



Quel appareil numérique acheter ?

Les consommateurs sont de plus en plus nombreux à chercher une aide fiable lorsqu'il s'agit de remplacer un téléphone ou un ordinateur devenu capricieux ou obsolète. Pro Senectute Vaud propose une permanence téléphonique pour les accompagner dans leurs choix.

Si vous vivez dans le canton de Vaud et que vous hésitez à changer vos appareils numériques, inutile de vous perdre dans un labyrinthe de modèles et de conseils contradictoires. Un service Conseil téléphonique a vu le jour il y a un an sous forme de projet pilote proposé par Pro Senectute Vaud. Sa mission : vous guider pour faire le bon choix sans stress. Les communications sont assurées par Carl-Kensaku Herbort, de DIGIENE Informatique, et durent trente minutes, à raison de 30 francs la demi-heure pour les membres du Club Pro Senectute Vaud et de 35 francs pour les non-membres. Sans surprise, il constate que les appels concernent surtout les téléphones portables, suivis par les ordinateurs, les tablettes et les montres connectées : « Pour les téléphones, trois cas de figure reviennent souvent. Il y a d'abord les personnes qui doivent remplacer un appareil devenu trop ancien pour

permettre l'accès à certaines applications essentielles. Viennent ensuite celles et ceux qui remarquent que leur appareil commence à donner des signes de faiblesse et préfèrent anticiper. Et, enfin, les usagers qui s'interrogent parfois trop tôt pour envisager un changement. »

Conseils personnalisés

Tous les retraités n'ont pas les mêmes moyens, ce qui demande à Carl-Kensaku Herbort de personnaliser ses conseils afin de respecter les contraintes et les besoins de chacun. Par exemple, il évoque les appareils reconditionnés, une piste intéressante sur le plan écologique, qu'il ne recommande pas systématiquement, car ces appareils ont déjà un âge avancé et se situent parfois très près de la fin de leur cycle de mises à jour. Un téléphone reconditionné peut ainsi sembler avantageux, mais s'il ne lui reste que deux ou trois années de compatibilité, son achat devient moins judicieux qu'il

n'y paraît. Lorsqu'une personne hésite entre un téléphone Android et un iPhone, il recommande de rester dans le même environnement système déjà utilisé, Windows ou Mac, ce qui simplifie l'utilisation. Et lorsqu'un achat neuf est envisagé, il conseille d'attendre trois ou quatre mois après la sortie d'un modèle, le temps que les défauts initiaux soient détectés et corrigés.

Carl-Kensaku Herbort reçoit en moyenne un appel toutes les deux semaines. Quel que soit le profil, son objectif reste toujours de permettre à chaque personne de comprendre clairement ce dont elle a besoin et de pouvoir utiliser l'appareil sans souci.

Différentes offres possibles

Comme l'explique Véronique Garcia, responsable de l'unité Action sociale régionale Pro Senectute Vaud, le conseil téléphonique n'est pas le seul service numérique proposé par l'association. « Outre des conférences et des ateliers, nous avons également

iStock, DR

80 permanences numériques gratuites disponibles dans toutes les régions du canton. Les personnes s'adressent à nos bénévoles et formateurs et leur exposent leurs demandes à raison de 20 à 25 minutes par personne. Pour celles qui le souhaitent, il y a aussi des cours individuels à domicile donnés par six autres partenaires indépendants avec lesquels nous collaborons. Toutes les indications se trouvent sur notre site internet. »

«Je suis ravie de l'expérience!»

C'est à ce service qu'a fait appel Viviane Neuhaus Christeler, 74 ans, pour être guidée dans l'achat de son nouveau téléphone... et elle ne le regrette pas ! « J'ai attendu le dernier moment pour changer. J'avais un téléphone "pour vieux", un Doro, et je l'avais remplacé juste avant le Covid. Quelques années plus tard, il ne fonctionnait plus comme je le voulais. J'ai contacté Pro Senectute Vaud et quelqu'un est

«Il y a aussi des cours individuels à domicile»

VÉRONIQUE GARCIA, PRO SENECTUTE



venu à mon domicile pour m'expliquer quel modèle choisir.

J'ai pris un Samsung Galaxy, même si j'ai parfois l'impression d'avoir une Rolls et de l'utiliser comme une 2 CV!»

Viviane Neuhaus

Christeler a bénéficié de deux visites de son instructeur et n'a pas eu besoin de beaucoup de temps pour apprivoiser son nouvel appareil. Depuis, elle effectue ses paiements bancaires grâce à l'application dédiée, participe à plusieurs groupes WhatsApp, prend des photos qu'elle parvient à envoyer sans difficulté, utilise internet et rédige des SMS avec aisance. Quoi qu'elle en dise, elle maîtrise aujourd'hui un large éventail de fonctions... même si elle dit en être la première étonnée!

MARTINE BERNIER

Informations:

vd.prosenectute.ch/formation-et-information
Tél. 021 646 17 21

Devenez moniteur ou monitrice de sport!

Vous avez envie de devenir moniteur ou monitrice de sport, mais vous n'osez pas franchir le pas? Si vous pratiquez régulièrement une activité physique et que vous aimez la partager, sachez que Pro Senectute Arc Jurassien recherche actuellement des personnes prêtes à donner des cours destinés aux seniors. Inutile d'être spécialiste, l'essentiel est d'avoir de l'intérêt pour le mouvement, un vrai plaisir à transmettre et une attitude bienveillante envers les personnes âgées. Pour accompagner celles et ceux qui souhaitent se lancer, Pro Senectute propose une formation certifiée ESA (Sport des adultes suisses), d'une durée de deux à trois jours. Elle permet d'apprendre à encadrer efficacement les seniors, à adapter les exercices à leurs capacités et à instaurer un climat rassurant et motivant. Un défraiement est prévu pour cet engagement.

Dans le canton du Jura, Pro Senectute Arc Jurassien recherche des personnes pour la gymnastique et la randonnée, principalement dans la région des Franches-Montagnes. Dans le Jura bernois, les cours concernent également la gymnastique, le yoga et le cyclisme. Cette mission offre la possibilité de vivre une expérience humaine forte, d'encourager les seniors à rester en forme et de participer activement à leur bien-être. Une occasion idéale de mettre votre énergie, votre enthousiasme et votre sens du contact au service d'un projet utile et profondément valorisant!

M.B.

Contact et information:

aj.prosenectute.ch/moniteurs
Jura et Jura Bernois,
Noé Mayer, noe.mayer@ne.ch,
032 886 83 20
Neuchâtel, Amandine Volpato,
amandine.volpato@ne.ch,
032 886 83 03



PRO SENECTUTE

PLUS FORTS ENSEMBLE

INFOLINE PRO SENECTUTE:
058 591 15 15

BIENNE

Rue Centrale 40
CP 940
2501 Bienne
Tél. 032 328 31 11
biel-bienne@be.prosenectute.ch
www.be.prosenectute.ch

FRIBOURG

Passage du Cardinal 18
1700 Fribourg
Tél. 026 347 12 40
info@fr.prosenectute.ch
www.fr.prosenectute.ch

GENÈVE

Route de Saint-Julien 5B
1227 Carouge
Tél. 022 807 05 65
info@ge.prosenectute.ch
www.ge.prosenectute.ch

TAVANNES

Chemin de la Forge 1
2710 Tavannes
Tél. 032 886 83 80
prosenectute.tavannes@ne.ch
www.aj.prosenectute.ch

DELÉMONT

Rue du Puits 4
2800 Delémont
Tél. 032 886 83 20
prosenectute.delemont@ne.ch
www.aj.prosenectute.ch

NEUCHÂTEL

Rue du Verger-Rond 2
2000 Neuchâtel
Tél. 032 886 83 40
prosenectute.ne@ne.ch
www.aj.prosenectute.ch

LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25
2300 La Chaux-de-Fonds
Tél. 032 886 83 00
prosenectute.cf@ne.ch
www.aj.prosenectute.ch

VAUD

Rue du Maupas 51
1004 Lausanne
Tél. 021 646 17 21
info@vd.prosenectute.ch
www.vd.prosenectute.ch

VALAIS-WALLIS

Siège et centre d'information
Avenue de Tourbillon 19
1950 Sion
Tél. 027 322 07 41
info@vs.prosenectute.ch
www.vs.prosenectute.ch