

AVIVO

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

ÉDITO

2025, UNE ANNÉE DE PROJETS, DE SOLIDARITÉ ET D'ESPOIR

Chers membres et amis de l'AVIVO,

Alors que nous avons franchi le cap de cette nouvelle année, il est temps de poser un regard sur les défis du monde, mais aussi de se tourner avec confiance vers les nombreux projets qui nous attendent.

Notre époque reste marquée par des incertitudes profondes: des conflits armés persistent, des tensions internationales pèsent sur l'avenir, et de nombreuses populations aspirent à une paix durable. Ces préoccupations ne nous laissent pas indifférents. Nous gardons l'espoir que la sagesse l'emporte, que les guerres cessent, et que les valeurs de paix et de solidarité triomphent.

Cet espoir, nous pouvons le faire vivre à notre échelle, en renforçant nos liens et en restant unis dans un monde souvent trop rapide et complexe.

De nouveaux horizons pour notre association

Pour l'AVIVO, 2025 sera aussi une année de transformation et d'épanouissement. Nous sommes ravis de vous annoncer qu'un projet majeur se concrétise: si tout se passe comme prévu, nous aurons le plaisir de vous accueillir, dès le milieu de l'année, dans nos nouveaux locaux, sous le



signe d'un meilleur confort et de la convivialité. Le nouveau siège de l'AVIVO sera plus accessible, mieux aménagé, et surtout conçu pour favoriser les rencontres et les échanges. Il nous permettra de développer de nouvelles activités et d'enrichir nos moments de partage.

Notre journal évolue également! Dans quelques mois, vous découvrirez un nouveau format plus moderne, plus attractif et mieux fourni, avec des articles qui reflètent encore mieux vos préoccupations, vos envies et vos idées. Parce que communiquer mieux, c'est aussi se rapprocher davantage.

Loisirs et voyages: un vent de nouveautés

Nous savons combien les loisirs et les voyages créent des souvenirs précieux et renforcent les liens. Cette année, nous avons l'ambition de vous proposer des nouvelles destinations, des activités renouvelées et des programmes variés qui sauront vous séduire. Qu'il s'agisse de moments de détente ou de découvertes enrichissantes, notre objectif est de vous offrir des expériences qui embellissent votre quotidien.

Construire et vivre ensemble

En cette année 2025, notre mission reste inchangée: défendre vos droits dans un monde incertain, mais aussi construire des espaces où chacun se sent soutenu, écouté et valorisé.

En cultivant la solidarité et la convivialité, nous posons les bases d'un avenir où personne n'est laissé de côté. Ensemble, nous sommes plus forts face aux défis et mieux armés pour créer une communauté où il fait bon vivre.

Une année pleine de projets, de santé, de sérénité et de moments partagés, c'est ce que vous souhaitez votre président.

Ueli Leuenberger

Sommaire

- 2 Informatique / chorale
- 3-4 Portraits
- 5 Courrier
- 6 Mots croisés
- 7 Livres
- 8-9 Spectacles - Loisirs
- 10 Panel des seniors
- 11 Subvention à la presse
- 12 Marché aux oignons
- 13-15 Excursions - Voyages
- 16 Impôts

Rejoignez-nous et commencez l'année sur de bonnes bases numériques!

Bonne année 2025 à toutes et à tous!

C'est avec plaisir que nous annonçons la reprise des cours d'informatique le **06 janvier 2025**, une opportunité idéale pour approfondir vos compétences numériques et vous familiariser avec les nouvelles technologies.

Horaires des cours

Les cours individuels se tiendront aux jours et heures suivants:

Lundi

Matin 9h -12h

Après-midi 13h30 -15h30

Mardi

Matin 9h -12h

Jeudi

Matin 9h -12h

Après-midi 13h30 -15h30

Vous souhaitez:

- Découvrir ou maîtriser les bases de l'informatique (ordinateurs, tablettes, smartphones).
- Utiliser efficacement Internet (courriels, recherches, sécurité en ligne).
- Maîtriser des outils pratiques comme la gestion de documents ou la visioconférence.

N'attendez plus pour vous inscrire! Que vous soyez débutant·e ou que vous souhaitiez approfondir vos connaissances, nous avons des sessions adaptées à tous les niveaux.

Pour toute information complémentaire ou pour réserver votre place, contactez-nous au 022 329 14 28 (touche 3) ou à l'adresse courriel: avivo-informatique@avivo.ch

Nous serons ravis de vous accueillir dans une ambiance conviviale et pédagogique.



Chaque lundi après-midi, les choristes de l'AVIVO (hommes et dames) se retrouvent au Vieux-Billard, dans les locaux du rez-de-chaussée, à 14 heures 15.

L'occasion d'une rencontre musicale fort agréable, pour s'entraîner ensemble à chanter un répertoire composé de mélodies faciles, ou anciennes, augmenter son souffle, et cultiver sa mémoire.

Nous accueillons des amateurs et amatrices, sachant lire la musique, mais aussi des personnes qui préfèrent apprendre tout simplement les partitions d'oreille, en les écoutant.

Un grand changement!

Nous allons accueillir dès le mois de janvier une nouvelle cheffe de chœur: Armine Mkrtychyan, (soprano), et nous réjouissons beaucoup de sa venue.

Nous tenons à exprimer notre immense reconnaissance à Paul Hess, qui a soutenu la chorale avec talent pour lui permettre de reprendre pied après le décès tragique de Sylviane Baillif. Merci à lui pour son dévouement depuis des années.

Bienvenue à Armine et celles et ceux qui souhaitent chanter avec nous.

Leyla Ahmari Taleghani

Plusieurs fois dans ma vie associative, j'avais été frappée par l'apaisement apporté par l'engagement d'un·e secrétaire général·e, dont l'un des rôles est de gérer les relations entre comités et personnels. Relations parfois tendues entre l'idéalisme et l'ardeur du Comité et le réalisme de terrain du personnel. L'AVIVO a donc décidé de se doter d'une secrétaire générale en juin et a choisi une magnifique personnalité, qui déjà a conquis tout le monde.

Comment son parcours professionnel ascendant et pluridisciplinaire (travailleuse sociale communautaire à la Ville de Genève, responsable du service de la cohésion sociale à Chêne-Bourg, responsable de contrats de quartier, vice-présidente du Conseil d'administration de l'IMAD) l'a-t-il conduite à l'AVIVO?

– Je suis née en Iran, où les aîné·e·s occupent une place privilégiée dans la culture. Arrachée à mon pays à l'âge de 10 ans par l'exil forcé, j'avais un lien très fort avec mes grands-parents et, en pensant à eux, j'ai toujours cherché à améliorer la condition des personnes âgées sur mes lieux de travail. A Champel, par exemple, j'ai accompagné le Club des Aîné·es dans sa volonté d'autonomie et j'ai été frappée par le fort potentiel de compétences de ces personnes. A nouveau, à l'AVIVO, je rencontre des bénévoles très engagé·e·s et compétent·e·s. Ces personnes m'enrichissent beaucoup, je leur suis très reconnaissante.

Dans ses formations théoriques et pratiques, Leyla a choisi des projets en relation avec l'avancement de l'âge dans la société et les enjeux qui lui sont liés. Et a le bon espoir de les mettre en œuvre à l'AVIVO. Leyla adore étudier (un brevet fédéral de spécialiste de la migration, un bachelors en travail social, un DAS en gestion des risques en entreprise) et enseigner. Elle interviendra auprès de la HES pour représenter l'AVIVO dans deux modèles d'intervention, et, à peine son Master en Business Administration terminé, elle se demande déjà dans quelle prochaine formation, elle pourra «alimenter son esprit critique».



3

Mais plus encore que ses grandes compétences professionnelles, c'est son esprit militant qui est frappant. Ses parents ont dû fuir l'Iran parce qu'ils étaient actifs dans la résistance, et elle a continué à porter cette vibration d'engagement dans sa jeunesse, puis dans tous ses mandats politiques et sociaux (membre du parti des Verts, conseillère municipale à Vernier, comités divers, dont celui de l'ASLOCA).

Dans sa vie personnelle, elle a connu récemment un grand deuil, en perdant son mari également militant, syndicaliste et ancien membre de la résistance iranienne. Elle doit élever seule leur fille adolescente, ce qui n'est pas le moindre de ses défis!

Les défis, elle aime les braver et les dépasser. Elle sait que la concurrence est rude dans le canton en matière d'offres auprès des personnes âgées et qu'il va falloir diversifier les domaines d'activités, innover les méthodes, tout en gardant la flamme politique spécifique de notre mouvement. Pour cela, elle compte sur ses collègues et les bénévoles qu'elle admire et avec qui elle a du plaisir à travailler au quotidien.

En tant que membre du Comité, j'ai tout de suite senti sa force lumineuse et décidé de lui faire confiance pour l'avenir de l'AVIVO.

Maryelle Budry

Roland Gay

Notre écrivain public

Encore un bénévole, plein d'enthousiasme et de dynamisme! Décidément, l'AVIVO nous donne l'occasion de faire de belles rencontres et met des prestations fort nécessaires gratuitement à disposition de ses membres. Qui n'a pas procrastiné à l'idée de rédiger une lettre administrative ou personnelle, parce qu'elle nous semblait présenter des difficultés insurmontables? Actuellement, tous les jeudis, le matin directement et l'après-midi sur rendez-vous, Roland Gay est à votre disposition pour vous aider à écrire cette sacrée lettre.

Quel est le chemin qui l'a conduit à tenir cette permanence?

4

Il a travaillé dans le domaine des ressources humaines dans le secteur de la santé et a acquis beaucoup de compétences dans divers services de la fonction publique. Une vie professionnelle au service des autres, et il en redemande à la retraite! Il adore le partage, « qui fait de nous de meilleures personnes », comme il le dit joliment. « Cela me fait du bien de rester actif, d'aider, de faire partie d'une communauté ».

Une fois par semaine, cela donne un équilibre positif à une vie personnelle riche et voyageuse, car Roland Gay, qui a pris une retraite anticipée, est en pleine forme. Il aime venir rejoindre l'équipe de l'AVIVO où « les bénévoles sont bien traités ».

L'expression « écrivain public » ne lui semble pas correspondre exactement à sa fonction: « Je rédige plutôt, car j'aime produire avec un effet immédiat ». Ce n'est pas l'écriture solitaire et



laborieuse d'un écrivain, mais une rencontre avec une personne bloquée par une difficulté passagère.

Autrefois les écrivains publics étaient aussi sollicités par des lettres d'amour... Est-ce toujours le cas? « D'après mon expérience (précédemment dans des centres sociaux de quartiers), cela n'est pas encore arrivé, mais je ne demanderais pas mieux! »

Maryelle Budry

Abonnement TPG Unireso à moitié prix pour les seniors: ne jetez pas votre bon!

Les retraité·es de notre canton ayant droit à l'abonnement senior Unireso à moitié prix ont reçu ces dernières semaines une lettre de l'office cantonal des transports. Celle-ci contient un bon pour un abonnement annuel avec un code de réduction donnant droit à un rabais de CHF 200. Ce bon peut être utilisé en ligne sur tpg.shop ou cff.ch/unireso, ou dans un point de vente des TPG ou des CFF. Ne jetez pas cette lettre et pensez à l'utiliser lors de l'achat ou du renouvellement de votre abonnement.

L'AVIVO et la politique

Un membre nous a écrit à propos de l'éditorial du mois de novembre. La lettre est malheureusement beaucoup trop longue pour être publiée. Nous reprenons ci-dessous les thèses défendues par ce membre et y répondons succinctement.

1. *«Je constate que, une fois de plus, le Comité de l'AVIVO utilise le tremplin que lui offre l'Edito du bulletin de l'AVIVO pour 'régler ses comptes' avec le Grand Conseil (qui est au demeurant l'expression du souverain genevois) et revenir sur la suppression d'une subvention en faveur de l'AVIVO, au motif de votre recommandation de vote lors des dernières élections fédérales.[...]»*

L'éditorial ne règle aucun compte, mais souligne l'inconfort de la majorité du Grand Conseil face à ses échecs répétés dans les urnes, où le peuple souverain a rejeté ses décisions. L'AVIVO incarne ce désaveu. Punir le messager au lieu d'écouter le message est une faiblesse, tout comme ignorer que «sans la liberté de blâmer, il n'y a pas d'éloge flatteur», comme l'écrivait Beaumarchais.

2. *«[...] Lorsqu'on dépend de subventions publiques (même modestement), il convient, me semble-t-il, d'être attentif aux relations institutionnelles avec ses donateurs. Cela ne veut pas dire qu'il faille 'cirer les bottes' de ces derniers, mais à tout le moins ne pas considérer leur soutien comme éternellement acquis.»*

Depuis 75 ans, l'AVIVO défend les retraité·e·s avec des positions validées par un comité aux sensibilités politiques variées. Grâce à son expertise et à sa crédibilité, elle est fréquemment consultée par les autorités exécutives et législatives ainsi que par les administrations. Connue des politiciens genevois, elle critique toute atteinte aux intérêts légitimes de ses membres. Ainsi, une subvention pour le service social accordée en 2022 par le Grand Conseil l'a été en toute connaissance de cause. Accuser l'AVIVO de «politique politicienne» un an plus tard est un argument cousu de fil blanc qui cache bien mal une mesure de rétorsion.

3. *«[Les élections fédérales] Certes, M. Leuenberger, président de l'AVIVO, avait expliqué devant les médias la raison de votre soutien aux deux candidat·e·s Mazzone et Sommaruga. [...]. Ces trois critères pour motiver votre soutien*



En 2023, l'AVIVO a soutenu les candidats défendant les retraités selon des critères précis. DR

sont certes clairs et compréhensibles, mais peut-être (peut-être?) que les deux autres candidats ont pris des décisions qui ont peut-être aussi bénéficié aux membres de l'AVIVO ou qui pourraient l'être (je reste en termes théoriques).»

L'AVIVO a soutenu les candidats défendant les retraités selon des critères précis: opposition à la réforme AVS21 et à la révision de la LPP, ainsi que promotion de la 13^e rente AVS. Les autres candidats n'ont pas répondu à ces exigences dans leurs votes et discours.

4. *«[...] Pour que l'AVIVO soit étanche à la critique possible d'être une officine des partis de gauche, et tant qu'elle ne sera pas indépendante financièrement, je l'invite (en tant que membre et à titre bienveillant) à utiliser des critères "étanches" et équitables lorsqu'elle s'engage pour telle élection ou votation.»*

En principe, il n'y a pas de prise de position sans argumentaire, sans «critères clairs et compréhensibles» comme cela a été fait pour l'élection en question. Le recours à des «critères "étanches" et équitables» consiste à adopter le point de vue de Sirius. Ou encore à ignorer l'article 211 de la Constitution dans lequel «L'Etat reconnaît et soutient le rôle des associations et du bénévolat dans la vie collective. Il respecte l'autonomie des associations. Il peut nouer des partenariats pour des activités d'intérêt général.» Une piste plus prometteuse consisterait pour la majorité du Grand Conseil à adopter une politique sociale plus respectueuse des aîné·e·s.

Ulrich Jotterand

	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. Ensemble des cinq os du squelette de la main. Trouble. 2. Encasturerait (s'). Mou. 3. Titane. Parole d'Archimède. 4. Grand glacier des Alpes suisses. Machine à reproduire des textes et des dessins. 5. Pron. personnel. Outil à deux mâchoires. Organisation des Nations unies. 6. Se priver de tout au profit de quelqu'un. 7. Se prépare pour ses examens. Radio Luxembourg. Soldat de l'Oncle Sam. 8. Peina à l'ouvrage. Gamin de Paris. Port d'Algérie. 9. 576 mètres. Giuseppe en langue allemande. Nanogramme. 10. Argot espagnol moderne. Fam.: lieu de travail. Assurance. 11. Il n'a pas atteint la majorité. Monnaie japonaise. Deux voyelles. 12. Majeur. Dégoûline. Post-scriptum. Club de foot fr. 13. Elle fait partie du personnel navigant. Partie charnue des fruits. 14. Le sang des végétaux. Issue. Ruisseau. 15. Mesure chinoise. Faire naître son veau. Des broutilles.

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

VERTICALEMENT

1. Partie du squelette du pied. Mouvement de libération des femmes. 2. Prénom masculin. Berné. Intelligence Agency. Note. 3. Très bien. Importante masse de neige qui dévale les flancs d'une montagne. 4. Ville des Valdôtains. Corse. En forme d'oeuf. 5. Pron. démonstratif. Méd.: ralentissement de la circulation d'un liquide organique. Du balai! 6. Canneberge. Voie de la circulation. 7. Note. Parole de cocher. Crochet. 8. Herbage. Bague ou broche. Note. 9. Perdues par la parturiente. Tézigue. Géniteur. 10. Fin de verbe. Litt.: conversation tendre. Tour. 11. Ciment, pierre à chaux, air et eau entrent dans la fabrication de ce matériau de construction (Suisse). Sigle européen. 3,1416. 12. Brioche alsacienne. Attacher. 13. Sa capitale est Mascate. Millilitre. 14. Vache aimée de Zeus. Grâce, distinction dans l'allure. Prairie. 15. Prénom masculin. Estrade pour catcheur. Sans avoir rien mangé ni bu depuis le réveil.

L'âge de la retraite des femmes reste fixé à 65 ans

Le Tribunal fédéral a confirmé la validité de la votation sur le relèvement de l'âge de la retraite pour les femmes. Malgré les erreurs graves relevées, notamment des chiffres erronés dans les explications officielles du Conseil fédéral, les juges ont décidé, le 12 décembre, de rejeter les recours déposés par plusieurs plaignantes.

Cette décision, en quelque sorte attendue, suscite un vif mécontentement, en particulier chez les femmes désormais définitivement contraintes de travailler une année supplémentaire.

Le Tribunal fédéral a reconnu une atteinte à la libre formation de l'opinion des citoyennes et citoyens dans ce dossier. Cependant, les considérations liées à la « sécurité juridique » ont prévalu, au détriment des arguments avancés par les opposantes.

Notre engagement pour l'amélioration de la situation des femmes va continuer.

DEUX LIVRES À DÉCOUVRIR

Martine Ruchat

Sensations océaniques

Romain Rolland
et Helena
de Kay

Ed. Encre fraîche
2024 208 pages



Martine Ruchat est une historienne spécialiste du récit biographique. Elle a notamment consacré un livre à Charles-Henri Rapin, gérontologue genevois.

Autour de Romain Rolland: On connaît surtout de R. Rolland son engagement pacifiste lors de la première guerre mondiale, et son prix Nobel de littérature. Martine Ruchat a eu l'occasion de découvrir à la BNF des lettres inédites, écrites par une jeune actrice américaine et des-

tinées à Romain Rolland, ainsi que les réponses de celui-ci: un trésor pour une archiviste comme elle!

Sensations océaniques

Helena (dite Thalie) passera de nombreux mois en Suisse, à différentes reprises, pour se rapprocher de cet écrivain qu'elle admire tant, qu'elle aime.

Elle repartira à New-York, en 1915, puis en 1919; leurs nombreuses lettres par-dessus l'océan expliquent ce titre.

Le ton de ces lettres rythme leurs manières de vivre, dans une époque marquée par la guerre et les traditions. On découvre un Romain Rolland souffreteux, très attaché à sa mère, inquiet, mais qui écrit des mots légers: « Il se peut que ma tendresse de poule effarouchée pour ses petits canards se soit trompée... »

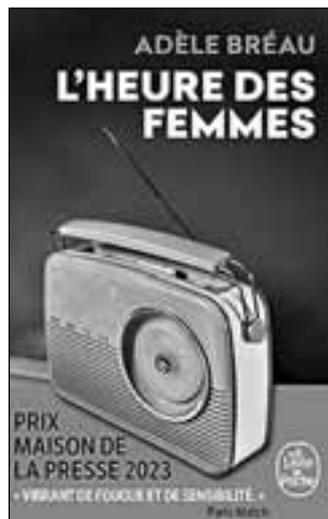
Helena de Kay, ne veut pas seulement aimer cet homme, mais devenir une artiste reconnue. Ce livre est une belle découverte, fort originale.

Annette Zimmermann

Adèle Bréau

L'heure des femmes

Editions Jean-Claude
Lattès, 2023, 432
pages.
Egalement en Livre
de Poche



De 1967 à 1984, une émission de radio sur RTL (Radio-Luxembourg) a bouleversé les mentalités. La journaliste Menie Grégoire donnait la parole aux femmes et discutait sexualité, en direct avec elles. Agendée en début d'après-midi quand

les hommes sont au travail et les enfants à l'école, l'émission était écoutée par des millions de femmes, vous en souvenez-vous?

Sous forme de roman, l'autrice, petite-fille de Menie Grégoire, présente trois niveaux de compréhension de ce fabuleux épisode de la libération des femmes: la biographie de Menie, bourgeoise scandalisant son milieu et féministe convaincue, l'histoire de deux sœurs dont la vie a été changée grâce à l'émission de Menie, et la confession de la narratrice contemporaine qui s'efforce de se sortir de l'emprise d'un amant machiste.

Ainsi, si le vécu des femmes a considérablement évolué, notamment grâce à la prise de parole, les luttes de libération doivent perdurer! Un livre qui donne envie de continuer à se battre, jusqu'à la complète égalité!

Maryelle Budry

LOISIRS AVIVO

Tous les lundis de 14h15 à 15h45

LA CHORALE CHANT'AVIVO

25, rue du Vieux-Billard au rez-de-chaussée

Tous les mardis de 14h à 17h

CLUB DE PÉTANQUE

Boulodrome de la Queue d'Arve

Tous les mardis de 16h à 17h15

REPRISE EN MARS 2025

TAI CHI - Salle en travaux

Tous les mardis de 14h30 à 15h30

PILATES DOUX

Rue Lissignol 8 - 1201 Genève

Tous les mardis de 10h à 11h

YOGA SENIOR

Espace St-Jean, Q. du Seujet 32, 1201 Genève

Inscriptions et informations :

communication@avivo.ch - 022 329 14 28



FESTIVAL BLACK MOVIE

26e édition du festival international de films indépendants du 17 au 26 janvier 2025

Programme complet: Blackmovie.ch

- Cérémonie d'ouverture le jeudi 16 janvier 2025, 20h - Film d'ouverture, en présence de Christina Kitsos, Maire de Genève - [10 invitations](#)
- Cérémonie de clôture le dimanche 26 janvier 2025, 18h - Film de clôture et annonces des lauréats - [10 invitations](#)
- Los lobos del Este Carlos Quintela, Cuba, 2017, 80' - Cinélux

Un vieux bougon japonais, chasseur émérite, est persuadé qu'il reste un dernier loup menaçant un village... Un parcours introspectif, habité par des souvenirs cubains!

Mardi 21 janvier, 16h45

Membres AVIVO 8.-

**Billets et inscriptions au secrétariat
dès le 9 janvier**

OCG stage

Les seniors sont
sur scène!

l'Orchestre
de de Chambre
de Genève

PROJET ZUSAMMEN, INSIEME, ENSEMBLE DE L'ORCHESTRE DE CHAMBRE DE GENÈVE

Un projet pour se rencontrer et raconter
le monde d'aujourd'hui...

Le spectacle ZUSAMMEN, INSIEME, ENSEMBLE explore et permet la cohabitation, l'approche de la différence. A travers les compositions musicales d'Aida Diop et les performances d'expressions corporelles de Loup Lacaille, le spectacle abordera les joies et difficultés à vivre ensemble. Les participants issus de divers horizons apporteront leurs propres expériences.

Ce stage est un projet intergénérationnel unique, mis sur pied par l'OCG et le DIP, invitant des classes d'adolescents de Genève dont une classe en intégration ainsi que des seniors.

ATTENTION : Projet au long cours! Aucune base théâtrale n'est requise, mais la motivation est obligatoire!

Représentations prévues à Genève :

Festival VIVA (La Comédie), le 10 avril 2025

BFM, le 13 mai 2025

Dates des ateliers et stages :

Lundi 6 janvier 13h30 - 15h30 / Lundi 20 janvier
13h30 - 15h30

Puis les mercredis en février et mars, et une semaine de stage résidence (de 2h par jour), début avril

Gratuit
sur inscription au secrétariat

Informations, détails :
communication@avivo.ch

BFM

Place des Volontaires 2

1204 Genève



LES HOMMES VIENNENT DE MARS LES FEMMES DE VENUS

De et par Paul Dewandre

Il s'agit d'un hymne à une meilleure compréhension mutuelle. Loin de défendre de vieux clichés, il s'inscrit totalement dans la lutte pour l'égalité entre femmes et hommes. Son incroyable succès nous prouve que quelles que soient nos singularités culturelles, biologiques ou sexuelles, nous courons tous après la même chose: l'amour!

Dimanche 9 février 2025, 17h

Membres AVIVO 35.-

Inscriptions au secrétariat

Théâtre de l'Espérance
Rue de la Chapelle 8
1207 Genève



ESPÈCES MENACÉES

De Ray Cooney

Cette pièce, d'une rare drôlerie, réunit le génie de Ray Cooney pour la mécanique du vaudeville et le brio de Michel Blanc et Gérard Jugnot qui signent des dialogues hilarants offrant une succession de jeux de mots, de revirements et de réparties cinglantes.

Dimanche 9 février à 16h

Membres AVIVO : 10.-

**Billets et inscriptions au secrétariat
dès le 9 janvier**

Grand Théâtre de Genève
Place Neuve
1204 Genève



SALOMÉ

Opéra de Richard Strauss

Direction musicale:

Jukka-Pekka Saraste et l'OSR

Héroïne sulfureuse, Salomé est une des figures les plus provocantes de l'histoire de l'art et de l'opéra. Sa sensualité trouble séduit son beau-père Hérode, tétrarque de Galilée, qui cède à son caprice d'un sacrifice scandaleux: la tête du prophète Jean le Baptiste.

À la création de l'opéra, à Dresde en 1905, les deux scènes assurent le scandale. La musique de Richard Strauss y ajoute son expressivité hardie, qu'enrichit encore un chatoisement orchestral tantôt orientaliste, tantôt orgiaque.

Dimanche 2 février 2024, 15h

Membres AVIVO 15.-

**Billets et inscriptions au secrétariat
dès le 13 janvier**

Salle de la Madeleine
Rue de la Madeleine 10
1204 Genève



VAGUE À L'ÂME

Par la Cie Saudade

Mise en scène Philippe Cohen

Une romance musicale qui se résume ainsi: A 50 berges, tu tires le bilan, tu essayes de sortir de la routine, tu lances tes derniers rêves... Le couple est-il une fête ou une punition?

Judi 30 janvier 2025, 14h30

Membres AVIVO 10.-

**Billets et inscriptions au secrétariat
dès le 13 janvier**

Victoria Hall
14, rue du Général Dufour,
1204 Genève



© Ville de Genève

CONCERT DU DIMANCHE LE CONTE DE CENDRILLON

Orchestre de l'Odysée Frank Martin

Direction Zoé Zeniodi

Voilà une pièce qui, dans un contexte plus favorable (elle est créée en 1942), aurait rencontré un tout autre succès tant elle s'adresse à la fois à l'enfant et à l'adulte.

Avec la palette sonore de son langage lentement mûré, Frank Martin y fait apparaître les dimensions les plus contradictoires du conte, la drôlerie et la cruauté propres à l'univers des frères Grimm. Entre humour et sérieux, la pièce est finalement surtout initiatique.

Dimanche 16 mars 2025, 17h00

Membres AVIVO : 8.-

**Sur inscriptions au secrétariat
dès le 6 janvier jusqu'au 31 janvier**

BFM
Place des Volontaires 2
1204 Genève



FLEUVE

Orchestre de Chambre de Genève

Direction Raphaël Merlin

Œuvres de Bargiel, Robert et Clara Schumann

Si la musique de Robert Schumann exprime le romantisme le plus éclatant, son histoire avec Clara Wieck, devenue finalement Schumann en 1840 après quatre ans d'une liaison empêchée, relève de l'histoire d'amour romantique par excellence. L'instrument à la voix chaleureuse résonnera sous l'archet ample et généreux de Christian-Pierre La Marca, et Audrey Vigoureux lui répondra au piano dans la Romanze, le mouvement lent du concerto de Clara.

Mardi 14 janvier, 20h00

Membres AVIVO, cat. B, 21.-

Sur inscriptions au secrétariat

Le Panel des seniors, suite...

Dans un précédent numéro d'Espaces, nous avons signalé la démarche nouvelle et participative intitulée «Le Panel des Seniors» du Département de la cohésion sociale de l'Etat de Genève. Les résultats du premier questionnaire sont publiés. Cette initiative a intéressé un peu plus de 4600 personnes parmi les 90'000 seniors de 60 ans et plus retraité·e·s sur le territoire genevois.

Le questionnaire visait à évaluer la qualité de vie des seniors et à mieux comprendre leurs besoins dans le cadre d'une politique adaptée au vieillissement. Les résultats sont donc présentés dans un rapport de 57 pages. L'analyse est certes exhaustive, mais n'est pas attrayante. On peut regretter qu'une version abrégée et synthétique ne soit pas disponible.

Représentativité

Par ailleurs, il faut garder à l'esprit que les 65-74 ans sont surreprésentés, ainsi que les universitaires et les personnes avec une certaine aisance matérielle. Et inversement sont sous-représentées les personnes de 75 ans et plus et celles qui disposent d'un bas revenu, à l'aune genevoise. Cela dit, en résumé, les répondants apprécient Genève, sa vie sociale et culturelle, ses loisirs et ses transports.

Des critiques

Des critiques émergent à propos du logement (66% d'avis positifs), les prestations sociales (55%) et surtout le pouvoir d'achat (51%). Autrement dit l'aisance financière influence fortement l'évaluation globale: plus elle est élevée, meilleure est la perception de la qualité de vie. Ce n'est pas une surprise.

Relations sociales

Les relations sociales se concentrent principalement sur les échanges téléphoniques avec la famille et les amis, tandis que les contacts en présence sont moins fréquents. Les seniors vivant seuls ou en EMS ont moins d'interactions sociales.

Loisirs

Concernant les loisirs, les promenades sont courantes (75% hebdomadaires). Près de 50% fréquentent régulièrement cafés ou restaurants; mais les sorties culturelles restent limitées: environ un quart ne va jamais au cinéma, à des concerts ou à des spectacles. C'est un point pour le moins préoccupant.

Santé

En matière de santé, 70% des répondants jugent leur état général bon ou très bon, bien que cette perception diminue avec l'âge. Plus de la moitié déclare avoir des problèmes chroniques de



© Halfpoint

santé. Par ailleurs, 11% bénéficient d'une aide à domicile, principalement pour le ménage ou les soins médicaux, et 22% reçoivent un soutien informel de leur entourage. En parallèle, 36% des seniors apportent eux-mêmes une aide à des proches ayant des problèmes de santé. Ce dernier point confirme une nouvelle fois l'apport considérable des retraité·e·s en ce domaine.

Nouvelles technologies

L'utilisation des technologies est largement répandue: 96% possèdent un téléphone portable et 62% une tablette. L'usage d'internet est fréquent pour les courriels et la recherche d'informations (90%), mais diminue pour les réseaux sociaux (50%). Enfin, la majorité des répondants vivent dans des appartements spacieux ou des maisons individuelles, influençant positivement leur qualité de vie.

Approfondissements nécessaires

Cette enquête met en lumière ce qui va bien pour les seniors. Mais il y a des silences dans cette enquête qui nécessitent des approfondissements. On se souvient de la pauvreté qui a émergé à Genève à l'occasion du COVID. Sans doute, dans les 85'000 personnes qui n'ont pas répondu, nous devrions compter nombre de retraité·e·s qui ne connaissent pas leurs droits, qui sont perdu·e·s par les dédales bureaucratiques, et qui sont plus ou moins en marge socialement.

C'est pour ces personnes que doit s'élaborer une politique sociale revisitée. Il est important que les membres de l'AVIVO prennent la parole et participent aux suites prévues de ce panel.

Ulrich Jotterand

Le site: <https://www.seniors-ge.ch>

Offensive contre l'aide à la presse

Disposer de son journal ou de sa feuille d'informations est essentiel pour la vie d'une association. Il s'agit d'un espace de débat qui poursuit et approfondit les discussions menées durant les assemblées générales ou les autres événements qui ponctuent la vie d'une organisation. Leur diffusion auprès des membres demande d'importants moyens. La Confédération soutient cette diffusion en participant aux frais d'envoi lorsque celui-ci se fait par la Poste. Pour notre journal, cette aide est significative.



© Industrieblick

Depuis quelques semaines, le budget de la Confédération fait l'objet d'une offensive redoublée. La Conseillère fédérale Karin Keller Sutter et le Conseil fédéral veulent économiser 4 milliards de francs. Elle a chargé une commission d'«experts», présidée par Serge Gaillard, pour lui dire où couper.

Le Parlement veut museler les associations

La majorité parlementaire a devancé encore le projet anti-social du Gouvernement. Elle

se sert du rapport de cette commission comme d'une feuille de route. Elle a sabré dans le budget dès 2025, notamment dans le personnel de la Confédération et la coopération internationale, tandis qu'elle a voté une hausse du budget militaire.

L'objectif de cette majorité était également de supprimer l'aide à la diffusion des journaux des associations. L'AVIVO Genève serait impactée tout comme notamment l'ASLOCA et

les syndicats. Dans le cadre d'un examen plus approfondi de cette mesure au Conseil des Etats, des membres de la majorité ont manifestement constaté que seraient également perdants les journaux du lobby des agriculteurs et des automobilistes. Le Conseil des Etats a donc décidé de maintenir ce soutien. La décision finale n'est cependant pas prise. Le Conseil national se prononcera à nouveau sans doute en mars 2025.

Christian Dandrès

11

Indexation des rentes AVS/AI

Les rentes AVS/AI seront adaptées à l'évolution des prix et des salaires: elles seront relevées de 2,9% au 1^{er} janvier 2025. Le Conseil fédéral a pris cette décision sur la base de l'indice mixte prévu par la loi lors de sa séance du 28 août 2024.

Parallèlement, des adaptations seront apportées dans le domaine des cotisations, pour les prestations complémentaires, pour les prestations transitoires et dans la prévoyance professionnelle obligatoire.

Le montant de la rente minimale AVS/AI passera de 1'225 à 1'260 francs par mois, et celui de la rente maximale de 2'450 à 2'520 francs (pour une durée de cotisation complète).

Le montant de la cotisation minimale AVS/AI/APG pour les indépendants et les personnes sans activité lucrative passera de 514 à 530 francs par an, et celui de la cotisation minimale dans l'AVS/AI facultative de 980 à 1'010 francs.

La 13^e rente AVS en décembre 2026

La 13^e rente AVS devrait être versée une fois par an, en décembre, à partir de 2026. Elle sera financée par un relèvement de la taxe sur la valeur ajoutée de 0,7 point de pourcentage, afin que le Fonds de compensation de l'AVS reste en équilibre jusqu'en 2030.

Lors de sa séance du 16 octobre 2024, le Conseil fédéral a adopté et soumis au Parlement le message concernant la mise en œuvre et le financement de l'initiative pour une 13^e rente AVS.

L'initiative populaire « Mieux vivre à la retraite (initiative pour une 13^e rente AVS) » a été acceptée lors de la votation populaire du 3 mars 2024. Dans son message, le Conseil fédéral soumet au Parlement à la fois une proposition de mise en œuvre de la 13^e rente de vieillesse et une proposition de financement.

Une belle journée à la foire aux oignons de Berne

Nous avons rejoint la capitale en autocar pour nous rendre à la célèbre foire aux oignons de Berne, accompagnés d'un temps magnifique. La Zibelemärit est une fête traditionnelle incontournable qui se tient chaque année le quatrième lundi de novembre. Notre président, Ueli Leuenberger, avait prévu la remise à chacun d'un petit document enrichissant sur l'histoire de Berne, sa culture et les origines de cette fête emblématique, parfait pour nous plonger dans l'ambiance.

Dès notre arrivée, nous avons été enveloppés par une atmosphère chaleureuse et animée. La ville était bondée de visiteurs venus profiter de cet événement unique. En chemin vers la foire, située au cœur de la ville, nous avons longé des lieux emblématiques comme le Palais fédéral, siège du gouvernement suisse, et la Zytglogge, célèbre tour médiévale. Chaque heure, celle-ci attire les foules avec son spectacle fascinant: des automates représentant des personnages historiques et mythiques s'animent sous les regards impatients des visiteurs, appareils photo en main, prêts à immortaliser ce moment magique.

Sur les stands, les tresses d'oignons magnifiquement tissées côtoyaient des spécialités locales,



de l'artisanat, des friandises et bien sûr le vin chaud, ou Glühwein, qui réchauffait les mains et les cœurs. L'ambiance était joyeuse: éclats de rire et confettis multicolores animaient les rues, où il était agréable de flâner et de découvrir des trésors. Après un déjeuner au restaurant Goldener Schlüssel (clef d'or), nous avons poursuivi notre journée par une visite de la majestueuse cathédrale de Berne et un détour incontournable par la fosse aux ours, symbole de la ville.

Sur le chemin du retour, dans l'autocar, les discussions allaient bon train. Chacun partageait ses trouvailles et ses coups de cœur, concluant cette escapade festive et culturelle dans une ambiance conviviale et pleine de beaux souvenirs.

Ana Di Leonardo-Roig

Les voyages et excursions de l'AVIVO continuent de plus belle!

Contrairement à des rumeurs, l'AVIVO Genève ne cesse pas d'organiser ses voyages et excursions. Bien au contraire!

Malgré l'absence temporaire de la responsable du secteur pour raison de santé, nous avons tout mis en œuvre pour maintenir les activités prévues et préparer une offre enrichie pour 2025.

Nouveauté: en plus des voyages en car traditionnels, de nouvelles destinations ainsi que des excursions et séjours utilisant le train seront proposés.

Cette formule répondra aux besoins des membres disposant d'abonnements demi-tarif ou général CFF. Découvrez-les progressivement sur notre site et dans notre journal. Restez connecté·e·s!

Ueli Leuenberger, président

Jeudi 30 janvier 2025

FOIRE DE LA SAINT OURS

Rendez-vous 7h15 gare routière

Départ de Genève via le tunnel du Mont-Blanc

Arrêt café libre à Courmayeur

Continuation du voyage pour Aoste où vous attend un service de 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.

Repas de midi libre sur place

Retour direct sur Genève, en fin d'après-midi. Arrivée à la gare Cornavin en début de soirée

Membre AVIVO	CHF	55.-
Non membre	CHF	65.-

Inscriptions au secrétariat



© Flavio Suffredini

Samedi 1^{er} février 2025

TRAIN FONDUE VERS LE FESTIVAL INTERNATIONAL DES BALLONS

Rendez-vous à 6h15

Départ de Genève direction Bulle

8h20 embarquement à bord du Train-Rétro pour une découverte hors du temps durant le trajet bucolique Bulle-Château d'Oex.

9h50 Arrivée à Château d'Oex, prendre la rue principale du village pour descendre sur le site du Festival International des Ballons (entrée incluse), à 10' de marche. **La capitale de la montgolfière, vous invite à une expérience unique** dans les Alpes suisses!

Un programme soutenu de démonstrations et autres compétitions est proposé au public, à retrouver en détail sur le site www.festivaldeballons.ch. Des hangars chauffés sont aussi aménagés pour le public.

12h15 Retour au train

12h30 Dégustation de la fondue à bord du Train Rétro. Retour de votre excursion tout en douceur en sillonnant la Gruyère et le Pays-d'Enhaut à bord de ce fabuleux train d'époque, tout en savourant la traditionnelle fondue moitié-moitié (boissons non incluses), ainsi que le célèbre dessert gruérien, la meringue à la double crème...

Arrivée du train à Bulle prévue à 14h35

Reprise de votre autocar et retour direct à Genève, gare Cornavin en fin d'après-midi.

Membre AVIVO	CHF	155.-
Non membre	CHF	165.-

Inscriptions au secrétariat



© Sarah Darfnyell

Jeudi 30 janvier 2025

CARNAVAL VÉNITIEN D'ANNECY

Rendez-vous à 8h00 - Départ de Genève direction Annecy

Avec les canaux qui parcourent son cœur historique, Annecy est surnommée la Venise des Alpes. Cette appellation est renforcée quand arrive le week-end du Carnaval Vénitien.

Plusieurs centaines de masques déambulent lentement et librement dans les rues du Vieil Annecy, posent, paradent, se regroupent sur le podium des Jardins de l'Europe.

Sur place, temps libre et repas de midi libre

Reprise de votre autocar pour retour direct à Genève

Arrivée à la Gare Cornavin en fin de journée

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

Inscriptions au secrétariat



© Alix Grados

Vendredi 14 février 2025

MALAKOFFS DE LA SAINT-VALENTIN À LUINS



© Alex

Rendez-vous à 10h30

Départ de Genève direction Luins, par la jolie route du lac.

Arrivée à l'auberge pour le repas de midi et déguster les célèbres Malakoffs.

L'établissement est idéalement situé au cœur du vignoble, et permet de vivre un moment convivial et exceptionnel en pleine campagne.

Au menu:

Malakoffs à gogo avec salade maison

Tartelette au citron

1 dl de vin, eau minérale, café ou thé

Après le repas, retour tranquille vers Genève à travers les vignes

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

Membre AVIVO	Frs	85.-
Non membre	Frs	105.-

Inscriptions au secrétariat



Le jeudi 16 janvier à 12h

**LE SOLEIL DU LIBAN
DANS VOTRE ASSIETTE**

Rendez-vous au restaurant libanais
Les 3 Phéniciens - Rue des Grottes 13,
1201 Genève

LA CUISINE LIBANAISE EST CELLE DU
SOLEIL, ELLE MARIE LA RICHESSE DES
PRODUITS DE LA MER ET DE LA TERRE
MÉDITERRANÉENNE.

Votre menu hors boissons

*Belle assiette traditionnelle
de dégustation de mezzés
libanais*

*Crêpes farcies à la crème et
à la pistache*

**Membre AVIVO CHF 35.-
Non membre CHF 42.-**

**Inscriptions obligatoires au secrétariat
de l'AVIVO 022 329 14 28**



Le jeudi 23 janvier 2025 à 12h

**ESCAPE GUSTATIVE
AU PORTUGAL**

Rendez-vous au Restaurant
Le Portugais - Bd du Pont-d'Arve 59,
1205 Genève

FERNANDO, CHEF DU PREMIER
RESTAURANT PORTUGAIS DE GENÈVE,
VOUS PROPOSE UN MENU TYPIQUEMENT
MÉDITERRANÉEN.

Votre menu hors boissons

Croquettes de Morue

*Filet de poisson (selon arrivage) grillé
à l'huile extra vierge du Portugal*

Pommes en robe et légumes

Desserts au choix

**Membre AVIVO CHF 48.-
Non membre CHF 55.-**

**Inscriptions obligatoires au secrétariat
de l'AVIVO 022 329 14 28**

A l'Horizon 2025, toute l'équipe de l'AVIVO
vous souhaite de tout cœur une belle et heureuse année
et fait appel à vos dons pour financer ses activités
en faveur des seniors.



**« Créer du lien social a un coût, mais...
ce qui est précieux n'a pas de prix ».**



Un immense **MERCI** pour votre
soutien et votre solidarité.

par **IBAN**

CH90 8080 8009 8140 7950 5



Notre équipe est à votre disposition pour votre déclaration d'impôts en 2025 (année fiscale 2024)

**Prenez rendez-vous dès le lundi 27 janvier 2025
au 022 322 13 95 (de 9h à 12h et de 13h30
à 16h) ou passez dans nos locaux**
SVP Mentionnez votre (vos) n° de membre et précisez
si vous avez des biens immobiliers

**Aide-mémoire des documents (justificatifs) obligatoires à prendre
avec vous le jour de votre rendez-vous:**

- A Page avec identifiants 2024 + codes (enveloppe complète de l'AFC)
- B Copie de la taxation fiscale 2023
- C Copie de votre déclaration 2023
- D Extraits des comptes bancaires/postaux au 31.12.2024 avec mention des intérêts bruts
- E Pour les actions/obligations, un relevé fiscal au 31.12.2024 (à demander à votre Banque)

Pour les Revenus 2024 qui vous concernent, organisez vos documents dans l'ordre suivant:

- 1 Attestation des rentes AVS perçues
- 2 Attestation des rentes 2ème pilier perçues
- 3 Attestation des prestations complémentaires du SPC ou rente-pont
- 4 Attestation des prestations de la Ville de Genève
- 5 Attestation des rentes viagères perçues
- 6 Attestations des rentes étrangères perçues
- 7 Attestation rente d'impotent
- 8 Attestation des allocations de logement perçues
- 9 Attestations des subsides d'assurance maladie perçus
- 10 Attestation des pensions alimentaires perçues
- 11 Attestation de salaire et/ou chômage

Pour les déductions 2024 qui vous concernent, organisez les documents dans l'ordre suivant:

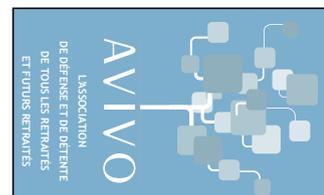
- 12 Attestation fiscale d'assurance maladie et accidents avec primes et frais médicaux (à demander à votre caisse maladie)
- 13 Certificat médical (pour personne diabétique, dialysée ou avec maladie coeliaque)
- 14 Attestations des dons effectués
- 15 Justificatif des assurances-vie et/ou 3ème pilier a et/ou rente viagère avec primes payées et valeur de rachat éventuel au 31.12.2024
- 16 Attestation de dettes au 31.12.2024 avec intérêts payés
- 17 Attestation des pensions alimentaires versées ou jugement divorce
- 18 Gain de loterie - PMU

**Impôts par correspondance (enveloppe à envoyer à l'AVIVO)
adresse: Case Postale 155 / 1211 Genève 8**

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, il est obligatoire de mentionner dans la page de vos identifiants **pour vous et chaque membres de votre famille:**

- date de naissance; état civil; nationalité(s); profession(s) exercée(s) et **numéro de téléphone (impératif pour vous contacter)**

**JAB - CH - 1211 Genève 8
PP / Journal**



AVIS À TOUS NOS MEMBRES

Office social: Tél. 022 329 13 60 touche 1
infosociale@avivo.ch
Loisirs, administration, journal: Tél. 022 329 14 28 touche 2
Cours informatique: Tél. 022 329 14 28 touche 3
Comptabilité: Tél. 022 329 14 28 touche 4
accueil@avivo.ch / [site internet: www.avivo.ch](http://site.internet:www.avivo.ch)
25, Vieux-Billard / Tram 15 arrêt Cirque / Bus 1 : arrêt Cirque / Bus 2, 19
arrêts Cirque ou Bains / Bus 91 : arrêt Village-Suisse

16

espaces - janvier 2025