

Récemment arrivé-e à Genève? 60 ans et plus?

Le programme *Seniors d'ici et d'ailleurs* vous aide à vous intégrer dans les meilleures conditions possibles.



022 304 04 05
sia@croix-rouge-ge.ch

genève 
Croix-Rouge genevoise

Seniors d'ici et d'ailleurs

Pour venir en aide aux nombreux seniors isolé-e-s à Genève, la Croix-Rouge genevoise propose un programme d'activités destiné à établir des liens sociaux et à promouvoir la santé.

Ce programme s'adresse en priorité à des **personnes récemment installées à Genève en recherche d'intégration sociale**.

La palette d'activités proposée vise à maintenir et à **promouvoir un bon état de santé physique et psychique** ainsi qu'à favoriser une **intégration sociale et culturelle**.

Le programme offre notamment:

- des cours de français adaptés aux seniors;
- des cours de gym douce et de yoga;
- des ateliers d'inclusion numérique;
- des ateliers sur la santé;
- des sorties culturelles;
- des ateliers de rencontre et de partage.

Pour toute question, nous vous invitons à contacter le secrétariat du Pôle Personnes âgées de la Croix-Rouge genevoise au **022 304 04 05** ou par email à l'adresse **sia@croix-rouge-ge.ch**

Un entretien préalable est nécessaire avant inscription au programme, ainsi qu'une participation régulière et active

Croix-Rouge genevoise Seniors d'ici et d'ailleurs

Route des Acacias 9
1227 Les Acacias
022 304 04 05
sia@croix-rouge-ge.ch



www.croix-rouge-ge.ch/sia

Avec le soutien de

