

Actualités

L'heure de s'inventer une nouvelle vie

La Semaine - Edition N°21– 1 juin 2022

<https://www.lasemaine.ch/article/lheure-de-sinventer-une-nouvelle-vie/>



Les nouveaux bénéficiaires de l'AVS du Jura bernois n'ont pas manqué une miette de la conférence destinée à leur faciliter la vie. (photos oo)

Mercredi 25 mai à la Salle des fêtes de Reconvilier, près de 140 nouvelles et nouveaux retraité-e-s du Jura bernois ont répondu favorablement à l'invitation de la Commission politique du 3^e âge du Jura bernois à une conférence suivie du verre de l'amitié. But de l'opération : donner les outils nécessaires pour éviter les nombreux

pièges qui se glissent, telle une peau de banane, dans cette nouvelle étape de vie.

« Oh là, j'ignorais que tu avais déjà l'âge de la retraite, Oli ! » Cette phrase a résonné dans mes oreilles à moult reprises, mercredi dernier, avec une réponse commune : « Je suis ici pour rédiger un petit compte-rendu de l'événement, rien d'autre. » Est-ce agaçant de se faire traiter de retraité avant l'heure ? Poser la question, c'est y répondre. Avec un peu de recul, j'ai pris tout ça avec philosophie et je me sens déjà beaucoup mieux. Mais revenons au plat de résistance de la soirée, soit la conférence de Costantino Serafini, responsable d'AvantAge Suisse romande, créé par Pro Senectute en 2009 pour que la retraite puisse se dérouler dans de bonnes conditions individuelles, économiques et sociales.

Ecarter les personnes toxiques de son entourage

Accompagné de photos humoristiques du meilleur cru, cet exposé a tenu en haleine les nouveaux bénéficiaires de l'AVS du Jura bernois de bout en bout pour la simple et bonne raison que toutes les préoccupations des membres de l'auditoire ont été passées en revue, soit les finances, le deuil du travail, la perte de l'identité, le souci de se sentir inutile, la gestion du temps, les tensions dans le couple, l'absence de reconnaissance, la solitude et l'entrée en EMS pour ne citer que les plus importantes. Costantino Serafini a donc déclaré en substance qu'il était temps de s'inventer une nouvelle vie sans oublier de rester créatif et actif ; de maintenir les contacts enrichissants et de cultiver l'amitié en écartant les personnes toxiques de son entourage.

Président de la Commission politique du 3^e âge du Jura bernois, Pascal Balli a brièvement présenté les différentes associations d'aide et de soutien qui tenaient un stand d'information à la Salle des fêtes de Reconvilier, soit les homes, la Croix-Rouge et Pro Senectute.

Des échanges chaleureux

A travers la Commission du 3^e âge, le Jura bernois prend en main les nombreux défis liés à cette tranche d'âge de la population. On précisera encore que cette conférence a été suivie par de nombreux représentants des autorités communales du Jura bernois. Une succulente agape préparée par les Femmes paysannes du Jura bernois a permis de terminer la soirée par des échanges chaleureux via la rencontre d'anciennes copines ou copains d'école qui avaient disparu de la circulation depuis fort longtemps. Il ne nous reste plus qu'à leur souhaiter une bonne retraite en formulant une petite phrase qui nous vient à l'esprit spontanément : si vous ne savourez pas cette nouvelle étape de vie, personne ne le fera pour vous...

Olivier Odiet