



## BUREAU DES AÎNÉS

---

Excursions – Chorale – Pétanque – Aquagym – Vacances – Potager –  
Tourisme pédestre – Self-défense seniors – Club de Midi – Thé-dansant

**Une large palette d'activités pour garder la forme durant la retraite et pour faire des rencontres sympathiques, ainsi que des conseils avisés en lien avec le « bien-vieillir »**

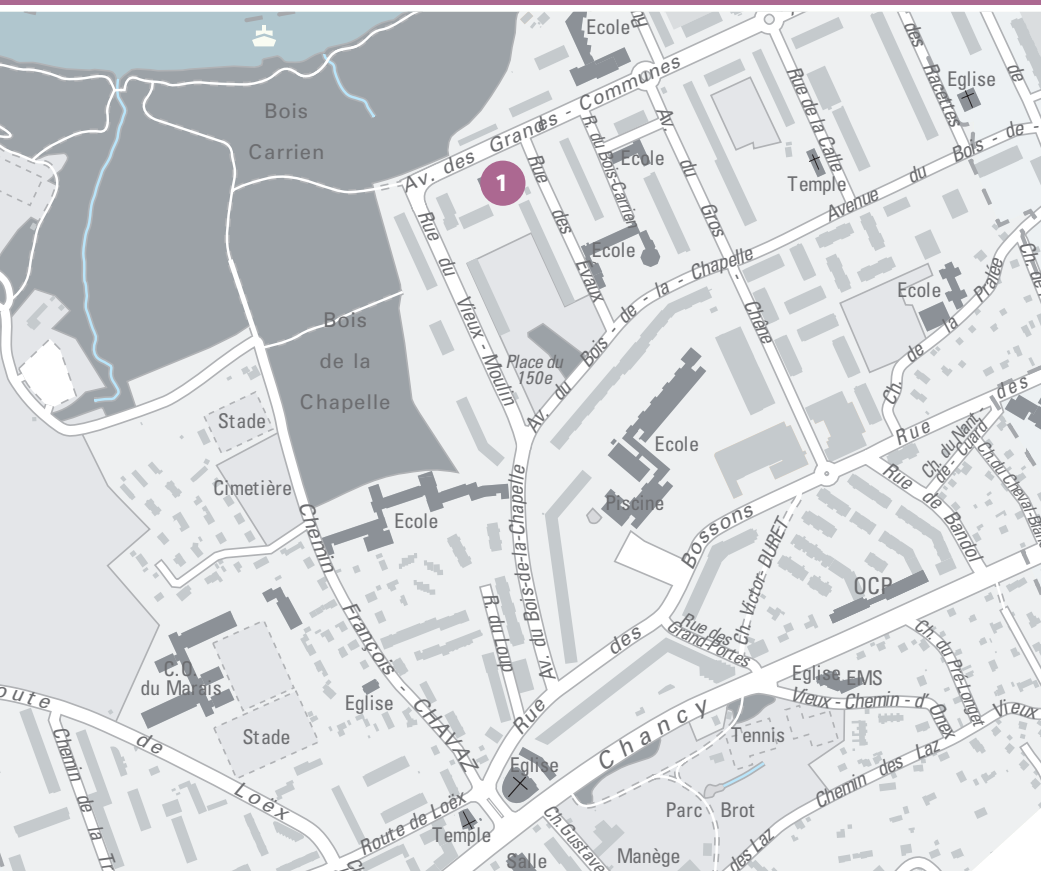
Destiné aux Onésien-ne-s en âge AVS, le Bureau des Aînés organise des activités collectives, sportives et culturelles afin de favoriser l'échange convivial entre seniors, contribuant ainsi à offrir des occasions diverses de garder la forme, tout en prévenant l'isolement.

Les aînés qui le souhaitent reçoivent tous les mois un programme détaillé des activités qui sont proposées à des tarifs particulièrement avantageux. Le choix est vaste et chacun devrait y trouver son compte en fonction de ses goûts et de ses aptitudes physiques.

Le Bureau des Aînés offre aussi un volet « écoute et conseils » pour celles et ceux qui ont des questions ou des craintes spécifiquement en lien avec le troisième âge.

- Rester actif à la retraite ?
- À la recherche d'une activité de bénévolat ?
- Des questions liées aux logements adaptés aux seniors ?
- Sentiment de solitude ?

N'hésitez pas à nous contacter. Pour tout renseignement, nous attendons votre appel.  
Pour un entretien, prière de prendre rendez-vous.



## 1 Réception SPPS

Guichet principal : rue des Evaux 13, 1213 Onex (Tél. : 022 879 89 11 ; Fax : 022 879 89 10)  
Tous les jours de 9h à 12h et les lundis, mercredis, vendredis de 14h à 17h

Bus 10 : arrêt Evaux

[www.onex.ch](http://www.onex.ch)