



## DOSSIER DE PRESSE

Activités pour les personnes de 50 ans et plus  
En savoir plus: [www.MDA-Genève.ch](http://www.MDA-Genève.ch)

**+3'800**

*membres du MDA-Genève*

**30**

*professeurs, animateurs,  
remplaçants*

**+100**

*activités proposées*

**67**

*cours proposés*

**209**

*bénévoles*

**3**

*employés*

### **MDA-GENEVE**

Boulevard Carl-Vogt 2 - CP 14 - 1211 Genève 8

Tél. 022 329 83 84 (ouverture du secrétariat du mardi au vendredi de 9h à 13h)

[secretariat@MDA-Genève.ch](mailto:secretariat@MDA-Genève.ch)

[www.MDA-Genève.ch](http://www.MDA-Genève.ch)



**RESTER EN FORME, CRÉATIF ET  
AUTONOME APRÈS 50 ANS !**

Mouvement des aînés

*Le MDA-GENEVE est une association laïque et apolitique à but non lucratif reconnue d'utilité publique active à Genève et regroupant près de 4'000 membres.*

*Sa mission est d'encourager les personnes de plus de 50 ans à rester actifs, créatifs et autonomes, d'acquérir de nouvelles connaissances, de développer leur créativité, de cultiver des liens sociaux pour lutter contre l'isolement et la dépendance, de maintenir leurs capacités physiques, sociales et intellectuelles. Le MDA-GENEVE propose plus de 100 activités.*

**WWW.MDA-Geneve.ch**

## **COMITÉ DU MDA-GENÈVE**

Composé de 9 membres et dirigé par deux Présidentes, le Comité du MDA-GENEVE se réunit régulièrement pour examiner et superviser l'activité et les besoins de l'association. Le/la Secrétaire général.e participe également aux séances du Comité, mais n'en est pas membre.

Présidentes : Françoise Gallay et Myriam Weiner

Membres : André Basarab – Claire Marie de Battista – Lela Longchamp de Flores – Joël Goldstein – Béatrice Grandjean – Gilbert Réviol - Jérémy Anthoine

La Secrétaire générale : Christine Esseiva

## **MERCI AUX INSTITUTIONS QUI SOUTIENNENT LE MDA-GENÈVE**

... SUBVENTIONNÉ  
... PAR LA  
VILLE DE GENÈVE



Une fondation privée genevoise



**RESTER EN FORME, CRÉATIF ET  
AUTONOME APRÈS 50 ANS !**

Mouvement des aînés

## Philosophie

Un constat essentiel anime l'esprit du MDA-GENEVE : nous avons tous les capacités et la responsabilité de **prendre soin de notre vie et de nos relations**.

A travers nos ressources et engagements personnels, nous pouvons très concrètement **contribuer à notre développement et à celui de la société**.

Le savoir, savoir-faire et le savoir-être peuvent être entretenus, développés et partagés pour le bien commun.

Après une vie souvent bien remplie par les réalités familiales, professionnelles et sociales, **les personnes de plus de 50 ans regorgent de multiples expériences et compétences** dont la société peut bénéficier.

Confiant dans leurs ressources, leur capacité créative et leur générosité, le MDA-GENEVE fait appel à eux pour mettre sur pied un programme approprié à ses objectifs.

A travers sa mosaïque d'activités et les principes même de son fonctionnement, le MDA-GENEVE souhaite contribuer concrètement, à **encourager l'épanouissement individuel et social de la population**.

## Objectif

- Valoriser le rôle social des personnes de plus de 50 ans en mobilisant leurs compétences
- Maintenir et favoriser l'autonomie et le bien-être de la personne
- Proposer des services aux collectivités locales
- Encourager les rencontres

**Les activités proposées concourent à préserver ou à développer les capacités motrices, intellectuelles, morales et relationnelles.**

### MDA-GENEVE

Boulevard Carl-Vogt 2 - CP 14 - 1211 Genève 8

Tél. 022 329 83 84 (ouverture du secrétariat du mardi au vendredi de 9h à 13h)

[secretariat@MDA-Geneve.ch](mailto:secretariat@MDA-Geneve.ch)

[www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)



# RESTER EN FORME, CRÉATIF ET AUTONOME APRÈS 50 ANS !

Mouvement des aînés

## Fonctionnement

Dirigé par un comité, le MDA-GENEVE a une structure minimaliste. Il est **essentiellement basé sur l'implication de bénévoles**. Les professeurs animent les cours et ateliers tandis que les employés assurent le fonctionnement général.

Un **bulletin trimestriel** imprimé, un **site Internet** ([www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)), des réseaux sociaux et une **newsletter** numérique informent les membres et le public des offres d'activités.

**Les membres sont à la source des activités**. Chacun a la possibilité d'en suggérer de nouvelles. Après consultation, certaines sont retenues et proposées au public. Elles sont alors confiées à un responsable compétent, assisté par les permanents, qui en assurent le lancement et le bon fonctionnement.

Pour répondre aux différentes ressources financières de notre public (membre et non-membres), des tarifs planchers sont pratiqués pour toutes nos activités et prestations.

## Les conditions d'adhésion

- être âgé.e d'au moins 50 ans et
- résider en Suisse. Il est toutefois possible d'adhérer au MDA-Genève si les personnes résidant hors de Suisse possèdent un numéro AVS (fournir obligatoirement une photocopie de la carte).

L'adhésion est valable pour une année civile (du 1er janvier au 31 décembre) et démarre dès la date de paiement de la cotisation. Le membre reçoit une carte avec un numéro d'adhérent. Cette carte est nominative. Elle lui permet de bénéficier des prestations de l'association comme de tarifs réduits (voir les conditions particulières de chaque activité).

Inscription au secrétariat (horaires d'ouverture du mardi au vendredi de 9h à 13h) ou en remplissant le formulaire d'adhésion en ligne sur notre site [www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)

### MDA-GENEVE

Boulevard Carl-Vogt 2 - CP 14 - 1211 Genève 8  
Tél. 022 329 83 84 (ouverture du secrétariat du mardi au vendredi de 9h à 13h)  
[secretariat@MDA-Geneve.ch](mailto:secretariat@MDA-Geneve.ch)  
[www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)



**RESTER EN FORME, CRÉATIF ET  
AUTONOME APRÈS 50 ANS !**

Mouvement des aînés

## REPÈRES HISTORIQUES

Originaire du canton de Vaud, le **Mouvement des Aînés (MDA)** voit officiellement le jour à Lausanne en 1973 lors de son assemblée constitutive. En réponse au grand engouement rencontré, d'autres sections se développeront également progressivement dans les cantons de Genève, Neuchâtel et Jura francophone, Fribourg et Valais.

Vers la fin des années soixante, l'idée de sa création germe dans l'esprit d'un diacre laïc, Marc Guignard. Dans son travail de diplôme, celui-ci relève que l'amélioration de la situation économique des personnes âgées s'accompagne paradoxalement d'une aggravation de leur isolement.

La question est alors posée : *l'être humain peut-il s'épanouir s'il ne participe pas aux circuits productifs, créatifs et aux échanges sociaux ?*

Son étude relève l'importance des activités intellectuelles et physiques, des relations entre jeunes, adultes et aînés. Elle insiste sur l'autonomie des personnes âgées, sur la nécessité de conserver ou de prendre des responsabilités. Il faut ainsi répondre à leurs demandes et favoriser le maintien de leur intégration sociale, veiller au développement individuel tout en encourageant la notion de service à la société.

Ces thèses conservent aujourd'hui encore toute leur actualité. Elles sont à l'origine de la philosophie et du fonctionnement particulier du MDA.

- 1973 • Assemblée constitutive du MDA romand à Lausanne. Début des activités du Mouvement des Aînés (MDA) dans le canton de Genève
- 1987 • Assemblée constitutive du MDA Genève
- 1990 • 1000 membres / 10 activités. Engagement de 2 permanents professionnels à plein temps
- 1996 • 1500 membres / 18 activités
- 2003 • 30e anniversaire du MDA Genève – Grande Fête publique à Bernex
- 2005 • 20e anniversaire des Conteurs de Genève – Grande fête publique à Genève
- 2007 • Édition d'un bulletin d'information genevois
- 2008 • Fin de la structure romande du MDA. Le MDA Genève devient indépendant
- 2011 • 3300 membres / 50 activités
- 2012 • Engagement d'un 3e permanent professionnel comme responsable informatique
- 2013 • 40e anniversaire – Grande Fête à Chêne-Bougeries. Lancement d'un nouveau bulletin d'information « ACTIVITÉS 50+ »
- 2015 • 30e anniversaire des Conteurs de Genève
- 2016 • Le MDA Genève devient MDA-Activités 50+ (MDA-A50+)
- 2017 • Création d'un nouveau site internet [www.a50plus.ch](http://www.a50plus.ch)
- 2018 • Engagement d'une 4e permanente professionnelle pour répondre à la forte croissance de l'association
- 2019 • 4248 membres / 65 activités - Engagement d'un responsable de la comptabilité à temps partiel
- 2021 • Le MDA-A50+ est actif sur les réseaux sociaux : LinkedIn, Instagram, Facebook

### MDA-GENEVE

Boulevard Carl-Vogt 2 - CP 14 - 1211 Genève 8  
Tél. 022 329 83 84 (ouverture du secrétariat du mardi au vendredi de 9h à 13h)  
[secretariat@MDA-Geneve.ch](mailto:secretariat@MDA-Geneve.ch)  
[www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)



# RESTER EN FORME, CRÉATIF ET AUTONOME APRÈS 50 ANS !

Mouvement des aînés

## **Le MDA-GENEVE propose plus de 100 activités :**

### **☛ Découvrir et s'évader**

*Visites, excursions, voyages*

*Amis du rail, Evasion seniors, Genève culture, Restaurant Découverte, Séjour à Crans-Montana, Voyages APN*

### **☛ Développer sa créativité**

*Ateliers, cours et ensembles artistiques*

*Acrylique, Anglais, Aquarelle, Ateliers dessin-peinture, Calligraphie, Céramique, Choeur mixte, Cours d'échecs, Cours de bridge, Dessin, Ensemble de musique classique, Informatique et nouveaux médias, Sculpture sur pierre tendre*

### **☛ Faire du sport et se détendre**

*Marches, excursions, curling, ski, tir à l'arc...*

*Curling, Evasion montagne, Marchons ensemble, Petite montagne, Ski Plaisir, Tir à l'arc*

### **☛ Jouer et s'amuser**

*Jeux de société et moments partagés*

*Billard américain, Club d'échecs, Club de bridge, Jass, Pétanque, Rummikub et Scrabble*

### **☛ Prendre soin de soi**

*Cours détente et bien-être*

*Aquagym, Danses du monde, solo et couple, Gym-Dance, Méditation de pleine conscience, Pilates, Sophrologie, Stretching, Tai-Chi, Yoga*

### **☛ S'émerveiller et rêver**

*Conteries, formations, nuit du conte*

*Réserver : [conteursdegeneve.ch](http://conteursdegeneve.ch)*

*Conférences, Contes, légendes, mythes et récits, Formation à l'art de conter, Nuit du conte en Suisse, Service de contes pour adultes et enfants*

### **☛ S'entraider et rendre service**

*Troc-temps, lecture en visite, fiscalité, aide financière, jardinerie*

*Aide financière de Pro Senectute, Lecture en visite, Parmi les roses, Permanence fiscale, Troc-Temps*

### **☛ Sortir et se divertir**

*Spectacles, cinéma, concerts, conférences...*

*Cappella Genevensis, Ciné Seniors, Cinéma des Aînés, Conférences MDA, Ensemble Variante, La Compagnie des mots, Magazine Générations, OSR, Théâtre de Carouge, Théâtres à prix réduit, Verbier Festival*

**[WWW.MDA-Geneve.ch](http://WWW.MDA-Geneve.ch)**

#### **MDA-GENEVE**

Boulevard Carl-Vogt 2 - CP 14 - 1211 Genève 8

Tél. 022 329 83 84 (ouverture du secrétariat du mardi au vendredi de 9h à 13h)

[secretariat@MDA-Geneve.ch](mailto:secretariat@MDA-Geneve.ch)

[www.MDA-Geneve.ch](http://www.MDA-Geneve.ch)



**RESTER EN FORME, CRÉATIF ET  
AUTONOME APRÈS 50 ANS !**

Mouvement des aînés