

Edito

VOICI NOËL !



En décembre, voici le moment d'admirer les décorations scintillantes, les sémillants Pères Noël rouges ou dorés, et autres ravissantes babioles qui s'étalent dans les vitrines genevoises.

Mais Noël est aussi le temps du rappel de ceux et celles qui démunis·e-s, errent sans secours en Méditerranée ou aux frontières ukrainiennes ou polonaises, l'occasion de partager.

Pour nos membres AVIVO, une petite trêve festive, en oubliant les frimas de l'hiver. N'hésitez pas à venir chercher vos cartes pour le spectacle du 19 décembre, au théâtre du Léman. La chorale Chant'AVIVO vous réjouira avec des chants de Noël modernes ou anciens, soucieux d'appeler à la paix dans le monde, message universel en ce mois de décembre.

Vous pouvez encore vous inscrire pour le marché de Noël à Montreux, prévoir une journée de flânerie dans les Halles de Lyon ou participer à un délicieux repas à Evian le 25 décembre.

N'oubliez pas qu'il est possible de se rendre au théâtre avec la carte de membre AVIVO en achetant des billets à 10 frs ! Le 16 décembre, le Trio Una Voce (avec les frères Tirabosco) vous accueille à l'Aula du Collège Claparède, à 20 heures, pour une performance originale : Dessine-moi un concert. Et d'autres concerts seront programmés tout au long de ce mois de décembre.

Pour conclure, recevez les vœux les meilleurs de l'équipe du comité :

N'oubliez pas les recettes traditionnelles des petits biscuits qui font la joie de chacun·e

Organisez des réunions amicales, avec voisin·e-s ou même des inconnu·e-s

Ecoutez les douces chansons et mélodies qui ont bercé l'enfance

Liez le houx rouge et le gui blanc en une guirlande de fête

A.Z.

Sommaire

- 2 Informations AVIVO
- 3 L'AVIVO aux automnales
- 4 Livres pour Noël
- 5 LAMAL et LPP
- 6-7 Mots croisés et spectacles
- 8 Fêtes de fin d'année
- 10 Promotions seniors
- 11 Créativité seniors
- 12 Commissions AVIVO
- 13-15 Excursions et voyages
- 16 Fête de Noël AVIVO

FÊTE DE NOËL DE L'AVIVO

**Lundi 19 décembre
au Théâtre du Léman
dès 14h.**

(Ouverture des portes dès 13h)

Il nous reste encore des billets
d'entrée gratuits.

N'hésitez pas à venir chercher
le vôtre au secrétariat.

Appel aux bénévoles pour assurer nos Permanences impôts de l'AVIVO Genève

Comme chaque année, l'AVIVO (Association de défense et de détente de tou-te-s les retraité-e-s et futur-e-s retraité-e-s) proposera des permanences impôts afin d'aider les contribuables, (prioritairement nos membres) tous âges confondus, à remplir leurs obligations fiscales.

Ces permanences auront lieu au local de l'AVIVO, au 25 rue du Vieux-Billard, du début février à fin juin 2023.

Si vous êtes intéressé-e-s à nous offrir de votre temps, pour **intégrer nos équipes de remplisseurs, d'accueil-caisse, de prise de rendez-vous par téléphone**, vous pouvez nous contacter. Cette activité bénévole requiert surtout de :

- Connaître la fiscalité et être à l'aise sur un ordinateur;
- Respecter la confidentialité;
- Sens du relationnel – contact humain.

D'ores et déjà, je vous remercie pour l'intérêt que vous accorderez à cet appel, et pour plus de renseignements je vous invite à me contacter

Le trésorier Pancho Gonzalez p.gonzalez@avivo.ch - 076 331 42 26

2

Des nouvelles d'Avivo Informatique :

Chères et Chers Membres,

Depuis bientôt 18 mois, les personnes qui soutiennent le projet Avivo-informatique ont été attentives à vos suggestions, et, dans la mesure du possible, se sont adaptées à vos demandes concernant l'aide que vous souhaitiez obtenir sur vos outils informatiques, afin de mieux répondre à vos besoins.

Aujourd'hui, vous pouvez bénéficier de rendez-vous individuels, durant lesquels vous pouvez poser vos questions et apprendre à mieux utiliser vos outils informatiques, à votre rythme. Certaines personnes ont besoin de plus de temps, ou de revenir fréquemment, ce n'est pas un problème pour nous, nous sommes là pour vous aider.

Voici quelques exemples de sujet que nous pouvons aborder durant des séances d'une heure :

Permanences individuelles (sujets divers)	10 CHF/H
Code QR	10 CHF/H
Apprivoiser mon PC	10 CHF/H

Les cours à domicile sont réservés uniquement pour les personnes à mobilité réduite et / ou dont les appareils ne sont pas transportables.

Vous pouvez nous joindre au numéro : **078 202 38 22** (lundi, mardi, jeudi et vendredi matin entre 9h00 et 12h00) ou nous écrire par mail à l'adresse avivo-informatique@bluewin.ch

Vos suggestions nous sont particulièrement utiles. N'hésitez pas à nous en faire part.

Toute l'équipe d'Avivo Informatique vous souhaite de très belles fêtes de fin d'année. Et vous adresse ses vœux pour la nouvelle année. Au plaisir de vous retrouver au mois de janvier 2023.

Informations

L'AVIVO VOUS INFORME

les bureaux seront fermés

dès le vendredi 23 décembre à 15h00 pour l'office social
et à 16h00 pour l'administration et loisirs

Réouverture : mardi 3 janvier

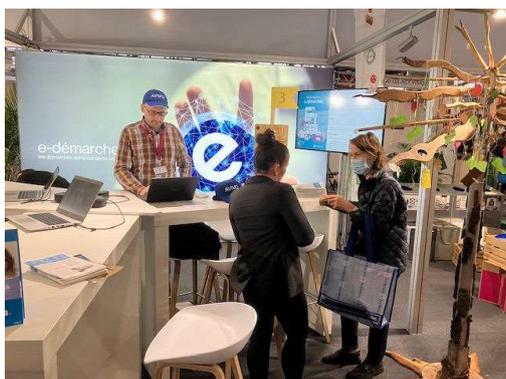
IMPRESSUM :

Éditrice responsable : Nathalie Schmitt Contact : AVIVO - 25, rue du Vieux-Billard - Case postale 155 - 1211Genève 8 / Tél. 022 329 14 28 - Fax. 022 320 10 27 / admin-journal@avivo.ch / www.avivo.ch / CCP: 12-3286-4 / Tirage 10'000 exemplaires Impression Atar Roto Presse, Satigny.

LES AUTOMNALES



Comme l'an passé, l'AVIVO a été présente lors des Automnales du 11 au 20 novembre, sur le stand de l'Etat de Genève dont les thématiques étaient «inclusion numérique» et écologie.



La présence de l'AVIVO était organisée par Edina Basic, coordinatrice chargée des cours informatiques de l'AVIVO, accompagnée chaque jour par des membres du comité et des formateurs des cours AVIVO.

Notre présence sur le stand a permis de montrer combien la question du QR code est importante pour nos membres, entre autres demandes de cours, notamment sur l'application de tpgPreview.

Enfin la collaboration avec les représentants de l'Etat, dont M. Hugues Richard, devrait permettre à l'avenir de faire valoir les besoins des membres de l'AVIVO en ce qui concerne les dossiers de l'Etat : « e-démarches » et « dossier médical ».



LIVRES POUR UN NOËL AU COIN DU FEU



Germano Zullo – Albertine **LE LIVRE BLEU**

Editions : La Joie de lire 2022 – 60 pages – CHF 35.90

C'est le soir, Séraphine attend l'histoire pour s'endormir. Elle ouvre avec ses parents le livre bleu, magique : ils s'en vont de par le monde, commencent un merveilleux voyage, rencontrent une grenouille, des singes coquins, croisent une chouette rose et jaune, gravissent un volcan.

Albertine nous enchante par ses créations colorées, poétiques, douces. Ouvrez vite ce livre bleu, qui n'est pas bleu, mais rose, écarlate, jaune mordoré, vert décliné en plusieurs nuances...



Metin Arditi **L'HOMME QUI PEIGNAIT LES ÂMES**

Points P5568 – 287 pages Poche – CHF 15.00

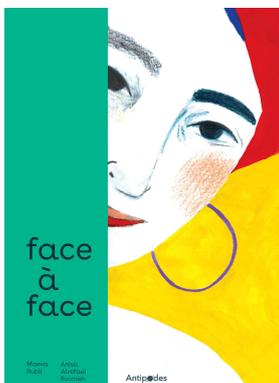
Acre, en Palestine, XI^{ème} siècle. Avner, un jeune juif, découvre l'art de peindre (d'écrire) les icônes chrétiennes dans un monastère. Coup de foudre : il devient à son tour iconographe. Extrêmement talentueux, il se révèle un peintre capable de représenter les sentiments profonds de ses sujets, et pas seulement leur aspect physique.

Il sera adulé, puis redouté, et finalement conspué, car transgressant les règles de l'art religieux. L'auteur nous présente une fresque somptueuse de cette époque où juifs, musulmans et chrétiens se côtoyaient avec amabilité et clairvoyance.

Annette Zimmermann

L'exil magnifié

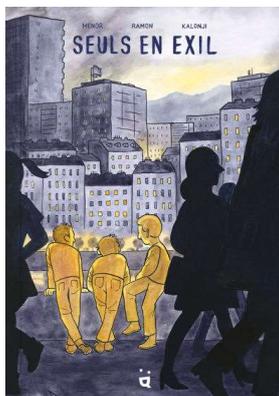
L'exil est un traumatisme douloureux, lent à surmonter. Deux livres illustrés par des artistes suisses rendent hommage aux réfugié·e·s qui ont bravé les pires situations pour rejoindre la Suisse et qui n'y trouvent qu'incompréhension... Ces artistes, sensibles et doués, nous permettent de mieux comprendre, de l'intérieur et avec le cœur, les problèmes des exilé·e·s.



Maeva Rubli - Anisa Alrefaei Roomieh **FACE À FACE**

Editions Antipodes 2022 – 224 pages – CHF 30.-

C'est un livre fort et très beau qui met en dialogue Anisa, réfugiée syrienne qui a dû fuir la guerre civile, attribuée au canton du Jura, et Maeva qui l'écoute et illustre la vie d'Anisa. Des aquarelles splendides, et des paroles toutes simples, portant le poids du vécu. « Maintenant, je ne suis plus qu'un numéro. Une parmi tant d'autres ». Mais une deuxième fillette est née, « elle a tout de suite commencé à revendiquer ses droits. Elle remet tout en question ». « Je suis heureuse pour mes filles. Grandir en Syrie, ce n'est pas possible. Ici elles pourront donner leur avis, elles auront des droits ».



Menor, Ramon et Kalonji **SEULS EN EXIL**

Editions Helvetiq 2022 – 88 pages – CHF 24.90

Trois dessinateurs genevois racontent les parcours de trois jeunes réfugiés, dit mineurs non accompagnés, ayant traversé les déserts et les mers pour être mal accueillis en Suisse. Leur statut ne leur permet ni de travailler ni d'étudier, et au foyer, ils sont mal encadrés. Mais ils vivent toujours pleins d'espoir, grâce à des rencontres inattendues et bienfaitantes.

Ces bandes dessinées de valeur vont leur permettre de se sentir moins seuls et dignes d'estime.

Maryelle Budry

Errata ! Dans le numéro de novembre, nous avons publié une page de couverture erronée : Il s'agit bien de l'anthologie des Sables 1987- 2022, mais la photo de la couverture est différente ! Veuillez nous en excuser.

Pour une assurance maladie sociale et des soins de qualité

Avec l'augmentation du prix de l'énergie et celle des loyers, la hausse des primes d'assurance-maladie frappera les ménages en 2023. Ses conséquences sociales mettent en cause la manière dont les besoins en soins de la population est financée. Les dépenses sont estimées à un peu moins de 12% du PIB en 2023. Ce chiffre est similaire à celui de l'Allemagne, mais le système suisse repose sur un financement antisocial : primes par tête, sans lien avec la capacité financière de l'assuré·e.

La LAMal devient de plus en plus antisociale. L'assurance de base prend désormais en charge les soins fournis par les cliniques privées, qui auparavant étaient payés par les assurances privées.

En 2010, celles-ci assumaient 10% du financement des soins; elles n'en supportaient plus que 8,7% en 2020, tandis que l'assurance de base assumait 35,4% en 2010, 37,9% en 2020.

Se soigner est un besoin et un droit fondamental

Il est inacceptable que les classes populaires doivent y renoncer pour des raisons financières. Pour réduire le montant des primes, presque 20% des assuré·es doivent opter pour une franchise à CHF 2'500.-.

De même, de nombreux·euses assuré·es renoncent au libre-choix du médecin et intègrent des réseaux de soins contrôlés par les assureurs.

Un pas de plus a récemment été franchi. L'assurance Visana est devenue, aux côtés du groupe Genolier, l'employeur des soignant·es de l'hôpital de Moutier. Les médecins seront directement subordonné·es à l'assurance qui paie les soins.

Mieux répartir le financement

Il faut répartir correctement le financement des soins en faisant payer chacun·e selon ses moyens, ainsi que les employeur·euses.

Une stricte séparation entre l'assurance de base et les complémentaires doit aussi être garantie. La publication d'un livre retraçant les 80 ans du Mouvement populaire des familles (P. Lager, Mouvement populaire des familles, quatre-vingt ans d'action, 2022) est l'occasion de rappeler ses propositions, reprises sous forme d'initiatives populaires, en 1970 et en 2002 : assurance maladie universelle (y compris les soins dentaires) intégrant le risque de perte de gain en cas de maladie, cotisation fixée selon le revenu avec participation de l'employeur, abrogation du système des caisses-maladie en pseudo-concurrence.

Vingt ans plus tard, le problème s'est encore aggravé

Non seulement les cotisations explosent, mais le financement des hôpitaux a été modifié.

Le remboursement des soins met sous pression les hôpitaux de service public qui sont sous-dotés et ne peuvent plus offrir des soins d'aussi bonne qualité que par le passé.

C'est ainsi que les patient·es sont par exemple contraint·es d'attendre des heures aux urgences avant d'être pris en charge. Ceci favorise les cliniques privées et leurs actionnaires qui, grâce à leurs relais politiques, se sont taillés une belle place dans le système de santé, au détriment du service public et des soignant·es.

Une alliance des patient·es et des soignant·es est plus que jamais nécessaire pour stopper le démantèlement de l'assurance-maladie et garantir des soins de qualité pour toute la population.

Christian Dandrès

LPP 21 : l'AVIVO continuera à défendre les retraites

L'AVIVO poursuit la mobilisation sur les retraites. Après AVS 21, le Parlement traite le deuxième volet de la contre-réforme LPP 21. Après l'augmentation de l'âge de la retraite des femmes, il s'agit de réduire les rentes de toutes et tous les assuré·es. La majorité parlementaire balaie ainsi le refus exprimé lors de la votation populaire du 7 mars 2010 : 72,7% des votant·es ont rejeté la baisse du taux de conversion. Le référendum semble inéluctable après le vote au Parlement qui aura lieu en juin ou en septembre. L'AVIVO mettra les prochains mois à profit pour nourrir le débat et participer à améliorer la compréhension de ces questions techniques et complexes. Une soirée sera organisée au début de l'année prochaine pour présenter les enjeux du deuxième pilier et de LPP 21.

Mots croisés n° 361

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															

6

HORIZONTALEMENT

1. Navigateur portugais. Une des îles Eoliennes.
2. Célèbre conférence du 4-11 février 1945. Etat d'Asie sur la mer rouge. Ville du Brésil.
3. Il nous fait perdre nos moyens. Pose. Petit repos après le déjeuner. 4. Nombre. Ville allemande.
5. Stations de benzine dans toute la Suisse. Whisky canadien. Pierre très dure. Strontium.
6. Haute Ecole de Strasbourg. Troublé. Hurllement.
7. Sidère.
8. Charles de Beaumont. Pas malades. Fémur. Métal.
9. Calotin. Service religieux à l'anniversaire de la mort d'une personne.
10. Méditerranée. Note. Erreurs grossières dans une copie d'élève.
11. Union européenne. Etat Major. Éliminées par la défécation.
12. Syn.: écossais. Vieux service. Ovation dans les tribunes.
13. Côté d'un louis d'or. Plante potagère. Nouvelle lune.
14. Chiffre romain. Dans. Bismuth. Liaison. Thérèse d'Avila.
15. Sigle européen. Bruit de reniflement. Il porte les grains de blé.

Publicité

NOVASON
ACOUSTIQUE MÉDICALE

NovaSon Acoustique Médicale
42 rue de la Terrassière
1207 Genève - Eaux-Vives
Tél : 022 840 27 40

J'assure !

avec mes nouvelles aides auditives

Mots croisés solution du n° 360

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	A	L	A	I	N	B	O	M	B	A	R	D		P	A
2	S	E	M	I	N	O	L	E	S		G	O	R	O	N
3	T	S	U		O	N	A	N		P		S	E	N	E
4	E		L	A		S		A	V	E	U		U	T	E
5	R	I	E		M	A	R	G	E	L	L	E	S		S
6	I	O	T	A		I	M	E	R	I	N	A		P	
7	X		T	A	C		C	R		C	A	N	T	O	N
8		V	E	R	N	E		E	N	A		E	M	U	E
9	A	I	S		A	R	T		A	N	I	S		P	S
10	S	T		M		G	A	N	G		R		M	I	T
11	T	I	T	A	N		U	S	A	S		L	I	N	O
12	R	C		R	A	I	D		S	I	T	U	A		R
13	I	O	L	E		R	I	M	A		A		M	O	
14	D	L		E	L	I	S		K	A	R	T	I	N	G
15		E	S	S	E	S		F	I	N	I	R		T	A

VERTICALEMENT

1. Récits populaires ou littéraires. Surveillance en se cachant.
2. Passe à Olten. Erres sans but. Plante de Jachère.
3. Terre grasse, compacte et argileuse. Article étranger.
4. Et la suite... . Possèdent. Substance atoxique formée dans le foie.
5. Note. Situées. J.-C.
6. Ouvrage vertical de maçonnerie. Le «Traître» dans Othello. Ecole Polytechnique. Mammifère primate arboricole et insectivore (Madagascar). Epouse d'Héraclès.
7. Ceinture de geisha.
8. Clairement. Dessin sur une nappe.
9. Note.
10. Blesser. Mouche.
11. Nourrice de Dionysos. Mois. Supprime.
12. Disque vinyle.
13. Pistolet. Snob. Héros légendaire suisse. Note.
14. Des clopinettes. Parole de petit capricieux. Correct.
15. Génisse mythique. Accord exécuté en jouant les notes successivement. Terme sur le court.

CONCERTS DU DIMANCHE

Victoria Hall - 14, rue du Général Dufour,
1204 Genève


CONTRECHAMPS ET MASSICOT
(trio punk féminin)

Maya Rochat, mise en lumière

Massicot: 2 chansons choisies

Ariadna Alsina Tarrés: Création pour quintet à cordes et électronique

Massicot: UPE pour ensemble de cordes et groupe punk

Dimanche 29 janvier 2023
à 17h

Prix des billets 11 frs. Vente des billets dès réception du journal et réservation jusqu'au 16 décembre à 15h, dernier délai, au 1er étage.

SPECTACLES EN SOIREE**PRESTOPROD**

Théâtre du Léman - Q. du Mont-Blanc 19,
1201 Genève

LA FAMILLE ET LE POTAGER
Mercredi 14 décembre à 20h30

Marie et Denis s'aiment depuis quarante ans. C'est beau...

Mais grâce à leur fils Tom, ça va bouger. Il a fait une boulette. Une ce celles qui peuvent changer les cinquante prochaines années d'une vie.

Pour tenter de sortir de ce cauchemar, il va falloir du sang froid, de l'espoir et de l'alcool. Beaucoup.

Parce qu'il est grand temps de rire vraiment, bienvenue dans cette farce tendre...

Prix AVIVO : 36.-

Vente des billets
dès réception du journal

En raison de travaux dans la salle des Asters, le Tai Chi ne reprendra que
le mardi 17 janvier 2023 aux heures habituelles

CONCERTS DU DIMANCHE

Victoria Hall - 14, rue du Général Dufour,
1204 Genève


ORCHESTRE
DE LA SUISSE ROMANDE

Jonathan Nott, direction

Nathalia Milstein, piano

Piotr Ilyitch Tchaïkovski, Concerto pour piano et orchestre n°1 en sibémol mineur op. 23

Ludwig van Beethoven, Symphonie n°3 en si bémol majeur op. 55, dite «Héroïque»

Dimanche 12 février 2023
à 11h

Prix des billets 11 frs. Vente des billets dès réception du journal et réservation jusqu'au 3 janvier à 15h, dernier délai, au 1er étage.

SPECTACLE EN SOIRÉE**ORCHESTRE DE CHAMBRE, GENÈVE**

Bâtiment des Forces Motrices, place des
Volontaires, 1204 Genève

ROMÉO ET JULIETTE

Mardi 10 janvier 2023 à 20h

Charles Gounod: Auteur

Marc Leroy-Calatayud, direction

Roméo: Benjamin Bernheim

Juliette: Sandra Hamaoui

Frère Laurent: Jean Teitgen

Tybalt: Thomas Atkins

Mercutio: Philippe-Nicolas Martin

Stéphano: Adèle Charvet

Le compte Capulet: Jean-Sébastien Bou

Gertrude: Marie-Thérèse Keller

Ensemble vocal de Lausanne

Prix AVIVO : 11.-

Vente des billets
dès réception du journal

LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE À GENÈVE

Un florilège pour tous les goûts

8

Les cuivres de Noël mercredi, 14 décembre 2022 de 14 h 30 à 17 h 30 –
Marché du Jardin anglais.
Grand ensemble de Cuivres et Percussions des élèves du Conservatoire de Musique de Genève et du Conservatoire Populaire.

Cors des Alpes vendredi, 16 décembre 2022 de 19 h 30 à 20 h 15
Au Marché du Jardin anglais.
Utilisé à l'origine pour rappeler les troupeaux le soir dans la montagne, le Cor des Alpes est cette fois descendu en plaine pour vous faire découvrir ces sons d'antan. Gratuit.

Les cuivres de Noël dimanche, 18 décembre 2022 de 14 h 30 à 17 h 30.
Au Marché du Jardin anglais
Grand ensemble de Cuivres et Percussions des élèves du Conservatoire de Musique de Genève et du Conservatoire Populaire. Gratuit.

Les Têtes blanches – jeudi, 22 décembre 2022 de 18 h 00 à 21 h 00
Au sein du Marché du Jardin anglais
Un spectacle qui mêle figures, sauts, pirouettes ou encore sport urbain. Gratuit.

Prévert, un spectacle musical de Yolande Moreau - Christian Olivier à découvrir le 14 décembre 2022 à l'Espace Vélodrome, Plan-les-Ouates. Billets dès 20 frs

Le 31 incontournable au bord du lac - Quai du Mont Blanc – Pour la 5^e année consécutive, la Ville de Genève vous invite à célébrer le Réveillon de la Saint Sylvestre sur le Quai du Mont Blanc. Gratuit.

Le 31 sous les ors du Grand Théâtre de Genève – Une Soirée du Réveillon extraordinaire dans les murs restaurés du Grand Théâtre en compagnie de la soprano suisse la plus scintillante du moment, la Lucernoise Regula Mühlemann. Elle sera accompagnée du Kammer-orchester Basel sous la baguette d'Umberto Benedetti Michelangeli. Billets dès 30 frs.

Phoenix Street Band samedi 17 décembre 2022 de 15 h 00 à 17 h 30
Au Marché du Jardin anglais.
Cette formation est composée des grands élèves du Conservatoire de Musique de Genève qui proposent un répertoire festif qui donne envie de bouger et de taper dans ses mains ! Gratuit.

Les Petits Chanteurs à la Gueule de Bois chantent Noël avec Marc Donnet-Monay, un spectacle musical à découvrir le 13 décembre 2022 à la Salle communale d'Onex. Billets dès 15 frs.

Des chants de Noël dimanche 22 décembre. : **l'Oratorio de Noël de Bach**, interprété par l'Ensemble vocal Orphée et l'Orchestre Le Moment baroque à la Cathédrale Saint-Pierre. Billets dès 20 frs

Le traditionnel Marché de Noël de Carouge revient le week-end du 10 au 12 décembre. Il s'étendra sur la rue St-Joseph, la place du Temple, le long de la place du Marché et devant la mairie.
HORAIRES :
10 décembre de 14 heures à 20 heures ;
11 décembre de 10 heures à 20 heures ;
12 décembre de 10 heures à 18 heures.

Avez-vous déjà assisté à un **match du Genève-Servette Hockey Club** ? Tentez l'expérience ! L'ambiance est digne des grands matches américains ! Pendant les vacances de Noël, deux matches sont programmés, les 21 et 23 décembre. Les billets dès 22 frs.

Anna Webber et AMR-CPMDT Group, un concert à découvrir le 17 décembre 2022 à l'AMR, Genève.
Anna Webber est une flûtiste, saxophoniste et compositrice dont les intérêts et le travail se situent entre le jazz d'avant-garde et la nouvelle musique

L'Orchestre de la Suisse Romande (OSR) et le Choeur de chambre de la Haute école de musique de Genève interprètent Haydn, Ligeti, Mozart et Pärt, le 21 décembre 2022 à 19 heures 30 à la Cathédrale Saint-Pierre, Genève. Billets dès 10 frs.



mobilité

Concepteur d'autonomie

JOYEUSES FÊTES



Fauteuil roulant
Participation AVS
de fr. 900.-



Scoter électrique
Essai au magasin
Pas d'augmentation de prix



**Chez nous pas
d'augmentation
de prix**

Déambulateur

Divers modèles au choix
Dès Fr. 299.-



Rampes d'accès

Pose à domicile
Hauteur de 1,8 à 16,3 cm



Retrouvez la joie de prendre un bain



Fauteuil électrique

Location possible



Visitez nos sites partenaires

www.promeditec.ch
www.promefa.ch
www.invacare.ch

Pour voir les nouveaux produits
ainsi que les prix

Visitez notre site www.mobilitehandicap.com

Evaluation : Ergothérapie à domicile par professionnel

52 rue de St-Jean - 1203 Genève - Bus 7-9-11 arrêt Délices - Tél. 022/344 42 55

PROMOTIONS SENIORS

DE LA VILLE DE GENEVE



10

Mercredi 2 novembre 2022

18 heures, une cohorte de personnes d'un certain âge se presse à l'entrée du BFM, brillamment illuminé. Ce sont les seniors - dames et messieurs - invités par la Ville de Genève à fêter leur entrée en retraite officielle. Diverses associations tiennent des stands et accueillent toutes celles et ceux qui souhaitent s'informer, découvrir des activités intéressantes et variées, utiles au moment où on quitte son emploi.

Bien sûr, l'AVIVO était présente, et prise d'assaut ! Certaines personnes nous connaissaient déjà, mais d'autres nous découvraient : une occasion de nous présenter, d'affirmer notre originalité, d'expliquer nos engagements.

Un magnifique buffet garnissait les tables, délicats sandwiches et tartes originales.

A 19 heures, tout le monde se rend dans la salle de spectacle : allocutions des autorités, et rencontre avec deux invités, personnalités remarquables, âgées : Yvette Théraulaz et Jean Ziegler : dialogue émouvant, itinéraires de vie différenciés, confidences surprenantes.

Jean Ziegler a notamment été fortement applaudi quand il a affirmé que les rentes AVS ne suffisaient pas pour vivre, et qu'il était fort inquiétant de voir que bien des retraité-e-s en Suisse vivent dans la précarité, ont des soucis d'argent. Un appel à la solidarité.

Une belle entrée en retraite !

A.Z.



Ueli Leuenberger, président AVIVO
Jean Ziegler



Annette Zimmermann
Murielle Marchiando

ROSANGELA GRAMONI

Je rencontre Rosangela à la Jonction dans son restaurant favori, Artemisia, entourée de deux de ses amies qui se déclarent ses « aficionados ».

- C'est grâce à elle que j'ai découvert la danse contemporaine ! Elle nous entraîne avec générosité à partager son enthousiasme pour ses spectacles !

On peut comprendre qu'à l'âge de la retraite on se remette à la peinture ou à la musique, arts qu'on peut exercer tranquillement chez soi, mais Rosangela, elle, s'est carrément lancée dans la danse et le théâtre !



Photo Nathalie Mastail Hiroshawa

- Enfant, j'adorais la gym, mais pas la rythmique, car l'enseignante me terrorisait. J'aimais aussi chanter, mais on avait déclaré que je chantais faux, et je peignais et dessinais avec ardeur, on me répondait avec mépris que je faisais « du Picasso », et ce n'était vraiment pas un compliment !

Rosangela nous rappelle combien l'école dans notre enfance pouvait être normative et dévalorisante. Vous avez certainement aussi des souvenirs cuisants.

- Alors, continue Rosangela, comme j'ai été bloquée pour les branches artistiques, j'ai développé mon cerveau. J'ai investi les branches scientifiques, et c'est ainsi que j'ai fait des études de biologie jusqu'au doctorat. J'aurais peut-être pu faire une carrière, mais je suis devenue féministe, une des membres fondatrices du MLF (Mouvement de libération des femmes), j'ai fait partie du groupe self help qui a décidé de créer le Dispensaire des femmes, chose faite en 1978.

- Durant dix-sept ans, j'ai travaillé dans le domaine de la santé des femmes, en soutenant leur autonomie. Le néolibéralisme faisant office de rouleau compresseur, cette belle aventure autogestionnaire s'est interrompue fin 1995.

- N'étant pas titulaire d'un diplôme de soignante, je me suis retrouvée au chômage. En 1989, j'avais commencé une psychothérapie qui a débloqué ma créativité picturale. Pendant la période de chômage, j'ai fait un certificat d'art-thérapie où j'ai rencontré la danseuse Nila Gygi qui, à partir de l'année 2000 m'a entraînée dans le plaisir de la danse contemporaine grâce à ses cours.

- J'ai retrouvé, en 1998, du travail à Viol-Secours, une association qui soutient les femmes ayant vécu des violences sexuelles. Un poste où je devais constamment m'ouvrir et me renouveler. Quand j'ai pris ma retraite, mes collègues m'ont offert une immense boîte de crayons de couleur, et j'ai décidé de faire un dessin par jour durant un an. J'ai tenu le pari et j'ai exposé mes 365 dessins, ainsi que des peintures, des gravures et des collages.

- Dans ma nouvelle vie de retraitée artiste, j'ai rencontré plein de personnes qui m'ont stimulée. En 2006, je suis tombée sur un flyer du théâtre du Grütli qui cherchait des personnes pour former le chœur de la tragédie « Les Perses » d'Eschyle. Expérience marquante ! Depuis, je n'ai plus arrêté de me former et de participer à des spectacles contemporains. J'ai même joué une scène nue dans une création d'Angélica Liddell au théâtre de Vidy !

- L'année 2022 a été riche : j'ai participé à "Accorps" une performance le 14 juin de Caroline de Cornière et Alizée Rambeaud, pour la Grève féministe, en juillet au spectacle de Nicole Seiler « Liquid families » à l'Arsenic à Lausanne, à « G.O.L.D » d'Anna Lemonaki au Festival de la Bâtie... J'ai un grand projet collectif pour juin 2023 "La ballades des Reines" au cimetière de Plainpalais. Affaire à suivre...

L'énergie de Rosangela est incroyable, difficile de la suivre dans son envolée ! Elle nous rappelle qu'elle joue aussi la patiente simulée dans le cadre des formations et examens du personnel des professions de la santé.

Une vie pour l'art et pour les autres !

Maryelle Budry

LES TRAVAUX DES COMMISSIONS

Voici un rapide état des travaux de deux commissions: «Mobilité et transports» et «Fracture numérique».

Dans le numéro de janvier les commissions «santé/social» et «AVS» feront de même.

COMMISSION MOBILITÉ ET TRANSPORTS

Bandes cyclables Cornavin-Plainpalais : victoire d'étape contre le TCS. La qualité pour recourir de l'ATE et de Mobilité Piétonne est reconnue, ce qui inclut de facto l'AVIVO et autres associations. Affaire à suivre.

Nos experts digitaux vont être formés à l'application tpgPreview pour smartphone.

Un courrier a été adressé à Mme Frédérique Perler concernant le manque de bancs à certains arrêts TPG.

Autre lettre pour Mme Barbier-Chappuis à propos du manque de WC, problème abordé lors d'une première rencontre.

Contact pris avec Mobilité piétonne : feux de signalisation défavorables aux piétons.

12

LA COMMISSION FRACTURE NUMÉRIQUE

L'informatique au travers de la digitalisation et/ou numérisation transforme profondément notre environnement, au même titre – voire plus – que l'imprimerie au XVIe siècle.

Certains aspects de cette révolution sont négatifs, d'autres positifs. La commission qui vient de se constituer va se charger de réfléchir et faire des propositions si possible dans 4 domaines :

- A) Les questions de sécurité.
- B) Les conditions et les modalités d'accès aux institutions publiques.
- C) L'accès des institutions publiques au non-numérique doit être défendu.
- D) Les aspects positifs que peuvent offrir certains outils numériques pour les seniors.

La commission est intéressée par les témoignages d'expériences malheureuses ou heu-

reuses de membres de l'AVIVO dans les domaines précités.

Naturellement, si vous avez de l'intérêt pour ces questions, vous êtes bienvenu-e dans la commission. Cette dernière n'est pas composée de spécialistes mais essentiellement d'utilisateur-trice-s concerné-e-s par ces problématiques.

La commission se réunit le 4e lundi après-midi de chaque mois dans les locaux de l'AVIVO.

Le soussigné est à disposition pour toute question (ulrich.jotterand@gmail-com).

Ulrich Jotterand,
coordinateur de la commission

Publicité

CHRISTIAN EGGS LABORATOIRE DENTAIRE

Réparation rapide 7/7j. et à domicile

Devis gratuit - Prix AVIVO

1 rue de l'Aubépine
(angle 69, rue de Carouge)
Tram 12
arrêt place des Augustins

Tél. 076 385 89 55





**4 jours : du 30 décembre
au 2 janvier 2023**

RÉVEILLON À DIJON

La visite du Clos Vougeot intéressera évidemment les amateurs de vins mais aussi les férus d'histoire puisque celle du Clos Vougeot est intrinsèquement liée à l'Abbaye Cistercienne de Cîteaux. Dégustation et repas de midi sur place. En route vers Dijon.

Votre hôtel 3* + au cœur de la vieille ville.

Entrons directement dans le vif du sujet avec une promenade guidée, à la lanterne, bien sympathique puisque le marché de Noël, toujours présent, baigne la ville de son atmosphère chaleureuse.

Le 31 décembre, vous apprendrez tout sur les Ducs de Bourgogne en suivant Marguerite de Flandre en costume !

Avez-vous fait le voyage en Belgique ? Ceci vous rappellera beaucoup cela, puisque les Ducs de Bourgogne ont fait l'histoire de Bruxelles et celle de Bruges.

Repas de midi libre. **Soirée de réveillon.**

Le 1er janvier; journée libre, repas de midi libre. Un "escape game" très sympathique est proposé dans votre hôtel en fin d'après-midi (à confirmer).

Le 2 janvier: Découverte de la **Cité de la gastronomie avec orientation**. Temps libre pour flâner et faire du shopping.

**Demandez nos
programmes complets
au 022 329 14 28**

2 jours : du 13 et 14 janvier 2023

LES SILVESTERKLÄUSE DE LA VALLÉE D'URNÄSCH

Lorsque le pape Grégoire XIII a modifié le calendrier, différents cantons réformés n'ont pas voulu se soumettre à cette nouveauté papale. Ils se sont tenus, jusqu'au 18^{ème} siècle, au calendrier julien qui accusait une différence de treize jours par rapport au calendrier grégorien. D'où cette vieille tradition des Silvesterkläuse et une fête avec des costumes qui exigent un énorme travail.

Dans l'Hinderland scandaleux, le Nouvel An est célébré deux fois : le 31 décembre et le 13 janvier selon le calendrier julien. Le Klausen commence à l'aube et continue tard dans la nuit. Le Clause, magnifiquement habillé et coiffé, muni d'une cloche, passe de maison en maison pour apporter les bons vœux de la nouvelle année.

La coiffe, fabriquée à la main, nécessite entre 600 et 800 heures de travail.

Ce réveillon a lieu dans les villages de Stein, Herisau, Schwellbrunn, Hundwil et Schönengrund à partir de 10 heures.

PRIX SPÉCIAL AVIVO COMPRENANT :

le transport en autocar 4* tout confort / l'hébergement à l'hôtel Herisau Swiss Quality*** à Herisau / le petit-déjeuner et le souper hors boissons à l'hôtel / la visite de la fromagerie «Appenzeller» / le repas raclette à volonté / un accompagnant AVIVO.

Membre AVIVO	Frs	450.-
Non membre	Frs	550.-
Suppl. single	Frs	70.-

Non compris : - assurance annulation et assistance obligatoire / les boissons au cours des repas (sauf le café compris au cours des 2 repas de midi).

Voyages en préparation

19 au 26 mars
Séjour à Crans-Montana
15 au 22 avril
Les Lacs Italiens

Jeudi 15 décembre

MARCHÉ DE NOËL À MONTREUX

A Montreux, temps libre pour que vous puissiez visiter le marché à votre rythme, et vous restaurer selon vos envies.

Dès la fin novembre, et jusqu'au 24 décembre, le Marché de Noël de Montreux dresse chaque année 160 chalets décorés et illuminés le long des quais du Lac Léman.

Dans la plus pure des traditions de Noël, de l'artisanat, des dégustations culinaires du terroir, du vin chaud et des milliers d'idées de cadeaux sont au rendez-vous chaque année dans ce marché de tous les superlatifs. Dans une ambiance chaleureuse et festive, venez également découvrir des animations musicales exceptionnelles.

Repas de midi libre sur place

Arrivée à la gare Cornavin en fin de journée.

PRIX SPECIAL AVIVO 38.-
(membres et non membres)



Pour les personnes inscrites à Noël le 25 décembre, voici le menu...

Ceviché de Bar aux Fruits de la Passion
(Amuse-bouche)

Médailillon de Foie Gras au Vin Chaud,
Marmelade de Potimarron,
Brioche aux Fruits du Mendiant

Noix de Saint-Jacques
juste saisies à l'Espuma de Pollen
et citron caviar

Granité au Crépy Cuvée décembre

Tournedos de Chapon
aux ris de Veau et morilles

Plateau de nos fromages

Bûche de Noël



Lundi 12 décembre

REPAS DE L'ESCALADE

Rendez-vous à midi à

LA MATZE

7, rue Chaponnière à Genève
(arrêt Cornavin)

Votre menu hors boissons

Soupe de la Mère Royaume
Longeole
Gratin de pommes de terre
Tarte aux pommes
1 café

Membre AVIVO CHF 32.-

Non membres CHF 42.-

Inscriptions et informations au secrétariat
de l'AVIVO 022 329 14 28

BALADES D'AUTOMNE

Inscriptions au secrétariat de l'AVIVO.
Visites/balades annulées ou reportées en cas
de mauvaises conditions météo

6 décembre: Balade au fil du Rhône, de l'île
Rousseau à La Jonction.

1^{ère} partie urbaine, 2^{ème} partie ludique par le
sentier des falaises et le Bois de la Bâtie.

Rdv à l'île Rousseau à 13h30. Durée env. 3h.

7 décembre: Balade au fil du Rhône, départ
et arrivée devant le centre sportif du Bois-
des-Frères...

Rdv à 13h30. Durée env. 3h. Recommandation:
Bon(ne)s marcheurs-marcheuses

Courses en préparation

14 février 2023

Saint-Valentin à la Grange à Jules

4 mars 2023

Carnaval vénitien d'Annecy

14 mai 2023

Fête des Mères aux Jardins Secrets

Samedi 21 janvier 2023

TRAIN FONDUE ET FESTIVAL DES BALLONS DE CHÂTEAU-D'OEX



Départ de Genève pour arriver à Bulle. 10h20 embarquement à bord du Train-Rétro pour le trajet Bulle - Château d'Oex - Bulle (16h44).

Commencez votre voyage tout en douceur en sillonnant la Gruyère et le Pays-d'Enhaut à bord du train d'époque, tout en savourant la traditionnelle fondue moitié-moitié (boissons non incluses).

Après-midi libre à Château d'Oex pour découvrir le Festival International des Ballons
Un événement unique dans les Alpes Suisses !



Un programme soutenu de démonstrations et autres compétitions est proposé au public

Puis, sur le chemin du retour à Bulle, dégustez le célèbre dessert gruérien : meringue et crème double.

Reprise de votre autocar et retour direct à Genève / gare Cornavin en fin de journée.

Membre AVIVO	Frs	130.-
Non membre	Frs	150.-

Lundi 30 janvier

FOIRE DE LA SAINT-OURS À AOSTE

Départ de Genève via le tunnel du Mont-Blanc
Arrêt café libre à Courmayeur

Ensuite continuation pour Aoste où vous attend une navette gratuite pour vous conduire à la Piazza Arco d'Augusto où se déroule la foire.

La Foire de la Saint-Ours remonte au Moyen-Âge. Elle est l'une des plus prestigieuses de l'Arc Alpin. Des artisans et artistes viennent de toutes les vallées de la région du Val d'Aoste. Toutes les activités traditionnelles sont représentées : sculpture et gravure sur bois, travail de la pierre, du fer forgé et du cuir, tissage du drap, étoffe de laine réalisée sur d'anciens métiers en bois, mais aussi dentelles, vannerie, objets de la vie domestique, échelles et tonneaux en bois.

Repas de midi libre sur place

15

Retour direct sur Genève.

Arrivée à la gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO	Frs	50.-
Non membre	Frs	70.-



Jeudi 26 janvier 2023

REPAS ITALIEN

Rendez-vous à midi au
RISTORANTE BOCCADASSE
3, rue de Fribourg à Genève
(tout près de la Gare Cornavin)

Votre menu hors boissons

Minestrone alla Genovese con Pesto
Ravioli di Mare
Semifreddo alla Nocciola o Pistachio

Membre AVIVO	CHF 35.-
Non membres	CHF 45.-

Inscriptions et informations au secrétariat
de l'AVIVO 022 329 14 28

Fête de Noël de l'AVIVO

LUNDI 19 DÉCEMBRE 2022 À 14H
(Ouverture des portes à 13h)

L'AVIVO INVITE SES MEMBRES À UNE MERVEILLEUSE APRÈS-MIDI CONVIVIALE, MUSICALE ET ARTISTIQUE

AU THÉÂTRE DU LÉMAN

Quai du Mont-Blanc 19

Présentation de la carte d'invitation obligatoire à l'entrée du Théâtre

**Le bar du foyer est ouvert dès 13 heures
et Lily et son accordéon accueille les participant.e.s**

PROGRAMME

Ouverture par la Chorale **Chant'AVIVO**
sous la direction de Sylviane Baillif et Paul Hess

Allocutions

- Monsieur **Ueli Leuenberger**, président de l'AVIVO
- Madame **Christina Kitsos**, Conseillère administrative en charge du département de la cohésion sociale et de la solidarité en Ville de Genève
- Monsieur **Thierry Apothéloz**, Conseiller d'État chargé du Département de la cohésion sociale

Suite du programme

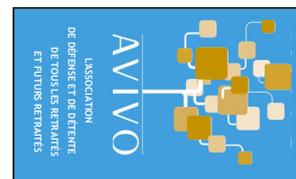
- **Chorale Chant'AVIVO**, sous la direction de Sylviane Baillif et Paul Hess
- **Ensemble Spiccato** et **Margot Plantevin**, soprano sous la direction de **Julien Pinol** Lieder et autres musiques avec orchestre de Schubert, Brahms et Chopin
- **Bollywood Dance Genève**

REMISE D'UN CADEAU À CHAQUE PARTICIPANT.E. MEMBRE DE L'AVIVO
LE BAR DU FOYER RESTE OUVERT JUSQU'À 17H00 POUR PERMETTRE DE SE RENCONTRER



LES CARTES D'INVITATION (UNE PAR PERSONNE) PEUVENT ÊTRE RETIRÉES À PARTIR DU 14 NOVEMBRE AU SECRÉTARIAT DE L'AVIVO AU 25, RUE DU VIEUX-BILLARD (1 ER ÉTAGE) DE 9H00 À 12H00 ET DE 14H00 À 16H00. ATTENTION : LE NOMBRE D'INVITATIONS EST LIMITÉ À 1000 PARTICIPANT.E.S. LA CARTE DOIT ÊTRE PRÉSENTÉE À L'ENTRÉE DE LA FÊTE DE NOËL ET DONNE DROIT À UN CADEAU À LA CLÔTURE DE LA FÊTE.

JAB - CH - 1211 Genève 8
PP / Journal



AVIS À TOUS NOS MEMBRES

Office social : resp. Marianne Ricci
infosociale@avivo.ch
Administration, Journal : resp. Nathalie Schmitt
Loisirs : resp. Catherine Davat
admin-journal@avivo.ch
www.avivo.ch
25, Vieux-Billard / Tram 15 arrêt Cirque / Bus 1 : arrêt Cirque / Bus 2, 19
arrêts Cirque ou Bains / Bus 35 : arrêt Village-Suisse

Tél. 022 329 13 60

Tél. 022 329 14 28
Tél. 022 329 14 28