

# ESPACES

JOURNAL DE L'AVIVO GENÈVE | CRÉÉ EN 1984

N° 4 | AVRIL 2026 | 42<sup>e</sup> ANNÉE

**3 SUISSE**  
La désespérante  
crise du logement

**4 À LIRE**  
Un roman, un essai  
et un «manuel»

**5 AVIVO**  
Une nouvelle collaboratrice  
à l'Office social

**7 CRÉATIVITÉ**  
Gerda Ferrari, une  
vie engagée

**12 RUBRIQUE**  
Le cerveau, un «muscle»  
à entraîner

## L'AVIVO dit NON à la réduction de l'aide sociale!

Dès ce mois de mars 2026, les personnes à l'aide sociale reçoivent 50 francs de moins par mois à la suite d'une décision du Conseil d'Etat genevois «pour faire des économies». L'AVIVO est choquée par cette décision inique, qui s'en prend aux personnes les plus démunies et les plus précaires, alors même que le Conseil d'Etat, qui a considérablement fait baisser les impôts des plus riches contribuables fin 2024, avait assuré qu'il n'y aurait pas de baisses de prestations pour la population. A peine une année plus tard, les belles promesses volent en éclats au détriment des personnes qui connaissent déjà des difficultés considérables pour boucler leurs fins de mois.



De gauche à droite: Sylvain Thévoz (PS), Jérôme Chapuis (Syndicat SIT), Guillaume Thion (Délégué syndical HG), Alain Bolle (CSP), Pierre Eckert (Les Verts), Jocelyne Haller (AvenirSocial), Roger Deneys (AVIVO). DR

ROGER DENEYS

Ce qui est également choquant, c'est que la mesure en question est censée permettre une «économie» de 12 millions de francs par an... On croit rêver! Alors que les impôts des plus riches contribuables baissent de plusieurs milliers de francs et entraînent une perte de recettes fiscales cantonales de l'ordre de 400 millions de francs par an, voilà que le Conseil d'Etat veut sauver son budget en s'en prenant

aux plus faibles... sans même demander quelques milliers de francs – ou même 600 francs... – de plus aux contribuables les plus aisés. Rien. Aucune solidarité. Aucun effort. A Genève, le Conseil d'Etat à majorité de droite invente le ruissellement à l'envers: c'est aux pauvres de payer les cadeaux aux plus riches!

Si cette diminution de l'aide sociale ne touche pas directement les retraités, il faut néanmoins rappeler que de nombreuses personnes perdent

leur emploi dès l'âge de 50 ans et n'en retrouvent plus, ou difficilement, entraînant de fait une baisse considérable et rapide de leur niveau de vie, avec des allocations de chômage qui s'élèvent à 80% ou même à 70% du dernier salaire: qui, à Genève, dispose réellement d'une marge de manœuvre financière de l'ordre de 20% ou 30% de son dernier salaire?

Les personnes de plus de 50 ans qui ne retrouvent pas d'emploi sont encore précarisées davantage à la fin de leur délai-cadre car après avoir

dépensé toutes leurs économies – y compris leur éventuel 3<sup>e</sup> pilier – elles basculent dans l'aide sociale. Or ces personnes sont dans une période de vie active, avec des enfants et parfois des petits-enfants qu'elles aident ou accompagnent: précariser ces personnes revient à les exclure encore davantage, à réduire les liens familiaux et sociaux, les sorties, les rencontres avec les amis. C'est la marche accélérée vers l'exclusion et souvent l'endettement.

Le comité de l'AVIVO s'est ainsi associé à la pétition «Non

à une baisse de prestations de l'aide sociale», qui a été déposée lundi 16 mars au Grand Conseil genevois et qui demande que le Conseil d'Etat revienne immédiatement sur sa décision et rétablisse ce montant de 50 francs par mois pour les personnes à l'aide sociale.

La précarité dans le Canton de Genève, en Suisse, l'un des pays les plus riches de la planète, n'est pas admissible et l'AVIVO se battra toujours pour que les droits des plus faibles et des plus précaires soient défendus. ■



RENÉ-SIMON MEYER  
PRÉSIDENT  
«AD INTERIM»

### ÉDITORIAL

## Consolider et pérenniser l'AVIVO

Le 23 avril aura lieu notre assemblée générale ordinaire. C'est à cette occasion que nous présenterons le travail important accompli pour consolider et pérenniser l'AVIVO. Grâce à l'aide d'une fondation de la place, les comptes 2025 déficitaires sont bouclés positivement. Pour cela, il a aussi fallu prendre des décisions difficiles et couper dans nos charges tout en assurant nos prestations et en poursuivant nos activités.

Ce travail va se poursuivre cette année, afin de fonctionner avec les ressources provenant des cotisations versées par les membres

et des subventions, principalement de la ville de Genève et aussi du canton. Je crois fermement que nous parviendrons à assainir la situation financière de notre association.

Par ailleurs, nous avons entrepris un travail sur notre gouvernance à une cadence très élevée. Lors de l'assemblée générale du 23 avril, seront présentées les mesures adoptées par le comité au sujet du contrôle financier interne dont le seul objectif est de garantir un suivi financier rigoureux, afin que les problèmes rencontrés appartiennent désormais au passé.

Actuellement, la commission gouvernance travaille sur l'organisation de l'association. La réflexion en cours vise à améliorer le fonctionnement de l'association, à formaliser les responsabilités du comité, à clarifier les processus de prise de décision, à définir nos priorités et à mieux prendre en compte les besoins et intérêts de nos membres. Ces travaux seront présentés le 23 avril. Ils devraient aboutir à une proposition de révision de nos

statuts qui sera soumise à une AG extraordinaire en octobre 2026.

Mon mandat de président «ad intérim» prendra fin à l'AG du 23 avril. Laurence Corpataux, membre du comité et du bureau, a déposé sa candidature à la présidence. J'espère que vous serez nombreux à participer à notre AG et à l'élire à la présidence.

Fidèle à nos origines et à nos valeurs, l'AVIVO défilera le 1<sup>er</sup> mai comme chaque année. Nous mettrons des vélos-taxis à disposition pour faciliter la participation au cortège, même si la mobilité est malheureusement altérée. L'âme de l'AVIVO reste la même, qu'on se le dise!

Retrouvons-nous le 1<sup>er</sup> mai à 13h à l'angle du boulevard James-Fazy et de la rue Argand. Pour des raisons économiques, nous avons renoncé à tenir un stand au Parc des Bastions. Rassemblons-nous et marchons ensemble pour un avenir plus solidaire et plus juste pour toutes les générations! ■



Le comité de l'AVIVO Genève invite tous les membres

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE STATUTAIRE ANNUELLE DE L'AVIVO GENÈVE

**Jeudi 23 avril 2026 à 14h30**

Salle du Palladium  
3B, rue du Stand – Tram 14 / Bus 80, arrêt Palladium  
Accès à la salle dès 13h45

## VOTRE COTISATION FAIT VIVRE L'AVIVO

Derrière chaque cotisation, il y a bien plus qu'un montant: il y a un soutien concret à la vie de l'AVIVO Genève, à ses actions de défense des droits, à son office social et à tous les services et activités proposés tout au long de l'année.

Si votre cotisation n'a pas encore été réglée, nous vous remercions d'y penser. Par votre fidélité, vous contribuez directement à faire vivre une association proche de ses membres, utile et engagée. Merci pour votre confiance et votre soutien.

### STAND

## L'AVIVO à la rencontre des habitants aux Charmilles

**A**fin de renforcer la présence de notre association dans le quartier des Charmilles, de mieux faire connaître nos permanences impôts, ainsi que l'ensemble de nos activités, nous organisons désormais un stand par mois au centre commercial de Planète Charmilles.

Ces rendez-vous sont des moments précieux. Ils nous permettent de rencontrer les habitantes et habitants du quartier, de créer du lien, de présenter les services de l'AVIVO et d'accroître notre nombre de membres. Ils contribuent aussi à rendre notre association plus visible et plus proche des réalités du terrain.

Un premier stand s'est tenu le vendredi 20 février. Nous remercions chaleureusement Jacques M. pour son aide

précieuse lors de ce moment important. Nous invitons toutes les personnes qui le souhaitent à venir nous soutenir.

Comme bénévole, vous pouvez participer activement au stand, ou simplement passer nous rencontrer et échanger quelques instants.

Horaire des stands: de 14h à 16h  
Rendez-vous à l'AVIVO à 13h45

#### Prochaines dates:

Jeudi 30 avril: rez supérieur, devant la Poste Suisse

Vendredi 5 juin: rez supérieur, devant C&A

Votre participation est essentielle à la vie de notre association, nous comptons vivement sur vous!

Vous pouvez nous contacter par courriel: [evenements@avivo.ch](mailto:evenements@avivo.ch) ■



Le stand de l'AVIVO vous attend.

CRÉDIT

### INFORMATIQUE

## Atelier sur la sécurité en ligne

Internet offre de nombreuses possibilités, mais il est important de connaître les bons réflexes pour éviter les arnaques et protéger ses informations personnelles. Le service informatique de l'AVIVO propose un atelier pratique sur la sécurité en ligne. Dans une ambiance conviviale, les participants découvriront comment sécuriser leurs comptes, reconnaître les messages frauduleux et utiliser Internet avec plus de confiance.

**Mardi 28 avril 2026, de 13h30 à 15h30**

Places limitées à 10 participants. Inscription obligatoire au 022 329 14 28 (service informatique).

078 202 38 22, [avivo-informatique@avivo.ch](mailto:avivo-informatique@avivo.ch)

### L'AVIVO VOUS INFORME

## Fermeture des bureaux

Les bureaux de l'AVIVO seront fermés:

Le vendredi 3 et le lundi 6 avril pour les congés de Pâques.

Le jeudi 23 avril toute la journée pour l'assemblée générale de l'association.

Le 1<sup>er</sup> mai toute la journée pour la fête du travail.

### IMAD

## Le guide pour un vieillissement en santé

**L'**IMAD nous informe que le guide ci-contre est toujours disponible pour les seniors. Pour rappel, ce document résulte d'une recherche de l'IMAD en collaboration notamment avec les HUG, la Haute école de santé de Genève et la plateforme du Réseau seniors Genève.

Bonne nouvelle: le document, dans sa version courte est désormais aussi disponible en anglais, espagnol, italien et portugais. En français, deux guides sont disponibles pour les seniors, l'un en version courte et l'autre en version détaillée. La quantité et la qualité de l'information en font un document très utile pour tout senior habitant à Genève.

Le guide est gratuit. Il peut être téléchargé en ligne ou commandé pour pouvoir en disposer en version imprimée. Il suffit d'utiliser le code QR ci-contre ou d'aller sur le site: [www.imad-ge.ch](http://www.imad-ge.ch)

Vous cliquez sur le menu «seniors» et vous trouverez les documents précités. Par ailleurs, pour toute demande d'information, vous pouvez contacter par courriel: [info@imad-ge.ch](mailto:info@imad-ge.ch) ou par téléphone au 022 420 20 00. ■

## GUIDE POUR UN VIEILLISSEMENT EN SANTÉ.

UN PARCOURS EN 6 ÉTAPES  
version courte - 2024



Auteurs  
Eleni-Marina Ashikali, Laura Mastromauro, Samuel Perrier, Aude Tholomier,  
Christophe Graf, Irina Ionita, Catherine Ludwig, Catherine Busnel



# Crise du logement

La crise du logement est une réalité partout en Suisse. Elle résulte d'une contradiction. Se loger est un besoin fondamental. Or, la réponse à celui-ci est laissée pour l'essentiel au marché dont les objectifs sont avant tout financiers. Cet intérêt prime et sacrifie le besoin des personnes aux revenus moyens et bas.

CHRISTIAN DANDRÈS

La crise du logement pose la question sociale, démocratique et sanitaire. En effet, les bailleurs décident qui peut accéder aux infrastructures publiques financées par la collectivité et qui peut jouir d'un cadre de vie sain et, plus généralement, qui a droit de cité sur un territoire. Les marchés financiers sont très présents dans le secteur du logement. Les banques, les assurances, les fonds d'investissements et les caisses de pension sont les plus importants bailleurs en Suisse: SWISS LIFE est propriétaire de 35'000 logements, Groupe UBS de 30'550, Groupe PENSIMMO de 13'173, Groupe ZKB - SWISSCANTO de 4'640, la caisse de pension de la Migros de 13'100, celle de l'Etat de Zurich (BVK) de 4'900<sup>1</sup>. A Genève, 41% des bailleurs sont des sociétés<sup>2</sup>.

## Spéculation: mode d'emploi

Ces bailleurs se ruent vers l'immobilier de rendement. 2025 a été l'année de tous les records. Le principal indice boursier immobilier (SXI-Index) a été en hausse de plus de 23,3% par rapport à 2024, tandis que les rendements des fonds immobiliers ont crevé le plafond avec 10,6% (SWIIT). Plus de 9 milliards de francs supplémentaires ont été levés par la finance. Pourtant, l'aggravation

de la pénurie de logements est annoncée pour 2026. Où va l'argent? L'affaire de locataires congédiés au boulevard Carl-Vogt donne la réponse: dans la spéculation. La logique consiste à placer un maximum d'argent en achetant des immeubles locatifs à des prix de plus en plus élevés. Si le rendement diminue temporairement, le nouveau propriétaire se refait en virant les locataires, puis en relouant très cher. Ainsi, les 5 immeubles du boulevard Carl-Vogt avaient été achetés 9 millions de francs en 1999 et revendus 128 millions en 2020. Le nouveau propriétaire a ensuite résilié les baux ou conclu des CDD avec les nouveaux locataires.

Un moyen de justifier les congés consiste à invoquer le besoin de réaliser des travaux. Le Tribunal fédéral a ouvert une brèche. Il admet ce motif de congé, quand bien même les travaux pourraient être réalisés sans le départ définitif des locataires<sup>3</sup>. Ainsi, grâce à une jurisprudence taillée sur mesure, ces bailleurs parviennent à augmenter leurs profits et cela sur un volume plus grand qui correspond au prix surfait d'acquisition des immeubles.

Le droit du bail, en vigueur depuis 1990, est le résultat insatisfaisant des mobilisations des années 1970 et 1980<sup>4</sup>. La principale faiblesse du droit du bail est qu'il laisse au locataire



Genève: des toits magnifiques, mais des loyers qui n'en finissent pas de dérapier.

LEMÉLANGESGENRES

la charge de saisir le juge civil pour concrétiser ses droits. Les juges fédéraux ont par ailleurs taillé en pièce des pans entiers des droits des locataires.

## Mobilisation des locataires

Les propriétaires ont aussi trouvé des parades pour empêcher les locataires d'agir par exemple en contestant les baux à durée déterminée ou l'intervention de tiers comme les «chasseurs d'appartements». Il s'agit de courtiers proches des agences immobilières. Ces courtiers servent en réalité les intérêts des bailleurs en évitant les risques de contestation<sup>5</sup>. Les bailleurs tirent profit de ce système. Une étude commandée par l'ASLOCA montre que les locataires ont versé 78 milliards de francs en trop durant ces 15 dernières années<sup>6</sup>.

Gagner au Parlement fédéral est aujourd'hui impossible. Toutes les propositions faites ont été refusées, même celles pour améliorer la situation du conjoint ou du concubin du locataire<sup>7</sup> ou compléter la formule officielle pour les congés et les hausses de loyers pour éviter que le locataire se trompe<sup>8</sup>.

Plusieurs opérations spéculatives ont conduit à l'éviction de locataires. Elles marquent l'opinion et ont donné lieu à des mouvements de soutien. Ces mobilisations sont l'expression d'une volonté de résistance de certains groupes de locataires. L'AVIVO participe à cette mobilisation en se solidarissant avec ces locataires, en popularisant leurs actions et a minima en soutenant la récolte de signatures en faveur de l'initiative sur les loyers<sup>9</sup>. ■

<sup>1</sup> Données publiées dans le journal de l'ASLOCA *Droit au logement*, n°244, mars 2020, citant l'OFS et les rapports d'activité des entités.

<sup>2</sup> Bernet, Longa, Haerberli, «A qui appartient Genève, état des lieux de la propriété», *Tribune de Genève*, 19 mai 2016

<sup>3</sup> *Le Courrier*, 7 janvier 2025, «Qui arrêtera le Tribunal fédéral», <https://lecourrier.ch/2025/01/07/qui-arretera-le-tribunal-federal>

<sup>4</sup> Pour une histoire du droit du bail, cf. Rohrbach, *L'évolution du droit du bail en Suisse de 1911 à nos jours*, Office fédéral du logement (OFL), mai 2014.

<sup>5</sup> Pour réguler le courtage et mettre fin à ces pratiques cf. initiative 22.446

<sup>6</sup> Schärer, Höglinger, Geber, Büro für Arbeits- und sozialpolitische Studien BASS AG, *Entwicklung und Renditen auf dem Mietwohnungsmarkt 2006-2021*, février 2022

<sup>7</sup> Initiatives 20.449 et 20.450

<sup>8</sup> Motion 20.4518

<sup>9</sup> <https://initiative-loyers.ch>

## EXPOSITION

# Cafés genevois: la vie même

A la Bibliothèque de Genève, deux fonds d'archives témoignent des bistrotts de la décennie 1975-1985: celui du poète et chroniqueur Georges Haldas (1917-2010) et celui de la photographe Dany Gignoux (1944-2025).

MARYELLE BUDRY

Deux personnalités genevoises fortes, qui ne se sont probablement jamais rencontrées, deux générations, aux modes d'expression différents, mais sensibles à la vie telle qu'elle se donne à voir dans le quotidien populaire, aimant les gens simples et authentiques. La petite

exposition au premier étage du bâtiment nous montre quelques belles photographies de bistrotts de Carouge et de Plainpalais de Gignoux, ainsi que les petits carnets de notes et les pages manuscrites, puis dactylographiées et imprimées, et encore retravaillées d'Haldas. C'est tout simple, et vite vu, mais cela suscite beaucoup d'émotion nostalgique.

On y déguste des extraits de «La Légende des cafés» (L'âge d'homme, 1976) pas piqués des vers:

- «Les gens qui sortent de la messe emplissent le café d'une rumeur assourdissante (...) qui provoque un malaise parmi les habitués. Ces cons-là, me dit la grosse serveuse Olga qui les regarde de ses petits yeux de batracien derrière les lunettes, je ne peux pas les voir. Vivement qu'ils se tirent!»

- «Devant l'ancienne Halle aux poissons, j'allais prendre un verre. Comme ça. Pour rien. Pour voir les autres. Sentir la vie passer. Voyeur des gens du peuple? (...) Et après? S'il n'y a rien de plus antipoétique et par conséquent de moins vivant qu'une assemblée de professeurs, de magistrats, de juristes, de théologiens, et surtout, ô horreur, de gens de lettres, rien de plus poétique en revanche et par conséquent de plus roboratif et de vivant qu'un groupe de maraîchers, d'ouvriers du bâtiment, de facteurs, de paysans.» ■

Cafés genevois: la vie même, du 16 mars au 17 octobre, à la Bibliothèque de Genève, Uni-Bastions. Photos de Dany Gignoux et textes de Georges Haldas  
<https://www.bge-geneve.ch/agenda/cafes-genevois-la-vie-meme/18296001>



## Des hommes qui se libèrent Vieillir, oui, mais vieillir bien!

Alors que les réseaux masculinistes se montrent toujours plus agressifs, ciblant même les petits garçons, la sociologue et chercheuse genevoise Laurence Bachmann part en Californie pour enquêter sur les hommes qui veulent se libérer de l'emprise du patriarcat dans leur vie.

MARYELLE BUDRY

Certes, il existe aussi des hommes voulant se changer et changer la société en Europe. A Genève même, le compagnon de Laurence en est la preuve. Mais la baie de San Francisco offre un environnement particulièrement favorable à la déconstruction sexiste, entre son ouverture aux diverses écoles de développement personnel, sa politique de mixité sociale, ses universités progressistes avec leurs facultés d'études de genre. La professeure de la HES-SO a procédé à des interviews en profondeur d'«hommes concernés» et engagés dans un processus de conscientisation de l'emprise de leur éducation genrée, puis de déconstruction de leur masculinité et enfin de reconstruction d'une identité forte et libre de toute assignation.

Ces hommes, mal à l'aise dans le modèle masculin dès leur enfance, ont dû d'abord traverser des périodes très difficiles de railleries et de rejets. S'ils s'en sont sortis, c'est généralement grâce à un travail



psychologique sur eux-mêmes, individuel puis en groupes de conscience et de paroles. Souvent des études en sociologie ou en sciences sociales les aident à se battre intellectuellement. Reste alors à s'engager politiquement pour changer la société! Le travail est donc immense et commence par soi-même. Avant le grand bouleversement, les hommes libérés des normes du genre peuvent être des acteurs de premiers changements, par leur «activisme inspirationnel». Par exemple en restant au foyer pour s'occuper des bébés, y trouver du plaisir, et à le montrer et ainsi à goûter à un nouveau pouvoir d'attraction! Cet ouvrage offre ainsi aux hommes des pistes concrètes pour se réinventer.

Un peu d'espoir et de douceur dans un monde tourmenté. ■

**Laurence Bachmann**  
*Des hommes concernés - Enquête sur des trajectoires de déconstruction*  
Epistémé, Lausanne, 2025.

M.L. Zimmermann Asta, physicienne et docteure en sciences de l'éducation, publie un nouvel opus pour adultes curieux d'eux-mêmes.

GÉRALDINE FREEMAN-RODRIGUEZ

Ce petit ouvrage interactif propose aux personnes vieillissantes de s'approprier des ressources pour mieux vivre. Ces outils, basés sur la gestion mentale, aident à résoudre ces problèmes du quotidien qui peuvent devenir pesants: comment conserver mon autonomie? Que faire pour me rappeler où j'ai posé ces satanées clés, ne plus égarer mes lunettes ou savoir si j'ai pris LE médicament à telle heure ou encore recevoir de l'aide au bon moment?

L'autrice rédige des petits portraits vivants et joliment illustrés par Olivier Koulisher, témoignant des efforts et péripéties vécues par des proches, amis, voisins ou membres de la famille, de leur quête de liberté et d'indépendance malgré le grand âge ou parfois de leurs échecs devant le vieillissement. Ainsi qui ne connaît pas une Rose, mamie à chats passionnée par les livres et ivre d'indépendance, qui voudrait qu'on s'occupe d'elle ponctuellement, sans pourtant l'entraver dans ses mouvements? Ou une Garance, qui en perdant Ambroise, son époux si parfait et attentionné, découvre qu'elle ne connaît rien à l'administration et se retrouve démunie et dépendante des autres? Une série de questions à la fin de chaque vignette permet de tisser des liens entre la situation évoquée et la manière dont chacun-e pourrait être concerné-e. Quelques lignes attendent nos commentaires.

L'autrice n'hésite pas à se mettre en scène avec son mari, lorsqu'ils s'embarquent dans un de ces voyages en car prévus pour les seniors. Des éléments importants pour ce public semblent complètement ignorés par les



organiseurs: pas de placement attiré dans les bus, toilettes à bord inadaptées, escaliers d'accès trop raides ou étroits, absence d'ascenseurs dans des sites visités ou dans les hôtels, etc. Comment se préparer à ce type de désagrément? Comment y réagir pour ne pas se gâcher le voyage? Quels enseignements en tirer pour l'avenir?

Accompagnant l'analyse de ces parcours de vieillesse, M.L. Zimmermann-Asta propose des stratégies simples et intelligentes pour aider chacun-e à réagir au mieux avec ses capacités physiques et mentales. De quoi prévenir bien des situations épineuses: vieillir, il le faut bien, mais essayons de vieillir bien! ■

**Marie-Louise Zimmermann-Asta**, *Cultiver son cerveau afin de mieux vieillir, Chroniques de vieilles et de vieux*, Ed. Chronique sociale, 2025  
www.chroniquesociale.com

## Les dernières fois, des ancrages dans nos vies

Peut-on échapper à son destin? Quelle est la part du déterminisme social dans la vie des gens ordinaires? La réponse de l'écrivain suisse Lukas Bärfuss.

ANNETTE ZIMMERMANN

L'auteur: Lukas Bärfuss, né en 1971, réside à Zurich. Il est l'un des représentants les plus importants de sa génération en Suisse allemande. Il a obtenu de nombreux prix littéraires. Il a quitté l'école à l'âge de 15 ans, vécu de petits boulots précaires avant de reprendre un emploi de libraire. Il connaît bien les difficultés de vivre «pauvre» dans une Suisse cossue.

**Un roman du XX<sup>e</sup> siècle**

Dès les premières pages du roman, l'auteur brosse le tableau –pas très gai– des antécédents paternels d'Adelina. Un grand-père au passé nationaliste, un père, Mario, quitté par sa

compagne après des espoirs déçus de carrière d'ingénieur et d'écrivain en Italie.

Grâce à Margherita, femme énergique et travailleuse, Mario reprend courage. Ils se marient et décident de quitter l'Italie pour débiter un nouveau chapitre de leur vie commune.

C'est ainsi que le couple arrive à Zurich: *ils trouvent le pays gris et froid, les habitants trop occupés, revêches. Mais un grand bonheur survient: la naissance d'une ravissante petite fille: Le père adore son enfant dès le premier jour. Adelina avait un sourire capable de le sauver, de lui faire oublier un instant la décrépitude du monde et de l'emporter dans un pays sans tourments.*

Mais la petite Adelina n'est pas née sous de bons augures. Elle se révèle une élève fort médiocre, ne parvient pas à apprendre à lire et à écrire correctement, ce qui fâche son père. Ce dernier meurt quand elle a 16 ans, elle doit quitter son apprentissage de brodeuse pour travailler. En effet, Mario est mort couvert de dettes.

Adelina, courageuse, jolie, lutte de toutes ses forces pour résister à un destin hostile. Mais amoureuse d'un saisonnier italien, elle aura une petite fille, qu'elle doit élever seule. Prise dans la spirale épouvantable de l'endettement, elle accepte l'aide de personnages un peu louches, qui exploiteront sa situation, et – ô ironie – son statut légal de Suisseuse.

«Elle ne supportait plus le pays et elle n'était pas la seule, la colère et la haine grondaient à chaque coin de rue, les files d'attente interminables devant les bureaux de placement, les fous du monde entier avec leurs armes, leurs explosifs, le napalm, les lance-flammes, comment y échapper?»

Un roman puissant, remarquablement bien écrit. Une description implacable de la situation des immigrés dans notre pays, avec en filigrane la figure d'une jeune femme, qui cueille au vol quelques miettes de bonheur. ■

**Lukas Bärfuss**  
*Les miettes*  
Editions Zoé 2026, traduit de l'allemand par Camille Luscher, 235 pages.



# Portrait de Deborah Gomez, collaboratrice à l'Office social

La dernière arrivée à l'Office social de l'AVIVO se nomme Deborah Gomez. Chaleureuse dans son accueil, elle donne immédiatement l'impression de bouillonner d'idées et d'énergie.

FRANCINE BLANCHARD

**P**endant ses études au post-obligatoire, elle se destinait à une formation de psychomotricienne, mais un changement dans les conditions d'accès à cette formation a bouleversé ses plans. Ne voulant pas foncer tête baissée dans une autre orientation, elle a pris le temps d'explorer diverses pistes: des voyages linguistiques, des petits jobs et même un détour par l'Armée de l'air suisse, par envie de challenges, d'actions (elle est très sportive) et par plaisir de connaître divers univers. Elle deviendra instructrice sur hélicoptère, dans un milieu pourtant encore très masculin.

Elle choisit finalement des études à la Haute école de travail social pour laquelle elle doit accomplir un stage préalable: ce sera Clair-Bois Pinchat où elle a un coup de cœur pour cette population, «la plus vraie et entière» qu'elle connaisse, une activité qu'elle poursuivra à temps partiel, durant toutes ses études.

## Une solide expérience

Après un passage par Caritas, puis au Centre d'action sociale de Saint-Jean (Hospice général), Deborah Gomez va prendre la responsabilité du Service social, dans l'une des plus grandes maisons de retraite du canton (3 ans). Juste avant le COVID, elle est engagée comme chef de secteur au Service de la protection

des Adultes (SPAD) où elle reste cinq années, un service qui nécessite une implication personnelle importante, avec une population très diverse.

Sollicitée par sa future collègue à l'AVIVO, avec qui elle avait collaboré dans d'autres cadres, elle se décide à poser sa candidature pour retrouver une population spécifique et plus de calme. Entretemps, elle est aussi devenue maman et aspire à avoir davantage de disponibilité pour sa famille. Il faut dire qu'elle connaît notre association depuis son enfance car sa grand-mère en était membre et elle me raconte, avec émotion, être partie à plusieurs reprises en voyage avec celle-ci, parfois accompagnée par son grand frère et sa maman: trois générations réunies pour profiter de la visite d'Europa-Park, Walibi, le Zoo... «J'avais adoré» me dit-elle, heureuse de ces beaux moments partagés.

## Deux missions à l'AVIVO

Elle travaille désormais à 40% pour l'Office social et à 40% pour élaborer et piloter de nouveaux projets. Elle collabore aux groupes de travail du réseau médico-social et apporte ponctuellement du soutien à la secrétaire générale, Leyla Taleghari Ahmari. Sa collègue et elle-même ont aussi répondu à des demandes des médias, comme récemment, en participant à une émission «Demain» sur les ondes de Léman bleu.



Deborah Gomez, un subtil mélange d'énergie et d'attention souriante.

DR

Dès son arrivée, elle a constitué un réseau de bénévoles pour avoir une liste de membres à solliciter pour des tâches de soutien ou une aide lors d'événements, comme le 1<sup>er</sup> mai. Elle souhaite réintroduire des événements intergénérationnels au sein de l'association, car cela fait partie de la vie des seniors que d'être grands-parents. Un autre défi va être d'attirer de nouveaux membres et d'élargir le public de l'association.

On ne peut que souhaiter une bonne suite créative à Deborah Gomez! ■

## L'Office social de l'AVIVO en quelques chiffres

L'Office social de l'AVIVO a accueilli 734 personnes en 2025 avec un total de 1521 consultations et 3848 démarches.

Les questions adressées à ce service concernent prioritairement:

- les prestations complémentaires,
- les démarches en lien avec les caisses de compensation,
- les démarches liées à l'AVS.

Deux assistantes sociales et une secrétaire sociale sont à votre disposition.

La page du site [www.avivo.ch](http://www.avivo.ch), sous l'onglet «Office social», donne un aperçu clair des différentes questions qui peuvent y être traitées, sachant que les demandes de rendez-vous sont particulièrement nombreuses en début d'année.

PUBLICITÉ



Découvrez le **Bien-Vivre** dans notre **Résidence Seniors** pour des séjours temporaires ou permanents



Pour plus d'informations:

+41 22 316 18 18

Route de Troinex 65 - 1256 Troinex  
leparcdescrêts@vita.ch



GRICHTING HOTEL

*Au coeur des Alpes*

Grichting Hotel And Serviced Apartments  
23 Kurparkstrasse 3954 - Leukerbad  
Tél : +41 76 462 60 13

[www.hotel-grichting.com](http://www.hotel-grichting.com)



Loèche-les-Bains

# Gerda Ferrari, une vie engagée

S'il est une personne créative, c'est bien Gerda Ferrari! Durant toute sa vie à Genève, depuis 1965, elle a fait bénéficier ses voisins-voisines, ses collègues, les réfugié-e-s, les femmes étrangères et bien d'autres de sa grande créativité. Elle écrit, elle joue au théâtre; et surtout, elle met les gens en relation et en mouvement.

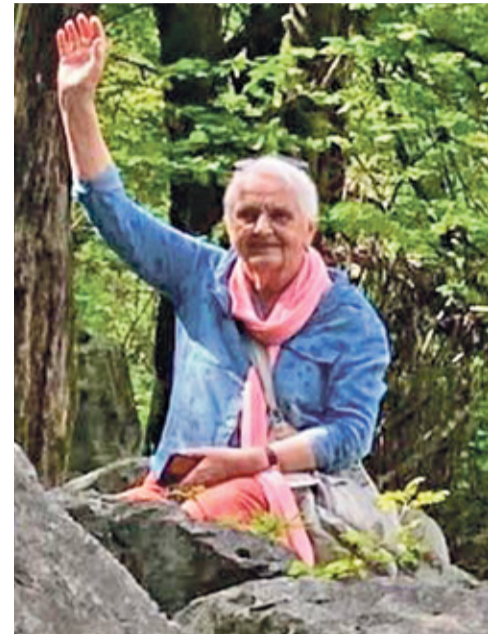
MARYELLE BUDRY

**G**erda est née en 1940 à Enschede à l'est des Pays-Bas, au moment où les Allemands envahissaient son pays. Elle n'a pas de mauvais souvenirs du temps de la guerre, car sa famille n'a jamais connu la famine, mais cette période a certainement laissé des marques dans son inconscient. A 18 ans, elle a vécu une expérience forte qui aura une influence sur tout son parcours: elle va étudier l'anglais dans une communauté liée au Groupe d'Oxford qui œuvre pour la réconciliation et pour la paix. Dans ce milieu, elle rencontre des Allemands, des Français, des Anglais et d'anciens réfugié-e-s, comme des Allemands juifs d'origine, convertis depuis longtemps au christianisme mais cependant persécutés par l'Allemagne nazie, qui dialoguent. Elle s'épanouit dans ce milieu ouvert et constructif, et en gardera toujours l'esprit et des liens d'amitié.

Rentrée dans son pays, elle devient laborantine et pour changer d'horizon postule dans plusieurs villes du monde. C'est La Chaux-de-Fonds qui répond la première et c'est donc en Suisse qu'elle va s'installer. Deux ans plus tard, elle quitte la montagne pour travailler à l'Hôpital de Genève, puis aux laboratoires de recherche de l'Institut Battelle. Elle rencontre et épouse un Tessinois, Alexandre Ferrari, électricien automobile, récemment décédé, dont elle dit avec reconnaissance qu'il fut un «bon compagnon». Il l'a toujours soutenue dans ses engagements et a aussi accueilli dans leur foyer les multiples connaissances de Gerda. Le couple a deux enfants et Gerda arrête, avec beaucoup de regrets, son travail de laborantine. Elle se lance alors bénévolement dans le développement d'une paroisse protestante urbaine à Lancy-Sud, dans le grand immeuble des Palettes, qu'elle n'a jamais quitté. Elle s'investit toujours plus dans

le quartier, avec des cafés-contacts et les Magasins du Monde et découvre la richesse du féminisme avec les camps de femmes protestantes à Vaumarcus. Les enfants ayant grandi, elle reprend pied dans la vie professionnelle à F-Information, qui vient de se fonder. Elle y mettra toute sa créativité et son expérience communautaire, insufflant un esprit d'ouverture et de multilatéralisme. Elle anime les groupes «Orper» (Orientation personnelle), des ateliers d'écriture et le Réseau interculturel pour femmes, le RESIF. Un poste de diacre se libère à la paroisse de la Servette et Gerda, qui a envie depuis longtemps de travailler pour l'Eglise protestante, postule. Engagée, elle continue à mettre en place des synergies de soutien pour les plus démunis-e-s, notamment les requérant-e-s d'asile. Avec une paroissienne d'origine anglaise, elles organisent des camps de vacances d'éducation à la paix, à Arzier dans le Jura. Réunir dans une vie commune des familles genevoises, africaines et orientales, d'âges, de religions et de cultures différentes, constitue une sacrée aventure. Gerda n'a peur de rien!

A 85 ans, elle s'amuse de la quantité de ses engagements et de ses défis. Elle garde une fidèle amitié et une profonde reconnaissance à toutes les personnes qui l'ont accompagnée dans ses aventures



Solidarité et créativité conjuguées!

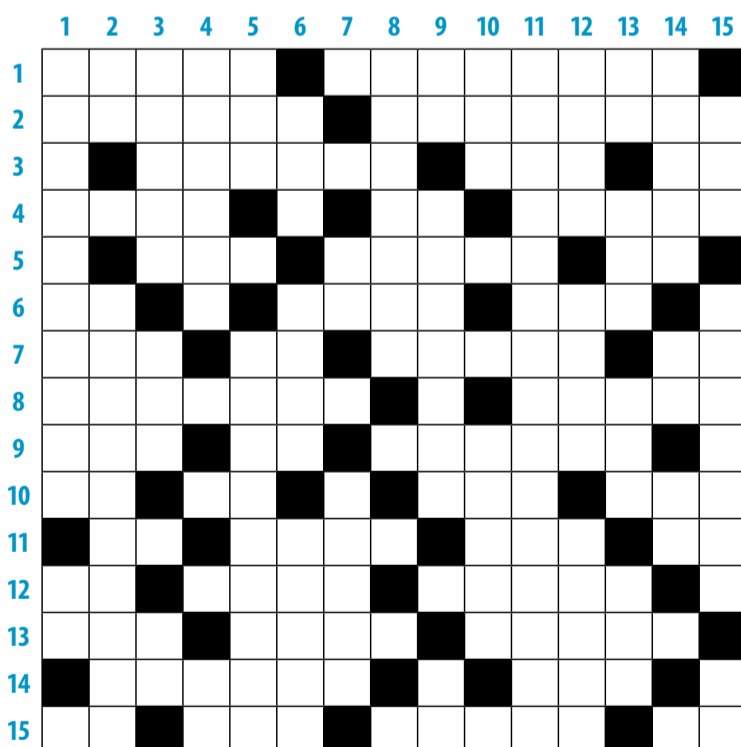
DR

solidaires... Elle reste créative et ouverte aux autres. Elle continue à jouer avec brio dans la troupe des «Femmes d'ici et d'ailleurs» du RESIF, animée par Catherine Hess, qui va partir en tournée en Belgique. Et elle vient de terminer un livre sur son accompagnement d'un requérant d'asile débouté. C'est encore un secret! Nous y reviendrons quand le livre paraîtra. ■

## DÉTENTE

### MOTS CROISÉS

N° 399



#### HORIZONTALEMENT

1. Adrien Wettach, dit. Ville de Toscane. 2. Porté naturellement à. Apathique. 3. Petit cahier. Là où tout s'achève! Sud-ouest. 4. Couleur entre le blanc et le noir. Astate. Gaz. 5. Direction. Ourdit un mauvais coup. Pronom indéfini. 6. Elu. Ecrivain fr. (les Malheurs de la vertu, 1791). 7. Quatorzième lettre de l'alphabet. Liaison. Prénom féminin. Calcium. 8. Légumineuse grimpante ou naine. Estime pour quelqu'un. 9. Perroquet d'Amérique. Code postal. Cellule de prison sombre et étroite. 10. Négation. Interjection. Menue monnaie. Cri d'effort. 11. Sied. Il pratique le yoga. Acteur, humoriste (1926-2009). Adj. possessif. 12. Note. Etat de l'océan indien. Plante herbacée. 13. Toutes taxes comprises. Risquer. Président du Portugal de 1976 à 1986. 14. Baie noire comestible. Voie de la circulation. 15. Une Confédération européenne. Adj. possessif. Partie du bras. Radium.

SOLUTION N° 398



#### VERTICALEMENT

1. Fondateur de l'Empire mongol (1167-1227). Meitnérium. 2. La Nationale. Dernier descendant des tsars. 3. Tué. Convendra. Calcium. 4. Distingué. Tas de bois mesuré. 5. Apéritif. Bleu. 6. Direction. Signal de circulation. Coin de verdure et de fraîcheur. 7. Tantale. Prénom féminin. 8. Se fit attendre. 9. Pronom indéfini. Vers solitaires. Fleuve italien. 10. Sans domicile fixe. Grande paresse. 11. Il a participé activement aux événements de 1968. 12. Fleuve irlandais. Le traître dans «Othello». Très petite. 13. Thulium. Négation. Ville belge. Brame. 14. Petit de l'Oie. Chrome. Possède. 15. Charles de Beaumont. Serrure mobile portative (pour valise). Baryum.

### SUDOKUS

N° 17

Niveau: facile

			4					
					7	6		4
6			5				8	1
3		6				9		5
		2	7		3	1		
7		1				2		8
9	1				5			2
8		7	3					
					9			

N° 18

Niveau: difficile

		1		8						
9					5			4		
8	6			1				9		
3					8					
1	7							2	6	
				9					5	
2					5				9	1
6				7						3
					4			2		

## DE L'ÂGISME

En décembre 2025, quelques informations sur l'âgisme envers les seniors, notamment dans les soins, étaient mentionnées dans un article d'ESPACES. Un membre de l'AVIVO nous a transmis un texte sur le sujet rédigé dans le cadre d'une formation professionnelle. La lecture de ce document théorique – qui date de 1999 – illustre que la réflexion sur cette discrimination liée à l'âge est encore beaucoup trop d'actualité.

Cela dit, il ne faut pas non plus ignorer des avancées importantes. L'avancée en âge permet de «tester» la prise en charge d'un senior malade. Très récemment, le personnel médical – de jeunes médecins et infirmières – d'un service dans le bâtiment Julliard des HUG a montré une qualité d'écoute, d'empathie et de prise en charge absolument remarquable d'un senior malade. Cela ne reste qu'une expérience, mais elle illustre le fait que l'âgisme dans les soins n'a rien d'une fatalité.

Pour conclure, l'AVIVO doit être active sur cette question et défendre les droits des seniors. Mais il faut aussi que ceux-ci se mobilisent. La pétition de la FARES/VASOS (voir ci-dessous) est une démarche qui veut visibiliser ces questions de discrimination encore trop souvent impensées par les partis politiques et par trop d'institutions. A vos stylos et signez la pétition!

## En réponse aux outrances de l'âgisme, prise de position d'une soignante il y a plus de 25 ans

CLAUDIA MULLER

**Entre bienfaisance et liberté, la ligne de partage de nos ambivalences.**

Il semble aller de soi que tout soignant postule le respect de la liberté finale du patient dont il s'occupe; les limites de ce postulat s'inscrivent néanmoins dans notre difficulté à supporter que le patient ne nous autorise pas à agir pour son bien, en fait, à faire ce qu'il faut pour nous rassurer. Notre besoin de «bienfaisance» serait-il ennemi de la liberté de choix du patient?

Au nom du bien faire pour l'autre, y compris contre son gré et de manière plus ou moins affichée, une intervention autoritaire, indépendamment de justifications diverses souvent légitimes, ne respecte en effet pas son droit à s'auto-déterminer.

Le propos consiste ici, à partir de la fonction soignante au sens large et au travers de situations problématiques, à tenter un décryptage de certains mécanismes vécus afin d'alimenter une réflexion à partager professionnellement; celle-ci devrait contribuer à la promotion d'un débat à maintenir dans la continuité de l'espace public afin de sauvegarder la responsabilité démocratique du choix d'une philosophie de soins.

**Il est impératif de respecter la liberté du patient**

La fonction soignante confie un rôle d'atténuation de la souffrance; cependant celui-ci se mêle plus ou moins confusément avec un autre rôle, pas forcément lié au premier, celui de la «réparation et de la remise en ordre». Si le premier construit relativement vite un consensus librement consenti entre patient et soignant, il n'en est pas toujours de même pour le deuxième.

Comment justifions-nous le respect de la liberté du patient lorsque celui-ci s'oppose à tout projet de «réparation» et qu'il nous confronte inéluctablement à la perspective de la mort?

**Devrions-nous bien faire pour l'autre, y compris contre son gré?**

La peur de l'homme confronté à la finitude de son existence est probablement liée à



PIXEL-SHOT

sa possibilité d'anticiper la mort, dans le doute le plus absolu sur ce qu'il y a «au-delà». Serait-ce l'aspect insoutenable de cette confrontation qui l'a amené si souvent à faire taire tout questionnement à ce sujet en se construisant un monde de certitudes?

Dans la pratique soignante ou sociale, nous érigeons le mur de nos bonnes intentions comme autant de bonnes raisons d'agir, mais la bonne action ne court elle pas le risque de sombrer dans l'abus de pouvoir?

**De multiples lignes de tension.**

Les lignes de partage sont multiples: inter et intra institutionnelles, inter-soignantes mais aussi, par le jeu complexe de

l'ambivalence humaine, intra soignant et intra patient. Le questionnement éthique concerne donc chacun dans ses rôles différents, comme personne privée, comme travailleur et partenaire professionnel et comme citoyen.

**Faire taire les certitudes trop installées**

Tout soignant se retrouve au cœur de multiples lignes de tension inhérentes à sa fonction, toujours en recherche d'une conciliation d'une certaine idée du «bien faire» avec une certaine idée du respect de la liberté. Plutôt que de s'affronter par voie de certitudes, ne conviendrait-il pas de partager une recherche sur le sens de nos choix thérapeutiques? ■

## L'ÂGISME DANS LE SOIN...

Dans le numéro d'ESPACES de décembre dernier, Ulrich Jotterand soulignait que «Dans la santé et le social, l'âgisme se niche dans des évidences dangereuses» et cette remarque a réveillé chez moi une réflexion fondamentale que mon épouse assistante sociale, hélas maintenant décédée, avait menée dans le cadre de son mémoire en vue de l'obtention du certificat d'éthique clinique (Centre inter facultaire de gérontologie). Sa présentation résonne remarquablement bien avec ce constat. Nous le publions tel qu'il a été rédigé en 1999 afin de souligner l'importance, certes, des programmes de formation, mais aussi et surtout d'une discipline d'introspection courageuse et rigoureuse chez tout praticien du social et de la santé: il s'agit là de respecter scrupuleusement tout ce qui constitue les racines mêmes de l'humain. **ROGER GIRAUD**

## RAPPEL: Pétition FARES/ VASOS

**Protection juridique contre la discrimination liée à l'âge – pour une société sans discrimination, ouverte à toutes les générations**

À : **Conseil fédéral suisse et Parlement**

**Nous demandons :**

1. Un **plan d'action national** pour lutter contre la discrimination fondée sur l'âge, avec des objectifs contraignants et une répartition claire des responsabilités.
2. **Des bases légales spécifiques** et des mesures concrètes pour protéger contre la discrimination liée à l'âge – aussi bien dans les relations entre l'État et les citoyen-ne-s que dans les relations relevant du droit privé. La protection contre la discrimination multiple doit être garantie. Une attention particulière doit être accordée aux rapports de force asymétriques, par exemple dans les domaines du logement, des soins, des services de santé et du travail.
3. Un **service spécialisé central au niveau fédéral**, spécifiquement consacré aux questions liées à l'âge, doté des compétences nécessaires et en mesure de conseiller la Confédération et les cantons dans la promotion d'une société sans discrimination.

Cette pétition vise à faire en sorte que la Suisse remplisse efficacement son obligation constitutionnelle – dans l'intérêt d'une société solidaire qui protège et respecte toutes les générations.

**La pétition peut être téléchargée sur le site [www.vasos.ch](http://www.vasos.ch)  
Signez-la, faites-la signer dans votre entourage et renvoyez-la avant le 31 mai 2026.**

**LOISIRS AVIVO**

**LA CHORALE CHANT'AVIVO**

Tous les lundis de 14h30 à 16h  
Changement de salle dès janvier 2026  
Espace quartier Le 99, rue de Lyon 99

**YOGA SENIOR**

Tous les mardis de 10h à 11h  
Espace St-Jean, Quai du Seujet 32, 1201 Genève

**CLUB DE PÉTANQUE**

Tous les mardis dès 14h  
Inscriptions sur place  
Boulodrome de la Queue d'Arve, rue François-Dussaud 12, 1227 Genève

**TAI-CHI**

Tous les mardis de 16h à 17h15  
Changement de salle dès janvier 2026  
Espace quartier Le 99, rue de Lyon 99

**PILATES DOUX**

Tous les mardis de 14h45 à 15h45  
Rue Lissignol 8, 1201 Genève

**JASS**

Une fois par mois de 13h30 à 16h:  
mercredi 22 avril  
Fin de saison  
AVIVO, rue de Lyon 97, au 4<sup>e</sup> étage

**QI GONG**

Le lundi de 10h45 à 11h45  
Sur inscription  
Maison de Quartier des Asters, rue Schaub 47, 1202 Genève

**LES MATINÉES CONVIVIALES À L'AVIVO**

Les lundis et jeudis de 10h à 12h  
AVIVO, rue de Lyon 97, au 4<sup>e</sup> étage

informations : [www.avivo.ch](http://www.avivo.ch)  
Inscriptions : [accueil@avivo.ch](mailto:accueil@avivo.ch)

**ÉVÉNEMENT**

**VISITES OLFACTIVES DE GENÈVE**

A la suite du succès des visites olfactives de Genève de 2025, la journaliste et historienne Eileen Hofer vous offre cette année un nouveau parcours dans la Vieille-Ville sur d'autres femmes oubliées de notre ville. De la reine du bordel à une nonne catholique en pleine Réforme, en passant par les petites mains de la Croix-Rouge, les abstinences du XIX<sup>e</sup> siècle et les domestiques. Cette visite d'une heure et demie offre une plongée historique dans le quotidien et les luttes de ces femmes souvent oubliées.

Les mardis 5 et 12 mai à 10h30 et 14h  
Les jeudis 7 et 14 mai à 10h30 et 14h  
Gratuit, rendez-vous de départ devant l'entrée du Temple de la Madeleine

Inscription obligatoire:  
[info@visitesolfactives.ch](mailto:info@visitesolfactives.ch)

Rue de la Madeleine 15, 1204 Genève

**CINÉMA**

**MAUDIE**



De Aisling Walsh – Canada 2016.  
Dans le cadre du thème «Un tour du monde des réalisatrices» en collaboration avec Cité Senior, de janvier à juin 2026. La magnifique histoire de la fameuse artiste-peintre Maud Lewis et de son amour pour Everett. Des émotions sur grand écran dans un film plusieurs fois récompensé, tourné dans les paysages impressionnants du Canada. Premier film de l'histoire du pays réalisé par une femme.

Jeudi 23 avril à 14h30  
Prix membres AVIVO: 8.-

Billets à retirer sur place  
Cinélux, bd St-Georges 8, 1205 Genève

**SPECTACLES**

**MON JOUR DE CHANCE**



De Patrick Haudecœur et Gérard Sibleyras, avec Guillaume de Tonquédec, Loïc Legendre, Laurence Porteil  
Sébastien passe un week-end avec des amis d'enfance. Ils se souviennent qu'à l'époque ils laissaient le sort décider pour eux et prenaient toutes leurs décisions en jouant au dé. Sébastien se rappelle précisément d'un soir où il a fait un quatre. Si seulement il avait fait un six, sa vie aurait été bien plus belle. Il en est convaincu. Et si le destin lui donnait l'occasion de rejouer?

Mercredi 22 avril à 20h  
20 billets membres AVIVO 35.- (+ 1.- AVIVO)

Inscription au secrétariat  
BFM, place des Volontaires 2, 1204 Genève

**UN STYLO DANS LA TÊTE**



Comédie de Furio Longhi & Marianne Huber  
Victor Aubrac, auteur à succès, a invité ses meilleurs amis à dîner pour leur annoncer qu'il s'est inspiré de leurs histoires pour écrire sa nouvelle comédie.

Deux sœurs névrosées, l'ex de sa femme et un ami gay se découvrent alors les héros malgré eux d'une pièce de théâtre. Mais la perspective de voir leur vie étalée aux yeux de tous ne va pas enchanter tout le monde et la soirée va virer au règlement de comptes. Peut-on rire de ses amis sans risquer de les perdre? Nos traits de caractère nous appartiennent-ils?

Dimanche 3 mai à 16h  
Membres AVIVO: 10.- (+ 1.- AVIVO)

60 billets et inscription au secrétariat jusqu'au 17 avril

Théâtre de l'Espérance, rue de la Chapelle 8, 1207 Genève

**CONCERTS**

**JARDINS FÉRIQUES – OCG**



Raphaël Merlin, direction – Bertrand Chamayou, piano. Schumann, Messiaen, Ravel.  
«Conçu comme un récital de piano géant, ce concert donne le vertige: d'un côté par les couleurs instrumentales, comme d'une volière, conviées dans l'intime des œuvres pour piano seul (Waldszenen et Ma mère l'Oye furent d'abord écrites pour piano). Et à l'inverse, la personnalité hors norme de Bertrand Chamayou, Papageno d'un soir dominant l'instrument-roi, dialoguant en légèreté avec l'OCG.» – Raphaël Merlin.

Mardi 27 avril à 19h  
10 places membres AVIVO, cat. B 21.- (+ 1.- AVIVO)

Inscription au secrétariat  
Bâtiment des Forces Motrices (BFM), 2, pl. des Volontaires, 1204 Genève

**EXPOSITION ITINÉRANTE SUR LES CENTENAIRES EN SUISSE**

«Welcome to your future: Centenaires de Suisse» invite à découvrir des centenaires à travers des photos et des récits de vie. Ils racontent leurs expériences et leur quotidien à un âge très avancé.

Plus d'informations: <https://wp.unil.ch/swiss100/fr/exposition-photographique>

Des bénévoles sont recherchés pour assurer des visites de classe et prendre part à des échanges intergénérationnels!

**LES BALADES D'OTTO KOLLY**

Mardi 21 avril: Place des Nations, Sécheron, parcs rive droite. Rdv place des Nations devant la chaise à 13h30. Durée: 2h30.

Mardi 12 mai: Gare des Eaux-Vives et Comédie de Genève, l'îlot immobilier de prestige Montchoisy, parcs La Grange et des Eaux-Vives. Rdv à l'entrée de la gare, côté route de Chêne à 13h30. Durée: à 2h30.

Mardi 26 mai: Au fil du Rhône 1, de l'Île Rousseau au pont de la Jonction. Le parcours comprend une partie urbaine jusqu'au pont Sous-Terre, suivie de la partie plus ludique par le sentier des Falaises et le pont de chemin de fer de la Jonction. Durée: à 2h30.

Gratuit, inscription obligatoire: [kolly.otto@bluewin.ch](mailto:kolly.otto@bluewin.ch)

**COURS D'ANGLAIS À L'AVIVO**

Vous souhaitez apprendre l'anglais ou améliorer votre niveau, dans une ambiance conviviale? L'AVIVO propose des cours d'anglais pour débutants et intermédiaires, avec une méthode simple, interactive et adaptée à chacun.

Quand? Le jeudi à 11 h 00

Où? Au 97, rue de Lyon, dans les locaux de l'AVIVO

Prix: 10 francs par heure

Les cours ont déjà commencé, mais les inscriptions restent possibles.

Pour vous inscrire, il suffit de téléphoner à la réception de l'AVIVO.

Solutions des sudokus de la page 7

N° 17

Niveau: facile

1	3	9	4	6	8	5	2	7
2	5	8	1	3	7	6	9	4
6	7	4	5	9	2	3	8	1
3	8	6	2	1	4	9	7	5
5	9	2	7	8	3	1	4	6
7	4	1	9	5	6	2	3	8
9	1	3	8	4	5	7	6	2
8	6	7	3	2	1	4	5	9
4	2	5	6	7	9	8	1	3

N° 18

Niveau: difficile

7	5	1	4	8	9	6	3	2
9	3	2	6	7	5	1	8	4
8	6	4	2	1	3	5	7	9
3	2	5	1	6	8	9	4	7
1	7	9	5	3	4	8	2	6
4	8	6	9	2	7	3	1	5
2	4	3	8	5	6	7	9	1
6	1	8	7	9	2	4	5	3
5	9	7	3	4	1	2	6	8

**welcome to your future**  
CENTENAIRES DE SUISSE - EXPOSITION  
**100**

Salle d'exposition de l'UNIGE – Bd Carl-Vogt 66  
16 avril – 30 mai 2026

Lundi-vendredi : 7h30-19h  
Dimanche : 14h-17h

**ENTRÉE LIBRE**

Nuit des musées: 30 mai 2026  
18h-minuit

**VERNISSAGE: JEUDI 16 AVRIL À 18H30 (SUR INSCRIPTION)**

**EXPOSITION ITINÉRANTE SUR LES CENTENAIRES EN SUISSE**  
<http://unige.ch/~swiss100>

UNIVERSITÉ DE GENÈVE

## ESCAPADE EN PAYS MATHEYSIN



**Mardi 5 mai 2026**

Départ de Genève, gare routière, pause-café incluse à Aix-les-Bains. Sur la route Napoléon, la ville de La Mure est la plus grande commune du sud de l'Isère, aux portes de la Provence.

### AU MENU DU REPAS DE MIDI

Apéritif: Kir

Salade gourmande

Suprême de pintade rôti à la bière et sauce moutarde

Gratin dauphinois et légumes de saison

Fromage blanc ou plateau de fromage

Entremets au chocolat

1 dl de vin par personne.  
Eau minérale, thé ou café

Après le repas, **balade avec le Petit Train rouge de La Mure** (45 minutes).

Un voyage au cœur de la nature protégée sur une jolie ligne de chemin de fer mythique de plus de 130 ans, puis retour à Genève.

Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

**Membre AVIVO: 137.-**

**Non membre: 157.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## FÊTE DES MÈRES SUR LE LAC DU BOURGET

**Dimanche 10 mai 2026**

Départ de Genève, gare routière.

Magnifique croisière sur le lac et le canal avec le repas de midi à bord.

Dans la matinée, embarquement au Grand Port d'Aix-les-Bains.

Passage au large de l'Abbaye d'Hautecombe et passage de l'écluse.

### VOTRE MENU À BORD

Terrine de Campagne Forestière & ses condiments

Cuisse de pintade rôtie, jus de viande  
Gratin dauphinois, légumes rôtis

Pomme rôtie au sucre Muscovado  
Crème d'Isigny façon Tatin

Boisson incluse:  
eau minérale plate en bouteille

L'après-midi, temps libre à Chanaz, petite Venise savoyarde, puis reprise du bateau.

Débarquement au Grand Port à Aix-les-Bains.

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

**Membre AVIVO: 130.-**

**Non membre: 150.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LE MARCHÉ D'AOSTE



**Mardi 12 mai 2026**

Départ de Genève, gare routière.

Retour au marché d'Aoste pour profiter librement des produits régionaux et de l'ambiance typiquement italienne.

### Repas de midi libre

Après le repas, temps libre pour flâner à votre guise.

En fin d'après-midi, reprise de votre autocar pour un retour direct à Genève.

Arrivée à la Gare Cornavin en fin de journée.

**Membre AVIVO: 50.-**

**Non membre: 60.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LE MOULIN DE SEMBLANET ET BARRYLAND



**Mardi 19 mai 2026**

Départ de Genève, gare routière, pause-café incluse à Evian.

A Martigny, sur la route historique du col du Grand-St-Bernard qui a donné son nom à cette race légendaire, Barryland vous invite à découvrir l'univers fascinant des chiens Saint-Bernard.

10h30, x visite de Barryland.

Repas de midi au Caveau de Semblanet, un moulin restauré, la plus ancienne installation de ce type, en parfait état de fonctionnement, en Romandie.

### MENU (HORS BOISSONS)

Assiette de charcuteries valaisannes

Raclette à volonté

Condiments et pommes de terre

Sorbet valaisan et son Abricotine

Après le repas, départ pour Chamonix, avec temps libre dans la cité de l'alpinisme.

Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

**Membre AVIVO: 140.-**

**Non membre: 160.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LE MARCHÉ DE BOURG-EN-BRESSE ET LE MONASTÈRE DE BROU



**Mercredi 3 juin 2026**

Départ de Genève, gare routière, arrêt café libre.

Arrivée à Bourg-en-Bresse, balade libre dans les quartiers anciens ou savoureuse promenade à travers les étals du grand marché hebdomadaire.

Repas de midi dans un restaurant à la sortie de Bourg-en-Bresse.

### VOTRE MENU

Salade verte avec gésiers

Poulet à la crème

Gratin de pommes de terre

Dessert maison

Boissons incluses: 1dl de vin et café/thé

Après le repas, visite guidée du magnifique Monastère royal de Brou, avec l'église Saint-Nicolas de Tolentin, les trois cloîtres, le dortoir des moines transformé en musée. Fin de parcours avec vue sur la toiture et le clocher. Puis temps libre pour approfondir la découverte ou profiter de la boutique. Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

**Membre AVIVO: 115.-**

**Non membre: 135.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LE MARCHÉ DE TURIN



**Samedi 6 juin 2026**

Départ de Genève, gare routière, pour le grand marché de Turin.

Arrêt café libre à Courmayeur.

Sur place, temps libre sur son vaste marché qui offre, depuis 150 ans, une grande variété de produits, comme les chaussures, vêtements, jouets, articles ménagers et alimentation venant de toute l'Italie et du monde entier.

### Repas de midi libre

16h Retour direct à Genève. Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

**Membre AVIVO: 67.-**

**Non membre: 77.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LE DOMAINE DES FAUVES

**Judi 11 juin 2026**

Départ de Genève, gare routière, pause-café incluse à Aix-les-Bains.

Arrivée à Fittieu pour la découverte du Domaine des Fauves.

Un parc zoologique de dimension familiale vous présentera la plus grande collection de prédateurs à poils et à plumes de la région Rhône-Alpes.

Repas de midi à Champagnoux.

### VOTRE MENU

Kir et sa mise-en-bouche

Salade paysanne

Cuisses de grenouilles ou  
filet mignon de veau forestier  
Assortiment de légumes

### Choix du plat lors de la réservation

Fromage blanc ou fromage sec

Dessert maison

Boissons incluses: 1 bouteille de vin de Savoie pour 4 et café ou thé

Après le repas, départ en direction de Saint-Genix-sur-Guiers avec un petit temps libre pour ceux qui voudraient acheter «Le Saint-Genix», fameux gâteau traditionnel des pays de Savoie.

Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

**Membre AVIVO: 137.-**

**Non membre: 157.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## LES PIEDS SOUS LA TABLE

### SAVEURS ITALIENNES, LA LIGURIE

Ristorante Boccadasse  
3, rue de Fribourg. Arrêt Cornavin  
**Judi 7 mai 2026 à 12h**



Spécialités de la région de Gênes

### AU MENU

Salade mixte

Trofia al pesto (spécialité de pâtes)  
ou Risotto aux fruits de mer

Boule vanille, chocolat ou sorbet citron

**Membre AVIVO: 44.-**

**Non membre: 54.-**

**Inscription obligatoire au secrétariat.**

## EXCURSIONS À VENIR

**31.7 – 2.8**

1<sup>er</sup> Août à Lucerne

**18.8 – 22.8**

Le Puy du Fou. Hôtel 4\* dans le parc, spectacle «La Cinéscénie»

Programmes détaillés dans le prochain journal



Napoléon: Métal: Or 90%  
Poids: 11.61g



Maple Leaf: Métal: Or 99.99%  
Poids: 31.1g



Vreneli: Métal: Or 90%  
Poid: 6,4g

# Découvrez l'héritage des pièces de collection

## Investissez dans l'histoire!

 **EUPOROS**

LA REFERENCE DANS LE COMMERCE  
DE METAUX PRECIEUX



euporos.ch



Contactez-nous!  +41 22 552 1315  World Trade Center II 1215 Genève

# Améliorez votre mémoire et votre bien-être! Programme de l'Université de Genève (65 +)

L'Université de Genève recherche des personnes de 65 ans et plus pour le projet de recherche ADVANCE. Des ateliers en groupe gratuits proposent des stratégies concrètes pour améliorer le bien-être et la mémoire au quotidien. Les programmes débuteront en avril dans le canton de Genève.



Le lien social contribue à stimuler la mémoire des seniors.

HALFPOINT

**ADVANCE:** Une étude d'entraînement pour promouvoir le bien-être et l'agilité mentale chez les personnes âgées

#### Objectif de la recherche

Nous menons une étude pour évaluer l'efficacité de différents programmes complets conçus

pour maintenir et améliorer le bien-être et l'agilité mentale des personnes âgées.

Pour des raisons scientifiques, il ne sera pas possible de choisir son programme. L'attribution aux groupes se fera de manière aléatoire, afin d'éviter que les différences de motivation ne biaisent

les résultats. Tous les programmes sont entièrement gratuits.

#### Résultats de la première phase

Nous avons déjà organisé ces ateliers avec de nombreuses personnes âgées, et les résultats ont été très encourageants. Les participant-es nous ont raconté

se sentir mieux dans leur quotidien, plus confiant-es dans leurs capacités mentales, et moins seul-es. Beaucoup ont aussi trouvé que les activités étaient faciles à suivre et à intégrer dans leur rythme de vie.

«J'ai trouvé très intéressant l'échange d'idées et de sentiments avec des personnes d'un âge similaire au mien. Cela m'a aidé à mieux me situer par rapport aux autres en tant que personne âgée.»

«Une meilleure gestion du stress a amélioré mon bien-être et m'a donné l'espoir qu'il est possible d'être un peu plus heureux.»

«Les échanges avec des personnes ayant des expériences de vie différentes ont enrichi ma vision de la manière de bien vieillir.»

«Globalement, j'ai pris conscience des domaines sur lesquels je dois encore travailler.»

Ces premiers retours montrent que nos programmes peuvent vraiment faire une différence. En vous inscrivant, vous nous aidez

à continuer cette recherche tout en profitant vous-même d'outils et de conseils concrets pour prendre soin de votre bien-être et garder votre esprit en forme au quotidien.

#### Avantages

- Participation à des programmes conçus pour améliorer l'agilité mentale et le bien-être
- Accès continu à tous les outils d'entraînement numériques après l'étude
- Défraiement sous forme d'une carte-cadeau pouvant aller jusqu'à 100 CHF ou la possibilité de faire don de ce montant à un projet ou une association.

#### Vous êtes intéressé-e?

Informations & inscription:  
<https://cige.unige.ch/advance>  
Un article de fond sera proposé dans le prochain numéro d'ESPACES. ■

**CONTACTS ADRESSE:** AVIVO, Rue de Lyon 97, 1203 Genève. **ACCÈS:** Bus 6, 10 et 19, arrêt Guye (devant l'entrée) ou bus 11, arrêt Charmille (à 100 m.)  
**E-MAIL:** [accueil@avivo.ch](mailto:accueil@avivo.ch) **SITE INTERNET:** [www.avivo.ch](http://www.avivo.ch) **TÉLÉPHONE:** 022 329 14 28 **ADMINISTRATION & COTISATIONS:** Touche 1  
**OFFICE SOCIAL:** Touche 2, [infosociale@avivo.ch](mailto:infosociale@avivo.ch) **LOISIRS & VOYAGES:** Touche 3 **PERMANENCE IMPÔTS:** 022 322 13 95 (sauf le vendredi)

PUBLICITÉ

## Épargnez pour vos enfants... et petits-enfants.

Vous souhaitez donner une longueur d'avance à vos petits enfants ?

Avec le Compte Juni'OR, transformez des grammes d'or ou d'argent en un héritage durable.

### BONUS OUVERTURE DE COMPTE 200 CHF

- ✓ Compte courant en grammes d'or. Rentabilité moyenne de 9,67 % en francs suisses (basée sur un historique annuel de 18 ans).
- 🔒 Lingots suisses de 1g à 1kg – Accessibles à tous, stockés en toute sécurité en Suisse.
- 📈 Fiscalité avantageuse, stabilité et valorisation du capital.



Ce n'est pas juste une épargne.  
C'est un véritable coffre au trésor...  
au nom de vos petits-enfants.

 **EUPOROS**  
+41 22 552 1315 | [www.euporos.ch](http://www.euporos.ch)

Euporos.ch – 16 ans d'expertise, 4 centres de stockage en Suisse.  
Appelez dès maintenant – Ouvrez un Compte Juni'OR et bâtissez un avenir en or.