

Caritas.mag

Le magazine des
Caritas de Suisse romande
Neuchâtel



Vieillir et bien vivre

7 — Interview d'Alain Huber,
directeur de Pro Senectute

12 — L'Espace des Solidarités
fête ses 25 ans

— Sommaire

Éditorial

Vieillir en solidarité _ Hubert Péquignot

3

4—11



Vieillir et bien vivre

4-6

« La 13^e rente AVS ne résoudra pas les problèmes des aîné·es les plus précaires »

7-8

Interview d'Alain Huber, directeur de Pro Senectute

Prendre soin de nos aïeuls

9

Commentaire de Corinne Jaquiéry - Rédactrice en chef

Henri Dès

10-11

« On se débrouille »

Si le monde est une fondue, l'amitié, c'est la maïzena

11

Billet d'humeur_ Laura Chaignat, autrice, comédienne, humoriste, animatrice (Couleur 3)

12—20

L'Espace des Solidarités fête ses 25 ans

12-13

Café-Bain: un lieu à vivre, à partager... et à construire ensemble

14-17

Des visages sur notre action

18

Appels à votre soutien

19

Couverture: © Elyn

— Impressum

Caritas.mag - le magazine des Caritas de Suisse romande (Genève, Fribourg, Jura, Neuchâtel, Vaud) paraît deux fois par an.

Tirage global: 52'275 - Tirage Caritas Neuchâtel: 9920 ex.

Responsable d'édition: Hubert Péquignot - Directeur de Caritas Neuchâtel. Rédactrice en chef: Corinne Jaquiéry.

Rédaction: Carole Spring. Photos: frundgallina, Caritas Neuchâtel, Sedrik Nemeth et Darrin Vanselow. Corrections: Ana Cardoso.

Graphisme et mise en page: Fluide Communication, Givisiez. Impression: PCL Print Conseil Logistique SA.

Caritas Neuchâtel - Vieux-Châtel 4 - 2000 Neuchâtel. Téléphone: 032 886 80 70

www.caritas-neuchatel.ch - caritas.neuchatel@ne.ch. -



Vieillir en solidarité

— Hubert Péquignot - Directeur de Caritas Neuchâtel

Vieillir. Malgré les sourires affichés dans les publicités et les slogans qui veulent « positiver » l'âge, le mot continue de porter un parfum d'inquiétude. Dans nos imaginaires collectifs, il reste associé à la perte, à la fragilité. Les personnes qui avancent en âge le ressentent : la pression sociale pour rester jeunes le plus longtemps possible est partout. Les marques l'ont bien compris : elles ciblent massivement les plus de 65 ans, un groupe qui, d'ici quelques années, représentera près d'un quart de la population en Suisse.

Dans un pays où l'espérance de vie figure parmi les plus élevées au monde, les enjeux liés au vieillissement sont immenses. Cette longévité, bien que remarquable, met en lumière de fortes inégalités. La santé, par exemple, n'est pas qu'une question sanitaire, elle dépend aussi beaucoup des conditions sociales et économiques. Or, dans ce domaine, l'égalité est loin d'être acquise et les chiffres parlent d'eux-mêmes : environ 200'000 seniors vivent aujourd'hui en Suisse sous le seuil de pauvreté, et 100'000 autres disposent à peine du minimum vital¹.



© Romano Riedo

La fin de la vie professionnelle libère du temps, mais elle ne marque pas la fin de l'engagement. Au contraire, dans nos sociétés occidentales, une grande partie du bénévolat est portée par des seniors. Grâce à elles et à eux, la solidarité prend corps : dans les familles, à travers des associations ou simplement par de petites attentions quotidiennes. Les liens d'entraide entre personnes âgées se développent et c'est une richesse précieuse. Car l'isolement est l'un des plus grands dangers, il fragilise autant la santé physique que psychique.

« Si tu savais comme j'aurais aimé vieillir, pour bercer le monde. »

Christiane Singer

Vieillir en conservant son autonomie, sa santé et sa dignité n'a rien d'automatique. Les obstacles sont réels, souvent invisibles. Pour dépasser les discriminations liées à l'âge, il nous faut agir, ensemble et individuellement, pour que « bien vieillir » devienne une réalité accessible à toutes et à tous, quel que soit le milieu social. C'est dans cet esprit que Caritas Neuchâtel propose certaines de ses prestations où la mixité sociale et générationnelle est au cœur des rencontres.

Je vous souhaite une belle lecture et je vous remercie de votre fidélité à Caritas.

¹Source : Pro Senectute



Vieillir et bien vivre

— Texte : Corinne Jaquiéry

Photos : Darrin Vanselow - Sedrik Nemeth - Corinne Jaquiéry

En Suisse, près de 300'000 personnes âgées peinent à joindre les deux bouts. Certaines d'entre elles souffrent également de la solitude. Les Caritas de Suisse romande les soutiennent avec des prestations adaptées. Reportage et témoignages.

C'est presque une œuvre d'art, tant les boîtes de pâtes sont bien rangées dans l'armoire de la petite cuisine de Nelly Séchaud, retraitée de 67 ans. Cette habitante de Sainte-Croix se prémunit comme elle peut contre les fins de mois difficiles. « Il m'arrive de finir le mois avec juste 10 francs, mais je m'arrange. » En disposant d'une réserve de pâtes, Nelly Séchaud peut manger à sa faim et ne pas dépasser les 50 francs de son budget courses hebdomadaire. Sa rente AVS est de 1400 francs. Elle a des aides pour le loyer et l'assurance maladie et son avoir mensuel atteint péniblement 2000 francs. Cela ne suffit vraiment pas quand sa rente n'est versée que le 5 ou le 7 du mois courant alors que les factures s'accumulent.



Le temps, c'est de l'argent. Sur les tempes.

Robert Sabatier

Mauro Poggia, conseiller aux États genevois, a récemment déposé une motion intitulée « Rentes AVS. Pour une date de versement qui tienne compte de la réalité des obligations financières des bénéficiaires ». « Aujourd'hui, notre réglementation permet aux caisses de compensation de verser jusqu'au 20 du mois suivant, ce qui signifie que, par exemple pour le mois d'octobre, alors que le loyer et l'assurance maladie du mois d'octobre doivent être payés pour le 30 septembre, certaines personnes reçoivent leur rente au plus tard le 20 octobre. Cela oblige finalement ces personnes à l'AVS et à l'AI à faire les banquiers de ces caisses de compensation, ce que rien ne justifie. On vit dans une société d'échéances, mais on leur verse leur rente comme une charité. » Son indignation n'a pas empêché le Conseil fédéral et une majorité de conseillers aux États de refuser sa motion en septembre dernier. Pugnace, le député genevois réfléchit à passer le relais à d'autres pour une intervention au Conseil national.

Pauvreté des seniors en augmentation

Une enquête représentative réalisée dans le cadre de l'Observatoire de la vieillesse de Pro Senectute Suisse montre qu'en 2022, un cinquième des personnes âgées de plus de 65 ans sont touchées par la pauvreté ou en sont menacées en Suisse. Parmi elles, 13,6 % ne sont pas en mesure de faire face à une dépense imprévue supérieure à 2000 francs. Pour 86 % des retraités et retraitées, le système des trois piliers offre une sécurité financière suffisante pendant la vieillesse, mais près de 300'000 personnes de plus de 65 ans sont cependant touchées ou menacées par la pauvreté. Le phénomène va s'aggraver ces prochaines années en raison de l'évolution démographique et de l'augmentation constante du coût de la vie, notamment des primes d'assurance maladie dont on vient d'apprendre qu'en 2026, elles augmenteront de 4,4 % en moyenne.



Des petits bonheurs

Quant à Nelly, comme beaucoup d'autres retraité-es, elle vit chichement en attendant tous les mois que sa rente soit versée à temps pour payer des créanciers qui, eux, sont toujours impatients. «Je travaillais sur la ferme de mon mari et j'étais caissière à 80 % à la Coop. Comme j'avais un tout petit salaire, je n'ai pas pu cotiser au 2^e pilier.» Elle a 61 ans quand son mari lui annonce soudainement qu'il veut divorcer. Sans ressources, elle déménage «avec juste trois fourchettes et deux meubles» et se débrouille comme elle peut. Elle trouve un appartement où elle se sent bien. Entourée de ses deux chats et de quelques amies, elle se montre résiliente. «J'ai appris que le bonheur avec un grand B n'existe pas, je préfère les petits bonheurs.»



Double peine

Autre revers de la pauvreté chez les personnes âgées, la solitude. Les seniors qui connaissent une certaine précarité financière limitent leurs sorties et leurs activités sociales, renforçant ainsi leur isolement. Il est difficile d'inviter des amies et amis quand le souper s'annonce déjà très frugal pour soi-même. Selon l'Observatoire de la vieillesse de Pro Senectute, la solitude est un phénomène répandu chez les seniors. Une personne sur quatre de plus de 55 ans souffre de solitude. Les contextes et les situations sont aussi variés que les définitions de ce phénomène,

le mot solitude recouvrant plusieurs sens. Le fait d'être seul-e et le sentiment d'être seul-e ne vont pas nécessairement de pair avec une souffrance, et peuvent même être agréables. En revanche, les personnes touchées par la solitude souffrent d'isolement social, ce que certaines Caritas de Suisse romande tentent de rompre avec diverses activités comme on peut le voir à Neuchâtel ou à Genève.

La sociologue Oana Ciobanu, professeure à la HETSL (Haute école de travail social et de la santé Lausanne), observe en se référant à des chercheur-euses du Royaume-Uni, qu'au long de la vie, la solitude suit une courbe en U: «Elle est forte chez les jeunes, plus faible chez les adultes, puis en hausse après 80 ans, surtout quand le réseau social se réduit.» Auteure d'une *Étude sur le sentiment de solitude chez les personnes âgées de 75 ans et plus résidant en ville de Lausanne*, elle met en évidence les causes de la solitude qui sont vivre seul-e, notamment après la perte de proches, une situation financière difficile, une santé dégradée et un passé migratoire. Selon la sociologue, la solitude peut aussi être existentielle avec une perte de sens et une absence de liens profonds qui peut persister même si la personne âgée est entourée d'autres personnes. «La solitude accroît le risque de dépression, de troubles du sommeil et de perte d'appétit», affirme-t-elle en citant une chercheuse de référence dans l'étude de la solitude, la chercheuse néerlandaise Jenny de Jong Gierveld. Les profils les plus à risque sont les personnes de plus de 80 ans, les personnes nées à l'étranger, en mauvaise santé, à faible niveau socio-économique ou avec peu de relations sociales. Oana Ciobanu donne quelques pistes d'actions pour lutter contre la solitude réelle ou ressentie: sensibiliser les soignant-es et travailleuses et travailleurs sociaux en leur fournissant un outil de détection; favoriser les loisirs accessibles, la sociabilité de voisinage, l'adhésion à des associations; former aux outils numériques pour garder le contact même si une récente étude montre que les seniors se débrouillent de mieux en mieux avec l'informatique; intervenir tôt, par exemple après un veuvage, et adapter les activités aux sous-groupes (migrant-es, femmes, etc.) avec une évaluation régulière des programmes.



bit.ly/etude-solitude



Karim a noué une grande complicité avec ses clients et clientes. Ici avec Madame Reda.

Savoureuses visites à domicile

La ville de Neuchâtel s'éveille à peine quand Karim, 63 ans, commence sa tournée marathon pour la Toque Rouge, service de repas à domicile de Caritas Neuchâtel. Chaque jour, il livre un repas chaud et équilibré à une trentaine de personnes, la plupart âgées ou fragilisées. Pour plusieurs d'entre elles, la visite de Karim est comme un rayon de soleil qui éclaire une journée assombrie par la solitude. Le sourire éclatant de Françoise qui ouvre largement la porte de son vieil appartement en est la preuve. Les quelques mots échangés semblent lui réchauffer le cœur.

Menée tambour battant, la tournée est entrecoupée de jolis moments de dialogue. Karim sait l'importance que sa visite revêt pour la plupart des personnes à qui il apporte un repas chaud. Montant et descendant des dizaines de marches d'escalier tous les matins, Karim conserve la forme et une bonne humeur à toute épreuve. Du bord du lac au haut de Neuchâtel, Karim connaît tous les raccourcis et entrelacs entre rues et ruelles. Là, il siffle en montant au 4^e étage, sésame pour qu'on lui ouvre, ici, il frappe avec entrain. Parfois la porte reste close. « Il y a des personnes qui préfèrent ne pas se montrer. Si la boîte du repas précédent est devant la porte, c'est OK. » Parfois pourtant des drames se sont noués et le ou la livreuse arrive trop tard. Pour Karim, ce n'est pas le cas. Au contraire. « Je lui dois beaucoup », affirme Louise. « Un jour, je suis tombée. Je n'arrivais pas à me relever. » Restée près de cinq heures allongée sur le sol de sa cuisine, c'est Karim qui la relève en venant livrer son repas. « Depuis, j'entre toujours jeter un coup d'œil pour voir si tout va bien », indique ce dernier, qui va poursuivre sa tournée jusqu'aux environs de midi avant de retourner à l'Espace des Solidarités où des repas sont servis pour la modique somme de 6 francs. Gilberte, 93 ans, et Janine, 81 ans, s'y retrouvent presque tous les jours pour ne pas manger seules. « La nourriture est bonne, mais je viens d'abord pour l'accueil et la rencontre avec d'autres personnes », relève Gilberte, alors que Janine approuve. « Heureusement que ce lieu existe, sinon on resterait seules toute la journée ! » ■■■



Un lien entre générations

Né il y a une dizaine d'années, le programme de bénévolat intergénérationnel de Caritas Genève vise à lutter contre l'isolement social avec la visite hebdomadaire d'un-e bénévole chez une ou un senior. Aujourd'hui, entre 15 et 20 binômes sont actifs, chacun composé d'un-e jeune de 18 à 30 ans et d'un-e aîné-e âgé-e de 65 ans ou plus. Le recrutement des jeunes s'effectue principalement via des campagnes sur les réseaux sociaux, notamment au moment de la rentrée universitaire. Fabrice Blondel, responsable du projet bénévolat intergénérationnel, est très attentif au processus de création des binômes en menant des entretiens individuels approfondis avec une recherche de compatibilité, et la priorité à une première rencontre réussie. La qualité prime sur la quantité de binômes. Les duos se rencontrent ensuite en moyenne deux heures par semaine, autour d'activités simples mais précieuses : promenades, discussions, repas partagés.

Rawan et Sophie

Parmi ces bénévoles, Rawan, une jeune femme d'origine syrienne, médecin de formation, raconte: « Sur Facebook, j'ai vu le témoignage d'une bénévole à Caritas Genève. Je me suis dit que c'était une bonne idée pour m'intégrer. J'ai postulé. » Sélectionnée, elle suit une formation, notamment sur l'écoute: « C'était important pour moi de bien me préparer. » Rawan, 27 ans, est ensuite mise en binôme avec Sophie, 69 ans, vivant seule. « La première fois, c'était un peu difficile, mais ensuite nous avons trouvé un rythme. » Peu à peu, la relation évolue: « Ce n'est pas un travail pour moi. C'est une relation amicale. Sophie est devenue comme une personne de ma famille, peut-être comme une grand-maman. » Elles échangent beaucoup, notamment sur leurs cultures respectives: « Sophie me pose des questions sur ma vie, sur mon pays. Je lui ai préparé un dessert syrien. Elle a beaucoup aimé. On parle aussi de la culture suisse. J'apprends beaucoup. » Cet engagement a même influencé sa vision professionnelle: « J'ai commencé à réfléchir sérieusement à me spécialiser en gériatrie. » Et surtout, c'est le lien affectif qui fait toute la différence: « Elle m'appelle quand je suis malade. Moi aussi, je prends de ses nouvelles. C'est une vraie relation. » Enfin, Rawan souligne l'impact de cette expérience sur son intégration: « Cette activité est très importante pour comprendre les différences culturelles, les coutumes. Je me crée une nouvelle famille ici. » ■■■



latoquerouge.ch



caritas-ge.ch/big



« La 13^e rente AVS ne résoudra pas les problèmes des aîné·es les plus précaires »

— Propos recueillis par Corinne Jaquiéry - Photo: Pro Senectute

Fondation privée d'utilité publique suisse, Pro Senectute a été fondée en 1917, à une époque d'extrême précarité pour les personnes âgées. Aujourd'hui, le spectre de la pauvreté des aîné·es rôde de nouveau. Point de situation avec Alain Huber, directeur de Pro Senectute.

En 2025, y a-t-il un appauvrissement plus important chez les personnes âgées que vous suivez chez Pro Senectute ?

Selon les études menées en 2009 et en 2022 dans le cadre de l'Observatoire national de la vieillesse, le pourcentage de personnes âgées en situation de précarité n'a pas progressé, mais comme la population âgée augmente, cela touche un plus grand nombre de personnes. La 13^e rente AVS pourrait apporter une aide, mais elle ne résoudra pas les problèmes des plus précaires. L'aide ciblée via les prestations complémentaires et l'aide d'urgence restent essentielles. Par ailleurs, la pauvreté touche de plus en plus les personnes très âgées – en particulier à partir de 80 ans –, période de la vie où les besoins en soins et en accompagnement s'intensifient fortement. Un problème central réside dans le fait que l'accompagnement à domicile – contrairement aux soins – n'est souvent pas couvert par les assurances sociales, ce qui le rend inabordable pour beaucoup. Cette lacune touche surtout les personnes vivant seules ou socialement isolées, dont le nombre est également en hausse.

Pro Senectute peut-elle aider les seniors qui n'arrivent plus à payer leurs primes d'assurance maladie en constante augmentation ou qui ne peuvent plus les payer à temps en raison des retards de versement de leur rente AVS ?

Pro Senectute aide principalement en offrant des consultations sociales, avec des bureaux dans toute la Suisse, mais elle soutient aussi les personnes âgées en difficulté financière par des aides d'urgence et les réoriente vers les services compétents. Cependant, l'impact des primes d'assurance maladie sur les finances des retraité·es est un problème croissant.



Quelle part de votre budget provient de la Confédération, des cantons et des fonds privés ?

Pro Senectute reçoit des subventions fédérales couvrant jusqu'à 50 % des charges pour la consultation sociale. Le reste serait à la charge des cantons et des communes, mais ce n'est pas le cas partout. Nous devons souvent compléter avec des fonds privés, notamment pour les aides financières individuelles (AFI).

bit.ly/soutien-pro



Avez-vous des partenariats avec d'autres associations de soutien aux personnes ?

Les organisations cantonales et intercantionales de Pro Senectute travaillent avec d'autres associations comme Caritas ou le CSP. Il existe des réseaux de coopération, mais chaque canton a son organisation indépendante. Il n'est pas nécessaire de « se battre » pour les clients, l'objectif est d'offrir des solutions aux personnes âgées, quelle que soit l'organisation qu'elles choisissent.



Quels sont les défis financiers à venir pour Pro Senectute?

Pro Senectute dans son ensemble est financièrement stable pour les prochaines années, mais la démographie change rapidement avec un grand nombre de baby-boomers arrivant à la retraite. La précarité pourrait augmenter, bien que les générations actuelles bénéficient de meilleures conditions que celles du passé.

Combien de retraité-es bénéficient de vos services et faut-il être membre de Pro Senectute pour en bénéficier?

Pro Senectute aide environ 700'000 retraité-es, soit celles et ceux qui ont fait appel à ses services au moins une fois. Il n'est pas nécessaire d'être membre pour consulter, mais les personnes qui adhèrent à certains clubs peuvent bénéficier de réductions. Toute personne recevant une rente AVS ou une autre pension peut nous consulter à partir de 60 ans. Nous avons environ 67'000 consultations par an. Mais à côté, il y a 480'000 participant-es à nos cours – cela peut être des cours de langue, du vélo électrique, de la gymnastique, de l'aquagym, ou même de la gym à domicile. Enfin, nous avons aussi l'aide à domicile, avec environ 1,5 million de missions par an: livraison de repas, transports, visites d'anniversaire. C'est l'ensemble de cette palette de prestations qui représente ce chiffre global.

Comment abordez-vous le problème de la solitude, souvent liée à la précarité?

L'aide aux repas est centrale: dans certains cantons, on ne se contente pas de livrer le repas, on prend aussi du temps pour parler, voir si tout va bien. Nous avons aussi les «tables de midi», où l'on cuisine et mange ensemble, ou des visites d'anniversaire par des bénévoles. Les cours sont également conçus comme des espaces de rencontre: le but n'est pas seulement d'apprendre, mais de créer du lien. Si quelqu'un n'a pas les moyens, nous trouvons des financements pour garantir l'accessibilité.

Il y a aussi la solitude « existentielle », ressentie même en étant entouré, notamment en EMS. Qu'en pensez-vous?

C'est une distinction importante: être seul-e ne signifie pas forcément ressentir la solitude, et inversement. On peut être entouré et se sentir profondément isolé. Ce vécu est très personnel. Et la solitude n'est pas réservée aux personnes âgées: elle touche aussi les jeunes. Mais avec l'âge, la perte progressive des proches rend le risque d'isolement plus grand, surtout si la personne n'a pas la force ou la possibilité de recréer du lien à 80 ou 85 ans.

Et comment trouvez-vous les personnes isolées qui ne viennent pas vers vous?

C'est un vrai défi. Nous avons mené plusieurs études sur ce sujet. Par exemple, une étude a montré que les migrant-es en faisaient partie et nous a conduits à traduire nos brochures en douze langues. Avec l'intelligence artificielle, c'est plus simple aujourd'hui, mais cela reste coûteux et complexe. Nous cherchons constamment des solutions pour atteindre ceux qui échappent à nos services. ■

Pauvreté chez les seniors

200'000

seniors vivent en dessous du seuil de pauvreté en Suisse



100'000

autres ont tout juste ce qu'il faut pour vivre

46'000

d'entre eux vivent dans une extrême pauvreté

Solitude chez les seniors



Ce qui représente

444'500 personnes

26,6 %

des 55 ans et plus souffrent de solitude en Suisse

36,8 %

des 85 ans et plus se sentent seul-es



Fact checking



C'EST FAUX

Les personnes âgées sont forcément fragiles ou très dépendantes en Suisse. Elles doivent vivre nécessairement dans un établissement médicalisé et ne sont pas du tout satisfaites de leur vie.



C'EST VRAI

Beaucoup de personnes âgées suisses restent autonomes, en bonne santé, et actives, parfois par nécessité financière. Les difficultés augmentent avec l'âge avancé. Une étude récente de Swiss Life montre que 80 % des retraité·es suisses entre 65 et 80 ans sont satisfait·es ou très satisfait·es de leur vie actuelle. ■■

Office fédéral de la statistique (OFS) et Swiss Life.



Prendre soin de nos aïeuls

■■ Commentaire:

Corinne Jaquiéry - Rédactrice en chef

Elles et ils ont travaillé toute leur vie, parfois très dur, pour pouvoir se loger et manger à leur faim avec souvent une famille à charge. Bien plus fournis que cigales, ces seniors se retrouvent aujourd'hui fort dépourvus alors qu'avec la vieillesse, une bise froide est venue. Selon l'Observatoire de la vieillesse, en 2025, une personne qui perçoit uniquement une rente des deux premiers piliers ne peut quasiment plus subvenir à ses besoins tant le coût de la vie a augmenté en Suisse. Des personnes âgées ayant largement dépassé l'âge de la retraite continuent à travailler. Le souci étant que celles qui disposent d'une marge de manœuvre financière limitée sont plus souvent concernées par des problèmes physiques ou psychologiques et souffrent davantage de solitude. Il est plus que temps d'agir et de mieux épauler nos personnes âgées. Sources de transmission de liens à tirer entre notre passé et notre futur, elles sont essentielles à l'équilibre de nos vies. ■■

Prestations pour
les seniors des Caritas
de Suisse romande



Genève



Neuchâtel



Jura



Fribourg



Vaud

Faites-nous part de votre avis !



Vous avez apprécié cette édition ?
Vous avez une suggestion à faire ou
un sujet que vous aimeriez voir traité
dans un prochain numéro ?

Vous pouvez nous faire part de votre
feedback via **ce formulaire en ligne**.



bit.ly/caritas-avis



Henri Dès

« On se débrouille »

— Texte: Corinne Jaquiéry -
Photo: Georges Braunschweig

Toujours très populaire auprès des enfants, mais aussi de leurs parents et grands-parents, le chanteur a lui aussi tiré le diable par la queue.



1940

Naissance à Renens (VD)
de Henri Louis Destraz

1964

Épouse Mary-Josée Chastellain

1968

Sort son premier disque
pour adultes

1970

Naissance de son fils, Pierrick

1975

Naissance de sa fille, Camille

1977

Premier album pour enfants,
Cache-cache. Lance
son propre label, Mary-Josée,
du nom de son épouse

1986

Premier concert à l'Olympia.
Plusieurs autres suivront tout
au long des années

2012

Premier best of: *Henri Dès
en 25 chansons*

2017

Sortie de l'album «metal»
Zinzin, par Henri Dès & Ze
Grands Gamins, avec son fils
Pierrick

2019

Sortie de l'album *En solo*

2024

Sortie de l'album
Autrement 3 – En avant toute!

«Enfant, dans les années cinquante, j'habitais la rue Centrale à Lausanne. D'un côté, il y avait les maisons bourgeoises où résidait une population qui n'était pas riche, mais qui n'était pas dans la pauvreté comme l'était ma famille. En face, il y avait des maisons décrépies, avec des gens dans le besoin. Moi, je côtoyais bien sûr des gamins qui habitaient aussi de l'autre côté de la rue. Un jour, je suis entré dans la cuisine d'un copain. Elle avait un sol en terre battue. Jamais, jusque-là, je n'avais imaginé qu'en Suisse, des gens étaient obligés de vivre dans un tel endroit vétuste, moche et triste! Je me suis rendu compte que la pauvreté pouvait exister tout près, mais qu'elle était souvent cachée. Plus tard, quand je suis allé à Paris avec ma femme Mary-Jo pour

tenter ma chance dans la chanson, nous habitions dans un tout petit 9 m². On gagnait très peu. À tel point que je n'avais rien à déclarer aux impôts. J'avais reçu une lettre qui me disait que j'étais dans l'indigence et qui me demandait si je voulais recevoir de l'aide. Comme j'avais, de temps en temps, un petit contrat ici ou là, on arrivait à s'en sortir et on avait dit non.

À l'époque, demander de l'aide n'était pas très bien vu. J'étais arrivé à Paris à 23 ans, et jusqu'à l'âge de 28 ans, j'ai été dans de grandes difficultés financières. Je sais donc ce que cela veut dire de devoir se suffire de très peu. Mary-Jo et moi allions au marché le dimanche, on prenait la viande la moins chère, des abats en général, pour en man-



henrides.net



« On se débrouille,
avec ce qu'on a plus
ou moins.
On se débrouille,
des fois, c'est plus,
des fois, c'est moins.
On se débrouille,
avec ce qu'on a dans
les mains. »

ger de temps en temps. Pour se faire plaisir, on s'achetait un cornet de glace pour les deux. Tout était compté, calculé au centime près...

C'est seulement en 1977, quand j'ai sorti mon premier album pour enfants *Cache-cache*, que j'ai commencé à mieux gagner ma vie. J'ai toujours déclaré mes revenus notamment à l'AVS, mais j'ai des amis musiciens qui ne l'ont pas fait. Aujourd'hui, ils se retrouvent à la retraite. Et leur rente est toute petite. Ils n'arrivent pas à s'en sortir. De temps en temps, je les invite au restaurant et ça leur fait plaisir. Depuis longtemps, je donne une petite somme, tous les mois, à une dizaine d'associations caritatives. Je choisis, en général, les associations locales qui s'occupent des personnes démunies de chez nous. Quand je fais mes courses et que je vois arriver des personnes à la caisse avec leur triste achat, j'ai souvent envie de leur dire, je vous les prends, mais j'essaie d'éviter d'aider des gens en direct. Je pense que les associations comme Caritas font beaucoup mieux ce travail que moi. C'est à eux de choisir et de décider où va l'argent. Il y a aussi ceux qui souffrent de solitude, comme moi, après le décès de ma femme. C'est dur de rentrer dans une maison où il n'y a pas un bruit. J'ai eu de la chance, j'ai été bien entouré. Maintenant, j'ai ma compagne Nathaly, qui m'a sauvé la vie quand j'ai eu ma crise cardiaque. Grâce à elle, je suis en forme et je peux continuer à chanter pour quatre générations.»

Concerts en Suisse romande

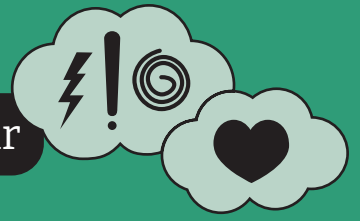
Genève,

Bâtiment des Forces Motrices,
26 octobre 2025.

La Tour-de-Peilz

Salle des Remparts,
31 octobre 2025.

Billet d'humeur



Si le monde est une fondue, l'amitié, c'est la maïzena

— Texte : Laura Chaignat,
Autrice, comédienne, humoriste,
animatrice (Couleur 3)

J'ai toujours mis les halls d'immeuble dans la même catégorie que les piscines et les coups d'un soir : on y va et vient, sans grand intérêt. Parfois, on en repart avec une surprise : un faire-part, une mycose.

J'ignore pourquoi tout ce marbre, dans un lieu où personne ne s'arrête pour le voir ?

Or, je sais, grâce à ma nouvelle voisine, qu'un peu de lavandin dans la lessive, ça change tout, que sa petite-fille a pris un troisième chat (ça doit être une grande solitude pour nécessiter trois chats, a-t-elle ajouté) et qu'elle aime trop la fondue pour attendre d'avoir quelqu'un avec qui la partager pour en manger.

Moi je lui ai juste dit « Bonjour » devant les boîtes aux lettres. Un bonjour d'habitude, un sourire spontané, interprétés comme mon consentement au dialogue.

Après dix minutes, j'en avais oublié que le dernier épisode de ma série m'attendait à quatre étages de là. Je me suis laissé porter par le lent flux de parole de cette nouvelle amie. Une conversation légère, un brin pratique, sans mauvaise nostalgie ni dépressive prophétie. J'ai accueilli ce lien nouveau avec réconfort.

Chaque lien est un pont. Et les ponts sont les armes qu'il nous reste face à ceux qui érigent des murs.

Aujourd'hui, je sais à quoi sert le marbre ; il est le bel écrin des amitiés de halls d'entrée. Voisines, collègues, compagnons de salle d'attente, on s'aide pour les courses, on se tient la porte, on prend des nouvelles, on se souhaite la journée bonne. Ce sont d'infimes et fragiles amitiés, qui se protègent et se musclent avec soin.

Aujourd'hui, si je manque de maïzena, je sais où aller sonner. Et je sortirai une fourchette en plus. —



L'Espace des Solidarités fête ses 25 ans

— Textes: Carole Spring - Photos: Darrin Vanselow

Un quart de siècle de repas partagés. Une belle histoire qui continue.

Il y a vingt-cinq ans, Caritas Neuchâtel et l'Association pour la défense des chômeurs ont uni leurs forces. Leur idée: créer un lieu simple, ouvert à toutes et tous, où l'on partage un repas et bien plus encore. C'est ainsi qu'est né l'Espace des Solidarités (EDS).

Dès son ouverture, l'EDS a trouvé son public. On y vient pour savourer un repas chaud et équilibré, mais surtout pour retrouver de la compagnie, des échanges, une atmosphère bienveillante. Ici, le repas devient un vrai prétexte à la rencontre. S'il nourrit le corps, il nourrit surtout le lien social. Pour beaucoup, l'EDS est devenu un repère indispensable pour partager des moments de convivialité.



Plus qu'un repas, une rencontre

Chaque midi, du lundi au vendredi, des dizaines de personnes poussent la porte de l'EDS. Certaines sont des fidèles de longue date, d'autres découvrent le lieu. Mais toutes viennent chercher la même chose: un repas abordable à 6 fr., et surtout la chaleur d'une table partagée.

Ouvert à tout le monde

À l'Espace des Solidarités, aucune condition à remplir: chacun vient tel qu'il est. Les retraités côtoient les chercheurs d'emploi, les habitants du quartier croisent des personnes de passage. Toutes et tous se retrouvent autour des mêmes tables. Cette diversité fait la véritable richesse du lieu.

Et l'affluence le prouve: en 2024, 8242 repas ont été servis, soit 5% de plus que l'année précédente. L'EDS dépasse aujourd'hui sa fréquentation d'avant



La Toque Rouge:
un repas, une visite,
un sourire

La Toque Rouge, c'est le service de repas à domicile de Caritas Neuchâtel. **Pour 19 fr., livraison comprise, nos équipes préparent chaque jour un menu chaud et complet, livré 7 jours sur 7.**

Les plats sont équilibrés, adaptés aux besoins de chacun (végétarien, sans porc, sans lactose, sans gluten) et préparés avec des fruits et légumes de saison.

Mais La Toque Rouge, c'est bien plus qu'un repas livré. Chaque livraison apporte souvent un sourire, une parole bienveillante. Pour beaucoup de personnes âgées ou fragilisées, ces passages sont un repère rassurant qui rend le quotidien plus simple.

Enfin, La Toque Rouge est une entreprise sociale reconnue par les autorités cantonales et communales. Chaque nouvelle commande ouvre des perspectives d'emploi et permet de poursuivre notre mission. Ici, la solidarité se cuisine et se partage jusque sur le pas de la porte.



Covid-19. Preuve que dans un monde où tout s'accélère, nous avons plus que jamais besoin de ces instants de partage.

Une cuisine qui forme et qui emploie

Chaque matin, une brigade s'affaire derrière les fourneaux. Ici, la cuisine a une mission particulière, elle offre une chance à celles et ceux qui cherchent à se réinsérer dans le monde du travail.

En 2024, 12 personnes ont été accueillies en stage: en salle ou en cuisine, au service ou à la plonge. Encadrées et soutenues, elles découvrent ou redécouvrent un métier, apprennent à travailler en équipe et reprennent confiance.

Au-delà des compétences techniques, ces stages redonnent un rythme, la régularité et surtout le sentiment d'avoir sa place. Comme le disent souvent les bénéficiaires: «J'ai besoin de voir du monde» ou encore «J'ai besoin d'une raison de me lever le matin». Ici, on renoue non seulement avec le travail, mais aussi avec la vie en société.

Un lieu au cœur de Neuchâtel

Depuis 2008, l'EDS est installé à l'Hôtel des Associations, en plein centre-ville. Dans la grande salle, les conversations vont bon train. On se donne des nouvelles, on s'encourage, on s'entraide. Les liens créés ici dépassent souvent les murs: des amitiés durables naissent, des solidarités se prolongent au quotidien.

En vingt-cinq ans, l'EDS est devenu bien plus qu'un restaurant social: un repère convivial, mais aussi un espace d'accueil où l'on retrouve le plaisir simple d'être ensemble.

Merci pour ces vingt-cinq ans

Cette histoire n'existerait pas sans vous: donateurs, bénévoles, partenaires et collaborateurs. Grâce à vous, l'EDS reste depuis un quart de siècle un lieu simple où, chaque jour, de petits gestes ont des impacts extraordinaires.

Et demain? La mission continue: accueillir toujours plus de monde, offrir des perspectives professionnelles, tisser des liens. Parce que, depuis vingt-cinq ans, l'EDS nous le rappelle: autour d'une table, on peut changer une journée. Parfois même, une vie. ■■■

En 2024



8242

repas partagés
à l'Espace
des Solidarités.



Environ **35**
convives chaque
jour, fidèles
ou de passage.



5 jours par semaine:
du lundi au vendredi,
à midi.

6 fr.

le prix d'un repas complet
(entrée, plat, dessert).



12 stagiaires accueillis,
40 ans de moyenne d'âge.

128'700 repas
préparés par La Toque Rouge,
7/7, dont 49'587 livrés à domicile.
Un record!



Café-Bain : un lieu à vivre, à partager... et à construire ensemble

Au printemps 2026, un nouveau lieu va ouvrir ses portes dans le parc des Jeunes-Rives de Neuchâtel: le Café-Bain. Un espace chaleureux ouvert à chacun·e, où l'on pourra se détendre après un bain hivernal, partager un brunch dans l'espace café, assister à un concert... ou simplement se retrouver.

De l'idée au concret

Imaginé en 2009 par des citoyennes inspirées par des bains publics d'ailleurs, puis porté par l'association L'Autre Bain Public et Caritas Neuchâtel, le projet a mûri au fil des années, grâce aux échanges avec la population et des partenaires locaux.

Aujourd'hui, soutenu par un large réseau, il entre dans sa phase concrète: ouverture prévue au printemps 2026.

Un espace pour toutes et tous, à imaginer ensemble

Bien plus qu'un café et deux saunas chauffés au bois, le Café-Bain sera un point de rencontre au cœur de la ville, accessible à toutes et tous grâce à une politique tarifaire inclusive.

Et surtout, ce lieu vivra au rythme de ses usagers. Chacun pourra proposer et organiser des activités, pour en faire un espace vivant et unique.

« On veut que ce lieu soit un espace de vie, pas juste un service. Que la population se l'approprie, qu'on le fasse vivre ensemble », souligne Anna Hirsch, responsable du projet.

Pourquoi Caritas Neuchâtel ?

Lutter contre la précarisation et l'exclusion: voilà le cœur de l'action de Caritas Neuchâtel. Mais l'aide ne se résume pas à répondre à un besoin urgent, elle passe aussi par la création de liens et de lieux où tout le monde peut trouver sa place.

Le Café-Bain s'inscrit dans cette démarche. Un lieu de rencontres où chacun·e se sentira accueilli·e, quel que soit son parcours.



Caritas : l'expérience de l'insertion

Derrière le comptoir, au service ou à l'animation, certaines personnes feront leurs premiers pas dans un emploi depuis longtemps.

Caritas Neuchâtel a déjà une solide expérience dans l'insertion socioprofessionnelle. Chaque année, plus de 80 personnes sont accompagnées dans ses Épiceries, à l'Espace des Solidarités, au Vestiaire (boutique de seconde main), ou encore à La Toque Rouge, son service de repas à domicile.

Le Café-Bain offrira de nouvelles places pour permettre à des personnes éloignées du marché du travail de retrouver confiance et de renouer avec la vie professionnelle.



Sur place, vous trouverez...



Espace café

Boissons chaudes et froides, encas à prix doux, brunchs conviviaux, fondues en hiver, petite restauration sur place ou à emporter – avec des produits locaux et de saison. **Ouvert toute l'année.**



Espace bain

Deux saunas chauffés au bois, des espaces de repos cosy avec vue sur le lac, des vestiaires et un accès direct à l'eau.



Tarifs inclusifs

Grâce à la **CarteCulture** et à une politique tarifaire accessible, le Café-Bain sera abordable pour toutes et tous.



Activités à imaginer ensemble

Ateliers créatifs, après-midi tricot, baignades hivernales, groupes de parole, concerts, soirées jeux, autant d'idées déjà évoquées qui verront le jour progressivement. **La programmation évoluera au fil du temps et des propositions des habitants et usagers.**



Accueil familles

Un lieu pensé pour tous les âges : enfants, parents, grands-parents, sportifs, touristes ou simples curieux... Tout le monde pourra y trouver sa place et partager un moment.

Maquette du Café-Bain 2024.
Auteur du projet: ©frundgallina architectes.
Maquette et photographie: ©frundgallina



Durable et citoyen

Construit en bois local, le bâtiment sera alimenté par des panneaux solaires. L'énergie sera utilisée de manière raisonnée.

Pensé pour un public varié – habitants, familles, sportifs, touristes –, il a été conçu avec la Ville de Neuchâtel pour faire vivre les Jeunes-Rives en toute saison.

Comment s'impliquer?

**Le Café-Bain est un projet collectif.
On le construit ensemble, on le fait
vivre ensemble:**

Un local vide?

Il peut nous dépanner avant l'ouverture.

Du temps à offrir?

Devenez bénévole: ici, chaque main compte.

Une idée d'activité?

Faites-la vivre et faites vibrer ce lieu.

Contactez-nous





QR-facture



Soutenir le projet

Les travaux sont lancés. Pour que les portes s'ouvrent au printemps 2026 avec tout l'équipement nécessaire, nous avons besoin de vous.

Il manque encore 72'000 fr.

Un don, petit ou grand, installe une chaise, chauffe un sauna, aménage l'espace pour que chacun s'y sente chez soi.

Ensemble, faisons du Café-Bain un lieu qui réchauffe autant le corps que le cœur.

Tous les dons faits à Caritas sont déductibles fiscalement.

Je fais
un don!

Interview – Anna Hirsch, responsable du projet

Si vous deviez décrire l'ambiance que vous imaginez ici dans trois ans, comment serait-elle?

Conviviale et joyeuse. Un lieu qui vit au rythme des habitants et des saisons: des rires d'enfants sur la terrasse, des amis qui refont le monde autour d'un café, des nageurs qui reviennent d'un bain glacé, parfois un concert ou une animation spontanée. Une atmosphère simple, détendue, où chacun trouve sa place.

Pourquoi est-ce important qu'un lieu comme celui-ci existe à Neuchâtel?

Nous avons la chance d'avoir un lac magnifique et un accès privilégié. Après plus de vingt ans de réflexion autour des Jeunes-Rives, le projet prend enfin vie: nouveaux accès à l'eau, espaces verts, restaurants, place de jeux... et bientôt le Café-Bain, c'est le maillon qui manquait.

Comment voulez-vous que les gens se l'approprient?

Que chacun ose proposer une idée et la fasse vivre. Que les habitants se disent: et si on organisait une soirée jeux, un atelier d'écriture, une baignade nocturne ou un brunch solidaire? Le Café-Bain doit vibrer au rythme de sa communauté.

En une phrase, pourquoi soutenir le projet?

Parce que ce lieu, c'est ensemble que nous allons le faire vivre. ■■■



Des visages sur notre action

Migration

Valentine de Reynier

Conseillère en insertion socioprofessionnelle

Mariée et maman de deux filles de 16 et 13 ans, Valentine vit à Neuchâtel. Après une licence en droit, elle travaille à Berne dans le domaine de la formation professionnelle aux métiers de la santé. Elle change de cap après quelques années: «Il me manquait quelque chose», confie-t-elle. Elle se réoriente vers le social et suit une formation à la HES en cours d'emploi, travaillant à l'hôpital psychiatrique à Perreux, puis à l'Office de protection de l'adulte à Bienne. Elle rejoint ensuite le Service d'aide aux victimes, où elle reste douze ans à accompagner des personnes marquées par des violences. Cette expérience l'a profondément façonnée, lui donnant une sensibilité particulière aux situations à risque. Cela l'aide à comprendre les parcours fragilisés et les défis des personnes qui doivent se reconstruire après un traumatisme.

Chez Caritas Neuchâtel, Valentine est conseillère en insertion socioprofessionnelle. Elle accompagne les réfugiés statutaires dans la construction de leur projet. «On est à un autre moment du processus d'accompagnement, on peut se projeter vers l'avenir et avancer.» Un travail stimulant, riche en rencontres et en échanges. «Chaque personne arrive avec son histoire, et l'enjeu est de transformer cela en projet réaliste qui leur corresponde.» Séduite par la gouvernance distribuée et la liberté d'organisation, elle découvre aussi la richesse des collaborations et l'engagement de ses collègues. «Tout le monde donne énormément, c'est porteur», souligne-t-elle. Consciente d'avoir encore à apprendre, Valentine s'est inscrite à un CAS en job coaching et placement actif qui débute cet automne.

Merci, Valentine, pour ton engagement au service de l'insertion. Nous te souhaitons beaucoup d'épanouissement dans ce métier passionnant. ■■■



Migration

Beyza Ceylan

Assistante sociale

À 24 ans, Beyza est déjà riche d'expériences. Après une maturité spécialisée en santé à Neuchâtel, elle réalise lors d'un stage dans un home en pleine pandémie que c'est plus le lien humain qui l'attire que les soins. Elle se tourne vers le social et découvre le monde du polyhandicap, qui confirme son choix de carrière. Son parcours la mène ensuite à la HES-SO de Sierre, où elle suit une formation en travail social. Elle part en semestre Erasmus à l'île de la Réunion. «Ce fut une expérience incroyable, pleine de rencontres, de randonnées et de découvertes culinaires», raconte-t-elle, des étoiles dans les yeux.

De retour en Suisse, elle termine ses études par un stage en milieu carcéral à Sugiez, une immersion passionnante. Pour Beyza, chaque étape est une source d'apprentissage et d'émerveillement. Cette attitude humble et curieuse lui permet de tirer le meilleur de chaque expérience. Après l'obtention de son bachelor, elle rejoint Caritas Neuchâtel, séduite par la dimension associative, la bienveillance rencontrée et le domaine de la migration, sujet de son travail de diplôme.

Aujourd'hui, elle accompagne les personnes dans la gestion de leur budget et l'administratif. «Nous sommes leur premier contact après l'obtention de l'asile. Pouvoir les suivre jusqu'à leur sortie de l'aide sociale est très gratifiant», explique-t-elle. Malgré la barrière de la langue, elle ressent la reconnaissance des bénéficiaires et se réjouit de voir leur évolution. Elle apprécie l'esprit d'entraide et la dynamique positive au sein de son équipe. Passionnée de voyages, elle se prépare à retrouver ses amis à la Réunion et continue à nourrir sa curiosité.

Merci, Beyza, pour ton professionnalisme et ton engagement auprès des personnes que nous accompagnons. ■■■

Appels à votre soutien



Caritas Neuchâtel compte sur vous pour soutenir des personnes ou des familles en difficulté.

Mentionnez le numéro de l'appel que vous souhaitez soutenir sur votre bulletin de versement.

127 Soins dentaires non couverts

La jeune T. a besoin d'un traitement d'orthodontie que l'assurance ne prend pas totalement en charge. Ses parents, aux revenus modestes, peinent déjà à joindre les deux bouts. Une aide de **1000 fr.** permettrait de couvrir une grande partie du solde de 1800 fr. restant à leur charge.

128 Coup de pouce

Madame D. vit seule et vient de perdre son emploi. Avec des revenus déjà modestes, la baisse est difficile à assumer et elle a pris du retard dans le paiement de ses primes d'assurance maladie. Un soutien de **350 fr.** lui permettrait de régler une prime et de souffler un peu.

130 Maman solo

À la suite de la naissance de son enfant, dans un contexte psychologique très difficile, Madame Z. est en arrêt maladie. Une contribution de **150 fr.** sous forme de bons alimentaires l'aiderait à répondre aux besoins essentiels de son bébé.

129 Se remettre à flot

Madame S. élève seule ses deux enfants. Un gros souci de santé l'a empêchée de travailler durant sept mois, entraînant la perte de son emploi et des retards financiers. Aujourd'hui elle a retrouvé un poste et se bat pour combler ses arriérés. Une aide de **500 fr.** correspondant à un mois de crèche lui permettrait de régulariser d'autres factures urgentes.



Gardons le contact

Vous avez changé d'adresse?
Merci de nous le signaler:
caritas.neuchatel@ne.ch
032 886 80 70

Caritas.mag existe aussi en version digitale. Si vous préférez le recevoir par e-mail, dites-le nous.

IBAN CH52 0900 0000 2000 5637 5

Merci de votre générosité !

Votre don, quel que soit son montant, permet à Caritas Neuchâtel de poursuivre son action.

En utilisant le code QR ou l'IBAN avec la mention « Appels à votre soutien », vous contribuez à aider les personnes ou familles en difficulté dont la situation est présentée ici. Si votre générosité devait dépasser notre demande, nous verserions l'excédent en faveur de notre service d'aide au désendettement des habitants du canton.

Je fais
un don!

QR-facture



Adresses

Administration, Migration et Aide au désendettement

Rue du Vieux-Châtel 4

Case postale 209

2002 Neuchâtel 2

Téléphone_ 032 886 80 70

Email_ caritas.neuchatel@ne.ch

Lundi au vendredi_ 9h - 12h30

Rendez-vous

Rue du Collège 21

2300 La Chaux-de-Fonds

Téléphone_ 032 886 80 60

Email_ caritas.rdv@ne.ch

Épiceries

La Chaux-de-Fonds

Rue du Collège 13

2300 La Chaux-de-Fonds

Téléphone_ 032 964 12 70

Email_ caritas.epiceriecdf@ne.ch

Neuchâtel

Avenue de la Gare 39

2000 Neuchâtel

Téléphone_ 032 721 28 87

Email_ caritas.epiceriene@ne.ch

Horaire des Épiceries

Lundi_ 14h - 18h

Mardi à vendredi_ 9h30 - 12h30

et 14h - 18h

Samedi_ 9h30 - 13h

Le Vestiaire

Rue des Terreaux 5

2000 Neuchâtel

Téléphone_ 032 725 54 00

Mardi à mercredi_ 9h - 12h

et 14h - 17h30

Jeudi_ 9h - 12h et 14h - 18h30

Vendredi_ 9h - 17h30

Samedi_ 10h - 16h

Espace des Solidarités

La Toque Rouge

Rue Louis-Favre 1

2000 Neuchâtel

Téléphone_ 032 721 11 16

Emails_ eds-cuisine@ne.ch

info@latoquerouge.ch

www.latoquerouge.ch

www.caritas-neuchatel.ch

SERVICE DE LIVRAISON DE REPAS À DOMICILE



7/7j au prix de 19.-, livraison incluse

La Toque Rouge vous propose 365 jours par an, à midi:



des repas chauds et équilibrés



adaptés à votre régime



une carte saisonnière avec des prix différents

- Les repas peuvent être commandés par **téléphone** ou **par e-mail**.
- Nous **répondons de 8h à 12h** en semaine.
- Le week-end, nous consultons uniquement les messages laissés sur notre répondeur.
- Les commandes et modifications pour le jour même doivent nous parvenir avant 8h30.



032 721 11 16



info@latoquerouge.ch



Rue Louis-Favre 1
2000 Neuchâtel



www.latoquerouge.ch