

GUIDE SENIORS 2025

INFORMATIONS ET ADRESSES UTILES



**VILLE DE
THÔNEX**

SERVICE DE LA COHÉSION SOCIALE

+41 (0) 22 869 39 70

social@thonex.ch

THONEX.CH

TABLE DES MATIÈRES

	PRESTATIONS COMMUNALES	5
	ASSOCIATIONS THÔNÉSIENNES	8
	AIDE À DOMICILE	10
	REPAS	12
	PROCHES-AIDANTS	13
	LOGEMENTS	14
	TRANSPORTS	15
	SANTÉ	18
	ÉTABLISSEMENTS SPÉCIALISÉS	19
	FOYERS DE JOUR	21
	ASSOCIATIONS SPÉCIALISÉES	22
	MALTRAITANCE	25
	PRESTATIONS CANTONALES	27
	LOISIRS	28
	BÉNÉVOLAT	32
	SOINS PALLIATIFS	34
	DEUIL	34
	ECOUTE	34
	DIVERS	35
	SÉCURITÉ	36
	NOTES	37

Profiter de sa retraite chez soi, dans un cadre familial et sécurisant, de manière autonome et épanouie : telle est le vœu de chacune et chacun. En tant que collectivité publique, nous devons y répondre de la manière la plus adaptée. Même si cela se traduit parfois par de nouveaux défis, comme préserver le lien social ou permettre de rester bien entouré.

Pour vous accompagner dans cette phase précieuse de votre vie, la Ville de Thônex est heureuse de proposer son nouveau guide seniors. Vous y trouverez des adresses utiles, des ressources locales et des services à votre disposition pour répondre à toutes vos questions. Que ce soit pour accéder à des services de proximité, bénéficier de soutien à domicile ou dans vos prestations administratives, ces informations doivent faciliter votre quotidien.

Nous espérons que ce guide permettra d'encourager l'entraide et de lutter contre l'isolement, afin que chacun puisse vivre sereinement sa retraite.

Bonne lecture !

Bruno da Silva,
Maire



PRESTATIONS COMMUNALES

EXPLOREZ LES AIDES ET SERVICES PROPOSÉS PAR VOTRE COMMUNE POUR FACILITER VOTRE QUOTIDIEN.

SERVICE DE LA COHÉSION SOCIALE

Guichet communal
Avenue Tronchet 13A
www.thonex.ch
Réception tous les jours
de 09h00 à 12h00
et de 13h00 à 16h00

SUIVIS INDIVIDUELS, AIDES ADMINISTRATIVES ET FINANCIÈRES

Romana BODENMÜLLER
Chargée de mission auprès des seniors
022 869 39 28
r.bodenmuller@thonex.ch
Joignable lundi
de 09h00 à 11h00
et de 14h00 à 16h00

ACTIVITÉS SENIORS (SORTIES, LOTOS...)

Sabrina CAPOBIANCO
Assistante administrative
022 869 39 70
social@thonex.ch

Les informations présentées dans ce guide ont été récoltées en 2024. Celles-ci peuvent être sujettes à modification et ne sont pas exhaustives.

SOUTIEN INDIVIDUEL

AIDE ADMINISTRATIVE

La chargée de mission auprès des seniors est à disposition pour fournir une aide administrative aux personnes en âge AVS qui rencontrent des difficultés dans certaines démarches telles que demandes auprès d'assurances sociales (AVS, Service des Prestations complémentaires, Allocations impotences), aide à la gestion des frais médicaux, gestion de budget, demandes de fonds. Elle peut vous conseiller au sujet des directives anticipées ou toutes autres demandes.

SOUTIEN FINANCIER

Le Service de la cohésion sociale peut accorder des aides financières ponctuelles sous certaines conditions. Il peut également faire appel à des fondations tierces.

RENCONTRES ET LOISIRS

JUBILAIRES

La Ville de Thônex fête les anniversaires (90, 100 ans et plus, et les 50, 60 et 70 ans de mariage) en offrant un apéritif et en livrant un cadeau à domicile.

Invitations par trimestre.

SOIRÉE DES AÎNÉS

Une fois par année, la Ville de Thônex offre un repas trois plats à l'ensemble des personnes en âge AVS résidant sur son territoire, agrémenté d'une animation.

Sur invitation uniquement. Gratuit.

Ouverture des portes à 18h00.

- Date : Mercredi 12 mars 2025
- Lieu : Salle des fêtes de Thônex
- Inscription : obligatoire

SORTIES SENIORS

Chaque année, la Ville de Thônex propose plusieurs sorties d'une journée avec des thématiques variées (touristiques, culturelles, gastronomiques, etc.) réservées aux seniors de Thônex.

Thématiques et dates:

- **CHANAZ, LA PETITE VENISE SAVOYARDE :**
Vendredi 9 mai – Mercredi 21 mai –
Vendredi 13 juin
- **AOSTE «LA ROME DES ALPES» :**
Mercredi 14 mai – Vendredi 23 mai –
Jeudi 12 juin
- **LA VOIE ROYALE POUR LE MONT-BLANC :**
Lundi 26 mai – Mercredi 4 juin –
Jeudi 19 juin
- Inscription : obligatoire, une seule sortie attribuée par personne.
- Tarif : CHF 30.-/senior,
CHF 60.-/partenaire non AVS
ou n'habitant pas à Thônex

SÉJOUR DES AÎNÉS

Pendant la semaine du Jeûne genevois, un voyage d'une semaine réservé aux aînés de Thônex, incluant transport, logement, repas et visites.

- Dates : du lundi 8 au samedi 13 septembre
- Destination : Morbihan, Bretagne du Sud
- Inscription : obligatoire
- Tarif : Selon chambre

JOURNÉE INTERNATIONALE DES SENIORS

Le 1^{er} octobre est célébré chaque année à la Salle des fêtes. Une animation ou une conférence est proposée gratuitement à l'ensemble des personnes en âge AVS résidentes à Thônex. Programme à venir.

- Date : Mercredi 1^{er} octobre
- Lieu : Salle des fêtes de Thônex

LOTOS

- Dates : 29 janvier, 12 février, 9 avril, 14 mai, 25 juin, 24 septembre, 29 octobre, 26 novembre
- Horaires : 15h00-18h00
- Lieu : Salle polyvalente de l'école Marcelly
- Inscription : Non, entrée libre
- Tarif : Gratuit

NOËL SOLIDAIRE

Repas solidaire organisé à midi pour offrir un moment de partage dans une ambiance conviviale.

- Date : 24 décembre
- Horaires : dès 11h30
- Lieu : Salles annexes de la Salle des fêtes de Thônex
- Inscription : obligatoire
- Tarif : CHF 25.-/senior,
CHF 50.-/partenaire non AVS
ou n'habitant pas à Thônex

PERMANENCES

PERMANENCES IMPÔTS

Chaque année entre le 1^{er} février et le 31 mars, une permanence impôt est proposée pour les personnes à revenus modestes. Prix modéré selon critères définis.

- Modalités : Dépôt du dossier complet les vendredis de 09h00 à 11h00 (informations complètes sur notre site internet)

PERMANENCES INFORMATIQUES

- Dates : 22 janvier, 19 février, 19 mars, 16 avril, 21 mai, 18 juin, 17 septembre, 19 novembre, 17 décembre
- Horaires : 14h00-16h00
- Lieu : Salle polyvalente de l'école Marcelly
- Description : En partenariat avec les TSHM et les jeunes de Thônex, un professionnel répond à toutes vos questions sur les nouvelles technologies (tablette, téléphone portable, ordinateur). Apportez votre appareil et votre chargeur.
- Inscription : Non, entrée libre
- Tarif : Gratuit

COURS INFORMATIQUES

Thématiques et dates:

- **DÉCOUVRIR GOOGLE MAPS SUR SON SMARTPHONE** : 8 janvier
- **ÉCOUTER DES PODCASTS ET YOUTUBE SUR SON SMARTPHONE** : 2 avril
- **L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE** : 3 septembre
- **CONFÉRENCE « DÉCOUVRIR L'APPLICATION TWINT »** : 3 décembre
- Horaires : 14h00-15h30
- Lieu : Salle polyvalente de l'école Marcelly
- Inscription : obligatoire, au 022 869 39 28, le lundi
- Tarif : Gratuit

DIVERS

PLAN CANICULE

Les seniors de 75 ans et plus peuvent, sur demande, bénéficier d'un suivi durant les périodes de forte chaleur. Des actions de préventions ont lieu de mai à septembre.



ASSOCIATIONS THÔNÉSIENNES

ASSOCIATIONS LOCALES ENGAGÉES POUR LE BIEN-ÊTRE
ET LA CONVIVIALITÉ DANS NOTRE COMMUNE.

AÎNÉS SOLIDAIRES

Président: Roger HELGEN
Chemin Edouard-Olivet 22
1226 Thônex
022 349 63 95
roger.helgen@bluewin.ch



Activités telles que la pétanque, repas mensuels à CHF 30.- dans les restaurants de la région, travaux manuels, randonnées en montagne, scrabble, repas mensuels à CHF 10.- à la Maison des quartiers de Thônex suivi d'un thé dansant gratuit.

Divers : courses, commissions à pied à Thônex
Toute personne en âge AVS et plus, habitant à Thônex, peut y adhérer gratuitement.
Bulletin d'adhésion disponible au guichet communal
Assemblée générale annuelle suivie d'une verrée gratuite.
Présence lors de certaines fêtes communales, comme la Fête du Printemps et Thonoël.
Bulletin d'information tous les deux mois sur le site internet de Thônex, sous seniors.

LES RENDEZ-VOUS DES 55 ANS ET +

Case postale 129
1226 Thônex
les55etplus@bluewin.ch
www.thonex-seniors.ch



Points de rencontres des seniors à Thônex. Il offre aux habitants de la commune la possibilité de faire de nouvelles connaissances, de continuer à s'enrichir intellectuellement et de garder son corps en bonne santé.
En dehors des vacances scolaires et des jours fériés, activités à prix modique sur inscription dans le programme saisonnier :

Danse	CHF 60.-/8 cours
Yoga	CHF 60.-/8 cours
Aquarelle	CHF 130.-/ 8 cours
Conférences/Projections	gratuit
Visites	CHF 10.-/visite
Atelier lecture	gratuit
Sortie annuelle	prix selon destination

Les prix sont susceptibles d'évoluer

ASSOCIATION JADE

Président: Michel BLATTNER
078 837 11 09
michel.blattner@bluewin.ch
La plupart des activités ont lieu à Belle-Terre, desservi par le bus 32.
Cotisation annuelle : CHF 20.-

L'association JADE offre aux seniors de Thônex des activités de mise en forme, des activités ludiques, des rencontres et des moments de partage. La particularité de cette association est d'offrir à chacun la possibilité de partager ses connaissances, ses hobbies ou ses intérêts en devenant un « acteur » d'un atelier. Toutes les propositions sont les bienvenues.

P'tit Bol d'R	gratuit
Gym douce	CHF 7.- par cours
Tai chi	CHF 5.- par cours
La Recette	CHF 5.- par repas
Hâte toi lentement	gratuit
Good Idea	CHF 40.- par trimestre
Line Dance	CHF 80.- par année scolaire
Café partage	gratuit

Les prix sont susceptibles d'évoluer



AIDE À DOMICILE

UNE ASSISTANCE SUR MESURE POUR VOUS ACCOMPAGNER
DANS LES TÂCHES QUOTIDIENNES.

IMAD – ANTENNE DES TROIS-CHÊNE

Institution genevoise de
maintien à domicile (IMAD)
Tour Opale
Chemin de la Gravière 3
1225 Chêne-Bourg
022 420 20 00
info@imad-ge.ch
www.imad-ge.ch

Etablissement public autonome qui propose des prestations de soins, d'aide, d'accompagnement et de répit. L'IMAD favorise le maintien à domicile des personnes tout en préservant leur autonomie. L'IMAD propose notamment à ses clients des aides pour les tâches ménagères, livraisons de repas, soins infirmiers, prestations d'ergothérapie.



FONDATION SEAD

Organisation d'aide et de soins à
domicile (OSAD)
Chemin Etienne-Chennaz 10
1226 Thônex
022 869 11 20
info@fondationsead.ch
www.fondation-sead.ch

Organisation de soins à domicile à but non lucratif qui délivre des prestations de soins sur prescription médicale 24h/24 et 7j/7. Les prestations de la fondation SeAD sont prises en charge par l'assurance de base.

Aide apportée : santé (soins infirmiers et soins d'aide pour la vie quotidienne), suivi de santé en lien avec les différents acteurs (professionnels ou non professionnels), aide au suivi social en lien avec les communes (allocation impotence, dossier pour l'entrée en EMS), alimentaire (aide aux repas).



COOPÉRATIVE DE SOINS INFIRMIERS

Avenue Cardinal-Mermillod 36
1227 Carouge
022 577 68 00
csi@hin.ch
www.csi-ge.ch

Regroupe 50 infirmières indépendantes qui fournissent des prestations de soins à domicile individualisées en étroite collaboration avec les partenaires du réseau de soins cantonal.



MÉNAGE EMPLOI

Route de la Galaise 21A
1228 Plan-les-Ouates
022 727 01 68
info@menage-emploi.ch
www.menage-emploi.ch

Ménage Emploi est un service qui met en relation des particuliers avec des femmes/hommes de ménage qualifiés, en fonction du nombre d'heures de ménage nécessaires et du lieu de résidence. Le contrat est établi directement entre le particulier et l'employé sélectionné.

Liste non exhaustive des prestations proposées : aide aux personnes, jardinage, repassage, achat de courses, rangement, promenade d'animaux.



CHÈQUE SERVICE

Case postale 109
1228 Plan-les-Ouates
022 301 73 16
info@chequeservice.ch
www.chequeservice.ch

Chèque Service propose des prestations pour les employeurs de proximité qui emploient du personnel dans des activités telles que garde d'enfants, travaux ménagers, travaux de jardinage, autres services à la personne. L'objectif est de décharger les employeurs des démarches administratives, les guider et les conseiller en matière d'assurances sociales et du droit du travail, favoriser la transparence des relations de travail.





REPAS

DES SOLUTIONS POUR DES REPAS ÉQUILIBRÉS LIVRÉS CHEZ VOUS OU À PARTAGER EN TOUTE CONVIVIALITÉ.

IMAD

022 420 23 00
Livraison du lundi au vendredi
de 08h00 à 12h30.



EMS FOYER SAINT-PAUL

Chemin Frank-Thomas 104
1223 Cologny
022 718 11 11
repas@foyer-st-paul.ch
www.foyer-st-paul.ch
Livraison du lundi au vendredi
de 08h00 à 12h45



LA CAF'

Café-Restaurant transgénérationnel
Rue Peillonex 2
1225 Chêne-Bourg
022 709 03 99
contact@lacaf-chenebourg.ch
www.lacaf-chenebourg.ch
Livraison du lundi au vendredi
de 08h30 à 12h30



ARSANTÉ SERVICES

Route de Chancy 59C
1213 Lancy
079 104 24 30
repas@arsanté.ch
www.arsanté.ch
Livraison du lundi au vendredi
de 08h30 à 12h30



PROCHES-AIDANTS

SOUTENIR CEUX QUI VOUS ENTOURENT :
DES RESSOURCES POUR ALLÉGER VOTRE QUOTIDIEN.

PROCH'INFO

058 317 70 00



Numéro unique qui renseigne et oriente les personnes proches aidantes ou toute personne qui s'occupe, à titre non professionnel et informel, d'un proche malade ou en perte d'autonomie. La ligne Proch'Info informe et oriente sur les prestations d'aide, de soutien et de répit disponibles dans le canton.

PRÉSENCE CROIX-ROUGE

Route des Acacias 9
Case postale 288
1211 Genève 4
022 304 04 04
presence@croix-rouge-ge.ch
www.croix-rouge-ge.ch



Offre une présence à domicile auprès des personnes dépendantes, grâce à des auxiliaires de vie : lorsque le proche aidant doit s'absenter, lors d'un retour à domicile, veilles de nuit (sous réserve d'une évaluation de la situation), accompagnement lors de rendez-vous à l'extérieur. Les interventions de minimum 3 heures se déroulent pendant la journée ou la nuit, du lundi au dimanche. Aucun soin n'est effectué. Tarifs attractifs.



LOGEMENTS

DES SOLUTIONS ADAPTÉES POUR UN
HABITAT SÉCURISÉ ET CONFORTABLE.

BUREAU DES LOGEMENTS DE L'UNIVERSITÉ DE GENÈVE 1H PAR M²

Rue du Général-Dufour 24
1204 Genève
022 379 74 00
1hparm2@unige.ch
www.unige.ch



Un étudiant sous mon toit/1h par m² propose une formule nouvelle pour ceux qui aiment le contact : en échange de quelques heures de présence active, une chambre est mise à disposition d'un étudiant, selon la règle d'or « 1h par m² ». Exemple : une chambre de 12 m² équivaut à 12h par mois. Un dédommagement pour les frais courants d'un montant de CHF 120.- est versé à l'hôte.



TRANSPORTS

FACILITEZ VOS DÉPLACEMENTS AVEC DES
SERVICES ADAPTÉS À VOS BESOINS.

L'assurance-maladie de base peut prendre en charge 50% des frais occasionnés pour un transport médicalement indiqué, lorsque l'état de santé de la personne ne lui permet pas d'utiliser un autre moyen de transport (public ou privé). Le remboursement se fait sur la base de la facture et de l'ordonnance médicale du médecin. Le montant maximum accordé est de CHF 500.- par année civile. Par ailleurs, le Service des prestations complémentaires (SPC) peut, sous certaines conditions, compléter le remboursement.

TRANSPORT PARTNER SA

Route de Saint-Georges 83
1213 Petit-Lancy
022 740 40 00
contact@transport-partners.com
www.transport-partners.com

Dispose de 60 véhicules afin de répondre à tous les besoins. Les véhicules sont équipés pour les transports en chaise roulante et chaque chauffeur-accompagnateur est formé pour les premiers secours en cas de nécessité.



ARSANTÉ

Route de Chancy 59C
1213 Lancy
079 854 41 59
transports@arsante.ch
www.arsante.ch

Transports personnalisés et adaptés.



ALOHA TANSPORT S.A.

Rue du Pré-Bouvier 8
1242 Satigny
022 312 21 12
info@alohatransport.ch
www.alohatransport.ch



Propose un service aux personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap, aux familles et aux entreprises.

Possibilité de transport longue distance.

Sur demande, les personnes qui perçoivent les prestations complémentaires peuvent bénéficier de la gestion des factures contre signature de la cession de créance, de l'avis de délégation et du certificat médical.

FOYER HANDICAP

Chemin du Pont-du-Centenaire 116
1228 Plan-les-Ouates
022 794 52 52
transports@foyer-handicap.ch
www.transporthandicap.ch



Accompagnement, assistance et transport de personnes en fauteuil roulant. Prestation fournie la semaine, les samedis, les dimanches et les jours fériés. Transports à Genève, en Suisse et à l'étranger (devis).

TRANSPORTS CROIX-ROUGE

Route des Acacias 9
Case postale 288
1211 Genève 4
022 304 04 04
transports@croix-rouge-ge.ch
www.croix-rouge-ge.ch



Propose un service d'accompagnement effectué pour des personnes à l'âge de la retraite et à mobilité réduite, résidentes à domicile. N'effectue pas de transport avec des chaises roulantes. Les bénévoles vous conduisent pour rendre visite à un parent, aller chez le coiffeur, participer à un événement culturel ou se rendre à un rendez-vous médical. Ils vous accompagnent de la porte de votre domicile à celle de destination, vous attendent pendant votre rendez-vous et vous reconduisent à votre domicile.

Tarif attractif.

Transports du lundi au vendredi de 08h00 à 18h00 (réservation 48 heures à l'avance)

MOBILITÉ POUR TOUS

Chemin du Pont-du-Centenaire 116
1228 Plan-les-Ouates
022 328 11 11
mobilitetoutous@foyer-handicap.ch
www.foyer-handicap.ch



Propose, en partenariat avec les TPG, un programme d'accompagnement pour des personnes à mobilité réduite pouvant marcher, mais dans l'impossibilité d'accéder de manière autonome au réseau des transports publics. La prestation est gratuite à l'exception du coût du titre de transport. Ce service propose aussi un accompagnement à pied pour faire les courses, se rendre chez le coiffeur, chez le médecin.

CALL CENTER HANDICAP

0800 007 102



Destiné aux voyageuses et voyageurs à mobilité réduite qui peuvent commander une assistance à l'accès aux trains. L'offre est proposée pour les trains directs et certains trains régionaux. Le voyage doit être annoncé au moins une heure à l'avance. Ce service est mis gratuitement à la disposition de toutes les voyageuses et de tous les voyageurs en fauteuil roulant, à mobilité réduite, malvoyants ou atteints dans leur intégrité psychique.



SANTÉ

PRENEZ SOIN DE VOTRE BIEN-ÊTRE AVEC DES SERVICES DE SANTÉ DE PROXIMITÉ.

HÔPITAUX UNIVERSITAIRES DE GENÈVE (HUG)

Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4
1205 Genève
022 372 33 11

PHARMACIES

THÔNEX-JEANDIN

Rue de Genève
122
1226 Thônex
022 348 80 88

CHÊNE-VERT

Rue de Genève
94
1226 Thônex
022 349 21 21



AMAVITA

Avenue Tronchet
2
1226 Thônex
058 878 12 30



SUN STORE

Rue de Genève
106
1226 Thônex
058 878 60 30



BELLE-TERRE

Place du Traité-de-Turin 7
1226 Thônex
022 512 13 45



MÉDECINS DE GARDE

SOS MÉDECINS GENÈVE

Garde de médecin à domicile
022 748 49 50
www.sos-medecin.ch



Assure une garde de médecins à domicile 24h/24, qui donne également la possibilité de joindre un médecin pour un conseil téléphonique gratuit. Les visites sont remboursées par les différentes caisses d'assurance maladie et facturées selon le TarMed.

GE-MED GENÈVE-MÉDECINS

Avenue Cardinal Mermillod 36
1227 Carouge
022 754 54 54
www.gemed.ch



Propose des visites à domicile 24h/24 par une équipe de médecins généralistes et internistes. Ces médecins mobiles interviennent pour tous les problèmes de santé requérant des soins de base. Les consultations sont facturées selon le TarMed, le tarif fédéral unique s'appliquant aux prestations médicales suisses.



ÉTABLISSEMENTS SPÉCIALISÉS

DES LIEUX D'ACCUEIL OFFRANT UN ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL ET CHALEUREUX.

UNITÉS D'ACCUEIL TEMPORAIRE DE RÉPIT (UATR)

Accueil pour un séjour temporaire des personnes en âge AVS lorsque leur proche aidant ne peut pas assurer leurs soins.

UATR JUMELLES

Route de Mon-Ideé 59
1226 Thônex
022 420 49 70



UATR VILLEREUSE

Rue de la Terrassière 52
1207 Genève
022 420 49 00



IMMEUBLES AVEC ENCADREMENT POUR PERSONNES ÂGÉES (IEPA)

Destinés aux personnes de 65 ans et plus, pour permettre de préserver l'autonomie des personnes en âge AVS en favorisant leur maintien à domicile. Chaque locataire est titulaire d'un bail individuel le liant au propriétaire de l'immeuble. Des activités communautaires sont proposées. La gérance sociale y assure un encadrement du lundi au vendredi de 8h à 17h, la sécurité et la tranquillité de l'immeuble sont assurées par une permanence nocturne 7j/7.

IEPA CHAPELLY

Chemin de Chapelly 22
1226 Thônex
022 420 12 00 / 022 420 12 01
pge-iepa-Chapelly@imad-ge.ch
www.imad-ge.ch/iepa/chapelly/



IEPA CLAIR VAL

Avenue Thônex 17
1226 Thônex
022 860 10 60 / 079 826 08 93
iepa@ems-villamona.ch
www.iepa-clair-val.ch



IEPA JUMELLES

Route de Mon-Ideé 59
1226 Thônex
022 420 12 10 / 022 420 12 11
pge-iepa-Jumelles@imad-ge.ch
www.imad-ge.ch/iepa/jumelles/



LES JARDINS DE MONA RÉSIDENTE-SERVICE

Chemin Etienne-Chennaz 10
1226 Thônex
022 869 85 00
info@lesjardinsdemona.ch
www.lesjardinsdemona.ch

47 appartements (du studio au 4 pièces 1/2) :
demi-pension, restaurant, assistance en soins, jardin,
activités et animations).



ETABLISSEMENTS MÉDICAUX-SOCIAUX

EMS VILLA-MONA

Chemin Etienne-Chennaz 14
1226 Thônex
022 869 05 69
info@ems-villamona.ch
www.ems-villamona.ch

22 chambres individuelles et 14 chambres doubles.
Possibilité de 2 chambres d'accueil temporaire de
répit (UATR).



EMS LA MÉRIDIEENNE

Route de Rossillon 18
1231 Conches
022 702 09 00
www.la-meridienne.ch

Selon des critères spécifiques.



SOUTIEN AUX FAMILLES DES RÉSIDENTS EN EMS

APAF - ASSOCIATION D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES ÂGÉES EN EMS ET DE LEURS FAMILLES

Rue des Gares 12
CP 2087
1211 Genève 2
022 310 82 82
info@apaf.ch
www.apaf.ch

Visite à instaurer un dialogue constructif avec les res-
ponsables des institutions et les autorités.

Permanence téléphonique :
mardi et jeudi de 14h00 à 16h00



FOYERS DE JOUR

UN ESPACE DE CONVIVIALITÉ ET D'ÉCHANGE POUR VOS JOURNÉES.

FOYER DE JOUR LA SEYMAZ

Rue des Charbonniers 11
1225 Chêne-Bourg
022 860 84 84
seymaz@laseymaz.ch
www.laseymaz.ch

S'adresse aux habitants des communes des Trois-
Chêne, il a pour objectifs de permettre aux personnes
âgées de créer des liens, voir du monde, participer à
des activités, manger en compagnie. Une quinzaine
de personnes sont accueillies chaque jour. Un trans-
port est organisé entre le domicile et le foyer le matin
et en fin d'après-midi.



ASSOCIATION LE JARDIN D'HEDWIG

Avenue du Vieux-Bourg 56
1225 Chêne-Bourg
022 348 89 00
info@lejardindhedwig.ch
www.lejardindhedwig.ch

Accueil de jour destiné aux personnes atteintes de
la maladie d'Alzheimer ou autres troubles de la
mémoire, orienté spécifiquement sur l'art-thérapie.
L'association participe à la politique de maintien à
domicile en offrant un lieu de stimulation mais aussi
d'apaisement pour les personnes qui sont accueillies
et un moment de répit pour les proches aidants.



LE RELAIS DE VESSY

Chemin des Beaux-Champs 7
1234 Vessy
022 788 25 33
relais.vessy@alz-ge.ch

Accueil des personnes atteintes de la maladie d'Al-
zheimer ou d'une autre forme de démence. Le foyer
a été aménagé de manière à offrir aux hôtes des sti-
mulations et des activités de la vie quotidienne, tout
en garantissant leur sécurité.



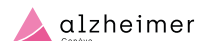


ASSOCIATIONS SPÉCIALISÉES

DES PARTENAIRES ENGAGÉS À VOS CÔTÉS POUR VOUS SOUTENIR.

ASSOCIATION ALZHEIMER GENÈVE

Rue du Diorama 5
1204 Genève
022 723 23 33
association@alz-ge.ch
www.alzheimer-schweiz.ch



S'engage pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence et leurs proches. Apporte information et conseils, soutien aux proches, vacances pour les personnes vivant à domicile et leurs proches, foyer de jour ainsi que des services d'accompagnement à domicile.

PARKINSON SUISSE

Avenue de Sévelin 18
1004 Lausanne
021 729 99 20
info.romandie@parkinson.ch
www.parkinson.ch



Apporte son soutien à toutes les personnes concernées par la maladie de Parkinson et œuvre pour améliorer leur qualité de vie. L'association sensibilise et informe les médecins, le personnel médical et paramédical, ainsi que le grand public. Elle assiste et conseille environ 80 groupes d'entraide dans toute la Suisse. Genève compte un groupe d'entraide pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson et un groupe de proches aidants.

ASSOCIATION GENEVOISE DES MALENTENDANTS

Boulevard Helvétique 27
1207 Genève
022 735 54 90
info@agdm.ch
www.agdm.ch



Défend les droits et les intérêts des personnes présentant une atteinte auditive. Ainsi, l'association mène des actions d'information et de sensibilisation, conseille, aide et soutient les personnes malentendantes, leurs proches et les professionnels.

ASSOCIATION POUR LE BIEN DES AVEUGLES ET MALVOYANTS (ABA)

Place du Bourg-de-Four 34
1204 Genève
022 317 79 19 (secrétariat)
aba@abage.ch
www.abage.ch



Vise à améliorer la qualité de vie, l'intégration et l'autonomie des personnes en situation de handicap visuel. L'ABA propose des prestations par l'intermédiaire de trois services : la Bibliothèque Braille Romande et livre parlé (BBR) ; le Centre d'Information et de Réadaptation (CIR) ; le Foyer du Vallon (EMS pour personnes âgées aveugles ou malvoyantes).

BIBLIOTHÈQUE BRAILLE ROMANDE ET LIVRE PARLÉ (BBR)

Place du Bourg-de-Four 34
1204 Genève
022 317 79 00
aba@abage.ch
www.abage.ch

Toute personne déficiente visuelle ou atteinte d'un autre handicap empêchant ou rendant difficile la lecture (ou son apprentissage) de textes imprimés peut bénéficier des prestations de la BBR.

CENTRE D'INFORMATION ET DE RÉADAPTATION (CIR)

Route du Vallon 18
1224 Chêne-Bougeries
022 349 10 64
www.abage.ch

Soutient les personnes aveugles et malvoyantes dans leurs tâches quotidiennes, leurs déplacements et leurs démarches administratives. Pour bénéficier des prestations du CIR, un certificat médical est nécessaire.

FOYER DU VALLON

Route du Vallon 16
022 305 08 08
contact@foyerduvallon.ch
www.foyerduvallon.ch

Unique EMS à Genève, spécialisé dans l'accompagnement des personnes présentant un déficit visuel.

LA CROIX-BLEUE

Section genevoise
Chemin de la Gravière 4
1227 Les Acacias
022 320 41 00
info-ge@croix-bleue.ch



Vient en aide aux personnes touchées par une problématique d'alcool ainsi qu'à leurs proches. Diverses activités proposées.



MALTRAITANCE

AGISSONS ENSEMBLE POUR PRÉVENIR ET COMBATTRE LA MALTRAITANCE

LIGUE GENEVOISE CONTRE LE RHUMATISME

Rue Merle-d'Aubigné 22
1207 Genève
022 718 35 55
laligue@laligue.ch
www.laligue.ch

Permet de trouver un soutien, des moyens pour restaurer et développer les liens sociaux, une autonomie face à la maladie et ses traitements, des informations et de la documentation dans le domaine de la santé.



LIGUE GENEVOISE CONTRE LE CANCER

Rue Leschot 11
1205 Genève
info@lgc.ch
www.liguecancer.ch
022 322 13 33
Espace Médiane sans rendez-vous

Association qui s'est donnée pour mission d'être à l'écoute et à la disposition des personnes atteintes de cancer et de leurs proches, offre une aide personnalisée et diversifiée, telle que : aide pour entreprendre diverses démarches (demande d'AI par exemple), organisation d'un retour à domicile, groupes de soutien, conférences-brunch, aide financière pour des frais non couverts par l'assurance-maladie ou des dépenses exceptionnelles entraînées par la maladie cancéreuse, telles qu'une aide aux transports.



CENTRE OTIUM – RIVE GAUCHE

Place des Philosophes 18
1205 Genève
022 566 62 00
accueil.geneve@otium.center
www.otium.center

Fondation qui accompagne des femmes, des hommes et des jeunes touchés, de près ou de loin, par le cancer afin de les aider à mieux vivre le traitement médical pendant et après la maladie. Deux centres à Genève, ouverts 5 jours sur 7, au sein desquels près de 50 thérapies sont proposées, qui contribuent à un mieux-être physique, psychologique et émotionnel, et améliorent l'image de soi.



ASSOCIATION ALTER EGO

0848 00 13 13



alter ego est une association à but non lucratif depuis 2002. Elle apporte confidentiellement son conseil par le No 0848 00 13 13 pour toutes situations concernant la prévention de la maltraitance envers les personnes âgées.

AVVEC - AIDE AUX VICTIMES DE VIOLENCE EN COUPLE

Rue de Montchoisy 46
1207 Genève
022 797 10 10
www.avvec.ch



Toute personne victime de violence conjugale peut recourir à l'association, indépendamment de son statut ou de son appartenance à quelque groupe que ce soit.

Permanence téléphonique
lundi, mardi, jeudi, vendredi de 14h00 à 17h00

Séance d'information collective
tous les jeudis à 09h00 (durée 1h)

Permanence sans rendez-vous
tous les mardis entre 16h00 et 18h00

PHAROS

Soutien aux hommes victimes
de violence conjugale
Rue du Stand 40
1204 Genève
022 736 13 13
www.pharos-geneve.ch



Permanence sans rendez-vous
Tous les jeudis de 17h00 à 19h00

LAVI

Centre genevois de consultation
pour victimes d'infractions
Boulevard Saint-Georges 72
1205 Genève
022 320 01 02
Horaires variables
www.centrelavi-ge.ch



Loi fédérale sur l'aide aux victimes d'infractions.

Le centre répond aux besoins des personnes victimes
d'infraction pénale portant atteinte à leur intégrité
(physique, sexuelle ou psychique).



PRESTATIONS CANTONALES

DÉCOUVREZ LES AIDES ET PRESTATIONS
DISPONIBLES DANS VOTRE CANTON.

OFFICE CANTONAL DES ASSURANCES SOCIALES ALLOCATION D'IMPOTENCE

Assurance invalidité
Rue des Gares 12
1211 Genève 2
Case postale 2696
022 327 27 27
www.ocas.ch



L'allocation pour impotent (API) est une aide financière accordée aux personnes nécessitant une aide régulière pour les gestes de la vie quotidienne (se doucher, se vêtir, manger, etc.). La demande s'effectue au moyen d'un formulaire à adresser à l'Office Cantonal de l'Assurance-Invalidité. Le droit à l'allocation pour impotent ne dépend pas de la situation financière de la personne qui en fait la demande, mais de son état de santé.

SERVICE DES PRESTATIONS COMPLÉMENTAIRES (SPC)

Route de Chêne 54
1208 Genève
022 546 16 00
[www.ge.ch/organisation/
service-prestations-
complementaires](http://www.ge.ch/organisation/service-prestations-complementaires)

Le service des prestations complémentaires (SPC) intervient financièrement en complétant les rentes de l'AVS et du 2ème pilier de manière à pouvoir couvrir les besoins vitaux. En cas de questions ou pour obtenir de l'aide pour effectuer une demande de prestations complémentaires, vous pouvez vous adresser au service de la cohésion sociale.



LOISIRS

DES ACTIVITÉS VARIÉES POUR ENRICHI R VOS JOURNÉES.

LOISIRS À THÔNEX

MÉDIATHÈQUE BOIS-DES-ARTS

Chemin Bois-des-Arts 62
1226 Thônex
077 426 88 15
bois-des-arts@ludothonex.ch
www.ludothèque.ch
Livres et jeux adolescents/adultes



PRO SENECTUTE

022 345 06 77
info@ge.prosenectute.ch
www.ge.prosenectute.ch



LUDOTHÈQUE DE BELLE-TERRE

Allée Belle-Terre 181226 Thônex
077 428 64 76
belle-terre@ludothonex.ch
www.ludothèque.ch
Vendredi après-midi
Jeux seniors de 14h00 à 18h30



GYM ACTIVE

Ecole Adrien-Jeandin
Avenue Adrien-Jeandin 7
1226 Thônex

GYM DU DOS

Maison des quartiers de Thônex
Route de Jussy 39
1226 Thônex

LOISIRS HORS THÔNEX

CENTRE D'ANIMATION POUR RETRAITÉS (HG/CAD)

Route de la Chapelle 22
1212 Grand-Lancy
022 420 42 80
cad@hospicegeneral.ch
www.cad-ge.ch



Hospice général

Acteur dans la prévention de la solitude. Propose aux personnes de plus de 55 ans des activités sociales, de loisirs et de formation, et notamment : informations sociales et culturelles, animations, ateliers, expositions, locations de salles, prêt de matériel.

Inscription pour la maison de vacances « La Nouvelle Roseraie » le matin au 022 420 42 90.

CITÉ SENIORS

Rue de Lausanne 62
1202 Genève
0800 181 920
citeseniors@ville-ge.ch
www.seniors-geneve.ch



Espace d'information et de rencontre qui met à disposition des aînés un très large éventail de documentation sur toutes les questions susceptibles de les intéresser. Organise toute l'année des conférences, des débats, des rencontres culturelles ainsi que de nombreuses activités de formation, entre autres les nouvelles technologies répertoriées dans un programme semestriel.

UNI3 - UNIVERSITÉ DES SENIORS - GENÈVE

Rue De-Candolle 2
1211 Genève 4
022 379 70 42
uni3@unige.ch
www.unige.ch/uni3

Pour les personnes de 55 ans et plus. Propose chaque trimestre un programme de conférences, de cours, d'ateliers et de sorties sur le terrain. Les activités ne demandent aucun prérequis.



ASSOCIATION VIVA

Chemin de la Vendée 12
1213 Petit-Lancy
022 792 51 43
associationviva@gmail.com
www.association-viva.org

Propose des activités favorisant l'engagement des aînés au sein des communautés locales et la solidarité entre générations, le maintien de l'autonomie et de la dignité, ainsi que l'implication dans des projets motivants et stimulants qui contribuent à la santé psychologique et physique.



AVIVO

Rue du Vieux-Billard 25
1211 Genève 8
Case postale 155
022 329 14 28
admin-journal@avivo.ch
infosocial@avivo.ch
accueil@avivo.ch
www.avivo.ch

Association de défense et de détente de tous les retraités et futurs retraités qui fournit diverses prestations à ses membres : un office social, un service voyages et loisirs, ainsi qu'une aide au remplissage et à la vérification des déclarations fiscales. Sans oublier son journal « *Espaces* » qui est un organe de liaison et d'information.

Office social sur rendez-vous

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00
et de 12h30 à 16h00



CENTRE SOCIAL PROTESTANT « BEL ÂGE »

Rue du Village-Suisse 14
1205 Genève
022 807 07 44
belage@csp-ge.ch
www.csp.ch

Activités pour seniors proposées dans le but d'aider les personnes retraitées et préretraitées à conserver leur autonomie et à éviter l'isolement.



MDA-GENÈVE ACTIVITÉS 50+

Boulevard Carl-Vogt 2
1205 Genève
022 329 83 84
secretariat@mda-geneve.ch
Locaux de cours et de rencontre
Quai Ernest-Ansermet 36
1205 Genève

Propose une soixantaine d'activités dans des domaines variés qui encouragent les seniors à rester actifs et autonomes, à acquérir de nouvelles connaissances, à cultiver leur savoir être et à maintenir leurs capacités physiques, morales et intellectuelles.



IJD - INSTITUT JAQUES-DALCROZE

Rue de la Terrassière 44
1207 Genève
022 718 37 64
www.dalcroze.ch
info-seniors@dalcroze.ch

Cours de rythmique qui stimule l'équilibre, la coordination, l'attention, la concentration, la mémorisation. Développe la musicalité, l'imagination et la relaxation dans un contexte convivial et socialisant. Cours sur inscription.





BÉNÉVOLAT

TROUVEZ UN SOUTIEN BÉNÉVOLE OU ENGAGEZ-VOUS POUR AIDER VOTRE COMMUNAUTÉ.

ASSOCIATIONS QUI RECHERCHENT DES BÉNÉVOLES

CENTRE SOCIAL PROTESTANT « BEL ÂGE »

Rue du Village-Suisse 14
1205 Genève
022 807 07 44
belage@csp-ge.ch
www.csp.ch

Recherche de personnes motivées, faisant preuve d'ouverture et de respect, avec une disponibilité régulière ou ponctuelle. Le bénévolat permet de valoriser le savoir-faire et les qualités humaines, et vous offre de nouveaux horizons.



LE TRIALOGUE

Chemin Dr Jean-Louis Prévost 17
1202 Genève
022 340 64 80
trialogue@infomaniak.ch
www.trialogue.com

Recherche de retraités ou de professionnels pour offrir à ses consultants leur savoir et leur expérience. S'adapte aux souhaits, horaires et disponibilités de ses bénévoles.



GENÈVE BÉNÉVOLAT

C/o CAD
Route de la Chapelle 22
1212 Grand-Lancy
022 300 49 29
info@genevebenevolat.ch
www.genevebenevolat.ch

Permanence téléphonique
le mardi et le jeudi de 14h00 à 17h00.



ASSOCIATIONS QUI PROPOSENT DES BÉNÉVOLES

CROIX-ROUGE GENEVOISE

Route des Acacias 9
1227 Genève
022 304 04 04
seniors@croix-rouge-ge.ch
www.croix-rouge-ge.ch

Visites gratuites (généralement une fois par semaine) par des bénévoles formés et encadrés dans le but de rompre l'isolement des personnes âgées. Les bénévoles offrent un accompagnement personnalisé et leur proposent diverses activités : promenades, jeux, discussions, lectures, petites courses.



LECTURE ET COMPAGNIE

Boulevard Carl-Vogt 55
1205 Genève
022 321 44 56
courrier@lectureetcompagnie.ch
www.lectureetcompagnie.ch

Lecteurs bénévoles proposant à toute personne souffrant de solitude des lectures, des jeux de société et des promenades. Possibilité d'accompagnement au théâtre. Activités en fonction du besoin individuel.



SOINS PALLIATIFS

UN ACCOMPAGNEMENT ATTENTIF POUR TRAVERSER
CETTE ÉTAPE DE VIE AVEC DIGNITÉ.

LA MAISON DE TARA

Chemin du Villaret 10
1224 Chêne-Bougeries
022 348 86 66
info@laisondetara.ch
www.laisondetara.ch

Résidence palliative conviviale pour finir sa vie
« comme à la maison ».



DEUIL

UN SERVICE POUR VOUS ACCOMPAGNER
DANS CETTE PÉRIODE DIFFICILE.

ENTRELACS

Rue de la Servette 80
Rez inférieur
1202 Genève
022 740 04 77
info@entrelacs.ch
www.entrelacs.ch

Accompagnements personnalisés dans des
situations de maladie grave, de fin de vie et
de deuil afin d'aider à transformer le pire en
meilleur.



ÉCOUTE

UN SOUTIEN BIENVEILLANT POUR ÉCHANGER EN TOUTE CONFIANCE.

LA MAIN TENDUE

143
www.143.ch



DIVERS

DES SERVICES VARIÉS, INCLUANT DES SOLUTIONS
POUR VOS COMPAGNONS À QUATRE PATTES.

ANIMAUX

AUNTIE JOY – PETSITTING GENEVA

078 806 87 84
contact@petsittingauntiejoy.com
www.petsittingauntiejoy.com

Services de gardiennage pour chiens et chats
à Genève pour les amoureux des animaux,
tels que : promenades, visites pour les chats et
gardes de nuit.

ASA – AIDE SENIOR ANIMAUX

1200 Genève
079 406 65 53
079 126 94 84 (placement en
adoption)
geneve@asajfk.ch
www.asajfk.ch

La fondation ASA, propose bénévolement, en cas
d'absence temporaire pour des raisons de santé,
une assistance ponctuelle pour les chiens et chats
en assurant nourrissage à domicile, promenade
ou accueil en famille. Si une séparation définitive
s'impose, la fondation leur trouve également une
nouvelle famille d'adoption.





Urgences santé: 144
Police: 117
Pompiers: 118
Tox Info: 145

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible][illegible]

SERVICE DE LA COHÉSION SOCIALE
+41 (0) 22 869 39 70
social@thonex.ch
THONEX.CH

