

ESPACES

JOURNAL DE L'AVIVO GENÈVE | CRÉÉ EN 1984

N° 7-8 | JUILLET - AOÛT 2026 | 42^e ANNÉE

2 RENCONTRES
L'AVIVO au parc des
Franchises cet été

3 POLITIQUE FÉDÉRALE
Un référendum pour défendre
le salaire minimum

5 LIVRES
Autostop en Israël
et en Cisjordanie

7 FORMATION
Les seniors au volant

12 HOMMAGES
Jean Ziegler et
Edgar Morin

Ces récits de vie de centenaires nous posent de bonnes questions!

Notre journal a présenté dans ses deux derniers numéros l'exposition itinérante SWISS100: Centenaires de Suisse. Mais ce n'est pas tout. Le site web de l'Université de Lausanne propose 28 brefs récits de vie de centenaires. Leur lecture est passionnante.

ULRICH JOTTERAND

Ces témoignages sont évidemment très divers: le contraste des origines sociales, l'asymétrie des vies entre femmes et hommes. Contrairement aux hommes, de nombreuses femmes ont renoncé à des études, à une carrière ou à une vocation pour prendre soin de parents, de frères et sœurs, du mari malade, des enfants: «Comme les études pour filles s'arrêtent au certificat d'études, elle doit y mettre un terme et aider sa mère à s'occuper de ses frères et sœurs» (Jeannette L.). Certains récits restent centrés sur la famille, le lieu de vie. D'autres sont marqués par l'exil, les voyages, les migrations.

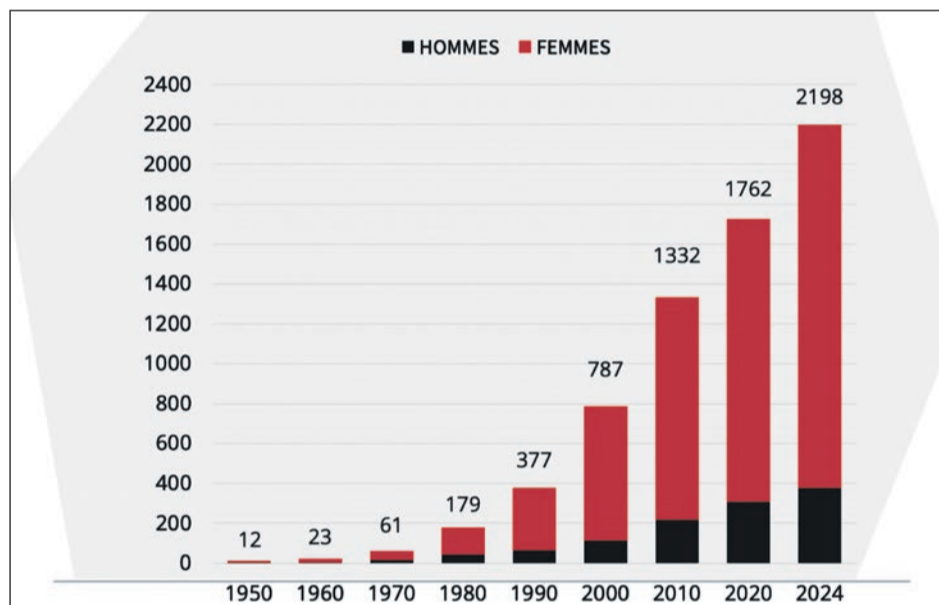
Au-delà de ces différences, ces récits présentent aussi des convergences frappantes: des enfances avec des conditions matérielles souvent modestes, voire rudes, mais souvent qualifiées de belles et heureuses. La Seconde Guerre mondiale a joué un rôle considérable pour cette génération: bombardements, exil, service militaire, travail interrompu, études empêchées. «La Seconde Guerre mondiale représente

une période terrible pour moi» (Marcelle B.). Déjà, dans les années trente, le travail précoce était la norme. Ces centenaires ont donc le plus souvent travaillé très jeunes: «Il essaie de gagner de l'argent pour aider la famille: ramer pour des touristes anglaises, ramasser du bois flottant pour l'hiver ou récupérer le charbon sous les wagons à la gare» (Jean-Jacques S.).

Avoir 100 ans aujourd'hui

À l'âge de 100 ans, les conditions de vie ainsi que l'état de santé sont très contrastés. Le rapport au vieillissement et à la dépendance varie fortement: «À 100 ans, on ne va jamais vraiment bien, on a toujours quelque chose.» (Emma B.). Certains résistent par l'acceptation, la patience: «Si je vais bien, je fais tout ce que j'ai à faire; sinon, je m'arrête» (Rosa P.); d'autres par l'action, la curiosité, l'apprentissage. Autrement dit, il n'existe pas une seule résilience du grand âge, mais plusieurs manières de «rester debout».

Pour ces centenaires, l'autonomie est une valeur prioritaire et concrète: faire ses courses, cuisiner, lire, écrire des courriels, préparer un repas, vivre encore chez soi, se déplacer seul dans



L'augmentation spectaculaire des centenaires en Suisse appelle écoute et politique publique repensées.

SWISS100

l'institution ou utiliser un iPad: «À 103 ans, il manie son iPad et son iPhone avec une aisance joyeuse» (Georges Auguste D.). Elle se joue donc dans des gestes du quotidien, mais existentiellement décisifs.

La curiosité reste un puissant moteur de longévité. De nombreux centenaires ne se définissent pas par ce qu'ils ne peuvent plus faire, mais par ce qui continue de les intéresser. Le grand âge offre en outre une position de témoin: transmettre une longue expérience du monde. Ces conseils ne

sont pas des leçons. Ils ont leur source dans des existences qui ont traversé un siècle d'épreuves, de deuils, de travail et d'adaptations. Leur parole relie les générations et donne de l'épaisseur au présent.

Une déconstruction des stéréotypes

Ces récits ont aussi une portée politique parce qu'ils défont une représentation commode du grand âge, celle d'un âge uniforme, passif, coûteux, ▶

Suite en page 8



ULRICH JOTTERAND
MEMBRE DU COMITÉ

ÉDITORIAL

Genève, 14 juin 2026:
urnes, rue et solidarité

Sur la rive droite de la Ville, la mobilisation féministe du 14 juin a ouvert un cortège d'environ 30'000 personnes, elle y a porté sa voix propre: égalité salariale, reconnaissance du travail de soin, lutte contre les violences sexistes, défense des services publics et justice sociale. Le tout, exprimé avec fermeté et engagement. La foule colorée rassemblée le long du lac, jeunes et moins jeunes mêlés, a fait de la manifestation NoG7 un message puissant adressé aux gouvernants réunis à Evian. C'est le refus clair des

logiques de domination, des dérives autoritaires, du fascisme renaissant et d'un capitalisme débridé qui laisse trop souvent les plus modestes au bord du chemin: l'économie doit servir la vie des gens, non l'inverse.

Dans les urnes, ce même jour, le rejet de l'initiative «Pas de Suisse à 10 millions!» a constitué un signal réjouissant. Une large majorité du corps électoral genevois a refusé la tentation du repli et la «bunkerisation» d'une Suisse qui prétendrait vivre à l'écart des réalités européennes. Notre pays s'est construit notamment par ses liens, ses échanges et sa capacité d'accueil avec les pays voisins, puis avec l'Europe et maintenant avec le monde. Par ailleurs, ce vote invite à défendre la solidarité internationale et les traditions d'hospitalité qui ont fait honneur à notre pays dans le passé.

La journée de votations fut aussi marquée par un autre objet fédéral: la modification

de la loi sur le service civil. Acceptée en Suisse bien que refusée à Genève, cette loi va certainement provoquer des difficultés pour les objecteurs de conscience. C'est un recul politique regrettable qui aura aussi pour conséquence indirecte de rendre encore plus tendue la question du personnel dans les EMS.

Ces votes montrent que la Suisse, comme de nombreux autres pays, est traversée par de fortes tensions. On le sait, les murailles ou les bastions ne protègent plus depuis longtemps notre Ville; pourtant certains de nos concitoyens croient encore que la peur de l'étranger et le démantèlement des droits sociaux constituent des défenses efficaces. Quelle erreur! Mais l'AVIVO peut se réjouir de ce dimanche ensoleillé, avec quelques nuages: Genève n'est pas une citadelle inquiète, mais une ville ouverte, intergénérationnelle, solidaire et vivante. ■



Conclusion des travaux de la commission Gouvernance

La commission Gouvernance de l'AVIVO a achevé ses travaux le 15 juin 2026, après huit mois de travail intensif. À l'issue de ces travaux, le comité dispose désormais de deux documents essentiels: le Règlement interne et les Propositions de modification des statuts. Il lui revient désormais de poursuivre le processus d'amélioration du fonctionnement de l'association.

Étapes à venir pour le Comité

Le Comité aura la charge d'examiner le Règlement interne ainsi que les Propositions de modification des statuts. Il pourra ensuite les accepter en l'état ou avec des amendements. Le Règlement interne a pour objectif de clarifier et de sécuriser le fonctionnement, tout en demeurant évidemment subordonné aux statuts.

Adoption des modifications des statuts

Les modifications des statuts seront soumises à une Assemblée générale extraordinaire. Elles y seront présentées, discutées, puis soumises à l'approbation des membres. Ces propositions seront publiées et expliquées dans le journal ESPACES, avec la convocation à cette assemblée, prévue pour la fin de l'année 2026. **UJ**



COMMISSION SANTÉ

La commission Santé de l'AVIVO cherche des renforts

En tant que membre AVIVO, seriez-vous motivé-e à défendre une qualité de vie et plus particulièrement à répondre à des problématiques de santé que nous vivons en avançant en âge? Si oui, rejoignez notre commission Santé.

Elle propose notamment aux adhérent-es de l'AVIVO des entretiens et de l'aide confidentiels pour remplir leurs «Directives anticipées» ainsi que des «Mandats pour cause d'inaptitude».

Depuis trois ans nous cherchons à promouvoir de possibles réponses pour faire face aux canicules et restons à disposition pour qui le souhaiterait. Nous suivons aussi de près les développements en matière d'assurance maladie et de promotion de la santé. Nous accueillerons volontiers toute nouvelle proposition touchant à la santé.

Intéressé-e? Contactez Natacha Wüst par courriel à: natacha@natwust.ch **LP**



La commission Santé, un lieu d'échanges. W PRODUCTION

AVIVO

Financement de la 13^e rente AVS: une décision regrettable du Conseil national

L'AVIVO Suisse regrette la décision prise par le Conseil national concernant le financement de la 13^e rente AVS. Alors que le peuple suisse a clairement accepté cette avancée sociale historique, la majorité parlementaire cherche désormais à en faire porter le coût de manière injuste à la population, plutôt que de mettre en place un financement véritablement solidaire.

Pour l'AVIVO, la 13^e rente AVS doit être financée selon les principes qui ont fait le succès de l'AVS depuis sa création: la solidarité entre les revenus, entre les générations et entre les différentes catégories de la population. Les personnes retraitées ne doivent pas être les victimes d'une telle politique qui refuse de solliciter davantage les revenus les plus élevés et les grandes fortunes.

L'AVIVO Suisse continuera à se battre avec détermination pour un financement équitable et solidaire de la 13^e rente AVS. ■

AVIVO Suisse recommande d'accepter le postulat Friedl

AVIVO Suisse soutient le postulat Friedl (24.4092), qui demande une analyse systématique des discriminations sur le marché du logement. Si cette problématique concerne particulièrement les personnes en situation de handicap, elle touche également de nombreuses personnes âgées, confrontées à des obstacles liés à l'accessibilité, à la disponibilité de logements adaptés et à leur capacité financière.

Face à la pénurie de logements et au vieillissement de la population, il est essentiel de disposer de données solides permettant d'identifier les mécanismes de discrimination et d'évaluer l'efficacité des instruments juridiques existants.

Les discriminations dans l'accès au logement ne portent pas seulement atteinte aux droits des personnes concernées; elles sont également dommageables pour la cohésion sociale en renforçant l'exclusion, l'isolement et les inégalités au sein de la société.

Le postulat constitue une première étape nécessaire pour mieux comprendre ces inégalités et développer des mesures garantissant un accès équitable au logement pour toutes et tous. ■

Musique, rencontres et convivialité au cœur de l'été!

L'AVIVO au Parc des Franchises cet été!

Les jeudis

- ✓ 23 juillet
- ✓ 30 juillet
- ✓ 6 août
- ✓ 13 août

De 16h00 à 19h00

Venez nous retrouver au Parc des Franchises pour partager un moment chaleureux et convivial.

BUVETTE | PETITE RESTAURATION | PROGRAMMATION MUSICALE

On vous attend!

AVIVO Genève

Entrée: 40 route de Châtelaine, bus No 6 et 19, arrêt «Ouches» et bus 10 arrêt «Franchises».

INFORMATIQUE

Deux nouveaux ateliers

Dans le cadre de notre engagement à accompagner nos membres vers une plus grande autonomie numérique, nous avons organisé deux ateliers «Sécurité en ligne» au mois de mai et «Gestion des documents numériques» en juin. Afin d'assurer cette continuité de service et de répondre aux besoins de nos membres, deux nouveaux ateliers sont proposés:

Mardi 14 Juillet 10h00-12h00

Bien utiliser son appareil (smartphone, tablette, téléphone) au quotidien

Jedi 20 Août 10h00-12h00

Effectuer ses démarches administratives en ligne

Ces rencontres permettent à chacun-e de développer ses compétences numériques, de gagner en confiance et de rester autonome dans un environnement toujours plus digitalisé.

Inscription au tél: 022 329 14 28 ou 078 202 38 22

Courriel: avivo-informatique@avivo.ch

L'équipe informatique vous souhaite de belles vacances d'été et se réjouit de poursuivre avec vous les cours individuels et collectifs, les ateliers thématiques ainsi que les visites à domicile. **EB**

Soutenir le référendum pour défendre le salaire minimum

Un travail non précaire, sans harcèlement, un logement et des soins moyennant des loyers et des primes abordables devraient être des droits pour toutes et tous. La majorité parlementaire (UDC, PLR, Verts libéraux, Centre) veut les réserver à une minorité de privilégié-es. Selon la Fondation Partage, 17'000 personnes ont reçu de l'aide alimentaire chaque semaine à Genève en 2025.

CHRISTIAN DANDRÈS

Les conditions de vie se détériorent. Les statuts précaires se multiplient. Or, il est impossible de se projeter sans contrat stable, ne serait-ce que de pouvoir louer un logement. Certains employeurs cherchent aussi à transférer le risque entrepreneurial sur leurs travailleuses. Le modèle d'Uber repose sur cette logique de pseudo-indépendants (mais vraies exploités). Robert Cramer lui-même avait dénoncé au Conseil des Etats les contrats de travail à 0 heure.

Précarité d'un côté, intensification massive du travail de l'autre: cette double pression génère du stress, de la souffrance et des maladies. Le patronat et ses représentants politiques s'en prennent alors aux certificats médicaux qu'ils qualifient de «complaisance»

et veulent affaiblir le secret médical. Et si cette surcharge était compensée par une rémunération en hausse... mais il n'en est rien. Entre 2016 et 2026, les salaires ont stagné en Suisse, malgré l'augmentation de la productivité du travail. Dans les secteurs de l'industrie et de la logistique, notamment, le salaire médian a même baissé.

Des initiatives populaires aux effets positifs

Pour assurer un minimum de dignité au salarié-es, les syndicats ont lancé des initiatives populaires pour instaurer des planchers sociaux en matière salariale. En Suisse romande, ces salaires existent à Neuchâtel et à Genève. Ils compensent la faiblesse des salaires minimaux des conventions collectives de travail (CCT).

A Genève, ce salaire atteint cette année CHF 24,59 brut par

heure, ce qui correspond à 60% du salaire médian. C'est peu en comparaison du Portugal (68%) et de la France (62%).

Son adoption à Genève a eu un effet positif substantiel sur les emplois à bas salaire (femmes, moins de 25 ans, salariés peu qualifiés, métiers physiques pénibles et professions manuelles). La proportion de salaires inférieurs au salaire minimum est passée de 7,4% en 2020 (date de l'introduction dans la loi) à 4% en 2022. Un exemple marquant est celui de «l'hébergement médico-social» (près de 8'000 emplois à Genève): un salaire sur deux était en dessous du salaire minimum en 2020 contre 14,8% en 2022.

Le comble du cynisme politique

Evidemment, cette mesure a un effet redistributeur des employeurs vers les salarié-es. Imposé au patronat par votation populaire, ce dernier a décidé de passer par Berne pour les remettre en cause. Il s'est trouvé un Conseiller aux Etats, M. Ettlin (Centre, ex. PDC), pour proposer que les salaires des CCT étendues priment sur les salaires minimaux cantonaux s'il sont plus bas. Nous marchons sur la tête! Etendre une CCT est une mesure destinée à lutter contre la sous-enchère. Ettlin et ses amis veulent au contraire les



L'Assemblée fédérale a adopté une loi antisociale et revancharde, contre laquelle un référendum a été lancé.

EYETRONIC

utiliser pour contourner les salaires minimaux.

Durant les travaux parlementaires, la portée de ce projet de loi a été quelque peu adoucie. Les salaires minimaux en vigueur seront épargnés, mais ils ne pourront pas être indexés. Le protection contre la pauvreté

qu'ils représentent sera peu à peu rognée. L'Assemblée fédérale a adopté cette loi antisociale et revancharde vendredi 19 juin. Le référendum est lancé. Les feuilles de signatures sont à télécharger sur le site de l'Union syndicale suisse. Mobilisons-nous pour faire aboutir ce référendum! ■

CONSEIL SUISSE DES AÎNÉS

Bien accompagné·e-s dans la vieillesse

Le CSA (Conseil suisse des aînés) a organisé une conférence à Lausanne, le 28 mai dernier: expériences, attentes et perspectives concernant l'accompagnement dans la vieillesse.

ANNETTE ZIMMERMANN

La salle de conférence de l'hôtel Alpha-Palmiers était comble, en ce jeudi ensoleillé. Les représentante-s des associations de seniors, des professionnel-le-s de la santé, les délégué-e-s du CSA étaient réuni-e-s pour un événement centré sur le thème communément désigné «Proches aidants» et animé par plusieurs personnalités. Martin Hafen (professeur honoraire à la Haute école de travail social de Lucerne) a ouvert la réunion par un exposé dynamique: «Bien pris en charge dans la vieillesse, un investissement pour l'avenir».

M. Hafen a notamment insisté sur l'importance de la prévention et les formes de résilience possibles: réduction de l'isolement social, être utile aux autres. Il évoque les champs d'action importants: les soins personnels, l'organisation de la vie quotidienne, la participation à la vie sociale et communautaire, la coordination avec le quartier de vie, la gestion ménagère indépendante. Il considère comme fondamentale la nécessité de prévoir un accompagnement psychosocial efficace, et facile d'accès. De même, la sécurité matérielle est bien sûr un élément important pour aborder une vieillesse sereine.

En Suisse, le développement démographique pose des défis majeurs. Il faut absolument augmenter le nombre de soignant-e-s formé-e-s en gériatrie. Comment valoriser les métiers du «care»? M. Hafen conclut par des considérations sur l'importance de la reconnaissance précoce des besoins des personnes âgées, et de la sensibilisation indispensable de la population et des élu-e-s à la politique de la vieillesse.



Bien vieillir est une responsabilité collective.

THESHOOTER

Citons encore l'intervention de notre co-présidente, Anne-Catherine Lyon, qui insiste sur la nécessité de relever le défi du manque de personnel formé, alors même que l'augmentation des seniors est prévue depuis longtemps! Plusieurs solutions différenciées doivent être proposées et soutenues tant par la Confédération que par les cantons.

Une table ronde avec Mme B. Luisier, de l'OFAS, Mme Béatrice Baselgia, présidente de Pro Senectute des Grisons, Mme Céline Longchamp, directrice de la Fondation Pro-XY a permis d'évoquer la situation concrète des proches aidants: formation, reconnaissance salariale. Des chantiers ouverts et importants. ■

Virée en autostop dans les territoires israélo-palestiniens

En mai-juin 2025, Serge Hastom a effectué un périple en autostop à travers Israël et la Cisjordanie. *Et Dieu dans tout ça* est le récit dense et foisonnant de ces deux mois d'errance à travers la complexité des territoires.

MARYELLE BUDRY

En mai 2025, un jeune reporter s'engage dans une folle et courageuse aventure: partir en autostop sur les routes de Palestine et d'Israël pour rencontrer les habitants de cette région du Moyen-Orient ravagée par le colonialisme et la guerre. Il a déjà expérimenté ce genre d'approche en Russie, aux États-Unis et en France profonde, pour découvrir ce que vivent tant les révoltés que les conservateurs de ces campagnes isolées. Son récit de voyage très compliqué et dangereux est également extrêmement bien documenté, il sait que sous les gazons verts, les terrains de tennis et de golf et les belles baraques des colonies israéliennes, il y a les ruines de villages palestiniens, et tout proches de ce luxe, une mosquée, des rues défoncées

qui ne mènent nulle part et des hommes désespérés, sans possibilité de travail. Il découvre aussi que «sous l'apparente unité de la société juive israélienne dans son soutien à l'invasion de Gaza, une gamme infinie de divisions révèle en transparence la multiplicité de ces rapports individuels à l'Etat, selon des parcours personnels influencés par le groupe ethnique, politique, religieux ou social de chacun et cela jusqu'au sein des partis d'extrême-droite...».

Pour peupler ses colonies, Israël a largement fait appel à des communautés qui voulaient fuir, par exemple des Géorgiens, des Afro-Américains, des Africains du Sud, qui se revendiquent juifs, tout en pratiquant d'autres cultes... De plus, maintenant, la main d'œuvre subalterne vient d'Asie. C'est passionnant de découvrir la complexité



des humains et des territoires, et tout de même un peu désespérant; comment va-t-on pouvoir s'en sortir? Serge Hastom, durant son périple de deux mois, n'a pas pu entrer dans la bande de Gaza et n'a pas pu rencontrer de militant-e-s actifs et actives contre le régime d'Israël et contre son armée. Mais il sait qu'ils et elles existent et qu'un chemin vers la paix, la démocratie et l'égalité se trace, lentement et fastidieusement... ■

Serge Hastom
Et Dieu dans tout ça?
Stock, 2026, 505 pages.

Lectures d'été

Un amour qui se révèle être une emprise toxique

Martine Ruchat signe ici son premier roman. On retrouve la biographe attentive aux soubresauts des vies humaines, qui s'attache au destin d'Anne, tombée sous l'emprise d'un homme rencontré au moment de sa retraite. Anne a disparu. Sa meilleure amie, la narratrice, retrouve différents écrits abandonnés par Anne. Elle reconstitue la longue traversée tumultueuse de la relation toxique de son amie avec ce nouvel amour, un homme connu de la narratrice qui n'avait pas saisi l'envergure de l'emprise de cette relation.

L'écriture fluide, aux descriptions concrètes, parfois presque insoutenables de Martine Ruchat emmène les lecteur-trices dans une sorte de voyage initiatique. L'héroïne, Anne, femme moderne, intelligente, pleine de ressources, tendre et empathique, est emportée dans un inextricable réseau affectif, qu'elle ne peut maîtriser. «Assise sur le bas-côté, je suis restée longtemps désorientée, ébouriffée, éberluée, aphone». Quel sera le destin d'Anne?

Voyager en lisant!

Pour se plonger dans une atmosphère grecque, rien de mieux que de lire cet ouvrage de Louis de Bernières. Vous partez sur l'île de Céphalonie, sur la mer Ionienne. En 1940, différents occupants, militaires, arrivent sur l'île. Les habitants voient leur vie complètement bouleversée. Notamment Pélagia, la fille du Docteur Yannis, le médecin qui soigne tout le monde, y compris les animaux. Elle voudrait bien faire des études, elle aussi, mais la guerre va changer son destin.

D'abord, les Italiens arrivent et s'installent. Plusieurs sont gentils, et le capitaine Corelli, hôte malgré lui du Dr Yannis, se révèle un musicien plutôt qu'un soldat. Mais quand surgissent les Allemands, la violence sévit, et de plus les privations alimentaires et sanitaires augmentent drastiquement.

A la manière d'Alexandre Dumas, Louis de Bernières nous livre un roman haut en couleurs, truculent, avec des descriptions d'une exactitude parfaite, parfois insoutenable, des amours cachés ou quasi impossibles. On n'oubliera pas de sitôt la si jolie Pélagia qui devra attendre son capitaine musicien durant des années, le si dévoué Dr Yannis, qui écrit à ses heures perdues l'histoire de son île, le si tendre Carlo Guercio, qui aime les garçons et doit se battre contre son gré. Une fresque romanesque et tragique qu'on ne lâche pas avant la dernière page révélatrice.

ANNETTE ZIMMERMANN



Martine Ruchat
Couleurs couleuvre.
Edition fictio BSN PRESS
2026.

Louis de Bernières
La mandoline du capitaine Corelli



Louis de Bernières
La mandoline du Capitaine Corelli.
Folio 2019 n° 3148, 687 p.

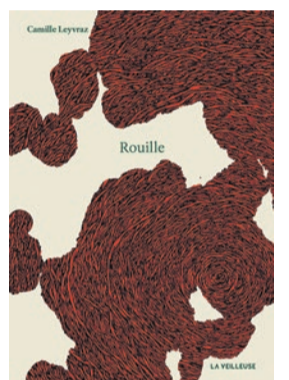
Les stimulantes Journées littéraires de Soleure

Cette année, parmi bien d'autres lectures, débats et ateliers pratiques, une rencontre a particulièrement retenu mon attention: quatre écrivaines débattaient autour du thème «Maternités: quand donner la vie ne va pas de soi». La grossesse après un viol, le déni de grossesse, l'interruption spontanée de grossesse et la procréation médicalement assistée ont été les thèmes de quatre livres interpellants.

MARYELLE BUDRY

Rouille

Camille Leyvraz exprime le profond trouble d'une jeune femme habitée par une vie qu'elle n'a pas souhaitée. Elle ne désigne pas autrement ce qui se passe en elle que par ce mystérieux «ça» qui remue, qui tape dans son ventre et qui change son corps. Elle vit dans une famille isolée à la campagne. Après les premières hontes et colères, les parents finalement la soutiennent et surtout son frère est près d'elle. Il paraît très fruste et sent les choses viscéralement, mais il s'acharne à aider sa sœur. Il a chassé le violeur loin du village. Elle accouche et voit la chose: «ça a la peau toute rose... ça ne trouve pas le mamelon... ça crie... je ne veux pas voir, pas savoir», mais elle la nourrit et sent l'attendrissement de sa famille, et peu à peu le mot «l'enfant» apparaît. Un enfant qui affirme d'ailleurs très fort son droit à la vie. Même la mère du violeur, qui crachait de fureur contre la jeune femme, s'apaise en la croisant avec l'enfant dans la rue du village...



Camille Leyvraz
Rouille
Ed. La Veilleuse

Tombée des nues

L'histoire se passe dans une ferme perdue. Lors d'une nuit de tempête de neige, Marion, qui a choisi la vie rurale auprès de l'homme qu'elle aime, est soudainement prise de douleurs foudroyantes au ventre. Son mari, bien aidé par un bon copain, la conduit d'urgence à l'hôpital. Une folle nuit qui débouche sur un bébé que personne n'a vu venir! Si le père se reconnaît tout de suite père et si le cœur des grands-parents s'ouvre rapidement, la mère, Marion, est en état de sidération durant plusieurs jours avant qu'elle n'ose toucher l'enfant, aidée par une sage-femme et par tout le village qui fête l'évènement.



Violaine Béro
Tombée des nues
Buchet-Chastel, 2018

Rêves d'azote

Un roman extrêmement moderne et partiellement autobiographique. Une jeune médecin et son mari d'origine italienne prennent des vacances en Ligurie au bord de la mer... Pendant ce temps, six embryons patientent sagement à Lausanne. «Tout restait encore à faire: implantation, croissance, accouchement». Ce couple infertile a choisi la PMA plutôt que l'adoption, parce qu'il avait envie «qu'il reste quelque chose de nos ancêtres dans les prochaines générations». En attendant que la vie germe en elle, la médecin lit un essai philosophique de Vinciane Despret *Au bonheur des morts* et analyse des épisodes de ses engagements professionnels au service des urgences et en psychiatrie, entre vie et mort, entre vivants et disparus. Et pourtant, malgré la gravité du sujet, l'auteure manie l'humour avec génie et j'ai maintes fois éclaté de rire, partageant sa vision acérée et tendre. A la fin des vacances et du livre, le mystère de la potentielle grossesse demeure. Mais à Soleure, à la fin de la discussion entre les quatre auteures, j'ai vu un homme avançant une poussette et de petits bras se tendre vers Claire May!

Je n'ai pas lu les poèmes que Sibylle Bolli dédiait à son enfant mort-né dans *Femme verticale* (Empreintes, 2025), mais j'ai appris d'elle que l'expression «fausse couche» est tout à fait erronée, car l'embryon était bien réel, et la douleur vraiment vécue. ■



Claire May
Rêves d'azote
Hélice Hélas, 2026

SUDOKUS

N° 23 Niveau: facile

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

N° 24 Niveau: modéré

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

N° 25 Niveau: difficile

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

N° 26 Niveau: expert

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

Solutions des sudokus en page 9

MOTS CROISÉS

N° 402

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

HORIZONTALEMENT

1. Libre disposition des biens reçus. Année. 2. Ornaments de passementerie situés sur les épaules d'un gradé. Le non à l'ONU. 3. Des clopinettes. Argon. Outil. 4. Coin douillet Syn.: mammitte. Soirée dansante. 5. Nommera un nouveau maire. Disparition complète d'un mal physique ou moral. 6. Saint-Michel (Normandie). Ville des Caennais. Toutes taxes comprises. 7. Roman de Chateaubriand (1801). J.-C. Ordre du Temple solaire. Vache aimée de Zeus. 8. Plaine caillouteuse des régions désertiques. Ville belge. Fémur. Le roi de la basse-cour. 9. Grefferas. Hailé Sélassier, dit. 10. Do. Erbium. 365 jours. Le non slave. 11. Prénom féminin. Ville des Bouches-du-Rhône. Myth. gr.: dieu des Bergers et des Troupeaux. 12. Radium. Semblable. Empereur romain. 13. Singe-araignée. Nickel. Alternative. 14. Multiplié par trois. Grand rapace diurne. 15. Ville des Eudois. Couleur. Amérindien. Ancien nom de Tokyo.

VERTICALEMENT

1. Plante voisine de l'aster. 2. Homme réduit à la servilité, à la misère et à l'ignorance. Taxe. Ruisseau. 3. Culture des jardins. Note. 4. Affirmation. Radio européenne. Négation. Amende. 5. Savant musulman. Roman d'Albertine Sarrazin (1965). 6. Victoire napoléonienne. Saint-de-Bigorre. Louper. 7. Tas de bois mesuré. Personnage comique créé par Molière. 8. Vénus de Milo et le Penseur. Sigle de l'Europe Ecologie. 9. Relatif à l'air. Risques. Élément vital. 10. J.-C. Tour. Crâne. Do. 11. Exécuté en peinture. Inclinaison d'un terrain. 12. Prénom féminin. Syn.: script. 13. Flétan. Méthode de contrôle des naissances (tombée en désuétude). Union européenne. 14. Océan. Point cardinal. 15. Fête annuelle. Cobalt. Thérèse d'Avila.

SOLUTION N° 401

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

N° 403

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

HORIZONTALEMENT

1. Ecrivain américain (Croc Blanc, 1906). Edits. 2. Ville tessinoise. Large bras de mer formé par l'Atlantique entre la France et la Grande-Bretagne. 3. Alph. grec. Sélénium. Ville piémontaise. 4. Je m'opposai à une action. Commune du canton de Zurich. 5. Moyen de transports en France. Existences. Strontium. 6. Ville du Frioul-Vénétie Julienne (port). Ville du Calvados. 7. Passe à Saint-Omer. Alph. grec. Une Confédération suisse. Tari. 8. Rêvé. Rinqas. La Suisse. 9. Il aide à fixer les teintures. Cupidon. Essays. 10. Millilitre. Intrépide. Argon. 11. Se déplaça en bicyclette. Etain. Sélection. 12. Erbium. Mesure de l'intelligence. Appareils utilisés en gymnastique artistique. 13. Elle protégeait le corps des hommes d'armes au Moyen Âge. Fit le malin. 14. Marche sans but précis. Métal. 15. Petite baie peu profonde. Voie de la circulation. Il n'a pas dit la vérité.

VERTICALEMENT

1. Capitale d'Indonésie. Unité de mesure d'intensité du courant électrique. 2. Bradypes. Rendre la voix rauque. Radium. 3. Bruit produit par le grillon. A payer. Acide ribonucléique. 4. Knock-out! Etalages de marchandises en dehors du magasin. 5. Grande plaine herbeuse d'Amérique du Sud. Article de la grammaire espagnole. 6. Lac des Pyrénées. Myth. gr.: personnage de l'Odyssée, fils d'Ulysse et de Pénélope. 7. Lézard apode insectivore. Note. Fin de verbe. 8. Décimètre. Mammifère arboricole (paresseux). Adverbe. Élément. 9. Il habite Al-Ahsa, l'une des plus grandes du monde. Posture de yoga. Article défini. 10. Direction. Curriculum vitae. Il se forme avec une température sous zéro. 11. Castrer un animal. Etat-Major. 12. Ville du Tibet. Il créa l'Ecole normale supérieure de jeunes filles à Sèvres. Déambule sans but. 13. Mouches. Ville japonaise. 14. Pron. personnel. Myth.: breuvage divin à base de miel qui procurait l'immortalité. Niais. 15. Tour complet d'une hélice. Vacarme.

La Collective cherche ses habitantes

Dès mars 2027, quatre appartements situés au cœur de Genève seront proposés à des femmes de 65 ans et plus, dans un lieu inédit dédié à l'égalité de genre.

Située dans le quartier de Plainpalais, La Collective est un projet féministe original. Dès son ouverture en mars 2027, ce lieu réunira sous un même toit un café, la bibliothèque féministe Filigrane, l'Espace Santé Femmes*, un espace numérique, une crèche halte-garderie, une boutique de seconde main, des associations féministes et des logements pensés pour des femmes dans des situations de vie différentes: femmes ayant besoin d'un logement temporaire accompagnées par l'association Aux 6 Logis, étudiantes, et femmes seniors.

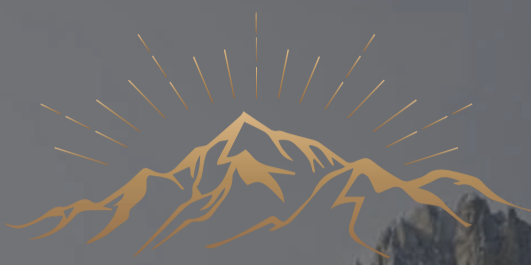
Quatre appartements de 50 m² sont destinés à des femmes de 65 ans et plus. Chacun comprend une chambre, une salle de douche, une cuisine semi-ouverte équipée, donnant sur le séjour, une cave privative de 3 m² et un accès au local vélo collectif.

Comment postuler?

Le dossier de candidature doit être envoyé par e-mail à logement@lacollective.ch avant le 30 septembre 2026. Les dossiers seront ensuite examinés et les candidates retenues seront conviées à un entretien en octobre. L'emménagement de toutes les résidentes est prévu en mars 2027.

Pour plus d'informations sur les logements et les conditions de postulation, consultez le site: <https://lacollective.ch/la-collective-cherche-ses-habitan-tes>

UNE ADHÉSION DE PLUS,
C'EST UNE AVIVO PLUS FORTE.



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



Loèche-les-Bains

Atelier de conduite seniors: un exercice bienvenu!

Les senior-e-s sont souvent accusé-e-s de mal conduire, alors que les statistiques réfutent cette idée. Ces préjugés peuvent insécuriser les senior-e-s ou leur famille; une raison mentionnée par plusieurs participant-e-s à l'atelier auquel j'ai participé.

Le TCS propose des ateliers de conduite pour senior-e-s: l'occasion de faire le point sur ses connaissances théoriques et ses aptitudes pratiques, dans une ambiance sympathique et non jugeante.

Dans la première partie, théorique, nous revoyons avec un responsable de la police, comment entrer sur l'autoroute (on devrait être à 120 km/h juste avant de s'introduire dans le trafic et si personne ne nous laisse entrer, ne pas freiner mais rouler d'abord sur la bande d'urgence), comment réagir en cas d'accident ou remplir un constat à l'amiable, ce qui s'avère toujours préférable lorsque personne n'a été blessé, car ces situations ne sont alors pas considérées comme prioritaires; et la police peut prendre du temps à venir établir le constat. De plus, elle est contrainte de verbaliser, ce qui va engendrer des coûts supplémentaires.

Les exigences du contrôle médical

Un représentant de l'Office cantonal des véhicules nous explique ensuite les exigences du contrôle médical obligatoire dès l'âge de 75 ans (chaque 2 ans), ce que cet examen contient et les raisons qui peuvent conduire à un retrait de permis.

L'avantage, dans un groupe, c'est que d'autres vont poser les questions auxquelles vous

n'aviez pas songé ou que vous n'osiez pas poser, par crainte de paraître idiot-e. Puis nous passons à la partie pratique: après quelques explications en bordure de piste, un moniteur va faire un freinage d'urgence à 30 km/h puis à 60 km/h. Les participant-e-s doivent anticiper où la voiture s'arrêtera: une surestimation générale pour l'arrêt à 30 km/h alors que tout le monde sous-estime largement la vitesse de freinage pour la voiture lancée à 60 km/h! Nous sommes tous impressionné-es de constater la distance nécessaire pour arriver à s'arrêter (environ 35 mètres et chaque seconde supplémentaire ajoute environ 18 mètres à cette distance d'arrêt!).

Avoir conscience des risques au volant

Puis c'est l'occasion de tester nous-même cela, au volant de notre véhicule avec les deux mêmes types de freinage. Tout le monde freine tardivement et dépasse la distance indiquée par le moniteur. Mais ça permet de faire le point et d'être plus conscient-e des risques au volant. Se répéter mentalement les consignes données avant d'entrer sur l'autoroute me rassure désormais, car je suis plus attentive et consciente des risques.

Nous testons ensuite notre mobilité au volant: slaloms



Anticiper, freiner, évaluer les distances, cela passe aussi par la formation continue, à tout âge.

TCS

autour de cônes placés sur le sol, et diverses manières de parker: en marche avant, en marche arrière, en créneau à droite et à gauche. Les conseils avisés des moniteurs nous aident à gagner ou à regagner en efficacité et assurance.

Nous repartons avec un ensemble de brochures claires et concises qui permettent de revoir chez soi des connaissances acquises il y a fort longtemps et de nous assurer que nous sommes encore dans le coup. ■

Des cours ouverts à toutes et tous

Ces cours sont ouverts à toutes et tous, ils sont gratuits et durent 3 heures sur le site de conduite du TCS du Plantin à Meyrin. Les ateliers sont complets jusqu'à la fin de l'année mais il est néanmoins possible de s'inscrire sur une liste d'attente (info@tcs.ch).

Les dates des cours seniors prévus pour 2026 seront en ligne dès le mois de septembre sur le site internet du TCS: www.tcsge.ch

AVIVO

La permanence d'impôts de l'AVIVO vient de se terminer

CHRISTINE SENTI

Nous vous remercions sincèrement, au nom de notre équipe de 30 bénévoles, pour la confiance que vous nous avez témoignée durant ces derniers mois. Vos attentions telles que les chocolats, les gâteaux, les fleurs, les sourires et les remerciements ont énormément compté pour nous. Plus de 1400 personnes ont sollicité nos prestations cette année.

Les nouveautés de l'année 2026

Nous avons pu offrir la gratuité aux bénéficiaires des prestations complémentaires AVS/AI grâce à la générosité d'un mécène genevois. Le bouche-à-oreille a été efficace puisque plus de 600 personnes ont pu en bénéficier. Cette donation sera renouvelée en 2027, alors si vous, vos proches et vos amis n'avez pas pu

en bénéficier en 2026, n'hésitez pas à venir l'année prochaine.

Dans le but que nos tarifs soient abordables pour les bénéficiaires de l'AI, de l'AVS, les chômeurs et les bénéficiaires de l'hospice général, nous avons entrepris de les simplifier.

Un revenu pour l'AVIVO tout en donnant du sens à son bénévolat

Cette permanence représente une source de revenus significative pour notre association; elle nous permet de continuer à offrir des services à ceux qui sont les plus démunis.

Vous souhaitez nous suggérer des améliorations ou nous faire part de vos remarques? Vous avez envie de donner du temps pour une activité qui a du sens dans une bonne ambiance de travail? Vous êtes motivé-e à rejoindre



La permanence d'impôts, une solidarité concrète.

PORMEZZ

une équipe dynamique, solidaire tout en faisant de nouvelles connaissances? Alors, n'hésitez pas à nous contacter par courriel à l'adresse suivante: impots@avivo.ch. ■

Suite de la page 1

► essentiellement défini par la perte. Les centenaires qui s'y expriment ne sont ni des modèles héroïques à célébrer de loin, ni des coûts à administrer, ni des vestiges d'un monde disparu. Ils sont des vies, faites de choix, d'épreuves, de convictions, d'attachements et de mémoire; autrement dit, ils sont des personnes à part entière, traversées par une histoire, inscrites dans des liens sociaux et capables encore d'interroger notre manière de faire société.

Notre société aime les seniors lorsqu'ils sont performants, souriants, sportifs,

connectés, presque «pas vieux». Elle les supporte moins lorsqu'ils rappellent ce que le vieillissement signifie concrètement: fragilité, lenteur, besoins d'accompagnement, solitude possible, corps moins docile. Cette préférence pour les «vieux qui ne font pas vieux» est déjà une forme d'âgisme (l'âgisme désigne les stéréotypes, discriminations et formes de mépris fondés sur l'âge, qu'ils soient explicitement hostiles ou apparemment bienveillants). Elle impose aux personnes âgées de «mériter» leur place en ressemblant le moins possible à l'image que l'on se fait de la vieillesse. Chacun l'aura

compris, l'âgisme consiste précisément à effacer la complexité du vieillissement.

Quelle société voulons-nous?

La véritable question politique est donc la suivante: construisons-nous une société qui permette aux personnes âgées de rester actrices de leur vie, ou une société qui les range progressivement dans la catégorie des êtres à gérer? Les mots sont importants. Quand on parle des vieux comme d'un «poids», d'un «coût», d'un «problème démographique», on prépare déjà leur mise à l'écart. Quand on parle d'eux comme de sujets de droit, de citoyens,

de personnes porteuses d'expérience, on change entièrement de perspective.

La lutte contre l'âgisme ne peut donc pas se limiter à de bonnes intentions. Elle suppose des politiques publiques capables de reconnaître les personnes âgées comme des citoyennes et citoyens à part entière: dans le logement, les soins, la mobilité, le numérique, la vie sociale associative, la culture et la représentation politique. Il est plus que temps que les partis politiques – au moins ceux qui sont considérés généralement comme progressistes – s'emparent de cette problématique. ■

DOSSIER CANICULE

Pour les personnes intéressées par le sujet, il est encore possible de s'inscrire à l'étude ci-contre.

**Comment vivez-vous les journées chaudes de l'été ?****Étude sur la chaleur et la santé en Suisse**

Quel est l'impact de la chaleur estivale sur votre santé et votre bien-être au quotidien ?

Comment vous protégez-vous – et qu'est-ce qui vous aiderait à mieux supporter la chaleur ?

C'est précisément ce que l'étude CCHeSS* de l'Institut Tropical et de Santé Publique Suisse (Swiss TPH) cherche à déterminer.

**Voici pourquoi cela vaut la peine de participer :**

- ✓ Vous contribuez à mieux comprendre les effets de la chaleur sur la santé en Suisse
- ✓ Vous contribuez à l'élaboration de futures mesures de protection contre la chaleur
- ✓ Vous acquérez une meilleure compréhension de la manière dont la chaleur influence votre propre bien-être
- ✓ Vous recevrez régulièrement une newsletter sur l'étude contenant les premiers résultats et des informations intéressantes sur la chaleur
- ✓ Si vous le souhaitez, vous avez la possibilité de participer à des ateliers sur le thème de la chaleur et de la santé

En quoi consiste votre participation ?

- Vous remplissez de courtes enquêtes en ligne, confortablement depuis sur votre smartphone, votre tablette ou votre ordinateur
- Temps requis : environ 2 à 3 heures par an, réparties sur plusieurs courtes enquêtes
- Durée de l'étude : de mars/avril à septembre en 2026 et 2027
- Vos données seront traitées de manière confidentielle

Vous pouvez participer si vous :

- avez entre 55 et 85 ans
- vivez dans un ménage privé (votre propre foyer)
- parlez allemand, français, italien ou anglais

**Plus d'informations sur l'étude et l'inscription**

Cela vous intéresse ? Scannez le code QR ou saisissez « https://bit.ly/cchess_study » dans votre navigateur Internet pour accéder à la page d'inscription sans engagement contenant des informations détaillées sur l'étude. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions – nous serons ravis de vous aider :

Jana Bühler, Dr des. Alexandra Bürgler, Dr Martina Ragetti

Site web : www.swisstph.ch/fr/cchess

Tél. : +41 61 284 93 80

E-mail : heat@swisstph.ch

Votre participation est volontaire et peut être annulée à tout moment.



Votre contribution compte. Ensemble, nous agissons pour rendre la Suisse mieux adaptée à la chaleur.

Merci beaucoup pour votre soutien !

*CCHeSS = Climate Change and Health: Challenges and Opportunities to Build Resilience in Switzerland and the Global South

LOISIRS AVIVO

LA CHORALE CHANT'AVIVO

Tous les lundis de 14h30 à 16h
AVIVO, rue de Lyon 97, au 4^e étage

YOGA SENIOR

Tous les mardis de 10h à 11h
CHF 20.- le cours. Inscriptions: budrypascaline@yahoo.fr
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
CHF 15.- le cours. Inscriptions: val.oppel@gmail.com
Espace quartier Le 99, rue de Lyon 99

PILATES DOUX

Tous les mardis de 14h45 à 15h45
CHF 20.- le cours. Inscriptions: info@purelifepilates.ch
Rue Lissignol 8, 1201 Genève

QI GONG

Les lundis de 10h45 à 11h45
Cours au chapeau.
Inscriptions: laurence.courtois2020@gmail.com
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^e étage

Informations complémentaires:
www.avivo.ch

LES CONCERTS DU DIMANCHE

CINÉ-CONCERT SHERLOCK JR

De Buster Keaton
Précédé de Entracte de René Clair.

27 septembre à 16h30

Gratuit
inscriptions jusqu'au 25 août

«LA NEUVIÈME DE BEETHOVEN»

Orchestre de la Suisse Romande & Orchestre de la Haute école de musique de Genève

25 octobre à 17h

CHF 9.-
inscriptions jusqu'au 18 septembre

CLASSICOSY

«La Truite» de Schubert précédé d'une médiation «Parlons musique» à la Bibliothèque de la Cité à 14h

22 novembre à 17h

CHF 9.-
inscriptions jusqu'au 16 octobre

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

La Vieillesse,
c'est quelle saison ?
Venez en parler dans le cadre des

Cafés Jubilants

4^{ÈME} RENCONTRE POUR
CRAQUER LE CODE DU
TROISIÈME (ÂGE)

- Mardi 7 juillet
- 18h - 19h30
- Café bar "La Rebelle"
- Rue de la Faucille 4, Genève

Contact:
Daniel Sepe
075 434 62 43
d.sepe@fahpa.ch

Organisé par la Plateforme des aînés
des Grattas

**UNE ADHÉSION DE PLUS,
C'EST UNE AVIVO
PLUS FORTE.**



BOLÉRO

**161 ANS D'ALPINISME
INTERNATIONAL
À GENÈVE**

du 21 mai au 2 août 2026

Galerie du Boléro
ch. Vandelle 8, à Versoix

Entrée libre du mardi au dimanche,
de 15h à 18h

Cette exposition dévoile différentes facettes de l'influence déterminante que les scientifiques, artistes et alpinistes genevois ont exercée durant 161 années d'histoire alpine.

www.bolero-versoix.ch

RETROUVEZ L'AVIVO SUR LES RÉSEAUX



Solutions des sudokus de la page 5

N° 23 Niveau: facile

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

N° 24 Niveau: modéré

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

N° 25 Niveau: difficile

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

N° 26 Niveau: expert

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

PUBLICITÉ



Recharge ton bonheur.

Réserve ton moment bien-être

leukerbad.ch

Loèche-les-Bains
SOURCE DE BONHEUR

PROMENADE À LYON



RH2010

Mardi 7 juillet 2026

Une journée entre gastronomie, découverte et shopping.
Départ de Genève, gare routière. Arrêt café libre en cours de route.
Découvrez les Halles Paul Bocuse, le temple de la gastronomie lyonnaise.
Plus qu'un marché, c'est aussi un lieu de restauration où vous pourrez vous régaler.
Repas de midi libre.
Puis shopping en ville, ou découverte à votre guise du riche patrimoine lyonnais.
Arrivée à la gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO: 60.-
Non membre: 70.-

LES GETS, LE MUSÉE DE LA MUSIQUE MÉCANIQUE EN FÊTE



MATHISPROD

Dimanche 19 juillet 2026

Départ de Genève, gare routière.
Retrouvez votre âme d'enfant et laissez-vous surprendre! Cette année, le thème est «la Musique Mécanique et le Jeu».
Flânez tranquillement dans les rues pour découvrir les animations, spectacles, concerts, joueurs d'orgues installés au cœur du village.
Repas de midi libre.
Arrivée à la gare Cornavin en fin d'après-midi.

Membre AVIVO: 50.-
Non membre: 60.-

ÉVOLÈNE, FÊTE DE LA MI-ÉTÉ

Samedi 15 août 2026

Départ de Genève, gare routière. Arrêt café libre en cours de route
Arrivée à Evolène pour assister à la grande Fête de la Mi-Été.
Une des fêtes les plus colorées du Valais! Grande fête folklorique avec le traditionnel cortège retraçant la vie d'autrefois.
Nombreuses animations dans le village.
Repas de midi libre sur place
Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée

Membre AVIVO: 55.-
Non-membre: 65.-
Billet d'entrée à payer sur place: 10.-

SAINT-GINGOLPH, LES PERLES DU LÉMAN

Jeudi 27 août 2026

Départ de Genève, gare routière en direction du canton de Vaud. Arrêt café-croissant libre en cours de route.
Montreux / temps libre pour flâner à votre guise dans la «perle du Léman».
Saint-Gingolph / repas de midi (entrée, plat, dessert – hors boissons). Le menu détaillé sera communiqué ultérieurement
Après le repas, visite des Perles du Léman à Saint-Gingolph (visite du Musée et de la Fabrique)

A la grande époque, les touristes venaient, notamment de Montreux, par bateaux entiers faire provision de colliers, bracelets et bijoux. Découvrez la fabrication des perles, identique pour 95% à la fabrication de l'époque.
Arrivée à la gare Cornavin en fin de journée.

Membre AVIVO: 115.-
Non membre: 135.-

LA VIRÉE LÉGENDAIRE AVEC DÉJEUNER AU BORD DU LAC

Mardi 8 septembre 2026

Départ de Genève, gare routière en direction de la Haute-Savoie
Arrivée à La Tour et petite balade pour découvrir le Lac du Môle dont le tour est totalement aménagé.
Tout est fait ici pour la détente, pour observer la nature, les roseaux, les nénuphars et les canards.
Repas de midi avec boissons dans un magnifique cadre de verdure, tout au bord du lac

VOTRE MENU

Assiette de truite marinée aux baies roses et aneth

Suprême de pintade rôti et sa farandole de champignons
Légumes frais de saison

Fromage sur assiette

Tarte du jour

Boissons incluses: apéritif Kir framboise ou violette, 1 bouteille de vin pour 4 et 1 café.

Après le repas, départ pour la Virée Légendaire! Vous serez entraînés dans un voyage à travers le temps, entre traditions et légendes, architecture, actualités et spécialités culinaires. Une virée instructive et drôle qui se terminera par une dégustation de produits régionaux. Possibilité d'achats.
Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO: 125.-
Non membre: 145.-

CHAQUE MEMBRE COMPTE.

CHAQUE NOUVEAU MEMBRE RENFORCE L'AVIVO.

TURIN ET SON MARCHÉ



LUIGI BERTELO PHOTO

Samedi 12 septembre 2026

Départ de Genève, gare routière. Arrêt café libre à Courmayeur.
Arrivée à Turin / temps libre sur son vaste marché. Venez découvrir l'ambiance du plus grand marché ouvert d'Europe.
Vous pourrez aussi vous promener et faire du shopping sous les arcades de cette ville magnifique.
Repas de midi libre
Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO: 67.-
Non membre: 77.-

VILLARS-LES-DOBES LE PARC DES OISEAUX



GUI

Vendredi 18 septembre 2026

Départ de Genève, gare routière en direction de l'Ain
Aire de Ceignes / pause-café croissant libre.
Villars-les-Dombes / découverte libre et à votre rythme du Parc des Oiseaux – 250 espèces et 2500 oiseaux.
Un concept unique pour observer des oiseaux sauvages et des oiseaux du monde.
Repas de midi dans le restaurant du parc, boissons incluses
L'après-midi, vous découvrirez le grand spectacle des oiseaux en vol.

VOTRE MENU

Mise en bouche

Vol au vent de quenelles de brochet, sauce Nantua

Ballotine de poulet fermier de l'Ain aux morilles

Faisselle à la crème

Symphonie de desserts

Boissons incluses: ¼ de vin du Bugey, eau en carafe et un café.

Arrivée à la Gare Cornavin en début de soirée.

Membre AVIVO: 125.-
Non membre: 145.-

FAIRE CONNAÎTRE L'AVIVO, C'EST LA FAIRE GRANDIR.

LE PUY DU FOU



JEROME AUFORT

Du 18 au 22 août 2026

Voyage organisé en partenariat avec la société Swisstouring

Elu deux fois «Meilleur Parc du Monde», le Puy du Fou offre une expérience unique au cœur d'une forêt centenaire. Vivez la magie des spectacles grandioses.
Logement en hôtel 4* sur le parc.
Entrée au parc en journée et spectacles en soirée.
Programme complet sur demande.

Membre AVIVO: 1'350.-
Non-membre: 1'450.-
Supplément single: 550.-

LA CORSE PER AMORE



CHLOPHYLLE

Du 19 au 25 septembre 2026

Départ de Genève en autocar et traversées maritimes de nuit.
Logement en hôtel 3* en bord de mer.
Pension complète, boissons comprises.
Programme d'excursions accompagnées par un guide local.
Programme détaillé sur demande

Membre AVIVO: 1'635.-
Non-membre: 1'735.-
Supplément single: 380.-

Inscriptions pour les excursions et voyages au secrétariat:

Tél.: 022 329 14 28

e-mail: accueil@avivo.ch

Arnaques en ligne: les bons réflexes

L'association FARES/VASOS a publié dans sa lettre d'information de septembre 2025 un article détaillant quelques arnaques assez courantes en ligne ou par téléphone. C'est l'occasion de réviser ses connaissances sur le sujet et de toujours prendre le temps de la réflexion avant d'agir.

BRUNO WEIDELI, FARES / VASOS

De plus en plus souvent, des fraudeurs tentent d'obtenir des données personnelles, des mots de passe ou même de l'argent. Leurs méthodes de fraude évoluent fréquemment et à grande vitesse. Ce texte met en lumière quelques méthodes de fraude actuelles, comme les appels provenant de prétendus prestataires financiers, tels que des banques, ou les e-mails de contraventions frauduleux prétendument envoyés au nom de la «police».

Machines à fraude actuelles

Appels provenant de prétendus prestataires de services financiers, tels que des banques, etc.: l'appelant «informe» que des transactions frauduleuses ont été détectées sur le compte. Il demande ensuite de fournir des informations de sécurité telles que des mots de passe ou des codes de sécurité. **Que faire? Ne divulguez aucune information, raccrochez rapidement et demandez à la banque si elle vous a réellement appelé.**

E-mails frauduleux au nom de la «police»: les fraudeurs envoient des e-mails au nom de services de police officiels avec un faux numéro d'amende. Les e-mails contiennent soit un lien, soit un code QR censé mener à des informations complémentaires. Sur les faux sites web, après avoir saisi le numéro d'amende, les données personnelles sont demandées, ainsi que les informations relatives à la carte de crédit pour le paiement. **Que faire? Ne divulguez aucune information, ne payez**

rien, demandez à la police si l'amende est vraiment une amende policière authentique.

Soyez également prudent avec les codes QR: ils peuvent vous rediriger vers de faux sites web ou vers des sites web infectés par des logiciels malveillants. **Que faire? Si l'expéditeur n'est pas clair, tapez toujours vous-même l'adresse du site internet dans votre navigateur.**

Voici quelques conseils importants pour vous protéger:

1. Vérifier attentivement l'expéditeur

- Ne vous laissez pas tromper par des noms connus (ex. «Banque», «Poste», «Galaxus», «Migros», etc.).
- Dans le programme de messagerie, cliquez sur le nom de l'expéditeur: on voit souvent la véritable adresse e-mail. Les fraudeurs se cachent volontiers derrière de fausses identités.

2. Prudence avec les liens et les codes QR

- Ne cliquez jamais sur un lien dans un message suspect.
- En passant le curseur de la souris sur un lien (sans cliquer), vous voyez l'adresse réelle. Si elle ne correspond pas à celle de l'entreprise légitime → n'y touchez pas!
- Les codes QR peuvent eux aussi être dangereux. Ils peuvent renvoyer vers des sites frauduleux ou infectés.

3. Toujours saisir soi-même l'adresse du site web

- Rendez-vous directement sur l'adresse internet connue, en la tapant vous-même ou en utilisant vos favoris enregistrés.

- Ainsi, vous évitez de tomber dans le piège d'un faux site.

4. Vérifier – mais correctement

- N'utilisez jamais les numéros de téléphone ou adresses e-mail fournis dans des messages suspects.
- Contactez plutôt votre banque, votre commerçant en ligne ou votre assurance en utilisant le numéro figurant sur une ancienne facture.

5. Reconnaître les appels frauduleux

- Les escrocs appellent souvent au nom de banques ou de prestataires financiers et prétendent qu'il y a eu des «transactions suspectes».
- Ils cherchent alors à obtenir que vous communiquiez vos mots de passe ou codes de sécurité.
- **Le bon réflexe à avoir:** raccrochez immédiatement et appelez vous-même votre banque, en utilisant le numéro figurant sur un document officiel de celle-ci.

6. Règle de base

- **En cas de doute:** ne cliquez sur rien, ne communiquez aucune donnée et contactez directement l'entreprise ou la banque concernée.

Restez vigilant-es et prudent-es – ainsi les escrocs n'auront aucune chance!

Article publié avec l'aimable autorisation de l'association FARES/VASOS.

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

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.

Le camarade Ziegler demeure avec nous!

MARYELLE BUDRY

Jean Ziegler, qui nous a tant sensibilisé-e-s politiquement et tant inspiré-e-s dans nos engagements sociaux et internationalistes, est décédé le 10 juin, juste avant la grande manifestation contre le G7 dans laquelle son portrait a été brandi par de nombreux militant-e-s. Sa présence était évidente dans ce long cortège.

Et quelques jours plus tard, sa famille nous a conviés à la cathédrale, pour une cérémonie d'hommage à la fois chrétienne – catholique et protestante – et révolutionnaire. Les prises de parole de camarades, dont une ancienne présidente de la Confédération, suisses, iranienne, chilienne, congolais, palestinien, sahraoui, français (Mélanchon en vidéo), une représentante de l'ONU, et de sa famille proche ont alterné avec des chants riches de signification: «Le Déserteur», «Hasta siempre Comandante», «Gracias a la Vida», ainsi que «A toi la gloire, ô Ressuscité», et se terminant par «L'Internationale», chantée poing levé par une partie de la foule très émue. Une cérémonie largement inclusive, «une convergence des luttes à lui tout seul», s'enthousiasmait son fils Dominique, qui s'est fait un prénom dans le théâtre, tout en restant fidèle aux idéaux de son père.

Jean Ziegler est maintenant enterré au cimetière des Rois, venez lui rendre hommage et surtout lisez ses livres! Cet orateur envoûtant était aussi un excellent écrivain. «La Suisse au-dessus de tout soupçon» (1976) et «La Suisse lave plus blanc» ont profondément marqué la Suisse. Il a réveillé les consciences et s'est attiré des procès de la part



Jean Ziegler, conscience critique de la Suisse.

RAMA

des banques. La Droite qui l'a attaqué toute sa vie ne lui a pas rendu hommage. Preuve, s'il en fallait, que son message de révolte contre l'ordre du monde dérange toujours et que nous devons le porter encore longtemps! ■

Edgar Morin, 100 ans de créativité

Quel plus bel exemple de vitalité et de créativité que celui du philosophe Edgar Morin (1921-2026)? Créatif toute sa vie, il a encore écrit plusieurs livres et répondu à de longues interviews après ses 100 ans, toujours rayonnant d'intelligence et de bonté.

J'ai dans les mains «Réveillons-nous!», paru en 2022 (Denoël), une synthèse, très accessible, de sa réflexion sur la complexité du monde et les voies incertaines, mais existantes, pour sortir de l'énorme crise que nous vivons. Il nous invite à «revenir à notre Terre», la patrie commune à la vie et à l'humanité. Et à lancer des politiques favorisant la Terre et l'humain. Il nous reste des pistes d'espérance, dans l'improbable qui peut toujours survenir, dans la créativité toujours renouvelée des humains et enfin dans la dislocation de notre système capitaliste...

À 103 ans, il a encore préfacé le livre de deux jeunes pères qui se demandent «Ce que les pères transmettent» (Cipel et Saïl, L'Aube, 2026) et leur insufflent son énergie, héritée de son père Vidal Nahoum, exilé «qui portait en lui la survivance de millénaires de culture méditerranéenne». «S'étonner sans cesse, être curieux toujours, s'émerveiller face à l'autre... la parentalité est un échange qui nous transforme», leur lègue-t-il comme message. Est-ce aussi un secret de longévité? **MB**

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

PUBLICITÉ

le déménagement en douceur



Devis gratuit

BALESTRAFICCertifié **Charte** Qualité
AGED