



ÉDITION 2023

CONTACT AÎNÉ-ES LANCY

Guide d'activités pour les seniors

Ville de Lancy



INTRODUCTION

La Ville de Lancy souhaite contribuer à votre qualité de vie et à votre bien-être, en vous proposant toute une série d'activités culturelles, sportives ou encore créatives. Dans ce catalogue varié, j'espère vivement que vous trouverez votre bonheur afin de faire des rencontres, garder la forme ou rester informé-es. Ces activités et services vous sont tout particulièrement destinés et ont lieu tout près de chez vous; n'hésitez pas à en profiter! Sur le plus long terme, c'est tout le soutien à nos seniors que je souhaite promouvoir durant cette législature afin que chacun-e puisse conserver le plus longtemps possible son autonomie. L'un des rôles de la Ville de Lancy est de vous informer et de vous soutenir au quotidien. Cette brochure en constitue l'un des moyens! Je vous souhaite de profiter au mieux de tout ce qui vous est offert et vous adresse mes plus chaleureuses salutations.

Salima Moyard
Maire
Ville de Lancy



SOMMAIRE

8-19 Se cultiver

- 10 Atelier poésie et convivialit(h)é
- 11 Atelier « pleine conscience »
- 12 Rencontres avec l'art contemporain
- 13 Bibliothèque
- 14 Conférences
- 15 CinéSaussure
- 16 Conférences scientifiques
- 17 Expositions de Lancy d'Autrefois
- 18 Visites et rencontres à l'Arcade du Vieux Lancy

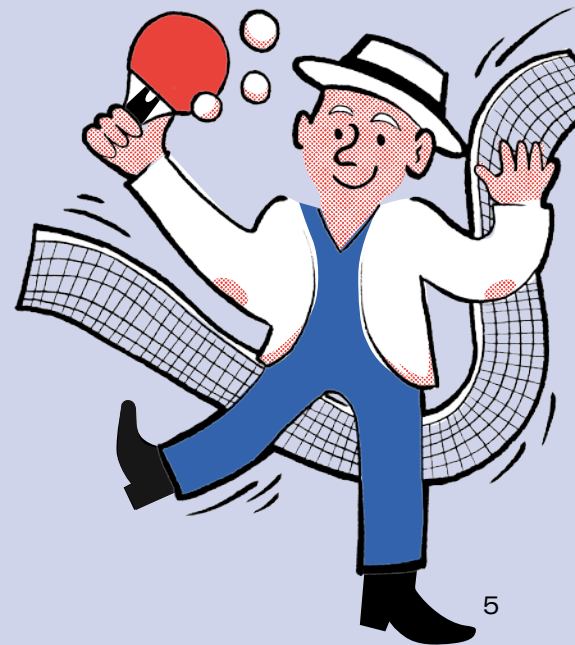
20-41 Se rencontrer

- 22 Noël des aînés
- 23 1^{er} août
- 24 Cafés VIVA au Grand-Lancy et Petit-Lancy
- 25 Printemps des aînés
- 26 Grand bal de printemps
- 27 Chantez, vous êtes accompagnés !
- 28 Programmation estivale au CAD
- 29 Courses du Club des Aînés
- 30 Balades gourmandes
- 31 Excursion découverte de la Nouvelle Roseraie
- 32 Ateliers de cuisine bas carbone
- 33 Devenez bénévole !!!
- 34 Visites à domicile
- 35 Culture & rencontre

- 36 Noces d'or
- 38 Matches de football
- 39 Mouvement Chrétien des retraités (MCR)
- 40 Coin gourmand des aîné-es

42-51 Créer

- 44 Atelier écriture « Le Styloplume »
- 45 Atelier peinture créative
- 46 Atelier improvisation théâtrale
- 47 Open art
- 48 Sculpture sur pierre
- 49 Peinture sur porcelaine
- 50 Atelier Vitrail Tiffany



52-77 Garder la forme

- 54 Groupe cardio
- 55 Cours de natation seniors
- 56 Cours de Qi Gong
- 57 Tête, ventre et jambes
- 58 Aquagym
- 59 Les mardis de la danse
- 60 Danses traditionnelles
- 61 Gymnastique dames
- 62 Cours de yoga
- 63 Yoga doux
- 64 Rythmique Jaques-Dalcroze
- 65 Aqua-Fitness Grand-Lancy
- 66 Gym active de bien-être
- 67 Gym active de bien-être Lancy-Palettes
- 68 Gym active de bien-être Voirets
- 69 Gym mobilité et équilibre Palettes
- 70 Gym tonique CAD
- 71 Gym tonique Petit-Lancy
- 72 Nordic walking CAD
- 73 Zumba Lancy
- 74 Danses du monde
- 75 Tai-chi
- 76 Yoga doux senior-dos
- 77 Yoga sur et avec chaise

78-85 Jouer

- 80 Loto et goûter
- 81 Club de Jass
- 82 Scrabble duplicata
- 83 La ludothèque
- 84 Cours d'accordéon

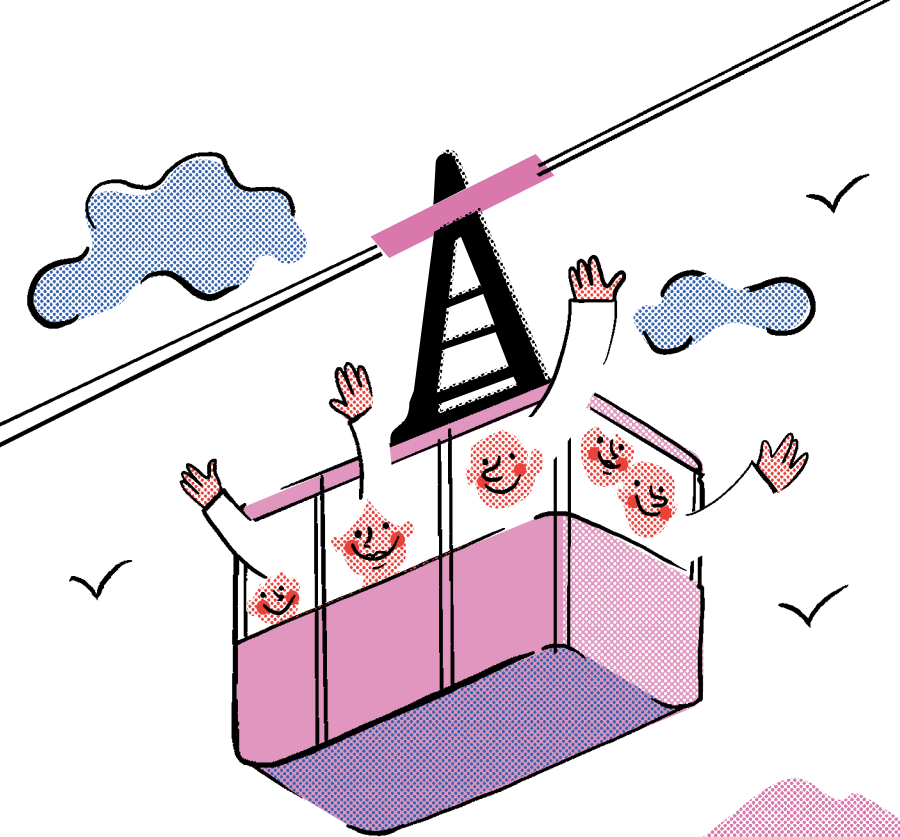
86-95 S'informer

- 88 Cours d'informatique sur PC, smartphones ou tablettes
- 89 Blanchisserie Tourbillon
- 90 Allô Tri-porteur !
- 91 Dépannage informatique bénévole
- 92 Petits jobs Petit-Lancy
- 93 Permanence proches aidant-es
- 94 Permanence assurance-maladie
- 95 Permanence écrivain public
- 96 Promotion sur l'abonnement unireso senior
- 98 Permanence impôts
- 99 Permanence juridique
- 100 Permanence sociale
- 101 La police municipale

102-109 Adresses & infos

110-111 Numéros importants

112 Plan



SE CULTIVER



ATELIER POÉSIE & CONVIVIALIT(H)É



Une fois par mois, lecture et commentaires libres de poèmes sélectionnés par la poétesse Aline Morzier autour d'un thème choisi. Les délices des mots sont accompagnés de bons thés et de gourmandises...

Lieu **Local VIVA**
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires Vendredi 14h–15h30
(selon programme)

Prix Gratuit

Infos **Association VIVA**
022 792 51 43

ATELIER « PLEINE CONSCIENCE »



La pleine conscience aide à la détente et améliore le sommeil, l'humeur et la gestion des douleurs chroniques. Elle apprend aussi à diriger l'attention sur l'expérience présente et favorise la mémoire et la concentration.

Lieu **Espace Palettes (salle de réunions)**
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

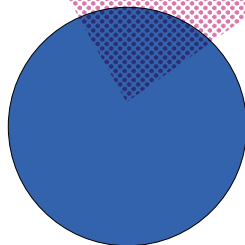
ou **Local VIVA**
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires Ateliers de 5 séances :
1 en automne, 1 en hiver et 1 au printemps, qui seront offerts à la fois au Grand-Lancy et au Petit-Lancy. Le programme est disponible à la rentrée d'août.

Prix Gratuit, sur inscription

Infos **Association VIVA**
022 792 51 43

RENCONTRES AVEC L'ART CONTEMPORAIN



Visite commentée et illustrée des expositions des galeries d'art communales par une passionnante conférencière, pour se familiariser avec l'art contemporain et s'ouvrir le regard et l'esprit... Collation offerte après la visite.

Lieu	Villa Bernasconi Route du Grand-Lancy 8 1212 Grand-Lancy
	Galerie de la Ferme de la Chapelle Route de La-Chapelle 39 1212 Grand-Lancy
Horaires	Vendredi 14h–16h (hors vacances scolaires)
Prix	Gratuit
Infos	Association VIVA 022 792 51 43

BIBLIOTHÈQUE



La bibliothèque municipale de Lancy met à votre disposition 40'000 documents en libre-accès. Vous y trouverez également des livres numériques, audios, en grands caractères ainsi que des liseuses. Des ateliers et des rencontres sont organisés durant l'année. Par ailleurs, il y a une possibilité de prêts à domicile pour les Lancéen-nes à mobilité réduite.

Lieu	Bibliothèque municipale Route du Pont-Butin 70 1213 Petit-Lancy
Horaires	Mardi 15h–20h, mercredi 10h–12h & 14h–19h, jeudi & vendredi 15h–19h, samedi 10h–12h (horaires différents pendant les vacances scolaires)
Prix	Gratuit
Infos	Bibliothèque municipale de Lancy 022 792 82 23 bibliotheque@lancy.ch https://biblio.lancy.ch

CONFÉRENCES



L'Association des Conférenciers Multimédia (ACM) vous propose des conférences illustrées, sur les thèmes les plus divers, à travers le monde et les époques. Le programme est disponible sur le site: www.conferenciers-multimedia.ch

Lieu Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy

Horaires Jeudi une fois par mois, 14h30
(selon le programme)

Prix Gratuit

Infos CAD Actions seniors
Hospice général
022 420 42 80

CINÉSAUSSURE VOTRE CINÉMA DE PROXIMITÉ



Une salle près de chez vous, une programmation soignée et passionnante tout au long de l'année, avec des films suisses et étrangers. Le programme est disponible sur le site: www.culture-rencontre.ch

Lieu **Aula du collège de Saussure**
Vieux-Chemin-d'Onex 9
1213 Petit-Lancy

Horaires **CinéKid**
Mardi une fois par mois, 16h45
le cinéma pour petit-es
& les grands(-parents)

CinéSaussure
Ponctuellement, dans le cadre
d'un cours de cinéma

Prix De CHF 5.– à 12.–
(plusieurs tarifs et formules
d'abonnement)

Infos **Culture & rencontre**
022 388 43 32

CYCLE DE CONFÉRENCES SCIENTIFIQUES



Découvrez des sujets et des phénomènes actuels au travers de passionnantes présentations scientifiques. Des chercheuses et chercheurs enthousiastes de l'UNIGE vous présentent le fruit de leurs recherches, dans un langage accessible.

Lieu	Aula du collège de Saussure Vieux-Chemin-d'Onex 9 1213 Petit-Lancy
Horaires	5 mercredis soirs en janvier et février 20h
Prix	Entrée libre, sans réservation
Infos	Culture & rencontre 022 388 43 32

EXPOSITIONS DE LANCY D'AUTREFOIS



Dans son Arcade du Vieux Lancy, Lancy d'Autrefois propose des expositions consacrées à des Lancéennes et des Lancéens remarquables ou à des thématiques particulières.

Lieu	Arcade du Vieux-Lancy Route du Grand-Lancy 52 1212 Grand-Lancy
Horaires	Vendredi 14h–17h (hors vacances scolaires)
Prix	Gratuit
Infos	Lancy d'Autrefois 076 370 13 83 / 079 689 24 05

VISITES & RENCONTRES À L'ARCADE DU VIEUX LANCY



L'association Lancy d'Autrefois s'est donnée pour mission de mettre en valeur le patrimoine lancéen à travers des expositions, des publications, des rencontres, des conférences, des événements culturels et festifs et la mise à disposition de son fond d'archives. Elle gère l'Arcade du Vieux Lancy, musée et lieu d'exposition et de consultation situé dans le Village du Grand-Lancy.

Lieu **Arcade du Vieux Lancy**
Route du Grand-Lancy 52
1212 Grand-Lancy

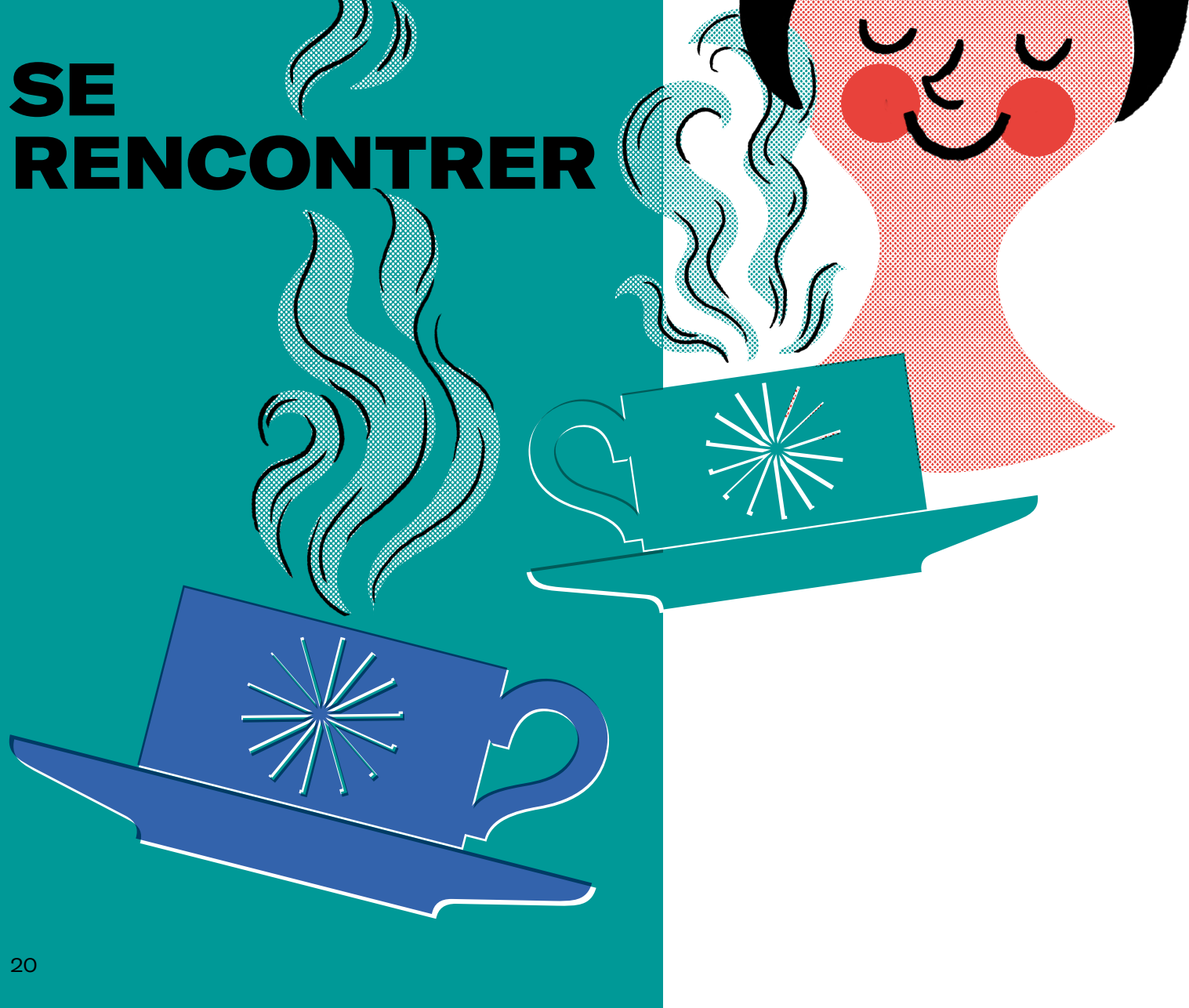
Horaires Vendredi 14h–17h
(hors vacances scolaires)

Prix Gratuit

Infos **Lancy d'Autrefois**
076 370 13 83 / 079 689 24 05



SE RENCONTRER



NOËL DES AÎNÉS



L'association des Intérêts du Petit-Lancy organise le traditionnel repas de Noël des aînés. Un moment chaleureux de partage et de rencontre offert à nos aîné-es. Au programme, accueil par la Musique de Lancy, salutations des Autorités politiques et ecclésiastiques, animations et goûter. Pour clore ce bel après-midi, le Père-Noël ne manquera pas de passer avec sa hotte remplie de cadeaux.

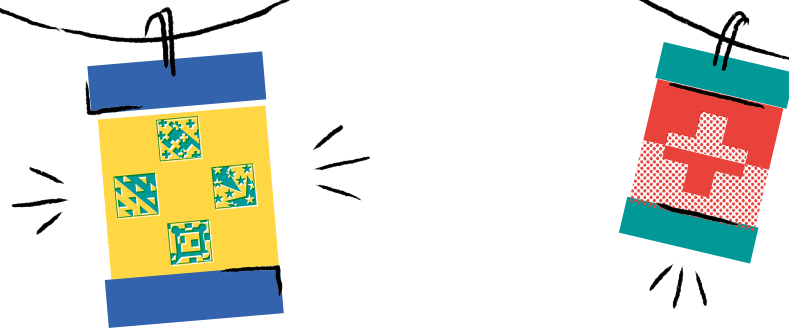
Lieu Salle communale du Petit-Lancy
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires En décembre dès 11h30

Prix Gratuit

Infos Un bulletin d'inscription sera disponible dans le journal « le Lancéen »

1^{ER} AOÛT



La Ville de Lancy organise en collaboration avec les associations des Intérêts du Petit-Lancy / Grand-Lancy, et d'autres associations, la fête du 1^{er} Août à Lancy. Les deux associations d'Intérêts de Lancy ont la tâche de préparer la traditionnelle soupe du 1^{er} Août et de l'offrir, avec grand plaisir, à nos concitoyen-nes.

Lieu Parc Navazza-Oltramare
Chemin de la Colline 2
1212 Lancy

Horaires Dès 18h

Prix Gratuit

Infos Michele Colleoni – Président AIPL
Jean Cornut – Président AIGL

CAFÉS VIVA AU GRAND-LANCY & PETIT-LANCY



Un lieu et un temps de rencontre hebdomadaire, pour se retrouver, discuter du quartier ou du monde, partager un café (offert) un quart d'heure... ou deux heures ! Au fil du temps, des liens se tissent et le groupe s'étoffe.

Lieu **Espace Palettes (Salle Michel Simon)**
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Local VIVA
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Espace Palettes Les mardis
09h30–11h30

Local VIVA Les jeudis
09h30–11h30

Prix Gratuit

Infos **Association VIVA**
022 792 51 43

PRINTEMPS DES AÎNÉS



À l'approche du printemps, l'Association des Intérêts du Petit-Lancy vous convie au « Printemps des aînés ». Cette manifestation débute par un apéritif, suivie d'une magnifique choucroute garnie et d'un dessert offert par l'Association. La rencontre est agrémentée de musique et, pour celles et ceux qui le souhaitent, après le repas, place à la danse.

Lieu **Salle communale du Petit-Lancy**
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires En mars dès 11h30

Prix Entrée libre

Infos Un bulletin d'inscription sera
disponible dans le journal
« le Lancéen »

GRAND BAL DE PRINTEMPS



Pour fêter l'arrivée du printemps, venez danser accompagné-es en musique par le duo Charly Pag.

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Au printemps de 14h–17h
Prix	Entrée libre Boissons et pâtisseries en vente sur place
Infos	CAD – Actions seniors Hospice général 022 420 42 80

CHANTEZ, VOUS ÊTES ACCOMPAGNÉS!



Une jeune retraitée vous accompagnera à la guitare et au chant, juste pour le plaisir ! Le répertoire s'adapte au gré de vos envies. Avec Françoise Epiney.

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi de 10h30–12h
Prix	Entrée libre, une cagnotte est mise à disposition.
Infos	CAD – Actions seniors Hospice général 022 420 42 80 (places limitées)

PROGRAMMATION ESTIVALE AU CAD



Ateliers sportifs, bien-être, créatifs, culturels et événements festifs sont proposés chaque année de juin à septembre.

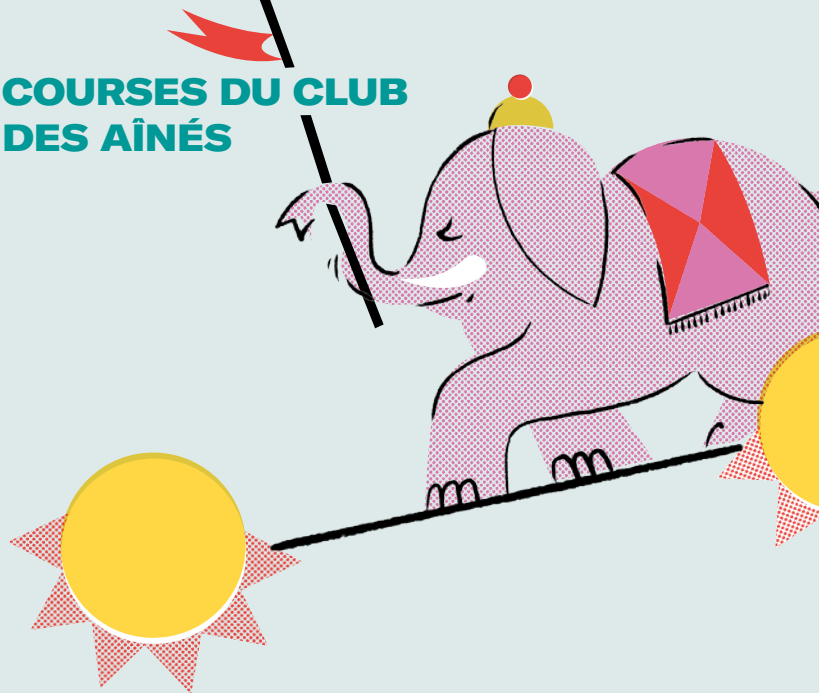
Lieu Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy

Horaires Brochure de la programmation estivale à partir du mois de mai

Prix Variables selon activités
(bals et conférences gratuits)

Infos CAD – Actions seniors
Hospice général
022 420 42 80

COURSES DU CLUB DES AÎNÉS



Le Club des Aînés de Lancy (cotisation annuelle CHF 20.–) organise 7 à 8 visites culturelles et découvertes par année sur une journée, en particulier le Cirque de Noël.

Lieu Genève et alentours
(France voisine incluse)

Horaires 7h–19h

Prix CHF 70.–/activité

Infos Club des Aînés
079 352 09 55

BALADES GOURMANDES



Vous auriez envie de marcher, avec un groupe à un rythme adapté, suivi d'un repas convivial ? Alors les balades gourmandes, proposées par Pro Senectute Genève, sont faites pour vous.

- Lieu** Diverses balades gourmandes tout au long de l'année.
Pour tous renseignements contactez-nous.
- Horaires** Départ 11h15 retours 14h15
Date à définir
- Prix** CHF 25.–, incluant la balade avec la monitrice ou le moniteur et le repas.
- Infos** **Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport »**
022 345 36 77
activites@ge.prosenectute.ch
www.ge.prosenectute.ch

EXCURSION DÉCOUVERTE DE LA NOUVELLE ROSERAIE



Inscription indispensable, places limitées, pour les personnes souhaitant découvrir la Nouvelle Roseraie. Cette belle bâtisse vous ouvre ses portes afin de vous faire découvrir ce petit coin de paradis. Apéritif et repas, animation musicale, jeux (loto) et surprises vous attendent.

- Lieu** Départ depuis le Centre d'animation pour retraités (CAD)
Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy
Destination: La Nouvelle Roseraie
1806 Saint-Légier – La Chiésaz
- Horaires** Plusieurs dates proposées
- Prix** CHF 20.–
- Infos** **Secrétariat Vacances seniors Hospice général**
022 420 42 90, le matin

ATELIERS DE CUISINE BAS CARBONE



Des rendez-vous thématiques pour cuisiner ensemble et découvrir comment protéger le climat à travers l'alimentation. Au menu : des plats gourmands visant à réduire les émissions de gaz à effet de serre (plats végétariens avec des produits locaux et de saison mais également bon marché et faciles à reproduire chez soi). Le bonheur de cuisiner en groupe, les mets colorés et surtout le plaisir gustatif seront également au rendez-vous !

Lieu Espace Palettes (Salle Michel Simon)
Avenue des Communes Réunies 73
1212 Grand-Lancy

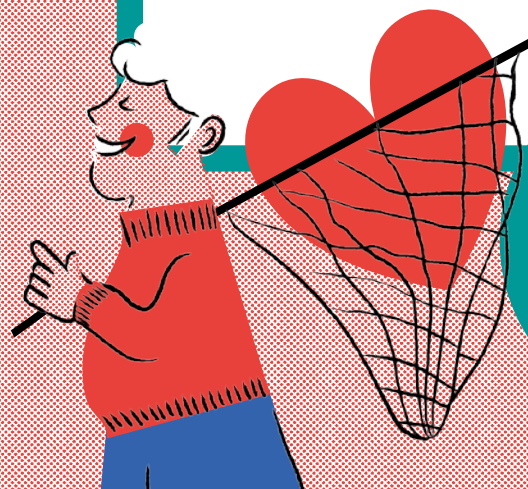
Horaires 2^e lundi du mois 8h30–14h30

Prix CHF 5.– (sur inscription)

Infos **Coordination du bénévolat**
Ville de Lancy
022 706 16 84
benevolat@lancy.ch

Devenez !!! bénévole !!!

Vous êtes à la recherche d'une activité pour vous rendre utile, rejoindre une équipe de personnes engagées, acquérir de nouvelles compétences ? Pourquoi ne pas faire du bénévolat, que ce soit dans des activités régulières ou ponctuelles lors des événements lancéens. Le bénévolat se construit selon vos intérêts et disponibilités. Des actions de troc social, à travers des binômes, vous permettent aussi d'échanger des compétences.



Infos
benevolat@lancy.ch
Coordination
du bénévolat
Ville de Lancy
022 706 16 84

VISITES À DOMICILE



Une personne bénévole du Service des affaires sociales et du logement vient à votre domicile, une fois par semaine, pour partager un moment convivial, vous accompagner pour les courses, faire la lecture ou toute autre activité qui vous fait plaisir ou vous est utile.

Lieu	Au domicile
Horaires	Selon les disponibilités des personnes visitées et de la personne bénévole
Prix	Gratuit
Infos	Ville de Lancy, déléguée aux aîné-es 022 706 16 75 cal@lancy.ch

CULTURE & RENCONTRE



Une parenthèse dans votre semaine, l'occasion de cultiver corps et esprit, dans une ambiance bienveillante et conviviale. Des danses de salon au japonais en passant par l'écriture, la zumba, la peinture ou la langue des signes, il y en a pour tous les goûts ! Le programme est disponible sur le site : www.culture-rencontre.ch

Lieu	Collège de Saussure Vieux-Chemin-d'Onex 9 1213 Petit-Lancy
Horaires	En journée ou le soir, selon notre programme de cours
Prix	Plusieurs tarifs, réductions possibles
Infos	Culture et rencontre 022 388 43 66

NOCES D'OR, DIAMANT, PALISSANDRE OU DE PLATINE



Chaque année, au mois de décembre, la Mairie a le plaisir d'inviter, à une soirée, les couples domiciliés à Lancy, qui ont célébré leurs « noces d'or, diamant, palissandre ou de platine » dans l'année. Nous remercions toutes les personnes (ou connaissances: famille, ami-es) qui fêtent leurs 50, 60, 65 ou 70 ans de mariage de se faire connaître, en se présentant au BAM (Bâtiment Administratif de la Mairie) ou en adressant un mail à info@lancy.ch.

Lieu À confirmer

Horaires Sur invitation

Prix Gratuit

Infos Bâtiment Administratif de la Mairie
022 706 15 16 – info@lancy.ch



MATCHS DE FOOTBALL DU CHAMPIONNAT DE 1^{ÈRE} LIGUE SUISSE



Venez supporter votre équipe lancéenne et profitez de la buvette (nourriture et boissons) sur place.

Lieu	Stade de Marignac Chemin des Rambossons 27 1212 Grand-Lancy
Horaires	Selon planning directement sur notre site www.lancyfc.ch
Prix	CHF 7.–/AVS
Infos	Lancy FC – Luis Moës 022 785 20 12 (14h–17h)

MOUVEMENT CHRÉTIEN DES RETRAITÉS (MCR)



Notre Mouvement est un groupe œcuménique de personnes laïques retraitées qui se réunissent pour partager le texte de l'Évangile selon le thème de l'année, une célébration a lieu durant les rencontres.

Lieu	Église Christ-Roi du Petit-Lancy Chemin de l'Épargne 6 1213 Petit-Lancy et/ou Église Saint-Martin d'Onex Route de Chancy 122 1213 Onex
Horaires	Les deuxièmes jeudis du mois 14h30–16h30, suivi d'un goûter
Prix	CHF 30.– pour la cotisation annuelle, inclus livret et journal
Infos	Inès Lerjen 022 792 66 90

COIN GOURMAND DES AÎNÉ-ES



Venez manger en bonne compagnie, deux lundis par mois, les savoureux repas cuisinés et servis par des bénévoles qui vous accueilleront dans une ambiance chaleureuse et familiale. Ces repas s'adressent aux aîné-es lancéen-nes. Un transport est assuré pour les personnes à mobilité réduite. Il est impératif de s'inscrire la semaine précédente.

1^{er} lundi du mois 12h–14h
Local des Aînés
Chemin du Bac 10
1213 Petit-Lancy

3^e lundi du mois 12h–14h
Espace Palettes (Salle Michel Simon)
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Prix CHF 10.–/repas

Infos **Coordination du bénévolat**
Ville de Lancy
022 706 16 94
cal@lancy.ch





CRÉER

ATELIER ÉCRITURE « LE STYLOPLUME »



L'écriture créative vous emmène dans un voyage de jeux stylistiques. Ce moment de micro fictions à l'inventivité débridée est un partage dans la bonne humeur. Un zeste d'humour et vous voilà dans votre imaginaire.

Lieu Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

Horaires Selon la responsable de l'activité

Prix CHF 25.-/cours

Infos Carole Monnier
079 703 36 10

ATELIER PEINTURE CRÉATIVE



Une ambiance chaleureuse, un atelier haut en couleurs juste pour se faire plaisir. Découvrir le plaisir de peindre ou redécouvrir ce plaisir. Cet atelier est juste pour vous !

Lieu Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

Horaires Mercredi 15h30

Prix CHF 20.-/cours
CHF 180.-/10 cours

Infos Joëlle Stoudmann
078 738 63 29

ATELIER IMPROVISATION THÉÂTRALE



Cet atelier va vous donner les bases techniques du jeu théâtral improvisé. Chaque participant-e pourra y trouver sa personnalité artistique et cultiver le plaisir de la création... et des rires aussi ! Avec Pascale Rousseau.

Lieu	Centre d'animation pour retraités (CAD) Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi de 14h–15h30
Prix	CHF 10.–, à payer sur place
Infos	CAD – Actions seniors Hospice général 022 420 42 80 (places limitées)

OPEN ART



Atelier peinture, dessin. Un lieu pour peindre et dessiner, en bonne compagnie !

Lieu	Centre d'animation pour retraités (CAD) Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Vendredi de 14h–16h30 (sauf vacances scolaires et fériés)
Prix	Entrée libre – Venir avec son matériel
Infos	CAD – Actions seniors Hospice général 022 420 42 80

SCULPTURE SUR PIERRE



Venez découvrir la pierre en participant à un cours ou un stage. Vous partagerez l'expérience d'un artiste passionné et expert dans le domaine de la pierre et du marbre. Vous débuterez par faire de petits objets simples pour le plaisir de la découverte.

Lieu Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

Horaires Stage sur un samedi,
selon les disponibilités
du responsable du cours

Prix Selon les stages

Infos Ngamanya Banda
077 462 55 73

PEINTURE SUR PORCELAINE



Cet artisanat ancestral a su s'adapter à la modernité. Le plaisir de découvrir ou redécouvrir la finesse de ses couleurs, les senteurs de ses essences. Vous pouvez même customiser votre vaisselle, redonner vie à une tasse, moderniser une assiettes, etc.

Lieu Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

Horaires Voir avec la responsable du cours

Prix Selon les stages et cours

Infos Maria Varela
079 252 70 21

ATELIER VITRAIL TIFFANY



En venant découvrir cet art sur le verre, vous apprendrez à couper, sertir et souder chaque pièce de verre. Un sujet simple comme une fleur, un oiseau pour mettre dans une plante, le jardin, des décorations de Noël, une lampe, un photophore, un miroir, etc. Des modèles sont à votre disposition. Le verre est fascinant par ses couleurs et sa transparence.

Lieu Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

Horaires À convenir

Prix Selon cours ou stage

Infos Suzanne Grand
079 218 31 53





GARDER LA FORME

GROUPE CARDIO

Réadaptation cardiaque et préventive à long terme (sans limite d'âge). Deux fois par semaine, une heure d'exercices physiques, donnée par des physiothérapeutes avec une présence médicale. Cours, de 3 niveaux, axés sur le renforcement musculaire, l'équilibre, l'endurance et l'entretien de la souplesse. Ils se terminent par une courte relaxation hebdomadaire.

Lieu	École de la Caroline Rue des Bossons 74 1213 Petit-Lancy Juillet & août en plein-air au Parc des Evaux
Horaires	Lundi & mercredi 18h–19h
Prix	CHF 60.–/mois (prise en charge partielle par les caisses maladie possible)
Infos	Association de Réadaptation Cardio-Vasculaire (ARCV-GE) 022 792 10 97 (matins) www.arcv-ge.ch

COURS DE NATATION SENIORS



Le Lancy Natation organise des cours de natation réservés aux seniors. Ils se déroulent dans des conditions idéales puisque le bassin est réservé pour le groupe à un horaire adapté. Un moniteur est mis à disposition et le nombre de participant-es est limité à 8.

Lieu	Piscine de l'école de Tivoli Chemin du Fief-de-Chapitre 15 1213 Petit-Lancy
Horaires	Lundi: 16h–16h45 et/ou Vendredi: 16h–16h45
Prix	CHF 187.– pour les résident-es de Lancy (+10.– d'ouverture de dossier) CHF 215.– pour les résident-es hors Lancy (+10.– d'ouverture de dossier)
Infos	Secrétariat du Lancy Natation info@lancy-natation.com 022 794 54 30

COURS DE QI GONG



Pratique appartenant à la médecine traditionnelle chinoise, le Qi Gong est fondé sur la maîtrise du souffle et associe mouvements lents, coordination, respiration et concentration pour favoriser la santé et l'équilibre.

Lieu Espace Palettes (Salle Michel-Simon)

Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Local VIVA

Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires Espace Palettes
Jeudi 9h30–10h30

Local VIVA
Vendredi 10h–11h

Prix CHF 10.–/cours

Infos Association VIVA
022 792 51 43

TÊTE, VENTRE & JAMBES



Atelier de 8 séances (sur inscription) pour optimiser le fonctionnement cérébral – notamment la mémoire – avec l'avancée en âge. Nombre de participant-es limité.

Lieu Local VIVA
Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

Horaires Mercredi 16h–17h30,
selon programme

Prix Gratuit

Infos Association VIVA
022 792 51 43

AQUAGYM



Avec Aquatraining, venez dans l'eau pour une remise en forme tout en douceur, dans une ambiance dynamique et détendue. Venez faire un entraînement global avec l'aide de l'eau qui soulage vos articulations tout en entraînant la résistance, la force, l'agilité et la coordination. L'eau est un élément idéal pour le mouvement, la relaxation et la régénération. Les cours sont ouverts à toutes et tous. Venez nous rejoindre !

Lieu **Piscine de l'école de la Caroline**

Rue des Bossons 74

1213 Petit-Lancy

Piscine de l'école En-Sauvy

Avenue du Curé-Baud 40

1212 Grand-Lancy

Piscine Mercredi 13h30, 16h30, 18h & 19h30

Caroline Jeudi 17h15 & 18h

Vendredi 18h

Piscine Lundi 12h30

En-Sauvy Mercredi 12h30 & 19h50

Prix CHF 420.-/an pour AVS

Infos **Aquatraining**

079 449 31 16

LES MARDIS DE LA DANSE



DANSES TRADITIONNELLES AVEC ARTISANS & COSTUMES

La danse traditionnelle fait, par définition, danser tout le monde ! Venez et essayez !

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Mercredi 14h–15h30 (sauf vacances scolaires et fériés)
Prix	Entrée libre
Infos	CAD – Actions seniors Hospice général 022 420 42 80

GYMNASTIQUE DAMES



Cours gym pilates équilibre.

Lieu	Espace Palettes (Salle Michel Simon) Avenue des Communes-Réunies 73 1212 Grand-Lancy
Horaires	Vendredi 14h–15h
Prix	CHF 130.– par trimestre
Infos	Cornélie Wirth 079 449 29 58

COURS DE YOGA

Cours de Yoga ouvert à toutes et tous. Chacun-e pratique selon les disponibilités du corps de l'instant. Exploration du corps physique, mental et émotionnel à travers les postures, la respiration, la relaxation et la méditation qui favorise l'Écoute et la Présence à Soi. Bienfaits évidents sur la santé: renforcement musculaire, souplesse, meilleure circulation et oxygénation, regain d'énergie, équilibre, détente. Bienvenue!

Lieu Espace Palettes (Salle Michel Simon)
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Horaires Lundi 9h45–10h45
Lundi 12h15–13h15

Prix AVS CHF 15.– le cours

Infos Nicole Meylan
076 615 82 89
nicole.meylan.63@gmail.com
<http://yogart.simdif.com>

YOGA DOUX

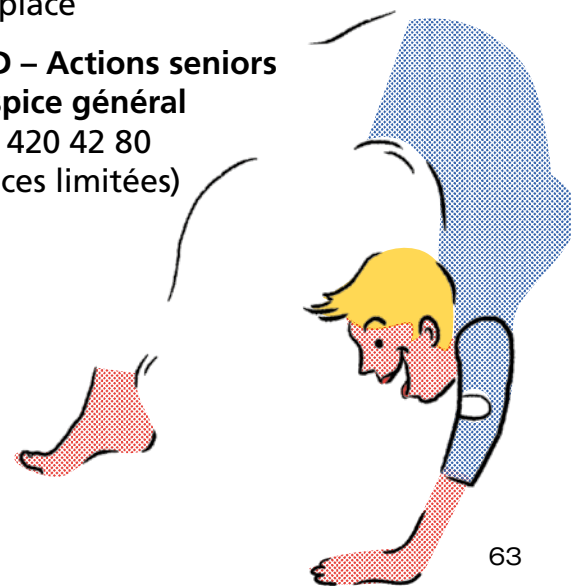
Les techniques employées dans le Yoga utilisent des postures physiques, des pratiques respiratoires et de méditation, ainsi que la relaxation profonde. Avec Roselyne Mialet.

Lieu CAD
Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy

Horaires Vendredi 9h–10h15
Prévoir un tapis de sol
et une tenue confortable

Prix CHF 10.–/cours, à payer
sur place

Infos CAD – Actions seniors
Hospice général
022 420 42 80
(places limitées)



RYTHMIQUE JAQUES-DALCROZE POUR SENIORS



La rythmique Jaques-Dalcroze pour seniors est une pratique corporelle globale qui va au-delà d'une simple activité physique. Elle stimule l'équilibre, la coordination, l'attention, la concentration, la mémorisation, l'imagination, la musicalité et la relaxation. Une étude scientifique, menée en collaboration avec les HUG, a démontré qu'une pratique régulière diminuait le risque de chute de 50%.

Lieu	Centre de musique du Petit-Lancy Avenue Louis-Bertrand 5-7 1213 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi 9h30–10h20, 10h20–11h10, 11h10–12h & 14h–14h50
Prix	CHF 690.– par année scolaire payable en 1, 3 ou 6 fois
Infos	Institut Jaques-Dalcroze 022 718 37 64

AQUA-FITNESS GRAND-LANCY

Variante plus intense et tonique de l'aqua-gym.
Température de l'eau 26°.

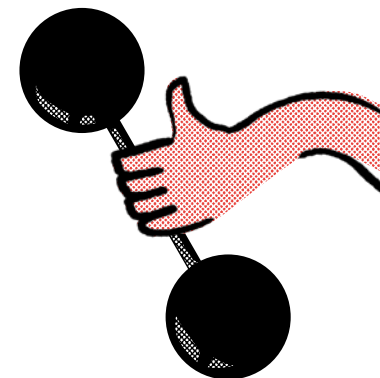
Lieu	Bassin de natation de l'école du Bachet-de-Pesay Chemin des Pontets 5 1212 Grand-Lancy
Horaires	Vendredi 16h
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

GYM ACTIVE DE BIEN-ÊTRE

Maintenir ma mobilité et mon capital santé par une gym active de bien-être plus en douceur, privilégiant souplesse, agilité, équilibre et force.

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi 10h15
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

GYM ACTIVE DE BIEN-ÊTRE



Maintenir ma mobilité et mon capital santé par une gym active de bien-être plus en douceur, privilégiant souplesse, agilité, équilibre et force.

Lieu	École des Palettes (Salle de rythmique) Avenue des Communes-Réunies 60 1212 Grand-Lancy
Horaires	Mercredi 14h
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

GYM ACTIVE DE BIEN-ÊTRE



Maintenir ma mobilité et mon capital santé par une gym active de bien-être plus en douceur, privilégiant souplesse, agilité, équilibre et force.

Lieu **CO des Voirets (Salle de gym)**
Chemin des Voirets 22
1212 Grand-Lancy

Horaires Jeudi 18h

Prix CHF 366.– prix annuel

Infos **Pro Senectute Genève / domaine
Activités « Mouvement et sport »**
022 345 06 77
activites@ge.prosenectute.ch
www.ge.prosenectute.ch

GYM MOBILITÉ ET ÉQUILIBRE



Ce cours permet de prévenir les chutes, de reprendre confiance en soi, de garder son indépendance au quotidien et surtout gagner en sécurité et en liberté.

Lieu **École des Palettes (Salle de rythmique)**
Avenue des Communes-Réunies 60
1212 Grand-Lancy

Horaires Mercredi 15h

Prix CHF 366.– prix annuel

Infos **Pro Senectute Genève / domaine
Activités « Mouvement et sport »**
022 345 06 77
activites@ge.prosenectute.ch
www.ge.prosenectute.ch

GYM TONIQUE



Garder sa forme par une gym plus soutenue de tout le corps, en développant endurance, force, souplesse et agilité.

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi 9h
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

GYM TONIQUE



Garder sa forme par une gym plus soutenue de tout le corps, en développant endurance, force, souplesse et agilité.

Lieu	École du Petit-Lancy, centre omnisports (Salle de gym 2) Avenue Louis-Bertrand 7 1213 Petit-Lancy
Horaires	Jeudi 16h30
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

NORDIC WALKING



Marche sportive qui renforce la tonicité et l'endurance. Grâce à l'utilisation de bâtons adaptés au mouvement naturel de balancier des bras, ce sport développe la coordination des mouvements.

Lieu	CAD Route de La-Chapelle 22 1212 Grand-Lancy
Horaires	Mardi 14h
Prix	CHF 366.– prix annuel
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

ZUMBA



Exécution de chorégraphies simples.

Lieu	Espace quartier Adret Voies Vives Place de Pont-Rouge 6 1212 Grand-Lancy
Horaires	Lundi 18h
Prix	CHF 195.– par module de 10 leçons Module 1: 1 ^{er} janvier–31 mars Module 2: 1 ^{er} avril–30 juin Module 3: 1 ^{er} septembre–31 décembre
Infos	Pro Senectute Genève / domaine Activités « Mouvement et sport » 022 345 06 77 activites@ge.prosenectute.ch www.ge.prosenectute.ch

DANSES DU MONDE

Le cours de danses du monde convie les participant-es à un voyage à travers les danses et les musiques populaires d'ici et d'ailleurs. Le but premier recherché est le plaisir de se mouvoir en rythme, mais aussi celui de partager de bons moments de convivialité.

Lieu **Espace Palettes**
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Horaires Mercredi 10h–11h30

Prix Par trimestre, en fonction
du nombre de séances:
environ CHF 12.– par séance

Infos **MDA-Genève**
Boulevard Carl-Vogt 2, CP 14
1211 Genève 8
022 329 83 84
www.MDA-Geneve.ch

TAI-CHI

Cette activité consiste en une série de mouvements fluides et lents qui ménagent et renforcent les articulations, aidant à l'équilibre et à l'harmonie du corps. Avec le Taiji Open Club de Genève.

Lieu **CAD**
Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy

Horaires Mardi
Élèves débutant-es 9h–10h15
Élèves confirmé-es 10h30–11h45
(sauf vacances scolaires et fériés)

Infos Tenue et chaussures confortables
Renseignements, tarifs et inscriptions
auprès de Laurence BOVAY
022 344 15 11

YOGA DOUX SENIOR-DOS



Ce cours est orienté mobilisation douce et permet la reconnexion au corps avec une adaptation aux diverses limitations fonctionnelles à travers des exercices simples et accessibles de la respiration, la détente et la relaxation. Les cours se pratiquent en grande partie en décharge sur le dos et en postures faciles à prendre. Il vise à renforcer les zones musculaires affaiblies et à assouplir celles raidies par les années ou les blessures.

Lieu	Yogini Mage Yoga Route de Saint-Julien 80 1212 Grand-Lancy
Horaires	Lundi 8h45–10h Mercredi 8h45–9h10
Prix	CHF 440.–/semestre CHF 748.–/an CHF 295.–/carte de 10 cours
Infos	Caroline von Burg 078 854 44 83 yoginimage.ch

YOGA SUR ET AVEC CHAISE



Ce cours est destiné aux personnes qui peinent à se mettre au sol car se pratique sur chaise et/ou debout. Il vise à renforcer les zones musculaires affaiblies et à assouplir celles raidies par les années ou les blessures. Les exercices sont simples et très accessibles, comprenant des mouvements reliés à la respiration, de la détente au son des bols tibétains.

Lieu	Yogini Mage Yoga Route de Saint-Julien 80 1212 Grand-Lancy
Horaires	Lundi 10h20–11h30 Mardi 10h20–11h30
Prix	CHF 440.–/semestre CHF 748.–/an CHF 295.–/carte de 10 cours
Infos	Caroline von Burg 078 854 44 83 yoginimage.ch

JOUER



LOTO & GOÛTER



Le Club des Aînés de Lancy organise tous les mardis et jeudis un loto avec goûter pour les membres.

Lieu	Local des Aînés Chemin du Bac 10 1213 Petit-Lancy Annexe à la salle communale du Grand-Lancy Route du Grand-Lancy 64 1212 Grand-Lancy
Horaires	Mardi 14h–18h Petit-Lancy Jeudi 14h–18h Grand-Lancy
Prix	CHF 2.–/le carton CHF 20.–/an
Infos	Club des Aînés 079 352 09 55

CLUB DE JASS

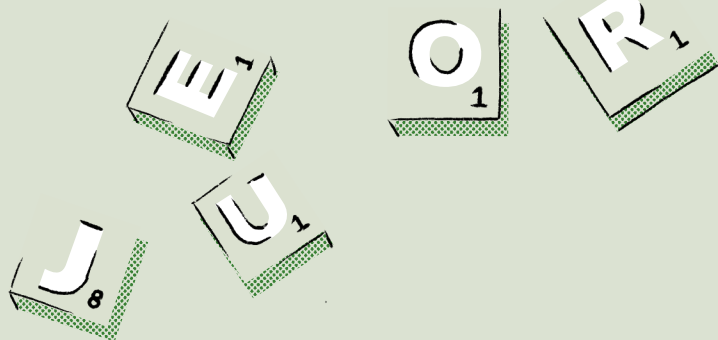


Si vous aimez jouer au jass, un petit groupe se retrouve pour partager votre passion. Sans inscription, sans cotisation, venez vous joindre à nous !

Lieu	Espace Palettes (Salle d'activités) Avenue des Communes-Réunies 73 1212 Grand-Lancy
Horaires	Jeudi 14h–17h30
Prix	Gratuit
Infos	Josiane Baumann 022 794 91 65



SCRABBLE DUPLICATE



Vous aimez le scrabble ? Venez tester le scrabble duplicate qui se joue individuellement. Les participant-es jouent avec le même tirage, cela rend le jeu plus équitable et le temps de réflexion pour chaque coup est limité à 3 minutes.

Lieu	Annexe de la salle communale du Grand-Lancy Route du Grand-Lancy 64 1212 Lancy
Horaires	Mercredi 19h30–22h30 Vendredi 13h30–17h30
Prix	CHF 120.–/an
Infos	Club de Scrabble 079 689 30 91

LA LUDOTHÈQUE



Venez découvrir un endroit pour tout le monde, qu'importe l'âge, avec la possibilité d'emprunter des jeux ! Mais la ludothèque est également un lieu de rencontres et d'échanges, un espace où l'on découvre ou retrouve le plaisir de jouer.

Lieu	Espace Palettes (1^{er} étage sud) Avenue des Communes-Réunies 73 1212 Grand-Lancy
Horaires	Mardi 15h30–19h30 mercredi & jeudi 15h30–18h30 (groupes sur rendez-vous)
Prix	CHF 35.–/an pour les habitant-es de Lancy CHF 40.–/an pour les autres
Infos	Ludothèque de Lancy 022 794 73 27

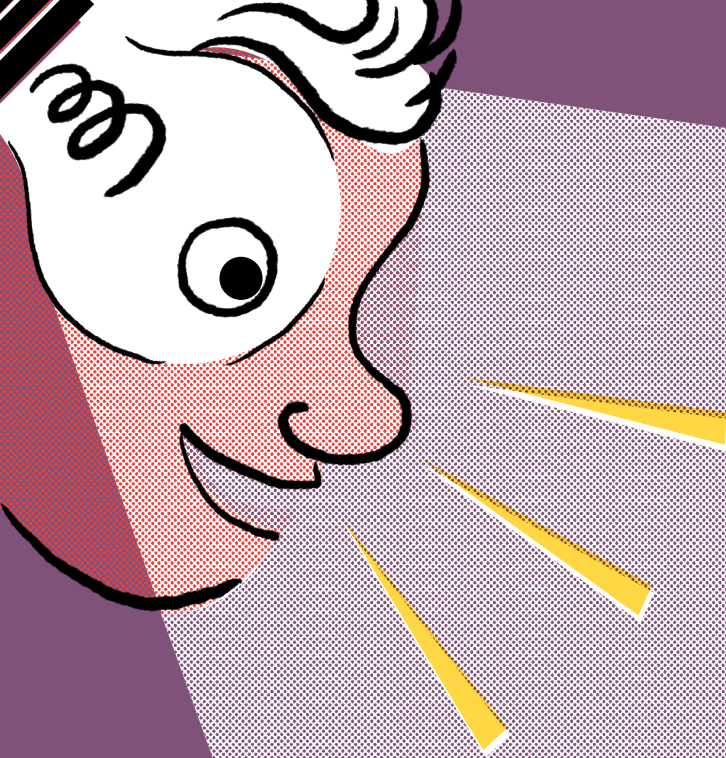
COURS D'ACCORDÉON



Vous en avez rêvé, votre rêve peut se réaliser, qu'importe l'âge, juste le plaisir !
Avec une méthode progressive et des cours personnalisés, vous vous ferez vite plaisir.
La musique c'est la vie !

- Lieu** Espace Gaimont
Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy
- Horaires** Sur rendez-vous
(durée des cours 30 min. à 60 min.)
- Prix** CHF 90.-/cours (60 min.)
- Infos** Francis Planchamp
076 349 28 74





S'INFORMER

COURS D'INFORMATIQUE SUR PC, SMARTPHONES OU TABLETTES



Des modules de 4 cours débutants en petit groupe pour découvrir diverses facettes de l'informatique : introduction au smartphone, tablette et ordinateur portable. Apprentissage progressif et adapté aux participant-es et à leurs demandes. Assistance individuelle sur rendez-vous.

Lieu Espace Palettes (Salle de réunions)
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

Horaires Lundi matin (sur inscription)

Prix Gratuit

Infos Association VIVA
022 792 51 43

BLANCHISSERIE TOURBILLON



Ramassage et livraison du linge à domicile pour les personnes âgées et/ou en situation de handicap.

Lieu À domicile

Horaires Lundi au vendredi
8h–12h

Prix Tarifs sur demande
Tarif spécial pour les bénéficiaires
du Service des Prestations
Complémentaires (SPC)

Infos Fondation Trajets
022 580 39 80

ALLÔ TRI-PORTEUR!



Dans le cadre de sa politique de gestion des déchets, la Ville de Lancy recrute des jeunes « Ambassadeurs-drices voirie », via Contact Emploi Jeunes, qui sillonnent la commune au moyen d'un vélo-remorque électrique afin de collecter les déchets ménagers auprès de personnes à mobilité réduite et/ou impactées dans leur santé, empêchées de se rendre à l'éco-point et qui ne peuvent pas demander de l'aide à leur entourage (voisin-es, proches).

Lieu	À domicile
Horaires	Selon l'horaire défini
Prix	Gratuit
Infos	Contact Emploi Jeunes 022 706 16 60

DÉPANNAGE INFORMATIQUE BÉNÉVOLE



Vous possédez un téléphone, un ordinateur, une tablette ou une télévision en panne ou avez besoin d'aide pour les utiliser ? Des bénévoles se déplacent gratuitement à votre domicile pour vous venir en aide.

Lieu	À domicile
Horaires	Selon les disponibilités des bénévoles
Prix	Gratuit
Infos	Coordination du bénévolat Ville de Lancy 022 706 16 94 benevolat@lancy.ch

PETITS JOBS

Contact

Travailleuses et travailleurs sociaux hors murs de Lancy
022 880 03 34
www.tshm-lancy.ch

Prix

Dès CHF 22.-/h



Vous pouvez engager des jeunes entre 15 et 25 ans en « Petits jobs » pour des petits travaux ou coups de mains ponctuels. Les « Petits jobs » sont utilisés dans le cadre de l'insertion sociale et professionnelle des jeunes et s'adressent prioritairement aux personnes en rupture de formation.

Les travailleuses et travailleurs sociaux hors murs de Lancy qui les accompagnent dépendent de la Fondation genevoise pour l'animation socioculturelle (FASe).

PERMANENCE PROCHES AIDANT-ES « À VOS CÔTÉS »



Un-e psychologue de l'association VIVA (Valoriser et intégrer pour vieillir autrement) et un-e assistant-e social-e du Service des affaires sociales et du logement de Lancy vous proposent un moment d'échanges et de conseils pour vous accompagner dans votre situation de proche (conjoint-e, enfant, parent, ami-e) d'une personne âgée qui a besoin d'aide, afin de maintenir au mieux son bien-être, ainsi que le vôtre.

Lieu En alternance au Grand-Lancy et Petit-Lancy

Horaires Un jeudi après-midi par mois sur rendez-vous

Prix Gratuit

Infos **Service des affaires sociales et du logement**
022 706 16 66

PERMANENCE ASSURANCE-MALADIE



Le Service des affaires sociales et du logement de Lancy propose des permanences pour conseiller et apporter des réponses aux questions sur l'assurance de base, notamment le changement de caisse maladie et les assurances complémentaires.

Lieu	Voir page 108
Horaires	Chaque année au mois de novembre
Prix	Gratuit
Infos	Service des affaires sociales et du logement 022 706 16 66

PERMANENCE ÉCRIVAIN PUBLIC



Le Service des affaires sociales et du logement vous propose une aide pour rédiger vos courriers administratifs (sauf juridiques) : lettre à une régie, résiliation de contrat, lettre à une assurance, relecture des courriers (correction de la langue), etc. Prestations réservées aux Lancéen-nes.

Lieu	Voir page 108
Horaires	Vendredi 13h30–16h30 (sur rendez-vous)
Prix	Gratuit
Infos	Service des affaires sociales et du logement 022 706 16 66



Promotion
sur l'abonnement
annuel

UNIRESO SENIOR

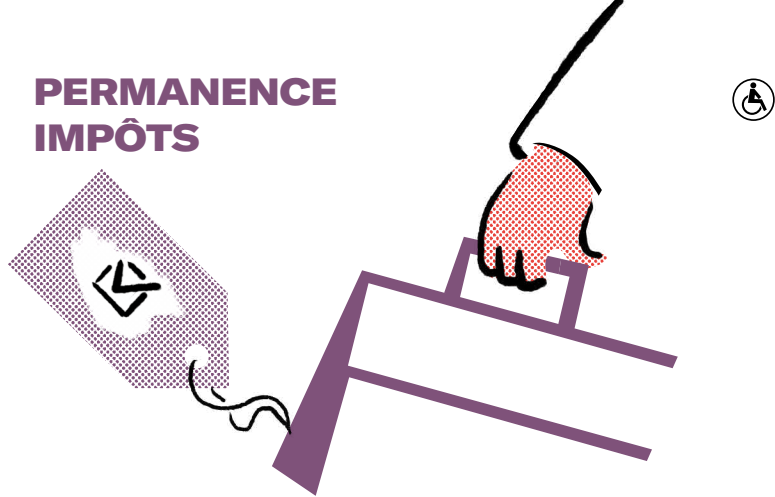


La Ville de Lancy dynamise
l'utilisation des transports publics
auprès de sa population en offrant
CHF 100.- pour l'achat de votre
abonnement annuel Unireso
ou Léman pass senior.

Plus de renseignements sur le site
internet de la ville www.lancy.ch,
ou au Service relation client des
tpg au 0800 022 021 20 (numéro
gratuit) ou aux agences de Lancy
Pont-Rouge, Rive ou Cornavin
qui pourront faire les démarches
pour vous.

Infos 022 706 15 11
www.lancy.ch

PERMANENCE IMPÔTS



Durant les mois de février et mars, le Service des affaires sociales et du logement organise une permanence pour remplir les déclarations d'impôts. Cette prestation est réservée aux personnes domiciliées sur la commune de Lancy et disposant de revenus, ainsi que d'une fortune, ne dépassant pas les barèmes prévus.

Lieu Voir page 108

Horaires Sur rendez-vous

Prix CHF 25.–/déclaration

Infos **Service des affaires sociales
et du logement**
022 706 16 66

PERMANENCE JURIDIQUE



Un-e avocat-e au Barreau de Genève est à disposition pour renseigner et conseiller les habitants-es de Lancy notamment dans les domaines suivants: régime matrimonial, procédure de divorce, droit des successions, bail à loyer, contrat d'assurance, etc.

Lieu Voir page 108

Horaires Mardi 17h30–18h30 (sur rendez-vous)

Prix CHF 30.–/consultation

Infos **Service des affaires sociales
et du logement**
022 706 16 66

PERMANENCE SOCIALE



Un-e assistant-e social-e est à votre disposition pour toute demande d'aide administrative et sociale : information, orientation, évaluation des droits (rente, SPC, allocation logement, subside), aide financière, gestion du budget, accompagnement psycho-social, etc. Possibilité de se rendre à domicile en cas de mobilité réduite.

Lieu Voir page 102

Horaires Sur rendez-vous
Mardi 8h30–11h
Jeudi 13h30–16h
(hors vacances scolaires)

Prix Gratuit

Infos **Service des affaires sociales
et du logement**
022 706 16 66

LA POLICE MUNICIPALE

La police municipale se tient à disposition pour répondre à vos questions par téléphone au numéro gratuit 0800 417 417.

Il faut ensuite suivre les indications qui vous seront données en fonction de la raison de votre appel. Pour l'intervention d'une patrouille, il faudra presser sur la touche 1.

Nous vous accueillons également dans nos guichets pour toutes vos demandes liées aux certificats de vie, aux médailles de chiens, à vos diverses doléances liées à votre quartier ou des demandes spécifiques (réservation place, pose banderole, utilisation domaine public, etc.)

Lieu **Poste du Grand-Lancy**
Route du Grand-Lancy 39A
1212 Grand-Lancy

Poste du Petit-Lancy
Avenue du Cimetière 2A
1213 Petit-Lancy

Infos **Police municipale de Lancy**
0800 417 417

ADRESSES & INFOS

Association Aquatraining

Ferme Golay
Avenue Edmond-Vaucher 7
1219 Vernier

079 449 31 16
info@aquatraining.com
www.aquatraining.com

Association des Intérêts du Petit-Lancy

Case postale 663
1213 Petit-Lancy

Michel Colleoni
michel.colleoni@bluewin.ch

Association des Intérêts du Grand-Lancy

Case postale 519
1212 Grand-Lancy 1
Jean Cornut
aigl@bluewin.ch

Association Lancy d'Autrefois

Route du Grand-Lancy 52
1212 Grand-Lancy

Kaarina Lorenzini : 076 370 13 83
Monica De Vecchi : 079 689 24 05
lancy.autrefois@gmail.com
www.lancydautrefois.com

Association de Réadaptation Cardio-Vasculaire (ARCV-Genève)

Avenue des Morgines 27
1213 Petit-Lancy

022 792 10 97
info@arcv-ge.ch
www.arcv-ge.ch

Association VIVA – Valoriser et intégrer pour vieillir autrement

Avenue Louis-Bertrand 7-9
1213 Petit-Lancy

022 792 51 43
contact@association-viva.ch
www.association-viva.org

Bâtiment administratif de la Mairie

Route du Grand-Lancy 39A
1212 Grand-Lancy

022 706 15 11
info@lancy.ch
www.lancy.ch

Bibliothèque municipale de Lancy

Route du Pont-Butin 70
1213 Petit-Lancy

022 792 82 23
bibliotheque@lancy.ch
<https://biblio.lancy.ch>
www.lancy.ch

CAD – Actions seniors Hospice général Centre d’animation pour retraités

Route de La-Chapelle 22
1212 Grand-Lancy

022 420 42 80
cad@hospicegeneral.ch
www.cad-ge.ch

Club des Aînés de Lancy

Chemin de Pierre-Longue 7
1212 Grand-Lancy

079 352 09 55
rborel@outlook.com

Club de jass

Rue du Bachet 8
1212 Grand-Lancy

022 794 97 65 / 077 408 59 06
baumannjosiane@gmail.com

Club de scrabble de Lancy

Chemin des Palettes 23
1212 Grand-Lancy

022 794 85 23
arnaudpatricia@yahoo.fr

Contact Emploi Jeunes

Service des affaires sociales et du logement
Route du Grand-Lancy 98
1212 Grand-Lancy

022 706 16 60
cej@lancy.ch
www.lancy.ch

Coordination du bénévolat

Service des affaires sociales et du logement
Chemin de l'Adret 1
1212 Grand-Lancy

022 706 16 84

c.etienne-warynski@lancy.ch

www.lancy.ch/prestations/benevolat

Espace Gaimont/GHPL Groupement des habitants du Plateau de Lancy

Chemin Gaimont 9
1213 Petit-Lancy

079 218 31 53

suzannegrand@bluewin.ch

www.ghpl.ch

Fondation Culture & Rencontre

Collège de Saussure
Vieux-Chemin-d'Onex 9
1213 Petit-Lancy

022 388 43 66

info@culture-rencontre.ch

www.culture-rencontre.ch

Pro Senectute Genève / domaine Activités «Mouvement et sport»

Route de Saint-Julien 5B

1227 Carouge

022 345 06 77

activites@ge.prosenectute.ch

www.ge.prosenectute.ch

Institut Jaques-Dalcroze

Rue de la Terrassière 44
1207 Genève

022 718 37 64

info-seniors@dalcroze.ch

www.dalcroze.ch

LANCY FC

Chemin du Bac 13
1213 Petit-Lancy

022 785 20 12 (14h–17h)

secretariat@lancyfc.ch

www.lancyfc.ch

Ludothèque de Lancy

Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

022 794 73 27

ludothèque-lancy@bluewin.ch
www.ludothequelancy.ch

Mouvement Chrétien des retraités

Paroisse St-Marc, Petit-Lancy
Christ-Roi, Grand-Lancy

022 792 66 90

xlerjen@bluewin.ch

Service des affaires sociales et du logement

Villa Roch
Avenue Eugène-Lance 3
1212 Grand-Lancy

Changement d'adresse dès septembre 2023

Route de Saint-Julien 63 (4^e étage)
1212 Grand-Lancy

022 706 16 66

sasl@lancy.ch
www.lancy.ch

Travailleurs sociaux hors murs du Grand-Lancy

Espace Palettes
Avenue des Communes-Réunies 73
1212 Grand-Lancy

022 880 03 34

tshm.lancy@fase.ch
www.tshm-lancy.ch

Yoga-Yoginimage

Route de Saint-Julien 80
1212 Grand-Lancy

078 85 444 83

contact@yoginimage.ch
www.yoginimage.ch

NUMÉROS IMPORTANTS

Urgences

Police Municipale
de Lancy
0800 417 417

Police
117

Urgence vitale
144

Pompiers
118

Intoxication
145

HUG
022 372 33 11

Urgences
psychiatriques HUG
022 372 38 62

Services de la Mairie

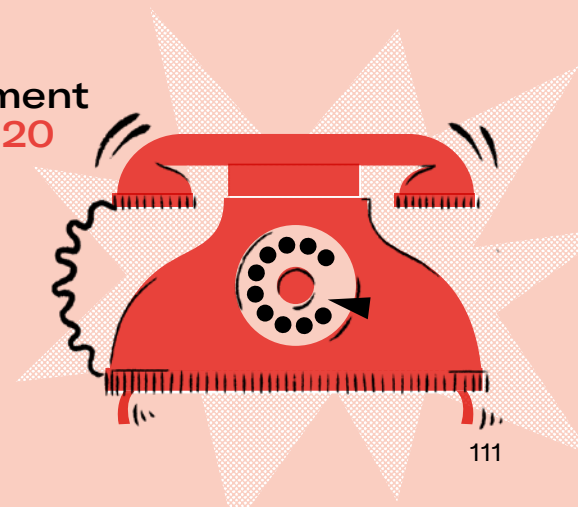
Mairie
022 706 15 11

Service des affaires sociales
et du logement
022 706 16 66

Déléguée aux aîné-es
022 706 16 75

Coordination
du bénévolat
022 706 16 84

Service de
l'environnement
022 879 04 20

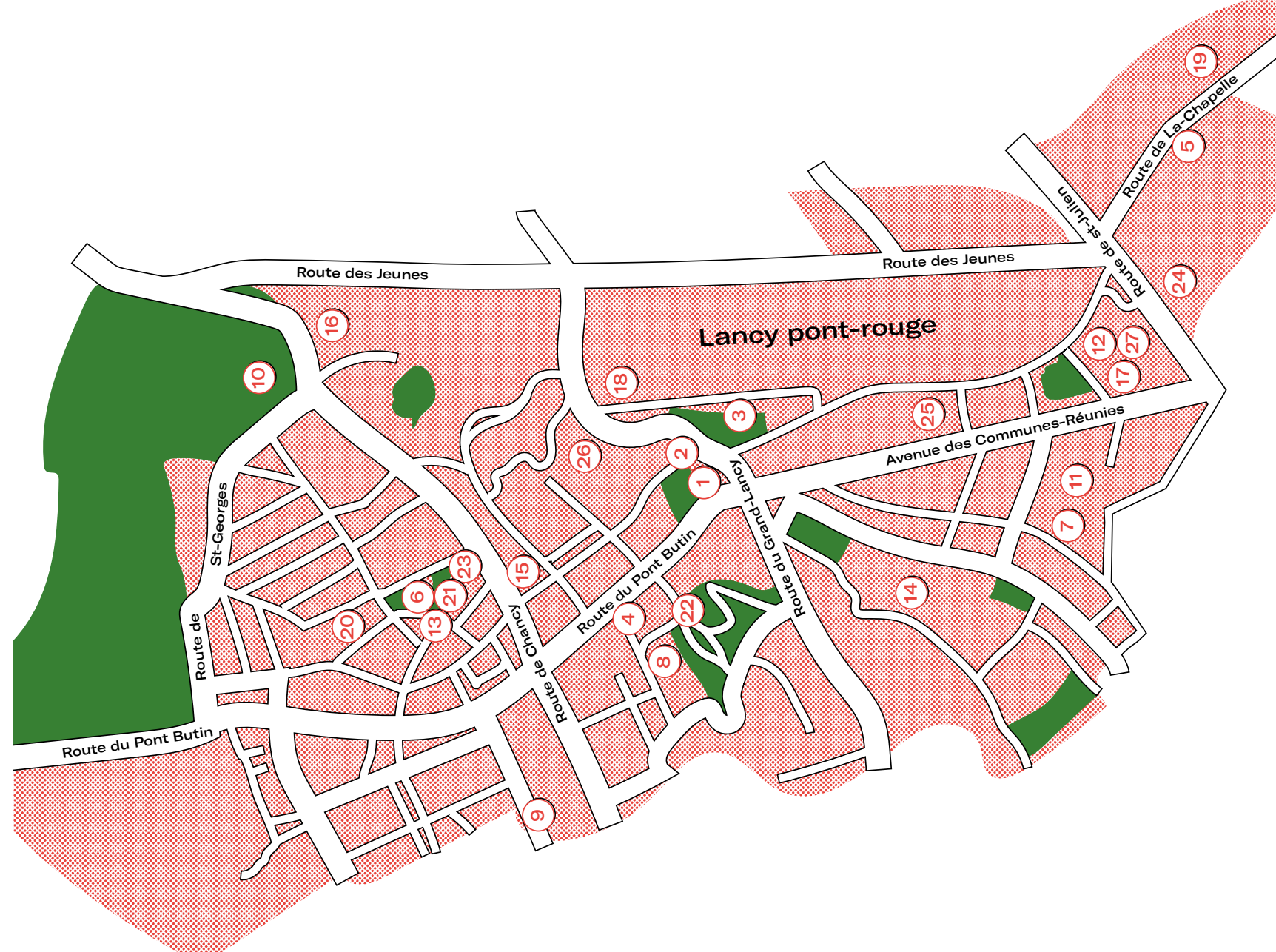


PLAN

- 1 Annexe de la salle communale du Grand-Lancy
- 2 Arcade du Vieux-Lancy
- 3 Bâtiment administratif de la Mairie (BAM)
- 4 Bibliothèque municipale
- 5 CAD – Action seniors Hospice général
- 6 Centre de musique du Petit-Lancy
- 7 CO des Voirets

- 8 Collège de Sausurre
- 9 École de la Caroline
- 10 École de Tivoli
- 11 École des Palettes
- 12 École du Bachet-de-Pesay
- 13 École du Petit-Lancy
- 14 École En-Sauvy
- 15 Église Christ-Roi
- 16 Espace Gaimont
- 17 Espace Palettes
- 18 Espace quartier Adret Voies Vives

- 19 Ferme de la Chapelle
- 20 Local des Aînés
- 21 Local VIVA
- 22 Parc Navazza-Oltramare
- 23 Salle communale du Petit-Lancy
- 24 Service des affaires sociales et du logement
- 25 Stade Marignac
- 26 Villa Bernasconi
- 27 Yoginimage





Impressum

Conception graphique

cavalcade.ch

Impression

Atar Roto Presse SA, Genève

Tirage

2000 exemplaires



**CONTACT
ÂÎNÉ-ES
LANCY**

Service des affaires sociales
et du logement
Avenue Eugène-Lance 3
1212 Grand-Lancy

**Changement d'adresse
dès septembre 2023
Route de Saint-Julien 63
(4^e étage)
1212 Grand-Lancy**

022 706 16 66
cal@lancy.ch

www.lancy.ch



Ville de Lancy

