

printemps 2020  
journal n° 170

# AVIVO

Programmes des  
Sections

Retour sur  
les Fêtes

Plaisir santé  
assiette Seniors

Les Assemblées Générales  
des Sections

## Bilan positif pour l'année 2019

En ce début d'année, il convient de faire le bilan de 2019.

Trois grandes satisfactions tout d'abord. Grâce à notre insistance, nous avons obtenu en 2019 une subvention de 6000 francs de l'Etat de Neuchâtel. Par ailleurs, la manifestation que nous avons organisée à l'occasion du 70<sup>e</sup> anniversaire de l'AVIVO le 6 septembre a été un succès complet. Enfin, lors des votations fédérales, le peuple neuchâtelois a élu à Berne plusieurs personnes qui relayeront les préoccupations et les luttes de l'AVIVO.

Au chapitre des soucis, il faut relever notamment que l'effectif de nos membres est en constante diminution alors que le nombre des retraités est en augmentation. A l'heure où les rentes vieillesse et les prestations sociales sont remises en cause, cette situation ne manque pas de nous préoccuper. Nous demandons instamment à nos responsables et à nos membres d'œuvrer pour faire de nouveaux adhérents et pour faire comprendre à la population que l'AVIVO n'est pas seulement un club de

loisirs mais aussi et surtout une association pour la défense des personnes âgées. Cette année, les sections devront être davantage sur le terrain pour faire connaître nos revendications et nos succès.

Encore un mot pour terminer: selon une récente étude du Crédit suisse et mise en évidence récemment par le Conseil suisse des aînés, les Suisses sont les plus riches du monde avec une fortune de 564.000 francs par personne. Une telle étude se base sur des moyennes (il y a 400'000 millionnaires dans notre pays) et constitue une injure pour les 700'000 Suisses, dont 350'000 retraités, qui vivent sous le seuil de la pauvreté. Le rôle de l'AVIVO est toujours plus d'actualité et nous continuerons à œuvrer pour assurer la dignité morale et matérielle des aînés.

Je vous donne rendez-vous le vendredi 17 avril à Fleurier où se tiendra l'assemblée des délégués.

*Rémy Cosandey*

Lors de la manifestation du 70<sup>e</sup> anniversaire de l'AVIVO le 6 septembre à La Chaux-de-Fonds, un participant a oublié une paire de lunettes sur une table. Elle est à disposition chez le président cantonal.

# RAIFFEISEN

## Plus d'humain, moins de technologie

Un article très intéressant paru dans le journal «La voix des seniors info» de septembre 2019, édité par le Conseil suisse des aînés, concernant les soins de demain aux personnes âgées, a retenu notre attention.

L'auteure, Mme Elisabeth Wandeler, infirmière diplômée ES et experte en politique des soins, expose son point de vue dont voici quelques extraits :

*« Pour comprendre l'évolution des soins aux personnes âgées, il convient de se pencher sur le lien entre les développements sociaux et leur impact sur les seniors. Les institutions dédiées aux soins des personnes âgées sont en fait toutes récentes dans l'histoire de l'humanité.*

*Pendant des générations, quiconque avait besoin de soins en vieillissant était épaulé par sa famille. Cette pratique était répandue jusqu'aux temps modernes. Les soins aux personnes âgées n'étaient pas considérés comme une mission sociale mais comme une tâche incombant à la famille.*

*Or, la société a changé avec la révolution technique...*

*A la révolution technique a succédé la révolution numérique, avec l'invention de l'ordinateur et d'internet. Ce changement rythme aujourd'hui notre vie, et le domaine de la santé n'est pas épargné. Les nouvelles technologies détermineront les soins de demain aux personnes âgées. Le suivi par des robots fera partie de notre quotidien. »*

C'est clair que pour faciliter une autonomie des aînés ne serait-ce que le maintien à domicile ou en appartement avec encadrement, avec un soutien de la technique, des connexions multiples et d'une surveillance numérique (alarmes, mobiles avec applications personnalisées, montres connectées, drones pour la livraison des repas, etc.), tout cet attirail permet de sécuriser le quotidien des seniors.

Il est essentiel que les formes de soutien humain et numérique se complètent.

Dans l'intérêt de tous, l'aide intergénérationnelle est plus que jamais d'actualité pour combattre la solitude et la précarité.

Gloria Barbezat

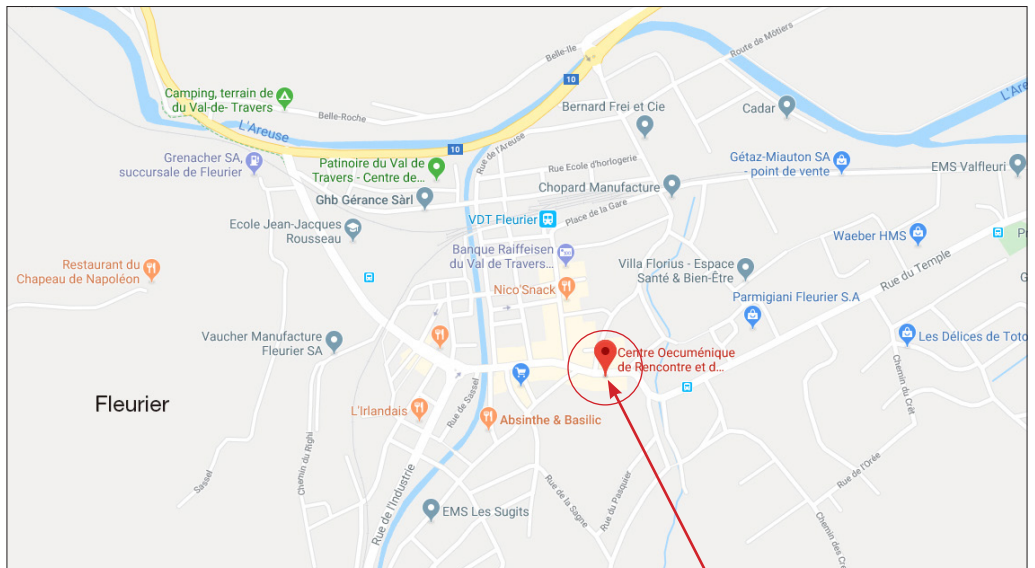
# Assemblée des délégués

**Vendredi après-midi 17 avril 2020 à 14h**

L'assemblée est ouverte à tous.

Rappelons que chaque section a droit à 5 délégués + les membres du comité cantonal.

Les sections recevront une convocation avec l'ordre du jour dans le courant du mois de février.



Centre Œcuménique de Rencontre et d'Animation (CORA), Grand-Rue 7, Fleurier





## Plaisir et santé: l'assiette des seniors

La conférence sur l'assiette de Seniors présentée par Mme Nathalie Brodu, diététicienne à NOMAD, a rencontré un vif succès. En voici un compte-rendu et des recommandations alimentaires spécifiques aux seniors.

### **L'alimentation des seniors et son contexte.**

Chez les personnes de 65 ans et plus, se nourrir de manière variée et équilibrée, selon ses besoins contribue au «bien vieillir» au même titre que l'activité physique, la convivialité et au «prendre soin de soi».

Avec l'âge, (en plus de l'expérience et de la sagesse!), apparaissent certaines modifications physiologiques. Les principales sont une perte de la densité osseuse et une diminution de la masse musculaire. Souvent évoqué, le ralentissement du transit intestinal, lui, peut induire une constipation. Et du côté des sens, le goût et l'odorat par exemple, perdent un peu de leur acuité. Bien connaître ces évolutions permet de trouver des solutions adaptées, voire mieux, de les anticiper. C'est dans ce but de prévention que les recommandations nutritionnelles destinées aux seniors ont été édictées.

Dans les grandes lignes, ces recommandations sont similaires à celles de la population d'âge moyen en bonne santé. Cependant, comme toutes recommandations, il faut prendre en

considération les besoins spécifiques de l'individu. Distinction primordiale pour une population de seniors composée de manière très hétérogène, catégorisée selon trois grands groupes: les personnes âgées robustes, les personnes vulnérables et les personnes dépendantes.

De plus, à l'heure actuelle, s'interroger sur le contenu de l'assiette des seniors implique de s'intéresser à des domaines complémentaires à la nutrition, tels que la dimension économique et sociale, les questions pratiques, l'écologie, etc.

A chaque fois qu'un individu demande conseil sur ses besoins nutritionnels, il s'agit de prendre en compte tous les facteurs individuels liés à sa santé ainsi qu'aux facteurs socio-environnementaux qui sont les siens. Pour illustrer le propos, les assiettes d'une femme paysanne encore active de 70 ans n'auront certainement pas le même contenu que celles d'une retraitée de 85 ans, pensionnaire d'un EMS.

### **Les recommandations alimentaires spécifiques.**

Quant à l'alimentation équilibrée, elle s'illustre grâce à l'exemple de la pyramide alimentaire. Les aliments des étages inférieurs sont nécessaires en plus grande quantité, alors que ceux des étages supérieurs suffisent en moindre quantité. A savoir qu'une alimentation saine ne



comporte pas d'interdit, mais résulte simplement de la combinaison des aliments dans une juste proportion.

Les recommandations générales pour l'alimentation des seniors de la Société suisse de nutrition précisent le propos. Elles sont exposées dans le tableau ci-dessous et doivent être lues, nuancées par les divers éléments cités en amont.

### Le surpoids et la dénutrition, deux problèmes fréquents.

Même si une personne respecte les recommandations d'équilibre alimentaire à la lettre, elle peut être en surpoids. Cela s'explique par des apports plus élevés que les besoins énergétiques. D'où l'importance de revoir les quantités afin d'adapter les assiettes journalières.

La dénutrition est un autre problème dont la fréquence augmente avec l'âge. Souvent causée par une perte d'appétit liée à de multiples facteurs, cette pathologie,

caractérisée par une perte de poids involontaire d'au moins 5% en un mois, doit être prise au sérieux. Ne plus avoir envie de manger n'est pas banal et demande une réaction rapide!

Consulter le médecin qui va poser un diagnostic, traiter les causes et prescrire éventuellement une prise en charge nutritionnelle par un diététicien. Agir pour éviter les conséquences délétères de la dénutrition et ainsi, favoriser une meilleure autonomie et qualité de vie.

### Les ingrédients primordiaux

Les conseils alimentaires seraient incomplets si l'importance des saveurs, de la variété des goûts, les notions de convivialité et de partage étaient oubliés. Ces éléments, et d'autres encore, participent à part entière au plaisir de manger: des suppléments indispensables à une assiette équilibrée pour favoriser la santé des seniors.





Groupes d'aliments	Recommandations
<b>Boissons</b>	<p><b>Boire au moins 1,5 litres réparti sur la journée</b></p> <p>De préférence sous forme de boissons non sucrées: eau du robinet ou minérale, tisanes.</p> <p><i>Boire davantage en cas de chaleur, de fièvre. Instaurer des rituels pour boire régulièrement.</i></p>
<b>Fruits et légumes</b>	<p><b>5 portions par jour (2 portions de fruits et 3 portions de légumes)</b></p> <p><i>1 portion = 1 poignée</i></p>
<b>Produits céréaliers, pommes de terre</b>	<p><b>3 portions par jour</b></p> <p><i>Les céréales complètes sont à privilégier</i></p>
<b>Produits laitiers</b>	<p><b>3 portions par jour</b></p> <p><i>1 verre de lait (2 dl); 1 pot de yogourt, séré ou cottage cheese (150 à 200g) 30 g de fromage à pâte dure ou 60 g à pâte molle</i></p>
<b>Viande, poisson, œuf, tofu, légumineuses</b>	<p><b>1 portion par jour</b></p> <p><i>100 à 120g de viande, de volaille, de poisson, de tofu, de seitan, de Quorn ou de tempeh, 2 à 3 œufs; 100 g de légumineuses cuites</i></p>
<b>Huiles, matières grasses et fruits oléagineux</b>	<p><b>2 -3 cuillères à soupe d'huile végétale</b></p> <p><i>(Colza, olive) par jour</i></p> <p><b>1 petite poignée de fruits oléagineux (noix, noisettes, etc.)</b></p> <p><b>Beurre, margarine, crème (avec modération)</b></p>
<b>Sucrieries, snacks salés et alcool</b>	<p><b>A consommer avec modération</b></p>



## Visite du centre Dürrenmatt



certainement un peu vrai, mais lorsque l'on se retrouve dans ce centre avec un très bon guide, la visite devient tout de suite beaucoup plus facile et intéressante. Le très beau bâtiment d'abord, conçu par le grand architecte tessinois Mario Botta, bien intégré avec l'ancienne demeure de la famille, le Dürrenmatt écrivain ensuite avec son impressionnante bibliothèque, et surtout le Dürrenmatt peintre: des centaines de tableaux et de dessins, la plupart dramaturgiques, issus de la mythologie ou de la religion. Très impressionnant.

On m'avait toujours dit que les expositions du centre Dürrenmatt étaient très élitistes et réservées qu'aux connaisseurs. C'est

Notre pensum a fini par un excellent goût dans la cafétéria et servi par notre guide.

Voyagez comme vous aimez.



**Autocars Hertzeisen-Giger SA**  
**CH-2300 La Chaux-de-Fonds**  
**Tél. 032 913 75 24**  
**[www.hertzeisen.com](http://www.hertzeisen.com)**

**Comme l'AVIVO, faites nous confiance ...**



## Noël, La fête du Partage

Le Noël Traditionnel de la section de Neuchâtel a accueilli près de 90 personnes dans le cadre du restaurant «Le Romarin». Les représentants des autorités politiques et religieuses ont tous souhaité un Joyeux Noël à l'assemblée en évoquant la fête du partage et de la joie. C'est un moment important dans le programme des activités de la section que ce moment de convivialité et de rencontre au moment des fêtes où parfois, pour certains, cela peut être un instant de solitude. Le verre de l'amitié, le repas et l'ambiance musicale sont là pour permettre à tous de passer un bon



moment de rencontre et d'échange. Tout cela ponctué de touches musicales qui ont permis à certains de faire quelques tours de danse. Un grand merci à tous ceux qui ont organisé cette fête et aux commerçants de notre ville et environ qui ont, par leurs dons, permis à nouveau d'offrir une tombola aux lots superbes. Petite ombre au tableau, l'absence de notre présidente malade ce jour-là.

*Daniel Domjan*





# Assemblée générale

**Jeudi 26 mars 2020 à 15h**

Au restaurant LE ROMARIN  
Rue de la Maladière 62 – 2000 Neuchâtel  
Bus No. 101 – Arrêt Microcity

## Ordre du jour:

- 1 Bienvenue et liste de présence
- 2 PV de l'AG du 14 mars 2019
- 3 Rapport d'activité
- 4 Rapport du trésorier
- 5 Rapport des vérificateurs aux comptes
- 6 Rapport de la permanence
- 7 Rapport des activités de loisirs
- 8 Discussions, adoption des rapports
- 9 Budget et activités 2020
- 10 Démissions et admissions
- 11 Divers

Cette première partie sera suivie d'une conférence.

Au cours de la séance, il vous sera offert un café, thé, bière ou eau minérale avec un sandwich.

Inscription au plus tard le 19 mars 2020 chez:

Daniel Conti, Moulins 7, 2072 St-Blaise, daniel.conti@bluewin.ch, 032 725 14 28



Inscription pour l'assemblée générale du 26 mars 2020

Nom ..... Prénom .....

Nom ..... Prénom .....

Nom ..... Prénom .....





## Petit rappel... 6<sup>e</sup> match aux cartes

**Vendredi 28 février 2020 dès 13h45**

Au restaurant LE ROMARIN

Fr. 20.- par personne à payer sur place



Inscription au plus tard le 25.02 2020 chez :

Daniel Conti, Moulins 7, 2072 St-Blaise, daniel.conti@bluewin.ch, 032 725 14 28

## Nos prochaines sorties

**Réservez les dates, tous les détails dans nos prochains numéros**

Vendredi 22 mai	Visite de la maison Anker à Ins
Vendredi 19 juin	Notre grande sortie à Bâle
Vendredi 17 juillet	Sortie en bateau
Vendredi 28 août	Tournoi de pétanque
Mardi 1 <sup>er</sup> septembre	Foire de Morteau*

\* Nouvelle date, modifiée par rapport au programme annuel



pharmacie**plus**  
de l'orangerie

dr. antoine wildhaber  
2000 neuchâtel  
t. 032 725 12 04  
www.orangerie.ch



## Visite du Papiliorama

**Vendredi 24 avril 2020** (Attention date modifiée)

Voyage en train, visite guidée du Papiliorama, goûter sur place et retour à Neuchâtel vers 18h.

RV à 13h15 à la gare de Neuchâtel, voie 2, départ du train à 13h32

Fr. 35.- par personne (sans billet de train).

Dès votre inscription, il vous sera envoyé un bulletin de versement.

Les billets de train seront encaissés sur place :

Avec ½ tarif : Fr. 9.-

Sans ½ tarif : Fr. 18.-



Inscription au plus tard le 17 avril 2020 chez :

Daniel Conti, Moulins 7, 2072 St-Blaise, daniel.conti@bluewin.ch, 032 725 14 28



Inscription pour le Papiliorama du 24 avril 2020

Nom

Prénom

Adresse

NP, Localité

Tél

J'ai un AG

J'ai un ½ tarif

Je n'ai pas d'abonnement



## L'AVIVO au Théâtre

Une nouveauté cette année, l'AVIVO vous convie au théâtre pour deux spectacles exceptionnels :

### Les Ritals

d'après le roman de François Cavanna. Un monologue entre rires et larmes évoquant la vie des immigrés italiens en France dans l'entre-deux-guerres.

**Dimanche 29 mars 2020 à 17h – Théâtre du Passage**

20 places à disposition - Fr. 30.- par personne

### If, une odyssée verte

De Domenico Carli. Un conte où la musique joue un rôle de première importance tandis qu'Ulysse y poursuit un chemin initiatique inédit.

**Samedi 9 mai 2020 à 17h – Aux Jeunes Rives**

20 places à disposition - Fr. 20.- par personne

Inscription au plus tard le 13 mars 2020 chez :

Daniel Conti, Moulins 7, 2072 St-Blaise, daniel.conti@bluewin.ch, 032 725 14 28



Inscription pour le théâtre

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

NP, Localité ..... Tél .....

**Les Ritals** ..... Nombre de personnes .....

**If, une odyssée verte** ..... Nombre de personnes .....



## Noël Ensemble



C'est une salle Fleurisia toute décorée aux accents de Noël qui a accueilli plus de 130 personnes qui sont venues pour partager un après-midi ENSEMBLE.

La Présidente de l'AVIVO Val de Travers et la directrice de la CORA ont, tour à tour, souhaité la bienvenue à tous en leur

souhaitant de belles fêtes ENSEMBLE. Elles ont remercié les donateurs et les bénévoles qui ont permis l'organisation de cette fête.

Le message de l'Eglise, sous forme d'un conte de Noël canadien, a mis l'accent sur l'ESPERANCE que nous donne cette fête.

Une foi rassasiée par un repas excellent, l'assemblée a été transportée dans un petit voyage par les enfants d'une classe «Harmos». Ils nous ont conduits par leurs chants à travers le monde, puis dans les nuages à la recherche du Père Noël, pour se terminer dans la crèche de Bethléem où, c'est tous ENSEMBLE, que nous avons chanté.

Un grand merci aux enfants et à leurs enseignantes pour ce moment délicieux.

La fête s'est poursuivie dans une ambiance musicale évoquant les années de notre jeunesse.

*Daniel Domjan*





# Assemblée générale

**Vendredi 6 mars 2020 à 14h30**

Auditorium du Centre Sportif du Val-de-Travers, Couvet

## **Ordre du jour:**

- 1 Souhais de bienvenue
- 2 Adoption de l'ordre du jour
- 3 Procès-verbal de l'assemblée du 8.03.2019
- 4 Rapport de la présidente
- 5 Rapport de la caissière
- 6 Rapport des vérificateurs de comptes
- 7 Budget
- 8 Rapport d'activité du Groupe Loisirs
- 9 Rapport gym
- 10 Rapport Informatique
- 11 Rapport autres activités
- 12 Nominations statutaires du comité
- 13 Activités de la section
- 14 Divers

Partie récréative

Cotisation AVIVO 2020: Fr. 15.-

Cotisation gym 2020: Fr. 60.- par personne pour 1 cours par semaine

Fr. 100.- par personne pour 2 cours par semaine

Vous pouvez apporter le bulletin de versement annexé  
préalablement rempli dès 13h30 lors de l'assemblée.

Notre caissière l'utilisera comme quittance. Sinon veuillez privilégier  
le paiement par virement postal ou bancaire.

Echéance: 30 avril 2020

*Votre comité*



## Conférence publique 21.11.2019



**AROSS**  
ASSOCIATION  
RÉSEAU  
ORIENTATION  
SANTÉ  
SOCIAL

- Evaluer globalement sa situation
- Informer sur les prestations et prestataires à même de répondre aux besoins
- Informer sur le coût et le financement des prestations proposées
- Expliquer et anticiper certaines démarches
- Soutenir le ou les proches-aidants quand cela est nécessaire

Pour commencer, une bonne nouvelle: l'espérance de vie en Suisse est de 85,4 ans pour les femmes et 81,6 pour les hommes. Nous sommes les champions d'Europe de la longévité!

Pour faire face au nombre croissant des personnes âgées, l'AROSS déploie ses activités désormais dans la totalité du canton de Neuchâtel.

Il s'agit d'un réseau sanitaire concernant la planification médico-sociale, avec les missions suivantes:

- Repérer les personnes fragiles ou vulnérables
- Réaliser des bilans à domicile afin de faire des propositions de soutien à domicile
- S'assurer que l'orientation en EMS est adéquate
- Faire connaître et proposer les alternatives à l'orientation en home
- Rencontrer la personne âgée avec son ou ses proches
- Questionner ses besoins et prendre en compte les bilans réalisés par d'autres professionnels

L'entretien d'orientation intègre la personne et son entourage et peut avoir lieu à domicile. Cet entretien est gratuit et a pour but de conseiller l'intéressé des possibilités en lien avec son propre projet de vie, selon la devise: «S'informer aujourd'hui pour choisir demain».

Toute question sur les prestataires et les prestations utiles aux personnes de +65 ans et leurs proches:

Par téléphone 058 717 88 90

par mail [info@aross.ch](mailto:info@aross.ch)

site internet [www.aross.ch](http://www.aross.ch)





## Fête de Noël de l'AVIVO



La fête de Noël de La Chaux-de-Fonds s'est déroulée le jeudi 12 décembre à la Maison du Peuple de la ville. Comme d'habitude, une distribution de cornets a précédé une partie officielle suivie d'une partie musicale.

L'organisation actuelle de la distribution des cornets suppose que les membres viennent retirer leur cornet et prennent place dans la salle. Comme d'habitude, environ un quart des membres ont quitté les lieux dès qu'ils ont été en possession du dit cornet, ce que l'on peut évidemment regretter tout en comprenant que certains aient eu des raisons valables d'agir ainsi.

Les discours ont représenté une petite partie de la manifestation. Il y eut trois intervenants. Le président, Rémy Cosandey, a apporté un message d'accueil et excusé l'absence de représentant du Conseil

d'État. Ensuite, Monsieur Théo Huguenin-Elie, représentant le Conseil Communal, a apporté les encouragements et les vœux de la commune. L'Église protestante a demandé à Madame Elizabeth Müller de présenter le message de Noël des Églises. Ces messages ont été accueillis par de chaleureux applaudissements.

La partie musicale était assurée par un duo composé du violoniste Pierre-Henri Ducommun et de l'accordéoniste Sylvie Holden. Ils ont interprété des morceaux spécifiquement adaptés à ces deux instruments dont les origines couvrent un grand nombre de pays de plusieurs continents. On aura tous remarqué la qualité de l'interprétation des œuvres choisies. Merci à ces excellents musiciens.

*T.G.*



## Robosphère en 2019

Le 18 octobre 2019, par temps de pluie, les personnes de l'AVIVO intéressées à mieux comprendre les enjeux de la robotique ont eu l'occasion de visiter « Robosphère ».

Il s'agit d'une association dont l'objectif est d'informer la population et en particulier les jeunes sur ce qu'est réellement la robotique. Pour atteindre cet objectif, Robosphère met à disposition un atelier, un musée commenté, une série de vidéos actualisées ainsi que des visites forcément organisées vu les démonstrations qui les accompagnent.

Après une introduction historique rappelant qu'à l'origine le projet devait se situer au Crêt-du-Loche et avoir une ampleur de niveau international, mais vu les conditions économiques fluctuantes, ce projet dût être abandonné. Il a finalement pris la forme d'association comme on la connaît aujourd'hui.

Les visiteurs ont donc pu constater la grande variété de robots existants et

l'impressionnant développement des robots actuellement en test ou déjà en déploiement.

On remarque en particulier que les robots humanoïdes ne sont de loin pas les plus répandus, et qu'il faut tout autant d'astuces pour créer un robot fabriquant à la demande une barbe à papa qu'un robot fabriquant des pralines.

L'avenir est à l'évidence une rencontre de la robotique et de l'intelligence artificielle. Toutefois, nous n'en sommes qu'aux prémices. Un petit exposé final autour d'une tasse de thé et d'une tranche de cake a pu préciser les limites actuelles de cette intelligence artificielle encore basée sur un apprentissage long et non exhaustif d'une nature très différente de l'intelligence humaine ou même animale.

Un merci tout particulier à Monsieur Serge Bringolf pour sa présentation, ainsi qu'à Madame Madeleine Vettiger, organisatrice de la visite.

**7 jours sur 7  
uniquement sur réservation !**

**ROBOSPHERE**  
Cornes-Morel 15  
2300 La Chaux-de-Fonds

info@robosphere.ch  
Tél. 032 913 1000 (déviation possible)  
SMS 078 662 07 82  
www.robosphere.ch

GPS : N 47°10615' E 6°8388'



## Assemblée générale

**Mercredi 18 mars 2020 à 14h30**

A la Maison du Peuple, rue de la Serre 68 (2<sup>e</sup> étage), La Chaux-de-Fonds

Le comité de l'AVIVO, section de La Chaux-de-Fonds, a le plaisir d'inviter les membres de la section à son assemblée générale.

### Ordre du jour:

- 1 Bienvenue du président
- 2 Procès-verbal de l'assemblée générale du 20 février 2019  
Le procès-verbal 2019 peut être obtenu par anticipation auprès du président, soit par téléphone (079 273 45 14) soit par courriel (remy.cosandey@gmail.com)
- 3 Rapport d'activité
- 4 Présentation des comptes
- 5 Rapport des vérificateurs des comptes
- 6 Nominations statutaires:  
Les personnes suivantes sont disposées à poursuivre leur activité:  
Rémy Cosandey (président et secrétaire), Jeannine Wenger (caissière),  
Lucette Aebi, Michèle Balon, Véréne Corrèa, Thierry Gagnebin, Josette Muller.  
Il reste des places disponibles au comité. Les intéressé-e-s sont prié-e-s de prendre contact avec le président.
- 7 Divers
- 8 Exposé:  
Au moment de l'impression du bulletin AVIVO Information, nous ne connaissons pas encore le nom de la personne qui interviendra.
- 9 Collation.

**Attention** – Il sera possible de s'acquitter de sa cotisation 2020 dès 13h30 et jusqu'à 14h20. Prière d'apporter son bulletin de versement déjà rempli. Fr. 20.- au minimum par personne. Tout don supplémentaire est évidemment le bienvenu.



## Liste des sorties AVIVO 2020

24 avril 2020	Repas de reprise aux mines d'asphaltes puis visite des mines. *
8 mai 2020	Visite de la maison natale du peintre Anker à Ins. **
29 mai 2020	Visite de la chocolaterie Camille Bloch à Courtelary
5 juin 2020	Visite du musée rénové de la Sagne
31 juillet 2020	Visite du Château de Boudry
11 Septembre 2020	Musée paysan et artisanal de La Chaux-de-Fonds, avec goûter « neuchâtelois »
2 octobre 2020	Visite des caves Sterchi à la rue de l'hôtel de ville
30 octobre 2020	Visite de la Maison Eberhaerd (maison de l'aigle)

Rendez-vous comme d'habitude au rayon des fleurs du hall de la Migros à 13h30 départ 13h45, sauf exception.

Inscriptions jusqu'au jeudi midi chez Michèle Balon au 032 968 22 75

\* Précision concernant le vendredi 24 avril, visite des mines d'asphalte à Couvet. Le prix est de Fr. 48.- par personne et comprend le menu et la visite guidée des mines. On nous attend pour manger à midi et la visite aura lieu à 14h ou 14h15 selon nos disponibilités sur place.



Menu:

Crème de courge

Jambon cuit dans l'asphalte

Gratin aux pommes de terre

Haricots verts

Parfait glacé à l'absinthe ou nougatine

\*\* Précision concernant le vendredi 8 mai, pour la maison d'Albert Anker à Ins (Anet): visite guidée et commentée de l'atelier et de la galerie de peintures dans la maison communale, en deux groupes séparés. Chaque endroit coûte Fr. 10.- soit Fr. 20.- en tout.





# Assemblée générale

**Mercredi 25 mars 2020 à 14h15**

Cercle de l'Union (1<sup>er</sup> étage), M.-A.-Calame 16, Le Locle

## Ordre du jour:

- 1 Bienvenue et procès-verbal de l'assemblée générale du 27 mars 2019
- 2 Rapport du président
- 3 Admissions, démissions et décès
- 4 Rapport de caisse du 1er janvier au 31 décembre 2019
- 5 Rapport des vérificateurs de comptes et ratification
- 6 Nomination du comité: a) président(e)  
b) vice-président(e)  
c) caissier(ère)  
d) autres membres  
e) deux vérificateurs(trices) de comptes et leurs suppléants(tes)
- 7 Course annuelle (1 journée)
- 8 La fête de Noël et de fin d'année
- 9 Divers

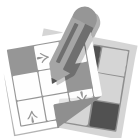
La partie administrative sera suivie d'un petit match au loto de 10 tours plus un carton, à 2.- francs la carte. La collation traditionnelle mettra fin à cette rencontre à laquelle nous vous invitons à venir nombreux, nombreuses.

Il sera possible de procéder au paiement des cotisations lors de l'assemblée générale, ceci afin d'éviter des frais postaux.

Avec nos cordiales salutations et à très bientôt !

*Votre comité*

**Important:** ci-joint un bulletin de versement, carte de membre 2020 (1 carte par couple – prière d'indiquer vos deux noms). Le montant de la cotisation est de Fr. 15.- minimum par personne. Veuillez conserver votre récépissé pour le cornet de Noël



Voici la grille et les gagnants

1<sup>er</sup> prix,

Evelyne Huguenin,  
2400 Le Locle

2<sup>e</sup> prix,

Francine Schommer,  
2406 La Brévine

3<sup>e</sup> prix,

Marie-Thérèse Comtesse,  
2024 St-Aubin-Sauges

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	T	E	L	E	S	I	E	G	E	S
II	A	V	A	L	A	N	C	H	E	
III	R	A	I	L		O	R	A	G	E
IV	E	S	C	A	R	P	I	N		I
V	N	I			F	I	N	A	U	D
VI	T	O	R	D		N	S		N	E
VII	A	N	N	A	L	E		T	I	R
VIII	I			M	A	S	S	I	F	
IX	S	K	I	E	S		E	L	I	S
X	E	L	F	E		A	L	T	A	I



**ateliers arihane**

réalisations graphiques | impressions

Maladière 33  
2000 Neuchâtel  
032 720 03 45  
arihane.ch  
atelier@arihane.ch



impression



mise sous pli



mise en page



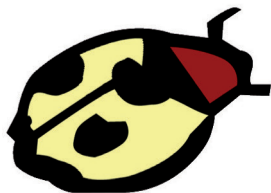
reliure



création



plastifiage



**VOYAGES FAVRE**

- ◆ Organisation de voyages pour groupes, sociétés, mariages.
- ◆ Capacités: 10 véhicules de 13 à 50 places
- ◆ 2 cars équipés pour personnes à mobilité réduite

Route de Neuchâtel 1 – 2019 Rochefort – Tél. 032 / 855 11 61  
[voyages.favre@bluewin.ch](mailto:voyages.favre@bluewin.ch) // [www.voyagesfavre.ch](http://www.voyagesfavre.ch)





	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
I												
II						■			■			
III				■						■		
IV								■				
V		■				■						■
VI			■							■		
VII							■				■	
VIII				■						■		
IX					■							
X					■			■	■			■
XI							■					
XII			■									

Envoyez vos réponses à ;

AVIVO

Case postale 1749

2001 Neuchâtel

au plus tard le 03.03.2020

1<sup>er</sup> prix un bon de Fr. 40.-

2<sup>e</sup> prix un bon de Fr. 30.-

3<sup>e</sup> prix un bon de Fr. 20.-

Parmi les grilles remplies correctement, 3 seront tirées au sort.

Bonne chance à toutes et à tous!

**HORIZONTALEMENT** **I.** Anciens Francs. **II.** Plage du Débarquement. Marteau ou enclume. A vu fleurir des pavés en 1968. **III.** Fait du tort. Une ville sacrément royale. Femme d'église. **IV.** Une période d'exception au XVIII<sup>e</sup> siècle. Greffa. **V.** Un espion au service de Louis XV. Tel Napoléon. **VI.** Capone pour les intimes. Numéro 49 au tableau. Le Soudan sur le web. **VII.** Corrigée. Élément de poulie. **VIII.** Sans effet, sauf sur celui qui la regarde. Une bataille perdue par un Napoléon. Onze marseillais. **IX.** S'adresse à la population. Règne au harem. **X.** Matériel de diffusion. Scandium au labo. Parti depuis 1920. **XI.** Fut grand sous Louis XIV. S'illustra avec courage en 14-18. **XII.** Suit le docteur. Des espèces utilisées par Astérix le Gaulois.

**VERTICALEMENT** **1.** Une tour qui domine Paris depuis 1973. **2.** Remuée. Fut ministre de la Guerre de Louis XIV. **3.** Crier sous les bois. La dernière fois qu'elle est sortie de son lit, c'était en 1910. **4.** Expression de surprise. Ils s'appelaient Louis, Philippe, Charles ou Henri. Pièces de charrue. **5.** Louis XVI n'est pas allé plus loin. Collé au mur. **6.** Château des Guise. Beautés divines. **7.** Obscurci. Celui d'Orléans était frère du roi. **8.** Portable chez les Belges. Montagnes russes. Le Pérou en ligne. **9.** Fait au Jeu de Paume en juin 1789. Présent dans le franc germinal. **10.** Début d'émission. Bref laps de temps. Pente abrupte. **11.** Fut négrière au XVIII<sup>e</sup> siècle. Ce que fut Napoléon 1<sup>er</sup> pour le troisième du nom. **12.** Pandémie. Versée à l'église jusq'en 1793. Moeurs désuètes.

**P. P.**  
2007 Neuchâtel  
Poste CH SA

[www.avivo-neju.ch](http://www.avivo-neju.ch)

<b>Comité cantonal neuchâtelois</b>	<b>Rémy Cosandey</b> Léopold-Robert 53 2300 La Chaux-de-Fonds	032 913 38 08 remy.cosandey@gmail.com
<b>Section du Locle</b>	<b>Denis de la Reussille</b> Chemin de la Joux-Pélichet 3 2400 Le Locle	032 931 76 27 denis.delareussille@ne.ch
<b>Section de La Chaux-de-Fonds</b>	<b>Rémy Cosandey, ad interim</b> Léopold-Robert 53 2300 La Chaux-de-Fonds	032 913 38 08 remy.cosandey@gmail.com
<b>Section du Val-de-Travers</b>	<b>Béatrice Kaeslin</b> Rue du Progrès 15 2108 Couvet	032 863 14 06 beka.couvet@bluewin.ch
<b>Section de Neuchâtel</b>	<b>Rose-Marie Jacot</b> Case postale 1749 2001 Neuchâtel	032 724 14 25 romy45@windowslive.com
<b>Bulletin AVIVO Neuchâtel-Jura</b>	<b>Daniel Domjan</b> Avenue du Vignoble 31 2000 Neuchâtel	079 337 69 06 ddomjan@horus.ch
<b>Site Internet Neuchâtel-Jura</b>	<b>Alain Chasles</b> Rue des Sagnes 10 2300 La Chaux-de-Fonds	032 968 11 76 chasles.alain@hispeed.ch
<b>Permanence de Neuchâtel</b>	Rue Louis-Favre 1 2 <sup>e</sup> étage 2000 Neuchâtel	tél/fax/répondeur: 032 725 78 60 avivo-neju@net2000.ch
Permanence sociale, tous les mardis matin de 9h à 11h pour vous aider et vous orienter! Des problèmes qui concernent l'AVS, l'AI, des prestations complémentaires, l'assurance-maladie, des problèmes personnels, administratifs, juridiques, etc.		