Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge

Herausgeber: Générations

Band: - (2014)

Heft: 60

Rubrik: Les bonnes adresse

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: 14.12.2025

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

LOISIRS

PRO SENECTUTE

Pro Senectute et ses sections offrent un vaste choix de cours et de manifestations dans tous les domaines: langues, activités créatrices, informatique, gymnastique cérébrale, chant, musique, jeux, ainsi que des excursions. www.prosenectute.ch

+ Pro Senectute Bienne

Rue Centrale 40 CP 1263 - 2501 Bienne T. 032 328 31 11 - F. 032 328 31 00 biel-bienne@be.pro-senectute.ch www.region-bbs.ch

+ Pro Senectute Fribourg

Chemin de la Redoute 9 1752 Villars-sur-Glâne 1 T. 026 347 12 40 - F. 026 347 12 41 info@fr.pro-senectute.ch www.fr.pro-senectute.ch

+ Pro Senectute Genève

Rue de la Maladière 4 1205 Genève T. 022 807 05 65 - F. 022 807 05 89 info@ge.pro-senectute.ch www.ge.pro-senectute.ch

+ Pro Senectute Arc jurassien www.arcjurassien.pro-senectute.

Rue du Pont 4 - 2710 Tavannes T. 032 886 83 80 - F. 032 886 83 89 prosenectute.tavannes@ne.ch

Rue du Puits 4 CP 800 - 2800 Delémont T. 032 886 83 20 - F. 032 886 83 19 prosenectute.delemont@ne.ch

Rue du Pont 25 2300 La Chaux-de-Fonds T. 032 886 83 00 - F. 032 886 83 09 prosenectute.cf@ne.ch

Rue de la Côte 48a - 2000 Neuchâtel

T. 032 886 83 40 - F. 032 886 83 41 prosenectute.ne@ne.ch

♣ Pro Senectute Vaud

Rue du Maupas 51 - 1004 Lausanne T. 021 646 17 21 - F. 021 646 05 06 info@vd.pro-senectute.ch www.vd.pro-senectute.ch

Pro Senectute Valais

Secrétariat cantonal Rue de la Porte-Neuve 20 1950 Sion T. 027 322 07 41 - F. 027 322 89 16 info@vs.pro-senectute.ch www.vs.pro-senectute.ch

SENIORS-GENEVE.CH

Informations sur de nombreuses aides, propositions d'activités, cours, habitations, bénévolat, loisirs, voyages, transports, etc. de la région. Rue Dizerens 25 - 1205 Genève T. 022 418 47 00

ÉCOLE-CLUB MIGROS

Nombreux cours dans tous les cantons, sportifs, informatiques, activités créatrices, développement personnel...

www.ecole-club.ch

MOUVEMENT DES AÎNÉS (MDA)

Nombreuses activités, telles que sorties, voyages, sports et formations continues, destinées aux 50 ans et plus.

+ MdA Berne

Rue Louis-Favre 1 2000 Neuchâtel T 032 721 44 44 www.mda-berne.ch

♣ MdA Neuchâtel

Rue Louis-Favre 1 - 2000 Neuchâtel T. 032 721 44 44 www.mda-neuchatel.ch

+ MdA Fribourg

Route de la Veveyse 7 1700 Fribourg T. 026 413 22 19 - M. 079 453 99 38

+ MdA Genève

Boulevard Carl-Vogt 2 1211 Genève 8 T. 022 329 83 84 www.mda-geneve.ch

+ MdA Valais (Club du Bel Age)

CP 933 - 3960 Sierre T. 027 322 14 27 www.cbavs.ch

+ MdA Vaud

Place de la Riponne 5 1005 Lausanne T. 021 320 12 61 www.mda-vaud.ch

ÉCOLE DES GRANDS-PARENTS SUISSE ROMANDE (EGP)

Un lieu de rencontre, de soutien et d'échange pour partager et réfléchir ensemble sur les liens entre grands-parents et petits-enfants. EGP – Place de la Riponne 5 1005 Lausanne T. 021 311 13 39 egplausanne@bluewin.ch

www.lausannefamille.ch/EGP

SORTIR.CH

L'agenda culturel de la RTS et du quotidien Le Temps vous indique par rubrique et par ville les spectacles et autres événements à ne pas rater.

www.sortir.ch

LOISIRS.CH

Egalement en version papier, ce site traite des loisirs romands, avec de nombreuses propositions pour tous les âges, accessibles ou gratuites. www.loisirs.ch

ARGENT & FINANCES

TOUT COMPTE FAIT

Le magazine romand de l'économie domestique, informe sur les finances, assurances, hypothèques, successions et propose, entre autres, de nombreux comparatifs. Avenue de la Rasude 2 1001 Lausanne T. 021 310 01 36 - F. 021 310 01 39 www.toutcomptefait.ch

ÉTABLISSEMENTS BANCAIRES CANTONAUX

Banque Cantonale Bernoise

Bundesplatz 8 3001 Berne T 031 666 11 11 F. 031 666 60 40 www.bekb.ch/fr

+ Banque Cantonale de Fribourg

Boulevard de Pérolles 1 1700 Friboura T. 0848 223 223 www.bcf.ch

Banque Cantonale de Genève

Quai de l'Ile 17 CP 2251 1211 Genève 2 T. 058 211 21 00 F. 058 211 21 99 www.bcge.ch

+ Banque Cantonale du Jura

Rue de la Chaumont 10 2900 Porrentruy T 032 465 13 01 F. 032 465 14 95 www.bci.ch

+ Banque Cantonale Neuchâteloise

Place Pury 4 2001 Neuchâtel T. 032 723 61 11 - F. 032 723 62 36 www.bcn.ch

★ Banque Cantonale du Valais

Rue des Cèdres 8 - 1951 Sion T. 0848 765 765 - F. 027 324 66 66 www.bcvs.ch

+ Banque Cantonale Vaudoise

CP 300 - 1001 Lausanne T 0844 228 228 www.bcv.ch

SWISSCANTO

Depuis plus de cinquante ans, l'entreprise collective spécialisée - qui réunit les actionnaires des 24 banques cantonales suisses - développe des solutions de placement et de prévoyance performantes pour les investisseurs privés et institutionnels www.swisscanto.com

PRÉVOYANCE FEMMES

Conseils uniquement aux femmes, afin de les aider à être financièrement indépendantes quel que soit leur âge, dans divers domaines: achat de maison, assurance, prévoyance vieillesse, fiscalité, placement d'argent, etc. Frauenvorsorge - Auetliweg 5 Auf der Burg - 3629 Jaberg T. 031 781 35 65 - F. 031 781 35 64 www.frauenvorsorge.ch

VOTRE-ARGENT.CH

Le guide pratique des dettes, des impôts et du crédit traite également de l'investissement, du 2^e pilier, des hypothèques, etc. www.votre-argent.ch

ASSURANCES

OFFICE FÉDÉRAL **DE LA SANTÉ PUBLIQUE**

Le seul comparateur de primes d'assurance maladie indépendant et ne touchant aucune commission de courtage de la part des assureurs.

www.priminfo.ch

COMPARIS.CH

Le site permet de comparer le prix des assurances maladie, vie, ménage, auto, etc. www.comparis.ch

VERMÖGENSZENTRUM

Conseils financiers et informations sur les assurances maladie, les complémentaires, les hypothèques, etc. www.vzonline.ch

ORGANISATION SUISSE DES PATIENTS (OSP)

Service d'information aux patients en matière d'assurance maladie. **OSP** Lausanne T. 021 314 73 88 (membres) T. 0900 56 70 48 (non-membres) www.spo.ch

L'OMBUDSMAN

Le médiateur en cas de divergence de vues avec votre caisse maladie. Ombudsman de l'assurance maladie Morgartenstrasse 9 6003 Lucerne

T 041 226 10 11 info@om-am.ch www.ombudsman-kv.ch

FÉDÉRATION SUISSE DES PATIENTS

Service de conseils aux assurés et assistance juridique des membres

www.seniors-geneve.ch

de Fribourg/Suisse occidentale, entretiens sur rendez-vous. Rue de la Fonderie 2 CP 1437 – 1701 Fribourg T. 079 197 21 15 info@federationdespatients.ch www.federationdespatients.ch

AVS, AI, 2^E PILIER

Le répertoire des sites internet officiels du secteur public suisse. www.gov.ch

OFFICE FÉDÉRAL DES ASSURANCES SOCIALES AVS/AI

Information en ligne et de manière exhaustive sur le 1er pilier (rentes, prestations complémentaires, rentes Al, etc.). www.avs-ai.info

GUIDE SOCIAL ROMAND

Toutes les informations pratiques et actualisées sur les assurances sociales, le droit du bail, du travail, le divorce, la famille et les dettes, ainsi qu'une multitude d'adresses utiles en Suisse romande. www.guidesocial.ch

ASSURANCE (SUITE)

PRO SENECTUTE

Calcul de votre droit à une prestation complémentaire de l'AVS en ligne.

www.pro-senectute.ch/pci

AVIVO SUISSE

Informations, entre autres, sur l'AVS, l'Al, les prestations complémentaires,

la LPP et le 3e pilier. www.avivo-suisse.ch

+ AVIVO Vaud

Place Chauderon 3 – 1003 Lausanne T. + F. 021 320 53 93 www.avivo-vaud.ch

+ AVIVO Valais

Chemin des Ecoliers 12 1907 Saxon – T. + F. 027 744 23 31

+ AVIVO Genève

Rue du Vieux-Billard 25 CP 155 – 1211 Genève 8 T. 022 329 14 28

AVIVO Neuchâtel et environs

Place Blaise-Cendrars 1 2000 Neuchâtel – T. 032 724 14 25

+ AVIVO Jura

Rue des Sorbiers 39g – 2805 Soyhières T. 032 422 01 43 – M. 079 393 49 57

+ AVIVO Bienne

Route d'Aegerten 4 – 2503 Bienne T. 032 365 39 14 – M. 078 824 26 15

COURS DE PRÉPARATION À LA RETRAITE

INSTITUT ROMAND DE LA RETRAITE ACTIVE (IRRA)

2418 – 121 Genève 2 DT T. + F. 022 740 04 01

ASSOCIATION RÉGIONALE DE LA RIVIERA POUR LA PRÉPARATION À LA RETRAITE (ARPR)

CP 23 – 1814 La Tour-de-Peilz T. 021 924 55 65 www.arpr.ch

AVANTAGE

Rue du Maupas 51 – 1004 Lausanne T. 021 711 05 24 www.fr.avantage.ch

FONDATION FORCE NOUVELLE

Route de Saint-Julien 304 1258 Perly (douane suisse) T. + F. 022 310 71 71 www.force-nouvelle.ch

PRO SENECTUTE

(Cours dans tous les cantons) www.pro-senectute.ch

CITÉ SENIORS

Rue de Lausanne 62 -1202 Genève T. 022 418 53 61 citeseniors@ville-ge.ch

DÉFENSE & INFORMATION

AVIVO

Association de défense et de détente de tous les retraités et futurs retraités en Romandie. (Adresses cantonales sous «Assurances») www.avivo.ch

CONSEIL SUISSE DES AÎNÉS (CSA)

Organe consultatif du Conseil fédéral sur les questions de la vieillesse défend les intérêts économiques et sociaux des personnes. CSA – Worblentalstrasse 32 3063 Ittigen

T. 031 924 11 00 – F. 031 924 11 01 www.ssr-csa.ch

CONSEIL DES ANCIENS DE GENÈVE

L'association collabore avec les autorités pour défendre les intérêts du 3e et 4e âges. Rue de Montchoisy 48 CP 6212 – 1211 Genève 6 T. 022 735 79 35 – M. 079 280 07 44 www.conseils-anciens-ge.ch

SENIORWEB.CH

Plateforme internet suisse et interactive d'informations pour la génération des 50 ans et plus. www.seniorweb.ch/fr

LA FÉDÉRATION DES ASSOCIATIONS DES RETRAITÉS ET DE L'ENTRAIDE EN SUISSE (FARES)

La plus grande fédération suisse regroupant les mouvements de retraités actifs et de l'entraide au plan national, régional et local. VASOS /FARES 3000 Berne M. 076 583 60 90 www.fares.ch

PRO SENECTUTE

Cette institution est particulièrement efficace pour ses nombreuses activités et son engagement en faveur des seniors (assurances, logement, loisirs, santé, etc.). www.pro-senectute.ch

FÉDÉRATION ROMANDE DES CONSOMMATEURS

Que ce soit auprès des grands distributeurs, des opérateurs de téléphonie, de l'administration fédérale ou de nos parlementaires à Berne, la FRC a des contacts réguliers pour faire avancer la cause des consommateurs. C'est un partenaire écouté et respecté, dont l'avis est demandé de manière régulière. Rue de Genève 17 1002 Lausanne T. 021 331 00 90 www.frc.ch

ÉMIGRATION

QUITTER-LA-SUISSE.CH

Guide pratique du départ de Suisse et du retrait du 2^e pilier. www.quitter-la-suisse.ch

OFFICE FÉDÉRAL DES MIGRATIONS

Service d'information en matière de séjours à l'étranger et d'émigration.

DÉPARTEMENT FÉDÉRAL DES AFFAIRES ÉTRAN-GÈRES

Direction consulaire (DC) Service Emigration Suisse Bundesgasse 32 3003 Berne T. 0800 24 73 65 helpline@eda.admin.ch www.swissemigration.ch

FONDATION LIBERTY

Informations utiles, ainsi que moteur de calcul de l'impôt à la source, selon le montant et le canton. www.liberty-prevoyance.ch

ADMINISTRATION FÉDÉRALE DES CONTRIBUTIONS

Informations sur l'imposition à l'étranger, à la Division des affaires de droit fiscal international. Simulateur fiscal. www.estv.admin.ch

UBS

Brochure gratuite Prix et salaires dans le monde, 2012 www.ubs.com/pricesandearnings-fr

BÉNÉVOLAT

RÉSEAU BÉNÉVOLAT NETZWERK FRIBOURG

www.benevolat-fr.ch

ASSOCIATION JURASSIENNE POUR LA COORDINATION DU BÉNÉVOLAT

www.benevolat-ju.ch

ASSOCIATION NEUCHÂTELOISE DE SERVICES BÉNÉVOLES

www.benevolat-ne.ch

GENÈVE BÉNÉVOLAT

www.genevebenevolat.ch

BÉNÉVOLES VALAIS www.benevoles-vs.ch

www.bellevoles-vs.cli

BÉNÉVOLAT-VAUD CENTRE DE COMPÉTENCES POUR LA VIE ASSOCIATIVE

www.benevolat-vaud.ch

CARITAS BERNE

Eigerplatz 5 CP 3000 – Berne 14 T. 031 378 60 00 www.caritas-bern.ch

CARITAS FRIBOURG

Route André-Piller 2 CP 62 – 1762 Givisiez T. 026 321 18 54 www.caritas-fribourg.ch

CARITAS GENÈVE

Rue de Carouge 53 CP 75 – 1211 Genève 4 T. 022 708 04 44 www.caritas-geneve.ch

CARITAS VAUD

Avenue César-Roux 8 1005 Lausanne T. 021 317 59 80 www.caritas-vaud.ch

CARITAS JURA

Rue du Temple 19 2800 Delémont T. 032 421 35 60 www.caritas-jura.ch

CARITAS NEUCHÂTEL

Vieux-Châtel 4 2000 Neuchâtel T. 032 886 80 70 www.caritas-neuchatel.ch

CARITAS VALAIS

Rue de Loèche 19 – 1950 Sion 2 T. 027 323 35 02 www.caritas-valais.ch

ASSOCIATION NEUCHÂTELOISE DE SERVICES BÉNÉVOLES

Les Rochettes Hôtel des associations Rue Louis-Favre 1 2000 Neuchâtel T. 032 886 89 00 www.benevolat-ne.ch

INFORMATIQUE

ASSOCIATION CYBER-SENIORS

Cours informatiques, sur la gestion du courrier électronique, l'utilisation d'internet et de photo numérique. ACyS – Rue du Panorama 4 1800 Vevey T. 021 534 75 01 www.prosenior.ch

CLUB INFORMATIQUE SENIOR MONTHEY (VS)

Cours adaptés aux seniors. cismonthey.e-monsite.com

LA CARTE BLANCHE

Aide au domicile pour personnes fragiles ou à mobilité restreinte. Association La Carte blanche Chemin du Château-Bloch 19 1219 Le Lignon (GE) www.lacarteblanche.ch

ÉCOLE-CLUB MIGROS

Cours, notamment d'informatique, dans toutes les régions du pays. www.ecole-club.ch

LES UNIVERSITÉS POPULAIRES

Cours d'informatique (voir adresses ci-après, rubrique «Universités», Universités du 3º âge).

LOGEMENT VIVRE À DOMICILE

CENTRE SUISSE POUR LA CONSTRUCTION ADAPTÉE AUX HANDICAPÉS

Le site regroupe les partenaires de ce domaine, canton par canton. Kernstrasse 57 – 8004 Zurich T. 044 299 97 97 www.hindernisfrei-bauen.ch

HABITAT50PLUS

Le service de Pro Senectute Suisse donne des conseils sur le logement et offre un lieu d'échange pour les personnes désirant partager un logement. www.habitat50plus.ch

BUREAU DE PRÉVENTION DES ACCIDENTS

Mise à disposition de documents et conseils pour adapter votre logement à vos capacités physiques, à télécharger en ligne gratuitement. www.bpa.ch

LOGEMENTS PROTÉGÉS VAUD

www.vd.ch

LOGEMENTS PROTÉGÉS BERNE

www.logement60plus.ch

BON À SAVOIR

Le magazine des consommateurs romands et *Tout Compte Fait*, le magazine d'économie domestique, donnent une foule d'informations en matière d'AVS, 2º pilier, successions, assurances, consommation, etc. et proposent un calculateur pour évaluer si vous risquez une hausse de loyer ou pouvez prétendre à une baisse. www.bonasavoir.ch

FRC MIEUX CHOISIR

Chaque mois, FRC Mieux choisir, le mensuel de la Fédération romande des consommateurs, compare des prix et des prestations, teste des gammes de produits, livre son expertise à partir d'expériences vécues, décrypte des textes de loi ou des contrats et dénonce les arnaques. Des clés pour consommer futé et durable.

COLOCATION

Site regroupant des offres et des recherches de colocation. www.easywg.ch/colocation-senior

ASSOCIATION VAUDOISE D'AIDE ET DE SOINS À DOMICILE (AVASAD)

Route de Chavannes 37 – 1014 Lausanne T. 021 623 36 36 – www.avasad.ch

ENTRAIDE FAMILIALE VAUDOISE

Avenue de Rumine 2 – 1005 Lausanne T. 021 341 90 71 www.entraidefamilialevaudoise.

INSTITUTION GENEVOISE DE MAINTIEN À DOMICILE

Genève T. 022 420 20 00 www.imad-ge.ch

NOMAD

Rue du Pont 25 2300 La Chaux-de-Fonds T. 032 886 82 00 www.nomad-ne.ch

GROUPEMENT VALAISAN DES CENTRES MÉDICO-SOCIAUX

Avenue des Mayennets 5 1950 Sion T. 027 323 88 85 www.cms-smz-vs.ch

ASSOCIATION FRIBOURGEOISE D'AIDE ET DE SOINS À DOMICILE

Route St-Nicolas-de-Flüe 2 1700 Fribourg T. 026 321 56 81 www.aide-soins-fribourg.ch

FONDATION POUR L'AIDE ET LES SOINS À DOMICILE

Rue des Moulins 21 2800 Delémont T. 032 423 15 34 F. 032 423 44 26 www.fasd.ch

SPITEX BIEL-BIENNE REGIO

Rue Centrale 115 CP 7149 2500 Bienne 7 T. 032 329 39 00 – F. 032 329 39 12 fr.spitex-biel-bienne-regio.ch

PORTAILS

GÉNÉRATIONS-PLUS.CH

Le site du magazine romand Générations Plus fourmille de renseignements utiles, avec notamment des fiches pratiques consacrées à divers thèmes abordés par des spécialistes: vos droits, votre argent, sexologie, santé, informatique, diététique, consommation et vétérinaire. www.generations-plus.ch

SENIORWEB.CH

Un portail en trois langues pour et par les aînés. www.seniorweb.ch/fr

AÎNÉS ATTITUDE

Un projet web dédié à la transmission de la mémoire collective des seniors de la Ville et Canton de Genève. www.egeneve.ch

LE JOURNAL DES SENIORS

Un webzine français d'actualité. www.journaldesseniors.com

NOTRETEMPS.COM

La version web du magazine français du même nom, destiné aux plus de 50 ans, offre de nombreuses informations pratiques. www.notretemps.com

PLUSMAGAZINE.BE

Le site du magazine belge des plus de 50 ans, actualise régulièrement ses pages. plusmagazine.levif.be/fr

SENIORACTU.COM

Le site de l'actualité des seniors français. www.senioractu.com

SENIORS DU MONDE

Un portail français à la fois d'information et de conseils pratiques. seniorsdumonde.fr

SPORT

ALLEZ HOP ROMANDIE

Allez Hop est un programme qui propose des cours de nordic walking, marche, course, d'aquagym et de fitgym en Romandie et ailleurs. Av. de Provence 12 – 1007 Lausanne

T. 021 623 37 43 – F. 021 623 37 38 www.allezhop-romandie.ch

AVIVO

Nombreux cours et activités physiques dans ses sections locales, adaptés aux seniors. AVIVO Suisse Avenue de Béthusy 60 1012 Lausanne – T. et F. 021 652 23 11 www.avivo-suisse.ch

BALADES.CH

Répertoire des randonnées pédestres en Suisse romande. www.balades.ch

NATATION POUR TOUS

Ce programme s'adresse aux débutants comme aux nageurs expérimentés et offre des conseils pratiques sur la nage, les styles, l'approche de l'eau, etc. www.natationpourtous.com

RANDOGUIDE

La plateforme suisse pour les amateurs de randonnées, balades à vélo et parcours VTT. www.tourenguide.ch

NATURE ESCAPADE

Randonnées (à pied, en raquettes à neige, etc.) et des activités nature dans les Alpes et le Jura, comme ailleurs. Aussi pour Genève. Nature Escapade Montreux Chemin de la Crétaz 37 1822 Chernex/Montreux T. 021 981 12 56 www.natscape.ch

PARCOURS VITA

Le site du plus grand centre de fitness de plein air et gratuit fournit la liste des parcours et des conseils pratiques pour l'entraînement. www.zurichvitaparcours.ch

UNIVERSITÉS

FÉDÉRATION SUISSE DES UNIVERSITÉS DU 3^E ÂGE

Niesenweg 4 – 3012 Berne T. 031 302 14 36 www.uni3.ch

UNIVERSITÉ DES AÎNÉS DE LANGUE FRANÇAISE DE BERNE

Niesenweg 4 – 3012 Berne T. 031 302 14 36 www.unab.unibe.ch

UNIVERSITÉ DES SENIORS DE GENÈVE

Rue De-Candolle 2 – CP 1205 Genève T. 022 379 70 42 www.unige.ch/uni3

CONNAISSANCE 3

Université du 3° âge du canton de Vaud Place de la Riponne 5 1005 Lausanne T. 021 311 46 87 www.unil.ch/connaissance3

UNIVERSITÉ DU 3^E ÂGE DE NEUCHÂTEL

Avenue du Premier-Mars 26 2000 Neuchâtel T. 032 718 11 60 www.unine.ch/u3a

LILL, LEARNING IN LATER LIFE

Ce réseau réunit des universités du troisième âge et d'autres organisations venant de 15 pays européens. Elles sont toutes impliquées dans la formation continue académique pour les personnes âgées. www.uni-ulm.de/LiLL

SANTÉ

UNION CENTRALE SUISSE POUR LE BIEN DES AVEUGLES (UCBA)

Renseignements et liens pratiques. UCBA – Chemin des Trois-Rois 5 bis 1005 Lausanne T. 021 345 00 50 www.szb.ch/fr

LIGUE SUISSE CONTRE LE RHUMATISME

L'institution aborde différents aspects de cette pathologie et propose un test en ligne: arthrose ou arthrite? Josefstrasse 92 8005 Zürich T. 044 487 40 00 www.ligues-rhumatisme.ch

SOCIÉTÉ SUISSE DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES

Centre romand SEP
Rue du Simplon 3
1006 Lausanne
T. 021 614 80 80
Infoline: 0844 737 463, Lausanne
www.multiplesklerose.ch

ASSOCIATION SUISSE DU DIABÈTE (SDG-ASD)

Informations utiles pour les diabétiques, leur entourage, ainsi que pour le personnel soignant. Liens vers les associations cantonales. www.diabetesgesellschaft.ch/fr

ASSOCIATION ALZHEIMER SUISSE

Rue des Pêcheurs 8 E 1400 Yverdon-les-Bains T. 024 426 20 00 www.alz.ch

FÉDÉRATION SUISSE DES PROGRAMMES DE DÉPISTAGE DU CANCER DU SEIN

Toutes les informations sur les programmes romands et suisses. www.depistage-sein.ch

GROUPE GLAUCOME

Société suisse d'ophtalmologie www.swissglaucome.ch

FONDATION SUISSE DE CARDIOLOGIE

Conseils de prévention et informations. www.swissheart.ch

ÇA MARCHE, BOUGER PLUS, MANGER SAINEMENT

Un programme de promotion du canton de Vaud qui s'adresse à toutes les générations. www.ca-marche.ch

ASSOCIATION DE SOUTIEN AUX PERSONNES TOUCHÉES PAR LE CANCER DE LA PROSTATE

CP 6550 – 1211 Genève 6 secretariat@prosca.net hotline: 022 322 13 33 www.prosca.net

WWW.50PLUSSANTÉ.CH

La santé des 50 ans et plus en Suisse romande. www.50plussante.ch

PROMOTION SANTÉ SUISSE

Avenue de la Gare 52 – 1003 Lausanne T. 021 345 15 15 – F. 021 345 15 45 www.gesundheitsfoerderung.ch

COUPDEPOUCE.COM

Site de référence en matière de santé avec une rubrique conseils sur la nutrition, la santé et l'exercice physique.
www.coupdepouce.com

ALTER EGO

Association contre la maltraitance envers les personnes âgées. Sections cantonales sur www.alter-ego.ch

VIEILLIR EN LIBERTÉ

Le réseau internet francophone s'engage à défendre les droits humains des aînés dans nos collectivités et à se consacrer à la protection des personnes âgées vulnérables en Belgique, France, Suisse et Québec. www.rifvel.org

RADIX

Fondation suisse pour la santé, ses points forts: la santé psychique, le poids corporel sain et les addictions. Radix Suisse romande Avenue de la Gare 52 1003 Lausanne T. 021 329 01 57 info-la@radix.ch www.radix.ch

QUESTIONS SUCCESSORALES

QUELLES AUTORITÉS CONTACTER EN SUISSE ROMANDE?

VAUD

Etablissement d'un testament public > notaire Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral > notaire

Ouverture > justice de Paix

Délivrance d'un certificat d'héritier > justice de Paix

Déclaration de répudiation d'un héritage > justice de Paix

Demande du bénéfice d'inventaire > justice de Paix

Recours > Tribunal cantonal

GENÈVE

Etablissement d'un testament public > notaire Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral > notaire, justice de Paix

Ouverture > notaire, justice de Paix

Délivrance d'un certificat d'héritier > justice de Paix

Déclaration de répudiation d'un héritage > justice de Paix

Demande du bénéfice d'inventaire > justice de Paix

Recours > Chambre civile de la Cour de justice

FRIBOURG

Etablissement d'un testament public > notaire

Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral > notaire

Ouverture > justice de Paix

Délivrance d'un certificat d'héritier > justice de Paix

Déclaration de répudiation d'un héritage > Tribunal d'arrondissement

Demande du bénéfice d'inventaire > Tribunal d'arrondissement

Recours > Tribunal cantonal

NEUCHÂTEL

Etablissement d'un testament public > notaire

Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral > notaire

Ouverture > président du Tribunal du district

Délivrance d'un certificat d'héritier > justice de Paix

Déclaration de répudiation d'un héritage > Tribunal de district Demande du bénéfice d'inventaire > Tribunal de district Recours > Tribunal cantonal

IURA

Etablissement d'un testament public > notaire
Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral

> notaire, commune de domicile

Ouverture > Recette et administration de district

Délivrance d'un certificat d'héritier

> juge administratif du Tribunal de première instance

Déclaration de répudiation d'un héritage

> juge administratif du Tribunal de première instance

Demande du bénéfice d'inventaire

> juge administratif du Tribunal de première instance

Recours > Cour civile du Tribunal cantonal

BERNE

Etablissement d'un testament public > notaire
Authentification d'un pacte successoral > notaire
Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral

> notaire, commune de domicile

Ouverture > notaire, commune

Délivrance d'un certificat d'héritier > notaire, commune **Déclaration de répudiation d'un héritage** > préfet

Demande du bénéfice d'inventaire > préfet, commune

Recours > Tribunal régional

VALAIS

Etablissement d'un testament public > notaire Authentification d'un pacte successoral > notaire

Dépôt d'un testament public ou d'un pacte successoral > notaire

Ouverture > juge de commune

Délivrance d'un certificat d'héritier > juge de commune **Déclaration de répudiation d'un héritage** > juge de district

Demande du bénéfice d'inventaire > juge de commune

Recours > juge de district

CANTON DE VAUD

ORDRE DES AVOCATS VAUDOIS

Permanence (sans rendez-vous): 40 fr. pour env. 15 minutes www.pay.ch

+ Lausanne

Rue du Grand-Chêne 8 1002 Lausanne T. 021 320 20 60 Lundi, mardi et jeudi de 16 h à 19 h

+ Nvor

Rue des Marchandises 17 1260 Nyon T. 021 320 20 60 Jeudi de 17 h à 19 h

+ La Tour-de-Peilz

Grand-Rue 46 – 1814 La Tour-de-Peilz T. 021 320 20 60 Jeudi de 17 h à 19 h

★ Yverdon-les-Bains

Service social de la ville d'Yverdon Rue des Pêcheurs 8 (2° étage) (ancienne usine Hermes Precisa) 1401 Yverdon-les-Bains T. 021 320 20 60 Jeudi de 17 h à 19 h

ASSOCIATION DES NOTAIRES VAUDOIS

Avenue Ruchonnet 38 1003 Lausanne T. 021 310 07 70 www.notaires.ch

JUSTICE DE PAIX

+ Aigle

Hôtel de Ville CP 262 – 1860 Aigle T. 024 557 65 76 info.jpxai@vd.ch

+ Broye-Vully

Rue du Temple 5 CP 238 1530 Payerne T. 026 557 37 67 info.jpxpa@vd.ch

Jura/Nord vaudois et Gros-de-Vaud

Rue des Moulins 10 CP 693 1401 Yverdon-les-Bains T. 024 557 65 35 info.jpxyv@vd.ch

+ Lausanne

Côtes-de-Montbenon 8 1014 Lausanne T. 021 316 10 60 info.ipxln@vd.ch

+ Ouest lausannois

Avenue de Longemalle 1 1020 Renens T. 021 316 12 00 info.jxol@vd.ch

+ Lavaux-Oron

Maison de Ville – Rue Davel 9 1096 Cully – T. 021 557 82 55 info.jpxlx@vd.ch

+ Morges

Rue Saint-Louis 2 – 1110 Morges T. 021 557 94 00 info.jpxmo@vd.ch

+ Nyon

Rue Jules-Gachet 5 – 1260 Nyon T. 022 557 51 21 info.jpxny@vd.ch

♣ Riviera/Pays-d'Enhaut

Rue du Musée 6 – 1800 Vevey T. 021 557 94 44 info.jpxve@vd.ch

TRIBUNAUX D'ARRONDISSEMENT

★ Broye et Nord vaudois

Rue des Moulins 8 CP – 1401 Yverdon-les-Bains T. 024 557 60 20 info.tdanv@vd.ch

+ Est vaudois

Cour-au-Chantre Rue du Simplon 22 – 1800 Vevey T. 021 557 12 50 info.tdaev@vd.ch

+ La Côte

Rue de Saint-Cergue 38 1260 Nyon T. 022 557 52 00 info.tdalc@vd.ch

+ Lausanne

Palais de justice de Montbenon Allée Ernest-Ansermet 2 1014 Lausanne T. 021 316 69 00 info.tdaln@vd.ch

CANTON DE GENÈVE

ORDRE DES AVOCATS

Rue Verdaine 13 1204 Genève T. 022 310 24 11 Permanence: du lundi au vendredi, de 10 h à 18 h 30 (sans rendez-vous) Jusqu'à 45 min.: 60 fr. www.odage.ch

CHAMBRE DES NOTAIRES

Permanence
Rue Verdaine 13
1204 Genève
T. 022 781 08 28
Tous les jeudis, de 10 h à 18 h 30,
sans interruption
www.notaires-geneve.ch

JUSTICE DE PAIX

Rue des Glacis-de-Rive 6 1207 Genève Justice de paix – Successions: T. 022 327 69 60 ge.ch/justice/justice-de-paix

TRIBUNAL DE PREMIÈRE INSTANCE

Place du Bourg-de-Four 1 – Bâtiment A CP 3736 – 1211 Genève 3 T. 022 327 66 30 ge.ch/justice/tribunal-de-premiere-instance

ADMINISTRATION FISCALE CANTONALE

Hôtel des finances – Rue du Stand 26 CP 3937 – 1211 Genève 3 T. 022 327 70 00 ge.ch/impots/

CANTON DE FRIBOURG

ORDRE DES AVOCATS FRIBOURGEOIS

Permanences (20 min. pour 30 fr.)

+ Fribourg
Rue de Romont 29-31

Rue de Romont 29-31 Chaque mardi, sans rendez-vous, de 17 h à 19 h

Hôtel du Cheval-Blanc Rue de la Gruyère 16 – Bulle Chaque jeudi de 17 h à 19 h www.oaf.ch

+ Bulle

ASSOCIATION DES NOTAIRES FRIBOURGEOIS

M° Inge Waeber Rue Saint-Pierre 8 – 1700 Fribourg T. 026 322 05 28 www.notaires.ch

JUSTICE DE PAIX

♣ Cercle de la Sarine Rue des Chanoines 1 1700 Fribourg T. 026 305 86 00 ipsarine@fr.ch

★ Cercle de la Singine Amthaus – 1712 Tavel T. 026 305 86 70

Cercle de la Gruyère
 Avenue de la Gare 12 – 1630 Bulle
 T 026 305 86 40

+ Cercle du LacRathausgasse 6-8 − 3280 Morat
T. 026 305 86 60

◆ Cercle de la Glâne Rue des Moines 58 1680 Romont T. 026 305 86 30

♣ Cercle de la Broye Avenue de la Gare 111 1470 Estavayer-le-Lac T. 026 305 86 20

Cercle de la Veveyse Place d'Armes 11 1618 Châtel-Saint-Denis T. 026 305 86 80

TRIBUNAUX D'ARRONDISSEMENT

♣ La SarineRoute des Arsenaux 17
CP 1520 − 1701 Fribourg
T. 026 305 62 00

+ La Singine
Amthaus – Schwarzseestrasse 5
CP 67 – 1712 Tavel
T. 026 305 74 04

+ La Gruyère Le Château − Place du Tilleul 1 CP 364 − 1630 Bulle T. 026 305 64 44

+ Lac Schlossgasse 2 − CP 124 3280 Morat − T. 026 305 90 90

+ La GlâneRue des Moines 58
CP 160 − 1680 Romont
T. 026 305 94 60

♣ La Broye Rue de la Gare 1 CP 861 – 1470 Estavayer-le-Lac T. 026 305 91 00

♣ La Veveyse Avenue de la Gare 33 CP 272 – 1618 Châtel-St-Denis T. 026 305 94 40

SERVICE DES IMPÔTS SUR LES SUCCESSIONS ET LES DONATIONS

Rue Joseph-Piller 13 – CP 1701 Fribourg – T. 026 305 35 31 www.fr.ch/sisd/fr

CANTON DE NEUCHÂTEL

ORDRE DES AVOCATS NEUCHÂTELOIS

Permanence juridique (sans rendez-vous): env. 15 min. 30 fr. www.oan.ch

♣ Neuchâtel Rue des Beaux-Arts 11 2000 Neuchâtel Mercredi de 16 h à 19 h

+ La Chaux-de-Fonds Rue du Parc 65 − 1^{er} étage (à l'arrière de la rue de Serre 62) 2300 La Chaux-de-Fonds Jeudi de 16 h à 19 h

CHAMBRE DES NOTAIRES DE NEUCHÂTEL

M° Isabelle Augsburger Rue du Musée 6 – 2001 Neuchâtel T. 032 725 10 11 www.notaires.ch

TRIBUNAUX RÉGIONAUX

Montagnes et Val-de-Ruz Hôtel Judiciaire – Avenue Léopold-Robert 10 CP 2284 – 2300 La Chaux-de-Fonds T. 032 889 61 81 – TRMV@ne.ch

LITTORAL ET VAL-DE-TRAVERS

♣ Site de Neuchâtel Hôtel de Ville Rue de l'Hôtel-de-Ville 2 CP 3173 – 2000 Neuchâtel T. 032 889 61 80 TRLV-Neuchatel@ne.ch

+ Site de Boudry
Hôtel Judiciaire – Rue Louis-Favre
39
CP 36 – 2017 Boudry
T. 032 889 61 83
TRLV-Boudry@ne.ch

OFFICE DES IMPÔTS IMMOBILIERS ET DE SUCCESSION

Service des contributions Rue du Docteur-Coullery 5 2300 La Chaux-de-Fonds T. 032 889 77 77 service.contributions@ne.ch

CANTON DU JURA

ORDRE DES AVOCATS JURASSIENS

Permanence juridique par district: lundi de 16 h à 19 h, env. 20 min. pour 20 fr.

District de Delémont
 Rue de la Justice 2 – 2800 Delémont
 T. 032 420 56 20

→ District des Franches-Montagnes Place du 23-Juin 6 – 2350 Saignelégier T. 032 420 46 20

T. 032 420 32 70

♣ District de Porrentruy Rue Auguste-Cuenin 15 2900 Porrentruy

CONSEIL DU NOTARIAT JURASSIEN

Avenue Auguste-Cuenin 24 2900 Porrentruy T. 032 465 11 11 www.notaires.ch

JUGE ADMINISTRATIF

Le Château CP 86 – 2900 Porrentruy 2 T. 032 420 33 73-85 secr.tpi@jura.ch

TRIBUNAL DE PREMIÈRE INSTANCE

Le Château CP 86 – 2900 Porrentruy 2 T. 032 420 33 50 secr.tpi@jura.ch

CANTON DE BERNE

(PARTIE FRANCOPHONE

ASSOCIATION DES AVOCATS BERNOIS

(Contribution jusqu'à 50 fr. au max. par consultation de 15 à 30 min.) www.bav-aab.ch

+ Bienne

Rue Neuve 8 – 2500 Bienne T. 032 560 11 66 Consultation (sur rendez-vous uniquement): deux fois par mois, jeudi de 16 h à 18 h

+ Courtelary/Moutier/ Tavannes

Courtelary – T. 032 944 16 01 Moutier – T. 032 494 11 11 Tavannes – T. 032 481 23 34 Inscriptions auprès du secrétariat municipal de la commune concernée. Consultation juridique: lundi de 16 h à 19 h, en alternance

ASSOCIATION DES NOTAIRES BERNOIS

entre les trois communes.

Secrétariat de l'ANB Marktgasse 37 CP 6362 – 3001 Berne T. 031 320 37 32 info@bernernotar.ch www.bernernotar.ch

PRÉFECTURES

+ Bienne

Château – Hauptstrasse 6 2560 Nidau T. 032 635 25 00 pref.bi@jgk.be.ch

+ Jura bernois

Rue de la Préfecture 2 2608 Courtelary T. 031 635 96 26 pref.jb@jgk.be.ch

TRIBUNAL RÉGIONAL

+ Jura bernois-Seeland

Rue de l'Hôpital 14 – 2501 Bienne T. 032 344 57 00 TribunalRegional.Bienne @justice.be.ch

+ Agence du Jura bernois

Rue du Château 9 2740 Moutier T. 032 494 56 44-46 TribunalRegional.Moutier @justice.be.ch

VALAIS

ORDRE DES AVOCATS VALAISANS

Permanence (sans rendez-vous) Consultation (max. 20 min.): 20 fr. www.oavs.ch

+ Sion

Rue de la Dent-Blanche 8 Chaque mardi de 17 h à 19 h T. 027 323 03 23

+ Monthey

Ancien Hôtel de Ville Les 4 premiers mardis du mois de 17 h à 19 h T. 024 472 12 38

ASSOCIATION DES NOTAIRES VALAISANS

M° Cédric Bossicard, secrétaire Avenue de la Gare 19 CP 70 – 1920 Martigny T. 027 566 72 10 Pas de permanence www.notaires.ch

TRIBUNAUX DE DISTRICT ROMANDS

+ Entremont

CP – 1933 Sembrancher T. 027 785 22 01

+ Hérens-Conthey

Rue Mathieu-Schiner 1 CP 2352 – 1950 Sion 2 T. 027 606 54 20

★ Martigny/Saint-Maurice

Hôtel de Ville 1 CP – 1920 Martigny T. 027 607 81 40

+ Monthey

Place de l'Hôtel-de-Ville 1 CP – 1870 Monthey 2 Ville T. 027 607 81 00

+ Sierre

Avenue du Rothorn 2 CP – 3960 Sierre T. 027 607 82 00

+ Sion

Rue Mathieu-Schiner 1 CP 2192 – 1950 Sion 2 T. 027 606 54 40

S'INFORMER EN CAS DE TRANSMISSION DE SON ENTREPRISE

ASSOCIATION RELÈVE PME

Portail et plate-forme pour les PME – Suisse romande Route du Lac 2 – 1094 Paudex T. 021 796 33 00/78 info@relevepme.ch www.relevepme.ch

CAPITAL PROXIMITÉ

www.capitalproximite.ch

Marché des investisseurs et des PME T. 021 349 25 90 c/o CreditReform Route de Berne 34 1010 Lausanne

HAUTE ÉCOLE DE GESTION DE FRIBOURG (HEG)

Chemin du Musée 4 –1700 Fribourg T. 026 429 63 70 – heg-fr@hefr.ch www.he-fr.ch

FÉDÉRATION DES ENTREPRISES SUISSES

Carrefour de Rive 1 CP 3684 – 1211 Genève 3 T. 022 786 66 81 geneve@economiesuisse.ch www.economiesuisse.ch/fr

CHAMBRE SUISSE DU COMMERCE ET DE L'INDUSTRIE

www.cci.ch

+ Fribourg

Route du Jura 37 CP 304 – 1701 Fribourg T. 026 347 12 20 info@ccif.ch

+ Genève

Boulevard du Théâtre 4 CP 5039 – 1211 Genève 11 T. 022 819 91 11 – cci@cciq.ch

+ Jura

Rue de l'Avenir 23 CP 274 – 2800 Delémont 1 T. 032 421 45 45 – ccjura@cci.ch

+ Neuchâtel

Rue de la Serre 4 CP 2012 – 2001 Neuchâtel T. 032 722 15 15 – cnci@cnci.ch

→ Valais

Rue Pré-Fleuri 6 CP 288 – 1951 Sion T. 027 327 35 35 info@cci-valais.ch

+ Vaud

Avenue d'Ouchy 47 CP 315 – 1001 Lausanne T. 021 613 35 35 cvci@cvci.ch

CENTRE PATRONAL

Route du Lac 2 – 1094 Paudex CP 1215 – 1001 Lausanne T. 021 796 33 00 info@centrepatronal.ch www.centrepatronal.ch

FONDATION PME SUISSE

Fondation pour la diffusion des connaissances d'entreprise Schwarztorstrasse 26 CP – 3001 Berne T. 031 380 14 36 info@stiftung-kmu.ch www.stiftung-kmu.ch/fr

UNION SUISSE DES ARTS ET MÉTIERS (USAM)

Schwarztorstrasse 26 CP – 3001 Berne T. 031 380 14 14 – info@sgv-usam.ch www.sgv-usam.ch

UNION SUISSE DES FIDUCIAIRES

Monbijoustrasse 20 CP 8520 – 3001 Berne T. 031 380 64 30 – info@treuhandsuisse.ch www.treuhandsuisse.ch

FÉDÉRATION SUISSE DES AVOCATS

Marktgasse 4 – CP 8321 3001 Berne – T. 031 313 06 06 info@sav-fsa.ch www.sav-fsa.ch

ADLATUS

Réseau national de dirigeants et spécialistes expérimentés T. 0848 48 48 88 (Adlatus Suisse) www.adlatus.ch

+ Léman

Philippe Grobéty, president Près des Rives 3 – 1344 L'Abbaye T. 079 510 39 65 – phgr@sevjnet.ch

+ Neuchâtel, Jura, Fribourg

Pierre Hubert, président Chemin des Villarets 31 2036 Cormondrèche T. 021 728 74 49 phubert@bluewin.ch

INNOVAGE

Innovage Suisse Romande est une association de seniors qualifiés et retraités qui mettent bénévolement leurs compétences et leurs expériences à disposition de personnes, groupes ou collectivités porteurs de projets d'utilité publique.

Monique Bolognini, présidente T. 079 629 25 91

Monique.Bolognini@innovage.ch