



octobre 2020

Chers membres de l'Association des aînés

Oui, nous espérons nous éloigner du Corona bientôt. Aujourd'hui, il est plus que jamais d'actualité. Mais je veux commencer par autre chose ici : Lors de la dernière session du Grand Conseil bernois, le gouvernement a présenté un rapport intitulé "Modèles d'aménagement du temps". Ce modèle vise à motiver les seniors



Bild: Denkwerkstatt - St. Lambrecht

dynamiques à accompagner et à soutenir gratuitement les personnes âgées. Un tel modèle a été testé à Saint-Gall : Les personnes entre 60 et 80 ans aident les personnes de la 4e génération, les plus de 80 ans. Grâce à leur aide, ils bénéficient d'un crédit-temps de 750 heures maximum. Et ils peuvent racheter ce crédit lorsqu'ils ont eux-mêmes plus de 80 ans. Cela semble bien en soi, mais cela soulève quelques questions ouvertes : peut-on trouver davantage de bénévoles avec ce modèle ou ceux qui font déjà du bénévolat gratuitement vont-ils simplement noter les heures qu'ils ont travaillées en tant que crédit ? Si c'était le cas, vous n'auriez pas gagné plus de volontaires. L'enregistrement de ces crédits de temps exige un grand effort administratif. Et un point important : si ces aides actuelles vieillissent et veulent encaisser leur crédit-temps - y aura-t-il suffisamment d'aides ? En raison de ces questions sans réponse, le Conseil d'Etat s'abstient d'introduire un tel modèle. Il veut poursuivre trois approches : 1) Les volontaires doivent être instruits et formés par des professionnels. 2) Les personnes issues du secteur de l'intégration devraient participer à des activités de bénévolat en faveur de la vieillesse et 3) le 30 octobre devrait devenir la "Journée des parents aidants".

Voilà pour la haute politique. Et pour nous ? Essayons d'utiliser nos énergies dans notre entourage et avec nos amis et connaissances, sans crédit de temps. Avec la recrudescence du petit virus, l'aide du voisinage est nécessaire !

Lors d'une présentation en avril 2019, Mesdames Brigitte Hurni et Helena Bürgi nous ont informés sur les prestations complémentaires (EL). De nouveaux règlements entreront en vigueur à partir de 2021. Les contributions au loyer vont changer, l'allocation va diminuer, les actifs seront inclus dans la facture différemment et bien plus encore. Les nouvelles dispositions s'appliquent à tous ceux qui font une demande de prestations d'EL pour la première fois à partir de 2021. Pour ceux qui les retirent déjà, une période transitoire s'applique. Renseignez-vous auprès de votre agence AVS.

Après le confinement, Rita Herren a repris la gymnastique de vieillesse à la Kreuzsaal. Le comité a dû décider que cette gymnastique serait interrompue jusqu'à la fin de l'année. À notre avis, les risques sont trop importants, la santé est trop importante. Mais il existe des alternatives : Martin Rau (tél. 032 331 99 95) et



Bild: Denkwerkstatt - St. Lambrecht

Roland Steiner (032 331 70 05) organisent une randonnée dans notre région chaque mercredi après-midi. Si vous les contactez, vous recevrez la veille une description du point de rencontre, du type et de l'itinéraire de la randonnée.

Une autre façon de se déplacer est de regarder la télévision : Telebielingue propose toute une série de programmes de remise en forme que vous pouvez regarder et auxquels vous pouvez vous inscrire gratuitement

(<https://www.telebielingue.ch/de/sendungen/gymnastik-im-wohzimmer/2020-06-26>)

Il est important de ne pas se cacher maintenant, le corps a besoin d'exercice - avec toute la prudence nécessaire !

Nous sortirons indemnes de cette situation temporaire !

Christian Bachmann, président de l'association

*Traduction : Jean-Pierre Dutoit*