

Zeitschrift: Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber: Aînés
Band: 19 (1989)
Heft: 12

Rubrik: Social spécial Genève

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Un coup de chapeau au GGGA

(Groupement genevois pour la gymnastique des aînés)

Depuis 1967, la gymnastique des aînés a pris un grand développement. De plus en plus appréciée dans les homes et pensions, elle a également «attaqué» un nouveau créneau: la gymnastique destinée aux seniors dès 50 ans. Ces cours appelés GYM 50 permettent une activité plus soutenue que dans les cours aînés traditionnels. Ces

gymnastes seront les aînés de demain, ce qui laisse augurer d'une condition physique encore mieux entretenue que par le passé. La formation des monitrices et moniteurs est également peaufinée. Des cours réguliers de perfectionnement améliorent encore les connaissances et assurent la qualité des leçons.



75 monitrices et moniteurs sont à la disposition des gymnastes chaque semaine, nous donnons: 95 cours de gymnastique aînés en ville de Genève et dans les communes genevoises

12 cours GYM 50
58 cours dans les homes et pensions.
Ces cours ont lieu de septembre à juin et, pendant les autres mois, nous orga-

nisons des cours d'été dans des quartiers différents afin que les gymnastes puissent poursuivre leurs activités physiques toute l'année.

Le succès de ces cours laisse supposer qu'ils répondent à un réel besoin, ils aident à garder une bonne forme physique, créent des liens d'amitié et entretiennent un bon moral.

Pour votre information... vient de paraître!

Deux publications importantes viennent de paraître: l'une éditée par l'Hospice général et l'autre par la Fondation Pro Senectute.

Retraités genevois, avantages et facilités

Transports publics, spectacles, cinémas, musées, cours, sports, vacances, voyages, bénévolat, travail, sécurité, autant de thèmes qui sont répertoriés dans une nouvelle petite brochure éditée par l'Hospice général. Comment aborder le sujet, où se renseigner, comment participer, les pages de cette nouvelle publication apportent à leurs lecteurs les principales informations qui leur permettront de mieux se «brancher» sur la vie courante. Pour l'obtenir, s'adresser au service d'information sociale et juridique de l'Hospice général, cours de Rive 12, 1211 Genève 3, tél. 022/736 31 32.

J'entre en maison de retraite

Pro Senectute Genève vient d'édition un guide destiné aux personnes âgées et à leur famille sous le titre «J'entre en maison de retraite». Décider, choisir, y vivre sont les principaux thèmes abordés dans ces pages qui ap-

portent force renseignements sur les problèmes qu'une telle décision ne manque pas de créer. Ce guide apporte les réponses à toutes les questions que l'on se pose dans de tels cas, et propose, en annexe, un cahier intitulé «Ce qui existe à Genève». Il s'agit de l'énumération, dans le détail, de tout ce que l'on peut trouver, tant en ce qui concerne des adresses pour se renseigner que des exemples de calculs d'un budget basé sur les seules prestations de l'AVS ou avec l'aide de la prestation cantonale. C'est un document remarquable qui mérite d'être largement consulté par tous les intéressés. En vente auprès de Pro Senectute Genève.

Prix: Fr. 10.-

Notre rubrique «Gym 3 à domicile»

Dès le mois de janvier 1990, nous reprendrons, un mois sur deux, notre rubrique «Gym 3 à domicile», dans une nouvelle formule et que nous devons à notre confrère français «Notre temps». Nous souhaitons ainsi que l'année 1990 vous permettra de rester en forme!