 % plus riche



(plus de 1,3 million de dollars de fortune) a accumulé plus d'un tiers de la richesse mondiale depuis 1995.

La pandémie a contribué à augmenter les distances sociales. Après 18 mois de Covid-19, le monde est plus polarisé que jamais. Alors que la richesse des multimillionnaires a augmenté de plus de 3,6 milliards d'euros, 100 millions de personnes ont rejoint les rangs de l'extrême pauvreté en raison de la crise sanitaire actuelle.

Et si on partageait un peu tous ces milliards ?

Investissement responsable : c'est possible !

La caisse fédérale de pensions PUBLICA tient à investir les avoirs de prévoyance de ses assurés de manière responsable en s'engageant en faveur de la neutralité carbone et en excluant les fabricants d'armes nucléaires de son portefeuille de placement.

Depuis 2010, PUBLICA exerce également ses droits de vote auprès de 150 à 200 entreprises étrangères dont l'activité commerciale est potentiellement en contradiction avec la base normative. Avec la base normative, PUBLICA s'appuie sur la volonté du peuple suisse et sur les motions transmises aux Chambres fédérales.

PUBLICA utilise le terme « investir de manière responsable » à la place de « développement durable ». Elle investit de manière responsable en prenant en compte l'environnement, la

société et la gouvernance d'entreprise dans le placement de la fortune de prévoyance des personnes assurées, ce qui lui permet d'améliorer le profil risque-rendement sur le long terme.

Les retraités les plus aisés continuent de s'enrichir

Selon une étude de la Haute École spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest (FHNW), le capital des retraités fortunés continuerait d'augmenter. Passé la barre des 90 ans, les millionnaires sont nombreux et leur fortune ne cesse de grandir. Cette tendance à la hausse contraste avec le deuxième constat soulevé dans cette étude : l'écart de fortune entre les personnes âgées les plus aisées et les plus précaires se creuse ; une personne seule sur cinq a une fortune pratiquement nulle. En revanche, le cinquième le plus riche dispose d'une épargne d'un million de francs.

L'État stipule que toute personne à la retraite a le droit de toucher un minimum vital, fixé à Fr. 19 610.- par an pour une personne célibataire et Fr. 29 415.- pour un couple. Si les rentes vieillesse n'atteignent pas ce minimum vital, des prestations complémentaires (PC) peuvent être demandées. Ne pas hésiter à le faire ! Le Bureau d'information sociale de l'AVIVO peut vous aider.

■ Andrea Eggli



Billets TL : l'AVIVO Renens a obtenu les cartes en prévente à remplir!

Vous n'avez ni internet, ni de smartphone moderne, mais des automates à billets qui ont disparu et, surtout, peur de tomber dans un bus TL en y validant un billet.

Grâce aux démarches de l'AVIVO Renens, nos TL ont la solution : les Cartes en prévente à remplir au stylo!

Et ceci dans trois versions :

- ♥ La carte pour un trajet (valable une ou deux heures)
- ♥ La carte pour une journée (carte journalière)
- ♥ La carte pour six jours à choix (carte multijours).

Ces cartes peuvent être achetées pour toutes les zones Mobilis et sont valables une année. Vous payez à plein tarif ou avec votre abonnement 1/2 tarif.

Comment faire : avant de monter dans le véhicule, il suffit d'inscrire au stylo la date du jour (en plus, l'heure exacte pour la carte 1 trajet). La carte multijours permet de voyager aussi à plusieurs, il vous suffit de répéter la date sur votre carte autant de fois que de personnes qui voyagent ensemble.



On les trouve dans les Centres Clientèle TL :

- ✓ A Renens (Rue de Crissier 1, dans l'ex-magasin Bauer)
- ✓ Au Flon (Terminus de la ligne 18)
- ✓ A l'EPFL (200 mètres au sud de l'arrêt M1 EPFL)
- ✓ Ailleurs dans le canton
- ✓ Par téléphone au numéro 021 621 01 11 si vous ne pouvez pas vous déplacer.

Bon voyage, en toute sécurité!

MERCI à vous de faire connaître cette prestation.

■ Votre AVIVO Renens

Votations du 13 février 2022

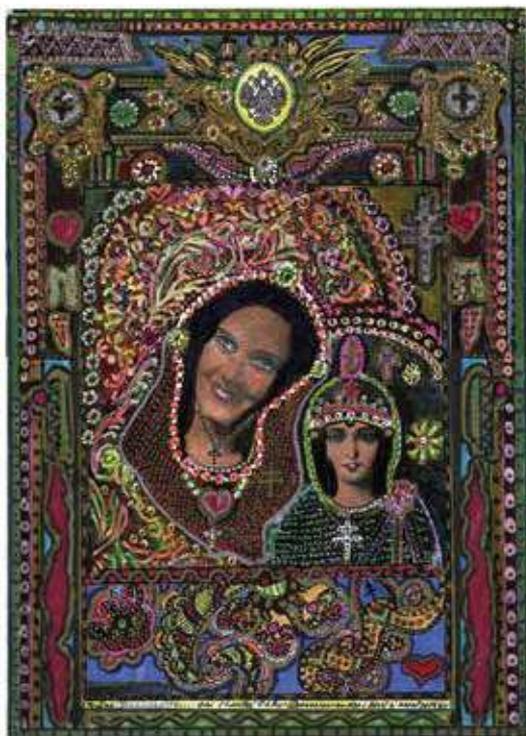
Référendum contre la suppression du droit de timbre

Le 13 février nous voterons sur le référendum contre la suppression du droit de timbre sur le capital payé par les grandes entreprises et les sociétés financières. Substitut de la TVA dont le secteur financier est dispensé, sa suppression ne profiterait qu'à une cinquantaine de grandes entreprises, compagnies d'assurances et banques. Les quelque 590 000 petites et moyennes entreprises n'en tireront aucun bénéfice. **L'AVIVO appelle à soutenir le référendum.** La suppression du droit de timbre n'apportera rien à la population en général, mais celle-ci ressentira douloureusement les conséquences de la diminution des rentrées fiscales d'environ 250 millions de francs par an.

COUP DE PROJECTEUR

L'Art Brut face aux croyances

Depuis les peintures rupestres et pendant des millénaires, l'art et le sacré, l'art et la spiritualité, l'art et la magie ont toujours été liés. C'est particulièrement vrai pour les créateurs que l'on rattache à l'Art Brut. Celui-ci est presque toujours le fait de marginaux, d'anticonformistes en rupture de ban avec la société, voire de malades, parfois internés dans des établissements psychiatriques. Ils sont en quête d'explications sur la vie, la mort; ils ont des interrogations métaphysiques. Ils trouvent ou non des réponses dans les religions traditionnelles, qu'ils réinterprètent cependant à leur façon. D'autres se sentent en contact avec les esprits, dont ils sont les médiums.



Charles Boussion

Icône Bernadette, 2015 feutre, correcteur blanc et collage sur papier glacé, 42 x 29,9 cm

Photo : Marie Humair, Atelier de numérisation –
Ville de Lausanne, Collection de l'Art Brut, Lausanne.

C'est à ce thème qu'est liée la 5^e biennale de l'Art Brut, qui réunit un ensemble remarquable de près de trois cents dessins, peintures, assemblages, sculptures, écrits et broderies dus à quarante-trois auteurs, hommes et femmes, vivants ou décédés. Il n'est pas question de les citer tous et toutes ici. Retenons quelques figures majeures. Marc Moret était un paysan

friburgeois vivant en ascète. On lui doit des « sculptures-collages » qui constituent une sorte de magma fait avec des morceaux de verre et du sable, mais aussi de remarquables peintures très colorées qui font un peu penser à Emil Nolde. D'autres auteurs sont issus de pays extraeuropéens. C'est le cas de l'Indonésien Noviadi Angkasapura, dont les œuvres ont un contenu très érotique. Un érotisme privilégiant des rouges intenses que l'on retrouve chez la célèbre Aloïse (Corbaz), qui unissait un amour imaginaire de jeunesse pour l'empereur d'Allemagne Guillaume II à des sentiments religieux exaltés. Le Guinéen Ataa Oko, représente quant à lui des esprits. La salle suivante réunit des artistes plus liés à la religion. La Jamaïcaine Elijah a peint des scènes bibliques de l'Ancien Testament. Se sentant inspirée par Dieu, elle est devenue guérisseuse et prêtresse et s'occupe aussi d'orphelins. L'Italien Giovanni Battista Podestà, qui avait lui-même un aspect christique, avec sa longue barbe, a travaillé sur des plaques argentées



et dorées, créant des bas-reliefs saisissants. Ils traduisent une vision manichéenne de la vie qui rappelle les retables médiévaux, avec les élus qui vont au Paradis et les damnés condamnés à l'Enfer. Le Français Charles Boussion s'est inspiré des icônes byzantines à la très riche ornementation, mais ses Vierges à l'Enfant prennent toutes le visage de son épouse. Très différente, l'œuvre de Philippe Ducollet-Michaëlef aligne des séries de figures féminines, à la fois christiques et érotiques, accompagnées de courts textes comme « Prostituées sacrées » ou « Christ mécréant ». Certaines cependant ressemblent à des divinités hindouistes. On voit donc bien que ces artistes ne se cantonnent pas aux religions traditionnelles et établies, mais qu'ils se les réapproprient selon leur personnalité et leurs propres croyances. Jules Godi, maçon d'origine italienne, travaillait lui avec un pendule et pratiquait la radiesthésie. Il représente des rayons cosmiques, des ondes avec lesquels

Philippe Ducollet Michaëlef

Vierges, entre 2006 et 2020
mine de plomb, encre de Chine et crayon de couleur sur papier
42 x 29,7 cm

Photo : Claudine Garcia, Atelier de numérisation – Ville de Lausanne. Collection de l'Art Brut, Lausanne.

il entre en contact. Ce qui donne des dessins magnifiques, très structurés.

À l'étage de la Collection ont été rassemblés des créateurs attachés au courant spiritiste. Rappelons que le spiritisme est une croyance née aux États-Unis au XIX^e siècle, qui permettrait d'entrer en contact avec les esprits. Le ou la médium exécute de sa main ce que ceux-ci lui dictent. Le Français Augustin Lesage, mineur de son métier, a peint des sortes de grands et superbes retables inspirés par la religion égyptienne antique ou le christianisme.

Alors que les artistes hommes ont été souvent reconnus de leur vivant, les femmes ont travaillé de manière plus intime et cachée. On perçoit aussi des différences de style. Les œuvres féminines sont moins structurées, plus végétales, et laissent peut-être davantage de place à l'imagination personnelle. C'est notamment le cas chez Guo Fegyí, inspirée par la cosmologie traditionnelle chinoise.

Par les quelques exemples que nous avons mentionnés, on voit donc que cette exposition, à la fois intéressante et souvent esthétiquement très belle, révèle à la fois une unité dans la recherche spirituelle sous des formes différentes, et une grande diversité thématique et stylistique.

■ Pierre Jeanneret

« CROYANCES », COLLECTION DE L'ART BRUT,
LAUSANNE, JUSQU'AU 1^{ER} MAI.

Henry Brandt : **cinéaste et photographe** **témoin de son temps**



Henry Brandt

Christophe Brandt (le fils d'Henry Brandt) dans *La Course au bonheur*, Exposition nationale suisse de Lausanne en 1964.

© Fonds Henry Brandt, Musée d'art et d'histoire de Neuchâtel

Nos lecteurs sont certainement nombreux à garder le souvenir des cinq petits films qu'Henry Brandt a réalisés pour l'exposition nationale de 1964. Intitulés *La suisse s'interroge*, ils clôturaient le pavillon de la Voie suisse. Ces films d'une étonnante actualité ont marqué toute une génération. Si vous n'avez pas pu les voir à la Cinémathèque suisse où ils ont été projetés cet automne dans le cadre de la rétrospective consacrée au cinéaste, rendez-vous à Neuchâtel. Jusqu'à fin mai 2022. Le Musée d'art et d'histoire de cette ville consacre à Henry Brandt disparu en 1998 une grande exposition rétrospective à l'occasion du centenaire de sa naissance. On peut entre autres revoir les cinq films dont il est question ci-dessus, en entier et dans une scénographie proche de celle de l'expo de 1964. On se souviendra aussi de son film à succès *Quand nous étions petits enfants*, qui raconte le quotidien d'une classe à La Brévine, et qui a été récompensé au festival de Locarno en 1961.

Henry Brandt a questionné la société d'abondance suisse, la transformation de l'industrie horlogère et ses conséquences. Il a aussi abordé les thèmes du vieillissement de la population, de la pollution, des menaces

environnementales ou sanitaires. Il expose les problèmes de façon parfois visionnaire mais ne porte aucun jugement et ne fait pas de morale. C'est là sa force à mon sens. Avec un regard humaniste, ce documentariste autodidacte a filmé les Peuls au Niger (*Les Nomades du soleil*), les coutumes de Madagascar. Patronné par l'OMS, il a sillonné le monde pendant deux ans à la fin des années 1960 pour en ramener *Voyage chez les vivants - L'Aventure des hommes*. Il décrit dans ce film le contraste entre des sociétés occidentales nanties et en révolte (mai 1968) et des sociétés en développement avec des populations qui luttent pour leur survie. Le succès commercial ne sera cependant pas au bout de l'aventure. À Neuchâtel, l'exposition présente de nombreux extraits de ses films les plus importants. Elle met aussi en valeur le talent de photographe d'Henry Brandt. Cet aspect plus méconnu de son travail est cependant passionnant et complémentaire. En témoignent près de deux cents photographies souvent inédites.

Intéressés ? Alors, partez à la (re) découverte de cette figure marquante du cinéma suisse !

■ Michel Guenet

**LE MUSÉE D'ART ET D'HISTOIRE DE
NEUCHÂTEL. JUSQU'À FIN MAI 2022.**

Les samouraïs au Musée historique de Berne



Nous voilà ici dans un univers fascinant. Dès le XII^e siècle au Japon s'affirme la domination de la noblesse d'épée. L'empereur ne détient qu'un pouvoir symbolique. Le véritable pouvoir est aux mains des *shoguns*, seigneurs de guerre qui engagent des samouraïs à leur service. L'exposition débute par des extraits de films, notamment d'Akira Kurosawa, où l'on voit que ceux-ci sont devenus un véritable mythe, jusqu'aux mangas actuels. Puis est présenté un remarquable ensemble de mannequins, certains à cheval, revêtus de cuirasses richement décorées de motifs symboliques, très bien expliqués par de courts textes accompagnant les objets. Ces pièces uniques proviennent de la collection Ann & Gabriel Barbier-Mueller (Dallas, États-Unis). Parmi celles-ci, des casques, tous différents les uns des autres, et des sabres, qui étaient la propriété la plus importante du samouraï, avec la lance et l'arc. Une vidéo explique les techniques de fabrication d'une arme. De grands paravents sont illustrés par des représentations de batailles. En 1543, les

Armure (nimaitachido tosei gusoku).

Attributions à Myochin Yoshimichi (casque) et Myochin Munenori (armure). Époque Muromachi, vers 1400, et milieu de l'époque Edo, XIV^e siècle.

© Musée d'Histoire de Berne, Berne. photo : Stefan Wermuth

Portugais introduisent au Japon les armes à feu, qui vont changer la donne et contribuer au déclin de ces guerriers.

Sur un fond sonore de musique japonaise, l'exposition s'attache aussi aux rites, aux croyances religieuses (le bouddhisme zen, le shintoïsme impérial) et au code d'honneur des samouraïs.

Mais en 1868 commence l'ère Meiji, du nom de Meiji-Hito, qui rétablit le pouvoir de l'empereur et crée le Japon moderne. Il constitue notamment une armée équipée à l'Occidentale qui, en 1905 à la bataille navale de Tsushima, humiliera la Russie tsariste en envoyant sa flotte par le fond... C'en est fini de la période de gloire des samouraïs, dont certains vont sombrer dans la misère et l'alcoolisme, tandis que d'autres sauront trouver à s'employer ailleurs, notamment dans l'enseignement.

Cette exposition passionnante, superbe par les objets qu'elle présente, nous permet donc aussi de pénétrer dans l'âme japonaise, où par exemple les fleurs de cerisiers, qui s'épanouissent pendant une période très courte, symbolisent la brièveté de la vie. Au Japon s'unissent le beau et l'éphémère...

Et si vous ne connaissez pas encore le vaste Musée d'Histoire de Berne, ne manquez pas de visiter d'autres salles, notamment du Musée Einstein (dans le même bâtiment), consacré à la vie et à l'œuvre scientifique du savant génial.

■ Pierre Jeanneret

« LE MYTHE DU SAMOURAÏ », MUSÉE
D'HISTOIRE DE BERNE, HELVETIAPLATZ 5,
JUSQU'AU 5 JUIN 2022.

BLOUSE BLANCHE ET ENCRE NOIRE



■ Dr Jean-Pierre Guignard

ACCIDENT ISCHÉMIQUE TRANSITOIRE (AIT)

L'accident ischémique transitoire, appelé aussi *ischémie cérébrale transitoire*, consiste en une diminution aiguë transitoire de la perfusion sanguine de certaines zones du cerveau. Cet incident survient brusquement, et ne dure que quelques minutes, moins de soixante en général. Les symptômes dépendent de la zone concernée par la diminution de la perfusion sanguine.

La vascularisation du cerveau est en effet assurée par deux réseaux sanguins distincts. Le premier réseau dépend des artères carotides, tandis que le deuxième réseau est alimenté par le tronc artériel basilaire qui donne naissance aux deux artères irriguant le cervelet. Le mode de présentation de l'AIT est donc différent selon que l'ischémie concerne les zones nourries par les carotides ou celles de la zone du cervelet nourrie par le tronc basilaire. La durée du trouble circulatoire étant classiquement assez courte, les cellules cérébrales résistent et ne présentent pas de séquelles permanentes. Le danger de l'AIT, c'est qu'il peut se répéter, et aboutir à un véritable accident vasculaire cérébral ou AVC. La survenue d'un AIT doit donc déboucher sur des mesures prophylactiques immédiates.

À noter que le trouble vasculaire peut également concerner la rétine, et la moelle épinière!

Tout s'est mis à tourner devant moi :
L'histoire de Marie-Claire illustre l'une des

présentations habituelles de l'AIT. À 70 ans, Marie-Claire, Valaisane solide vivant à Sion, est une femme pleine d'énergie, sportive et joviale. Son hypertension artérielle modérée découverte fortuitement il y a des années est bien contrôlée par un médicament hypotenseur qu'elle prend très régulièrement. Son généraliste lui a prescrit une statine en raison d'un cholestérol un peu élevé, ainsi que de la vitamine D et du calcium pour prévenir une ostéoporose. Elle a passé fin novembre 2021 quelques jours à Vercorin. Rentrée chez elle à Sion le 1^{er} novembre, un peu fatiguée par le déménagement de lourds bagages, elle s'étend sur un sofa et allume son poste de télévision. C'est le moment des *Questions pour un champion* sur France 3, une émission qu'elle regarde volontiers... Et voilà que subitement, selon Marie-Claire : « *tout se met à tourner autour de moi. Les couleurs se mettent à scintiller sur le tableau qui me fait face. Mon œil droit louche horriblement. Je me sens mal. J'ai envie de vomir. Je pense à un accident vasculaire cérébral. Mon compagnon appelle le 144. Quand j'arrive à l'hôpital dix minutes plus tard, j'ai déjà l'impression d'aller mieux, même*



Marie-Claire :
sportive et
joviale

si j'ai encore très mal à la tête. Ma pression est à 185. Je suis immédiatement prise en charge par l'équipe médicale. Injection d'un agent anticoagulant. Scanner, IRM, radiographie pulmonaire. Je me remets rapidement et une fois les examens terminés, après quelques jours d'observation, je rentre à la maison. En plus de mon traitement habituel, je suis maintenant sous antiagrégant plaquettaire¹.

Les jours suivants, tout à l'air de rentrer dans l'ordre. Et puis, le 23 novembre, je me lève, je fais quelques pas dans ma chambre et je tombe brusquement sur le dos, comme si le sol s'était dérobé sous mes pieds. J'ai de violents tremblements des extrémités. Retour à l'hôpital où une radiographie montre une fracture d'une vertèbre dorsale. Les différents examens radiologiques de la colonne vertébrale et du bassin ne révèlent rien de plus grave, heureusement. Je n'ai pas beaucoup d'équilibre, mais l'examen de l'oreille interne est normal. Après quelques jours d'hospitalisation, je rentre à la maison, en espérant que c'est pour longtemps.

L'ischémie cérébrale transitoire :

Ce que nous raconte Marie-Claire correspond exactement à la présentation classique de l'AIT. Les troubles neurologiques décrits s'expliquent par une diminution aiguë de la perfusion sanguine dans certains territoires du cerveau. Ces troubles circulatoires étant de brève durée, il n'y a pas d'infarctissement cellulaire. Il ne s'agit donc pas, au sens strict, d'un AVC. Les examens neuro-radiologiques, y compris l'IRM cérébrale, se sont donc révélés normaux. Pourtant, la récurrence ayant provoqué la chute de Marie-Claire trois semaines plus tard, montre que sa vascularisation cérébrale est fragile, et qu'un suivi

rigoureux est nécessaire. La formation de petits caillots de sang dans la circulation cérébrale pouvant être responsable de l'ischémie, une prophylaxie par des anticoagulants est indiquée. L'hypertension artérielle, qui représente un facteur de risque, doit être soigneusement contrôlée. Comme doivent l'être les troubles du rythme cardiaque, en particulier la fibrillation auriculaire². La présence d'autres facteurs de risque, comme un diabète sucré, l'obésité, le tabagisme et des taux élevés de cholestérol doit être recherchée, et un traitement préventif efficace institué sans délai si nécessaire.

Pronostic de l'AIT :

Il est en général bon avec une récupération totale des troubles cérébraux transitoires. Mais la forte probabilité de récurrences de l'AIT, avec le risque de lésions plus sévères constituant un véritable AVC, doit conduire à des mesures prophylactiques rigoureuses. C'est le moyen le plus sûr d'éviter une évolution grave.

¹ Antiagrégant plaquettaire : médicament diminuant l'agrégation des plaquettes sanguines et évitant ainsi la formation de caillots sanguins.

² Fibrillation auriculaire : anomalie du rythme cardiaque provenant des oreillettes.

Pas touche à nos rentes!



Non à AVS 21

Signez
maintenant!

RÉFÉRENDUM



GAS/ECR/ICR

nicht frankieren
ne pas affranchir
non affrancare

B

50212888
000011
DIE POST



Travailler plus, recevoir moins

L'augmentation de l'âge de la retraite des femmes à 65 ans équivaut à une baisse de rentes de 1 200 francs par an en moyenne.

Un écart de rente injuste

Les femmes touchent déjà un tiers de moins à la retraite que les hommes.

Hausse de l'âge de la retraite pour tout le monde

AVS 21, ce n'est que le début. La retraite à 67 ans pour tout le monde et de nouvelles baisses dans le 2^e pilier sont déjà prévues.

Référendum AVS 21

Case postale 528

9430 St. Margarethen

Signez aujourd'hui!

www.avs21-non.ch

PAS TOUCHE À NOS RENTES !

Les fossoyeurs de nos retraites ont adopté leur projet de démantèlement sur le dos des femmes ! Nous n'avons plus d'autre choix que de saisir le référendum et de récolter, ensemble, des signatures pour stopper ce démantèlement dans les urnes ! Voici trois bonnes raisons de dire NON à AVS 21 :



Moins pour vivre

Avec la hausse de l'âge de la retraite dans AVS 21, les femmes perdent 7 milliards de francs. Pour chaque femme, cela veut dire environ 1200 francs en moins chaque année.



Les femmes ont déjà un déficit de rente

Aujourd'hui déjà, les femmes touchent un tiers de moins à la retraite que les hommes. Parce que leurs salaires sont plus bas et qu'elles assument plus de tâches familiales.



Travailler plus longtemps

AVS 21, ce n'est que le début. L'étape suivante est déjà connue : la retraite à 67 ans pour tout le monde et de nouvelles coupes dans le 2^e pilier.

NON AU DÉMANTÈLEMENT DE L'AVS !

1

Détacher la carte

2

Signer

3

Renvoyer gratuitement



RÉFÉRENDUM CONTRE LE DÉMANTÈLEMENT DE L'AVS

Publié dans la Feuille fédérale le 28.12.2021.

Référendum contre la modification du 17 décembre 2021 de la loi fédérale sur l'assurance-vieillesse et survivants (LAVS) (AVS 21). Les citoyennes et citoyens suisses soussignés ayant le droit de vote demandent, en vertu de l'art. 141 de la Constitution fédérale et conformément à la loi fédérale du 17 décembre 1976 sur les droits politiques (art. 59a à 66), que la modification du 17 décembre 2021 de la loi fédérale sur l'assurance-vieillesse et survivants (LAVS) (AVS 21) soit soumise au vote du peuple.

Seuls les électrices et électeurs ayant le droit de vote en matière fédérale dans la commune indiquée en tête de la liste peuvent y apposer leur signature. Les citoyennes et les citoyens qui appuient la demande doivent la signer de leur main. Celui qui se rend coupable de corruption active ou passive relativement à une récolte de signatures ou celui qui falsifie le résultat d'une récolte de signatures effectuée à l'appui d'un référendum est punissable selon l'art. 281 respectivement l'art. 282 du Code pénal.

N° postal:	Commune politique:			Canton:		
N°	Nom et Prénom (écrire de sa propre main et si possible en majuscules)	Date de naissance (jour/mois/année)	Adresse exacte (rue et numéro)	Signature manuscrite		Contrôle (laisser en blanc)
1.						
2.						
3.						

Expiration du délai référendaire : 7 avril 2022

Le comité du référendum se chargera de demander l'attestation de la qualité d'électeur des signataires ci-dessus.			
Le/la fonctionnaire soussigné/e certifie que les _____ (nombre) signataires du référendum dont les noms figurent ci-dessus ont le droit de vote en matière fédérale dans la commune susmentionnée et y exercent leurs droits politiques.			
Le/la fonctionnaire compétent/e pour l'attestation (signature manuscrite et fonction officielle)			Sceau
Lieu	Date		
Signature manuscrite	Fonction officielle		

Cette liste, entièrement ou partiellement remplie, doit être renvoyée rapidement au comité référendaire : Référendum AVS 21, Case postale 528, 9430 St. Margrethen

Référendum contre la suppression de l'impôt anticipé sur les obligations

L'impôt anticipé permet de s'assurer que l'achat d'obligations ne puisse pas être soustrait au fisc et que tout le monde soit placé sur un pied d'égalité face à l'impôt. L'impôt est soutenu par l'AVIVO Vaud parce que sa suppression est un laissez-passer pour la criminalité fiscale en Suisse et à l'étranger. **Signez-le et retournez-le avant le 7 avril 2022** à PS Suisse, Theaterplatz 4, Case postale, 3001 Berne.

ENCOURAGER LA CRIMINALITÉ FISCALE ? NON À L'ABOLITION DE L'IMPÔT ANTICIPÉ SUR LES OBLIGATIONS

Publiée dans la Feuille fédérale le 28.12.2021

Référendum contre la modification du 17 décembre 2021 de la loi fédérale sur l'impôt anticipé (LIA) (Renforcement du marché des capitaux de tiers). Les citoyennes et citoyens suisses soussignés ayant le droit de vote demandent, en vertu de l'art. 141 de la Constitution fédérale et conformément à la loi fédérale du 17 décembre 1976 sur les droits politiques (art. 59a à 66), que la modification du 17 décembre 2021 de la loi fédérale sur l'impôt anticipé (LIA) (Renforcement du marché des capitaux de tiers) soit soumise au vote du peuple.

Seuls les électrices et électeurs ayant le droit de vote en matière fédérale dans la commune indiquée en tête de la liste peuvent y apposer leur signature. Les citoyennes et les citoyens qui appuient la demande doivent la signer de leur main. Celui qui se rend coupable de corruption active ou passive relativement à une récolte de signatures ou celui qui falsifie le résultat d'une récolte de signatures effectuée à l'appui d'un référendum est punissable selon l'art. 281 respectivement l'art. 282 du Code pénal.

N° postal :		Commune politique :		Canton :		Comité (laisser en blanc)
N°	Nom et Prénom <small>(écrire de sa propre main et si possible en majuscules)</small>	Date de naissance <small>(jour/mois/année)</small>	Adresse exacte <small>(rue et numéro)</small>	Signature manuscrite		
1.						
2.						
3.						
4.						

Expiration du délai référendaire : **7 avril 2022**

Le comité du référendum se chargera de demander l'attestation de la qualité d'électeur des signataires ci-dessus.			
Le/la fonctionnaire soussigné/e certifie que les _____ (nombre) signataires du référendum dont les noms figurent ci-dessus ont le droit de vote en matière fédérale dans la commune susmentionnée et y exercent leurs droits politiques.			
Le/la fonctionnaire compétent/e pour l'attestation (signature manuscrite et fonction officielle)			Sceau
Lieu	Date		
Signature manuscrite	Fonction officielle		

Cette liste, entièrement ou partiellement remplie, doit être renvoyée rapidement au comité référendaire : PS Suisse, Theaterplatz 4, Case postale, 3001 Berne

CHARLOTTE ET GASTON

Quiproquo et **imbroglio**

Ce soir-là il pleuvait, il pleuvait jusqu'à vous tremper les os.

Gaston m'avait donné rendez-vous et c'est bien parce que c'était lui que je suis sortie. Je ne sais pas si c'est pareil pour vous, mais quand il fait sombre et froid rien ne me réchauffe autant le cœur qu'une belle lumière. C'est exactement l'effet bénéfique que me procura l'enseigne blanche du Café Bel Ami où j'avais rendez-vous. Enfin arrivée, j'ai secoué mon parapluie et accroché mon imperméable au vestiaire. Il était dix-neuf heures pile. J'aime être précise ! J'ai cherché Gaston des yeux, mais dans ce petit établissement il n'y avait que trois tables occupées et il n'était pas encore arrivé. Je me suis installée et ai commandé un bon grog bien chaud. En sirotant ma boisson, je repensais à notre dernière entrevue. On ne peut pas dire que ça s'était mal fini, mais un sentiment d'incompréhension m'occupait l'esprit. Nous discutons de choses assez sérieuses, en confiance. Je le voyais chercher ses mots lorsqu'il essayait de s'ouvrir à moi le plus intimement possible et c'était très touchant. De mon côté, je faisais de mon mieux pour lui manifester tous les signes d'amitié que je pouvais. Nous arrivions à partager nos préoccupations en toute sincérité et nous tentions de trouver des solutions ensemble.

Et puis soudain Gaston s'est redressé, le regard noir, et, en regardant sa montre, est sorti en me disant qu'il avait oublié son rendez-vous de dentiste.

Je ne sais pas pourquoi, mais le fait que ces instants chaleureux aient été interrompus si brusquement m'a laissé un goût amer. Je n'arrive pas à croire que ce soit ce seul motif qui l'ait fait réagir de la sorte. Ai-je été trop incisive ? Était-il allé trop loin dans ses confidences ?

Pourquoi ne me faisait-il plus confiance ? Nous avions pourtant – il me semblait en tout cas ! – une amitié solide. Et puis après il m'a laissée sans nouvelles plus de deux semaines. Quel rustre !

Je repensais au message trouvé ce matin sur mon répondeur où il me donnait rendez-vous ce soir. Sur le moment j'étais si contente de l'entendre que je me suis sincèrement réjouie de le revoir. Et puis le Café Bel Ami, c'était vraiment le nom qu'il nous fallait. Mais maintenant ça me revient. Pourquoi juste quelques mots pour me convier, sans autres explications, sans excuses pour l'autre jour... et avec une voix si froide. Je n'arrêtais pas de ruminer.

Vers sept heures et demie, le garçon m'a demandé ce que je désirais manger. Je n'avais pas faim, j'étais seule dans un café inconnu et Gaston m'avait abandonnée. J'ai tout de même pris une soupe.

Vers huit heures et quart, j'ai réglé mon addition et quand le serveur m'a demandé si tout allait bien j'ai compris qu'il ne parlait pas de ce qu'il m'avait servi, mais de mes yeux rougis. Que je suis bête parfois !

Demain j'irai chez Gaston et nous aurons une explication. Je vous le promets !



Bientôt sept heures. J'aime ce restaurant, spacieux et chaleureux. Il est animé, toujours plein de monde et c'est le lieu idéal pour se rencontrer. Le Café des Amis porte bien son nom ! Ah, si vous saviez comme la vie peut vous réserver des surprises et combien je me réjouis de raconter tout cela à Charlotte ! D'autant plus que c'est grâce à ses bons conseils que mon voyage s'est si bien déroulé. Je n'entrerai pas dans les détails avec vous – je réserve ça à mon amie – mais je peux déjà vous dire que sans notre discussion de la dernière fois je n'aurais pas vu si clair, ni dans la situation ni en moi. Mais en tout cas je suis impatient de tout lui raconter.

Je pose la plume quelques instants, car le serveur est venu vers moi et j'aimerais régler avec lui quelques détails pour accueillir Charlotte comme il faut !

Je vous parlais, il y a peu de l'enthousiasme dans lequel j'étais en début de soirée. Malheureusement ça n'a pas duré longtemps. Charlotte, si ponctuelle, ne venait pas. Sept heures et quart, et demie, huit heures... Mais que lui est-il donc arrivé ? Personne ne répond chez elle. M'étais-je mal exprimé en partant l'autre jour ? J'étais pressé, mais je suis certain que nous avons convenu avant mon départ que nous nous reverrions aujourd'hui. Et ce matin j'ai bien confirmé la chose sur son répondeur, vieil automate téléphonique, si poussif qu'on le croirait sourd comme un pot ! J'ai fini par me persuader qu'il lui était arrivé quelque chose de grave. Si elle avait eu un empêchement, elle m'aurait averti. Ce n'est pas son genre de me laisser sans nouvelles. Je crains un accident de vélo. Elle m'inquiète à toujours rouler si vite !

Et puis, n'y tenant plus, à huit heures et demie je sors sur le pas de la porte du café prendre l'air, l'inquiétude m'empêche de respirer. Ça ne va vraiment pas fort.

À peine sur le seuil qu'est-ce que j'aperçois de l'autre côté de la place, tenez-vous bien, Charlotte qui rentre chez elle d'un pas pressé. Ça alors ! Elle m'avait posé un lapin ! Ni une ni deux, j'enfile mon manteau et cours vers elle. Quand je la rejoindrai, je ne manquerai pas de lui tirer les oreilles ! D'ailleurs elle se retourne déjà...

- Alors comme ça, on ne vient pas au rendez-vous maintenant ?
- Comment ça ? C'est toi qui m'as posé un lapin !
- Ça fait plus d'une heure que je t'attends...
- Mais moi aussi !
- Tu as pourtant toujours été fidèle au rendez-vous.
- Toi aussi.
- Sauf aujourd'hui.
- C'est toi qui n'étais pas là !
- Et toi tu y étais ? Invisible, oui !
- Je me réjouissais tellement.
- Moi aussi, espèce d'imbécile.
- Tu entends ce que tu dis ? C'est trop fort ! C'est la première fois que tu oses me dire une chose pareille.
- Pardon, mais ça fait mal. Je n'ai visiblement rien compris.
- Moi non plus, semble-t-il.
- Reprenons depuis le début. Où étais-tu tout ce temps ?

Une fois le mystère de notre quiproquo résolu, c'est d'excellente humeur que nous avons poursuivi la soirée.

Repas au Café des Amis, dessert au Bel Ami. Et digestif au Bar des Retrouvailles !

■ Signé Charlotte et Gaston

2022 – ANNÉE DU VÉLO

Seniors et vélo

Le Canton, la Ville de Lausanne et la Ville d'Aigle ont déclaré l'année 2022 Année du vélo. En effet une conjonction d'événements majeurs va se dérouler cette année et il a été décidé de mettre en avant ces derniers, d'en créer d'autres et de réunir la population autour du cyclisme en général et de promouvoir ce mode de déplacement.

Votre Courrier de L'AVIVO vous propose deux articles Vélo et seniors, signés par Carlos Madrid et publiés par Provélo Info il y a une année, mais toujours d'actualité. Le premier est publié dans ce numéro, le deuxième sera publié dans le numéro 2 de notre journal.

■ Andrea Egli

Vieillir à vélo – Chiche !

Les 60-75 ans représentent 33 % des cyclistes. C'est bon pour eux, pour la société, pour l'environnement. En dix ans, en Suisse, le nombre des plus de 65 ans qui possèdent un vélo est passé de 27 à 43 % et le nombre de kilomètres parcourus quotidiennement par ces seniors a doublé ou triplé selon leur âge. Les seniors s'emparent de la route : tant mieux.

Le vélo aide à « rester jeune », ce n'est pas un mythe, mais une réalité médicale. Après 65 ans, la perte d'efficacité musculaire réduit la capacité de marche : sur une distance donnée, on consomme 20 % d'énergie supplémentaire. Mais l'effort physique peut annuler cette perte. On a comparé¹ des sportifs de plus de 65 ans dont la moitié marchait et la moitié roulait à vélo. Ceux qui pédalaient 3x30 minutes/semaine compensaient plus efficacement la perte d'efficacité musculaire que ceux qui marchaient autant. Les cyclistes âgés qui roulent régulièrement ont « une efficacité à la marche semblable à celle de jeunes adultes ».

Ceux qui ne pédalent pas encore devraient s'y mettre : six mois de vélo suffisent pour retrouver l'efficacité musculaire optimale².

Protéger vos poignets : quelques réglages indispensables

- Bien positionner le cintre en hauteur et en angle d'inclinaison. Pour un cintre droit, choisir des poignées angulées de 15° vers l'arrière qui permettent de maintenir l'irrigation sanguine et l'innervation des doigts.
- Protéger les mains des chocs de la route en portant des gants, en enroulant de la guidoline plus épaisse autour du cintre route (ou en mettant de la mousse sous la guidoline), et en utilisant des poignées ergonomiques bien orientées sur les autres cintres.

Protéger vos poignets : principes de « bonne conduite » :

- Ne pas rouler avec les poignets étirés.
- Si l'équilibre est bon, lâcher le guidon régulièrement pour secouer une main puis l'autre et activer la circulation sanguine.
- Modifier souvent la position des mains sur le guidon pour éviter les crampes et l'engourdissement.

Le vélo est un bon moyen de rester physiquement actif à un âge avancé. En outre, le vélo contribue à accroître la mobilité des personnes âgées. La perte du permis de conduire ou le renoncement à la voiture sont des deuils difficiles. Le vélo peut satisfaire les besoins de mobilité des aînés.

Un corps sain sur un vélo sain

Il n'existe pas de contre-indications au vélo chez les aînés. Certaines parties du corps sont plus à risque, mais la plupart de ces « bobos » cèdent à un simple réglage : partir illico avec le vélo que l'on n'a pas utilisé depuis 20 ans ou



acheter un vélo sur internet non réglé par un pro, c'est se condamner à souffrir.

Le genou, constamment sollicité, subit des inflammations ligamentaires souvent liées à de mauvais réglages : cadre, selle, manivelle, pédale, cale-pédale et/ou utilisation d'un braquet inadapté. Concrètement, traiter médicalement sa tendinite est inefficace sans « consulter » un pro pour régler son vélo. Dans le dos, le vélo peut déclencher des douleurs d'arthrose et des pincements intervertébraux des nerfs. Le médecin sera impuissant sans réglage technique : les dorsalgies seront prévenues par le réglage de la hauteur de selle et du guidon pour permettre une bonne angulation du genou lorsque la pédale est à fond. La position favorable des lombaires, pas trop étirées par une position trop antérieure du guidon, est cruciale.

Les poignets sont la cible de douleurs du cycliste âgé par compression des nerfs. Engourdissement des doigts, douleur de la main au bras, pouce qui ne bouge plus bien : la prévention passe par de simples réglages (cf encadré).

Et les fesses ? Eviter de rouler sur de longues distances sans tenue adaptée. Chaleur, transpiration, frottements du tissu et de la selle sont source d'irritations par macération. Les sels minéraux de la transpiration forment un abrasif pour la peau. Le port d'un cuissard sans sous-vêtement peut se révéler le bon choix. Faire examiner la selle par un pro peut être bienvenu même pour des cyclistes bien équipés.

Pourquoi des cours de conduite ?

Apprendre à faire du vélo à des personnes âgées ? Une idée innovante pour vaincre les peurs et assurer la sécurité des aînés et des autres usagers de la route.

Les aînés profitent de cours de conduite à vélo pour découvrir cette mobilité douce ou pour passer du mécanique à l'électrique quand le poids des ans se fait sentir. Julien Hutin, responsable cantonal des cours de conduite chez *PRO VELO* Genève, souligne leur importance pour maintenir en forme des aînés souvent envoyés par leur médecin. Le poids des vélos électriques peut rebuter même à l'arrêt celui qui n'a pas l'habitude : les troubles de l'équilibre et la peur de la chute excluent nombre d'aînés. L'arrivée de tricycles électriques pour rassurer le sénior en mal d'équilibre est imminente et ouvrira la route à une nouvelle catégorie de tri-cyclistes.

Les cours de vélo « sur prescription médicale » confirment la justesse de l'objectif : donner à l'aîné qui vient au vélo la confiance nécessaire. La formation porte aussi sur l'équipement du vélo : poignées ergonomiques, suspensions en fonction des caractéristiques physiques de la personne. La customisation du vélo est essentielle au confort. L'assistance peut aller jusqu'à mettre le sénior en relation avec des artisans aptes à modifier la bécane pour y être à l'aise.

Conserver ou retrouver ses aptitudes physiques, telle est la philosophie des cours de conduite pour aînés. Elle devrait être au centre de ce retour des aînés vers une bicyclette moderne admise et respectée au sein d'un trafic sécurisé pour des cyclistes finalement pas si fragiles.

■ Carlos Madrid

Article paru dans *PRO VELO* info, décembre 2020

¹ Aslan DH et al. 2019

² Conley, K.E. et al. 2013

AVEC NOS SECTIONS

Section **d'Orbe et environs**

L'AVIVO fête Noël

Un Casino bourdonnant, ou congratulations et papotages étaient au rendez-vous.

En marge des restrictions sanitaires du moment, plus de 160 membres du groupe d'Orbe et environs se sont retrouvés en toute convivialité pour le traditionnel repas de Noël.

Un plaisir évident de renouer entre amis cette amitié AVIVO, de pouvoir se reconforter dans ces moments de difficultés sociales. Cette

traditionnelle rencontre festive permet d'apprécier un repas en commun et de participer à la tombola interne qui récompense chacune et chacun.

Les invités du jour, Jean-Marc Besençon municipal a porté le salut des autorités urbigènes et Raymond Durussel membre de la section locale et président AVIVO Vaud a éclairé l'auditoire

en chantant. Ont été félicités les membres honoraires présents, Lily Kratinger, Gaby Dupraz et Henri Perrenoud, ainsi que 18 membres jubilaires qui ont atteint 80 ans et plus. Une occasion pour oublier les contraintes quotidiennes et apprécier le moment présent. Un plaisir sans cesse renouvelé à cette amicale rencontre de fêtes de fin d'année.

■ Alain Michaud



Section de Renens

Sortie choucroute le 24 novembre 2021

Cinquante personnes se sont inscrites pour partager une choucroute dans un bon restaurant de Renens. Quelques personnes ont dû renoncer pour cause de maladie.



Ce fut un très bel événement même si c'était la première fois que nous organisions cette manifestation. La choucroute était excellente et les membres de bonne humeur. Cela faisait plaisir de se retrouver réuni, de bavarder et de faire quelque chose de nouveau. Certains ont prolongé la rencontre jusqu'à 18 heures en terminant la journée par une pizza, accompagnée d'un bon vin portugais.

■ Marie-France Marteau

Visite au musée historique de Lausanne le 1^{er} décembre 2021

Nous sommes partis en bus TL depuis Renens pour nous rendre au Musée historique de Lausanne. Nous étions attendus par une charmante guide afin de suivre toute l'évolution de l'émigration sur 150 ans d'histoire de la présence italienne dans la capitale vaudoise. Depuis leur arrivée en Suisse à la fin du XIX^e siècle, nombreux sont les Italiens qui ont travaillé en Suisse pour percer nos tunnels transalpins jusqu'à aujourd'hui. Ils ont également exercé une influence remarquable sur notre façon de vivre. Leur dur labeur a contribué à l'éclatante prospérité de la Suisse. Après cette visite culturelle, nous sommes allés boire un vin chaud près de la cathédrale

et avons parcouru la ville dans les lumières. Magnifique, la magie de l'Avent.

■ Marie-France Marteau

Noël de l'AVIVO de Renens

Nous avons pu organiser notre fête avec toute la prudence Corona : certificat covid et pièce d'identité. 190 personnes ont joué le jeu. C'est avec plaisir que nous nous sommes réunis à la salle de spectacle de Renens avec beaucoup de joie de se rencontrer. Après l'apéro un menu de fête pour célébrer notre 70^e anniversaire suivi d'un menu surprise. Nous avons eu l'honneur d'accueillir notre syndic, Monsieur Clément, et le président de l'AVIVO Vaud, Monsieur Raymond Durussel. La journée s'est déroulée dans la bonne humeur en compagnie de notre musicien Ziquet et d'un magnifique spectacle de Music-Hall par la troupe ArtistiKabaret. Belle occasion de s'endiambler avant l'année 2022. La journée a passé très vite entre les danses, la musique, les discussions et l'enthousiasme des participants.

Je remercie vivement le Centre de rencontre et d'animation de Renens de leur aide précieuse, ainsi que les membres pour les décorations et le service. Sans oublier le comité qui a manœuvré toute la journée. Bravo à tous.

■ Marie-France Marteau



Notre syndic Monsieur Clément

Section de **Morges**

Repas de fin d'année.

Mercredi 8 décembre, nous avons eu notre repas de fin d'année, dans la salle « Belle Époque » du restaurant du casino à Morges. Nous avons dégusté un excellent repas en présence de 55 convives, tous avec leur certificat Covid.



Monsieur Jean-Pierre Morisetti président du Conseil communal, Madame Laure Jatton municipale, Madame Chesaux de l'AVIVO Vaud, Madame Sabrina Gutknecht et Monsieur Michel Gailloud pour l'Union Nautique étaient présents. Notre excellent repas fut très apprécié par tous les convives. Les rencontres entre les nombreux membres de la section et les représentants des autorités communales sont utiles et conviviales, surtout à cause des nombreux obstacles causés par le Covid-19.

Pour l'année prochaine, nous projetons les courses suivantes pour 2022, si tout se passe bien :

- Espace Tinguely et Niki de St-Phalle, à Fribourg
- Derborence et son lac, avec promenade au village
- Col du Sanetsch et repas au bord du lac
- Bienne – Soleure avec repas croisière Adelboden et ses alentours ou le lac bleu
- Brisolée au domaine de la Sarvaz à Saillon
- Repas de fin d'année au Casino.

■ Pierrette Spack

VERNISSAGE **DU HORS-SÉRIE**

Hors-Série sur l'urgence climatique : une Fête pour sa sortie

Vous avez toutes et tous amis lecteurs reçus notre numéro hors-série qui nous l'espérons vous aura intéressés et permettra d'ouvrir un dialogue entre les générations.

Cette publication n'aurait pas pu voir le jour sans l'enthousiasme, le travail et les compétences de notre coordinateur de rédaction Patrick Ernst. Il a piloté ce projet dès le lancement du concours d'écriture jusqu'à la diffusion de la brochure, supervisant la réception des textes et des illustrations, la conception graphique et l'impression apportant aussi sa contribution par un beau texte. C'est à lui que nous devons le succès de notre hors-série. Le Comité de rédaction lui adresse ses félicitations et ses remerciements.

Le 16 décembre dernier, une fête a été organisée à Morges pour marquer la sortie de notre publication. Il s'agissait pour nous de remercier les contributeurs et intervenants de ce numéro spécial et de le faire connaître au-delà du cercle de nos lecteurs. La fête fut belle et chaleureuse réunissant plusieurs gymnasiens auteurs des textes, des membres du gymnase de Morges, des membres du Jury, des représentants de l'AVIVO-Vaud et du comité de rédaction.

Après les remerciements et salutations d'usage, dont un message des Autorités morgiennes, notre Président cantonal Raymond Durussel a rappelé les buts de l'AVIVO; il a ensuite exhorté les jeunes et moins jeunes à l'écriture régulière soulignant le plaisir qu'elle procure. Puis nous avons écouté avec ravissement la lecture par des élèves comédiens de l'école de théâtre Acte de certains des textes écrits par les gymnasiens. Cette lecture à quatre voix a révélé sous un jour nouveau la force et la qualité des textes que nous avons publiés.



Enfin plusieurs participants à la soirée ont encouragé l'assemblée à relever le défi de l'urgence climatique. Ils ont attiré l'attention sur l'importance du dialogue entre les générations pour qu'ensemble jeunes et aînés adoptent des comportements responsables et maintiennent la pression sur les décideurs pour appliquer les mesures qu'ils se sont engagés à prendre et fassent les efforts nécessaires pour maintenir une planète vivante et viable.

■ Michel Guenet
Pour le Comité de rédaction

AVIVO VAUD ADRESSES DES SECTIONS

Section du **Chablais Vaudois**

Michel Renaud, président
Distillerie 1, 1867 Ollon, Tél. 079 684 29 11
Courriel : mi.renaud@bluewin.ch.

Section de **Lausanne**

Place Chauderon 3, 1003 Lausanne
Administration : Tél. 021 312 06 54
Courriel : bureau@avivolausanne.ch
Service social : Tél. 021 312 06 54
Courriel : social@avivolausanne.ch.

Section de **Morges**

Eric Voruz, président
Ch. de la Grosse-Pierre 11, 1110 Morges
eric.voruz@bluewin.ch

Section de **Nyon et environs**

Secrétariat : 90, Route de St-Cergue, 1260
Nyon, Tél. 022 361 15 14 ou 022 361 52 70
CCP 12-6386-7.

Section d'**Orbe et environs**

Case postale 5, 1350 Orbe
Tél. permanence 079 860 60 62
Courriel : avivo-orbe@bluewin.ch.

Section de **Renens**

Case postale 630, 1020 Renens,
Tél. 021 636 40 33,
Courriel avivorenens@bluewin.ch.

Section de **Sainte-Croix**

Luigi Vanetta
Rue de la Promenade 11, 1450 Sainte-Croix
Tél. 024 454 45 65
Courriel : luigi.vanetta@bluewin.ch.

Section de la **Vallée de Joux**

Bernard Walter, Président
Rue Paul-Golay 16, 1341 l'Orient
Tél. 079 657 27 62.

Section de **Vevey et environs**

Case postale 45, 1800 Vevey.

Section d'**Yverdon-les-Bains et environs**

Rte de la Robellaz 14,
1417 Essertines/Yverdon
Tél. 079 360 77 97
Courriel : avivo.yverdon@gmail.com

VA ET DÉCOUVRE TON PAYS

LES BISSES DU VALAIS

Le terme de bisse est propre à la région du Valais central. C'est un système de canalisation propre à ce canton.

Comme le Valais est une région sèche, nos ancêtres ont dû suppléer par des moyens artificiels pour arroser leurs cultures ou alors les champs. Le bisse est un lit de l'eau, un canal creusé artificiellement dans le sol, et qui est fait aussi de bois ou de métal, lorsqu'il s'agit de passer le long d'un flanc rocheux. Son eau vient soit d'un torrent, d'une rivière ou directement d'un glacier, et coule jusqu'en plaine. En 440, on parlait déjà du bisse d'Hérémece.

En les parcourant, on peut observer le long du bisse une roue à palette qui actionne un marteau frappant sur une planche de bois, ou une clochette. Ces installations étaient un moyen pour le

gardien qui n'entendait plus le bruit, d'intervenir pour réparer les dégâts. Aujourd'hui, ils sont tous accessibles, et offrent une promenade magnifique, à plat et dans toutes les vallées.

■ Maurice Carron

BIEN DES SENTIERS DE RANDONNÉE QUI LONGENT CES CANAUX HISTORIQUES INVITENT À DES PROMENADES VARIÉES SUR DES CHEMINS HISTORIQUES. POUR PLUS D'INFORMATION, VOUS POUVEZ CONSULTER LE SITE INTERNET SUIVANT :

www.valais.ch/fr/activites/randonnee/bisses



Bisse de Lens © David-Carlier

TENERIFE, L'ÎLE DU VOLCAN TEIDE



■ Pierre Jeanneret

Nous connaissons déjà Lanzarote, qui nous avait séduits par ses champs de lave et ses plages noires. Nous avons donc décidé de faire un séjour dans une autre île des Canaries, Tenerife. Avec ses 2034 km² et ses quelque 900 000 habitants, c'est la plus grande île de l'archipel. Délaissant la côte Sud, où se concentrent la grande majorité des touristes, ses plages de sable doré (importé du Sahara !) et le paysage très dénudé de son arrière-pays, nous avons choisi Puerto de la Cruz, sur la côte Nord-Ouest de l'île. Certes, le ciel y est un peu moins favorable, car souvent couvert de nuages une partie de la journée, mais la nature y est beaucoup plus généreuse, avec ses plantes et fleurs subtropicales, dont de nombreux « oiseaux de paradis » et, non loin de là, ses grandes bananeraies. Et à Puerto de la Cruz, on entend aussi parler espagnol ! La petite ville a son charme, malgré la présence de quelques



Les Roques de Garcia et le volcan Teide

immeubles hideux datant du boom touristique des années 60, qui a cependant contribué à sortir l'Espagne de sa grande misère. Il est agréable de se balader dans son petit port entouré de falaises rocheuses, et dans ses rues anciennes. L'Iglesia de Nuestra Señora de la Peña de Francia comporte plusieurs autels au baroque échevelé très espagnol.

Quant au Jardin Botánico, créé en 1795 déjà, il possède 30 000 espèces d'arbres et de plantes importées des tropiques.



Des « Oiseaux de paradis »

Mais surtout, nous avons fait deux belles excursions en car, bénissant le ciel de n'avoir pas loué une voiture, tant les routes de montagne de l'arrière-pays aux centaines de virages sont exigües ! La première nous a menés d'abord dans la petite ville de Garachico, ensevelie en 1706 par une coulée de lave, et dont le sol actuel se trouve plusieurs mètres plus haut que le sol initial. Promenade le long du front de mer rocheux, où le Castillo de San Miguel protégeait la ville contre les pirates. Tout au long de cette excursion, nous avons pu admirer des essences tropicales et des arbres étranges, dont le dragonnier, en fait une plante arborescente géante qui peut atteindre 18 mètres de hauteur et vivre des centaines d'années. On a beaucoup appris aussi sur l'économie de Tenerife et ses vicissitudes. Après la conquête de l'île en 1495 par les Espagnols, qui ont massacré les autochtones, les Guanches probablement

d'origine berbère, on a longtemps exporté la cochenille, un insecte dont on tirait une teinture rouge, et dont le prix était faramineux. Avec l'apparition des pigments synthétiques à la fin du XIX^e siècle, cette industrie subit un net déclin. On la remplaça alors par la culture de la vigne, mais le phylloxera fit des ravages. L'île se convertit alors à la culture des bananes, qui sont délicieuses et qui n'ont rien à voir avec les produits standardisés importés des Amériques, et que l'on trouve dans nos grandes surfaces. Mais l'île tire actuellement l'essentiel de ses revenus du tourisme. Le clou de cette excursion est l'approche du volcan Teide (3718 mètres), le plus haut sommet d'Espagne ! On traverse d'abord des champs de lave d'aspect lunaire. Nous montons jusqu'à 2000 mètres, c'est-à-dire dans l'immense cratère (caldeira) du volcan. Les Roques de Garcia offrent des vues extraordinaires sur des pitons de lave biscornus.

Le Nord de l'île

Une seconde excursion nous mène d'abord à la capitale, Santa Cruz, que nous ne faisons malheureusement que traverser, nous arrêtant seulement sur la Plaza España, où a été érigé un assez hideux monument en souvenir des militaires tués pendant la guerre d'Espagne 1936-1939. Mais la grande croix montre qu'il ne s'agit que des victimes *franquistes* de



Paysage de lave du Nord de Tenerife



Plage de San Andrés et montagnes volcaniques du Nord de l'île

cette atroce guerre civile. Puis nous visitons La Laguna, une très jolie petite ville aux nombreuses maisons historiques datant des XVI^e et XVII^e siècles. Elle a d'ailleurs servi de modèle pour les villes coloniales espagnoles d'Amérique latine. Par moments, nous nous sommes sentis dans le vieux La Havane. Quant au Convento de Santa Clara, il possède un éblouissant autel en argent venu du Mexique. C'est avec raison que cette cité a été inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco. Ensuite nous gagnons le Nord de l'île, peu touristique. Les monts Anaga sont recouverts par une végétation de forêts primaires, fort différentes des paysages désertiques du Sud. Ces forêts, où règne constamment la brume, ont la capacité de stocker de l'eau qui, par un système ingénieux de canaux souterrains, va ensuite alimenter les villes. Le tour s'achève par une halte sur la belle plage de San Andrés, entourée de rochers, où nous avons l'occasion de déguster un délicieux poisson. Les autres jours ont été consacrés à la natation dans la piscine (très fraîche !) de l'hôtel, à des balades dans Puerto de la Cruz, où nous avons goûté aux châtaignes grillées de l'île, suivies de succulents apéritifs de sangria. Par sa grande diversité naturelle et ses petites villes au caractère très espagnol, Tenerife vaut vraiment la visite.



Karine Tuil.
L'insouciance.

Galimard-Folio, Paris,
2018, 525 pages.

L'insouciance est le dixième roman de Karine Tuil, née à Paris en 1972, d'un père tunisien d'origine juive. Juriste de formation, elle se consacrera très vite à l'écriture. Son œuvre a été couronnée de nombreux prix littéraires français, dont le Prix Landerneau des lecteurs pour le roman L'insouciance. Les principaux personnages de ce roman sont le lieutenant Romain Roller de retour d'Afghanistan où il vient de perdre tragiquement plusieurs de ses soldats; Marion Decker, jeune journaliste d'un milieu social modeste mariée à François Vély, un grand entrepreneur franco-américain richissime; et Osman Diboula, fils de modestes immigrants ivoiriens, qui fait une ascension fulgurante dans le cercle des conseillers du Président. Une idylle amoureuse sera le fruit de la rencontre fortuite à Malte de Marion et de Romain, tous deux sur le chemin du retour d'Afghanistan.

Karine Tuil brosse un tableau sans concession et terriblement lucide de notre société où le paraître est plus important que l'être, où la communication est reine, où les apparences comptent plus que le mérite. Chacun des personnages de ce roman vit un problème d'identité. Le puissant patron François Vély à qui tout réussit se voit soudain ramené à ses origines juives qu'il a toujours voulu ignorer. Romain Roller se demande pourquoi il est allé s'engager dans cet enfer qui pour lui s'appelle Afghanistan. Osman Diboula se rend compte qu'il doit sa montée, et sa chute, rapide dans la hiérarchie politique à sa couleur de peau à un moment où le pouvoir voulait cultiver un semblant de diversité. Marion Decker, quant à elle, peine à trouver sa place dans un milieu auquel ses origines sociales ne l'ont pas préparée.

La société que nous dépeint Karine Tuil est la nôtre : complexe, violente, hypocrite ! C'est dans ce monde implacable qu'évoluent des personnages tiraillés par le destin, vivant tour à tour des histoires d'amour et des drames sociaux. Un grand roman qui permet de mieux comprendre le monde et de le questionner en ce début d'année !

■ Jean-Pierre Guignard



Gouzel Iakhina.
Les Enfants de la Volga.

Noir sur Blanc,
Lausanne, 2021,
507 pages.

Les amateurs de grands romans russes liront ce magnifique deuxième opus de l'écrivaine Gouzel Iakhina. Son premier livre, *Zouleikha ouvre les yeux*, paru en 2017, qui nous entraînait en Sibérie dans l'univers des déportés de l'ère stalinienne, avait déjà connu un succès mondial. Cette fois, l'auteure nous emmène sur les rives du grand fleuve Volga, entre Stalingrad (Volgograd) au Sud et Samara au Nord. C'est là qu'a commencé à se constituer une importante colonie allemande, émigrée en Russie à l'appel de l'impératrice Catherine II, entre 1764 et 1773. Ce roman raconte à la fois des destins individuels, mais saisis dans le cadre de la Grande Histoire, qui parfois les broie.

Au centre du récit, l'instituteur Jakob Ivanovitch Bach, pur germanophone, qui enseigne à Gnadenthal, du côté de la steppe. Il donne aussi des leçons particulières à Klara Grimm, qui vit avec son père dans une ferme isolée sur l'autre rive, elle abrupte, de la Volga. Il va l'épouser. Suite à des circonstances tragiques, Klara met au monde une fille, Anntche, mais meurt en couches.

Pendant des années, Bach va élever seul la fillette, sans paroles, recluse dans sa ferme isolée, à l'abri des affaires d'un monde hostile qu'il refuse de voir. La grande Histoire se déroule néanmoins, qu'il le veuille ou non. Car Gouzel Iakhina peint aussi une vaste fresque des événements politiques qui affectent Gnadenthal. C'est la Révolution bolchevique, avec la figure pathétique du

commissaire du peuple Hoffmann, qui tente de créer un « homme nouveau » soviétique, ce que l'auteure décrit avec une certaine ironie. Puis le temps de la grande famine de 1921-1922, qui fit près de cinq millions de morts, et l'élimination des *koulaks* (paysans riches). En 1924, la région devient République autonome des Allemands de la Volga. En 1927 commence la période stalinienne, avec ses purges successives. Staline n'apparaît jamais dans le roman que sous l'appellation de « guide des peuples ». En septembre 1941, il fait déporter au Kazakhstan 438 000 « Allemands soviétiques », soupçonnés d'être des traîtres potentiels après l'invasion de l'URSS par la Wehrmacht. Ils ne reverront jamais leur terre natale.

Tout cela constitue la toile de fond du livre. Mais le lecteur s'attache au personnage complexe de Bach, de la jeune Anntche, et plus tard du Kirkhize Vasska, un de ces enfants errants jetés sur les routes par la famine, sans parler des figures secondaires du roman. Tous vont être rattrapés par l'Histoire, ce que le lecteur découvrira.

Mais ce roman est aussi admirable sur le plan de l'écriture. On y trouve de très belles évocations de la nature, de la Volga, notamment en hiver lorsqu'elle est recouverte de glace. Il tient aussi du merveilleux, celui des contes russes, et parfois du fantastique, lorsque Bach écrit des récits anticipant sur les événements réels qui vont se produire. Le style de Gouzel Iakhina est « féminin », dans ce que celui-ci a de meilleur : certaines pages sont bouleversantes, comme celles où Bach s'ingénie maladroitement à nourrir la nouveau-née à côté de sa mère morte. Vraiment, *Les Enfants de la Volga* est l'un de ces amples romans dans la lignée de Tolstoï. Il n'est pas exagéré de dire que les deux livres successifs de Gouzel Iakhina constituent un véritable événement littéraire !

■ Pierre Jeanneret



**Jean-Numa Ducange,
Razmig Keucheyan et
Stéphanie Roza**
*Histoire globale
des socialismes
XIX^e – XXI^e siècle.*
Presses universitaires
de France, 2021,
1044 pages.

personnalités passionnantes et d'apprécier la complexité des luttes de l'humanité pour vivre dignement en se libérant de toutes les formes d'exploitation.

■ Raymond Durussel

Ce magistral ouvrage retrace de trois manières pratiquement tout ce qui a trait au socialisme sous toutes ses formes depuis la Révolution française jusqu'à aujourd'hui.

Tout d'abord au travers de 56 monographies d'une dizaine de pages chacune sur les « mots » du socialisme : *d'aliénation* à *utopies* en passant par *communisme*, *pacifisme*, *révolution*. Ensuite par autant de textes sur 19 grandes « dates » du socialisme de 1793 à 2008 en passant par 1917. Enfin, par 32 biographies de « personnages » du socialisme de Salvador Allende à Clara Zetkin en passant par Emma Goldman.

Ce genre d'ouvrage est beaucoup plus facile à lire que l'on ne pourrait le craindre. Il peut se lire dans l'ordre, ce que j'ai fait sans aucune peine et lassitude. On peut aussi « déguster » des chapitres en fonction de sa curiosité. C'est l'occasion de passer en revue une quantité de choses de nos vies et de découvrir des notions, des événements et des trajectoires de



Maurizio Serra.
Le Mystère Mussolini.

Perrin, 2021,
460 pages.

L'auteur, né en 1955 et premier membre italien de l'Académie française (2020) est un parfait connaisseur du monde italien et européen des années d'entre deux guerres. Son grand-père vécut sous Mussolini dès la marche sur Rome de 1920, son père et lui-même ont appartenu à la diplomatie italienne d'après guerre.

Nombreux sont ceux qui se posent la question, comment le fascisme italien a-t-il pu intégrer des militants de la gauche révolutionnaire et un de leurs principaux dirigeants, Mussolini, dans un mouvement qui après avoir opéré un coup d'État en 1920 régnera pendant 21 ans et finira par se mettre à la remorque des nazis dès 1933 jusqu'à la fin de la Deuxième Guerre mondiale? Le présent ouvrage, déjà salué en quelques semaines par la critique, tente de relever le défi de répondre à un éventail très large de questions à ce propos.

Sans illusions sur la personnalité de Mussolini, Serra caractérise Mussolini comme un menteur invétéré, un fanfaron imbu de lui-même et préparant minutieusement ses rares apparitions publiques, un opportuniste choisissant toujours le camp du plus fort, un dictateur écartant tous les personnages susceptibles de lui faire de l'ombre (mais sans les liquider) et un mégalomane dont l'action n'a consisté qu'à tenter de l'amener au premier rang de l'histoire, tout le reste n'étant qu'intendance (cependant insuffisante!). Serra n'arrive cependant pas à cacher une forme d'admiration pour ce grand solitaire (malgré sa famille et ses maîtresses), cet ascète (sans tabac et presque sans alcool, proche du végétarisme, cultivant quotidiennement son corps), ce lettré (grand lecteur, écrivain

insatiable, traducteur) atteignant son sommet à Munich où il se passe de traducteurs et parle dans leur langue à Chamberlain, Daladier et Hitler en faisant de ces accords de dupes son plus grand succès diplomatique. Pendant plus de vingt ans, il reste proche du petit peuple (il recevra tous les jours personnellement des milliers d'Italiens simples citoyens pour les aider) ... Pour faire bon poids, Serra fait porter à d'autres pratiquement toutes les horreurs du régime (crimes contre l'humanité en Éthiopie à Graziani, déclenchement de la deuxième guerre mondiale à Hitler - contre l'avis de Mussolini, les pires aspects de la politique interne comme les lois racistes et la guerre civile autour de la république de Salò dès 1943 aux autres, devant un Mussolini devenu atone et qui laisse faire....

On notera aussi que, dès 1936, le fascisme aidera Franco beaucoup plus que les nazis.

La longue relation épistolaire (de 1920 à 1940 au moins) avec un Churchill pour le moins charmé (My Dear Winston – Caro Benito...) dévoile un aspect soigneusement occulté à la fin de la deuxième guerre mondiale. La complexité de la société italienne d'entre deux guerres est également très bien décrite. Passionnant à lire et très bien documenté.

■ Raymond Durussel

Une femme de combats, **Michelle Obama**



Michelle Obama

Il faut remonter à Eleanor, l'épouse du président Franklin Delano Roosevelt, pour trouver une *First Lady* étasunienne qui ait un tel charisme. Le parcours de vie de Michelle Obama, cette grande et belle femme d'une intelligence brillante, et qui a du cœur, nous renseigne aussi sur la vie politique et sociale américaine. Elle naît Michelle LaVaughn Robinson en 1964 et vit son enfance et son adolescence à Chicago dans South Side, un quartier mixte de la classe moyenne qui, à l'instar d'autres quartiers, verra partir peu à peu sa population blanche et se « noircira ». Comme beaucoup de Noirs dans les années vingt, son grand-père a quitté le Sud ségrégationniste pour s'établir à Chicago, un peu plus égalitaire. On appelle ce phénomène la Grande Migration. Michelle est descendante d'esclaves et ne l'oublie jamais. Cependant, elle refuse les attitudes victimaires. Pour elle, il faut travailler à l'école, parfaire son éducation et se battre politiquement pour les droits humains. On peut seulement lui reprocher de croire un peu trop en la force de la volonté individuelle, dans un système très inégalitaire. Son père, qui décédera assez jeune, est un ouvrier technicien, membre du Parti démocrate, sa mère, une secrétaire d'usine qui, jusqu'à son veuvage, renoncera à son métier pour être femme au foyer. Elle doit beaucoup à ses parents, très ouverts à tous les

problèmes de la vie. Elle fait ses classes dans la métropole des bords du lac Michigan, où les hivers sont glaciaux. Ses résultats scolaires sont excellents, même si elle avoue avoir un côté psychorigide, et avoir toute sa vie, douté de ses capacités. Puis, à 17 ans, elle entre à l'université de Princeton, un univers qu'elle dit « très blanc et très masculin ». Il y règne une ségrégation de fait, non dite. Elle fréquente donc surtout les étudiants noirs, qui sont une petite minorité. Elle suit les cours de la faculté de droit, puis obtient son doctorat à Harvard.

Retour à Chicago et activité professionnelle

Revenue à Chicago, elle devient salariée d'un prestigieux cabinet d'avocats. C'est là qu'elle fait la connaissance de Barack Obama, un homme brillant et très décontracté, fort différent d'elle ! Lui est un hybride, fils d'un père kényan et d'une mère blanche originaire du Kansas, qui de surcroît a épousé après son divorce un Javanais. Les deux communautés ne cesseront de reprocher à Barack d'être trop blanc ou trop noir. Quant à ses adversaires politiques, ils insinueront qu'il est un cryptomusulman... Les sentiments réciproques de Barack et Michelle vont croître et les amener à se marier en 1992, formant un couple très solide. C'est Barack qui la « politise » et l'amène à « travailler à rendre le monde tel qu'il devrait être », c'est-à-dire plus égalitaire, plus juste, plus social. Pour cela, elle quitte l'étude aux revenus financiers prometteurs et va travailler à la mairie, puis dans le travail associatif et à la direction d'un hôpital. Tandis que Barack lutte pour que les 400'000 Afro-Américains de l'État aillent voter et fassent entendre leur voix. En 1996, Barack est élu au Sénat de l'Illinois. Ses constants va-et-vient de Chicago à Springfield, la capitale de l'État, et ses arrivées très tardives à domicile créent quelques tensions dans le couple. Entretemps, et après plusieurs fausses

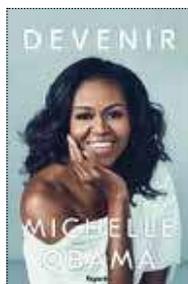
couches, Michelle et son mari ont eu recours à la fécondation *in vitro*, ce qu'elle ne cache pas, pour encourager d'autres couples infertiles à y recourir aussi. Ils auront ainsi deux filles, Malia Ann puis Sasha, que Michelle va élever selon des principes féministes et égalitaires.

La carrière politique de Barack Obama et l'entrée à la Maison-Blanche

En 2004, Barack Obama est élu au Sénat des États-Unis, où il est le seul Noir. Puis c'est la campagne pour les élections présidentielles de 2008, à laquelle Michelle participe activement, et dont elle raconte dans son livre la vie tourbillonnante, les meetings à répétition dans de nombreux États et les bains de foule, la protection rapprochée de toute la famille par le *Secret Service* contre un assassin potentiel... C'est un témoignage passionnant sur le système électoral étasunien, très complexe. Après sa victoire aux primaires puis à l'élection des grands électeurs, Barack est élu 44^e président des États-Unis d'Amérique et entre avec sa famille à la Maison-Blanche à Washington. Les pages que Michelle consacre au redoutable système de protection (hélicoptères, voitures blindées pour amener les filles à l'école, tireurs d'élite sur les toits, nourriture contrôlée pour éviter tout empoisonnement, etc.) sont tout simplement hallucinantes ! En fait, la Maison-Blanche est une sorte de prison dorée. S'en évader pour quelques moments d'intimité en couple tient de l'exploit ! Michelle Obama ne va pas se contenter, comme *First Lady*, de faire de la figuration et d'inaugurer les bals présidentiels. Elle utilise sa fonction non officielle pour promouvoir des programmes de nutrition à l'attention des enfants, dans un pays particulièrement menacé par l'obésité due aux mauvaises habitudes alimentaires. Pour cela, symboliquement, elle fait planter un jardin potager dans le parc et y invite les enfants des écoles. Elle lutte pour que les cantines scolaires offrent une nourriture plus saine. Les Obama se lient particulièrement avec le vice-président Joe Biden et son épouse Jill, une autre universitaire brillante. Sur le plan économique, les temps

sont durs. Barack a hérité de la crise de 2007. On assiste à une énorme augmentation du chômage. Mais la direction du pays incombe au président seul, son épouse n'a pas voix au chapitre. Michelle rencontre des personnalités du monde entier, dont la reine Elisabeth qui lui fait une forte impression, et Nelson Mandela, très âgé. Elle doit être toujours attentive, ne pas commettre le moindre faux pas, sachant qu'une partie de la presse et le Parti républicain se déchaîneront contre elle. Michelle Obama fait preuve d'une compassion sincère, pour les soldats blessés rapatriés d'Irak et d'Afghanistan et les veuves de ceux qui ont été tués, pour les familles des victimes d'une tuerie en milieu scolaire, ou encore pour celles d'un ouragan. Très « physique » et tactile, elle n'hésite pas à prendre les femmes éplorées dans ses bras, avec sincérité et sans faire de théâtre. Cette compassion lui vient en partie de sa foi en Dieu, qu'elle partage avec Barack. En 2016, le républicain Donald Trump remporte l'élection présidentielle. C'est la fin de l'ère Obama qui, si elle n'a pas rempli toutes ses promesses, a malgré tout amené aux États-Unis des progrès sociaux, notamment sur le plan de l'éducation, de l'assurance maladie, du climat. Des progrès que Trump s'empressera de démanteler... Pour Michelle Obama, le retour à une vie privée plus normale représente une sorte de libération. Elle continue cependant d'être active au service des causes qui lui tiennent à cœur. Elle reste la femme lumineuse à laquelle beaucoup d'Américains mais aussi de femmes dans le monde entier se sont attachés.

■ Pierre Jeanneret



Source principale :

Michelle Obama.
Devenir.

Fayard, 2018, 755 pages.
(LdP 35669)

CIEL MA MAISON



■ Pierre Aguet

Sous ce titre, vient d'être publié à l'Aire un roman qui ne manquera pas de passionner ceux qui s'intéressent à tout ce qui peut arriver à des locataires. Signée de Madeleine Knecht-Zimmermann, l'histoire se passe dans les hauts d'Ouchy. Elle raconte l'enfer de la rénovation d'une haute maison de douze étages construite au début des années soixante.

Nous avons presque tous, dans nos vies, passés par de tels « orages ». Pour moi, cela s'est passé deux fois à l'occasion d'un aménagement dans une maison neuve dont le chantier s'est poursuivi encore 7 mois. Par contre de longues années passées dans une maison à démolir m'ont épargné les difficultés racontées par Madame Knecht. Les plafonds dataient de 1905. Ils nous tombaient sur la tête, mais nous avons toujours considéré cette habitation comme la maison du bonheur.

Cette lecture m'a rappelé une rencontre avec mes amis de la Jeunesse socialiste de St-Prex dans les années 1960. Son président était effondré. Dessinateur-architecte, il avait passé la journée avec les promoteurs d'un immeuble de 70 appartements à construire près de Genève. Ces financiers avaient exigé des diminutions de qualité telles qu'il se demandait comment les futurs habitants pourraient y vivre. Il en était à évoquer une reconversion professionnelle.

Ce livre évoque surtout les souffrances des locataires et l'admiration portée au courage des ouvriers si bruyants. Il pose aussi la question pourquoi transformer si profondément un immeuble confortable et ne pas se contenter de l'entretenir. Il souligne la parfaite indifférence des propriétaires pour les locataires. Peut-être ne montre-t-il pas assez la distance qui s'approfondit entre les locataires et les gestionnaires des fortunes engagées dans l'immobilier. Ils veulent gagner toujours plus.

Par contre, ces travaux qui durent deux ans permettent aux habitants qui s'ignoraient avant de se découvrir, de s'apprécier, de s'interpeller. Les coupures d'eau, d'électricité, de chauffage, d'ascenseurs et les inondations diverses les obligent à s'entraider, à s'informer et à se soutenir de diverses manières. Ces travaux permettent à une société de petits bourgeois tranquilles d'admirer le courage des travailleurs venus de nombreux pays du sud de l'Europe accomplir des tâches bruyantes, pénibles, mal organisées tout en gardant, par leurs portables, des contacts avec leur famille dans leur pays d'origine.

À la fin de l'enfer, les locataires retrouvent leur appartement tout blanc, sans âme, avec des pièces toutes petites et des augmentations sensibles de loyer.



Madeleine Knecht-Zimmermann.
Ciel, ma maison.

Ed. de l'Aire, Vevey,
212 pages.

« ON EST DES RIEN DU TOUT »

Genève

Je sors de la gare. Au début de la rue de Lausanne, le feu pour piétons devient vert, je traverse en direction des Pâquis. Il y a deux îlots pour piétons, car la rue est large. Mais le feu passe assez vite au rouge, il faut vraiment y aller d'un bon pas. Arrivé de l'autre côté de la rue, je suis déjà au rouge. Alors je me retourne pour voir. Et effectivement un couple de personnes âgées est encore sur le dernier îlot. Le trafic n'étant pas encore là, je retourne sur le dernier secteur, qui est heureusement le plus étroit, pour faire le gendarme et permettre au couple de finir sa traversée.

Une conversation s'engage alors entre la dame et moi, sur la situation des personnes âgées et sur comment va le monde. L'échange se termine par ce mot de la dame : « On est des rien du tout ». Le monsieur, bien âgé, semble un peu hors du monde, je me demande s'il n'entend pas. D'un coup, il assène d'une voix très assurée : « On est dans un bordel monumental ». Entre les deux, ils ont tout dit !

Renens

J'attends le train sur le quai numéro 1 pour remonter à la Vallée. À moins de dix minutes du départ du train se fait l'annonce suivante : « Le train pour Vallorbe part au quai 3 ». Le chemin pour le quai 3 passe par-dessus le quai 1. Ça veut dire monter un escalier de quelques dizaines de marches, et l'escalier roulant ne fonctionne pas. Et puis redescendre. Et le chemin il faut encore le trouver sans hésiter ! Pour moi qui marche bien, cela signifie six bonnes minutes, et je me demande vraiment comment une personne âgée et un peu lente peut y arriver.

Yverdon-les-Bains

Une amie me raconte : « Je suis venue en train depuis Neuchâtel. À Yverdon-les-Bains, il y a trois minutes pour attraper la correspondance, soit le bus pour Vallorbe. Je me suis vraiment dépêchée... Il m'a fallu moins de quatre minutes,

juste pour voir le bus partir ! Heureusement, il y avait une demi-heure plus tard un train pour Cossonay. Et là je rencontre sur le quai une dame à qui il est arrivé la même chose que moi, elle n'a pas eu le temps d'attraper le bus. »

Il y a loin des jolis discours à la réalité. Les « Autorités » peuvent se faire plaisir avec des colloques sur les « seniors » ! La réalité reste autre. Les personnes de la Vallée qui descendent en train à Lausanne le savent bien : au changement au Day la marche est tellement haute que certaines personnes ne se risquent plus à faire le déplacement de Lausanne.

La dame de Genève l'avait bien dit : « On est des rien du tout. »

■ Bernard Walter

Note de la rédaction :

Fort heureusement, les personnes de la Vallée qui descendent en train à Lausanne pourront progressivement profiter des améliorations en cours. Les CFF améliorent le confort et la sécurité en gare du Day. Dès le 9 août tous les trains La Vallée-Lausanne (et retour) circuleront sans avoir besoin de changer au Day, et ceci toutes les heures, tous les jours.

CHANSON ET POÈME

GREEN DE **PAUL VERLAINE** (1844 – 1896)

Paul Verlaine est né à Metz le 30 avril 1844. Il commence à écrire des poèmes dès son adolescence et publie son premier recueil intitulé « Poèmes saturniens » à l'âge de 22 ans. Grande figure des poètes maudits, il est connu pour son œuvre poétique exceptionnelle et pour sa vie mouvementée. Sa liaison tumultueuse avec le jeune Arthur Rimbaud aboutira à une tentative de meurtre et le conduira en prison de 1873 à 1875 à Mons en Belgique. Sa poésie se distingue par sa musicalité, son lyrisme et sa mélancolie. Le recueil *Romance sans paroles*, dont *Green* fait partie, a été publié pendant son incarcération.

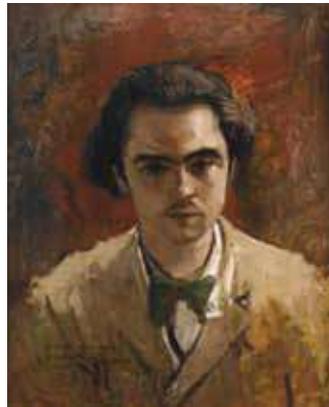
Green est un poème d'amour particulièrement harmonieux. Il a été mis en musique par Claude Debussy en 1888 et par Gabriel Fauré en 1891.

GREEN

Voici des fruits, des fleurs, des feuilles et
des branches
Et puis voici mon cœur qui ne bat que
pour vous.
Ne le déchirez pas avec vos deux mains
blanches
Et qu'à vos yeux si beaux l'humble
présent soit doux.

J'arrive tout couvert encore de rosée
Que le vent du matin vient glacer à mon
front.
Souffrez que ma fatigue à vos pieds
reposée
Rêve des chers instants qui la
délaisseront.

Sur votre jeune sein laissez rouler ma
tête
Toute sonore encore de vos derniers
baisers ;
Laissez-la s'apaiser de la bonne tempête,
Et que je dorme un peu puisque vous
reposez.



Frédéric Bazille,
Paul Verlaine
(1867), huile sur
toile, annotée
« à mon cher
ami le poète
Paul Verlaine »,
localisation
inconnue



Étienne Carjat,
Portrait
d'**Arthur**
Rimbaud
(vers 1872)

JEU CONCOURS

MOT CACHÉ

L	P	C	N	O	I	S	I	C	E	D	P	O	U	L
U	A	E	B	C	E	R	A	I	E	A	C	E	E	B
S	V	N	R	L	U	R	V	G	R	A	L	P	E	L
T	E	A	I	E	V	N	A	A	M	L	P	R	A	O
R	N	T	P	G	E	N	D	E	E	A	O	N	E	C
E	M	U	L	P	R	I	R	S	R	D	C	E	E	L
N	U	R	W	U	S	A	I	V	A	E	S	I	O	U
F	E	E	O	C	N	O	M	C	E	R	T	N	E	V
A	G	T	H	D	U	I	R	E	E	T	G	S	P	A
N	A	U	S	E	E	E	V	H	C	I	E	O	I	L
T	T	S	I	T	A	C	E	E	L	I	U	L	S	V
E	S	L	U	T	C	R	L	I	R	V	R	I	A	E
R	I	D	U	L	O	B	G	I	O	S	E	T	O	V
M	E	R	A	N	A	N	E	I	C	E	N	E	C	S
E	E	N	D	F	E	T	R	E	M	U	S	S	A	A

Liste des mots :

Actrice	Nature
Adoré	Oiselle
Assumer	Paradis
Beau	Pavé
Bloc	Peur
Caméra	Plume
Chute	Pneu
Clan	Pouvoir
Crâne	Rappel
Créature	Règle
Décision	Revue
Déclit	Rond
Enfant	Scène
Envie	Show
Epis	Stage
Etude	Talus
Fable	Tournage
Herse	Univers
Insolite	Valet
Lancée	Valve
Longiligne	Ventre
Lustre	Vote
Marginal	Vrac
Milieu	

Indication pour le mot à trouver : Serpent ovipare, en neuf lettres.

Envoyez le mot caché à : Eva Gloor, rue de la Poste 23B, 1020 Renens.

Règle du jeu des mots cachés

Les mots de la liste sont écrits dans la grille de gauche à droite ou de droite à gauche, de haut en bas ou de bas en haut, ou encore en diagonale en descendant ou en remontant. Ils peuvent se croiser. Des petits mots de deux ou trois lettres qui ne sont pas dans la liste peuvent se glisser dans la grille. La solution se trouve parmi toutes les lettres non utilisées et dispersées dans la grille.

Réponse du N° 06/2021 : CABLOT.

Les gagnants sont : Mmes Jeanmonod Rosemarie à Bex, Humbert A.-Marie à Gland, Monod Jacqueline à Bière et M. Schweingruber Michel à Renens.