

UREV

UNION DES RETRAITÉS
DE L'ÉTAT DE VAUD

Case postale 1476 – 1002 Lausanne
info@urev.ch – www.urev.ch

UREV

UNION DES RETRAITÉS DE L'ÉTAT DE VAUD

BULLETIN N°75

JUIN 2024



**ENTRETIEN EXCLUSIF
AVEC ELIANE REY**

**COURSE MARDI 25 JUIN
MUSÉE HORLOGERIE DE LA CHAUX-DE-FONDS
DÉCOUVERTE DE NEUCHÂTEL EN PETIT TRAIN**

TABLE DES MATIÈRES

Editorial du président	3
Dépouillement 2023	4-5
VASOS-FARES	6
Course d'été 2024	7-9
Entretien exclusif avec Eliane Rey	10-19
Bonne, la cannelle	20
Fruits à coque	21
Rencontre avec Isabelle Falconnier	22-23
Citations	24-25
Info Seniors Vaud	26
Quelques rappels	27

VOTRE COMITÉ

Christian Chauvy Président	Chemin de la Léchère 1 • 1169 Yens 079 546 80 27 • chauchy(at)bluewin.ch
Georges Borno Vice-président	Caissier et responsable de la gestion des membres Chemin de la Lisière 8 • 1018 Lausanne 078 633 76 47 • 021 312 24 39 • gburev(at)citycable.ch
Michel Berney	Conseiller auprès du comité, chargé de mission et responsable des courses Chemin Emile-Javelle 12 • 1800 Vevey 079 249 19 58 • 021 922 85 12 • michelberney(at)gmail.com
Monika Mosbahi	Responsable du secrétariat et des relations avec les familles Chemin de la Reine 7 • 1029 Villars-Ste-Croix 079 943 73 01 • secretariat.urev(at)gmail.com
Thierry Froidevaux	Responsable de l'édition du bulletin d'information Avenue Général Guisan 10 • 1009 Pully 079 621 90 45 • 021 729 96 14 • contact(at)thierryfroidevaux.ch

Impressum: **Editeur responsable et rédaction:**
© Union des retraités de l'Etat de Vaud, Ch. de la Léchère 1, 1169 Yens.
Parution: 4x par an.
Bulletin adressé aux membres de l'association UREV.
Réalisation graphique: www.point-carre.ch, à Vevey.
Impression: Imprimerie Bordin SA, à Assens.
Couverture: Vallorbe
Photos: pages 7-9, MIH; page 10, Jean-Philippe Bott, Keystone;
page 22: Jean-Luc Magnenat

ÉDITORIAL

Les analyses des politologues l'affirment, les citoyennes et citoyens suisses qui ont accepté la 13^e rente AVS à une large majorité ne sont pas tous issus des rangs de la gauche, tant s'en faut. La précarité dans laquelle se trouvent bon nombre de nos contemporains a mieux été prise en compte que certains arguments qui dénonçaient l'arrosage des deniers publics sur des personnes aux revenus confortables.

Notre pays, qui se classe dans le top de ceux les plus riches du monde, ne peut décemment ignorer les plus précaires de ses concitoyens qui vivent constamment dans la peur du lendemain. Ceux qui regardent à chaque franc dépensé, au risque de ne pas se soigner ou de renoncer à une nourriture saine. Par leur travail, leur engagement dans l'éducation des enfants, les papis-boomeurs qui bénéficieront de cette 13^{ème} rente ont largement contribué à la prospérité de notre canton.

À cette victoire d'étape qui concerne le premier pilier, la seconde sera plus locale et peut être rendue encore plus difficile par le succès de la première. Il s'agit d'adapter les rentes au coût de la vie, qui ne se réduit pas aux données de l'indice officiel.

C'est à cette seconde étape que votre comité va s'atteler. Il s'agira de convaincre nos élus cantonaux d'introduire l'indexation des rentes dans la loi sur la caisse de pensions, comme le sont les salaires des employés de l'État.

Les résultats du 3 mars 2024 ont montré que les seniors ont voté massivement en faveur de cette réforme de l'AVS et se sont opposés à l'initiative visant à augmenter l'âge de la retraite.

L'Union des retraités de l'État de Vaud, qui fait partie de cette force électorale représentée par la masse de retraités dans ce canton, vient encore de se renforcer en adhérant à la plateforme Agora Vaud. Il faudra donc se souvenir, le moment venu, que les seniors iront aussi voter lors du renouvellement du Parlement et des autorités exécutives. ■

Christian Chauvy, Président de l'UREV

DÉPOUILLEMENT 2023



Cette année, le chiffre magique est : 1'589 ! Il correspond en effet au nombre de réponses valables que nous avons reçues, à la suite de la votation sur l'exercice 2023 de l'UREV.

Le comité s'est réuni le vendredi 22 mars 2024 et, avec l'aide de deux membres de la Commission de gestion et de vérification des comptes, Mme Eugénie Sayad et M. Jean-Luc Magnenat, toutes les enveloppes-réponse qui nous étaient parvenues dans le délai ont été ouvertes. Ce résultat encourageant nous conforte dans notre choix d'organiser l'Assemblée générale par courrier, afin de donner à davantage de membres la possibilité de donner leur avis.

Après dépouillement, nous vous informons avec plaisir que tous les objets présentés ont été adoptés à une forte majorité (voir tableau annexé). Les nouveaux statuts sont visibles sur le site Internet de l'UREV.

Le comité a pris connaissance avec intérêt de tous les messages d'encouragement ou de remerciements glissés dans les enveloppes. Nous vous remercions chaleureusement pour la confiance que vous nous témoignez et nous nous réjouissons de vous retrouver, en pleine forme, lors de notre prochaine conférence ou lors de la sortie annuelle. ■

	oui	non	abstentions
Le rapport d'activité est accepté par	1570	6	13
Les comptes 2023 sont acceptés par	1564	4	21
Le budget 2024 est accepté par	1553	7	29
La modification des statuts est acceptée par	1381	22	186



VASOS-FARES

**VASOS
FARES**
Vereinigung aktiver Senioren- und
Selbsthilforganisationen der Schweiz
Fédération des Associations des
retraités et de l'entraide en Suisse
Federazione associazioni dei
pensionati e d'autoaiuto in Svizzera

Selon l'avant-projet du Conseil fédéral, la loi sur l'AVS pourrait être modifiée de manière à supprimer les rentes viagères de veuve et à octroyer des rentes de survivants pour les orphelins et, pour une période limitée, des rentes transitoires de veuve et de veuf. Dans sa réponse à la consultation, la FARES regrette que ce projet réduise la sécurité sociale des nouveaux veufs et des nouvelles veuves. Au cas où ces modifications seraient poursuivies, la FARES demande des délais de transition plus longs.

En raison de l'évolution de la société, selon laquelle la plupart des femmes exercent aujourd'hui une activité professionnelle, le Conseil fédéral propose de supprimer toutes les rentes de veuve à vie dès que les veuves n'ont plus d'enfants de 25 ans. Elles n'ont plus besoin d'une rente de veuve à vie. En revanche, les rentes d'orphelins et de survivants devraient alors être versées indépendamment de l'état civil des parents, ainsi qu'une rente transitoire limitée à deux ans pour les veuves et les veufs. Le cas échéant, ces veuves et veufs auraient droit à des prestations complémentaires pendant la durée de la rente transitoire. Pour les femmes veuves âgées de 58 ans et plus, la rente de veuve actuelle continuerait à s'appliquer lors de l'entrée en vigueur de la modification de la loi. Ces modifications permettraient à la Confédération d'économiser 35 millions de cotisations à l'AVS dès l'entrée en vigueur de la loi, qui augmenteraient ensuite jusqu'à 200 millions par an d'ici 2040. La FARES s'oppose au démantèlement social prévu : au lieu d'améliorer les rentes de veufs, on démantèle ainsi les rentes de veuves.

Si toutefois le projet du Conseil fédéral est poursuivi, la FARES demande ce qui suit :

- La rente transitoire pour les femmes et les hommes nouvellement veufs doit être versée pendant une période transitoire de six ans, aussi bien après que le plus jeune enfant a atteint l'âge de 25 ans que pour les couples sans enfants ;
- Les droits acquis des veuves dont le plus jeune enfant a atteint l'âge de 25 ans doivent s'appliquer dès l'âge de 50 ans (au lieu de 55 ans).
- Les veuves entre 45 et 50 ans dont le plus jeune enfant a atteint l'âge de 25 ans doivent bénéficier d'une rente transitoire de 3 ans.

La FARES souligne en outre que le Conseil fédéral a mis en route un projet de démantèlement après l'arrêt de la Cour européenne des droits de l'homme (CEDH) - malgré sa mise en garde. L'arrêt obligeait la Suisse à supprimer la discrimination entre les veuves (avec enfants jusqu'à 25 ans) et les veufs (avec enfants jusqu'à 18 ans seulement). Cette discrimination a été supprimée par une directive de l'Office fédéral des assurances sociales, mais pas la discrimination envers les veufs sans enfant de plus de 45 ans après cinq ans de mariage, pour lesquels aucune rente de veuf n'est actuellement prévue. ■

COURSE D'ÉTÉ 2024

MARDI 25 JUIN 2024



Après l'Horloge de la salle du Grand Conseil vaudois, l'UREV poursuit son intérêt pour les garde-temps et vous propose, dans le cadre de sa course annuelle, une visite du

MUSÉE INTERNATIONAL D'HORLOGERIE (MIH) DE LA CHAUX-DE-FONDS

Près de 5000 pièces exceptionnelles, témoins de la quête de l'homme pour mesurer le temps sont exposées dans un écrin monumental creusé dans le flanc du Parc des Musées de la Chaux-de-Fonds.

La mesure du temps a toujours été une préoccupation de l'homme pour organiser la vie sociale, religieuse, économique et technique; du cadran solaire à l'horloge atomique, précise à la femtoseconde (0,000 000 000 000 001 seconde), le musée expose horloges, montres, bijoux et appareils scientifiques de manière ludique et vivante dans des modules thématiques.

Les grandes marques de l'horlogerie présentent aussi leurs plus belles réalisations.

2024 marque le 50^e anniversaire de la construction de cet écrin monumental. Une exposition temporaire raconte l'histoire de cette réalisation architecturale audacieuse mettant en scène l'état d'esprit dans lequel cette institution a vu le jour.

Au-dessus du musée, les 15 tonnes du carillon monumental vont égrener, chaque quart d'heure, des mélodies en accord avec les saisons.

Après la visite, il sera temps de se rendre au Restaurant des Endroits pour le repas de midi.

DÉCOUVERTE DE NEUCHÂTEL EN PETIT TRAIN

Retour dans le bas du canton de Neuchâtel pour terminer la journée par une visite de la capitale en petit train touristique pour découvrir les charmes de cette cité millénaire.



PROGRAMME

Départs

- 07h00 Vevey – av. de Gilamont – près de la gare.
- 07h30 Lausanne – gare routière du Vélodrome
- 07h10 Morges – intersection des promenades du Petit-Bois et du Général-Guisan
- 08h00 Yverdon-les-Bains – près de la gare devant la Banque Raiffeisen

Café-croissant aux environs du lac de Neuchâtel

- 10h00-12h00: visite du MIH
- 12h30-14h30: repas
- 15h30 : visite de Neuchâtel

Retour

- 18h00 Départ de Neuchâtel

MENU

- Risotto à la tomate
- Escalope de filet de porc, sauce forestière
- Pomme Berny et bouquetière de légumes
- Pyramide glacée et coulis de fruits

Toutes les boissons sont prises en charge par l'organisation

LE PRIX (voyage, café-croissant, repas et boissons, visites et guides)

CHF 130.- pour les membres de l'UREV

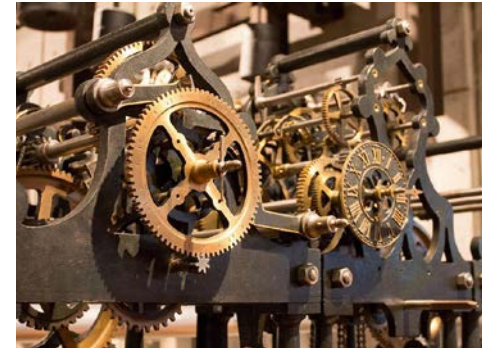
CHF 140.- pour les accompagnants

Le nombre de participants est limité à 140 personnes.

INSCRIPTIONS JUSQU'AU VENDREDI 14 JUIN 2024

Indiquer votre nom – prénom – adresse – N° de téléphone (de préférence portable) – adresse courriel – nom et prénom de l'accompagnant – lieu de départ:

- par courriel à urevcourse@hispeed.ch
- par téléphone au 079 583 45 80 – laisser un message si pas de réponse
- ou en utilisant le lien suivant : <https://forms.office.com/r/tdUKzSwuuk>



Paiement préalable obligatoire jusqu'au 20 juin

Par virement sur le compte CCP 10-1256-6
Union des Retraités de l'Etat de Vaud
IBAN CH33 0900 0000 10000 1256 6
Mention UREV Course

Une confirmation vous sera adressée une fois le paiement reçu.

Conditions d'annulation : remboursement

Jusqu'au 10 juin : 70% du versement

Jusqu'au 18 juin : 50% du versement

Dès le 19 juin : pas de remboursement, de même pour les absents de la course

ENTRETIEN AVEC ELIANE REY



elle s'est consacrée. À noter qu'il aurait certainement été plus simple de répertorier ce qu'elle n'a pas fait...

Trêve de plaisanteries. Le parcours d'Eliane Rey commence vers le milieu du siècle dernier, elle naît à Saint-Maurice, dans le Bas-Valais. Un nid familial dont la solidité est avérée, quoiqu'atypique, son père étant socialiste et syndicaliste. Comme elle le dit elle-même, son caractère la pousse très tôt à être «dans les premières de classe». Elle fait ses écoles chez les sœurs, à Saint-Maurice et à Sion.

Elle obtient à 21 ans une licence en sciences économiques à l'Université de Lausanne et, après une rencontre avec de jeunes libéraux, elle choisit le camp de la droite par «goût de la liberté, par rejet de l'idéologie». Pendant ses études, elle travaille à temps partiel comme greffière ad hoc au tribunal de district de Lausanne.



Cela devient quasiment un poncif d'affirmer que l'UREV compte parmi ses membres des femmes et des hommes dont le parcours est totalement inattendu et dont l'existence est extraordinaire.

C'est un privilège aujourd'hui de dialoguer avec Madame Eliane Rey.

Même si plusieurs d'entre vous la connaissent déjà, il vaut la peine d'essayer de mettre sa vie en perspective, au vu de la multitude d'activités auxquelles

Engagée en 1974 par le «Groupe André», actif sur toute la planète, elle œuvre plusieurs années au secrétariat général nouvellement créé du comité exécutif du groupe. Les choses s'accroissent lorsqu'on lui confie des missions similaires aux États-Unis et en Argentine. De retour en Suisse, elle travaille au secteur Afrique du même groupe, dans l'import-export.



Dès 1982, elle souhaite mettre son engagement professionnel au service de la collectivité. Adjointe au secrétaire municipal de Lausanne, elle travaille comme responsable des naturalisations, défense civile et votations/élections. Cette expérience lui permettra d'être admise en 1994 dans le pool suisse d'experts pour les opérations de promotion de la paix. Elle participe alors à des missions d'observation/supervision électorale en Afrique du Sud, Ukraine, Arménie et dans les Balkans.

Nouveau virage en 1988, où elle décide de s'engager dans un métier humain, en raison d'une passion pour la psychologie et les relations humaines. Elle crée ainsi sa propre agence matrimoniale et de conseils relationnels qu'elle dirige durant 12 ans.

En parallèle à ses activités professionnelles, elle est de plus en plus active en politique, d'abord aux Jeunes Libéraux, puis comme présidente du parti libéral. Éluë au Conseil communal de Lausanne en 1989, elle siège pendant 3 législatures, le préside en 1998, et est également élue au Grand Conseil où elle siégera 9 ans. Son parti souhaitant reconquérir le siège perdu à la Municipalité de Lausanne, elle relève ce défi et est élue Conseillère municipale en 2001, en charge des Services Industriels.

Après 30 ans d'activité en Suisse et à l'étranger, cette élection, suivie de 2 autres, ouvre ainsi une nouvelle période de 17 ans comme magistrate, à Lausanne de 2001 à 2006, puis à la Cour des comptes du canton de Vaud de 2008 à 2019.

Eliane Rey met aujourd'hui toute son énergie au service de l'UREV, en tant que déléguée de l'UREV à la Fares, où elle s'occupe du secteur «Logement et mobilité». Elle nous représente également au CSA (Conseil Suisse des Aînés, organe consultatif du Conseil fédéral pour la politique de la vieillesse) dans la commission «Économie et fiscalité» et «Relations Internationales».

VASOS
FARES
Vereinigung aktiver Senioren- und
Selbsthilfeorganisationen der Schweiz
Fédération des Associations des
retraités et de l'entraide en Suisse
Federazione associazioni dei
pensionati e d'autoaiuto in Svizzera

SSR
CSA
Schweizerischer Seniorenrat
Conseil suisse des aînés
Consiglio svizzero degli anziani

Nous remercions d'ores et déjà chaleureusement Eliane Rey d'avoir répondu à nos questions, mais il est temps maintenant d'aborder plus en détail cette trajectoire inouïe.

On serait tenté de croire à une détermination familiale. Comment l'influence que vous avez reçue autour de la table parentale vous a façonnée ?

Elle a été fondamentale. J'ai appris très tôt que la politique imprègne tous les aspects de la vie quotidienne, qu'il est important de s'exprimer et d'agir et que nous pouvons le faire librement dans notre pays. J'ai beaucoup apprécié les discussions très ouvertes autour de la table. J'étais loin de savoir que j'aurais besoin de cette émulation toute ma vie.

Durant votre existence, vous avez œuvré dans la cité, au niveau régional ou à l'international. Y a-t-il une différence notable dans l'engagement que cela représente ou dans la satisfaction que l'on peut en retirer ?



En Suisse ou à l'étranger, j'ai pris beaucoup de plaisir dans mes activités et m'y suis engagée pleinement. Le fait d'avoir passé 9 ans en moyenne dans chacune d'entre elles est un indicateur de satisfaction. Lorsque j'étais jeune, des patrons stimulants m'ont offert des opportunités et permis d'évoluer professionnellement. À l'étranger, il faut connaître la langue, s'ajoute l'entourage à constituer pour votre équilibre affectif.

À Buenos Aires, j'ai dû apprendre rapidement l'espagnol avec l'aide d'un professeur. J'ai adoré ce pays, mon travail, les gens touchants que j'ai côtoyés. À New York, pas de problème de langue, mais un choc culturel brutal qui vous rend plus forte par nécessité de tenir le coup. Je garde des souvenirs amusants comme le fait de me trouver seule un soir dans l'ascenseur avec Jackie Kennedy qui travaillait dans le même building.

Vous avez également été active durant plus d'une décennie dans une société que vous aviez créée. Avec le recul, est-ce plus simple ou plus compliqué de se retrouver seule face à des responsabilités professionnelles ?

C'est clairement plus simple de piloter seule une société où vous êtes responsable de tout que de fonctionner au sein d'une Municipalité ou d'une Cour de magistrats où vous prenez ensemble les décisions. Mais vous devez être très vigilante, car l'impact d'erreurs de gestion sur la bonne marche de votre société se ressent immédiatement.



Était-ce plus facile de travailler à Buenos Aires avec l'insouciance de la jeunesse ou d'être aujourd'hui déléguée de l'UREV à la Vasos-Fares et au Conseil suisse des aînés, en étant guidée par l'expérience de toute une vie ?

En Argentine, époque de la dictature du général Videla, vous perdez vite votre insouciance lorsque vous êtes accueillie par des hommes armés à l'aéroport de Buenos Aires. Les entreprises craignaient des enlèvements. Les activités au sein de la Fares et au Conseil suisse des aînés me font penser aux mandats électifs dans les parlements au début de mon parcours politique. Le travail se prépare dans des commissions et les débats se font aux assemblées. Tout est en allemand, les Romands se font trop rares dans ces instances, d'où l'importance de porter la voix de l'UREV ! Les thèmes peuvent être complexes. Aujourd'hui comme autrefois, la volonté d'apporter sa pierre à l'édifice est toujours présente.

Lors de vos missions pour le maintien de la paix, vous vous êtes retrouvée en 1994 comme observatrice lors des premières élections en Afrique du Sud, après l'Apartheid. Un moment historique. Quel souvenir en gardez-vous ?

D'une fin pacifique de l'apartheid, grâce à des leaders, courageux et visionnaires comme De Klerk, dernier président blanc d'Afrique du Sud et Mandela, premier président noir prêt à mourir pour son idéal d'une société démocratique.



Des attentes interminables de votants et de votantes sous un soleil brûlant, blancs, noirs, indiens, métis, tous ensemble. Un impressionnant dispositif de sécurité en raison d'attentats la veille du scrutin. La foi en Mandela, son nom prononcé comme celui d'un Dieu. Des scènes de liesse populaire lors des résultats.

Une nouvelle époque marquée par la réconciliation et la fraternité, un nouveau drapeau, un nouvel hymne national.

Lors de ces missions, vous avez certainement été confrontée à des situations effarantes tant sur le plan humain que politique. Comment fait-on pour tenir le coup, pour ne pas être écœurée ?

Des briefings nous préparent sur la situation géopolitique du pays, les dangers et les mesures à prendre pour s'en protéger. Nous formons une équipe avec un-e autre observateur-trice, un-e interprète et un chauffeur qui doit être prêt à nous évacuer en cas d'urgence (cela est arrivé une fois en raison de tirs). Nous communiquons constamment avec une centrale.

La confiance entre nous est primordiale. Les bureaux de vote sont protégés par la police et des forces internationales armées. Face à des dangers, le maître mot est d'être neutre et de garder son calme. Ce sont des activités éprouvantes, car vous travaillez non-stop en faisant le tour du cadran. On tient le coup ayant le sentiment d'être un petit maillon utile dans la reconnaissance du caractère «free and fair» d'élections dans des pays qui s'éveillent à la démocratie. Les remerciements de la population aident.



Vous avez eu le privilège d'agir dans chacun des trois pouvoirs : le législatif, l'exécutif et une autorité de contrôle du bon usage des fonds publics (efficacité et efficience) avec la Cour des comptes. Dans laquelle de ces trois entités avez-vous eu l'impression de vous sentir le plus à l'aise ?

Les Services Industriels de Lausanne qui fournissent des prestations vitales à la population. La volonté constante de développer un service public moderne, performant, axé sur des valeurs et au service de la population, a guidé mon action.

L'horizon est large, avec plusieurs domaines d'activités dans diverses communes et cantons. Également avec la défense des intérêts de la ville dans 15 conseils d'administration dont la Romande Énergie, EOS holding, Gaznat et Neo-technologies.



Dans un paysage en pleine mutation, il a fallu mener des réformes pour réduire les charges, tout en répondant aux nouveaux besoins de raccordement et à la nécessité de développer les énergies renouvelables. Cela a notamment permis de diminuer le prix de l'électricité pour les ménages et d'être compétitifs pour les grands clients qui, en raison de l'ouverture du marché de l'électricité, menaçaient de nous quitter.



Vous avez parfois connu l'échec en politique, notamment en 2007 en n'étant pas réélue, à la Municipalité de la ville de Lausanne. Est-ce qu'il s'agit de moments difficiles à traverser ou pourrait-on dire que vous avez une certaine faculté pour rebondir ?

J'aime la devise de Nelson Mandela : « Je ne perds jamais, soit je gagne, soit j'apprends ».

Après tant d'engagements, cela a été un crève-cœur, mais à l'impossible nulle n'est tenue. J'ai vu déferler des

milliers de listes compactes en plus pour le groupe socialiste et les verts, ce qui a abouti à un seul siège pour la droite à l'exécutif de la ville de Lausanne.

Dans ces circonstances, arriver comme libérale en 2^e position de la droite après l'élu radical m'a paru honorable. Ma réélection (avec un excellent score) au Grand Conseil vaudois l'année suivante m'a rassurée.

Vos changements de cap sont impressionnants. Pensez-vous qu'un déterminisme est à l'œuvre ou qu'il s'agit plutôt d'une affaire d'instinct, de feeling ?

C'est par hasard que j'ai commencé à œuvrer dans un groupe mondial, mais c'est après réflexion que j'ai décidé de m'investir dans le secteur public, dans une activité humaine, puis dans la magistrature. J'ai été guidée par ma passion d'apprendre, d'être utile et d'aligner mes engagements à mes valeurs, mon instinct a été précieux.

Que vous inspire l'acceptation par le peuple suisse de la 13^e rente AVS ?

Le oui à la 13^e rente représente une nette avancée, d'un coup, grâce à la démocratie suisse. Il exprime un certain ras-le-bol face à des revenus qui peinent à couvrir des charges en augmentation. Et à force de trop tirer sur la corde, elle rompt !



Partiellement indexées tous les 2 ans selon un index mixte (1/2 sur l'évolution des salaires, 1/2 sur l'évolution des prix), les chambres fédérales ont fait volte-face en mars 2023 en refusant un projet d'indexation complète des rentes AVS et AI, qu'elles avaient elles-mêmes demandé, et qui ne représentait qu'un supplément de 7 à 14 frs. par mois. Les difficultés financières des seniors ne concernent pas seulement les personnes qui bénéficient de prestations complémentaires ou qui sont éligibles à ces aides. En outre, la situation des femmes est préoccupante avec 30% d'entre elles qui n'ont pas de 2^e pilier et dont les revenus combinés AVS et 2^e pilier sont nettement inférieurs à ceux des hommes.

Il est sans doute vrai que la situation des aînés est meilleure maintenant qu'il y a quelques dizaines d'années. Cependant, quelles seraient les améliorations qu'il faudrait encore et toujours apporter, tant matérielles que sociétales ?

La participation au Conseil suisse des aînés, organe consultatif du Conseil fédéral, nous permet de prendre position sur tous les objets fédéraux



en lien avec les aînés et de veiller à la prise en compte des besoins des seniors dans les politiques publiques.

Il s'agit de lutter contre « le tout numérique », contre toute discrimination liée à l'âge, de favoriser l'intégration des compétences des aînés dans la société, promouvoir les échanges et projets intergénérationnels, renforcer l'information sur les prestations, préserver l'accès aux transports publics, etc.

À titre d'exemples, l'Alliance Swiss Pass s'apprête à tester un prototype d'E-tarif (projet « myRide ») avec une distribution des billets numérisée et personnalisée, qui préoccupe les aînés. Nous ne voulons pas voir disparaître les automates à billets et l'argent liquide !

Sur ce dernier sujet aura lieu un vote populaire en raison d'une initiative intitulée : « Oui à une monnaie suisse libre et indépendante sous forme de pièces ou de billets » et d'un contre-projet du Conseil fédéral.

Dans le cadre de la Fares, l'examen de nouvelles formes de logements et d'EMS pour les aînés en Suisse nous a permis de découvrir des projets inter-générationnels incroyables que nous allons présenter.

Si vous deviez choisir parmi toutes les fonctions que vous avez connues, entre toutes les activités que vous avez accomplies, pour laquelle auriez-vous la plus grande tendresse? Les possibilités de m'investir dans de nouvelles activités, soit je les ai créées, soit elles se sont présentées spontanément, suivies par de nouvelles op-

portunités qui se sont enchaînées les unes aux autres, comme par enchantement. Mon travail m'a passionné. Si j'éprouve de la tendresse, c'est pour les femmes et les hommes qui m'ont ouvert de nouvelles perspectives.

Nous sommes arrivés à la fin de cet entretien. Il est certain que nous aurions pu continuer encore longtemps pour découvrir d'autres passions ou d'autres actions qu'Eliane Rey a entreprises. Et c'est surtout un privilège pour l'UREV d'être représenté au niveau fédéral par une telle personnalité. ■

**UN IMMENSE MERCI À ELIANE REY
POUR NOUS AVOIR ACCORDÉ CETTE ENTREVUE!**



QUESTIONNAIRE DE PROUST

Mon écrivain préféré: **Jules Verne**

Mon peintre préféré: **Michel-Ange**

Mon musicien préféré: **Jean-Sébastien Bach**

Mon film préféré: **Le jour le plus long**

Le pays, la ville ou l'endroit que je préfère:
Les chutes d'Iguazú à la frontière entre l'Argentine et le Brésil

Le plat ou la boisson que je préfère: **Le Prosecco rosé**

La fleur ou l'arbre que je préfère: **L'edelweiss**

Le mot de la langue française que je préfère:
2 mots liés: Réflexion et action

La réforme ou l'évolution historique que j'admire le plus:
La révolution orange sur la place de l'indépendance à Kiev, en novembre 2004, où je me trouvais comme observatrice d'élections

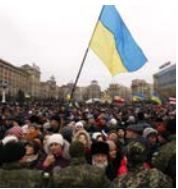
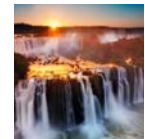
Mon héros dans la vie réelle: **Neil Armstrong**

Le (la) personnage historique que j'admire le plus: **Mère Teresa**

La faute qui m'inspire le plus d'indulgence:
celle de peu de gravité qui découle de peurs, d'angoisses ou de problèmes de santé

Mon principal défaut:
la timidité qui m'empêche parfois d'être moi-même

Si je n'étais pas moi-même, qui aurais-je aimé être:
Jane Fonda



BONNE, LA CANNELLE

Dans de nombreuses cultures, on mise sur la cannelle au quotidien. Une pointe de couteau, associée à d'autres épices, rehausse les plats. Qu'il s'agisse de riz, de poissons, de légumes ou de viandes. Les bâtons séchés, à partir d'écorce de cannellier, comptent parmi les plus anciennes épices tropicales. Vers 3'000 ans av. J.-C., la cannelle serait déjà apparue comme remède, selon des écrits chinois. Plus tard, on l'a utilisée comme encens et aphrodisiaque.

Cette épice a la capacité d'augmenter la circulation sanguine chez les personnes dotées d'un certain embonpoint. Même si consommer de la cannelle ne peut réduire complètement le risque de maladies cardiovasculaires, autant de ne pas négliger les vertus de cette épice.

La cannelle moulue est réputée pour ses vertus anti-âge en raison de sa forte teneur en antioxydants et, notamment, en tanins. Ces derniers aident l'organisme à lutter contre les radicaux libres, responsables du vieillissement de nos cellules. Alors, pour rester jeune, on peut ajouter la cannelle à notre alimentation.

Les propriétés antibactériennes de la cannelle en font un excellent remède contre le mal de gorge. Ajoutez 1 ou 2 bâtons de cannelle dans une demi-tasse d'eau bouillante pendant



quelques minutes. Une fois les bâtons de cannelle bien infusés, verser le liquide dans une tasse de thé. Les Grecs et les Romains utilisaient intensivement la cannelle pour stimuler l'appétit et améliorer la digestion.

En raison de sa forte teneur en aldéhyde cinnamique, un puissant antifongique, antiviral, antiparasitaire et antibactérien, la cannelle peut nous aider à combattre rhumes et autres états grippaux. Pour que ces derniers ne s'éternisent pas, faites chauffer une cuillère à café d'écorce de cannelle dans un bol d'eau avec 2 clous de girofle. Une fois bien mélangé, retirez du feu et laissez infuser pendant 15 minutes en rajoutant un peu de citron et de miel.

Afin que la cannelle en bâton et en poudre conserve son arôme, il faut les protéger de la lumière. Chez nous, on marie facilement la cannelle à la pomme, même pour le thé. Elle apporte aussi une touche finale aux figues au vin rouge. Dans le cappuccino, elle remplace le chocolat en poudre et on la trouve dans les pâtisseries en forme d'escargot, surmontées d'un glaçage à base de sucre glace (le cannelé, une spécialité bordelaise). ■

FRUITS À COQUE

Dans une alimentation équilibrée, les fruits à coque ont leur place. À raison de 20 à 30 grammes par jour et par personne.

Le noisetier est un ancien arbuste très populaire en Europe. Il existe beaucoup de recettes à base de noisettes, pâte à tartiner, crème glacée, pralinés, cakes et gâteaux. Pour une saveur intense, on peut la torréfier quelques minutes avant utilisation.

L'amande est probablement le fruit le plus polyvalent de tous les fruits secs. Elle est utilisée en pâtisserie, entière ou moulue, pour produire massepain, macarons, nougat, gâteaux et biscuits, etc.

Le noyer fait partie du patrimoine culturel suisse. Les cerneaux, qui évoquent la forme d'un cerveau, fournissent de précieux composants pour nos cellules nerveuses. Dans une salade, dans le pain ou pour accompagner le fromage, c'est un régal.

La noix de cajou, fruit de l'anacardier, est fixée au bas d'un faux-fruit orange-rouge, recouverte d'une coquille dure, qui rend son extraction difficile et requiert beaucoup de travail. Ensuite, on peut hacher la noix et en parsemer une salade ou un curry.

Reste bien sûr la cacahouète ou arachide qui pousse sous la terre. Du point de vue botanique, c'est une légumineuse comme la lentille ou le soja. On la connaît surtout salée à l'apéritif ou transformée en beurre cacahouètes.

Les noix, noisettes et autres fruits à coque se conservent bien au congélateur, entières ou moulues et, dans ce cas, peuvent être utilisées sans être décongelées. ■



RENCONTRE AVEC ISABELLE FALCONNIER



Le 16 avril dernier, nous avons rencontré Isabelle Falconnier à l'Hôtel Astra, à Vevey, pour une conférence qui a abordé des thèmes aussi divers qu'étonnants. La discussion a été conduite devant une salle comble avec humour et doigté par Jacques Poget, ancien rédacteur en chef de «24 Heures».

C'était un privilège d'y assister et il est certain que les personnes présentes s'en souviendront !

Isabelle Falconnier, avec une verve et un enthousiasme qui nous ont tenus en haleine durant plus d'une heure, a tout d'abord virevolté autour du Léman, en traversant les époques, nous rappelant les écrivains subjugués par la beauté de la région et l'hypnotisme des rives du lac. Nous avons ensuite quitté le bassin lémanique pour partir sur les traces d'Heidi. Nous sommes même rentrés dans sa cuisine, avec le livre «À table, avec Heidi», dans lequel on trouve près de 50 recettes salées et sucrées inspirées par les aventures de l'héroïne. Nous avons appris avec étonnement qu'Heidi était depuis plus d'un siècle une héroïne au Japon.

Isabelle Falconnier nous a proposé par la suite un détour dans le Nebraska, sur les traces de Mari Sandoz, une suisse émigrée avec sa famille à la fin du 19^e siècle. Mari Sandoz est devenue une figure incontournable de cet état du Middle-West. Enfin, Isabelle Falconnier a également évoqué quelques-unes des 100 femmes qui ont fait Lausanne.

La traditionnelle séance de questions-réponses a mis un point final à la conférence, avant que nous nous retrouvions tous autour d'un excellent buffet dînatoire.

Une séance de dédicace a couronné la conférence et c'est durant presque une heure qu'Isabelle Falconnier a dédié ses livres et discuté avec nos membres.

La qualité et l'ambiance de cette rencontre nous confortent dans la décision que nous avons prise il y a presque 3 ans maintenant. Nous avons décidé alors d'abroger l'Assemblée générale en présentiel, à laquelle seulement quelques dizaines de membres participaient. La consultation écrite qui l'a remplacée est un grand succès et, pour les 3 dernières années, c'est à chaque fois plus de 1'600 réponses qui nous ont été envoyées. De plus, ce changement est une économie qui nous a permis de mettre sur pied deux rencontres-conférences par année, en abordant des thèmes aussi divers qu'intéressants (voir pages 4-5).

Nous avons ainsi pu rencontrer Mme Suzette Sandoz et le regretté Michel Bühler, Mme Rosette Poletti et M. Edmond Pittet, l'inspecteur Christian Bourquenoud de la Division «Prévention de la criminalité» de la Police Cantonale Vaudoise, MM Gilbert Coutaz et Frédéric Schutz, directeur de l'École technique de la Vallée de Joux. Nous nous réjouissons d'ores et déjà de la prochaine rencontre-conférence, qui nous permettra, une nouvelle fois, de vous rencontrer et d'échanger avec vous. ■



CITATIONS



La meilleure façon de ne pas avancer est de suivre une idée fixe.
Jacques Prévert

Avoir des petits-enfants ne signifie pas qu'on est vieux,
mais ça veut dire qu'on est marié à une grand-mère.
Fernandel

Je n'aime que les gens qui me résistent, mais je ne les supporte pas.
Charles de Gaulle

Apéro. Les verres de contact.
Antoine Blondin

Le chauffeur est, de loin, la partie la plus dangereuse de l'automobile.
Léo Campion

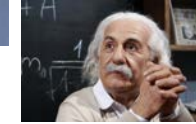
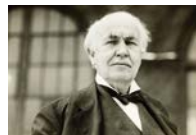
Il est préférable d'avoir de très gros défauts que de toutes petites qualités.
Frédéric Dard

Les fonctionnaires sont un peu comme les livres d'une bibliothèque :
ce sont les plus haut placés qui servent le moins.
Georges Clemenceau

Un cheval c'est malcommode au centre et dangereux aux deux extrémités.
Winston Churchill

Pourquoi lave-t-on une injure alors qu'on essuie un affront ?
Alphonse Allais

L'intelligence artificielle n'est rien comparée à la stupidité naturelle.
Thomas Edison



Deux choses sont infinies : l'Univers et la bêtise humaine.
Mais en ce qui concerne l'Univers, je n'en ai pas encore acquis
la certitude absolue.
Albert Einstein

Quand le cœur d'un grand homme cesse de battre, on donne son nom à une artère.
Pierre Daninos

En Provence, le soleil se lève deux fois, le matin et après la sieste.
Yvan Audouard

Quand un philosophe me répond, je ne comprends plus ma question.
Pierre Desproges

Dire du mal des autres est une façon malhonnête de se flatter.
Oscar Wilde

Les Français croient qu'ils parlent bien le français
parce qu'ils ne parlent aucune langue étrangère.
Tristan Bernard

On dit d'un accusé qu'il est cuit quand son avocat n'est pas cru.
Pierre Dac

Servir, c'est la devise de ceux qui aiment commander.
Jean Giraudoux

Tu feras un excellent critique, tu parles fort bien de ce que tu connais fort mal.
Henri Jeanson

Les gens qui ronflent sont toujours ceux qui s'endorment les premiers.
Gilbert Cesbron

Tous égaux, mais certains sont plus égaux que d'autres.
Georges Orwell



INFO SENIORS VAUD

est un site qui propose un service gratuit et confidentiel, à disposition des seniors vaudois et de leurs proches, pour toute question en relation avec la vie à la retraite. Il répond à de nombreuses questions, par exemple :

- Où s'adresser pour un service de transport, pour la livraison des repas à domicile ou si l'on a besoin de soins chez soi.
- Vers quels services s'orienter pour demander de l'aide au ménage ou encore comment comparer le montant de mes primes d'assurance maladie avec celles des autres compagnies.
- Quelle est la différence entre un testament et un mandat pour cause d'incapacité.
- A quel endroit trouver des formulaires pour rédiger des directives anticipées.

A noter le blog senior «Parlons-en» pour partager divers sujets liés à la retraite. Un espace d'information et d'accueil est accessible sur le site

<https://infoseniorsvaud.ch> et au 021 641 70 70.

SOMMAIRE DES THÉMATIQUES

Habitat & sécurité

Les différentes options concernant l'habitat, lorsque le maintien à domicile devient difficile ou n'est plus envisageable.

Assurances sociales

Toutes les questions liées aux assurances sociales lors de la préparation ou de l'arrivée de la retraite.

Dispositions personnelles

Pour décider soi-même des dispositions à prendre en cas de perte de discernement, des directives anticipées ou un mandat pour cause d'incapacité peuvent être rédigés.

Maintien à domicile

Les informations utiles pour recevoir les aides et soins nécessaires à domicile (repas, aide au ménage et à la toilette, service de relève aux proches aidants, etc.).



Nous sommes dès maintenant membres d'Agora-Vaud, qui vous met également à disposition toutes sortes d'informations utiles. Nous reviendrons dans un prochain bulletin plus en détail sur les activités spécifiques d'Agora-Vaud.

QUELQUES RAPPELS

Changement d'adresse

Nous vous prions de bien vouloir prendre note que les changements d'adresse doivent impérativement être annoncés à **deux endroits**:

■ **Caisse de pensions de l'Etat de Vaud**
Rue Caroline 9
Case postale 288
1001 Lausanne
Tél. 021 348 24 43

■ **Caissier de l'UREV**
M. Georges Borno
Chemin de la Lisière 8
Case postale 1476
1018 Lausanne
Tél. 021 312 24 39/gburev(at)citycable.ch

PME **L'ILLUSTRÉ**



-20%

sur les abonnements à **PME Magazine** et **L'illustré**

 **HEIDI.NEWS** **LE TEMPS**



-25%

sur l'abonnement **HEIDI.NEWS**

-20%

sur l'abonnement au journal **Le Temps**

 **NATURE & DECOUVERTES**



-10%

en magasin lors du passage en caisse

 **SLEEPWELL**
SWISS BEDDING SHOP



sur les **matelas**

-20%

 **BCV**



2 ans offerts

pour les clients non-détenteurs d'un **compte privé**

Bonus taux fixe

pour tous les **membres** de l'UREV

 **POMPES FUNÉBRES GÉNÉRALES SA**



-15%

sur 4 propositions de contrats

 **VUAGNIAUX**
VOYAGES EN AUTOCAR



pour vous et votre conjoint sur un **voyage** annuel

-5%

génération
generations-plus.ch



-CHF 10.-

sur un abonnement annuel

 **OK**
ORTHO KERN



Bénéficiez de plusieurs avantages

-10%