

AVIVO

L'ASSOCIATION
DE DÉFENSE ET DE DÉTENTE
DE TOUS LES RETRAITÉS
ET FUTURS RETRAITÉS

EDITO

L'AVIVO FACE AUX ÉCHÉANCES POLITIQUES

Bientôt, toute personne ayant la nationalité suisse sera appelée à élire nos représentant·e·s à Berne. Est-ce que l'AVIVO doit se positionner ?

D'un côté, l'AVIVO se doit d'être indépendante politiquement. Par le passé, une proximité à un certain parti politique nous avait constamment été reprochée, raison pour laquelle il faut d'autant plus faire attention aujourd'hui à soigner et préserver notre indépendance politique.

En revanche, il est de notre devoir de défendre les intérêts sociaux et économiques des retraité·e·s. Défendre nos intérêts de retraité·e·s, c'est notre action politique. Notre rôle est comparable à celui d'un syndicat. La mission de tout syndicat est la défense des intérêts de ses membres, en l'occurrence ceux des salarié·e·s, chômeurs et chômeuses, la nôtre est la défense des retraité·e·s.

L'enquête de l'Observatoire vieillissement de Pro Senectute réalisée en 2022 en collaboration avec la Haute école zurichoise de sciences appliquées (ZHAW) et l'Université de Genève révèle que Genève figure parmi les cantons suisses où la pauvreté dans la population âgée est la plus marquée.



Le taux des «personnes âgées en situation de pauvreté absolue» s'élève à 15,9%. Cette étude se base sur les revenus des personnes âgées. L'étude met encore en évidence un sous-groupe «pauvreté sans issue», regroupant les personnes âgées «ne disposant d'aucun patrimoine notable». Le taux de ce sous-groupe est de 8,1%, le deuxième le plus élevé de Suisse, après le Tessin.

Il est donc de notre devoir de nous engager avec tous nos moyens pour que notre société soit en mesure d'assurer une vie digne à tout·e·s ses retraité·e·s. Les conditions de vie et notamment les revenus des retraité·e·s dépendent largement des décisions de nos autorités fédérales. Les rentes du deuxième pilier ne suivent pas l'évolution du coût de la vie.

Rares sont les fondations de prévoyance qui ont adapté les montants des rentes qu'elles versent, ne serait-ce qu'un peu. La révision de la LPP sur laquelle nous allons voter prévoit un abaissement du taux de conversion de 6,8 % à 6 %. Nombreuses caisses de prévoyance assurent aussi la part sur-obligatoire du salaire (au-delà du montant de coordination selon la LPP). Dans ce cas, elles ne sont pas tenues par le taux de conversion arrêté dans la LPP et appliquent des taux de conversion inférieurs. A titre d'exemple, PUBLICA, la caisse de prévoyance de la Confédération (une

Sommaire

- 2 Informatique
- 3 Assurance maladie
- 4 Livres
- 5 Elections fédérales
- 6-7 Mots croisés / Spectacles
- 8 Cinéma
- 9 FAAG / Proches-aidants
- 10 Canicule
- 11 AVIVO Suisse / Climat
- 12-15 Excursions-Voyages
- 16 Commission loisirs

(suite en page 2)

(suite de la page 1)

des plus grandes fondations LPP) applique pour une personne qui prend sa retraite à 65 ans, un taux de conversion de 6,15%.

L'AVIVO s'est impliquée dans la récolte de signatures pour l'initiative pour une 13e rente AVS et s'engagera aussi dans la campagne avant la votation.

Il faut être cohérent ! L'AVIVO se doit de recommander les candidates et candidats aux élections fédérales qui se sont opposés à la révision de la LPP adoptée par les chambres et qui ont approuvé l'initiative lancée par l'USS pour une 13e rente – et tout particulièrement Christian Dandrès, membre actif du comité AVIVO et très engagé pour la cause des retraités.

René-Simon Meyer

2

INFORMATION

PRIMES D'ASSURANCE MALADIE 2024

Vous trouvez que vos primes d'assurance maladie sont trop élevées ? Vous avez au plus tard jusqu'au 22 novembre pour résilier votre assurance maladie de base actuelle.

L'Office social de l'AVIVO organise, comme chaque année au mois de novembre, des journées de rendez-vous individuels consacrées aux changements et renseignements concernant l'assurance maladie.

**Rendez-vous et renseignements :
022 329 13 60 (touche 1)**

AVIVO INFORMATIQUE

Nous profitons de cette édition pour vous présenter une nouvelle formatrice bénévole qui a rejoint l'équipe AVIVO informatique au mois de juillet, Patricia Borer.

Patricia est une spécialiste d'Excel et de Word, ainsi que des mystères des portables Android, une jeune retraitée qui souhaite offrir et faire profiter de ses compétences notre service informatique.

Après une formation en Archéologie Préhistorique, très vite elle rencontra son premier ordinateur portable et commença à travailler dans le développement des bases de données pour de nombreux clients, mais majoritairement l'hôpital et des sociétés pharmaceutiques.

Ayant aussi un grand penchant pour les contacts, elle donna beaucoup de cours informatiques et sait bien «qu'enseigner c'est répéter».

AVIVO lui souhaite la bienvenue et la remercie chaleureusement pour ses offres de service.



Cours sur mobile ou sur PC Cours smartphone, de base ou avancé

À l'AVIVO ou à votre domicile, nous vous accompagnons pour vous aider à mieux utiliser vos appareils digitaux.

Au prix de 10 CHF/ 1H, nous mettons à votre disposition un formateur professionnel qui va identifier vos besoins et vous accompagner dans les démarches informatiques, pour que vous puissiez mieux comprendre et mieux vous servir de votre téléphone ou de votre ordinateur, et en toute sécurité.

Et vous, chères et chers membres, nous vous invitons à nous contacter.

Tél. : 022 329 14 28 (touche3)

Courriel à l'adresse :
avivo-informatique@bluewin.ch

IMPRESSUM :Editrice responsable : Nathalie Schmitt **Contact** : AVIVO - 25, rue du Vieux-Billard - Case postale 155 - 1211Genève 8 / Tél. 022 329 14 28 - accueil@avivo.ch / www.avivo.ch / IBAN CH07 0900 0000 1200 3286 4 / **Tirage** 10'000 exemplaires **Impression** Atar Roto Presse, Satigny.

PRIMES D'ASSURANCE-MALADIE

RÉPONDRE AUX BESOINS DES PATIENTS

PLUTÔT QU'AUX REQUINS DE LA FINANCE !

Face aux hausses des primes LAMal, la majorité de droite aux Chambres fédérales fourbit ses solutions qui vont vers plus de restrictions pour les patient·es (réduire ou supprimer le libre choix du médecin, attacher l'assuré·e à sa caisse, etc).

Aucune de ces propositions ne limite les profits des entreprises pharmaceutiques et des cliniques privées. Au contraire, cette majorité politique vote des textes pour que celles-ci, propriétés de groupes cotés en bourses et investies par des multinationales du business de la santé, touchent plus d'argent de l'assurance-maladie et des cantons, au détriment du service public.

De l'autre côté, elle soutient des projets inspirés du «modèle» états-unien de forfait tout au long de la vie. Résumé à gros traits : chaque patient·e se voit attribuer un budget de santé. Des soignant·es se sont mis en grève en Californie (fait rarissime) pour refuser que des patient·es ayant dépassé le forfait soient privé·es de soins. Ceci en dit long sur les risques du modèle.

Le débat parlementaire met de côté la question fondamentale : une assurance-maladie sociale doit répondre au besoin de toute la population sans discrimination.

Le financement antisocial par tête, voulu et défendu par la majorité parlementaire, lèse les classes populaire et moyenne et prive de soins une partie de la population.

De l'autre côté de la chaîne, il permet aux employeurs et aux assuré·es les plus riches d'économiser massivement. Un·e employé·e de Migros avec son salaire de CHF 4'300.- par mois doit payer la même prime que M. SCHWAN, directeur de ROCHE, qui touche 15,1 millions par an.

Ce système contraint la population à se priver de soins ou à les payer. Près de la moitié des frais de santé ne sont pas remboursés.

Il y a bien sûr le catalogue LAMal qui exclut les soins dentaires, mais il y a surtout le fait que les assuré·es doivent prendre des franchises élevées pour payer moins de prime. Les paiements directs des ménages représentent plus de 19 milliards de francs par an, soit presque l'équivalent des primes LAMal (25,4 milliards).

Plafonner les primes à 10% du revenu

Le Parti socialiste propose, avec son initiative populaire, de plafonner les primes à 10% du revenu. Si elle était acceptée en votation, cette proposition serait un soulagement. On relèvera que Le Centre et l'UDC, qui s'auto-proclament défenseurs du pouvoir d'achat, refusent l'initiative et ont aussi rejeté au Parlement le contre-projet qui aurait permis aux Genevois·es d'obtenir de la Confédération 91 millions de francs par an de subsides supplémentaires !

Financement en proportion du revenu

Il ne faut cependant pas en rester là et revendiquer un financement social sur le modèle de l'AVS, en faisant participer les assuré·es en proportion de leur revenu (on ne parle même pas ici d'inclure un aspect progressif comme pour l'impôt) et en incluant les employeurs. Les conditions de travail ont en effet un impact sur la santé.

Il serait possible de couvrir l'intégralité des soins (cotisations LAMal et paiements directs par les ménages) moyennant une cotisation de 5,65 % pour l'assuré·e et 5,65% pour l'employeur. En se limitant au seul montant aujourd'hui pris en charge par la LAMal, la cotisation serait d'à peine 3,15%.

Christian Dandrès

À LIRE - À DÉCOUVRIR



4

Editions Zoé 2023 140 pages

L'auteure

Elisa Shua Dusapin est une jeune écrivaine suisse romande qui a déjà obtenu plusieurs prix littéraires, notamment pour le livre *Vladivostok Circus*.

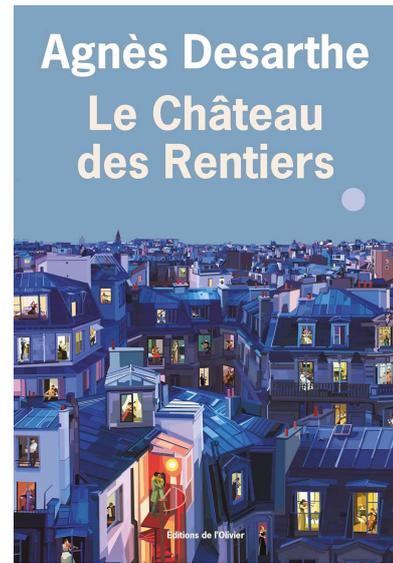
Elle aborde avec douceur et finesse les thèmes de la modernité, la solitude, la difficulté de trouver sa place, sans aucune concession minimaliste. Son écriture fluide, imagée, nous emmène aux côtés de ses personnages touchants, souvent complexes, qui deviennent des compagnes ou compagnons le temps d'une belle lecture.

Le pigeonnier incendié

C'est l'histoire de la relation de deux sœurs : Agathe, l'aînée, doit protéger sa sœur, Véra, atteinte d'aphasie à l'âge de 6 ans. La mère est partie. Le père, guide archéologue dans le Périgord, élève ses filles seul. La nature est toute puissante autour d'eux.

«Je débroussaille un sentier inconnu, longe une rivière asséchée jusqu'à un hangar, murs de chaux et chanvre effondrés. Le sable fait penser à une carrière d'équitation. La pénombre avale la forêt. Les arbres sont plus denses, la fougère grise, friable, je crois voir un entrelacs d'ossements.»

Après des années de séparation (Agathe a quitté l'Europe dès son adolescence), elles se retrouvent dans la maison familiale, qu'elles doivent vider après la mort de leur père. Comment renouer des contacts ? Que faire face à la puissance des souvenirs d'une enfance difficile ? S'aiment-elles encore ?



Editions de l'Olivier 2023 215 pages

L'auteure

Agnès Desarthe a écrit de nombreux romans et aussi un essai : *Comment j'ai appris à lire*, ouvrages tous très intéressants.

Dans ce livre, elle évoque la vieillesse de ses grands-parents, ou leur enfance de jeunes juifs exilés. Elle a aussi interviewé des personnes âgées pour mieux comprendre leurs envies.

Roman, récit, autobiographie ?

Impossible de trancher ! On navigue de chapitre en chapitre, en sautant des décennies, en passant de la Bessarabie au département du Doubs, sans oublier un détour par Paris, dans ce fameux Château des Rentiers : un immeuble du treizième arrondissement, en béton plaqué de pierres de taille, avec des portes d'ascenseur orange, d'interminables couloirs revêtus de moquette...

Quelques pépites :

Henri, 82 ans - Vieillir, c'est un désastre.

Harriet, 52 ans - Quand ma mère est morte, j'ai éprouvé une colère et un chagrin si forts que j'ai dit à mon mari :

«Moi, je ne mourrai jamais. Hors de question que je fasse subir un truc pareil à nos enfants.»

Comme Ariane, Agnès Desarthe déroule le fil de sa vie, dans le dédale de son imagination débordante, avec une maîtrise imparable.

On ne s'en lasse pas !

Annette Zimmermann

ÉLECTIONS FÉDÉRALES DU 22 OCTOBRE 2023

L'avis du comité de l'AVIVO (décision du 11 septembre 2023)

Les élections fédérales du 22 octobre approchent à grand pas, et il est important de rappeler à tous les citoyennes et citoyens, particulièrement aux personnes à la retraite ou qui le seront à l'avenir, l'importance de participer à ce processus démocratique.

Bien que l'AVIVO soit indépendante des partis politiques, nous suivons de près les actions politiques menées par ces derniers. Il est essentiel pour nous d'examiner attentivement les décisions prises au niveau fédéral, car elles ont un impact direct sur nos conditions de vie.

Au cours de cette législature qui s'achève, certaines décisions importantes ont été prises allant à l'encontre de nos intérêts.

Afin d'informer nos membres et leurs proches sur les positions des députés genevois concernant trois votes cruciaux liés aux problèmes que nous rencontrons en tant que retraité·e·s, nous présentons ci-dessous un tableau récapitulatif.

Nous espérons qu'il vous aidera à faire votre choix avant d'exprimer votre vote soit par correspondance, soit dans un bureau de vote.

Prises de position des élus genevois lors de la législature qui s'achève (à propos d'objets sur lesquels l'AVIVO a pris position)

Objet de la votation		AVS 21 Retraite des femmes à 65 ans	Mieux vivre à la retraite Initiative des syndicats pour une 13ème rente AVS	LPP 21 Diminution du taux de conversion Diminution des rentes de toutes et tous
Position de l'Avivo		✗	✓	✗
Position des élus genevois au Conseil national (par ordre alphabétique)				
Amaudruz Céline	UDC	✓	✗	✓
Dandrès Christian	PS	✗	✓	✗
De Monmollin Simone	PLR	✓	✗	✓
Fehlmann Ruelle Laurence	PS	✗	✓	✗
Klopfenstein Broggin Delphine	Verts	✗	✓	✗
Lüscher Christian	PLR	✓	✗	✓
Maitre Vincent	Centre	✓	✗	✓
Matter Michel	Ver'l'lib	✓	✗	✓
Nydegger Yves	UDC	✓	✗	✓
Pasquier-Eichenberger Isabelle	Verts	✗	✓	✗
Prezioso Batou Stefania	EaG	✗	✓	✗
Walder Nicolas	Verts	✗	✓	✗
Position des élus genevois au Conseil des États (par ordre alphabétique)				
Mazzone Lisa	Verts	✗	✓	✗
Sommaruga Carlo	PS	✗	✓	✗



Christian Dandrès

Nous tenons à exprimer notre soutien envers **Monsieur Christian Dandrès**, membre du comité de l'AVIVO qui se représente au Conseil national après avoir travaillé ardemment pour défendre nos revendications tout au long de la législature. Il mérite toute notre confiance !

Nous tenons également à mentionner que **Monsieur Yves Herren** membre du comité de l'AVIVO, est aussi candidat au Conseil national.

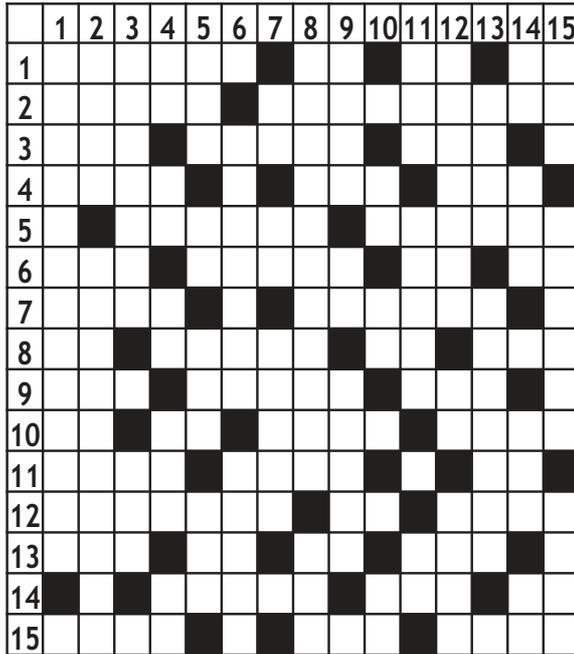
Enfin, nous renouvelons notre soutien à **Madame Lisa Mazzone** et à **Monsieur Carlo Sommaruga**, qui se sont fortement engagés en faveur des retraité·e·s actuels et futurs au sein du Conseil aux États. En accord avec les positions défendues par l'AVIVO.



Lisa Mazzone
Carlo Sommaruga

La participation de toutes celles et ceux qui ont le droit de vote, surtout des personnes concernées par le thème des retraites, est primordiale pour faire entendre nos voix au sein du Parlement. L'AVIVO continuera de suivre attentivement les actions politiques menées à Berne et ne manquera pas de vous informer sur les développements futurs.

Mots croisés n° 371



6

HORIZONTALEMENT

1. Poète grec auteur de l'Illiade et l'Odyssée. Interjection. Thorium. Rotule. 2. Affl. du Tarn. Cinéaste américain. 3. Canton fondateur. Attribut de gauchisme. Élément. 4. Partie pensante. Trinitrotoluène. Avion à réaction. 5. Prénom masculin à l'italienne. Clochards. 6. Ordre de tirer. Partie charnue du visage. Paresseux (xénarthre). Cobalt. 7. Inscrit sur la Croix. Peintre français (le Bain turc). 8. Oui slave. Petit avion télécommandé sans pilote. Longueur. Maître de la basse-cour. 9. Troublé. Point culminant des Pyrénées espagnoles. Anc.: Tokyo. 10. Ville des Saint-Lois. Un Testament. Ville japonaise. Cheminée. 11. Myriapode. Héroïne d'un roman d'Henry de Montherlant (1942). Césium. 12. Petits amphibiens urodèles. Année. Le mien s'appelle Pompon. 13. Sigle européen. Mendélévium. Ruisselet. Ernesto Guevara. 14. La totalité. Par. Note. 15. Sur l'échiquier. Plante à fleurs malodorantes. Elle nous trotte dans la tête.

Mots croisés solution du n° 370

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

VERTICALEMENT

1. Hi-Fi. Personnage d'un conte de Charles Perrault. Tombera amoureux. 3. Légère humidité de la peau. Fond de la bouteille. 4. Berné. Etat Major. Idem. Clair. Pro. personnel. 5. Radio Luxembourg. Lui. Fam. : avare comme Harpagon. Rivière d'Ethiopie. 6. Nageoire triangulaire des grands poissons. A ne pas payer. 7. Hassium. Chiffre romain. Eclairages à gaz. 8. Anecdote. Moyen de transports français. 9. Passe à Evreux. Dans. Vallée des Pyrénées. 10. Technétium. Gadolinium. Cale en forme de V. 11. Boisson. Pleur. Pro. démonstratif. 12. Club de hockey sur glace jurassien. Oui slave. Lieu destiné à la conservation des vins et eaux-de-vie. 13. Cours d'eau d'Afrique du Nord. Fam. : collé avec du papier collant. 14. Parlé en Provence. Manie. Revenu de solidarité active. Pro. personnel. 15 Sport. Chaussure à semelle de bois. Sélectionne.

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

SPECTACLES EN MATINÉE

Salle Centrale Madeleine - 10, rue de la Madeleine, 1204 Genève



BLANCHE-NEIGE OU PRESQUE...

Compagnie Confiture invite la Cie Kick-Off

Mise en scène : Philippe Cohen

Avec : Giliane Beguin, Frank Michaux, Jenny Lorant, Gilles Guenat et Zoé Klopfenstein

Chorégraphies : Gilles Guenat

Direction vocale : Giliane Beguin

Pour cette Blanche-Neige revisitée, avec exploration humoristique du conte des frères Grimm, clins d'yeux à Walt Disney, déconstruction du mythe, cette troupe de chanteurs-danseurs-comédiens décline les variations comiques; le jeu de l'amour idéal y est traité avec de belles voix et de surprenantes chorégraphies mêlant claquettes, classique et jazz. Retrouvons les personnages de notre enfance mis à l'épreuve des changements de société... Rires, musique et émotions.

Jeudi 12 octobre à 14h30

Prix AVIVO : 10.-

Vente des billets

dès réception du journal

Casino-Théâtre - 42, rue de Carouge, 1205 Genève



LA REVUE GENEVOISE

Jeudi 2 novembre à 14h30

Mardi 7 novembre à 14h30

Mise en scène : Pierric Tenthorey

Avec : Laurent Deshusses, Claude-Inga Barbey, Marc Donnet-Monay

La Revue Genevoise est le spectacle phare de l'automne. De retour cette année, la Revue genevoise aura fort à faire pour traiter toute l'actualité brûlante de l'année écoulée

Prix AVIVO : 10.-

Vente des billets

dès réception du journal

CONCERT DU DIMANCHE

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

CIE KÄFIG ET L'OCG
Concert famille

Raphaël Merlin, direction

Mourad Merzouki, chorégraphie

Ludwig van Beethoven, Symphonie n° 7 en la majeur op. 92

Felix Mendelssohn, Symphonie n° 4 op. 90, «Italienne»

Duke Ellington, Caravan

Beethoven, Mendelssohn, Ellington et danse hip-hop et contemporaine

Les chorégraphies de Mourad Merzouki seront portées par des extraits de la symphonie n° 7 de Beethoven (dont le deuxième mouvement a été décrit comme une «apothéose de la danse»), de la brillante symphonie «Italienne» de Mendelssohn, mais aussi de Caravan, standard de jazz de Duke Ellington.

**Dimanche 10 décembre
à 11h00**

Prix des billets 8 frs. Vente des billets dès réception du journal et réservation jusqu'au 27 octobre à 15h, dernier délai, au secrétariat de l'AVIVO, 1er étage

SPECTACLE EN SOIREE

L2B PRODUCTIONS

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

DEMAIN LA REVANCHE

Mercredi 15 novembre à 20h30

Une pièce de : Sébastien Thiery

Mise en scène: Ladislav Chollat

Avec Gaspard Proust, Jean-Luc Moreau et Brigitte Catillon.

Mathieu débarque chez ses parents à cinq heures du matin. Il est trempé des pieds à la tête, porte un sac à dos rempli de pierres, et souffre d'une amnésie totale. Le père et la mère tentent de comprendre ce qui a bien pu arriver à leur fils, mais cette enquête se transforme vite en règlement de compte familial.

Prix AVIVO : 36.-

Vente des billets

dès réception du journal

LOISIRS AVIVO

Tous les lundis de 14h30 à 16h00

LA CHORALE CHANT'AVIVO

Tous les mardis dès 14h

CLUB DE PÉTANQUE*Boulodrome de la Queue d'Arve*

Tous les mardis de 16h à 17h15

TAI CHI - *Salle des Asters***Renseignements à l'AVIVO****Tél. 022 329 14 28 (touche 2)****SAGE-HOMME****le jeudi 19 octobre à 14h00**

Un film de : Jennifer Devoldère
 Avec : Karin Viard, Melvin Boomer, Bruce Dombolo, Tracy Gotoas, Steve Tientcheu, Claire Dumas

Pays : France - 2022

Durée : 104 minutes

Léopold, 19 ans, rate le concours d'entrée à médecine. Il décide d'entrer à l'école des sages-femmes en cachant la vérité à son entourage, dans le but de réintégrer médecine plus tard grâce à une passerelle....

CRETZAZ, ET COMME L'ESPÉRANCE EST VIOLENTE...**le jeudi 16 novembre à 14h00**

Un film Suisse de : Nasser Bakhti, 2023

C'est l'histoire d'un fils de paysan de montagne devenu un éminent ethnologue et sociologue. Créateur des cafés mortels, Bernard Cretzaz a fait de la mort l'oeuvre de sa vie. On le surnomme désormais "Monsieur la mort". C'est aussi l'histoire d'un homme qui se destinait à la vie monacale, car sa mère rêvait de le voir devenir prêtre un jour....

Prix membres AVIVO: 8 frs**Prix non membres: 10 frs**

Achat des billets directement au cinéma
 8, bd Saint-Georges, 1205 Genève

Chères et chers membres de l'AVIVO,

Après POPPEA le mois de mai dernier, le ténor et chef genevois Emiliano GONZALEZ-TORO, avec l'association *Artisticamente*, vous adresse la présente invitation pour sa version concert de l'Opéra de Claudio Monteverdi

Il ritorno d'Ulisse in patria

Au vu de l'intérêt suscité, pour le concert exceptionnel du vendredi 20 octobre à 19h30 au BFM (Bâtiment des Forces Motrices), l'association offre encore ce mois-ci 1 billet à 10 membres de l'AVIVO qui nous adresseront un courriel à l'adresse : info@artisticamente.ch

Pour toutes les autres personnes désireuses de venir à ce magnifique programme et qui ne sont pas parmi les 10 premières bénéficiaires d'un billet gratuit, elles peuvent bénéficier du tarif AVS. Elles doivent contacter directement la Billetterie Ville de Genève à la Maison des arts du Grütli, Rue du Général-Dufour 16 (du lundi au samedi 10h-18h au numéro 022 418 36 18).

Pour toutes les autres questions sur le concert, le site de l'association Artisticamente est à disposition, www.artisticamente.ch

Premier opéra de Monteverdi dans sa période vénitienne, le Retour d'Ulysse en sa patrie connaît un énorme succès à sa création.

L'ouvrage s'inscrit dans une évolution qui fait passer l'opéra des cercles aristocratiques aux scènes des théâtres publics.

Avis aux amatrices et aux amateurs de spectacles artistiques

N'oubliez pas de présenter la carte AVIVO lors d'une réservation.

Selon les salles, vous bénéficierez de prix très réduits.

Par exemple : La Comédie de Genève et le Théâtre de l'Orangerie, où vous ne payez que CHF 10.- la place.

LES JEUDIS DE LA FAAG

Auditorium de l'UOG -
Place des Grottes 3

Entrée libre, moments de
convivialité et échanges
informels à l'issue de
chaque conférence)



Les JEUDIS DE LA FAAG - 14h30 - 16h30

Jeudi 5 octobre

"Renouvellement cellulaire permanent de la naissance jusqu'à la mort ?»

Conférence suivie d'échanges avec
Professeure Brigitte Galliot, Vice-rectrice de
l'Université de Genève, directrice du
Laboratoire de régénération et neurogène
adulte à la Faculté des Sciences.

www.faaag-ge.ch/post/renouvellement-cellulaire-permanent-de-la-naissance-jusqu-a-la-mort

Les estimations récentes font état de quelque 30'000 milliards de cellules qui constituent le corps humain, dont un grand nombre en état de renouvellement cellulaire permanent, à partir de la naissance jusqu'à la mort. Chaque jour, près de 50 milliards de ces cellules meurent. Pour les remplacer, près de 20 millions de cellules se divisent en deux cellules filles chaque seconde. Notre corps est ainsi en quelque sorte constamment remis à neuf. Dans tous les organes et tous les tissus, un grand nombre de cellules (sang, peau, intestin, fibroblastes, etc.) sont renouvelées régulièrement, à une fréquence plus ou moins élevée en fonction du type cellulaire. Ce qui fait qu'au bout du compte, l'immense majorité des cellules et des organes sont plus jeunes que nous-mêmes. Seules exceptions à cette règle, les neurones et les cellules cardiaques où le renouvellement est très lent ou quasi inexistant.

La professeure Galliot, médecin et biologiste, développe ses recherches depuis plusieurs décennies sur un animal, l'hydre, qui ne vieillit pas et régénère toute partie amputée tout au long de sa vie. De ce fait, elle est une des personnes les plus qualifiées pour nous permettre d'y voir plus clair.

Son laboratoire cherche à comprendre l'équilibre entre le maintien d'un état homéostatique très dynamique (capacité d'un système à conserver son équilibre en dépit de contraintes extérieures) et l'activation de programmes de régénération après amputation.

Une fois éclairé·e·s sur les mécanismes biologiques, nous échangerons sur leurs implications pour notre propre vieillissement et sur notre manière de le concevoir. Pour nous-mêmes et pour la société, souhaitons-nous pouvoir vivre au-delà de 100 ans «grâce» à des traitements anti-âge ?

LES PROCHES AIDANTS AU CENTRE DE L'ATTENTION À BALEXERT

10^{ème} journées cantonales des proches-aidants du 18 au 21 octobre 2023

En Suisse, une personne sur quatre est proche aidante. Elle consacre du temps à aider un proche de tout âge dans son entourage, pour lui permettre de poursuivre sa vie à domicile malgré un handicap ou une maladie qui porte atteinte à sa santé ou son autonomie.

Cette année, en regard des 8% d'aidants de moins de 16 ans, un Espace Jeunes proches aidants leur est consacré. Les apprentis de l'Espace Entreprise proposeront notamment une Roue de la Fortune, quelques capsules vidéo et film explorant les faces cachées d'une jeunesse impliquée dans ce rôle d'aidant.

L'inauguration de ces 4 journées cantonales aura lieu le mercredi 18 octobre à 14h00 et le jet d'eau sera illuminé aux couleurs de la proche aidance ce même jour dès 19h00.

Différents partenaires du réseau socio-sanitaire seront présents du mercredi 18 au samedi 21 au centre commercial de Balexert pour informer et valoriser cet engagement indispensable au lien social.

**L'AVIVO SERA PRÉSENTE AUX STANDS
D'INFORMATION. NOUS NOUS RÉJOUISSONS
DE VOUS Y RETROUVER !**

Vous trouverez dans ce lien, le programme complet des activités proposées

<https://www.ge.ch/evenement/journees-intercantonales-proches-aidants>

Texte repris en partie des informations que nous a données la déléguée cantonale aux personnes proches aidantes.

LA CANICULE AUX PÂQUIS ET AILLEURS

L'été 2022 a été l'un des plus chauds enregistré en Europe

Cette forte canicule a entraîné des conséquences meurtrières en Europe où au moins 15'000 décès sont directement liés aux graves vagues de chaleur ayant affecté le continent durant l'été 2022, selon une estimation encore incomplète publiée par l'Organisation mondiale de la santé à l'occasion de la COP27 sur le climat (nov.2022).

Pendant les seuls 33 jours de canicule qui ont frappé le pays entre juin et août 2022, l'excès de mortalité toutes causes confondues en France est estimé à 2'816 décès, soit une surmortalité relative de 16,7 %. (22 nov. 2022, les Echos).

Le 24 août dernier, Genève a mesuré une température de 39,3° C.

10 Il s'agit de la température la plus élevée mesurée cet été en Suisse, à Genève-Cointrin. C'est aussi la valeur la plus élevée jamais enregistrée au nord des Alpes (Meteo Suisse).

Graves problèmes de santé

La canicule se caractérise par des températures journalières et nocturnes élevées pendant au moins trois jours consécutifs. Elle peut provoquer des problèmes de santé comme la déshydratation, le coup de chaleur, l'insolation ou l'aggravation de maladies chroniques.

Ilots de chaleur

Les îlots de chaleur sont des zones urbaines où la température est plus élevée qu'ailleurs à cause de la densité du bâti, du manque de végétation et de la pollution. Ils augmentent le stress thermique et le risque de mortalité des personnes âgées et autres groupes de population vulnérables (OFPP, Office Fédéral de la Protection de la Population).

Les Pâquis particulièrement touchés

On a relevé des températures de près de 60° C sur les pots contenant des arbustes à la rue du Léman. Des habitants ont été atteints dans leur santé.

Un habitant des Pâquis, de 50 ans, en bonne santé, a vécu un coup de chaleur le 20 juin 2022 avec un niveau de température critique, sans qu'il parvienne à la faire redescendre, malgré douches froides et glaçons, même la fenêtre ouverte qui renvoyait, par une cour entièrement bétonnée, des bouffées de chaleur supplémentaire durant 36 heures.

L'AVIVO s'associe à l'anniversaire 01 de l'action de dégrappage du 22 juin 2022, en particulier sa Commission santé-social (CSS)

De toutes les conséquences du dérèglement climatique, la chaleur est la plus meurtrière.

Chaque année, dans le monde, elle tue plus que les ouragans, les inondations, ou les incendies.

Mais la chaleur, elle, est une menace invisible, un criminel silencieux qui compte parmi ses victimes des travailleurs.

Des millions d'entre eux dans le monde se trouvent exposés à des températures de plus en plus extrêmes. Pourtant, ce risque est insuffisamment pris en compte par nombre d'entreprises et de gouvernements.

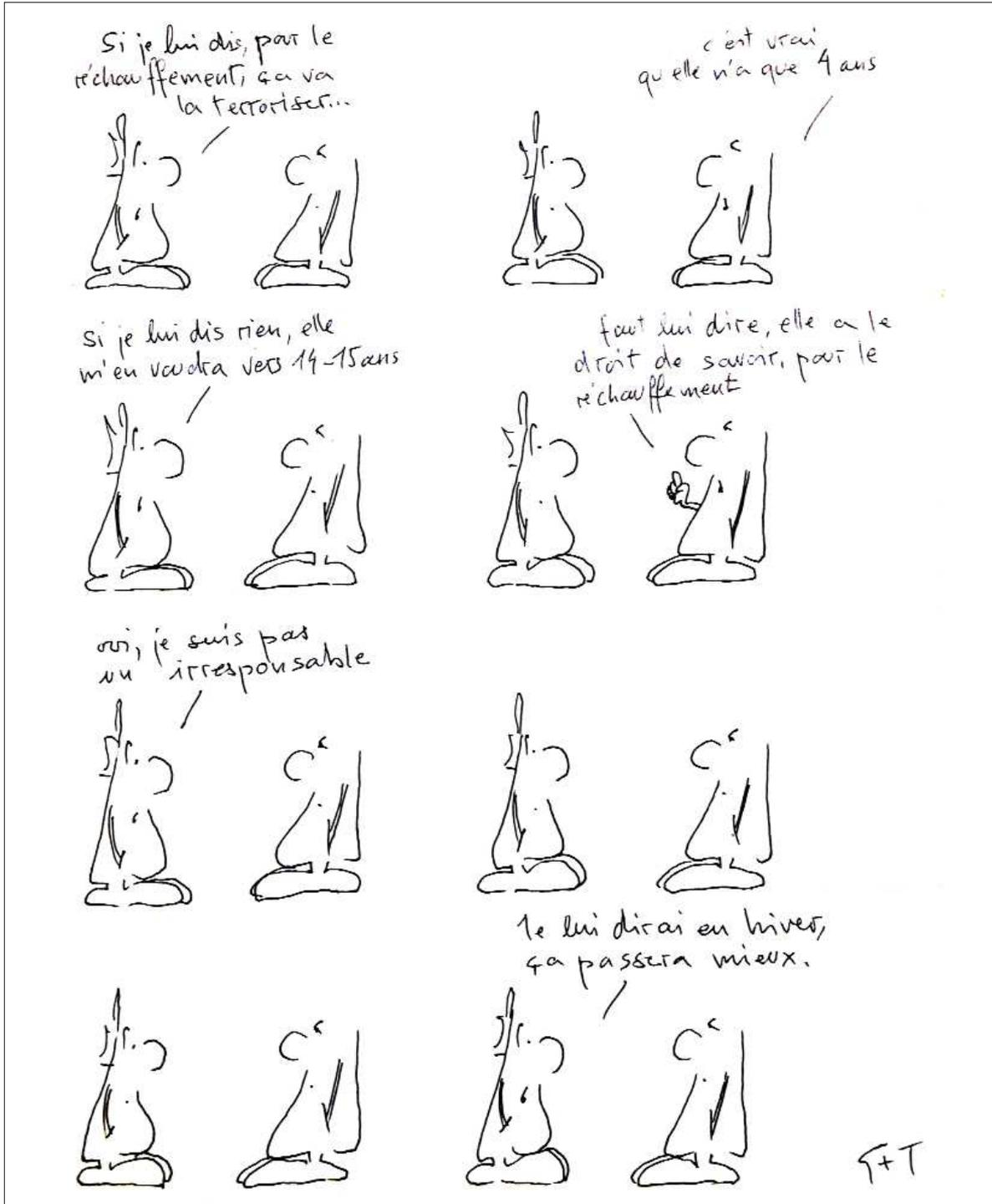
Scientifiques, médecins, syndicalistes, économistes alertent sur le danger croissant que la chaleur fait peser sur le monde du travail. (TV Arte, juin 2023)

Face à cette situation, les autorités politiques ont la responsabilité de mettre en œuvre, rapidement, toutes les mesures de transition écologique.

L'intensité et la fréquence des vagues de chaleur vont augmenter ces prochaines années. Chaque retard aura des conséquences graves sur la santé des habitants de nos quartiers.

Commission santé-social de l'AVIVO

JE LUI DIRAI EN HIVER



La Commission mobilité

NOUVEAUTÉ

Vous avez besoin d'un conseil juridique ?

L'AVIVO propose à ses membres une permanence juridique.
Consultation gratuite de 30 minutes dans divers domaines.

Uniquement sur rendez-vous au 022 329 13 60 (touche 1)

2 jours : les 8 et 9 décembre

EINSIEDELN LENZBOURG

comme un conte de Noël

*Einsiedeln, son Abbaye intemporelle,
son village de Noël
tout droit d'un conte de Grimm*

Départ en début de matinée et arrêt café croissant en cours de route (inclus dans le prix) puis arrivée à Einsiedeln. Repas de midi et installation dans votre hôtel en plein centre. Après le repas, temps libre pour flâner ou vous reposer puis profiter ensuite du marché de Noël jusqu'à 21h30.

Chaque jour à 16h30,
le chant choral polyphonique *Salve Regina*
est interprété dans la chapelle.

12 Repas du soir libre, nuitée à l'hôtel.

Le lendemain, après le petit-déjeuner, visite d'Einsiedeln et de sa Vierge Noire. Départ pour Lenzbourg et repas de midi. L'après-midi, vous pourrez flâner au Marché de Noël. En milieu d'après-midi, reprise de la route pour Genève.

Arrivée à la gare Cornavin en début de soirée.

PRIX AVIVO COMPRENANT :

le voyage en autocar tout confort / l'arrêt café croissant / une nuit en demi-pension à l'Hôtel Drei Könige 3* (hors boissons) / la visite guidée de l'Abbaye / les 2 repas de midi - hors boissons / votre accompagnatrice AVIVO

Membre AVIVO	Frs	510.-
Non membre	Frs	610.-
Suppl. single	Frs	40.-

Non compris : L'assurance annulation et assistance obligatoire - repas du soir du 8 décembre.

A noter dans vos agendas pour 2024

12 au 17 avril

Paris - Le paradis des arts

22 au 29 juin

Séjour à Hyères-Les Palmiers

7 au 14 septembre

Chorges, séjour zen

Nouveau cette année: excursions découvertes - Et bien d'autres choses...

3 jours : du 30 décembre
au 1er janvier

ESCAPADE DU NOUVEL AN À TURIN

*Marché de Turin
Journée et soirée libres.
Tour de ville de 2h avec un guide conféren-
cier local.*



Prenez le temps de visiter cette magnifique ville et ses alentours.

PRIX AVIVO COMPRENANT :

Le transport en autocar 4* tout confort / Le logement avec petit-déjeuner à l'Hôtel Novotel / Le souper du 30/12 à l'hôtel, boissons non incluses / La soirée de réveillon à l'hôtel avec animation et boissons incluses / Le tour de ville guidé de 2 heures du 31 décembre / La balade guidée du 1er janvier / Le repas de midi du 1er janvier, boissons incluses / Taxe de séjour / Votre accompagnatrice AVIVO

Membre AVIVO	Frs	590.-
Non membre	Frs	690.-
Suppl. single	Frs	110.-

Non compris : L'assurance annulation et assistance obligatoire - le repas de midi du jour 1 et le repas de midi du jour 2 - les frais personnels.

8 jours : du 30 décembre
au 6 janvier

RÉVEILLON À MENTON



Située à l'extrême sud-est de la France, près de la frontière italienne, Menton est à la fois une ville jardin, une ville marine et une station balnéaire.

Son ensoleillement exceptionnel et son climat quasi subtropical favorisent la culture des orangers, citronniers, palmiers, mimosas et l'extraction d'huiles essentielles rares. Ses nombreux jardins créés avec talent sont un réel ravissement et vous feront rêver. La vieille ville mérite votre détour avec ses belles façades anciennes, vous retrouverez l'ambiance et le charme d'antan.

Les illuminations et animations des Fêtes de fin d'année à Menton sont un événement à ne pas manquer !

Chaque premier week-end de décembre la ville du soleil et du citron se métamorphose et la magie opère ...

PRIX AVIVO COMPRENANT :

le transport en autocar 4* tout confort / le pot d'accueil / le logement pour 7 nuits en hôtel 3* à Menton, en demi-pension avec boissons : petit-déjeuner buffet et repas du soir - vin en carafe & café compris / le repas de midi à l'hôtel le 1er janvier - vin en carafe et café compris / les petites animations en soirée / la soirée de Réveillon avec dîner de gala & animation / la taxe de séjour / une sortie surprise / 2 excursions avec votre autocar / un accompagnant AVIVO durant tout le séjour

Membre AVIVO	Frs	1'460.-
Non membre	Frs	1'560.-
Suppl. single	Frs	380.-
Suppl. «vue mer»	Frs	160.-

Non compris : L'assurance annulation et assistance obligatoire - les frais personnels.



Mardi 31 octobre 2023

Choucroute de la mer

Rendez-vous à midi au CAFE GALLAY

42, boulevard Saint-Georges

1205 Genève

(bus 35 - arrêt Village-Suisse)

Vieux café genevois, très fréquenté à toutes heures de la journée par une clientèle hétéroclite, le Café Gallyay est situé au cœur du quartier de la Jonction. On y vient déguster une cuisine inventive, préparée à base de produits frais, se renouvelant au fil des saisons ...

Votre menu hors boissons

Salade mêlée

Choucroute de la Mer

Tarte Tatin

Membre AVIVO CHF 30.-

Supplément non membre CHF 40.-

Inscriptions et informations au secrétariat de l'AVIVO 022 329 14 28 (touche 2)

LES BALADES D'OTTO KOLLY

- 24 octobre** Gare/Comédie des Eaux-Vives, parc immobilier Frontenex-Montchoisy-William Favre, parcs de la Grange/Eaux-Vives et Quai Gustave Ador (en option). Rendez-vous arrêt tramgare des Eaux-Vives à 13h30. Durée estimée 2h30
- 31 octobre** Région ONU, parcs rive droite et (quais en option). Rendez-vous place des Nations (chaise) à 13h30. Durée estimée 2h30
- 7 novembre** Le Vieux-Carouge. Rendez-vous place de l'Octroi à 13h30. Durée estimée 3h00

En cas de mauvais temps, les balades sont reportées ou annulées

Mardi 10 octobre

AU PAYS DU CERDON

Cuivrierie du Cerdon - repas de midi au restaurant «Le Panoramique» - Circuit commenté des Gorges de l'Ain avec le car - Visite et dégustation avec collation au Domaine de la Bélière à Bohas-Meyriat-Rignat

Votre menu boissons comprises

Salade la rivière (joutes de sandre rôties au Chardonnay, truite fumée)
Potence royale flambée (spécialité)
Volaille, bœuf, magret de canard servis avec des sauces
et accompagnés de petits légumes
Dessert du Chef
¼ de vin et café

Arrivée à la gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO	Frs	110.-
Non membre	Frs	130.-

Jeudi 12 octobre

DÉCOUVERTE DES BAUGES

Départ de Genève en direction de la Savoie et découverte commentée des villages typiques des Bauges.

Votre menu vin compris

Apéritif de bienvenue maison
Terrine
Spécialité des Bauges «La Matouille»

Visite libre d'une fromagerie et arrêt chez un producteur de plantes médicinales et aromatiques.

Membre AVIVO	Frs	110.-
Non membre	Frs	130.-

Samedi 14 octobre

FÊTE DE LA CHATAIGNE À FULLY (VS)

Départ de Genève en direction du Valais. Journée libre (repas inclus).

Votre menu boissons comprises

Brisolée
Tarte aux fruits
Forfait boissons: 1dl soit de fendant, de Gamay ou de moût / 1 litre d'eau minérale pour 6 / 1 café ou thé

Membre AVIVO	Frs	105.-
Non membre	Frs	125.-

Jeudi 19 octobre

CHAPLIN'S WORLD ET PERLES DE SAINT-GINGOLPH

Départ de Genève en direction de Thonon. Arrivée à Saint-Gingolph et visite des Perles du Léman.

Repas de midi au restaurant
 «Aux Ducs de Savoie»

Votre menu hors-boissons

Entrée
Plat : poisson ou viande à choix
garniture
Dessert

L'après-midi, visite libre du musée Chaplin, inauguré en 2016.

Arrivée gare Cornavin en fin d'après-midi.

Membre AVIVO	Frs	120.-
Non membre	Frs	140.-

Lundi 27 novembre

LA FOIRE AUX OIGNONS À BERNE

C'est un événement que les Bernois ne ratent sous aucun prétexte !

La capitale se transforme en un grand marché avec des centaines de stands. En fin d'après-midi, le marché prend un air carnavalesque.

Repas de midi libre sur place

Arrivée à la gare Cornavin en fin d'après-midi

Membre AVIVO	Frs	45.-
Non membre	Frs	55.-

Mardi 5 décembre

FOIRE DE LA ST-ANDRÉ À ANNECY

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

Repas de midi libre sur place

Arrivée à la gare Cornavin en fin de journée.

Membre AVIVO	Frs	40.-
Non membre	Frs	50.-

Mardi 19 décembre

EVIAN LE FABULEUX VILLAGE OU LA LÉGENDE DES FLOTTINS

Visite guidée de la ville et repas de midi dans un restaurant au bord du lac.

Votre menu Savoyard avec boissons

Kir

Assiette de charcuterie de nos montagnes

Tartiflette au Reblochon & salade mêlée

Biscuit de Savoie aux poires

Crème anglaise au Génépy

¼ de vin, ¼ d'eau minérale et 1 café

Après le repas, temps libre pour la découverte du Fabuleux Village.

Arrivée à la gare Cornavin en fin d'après-midi.

Membre AVIVO	Frs	100.-
Non membre	Frs	120.-

Jeudi 21 décembre

PROMENADE À LYON

Halles Bocuse - Centre commercial
Part-Dieu - Visites

UNE JOURNÉE ENTRE GASTRONOMIE, DÉCOUVERTE ET SHOPPING

Les Halles de Lyon Paul Bocuse offrent sur un plateau gourmand tout ce qu'il y a de meilleur ...

Bienvenue à tous les gastronomes !

Repas de midi libre sur place

SHOPPING EN VILLE POUR
(centre commercial de la
Part-Dieu à 5 minutes à pied)

OU DÉCOUVERTE À VOTRE GUISE DU
RICHE PATRIMOINE LYONNAIS

Arrivée à la Gare Cornavin en fin d'après-midi.

Membre AVIVO	Frs	58.-
Non membre	Frs	68.-

lundi 25 décembre

NOËL AU PAYS DU MONT-BLANC

REPAS GOURMAND DANS UN VILLAGE BUCOLIQUE AVEC UNE VUE MAGNIFIQUE
DÉCOUVERTE DU MARCHÉ DE NOËL DE CHAMONIX



Ne restez pas seul(e) ... Venez passer une belle fête de Noël avec l'AVIVO !

Arrivée à Servoz pour le repas de midi avec un très bon menu de Noël.

A l'une des extrémités de la vallée de Chamonix se trouve Servoz où règne la douceur de vivre.

Venez fêter Noël dans une ambiance chaleureuse !

Votre menu avec boissons

Apéritif Maison

Amuse-bouche de Noël

Terrine de foie gras, chutney de poire à la vanille de Madagascar

Médailillon de lotte cuit en basse température, sauce armoricaine

Riz vénéré

Pavé de veau rôti

Mousseline de patate douce et frites de polenta à la truffe

Dessert de Noël

1 verre de vin blanc, 1 verre de vin rouge et 1 café

Après le repas : départ pour Chamonix / temps libre pour flâner à votre guise et découvrir le Marché de Noël.

Vous trouverez des spécialités culinaires, des produits régionaux, des articles de décoration ou artisanaux.

Arrivée prévue à la gare Cornavin en fin de journée.

Membre AVIVO	Frs	135.-
Non membre	Frs	155.-

LA COMMISSION RENCONTRES ET LOISIRS DE L'AVIVO INFORME :

Les après-midi musicaux et dansants sont de retour !

Le 21 septembre, une vingtaine de personnes se sont retrouvées au Chic (cave bar jazz) du Crowned Eagle, rue de Fribourg. Le *duo du Léman* a réussi avec brio à encourager et enthousiasmer les danseurs et danseuses présents.

Certains participants, ravis de cette belle rencontre, ont même poussé la chansonnette, révélant ainsi des talents cachés parmi nos membres.

Nous vous donnons rendez-vous le **jeudi 19 octobre, entre 15h et 17h**. Prix d'entrée : 5 francs pour les membres de l'AVIVO ; non-membres : 10 francs.

Les personnes intéressées à participer à des après-midi dansants dans une salle plus grande sont invitées à contacter le secrétariat de l'AVIVO.

Les Stamms de l'AVIVO continuent !

On nous pose régulièrement la question suivante : qu'est-ce que le Stamm ? Les dictionnaires nous disent que c'est en Suisse le lieu où un groupe d'amis, les membres d'une société ou d'une association, se retrouvent régulièrement.

Effectivement, c'est au Petit-Saconnex et à la rue des Gares que les membres du comité de l'AVIVO rencontrent nos membres ou d'autres personnes qui souhaitent passer un

Envie de participer à l'organisation d'activités de loisirs ?

Nous recherchons des bénévoles pour nos activités de loisirs à l'AVIVO.

Si vous souhaitez participer à l'organisation de nos activités de loisirs, si vous avez des idées et des propositions pour de nouvelles activités, si vous désirez prendre part à la commission Rencontres et Loisirs qui se réunit une fois par mois, veuillez contacter le secrétariat ou le président : ueli.leuenberger@avivo.ch



agréable moment ensemble autour d'un café ou d'un thé.

C'est aussi l'occasion de fournir des informations sur les différents services et activités proposés par l'AVIVO. C'est également un moment pour solliciter des interventions et proposer des actions. Notre Stamm est ouvert à toutes et tous, membres ou non-membres de l'AVIVO.

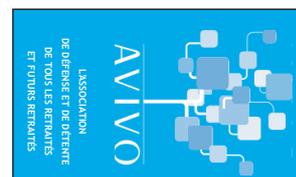
En octobre, nous nous retrouverons le **jeudi 19 au Café-restaurant «Le Bistrot»** Place du Petit-Saconnex et le **jeudi 27, au Café-restaurant «Chez Lili»**, 21 rue des Gares (en face de la poste de Montbrillant).

Les après-midi jeux de l'AVIVO : jouez et rencontrez des gens !

C'est à l'**Espace de Quartier 99**, rue des Charmilles que chaque mois un groupe se rassemble pour jouer au jass, au scrabble, aux échecs et à d'autres jeux de société dans une atmosphère conviviale.

Notre équipe vous attend le **mercredi 18 octobre de 14 h à 17 h**.

JAB - CH - 1211 Genève 8
PP / Journal



Office social : resp. Marianne Ricci
infosociale@avivo.ch
Admin., journal : resp. Nathalie Schmitt
Loisirs : resp. Catherine Davat
Cours informatiques : resp. Edina Besic
accueil@avivo.ch / site internet : 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	touche 1
Tél. 022 329 14 28	touche 4
Tél. 022 329 14 28	touche 2
Tél. 022 329 14 28	touche 3

AVIS À TOUS NOS MEMBRES