

## **Bien vivre à Moutier**

### **Guide des services & prestations dédiés aux seniors pour une vie saine, équilibrée et active**

#### **Administration & Sécurité**

|                       |                                       |                           |                                                                      |                                                    |               |                                                                           |
|-----------------------|---------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Accueil/Chancellerie  | Commune de Moutier                    | Rue de l'Hôtel-de-Ville 1 | <a href="mailto:chancellerie@moutier.ch">chancellerie@moutier.ch</a> | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a> | 032 494 11 11 | Informations générales sur la ville/ service de renseignements juridiques |
| Agence AVS            | Commune de Moutier                    | Rue de l'Hôtel-de-Ville 1 | <a href="mailto:info@avs.moutier.ch">info@avs.moutier.ch</a>         | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a> | 032 494 11 39 | Prestations                                                               |
| Caisse                | Commune de Moutier                    | Rue de l'Hôtel-de-Ville 1 | <a href="mailto:info@cam.moutier.ch">info@cam.moutier.ch</a>         | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a> | 032 494 11 25 |                                                                           |
| Police administrative | Commune de Moutier                    | Rue de l'Hôtel-de-Ville 2 | <a href="mailto:securite@moutier.ch">securite@moutier.ch</a>         | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a> | 032 494 11 29 | Police administrative et Protection civile                                |
| Service social        | Service social régional de la prévôté | Rue de l'Hôtel-de-Ville 2 | <a href="mailto:info@ssrp.moutier.ch">info@ssrp.moutier.ch</a>       | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a> | 032 494 11 34 | Aide sociale, Protection de l'adulte et de l'enfant                       |
|                       |                                       |                           |                                                                      |                                                    |               |                                                                           |
| Main tendue           |                                       |                           |                                                                      |                                                    | 143           |                                                                           |
| Police                | Police cantonale                      |                           |                                                                      |                                                    | 031 638 88 00 |                                                                           |
| Police                | Police urgence                        |                           |                                                                      |                                                    | 117           |                                                                           |
| Pompier               | Pompier urgence                       |                           |                                                                      | <a href="http://www.crism.ch">www.crism.ch</a>     | 118           |                                                                           |
| Urgences              |                                       |                           |                                                                      |                                                    | 144           |                                                                           |

#### **Aides & Repas à domicile**

|                             |                                         |                   |                                                                                    |                                                                          |               |                                                                                                                                                    |
|-----------------------------|-----------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Accompagnement psychosocial | un temps pour eux                       | Région JU/JB      | <a href="mailto:untempspoureux@bluewin.ch">untempspoureux@bluewin.ch</a>           | <a href="http://www.untempspoureux.ch">www.untempspoureux.ch</a>         | 077 429 19 21 | Partage de repas et analyse des besoins en nutrition                                                                                               |
| Aide à domicile             | Au Fil D'Ariane Sàrl                    | Bévilard          | <a href="mailto:info@aufildariane.ch">info@aufildariane.ch</a>                     | <a href="http://www.aufildariane.ch">www.aufildariane.ch</a>             | 079 135 02 75 | Aide à la personne (ménage, commissions, entretien du linge, accompagnement)                                                                       |
| Aide à domicile             | Société de nettoyage et déménagement    | Rue de la Gare 16 | <a href="mailto:mfchilna@gmail.com">mfchilna@gmail.com</a>                         |                                                                          | 076 758 27 10 | Aide à la personne (ménage, commissions, entretien du linge, accompagnement, transport). Déménagement.                                             |
| Aide à domicile             | Siana24                                 | Les Genevez       | <a href="mailto:contact@siana24.ch">contact@siana24.ch</a>                         | <a href="http://www.siana24.ch">www.siana24.ch</a>                       | 032 959 43 00 | Aide à la personne (ménage, commissions, entretien du linge, accompagnement)                                                                       |
| Distribution aliments       | Les Cartons du cœur                     | Jura bernois      |                                                                                    | <a href="http://www.cartons-du-cœur-jb.ch">www.cartons-du-cœur-jb.ch</a> | 079 656 36 00 | Distribution produits alimentaires                                                                                                                 |
| Distribution aliments       | Table couvre-toi (local Armée du Salut) | Oeuches 23        | <a href="mailto:aline.knuchel@gmail.com">aline.knuchel@gmail.com</a>               |                                                                          | 032 493 46 16 | Distribution produits alimentaires                                                                                                                 |
| Repas                       | Repas pour tous ( local Armée du Salut) | Oeuches 23        |                                                                                    |                                                                          | 076 539 35 72 | Tout les jeudi midi, partageons un moment de convivialité autour d'un repas. Ouvert à tous sans conditions. Prix indicatif de 10.- ou selon moyens |
| Repas                       | Service de repas à domicile             | Rue du Clos 3     | <a href="mailto:servicerepasdomicile@gmail.com">servicerepasdomicile@gmail.com</a> |                                                                          | 032 493 30 60 | Livraison de repas chauds et à l'emporter                                                                                                          |
| Repas                       | Tavolata (association CH)               |                   | <a href="mailto:ostpas@netplus.ch">ostpas@netplus.ch</a>                           | <a href="http://www.tavolata.ch">www.tavolata.ch</a>                     |               |                                                                                                                                                    |

|                               |                                 |              |                                                                              |                                                                                  |               |                                                 |
|-------------------------------|---------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------|
| Groupe des paniers solidaires | Paroisse catholique V. Resta    | Moutier      | <a href="mailto:secretariat@notredame.ch">secretariat@notredame.ch</a>       | <a href="http://www.notredame.ch">www.notredame.ch</a>                           | 079 730 42 10 | Partage et solidarité                           |
| Repas                         | Service traiteur, Paulus Pascal | Grandval     | <a href="mailto:traiteur-pascal@outlook.com">traiteur-pascal@outlook.com</a> | <a href="http://www.traiteurpascal.ch">www.traiteurpascal.ch</a>                 | 079 507 54 30 | Livraison de repas chauds                       |
| Tables d'hôtes                | Pro Senectute Arc Jurassien     | Région JU/JB | -                                                                            | <a href="http://www.ai.prosenectute.ch/tables">www.ai.prosenectute.ch/tables</a> | 032 886 83 86 | Repas pris en commun (4-6 pers), = Table d'hôte |

## Appareils & Téléalarme & Mobilité

|                    |                              |            |                                                                                      |                                                                   |               |                                                                                                                         |
|--------------------|------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Alarme             | Système d'alarme Croix-Rouge |            | <a href="mailto:alarme-jurabernois@crs-berne.ch">alarme-jurabernois@crs-berne.ch</a> | <a href="http://www.alarm.redcross.ch">www.alarm.redcross.ch</a>  | 032 483 15 67 | Montre & système d'alarme                                                                                               |
| Alarme             | SmartLife Care               |            |                                                                                      | <a href="https://smartlife-care.ch">https://smartlife-care.ch</a> | 0848 65 65 65 | Appareils d'appel d'urgence                                                                                             |
| Alarme             | ESPAS Moutier                | Oesches 10 | <a href="mailto:secretariat@espas-moutier.ch">secretariat@espas-moutier.ch</a>       | <a href="http://www.espas-moutier.ch">www.espas-moutier.ch</a>    | 032 494 52 32 | tél alarme avec ou sans intervention de professionnel                                                                   |
| Moyens auxiliaires | Fondation serei              | Bassecourt | <a href="mailto:serei-jura@bluewin.ch">serei-jura@bluewin.ch</a>                     | <a href="http://shop.serei.ch">shop.serei.ch</a>                  | 032 426 13 65 | Systèmes d'alarme, aides à la marche, rollators, déambulateurs, lits électriques, lifts d'escaliers, fauteuils roulants |
| Moyens auxiliaires | IMG Sàrl                     | Courroux   | <a href="mailto:info@img-medical.ch">info@img-medical.ch</a>                         |                                                                   | 032 493 47 21 | Matériels auxiliaires pour personnes âgées et moyens absorbants ,( pants, couches adultes)                              |

## Association d'entraide & renseignements

|                     |                                              |              |                                                                                |                                                                                          |               |                                                                                           |
|---------------------|----------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| Aide & défense + 60 | AVIVO section interjurassienne               | Delémont     | <a href="mailto:secretaire@avivointerjura.ch">secretaire@avivointerjura.ch</a> | <a href="http://www.avivointerjura.ch">www.avivointerjura.ch</a>                         | 079 502 15 64 | Aide & défense & activités pour les + de 60 ans                                           |
| Alzheimer           | Association Alzheimer Berne                  | Bienne       | <a href="mailto:silvia.manser@alz.ch">silvia.manser@alz.ch</a>                 | <a href="http://www.alzheimer.berne">www.alzheimer.berne</a>                             | 077 523 22 13 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                |
| Alzheimer           | Association Alzheimer Jura                   | Delémont     | <a href="mailto:info.jura@alz.ch">info.jura@alz.ch</a>                         | <a href="http://www.alzheimer.jura">www.alzheimer.jura</a>                               | 032 886 83 35 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                |
| Défense locataires  | Asloca TransJura                             | Delémont     |                                                                                | <a href="http://www.transiura.asloca.ch">www.transiura.asloca.ch</a>                     | 032 422 74 58 | Défense des locataires, renseignements juridiques                                         |
| Diabète             | DiabèteJura                                  | Châtillon    | <a href="mailto:assojuradiabete@bluewin.ch">assojuradiabete@bluewin.ch</a>     | <a href="http://www.diabetejura.ch">www.diabetejura.ch</a>                               | 032 422 72 07 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                |
| Diabète             | Association des diabétiques du Jura bernois  | St-Imier     | <a href="mailto:admin@diabetejurabernois.ch">admin@diabetejurabernois.ch</a>   | <a href="http://www.admin.diabetejurabernois.ch">www.admin.diabetejurabernois.ch</a>     | 079 739 15 13 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                |
| Echange             | SEL Système d'échange local Jura             | Delémont     | <a href="mailto:contact@sel-delemont.ch">contact@sel-delemont.ch</a>           | <a href="http://www.sel-delemont.ch">www.sel-delemont.ch</a>                             | 032 721 19 50 | Donner, recevoir, partager, se rencontrer                                                 |
| Entraide            | Info-Entraide BE                             | Bienne       | <a href="mailto:info@infoentraide-be.ch">info@infoentraide-be.ch</a>           | <a href="http://www.infoentraide-be.ch">www.infoentraide-be.ch</a>                       | 032 323 05 55 | Groupes d'entraide autogérés/groupes de parole                                            |
| Entraide            | Info-Entraide Suisse Antenne Jura            | Delémont     | <a href="mailto:jura@infoentraidesuisse.ch">jura@infoentraidesuisse.ch</a>     | <a href="http://www.infoentraidejura.ch">www.infoentraidejura.ch</a>                     | 032 724 06 00 | Groupes d'entraide autogérés/groupes de parole                                            |
| Maltraitance        | Alter Ego Jura, Joël Vallat président        | Jura, JB, NE | <a href="mailto:alteregobejune@gmail.com">alteregobejune@gmail.com</a>         | <a href="http://www.alter-ego.ch">www.alter-ego.ch</a>                                   | 079 222 51 56 | Prévention de la maltraitance envers les personnes âgées                                  |
| Parkinson           | Pakinson Suisse                              | Lausanne     |                                                                                | <a href="mailto:www.info.romandie(at)parkinson.ch">www.info.romandie(at)parkinson.ch</a> | 021 729 99 20 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                |
| Pro Senectute       | Pro Senectute Arc Jurassien                  | Tavannes     | <a href="mailto:prosenectute.tavannes@ne.ch">prosenectute.tavannes@ne.ch</a>   | <a href="http://www.arcjurassien.prosenectute.ch">www.arcjurassien.prosenectute.ch</a>   | 032 886 83 80 | Aides, informations et activités diverses                                                 |
| Pro Senectute       | Pro Senectute Arc Jurassien                  | Delémont     | <a href="mailto:prosenectute.delemont.ne.ch">prosenectute.delemont.ne.ch</a>   | <a href="http://www.arcjurassien.prosenectute.ch">www.arcjurassien.prosenectute.ch</a>   | 032 886 83 20 | Aides, informations et activités diverses                                                 |
| Procap              | Procap Jura                                  | Delémont     | <a href="mailto:delemont@procap.ch">delemont@procap.ch</a>                     |                                                                                          | 032 426 67 25 | Activité & loisirs, conseil en assurances sociales                                        |
| Procap              | Procap Bienne- Jura Bernois                  | Tavannes     | <a href="mailto:bjb@procap.ch">bjb@procap.ch</a>                               | <a href="http://www.procap.bjb.ch">www.procap.bjb.ch</a>                                 | 032 323 05 77 | Activité & loisirs, conseil en assurances sociales                                        |
| Fondation serei     | Service régional d'entraide et d'information | Bassecourt   | <a href="mailto:serei-jura@bluewin.ch">serei-jura@bluewin.ch</a>               | <a href="http://www.serei.ch">www.serei.ch</a>                                           | 032 426 13 65 | Conseils juridiques, moyens auxiliaires                                                   |
| Soins palliatifs    | Plateforme palliatif.ch                      |              |                                                                                | <a href="http://www.palliatif.ch">www.palliatif.ch</a>                                   |               | Informations sur les soins palliatifs dans l'espace BEJUNE avec annuaire des prestataires |
| Soins palliatifs    | Equipe mobile en soins palliatifs BEJUNE     | Reconvilier  | <a href="mailto:info@emsp-bejune.ch">info@emsp-bejune.ch</a>                   | <a href="http://www.emsp-bejune.ch">www.emsp-bejune.ch</a>                               | 032 481 33 04 | Soutien aux professionnels dans les situations palliatives (consultance spécialisée)      |

|     |                                                                                                               |          |                                                                                            |  |               |                                                                                                                               |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vue | Service de consultation Jura de la FSA                                                                        | Delemont | <a href="mailto:service.jura@sbv-fsa.ch">service.jura@sbv-fsa.ch</a>                       |  | 032 422 66 33 | Aide et renseigne sur les activités de la vie quotidienne des mal voyants, renseigne sur les demarches administratives AVS/AI |
| Vue | Fédération suisse des aveugles & malvoyants, service de consultation du Jura, Jura bernois et ville de Bienne | Delémont | <a href="mailto:service.jura@sbv-fsa.ch">service.jura@sbv-fsa.ch</a>                       |  | 032 422 66 33 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                                                    |
| Vue | Fédération suisse des aveugles & malvoyants section de Bienne                                                 | Bienne   | <a href="mailto:sektion.biel-bernerjura@sbv-fsa.ch">sektion.biel-bernerjura@sbv-fsa.ch</a> |  | 077 509 18 85 | Aide aux personnes atteintes et concernées                                                                                    |

## Brocante-Déménagements & Débarras & Nettoyages

|              |                                         |            |                                                                                    |                                                                    |               |                          |
|--------------|-----------------------------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------|
| Brocante     | Armée du Salut                          | Oeuches 23 | <a href="mailto:poste.moutier@armedusalut.ch">poste.moutier@armedusalut.ch</a>     |                                                                    | 032 493 21 21 | Brocante, débarras       |
| Débarras     | SND Services                            | Moutier    | <a href="mailto:snd@mail.ch">snd@mail.ch</a>                                       | <a href="http://www.snd-services.ch">www.snd-services.ch</a>       | 076 411 77 94 | Débarras, vide logement  |
| Débarras     | Val-Débarras Sàrl                       | Delémont   | <a href="mailto:info@val-debarras.ch">info@val-debarras.ch</a>                     |                                                                    | 079 580 58 57 | Débarras, vide logement  |
| Débarras     | Caritas Jura                            | Delémont   | <a href="mailto:insertion@caritas-jura.ch">insertion@caritas-jura.ch</a>           | <a href="http://www.caritas-jura.ch">www.caritas-jura.ch</a>       | 032 421 35 70 | Débarras, brocante       |
| Déménagement | Cano transports Sàrl                    | Court      | <a href="mailto:info@cano-transport.ch">info@cano-transport.ch</a>                 | <a href="http://www.cano-transports.ch">www.cano-transports.ch</a> | 032 492 74 43 | Déménagement             |
| Nettoyage    | Aeberhard Nettoyage Multiservices       | Cortébert  | <a href="mailto:regine@aeberhard-nettoyages.ch">regine@aeberhard-nettoyages.ch</a> |                                                                    | 079 158 85 87 | Nettoyage d'appartement  |
| Nettoyages   | SND Services                            | Moutier    | <a href="mailto:snd@mail.ch">snd@mail.ch</a>                                       | <a href="http://www.snd-services.ch">www.snd-services.ch</a>       | 076 411 77 94 | Nettoyages spécialisées  |
| Ramassage    | Regenove service ramassage              | Tramelan   | <a href="mailto:regenove@csp-beju.ch">regenove@csp-beju.ch</a>                     |                                                                    | 032 486 91 01 | Brocante                 |
| Recyclage    | la Givebox Déchetterie derrière la gare | Moutier    |                                                                                    |                                                                    |               | Dons / Echanges d'objets |

## Conseils & Renseignements

|                      |                                              |                 |                                                                              |                                                                                    |               |                                                                            |
|----------------------|----------------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Conseils             | Centre social protestant Berne-Jura          | Rue Centrale 59 | <a href="mailto:info@csp-beju.ch">info@csp-beju.ch</a>                       |                                                                                    | 032 493 32 21 | conseil juridique, social, familial, conjugal                              |
| Conseils             | Infosénior suisse                            |                 |                                                                              | <a href="http://www.infosenior.ch">www.infosenior.ch</a>                           |               | Recherche renseignements pour seniors                                      |
| Conseils             | Partenaireadmin                              | Nant 9          | <a href="mailto:navetn@partenaireadmin.ch">navetn@partenaireadmin.ch</a>     | <a href="http://www.partenaireadmin.ch">www.partenaireadmin.ch</a>                 | 076 466 49 48 | Assistance et conseil administratif, impôts et prestations complémentaires |
| Conseils             | Service régional d'entraide et d'information | Bassecourt      | <a href="mailto:serei-jura@bluewin.ch">serei-jura@bluewin.ch</a>             | <a href="http://www.serei.ch">www.serei.ch</a>                                     | 032 426 13 65 | Conseils juridiques, moyens auxiliaires                                    |
| Consultation sociale | Pro Senectute Arc Jurassien                  | Tavannes        | <a href="mailto:prosenectute.tavannes@ne.ch">prosenectute.tavannes@ne.ch</a> | <a href="http://www.aj.prosenectute.ch/conseil">www.aj.prosenectute.ch/conseil</a> | 032 886 83 80 | Consultations aides et informations                                        |

## Décès

|                 |                              |                   |                                                                              |                                                                            |               |                                             |
|-----------------|------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------|
| Cérémonie       | La Dernière page Allemann S. | Crémines          | <a href="mailto:creabisa@bluewin.ch">creabisa@bluewin.ch</a>                 | <a href="http://www.ladernierepage.ch">www.ladernierepage.ch</a>           | 079 395 87 87 | Organisation cérémonie laïque personnalisée |
| Pompes funèbres | Cano Pompes funèbres         | Av. de la Gare 2  | <a href="mailto:info@cano-pompesfunebres.ch">info@cano-pompesfunebres.ch</a> | <a href="http://www.cano-pompesfunebres.ch">www.cano-pompesfunebres.ch</a> | 032 493 20 20 | Pompes funèbres                             |
| Pompes funèbres | Soins Mortuaires             | Pâturage es Lodet | <a href="mailto:info@soins-mortuaires.ch">info@soins-mortuaires.ch</a>       | <a href="http://www.soins-mortuaires.ch">www.soins-mortuaires.ch</a>       | 078 685 58 15 | Pompes funèbres, thanothopraxie             |

## Informatique & Téléphonie

|              |                                     |              |                                                                                |                                                                                          |               |                                                |
|--------------|-------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| Formation    | Pro Senectute Arc Jurassien         | Région JU/JB | <a href="mailto:prosenectute.activites@ne.ch">prosenectute.activites@ne.ch</a> | <a href="http://www.aj.prosenectute.ch/formations">www.aj.prosenectute.ch/formations</a> | 032 886 83 80 | Cours, formation et conférences                |
| Informatique | Compufa Informatique Jäggi SA       | Viaduc 34    | <a href="mailto:info@compufa.ch">info@compufa.ch</a>                           | <a href="http://www.compufa.ch">www.compufa.ch</a>                                       | 032 495 20 10 | Conseil & dépannage & informatique PC          |
| Informatique | Sam Net Informatique                | Viaduc 53A   | <a href="mailto:admin@samnet.ch">admin@samnet.ch</a>                           |                                                                                          | 078 608 59 56 | Conseil & dépannage & informatique             |
| Informatique | MaGiks Services - Informatique Sàrl | Delémont     | <a href="mailto:info@magiks.ch">info@magiks.ch</a>                             | <a href="http://www.magiks.ch">www.magiks.ch</a>                                         | 032 422 78 78 | Centre de Service Agréé Apple                  |
| Téléphonie   | Sam Net Informatique                | Viaduc 53A   | <a href="mailto:admin@samnet.ch">admin@samnet.ch</a>                           |                                                                                          | 078 608 59 56 | Conseil téléphonie & internet                  |
| Téléphonie   | Tech Phone Sàrl                     | Ecluse 32    | <a href="mailto:info@techphone.ch">info@techphone.ch</a>                       | <a href="http://www.techphone.ch">www.techphone.ch</a>                                   | 032 493 48 34 | Conseil & gestion & vente app.mobile et maison |

## Logements

|              |                       |             |                                                                          |                                                                          |               |                      |
|--------------|-----------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------|
| Appartements | Clair-Logis           | Golats 12   | <a href="mailto:info@locagection.ch">info@locagection.ch</a>             |                                                                          | 032 493 51 41 | Appartements adaptés |
| Appartements | Pavillons de la Birse | Centrale 3  | <a href="mailto:info@locagection.ch">info@locagection.ch</a>             | <a href="http://www.pavillonsdelabirse.ch">www.pavillonsdelabirse.ch</a> | 032 493 51 41 | Appartements adaptés |
| Home         | Résidence Beausite    | Beausite 49 | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a> | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>           | 032 494 39 43 | EMS                  |

## Loisirs & jeux & culture

|              |                                    |                    |                                                                                      |                                                                                      |               |                                                             |
|--------------|------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------|
| Bibliothèque | Bibliothèque municipale de Moutier | Liberté 13         | <a href="mailto:biblio@moutier.ch">biblio@moutier.ch</a>                             | <a href="http://www.moutier.ch">www.moutier.ch</a>                                   | 032 493 59 69 | Prêt de livres & revues, possibilité livraison domicile     |
| Cinéma       | Le Cinoche                         | Clos 1             |                                                                                      | <a href="http://www.lecinoche.ch">www.lecinoche.ch</a>                               | 032 493 73 73 | Cinéma                                                      |
| Danse        | Blaser Michèle                     | Crêt de la Rive 17 | <a href="mailto:michele.blaser@bluemail.ch">michele.blaser@bluemail.ch</a>           |                                                                                      | 032 493 14 26 | Fitness, danse, aérobic, équilibre                          |
| Danse        | Maison de la danse                 | Tre de Soleure 25  | <a href="mailto:lamaisondeladanse2011@gmail.com">lamaisondeladanse2011@gmail.com</a> | <a href="mailto:lamaisondeladanse2011@gmail.com">lamaisondeladanse2011@gmail.com</a> | 078 733 02 50 |                                                             |
| Loisir       | Pro Senectute Arc Jurassien        | Région JU/JB       | <a href="mailto:prosenectute.activites@ne.ch">prosenectute.activites@ne.ch</a>       | <a href="http://www.aj-prosenectute.ch/loisirs">www.aj-prosenectute.ch/loisirs</a>   | 032 886 83 80 | Cusinise, créativité, jeux, rencontres, sorties culturelles |
| Ludothèque   | Ludothèque Moutier                 | Liberté 13         | <a href="mailto:ludotheque@moutier.ch">ludotheque@moutier.ch</a>                     | <a href="http://www.ludo-moutier.ch">www.ludo-moutier.ch</a>                         | 032 493 50 10 | Prêt de jeux, ajouter soirées-jeux, animations ponctuelles. |
| Scrabble     | Club de Scrabble R.Blum            | Liberté 13         |                                                                                      |                                                                                      | 032 492 13 14 | Parties de scrabble 2 x par semaine                         |

## Mobilité

|            |                                     |          |                                                                                              |                                                                                                |               |               |
|------------|-------------------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|
| Taxi       | Taxi du centre                      | Moutier  |                                                                                              |                                                                                                | 032 493 24 24 | 079 680.60.40 |
| Taxi       | Taxi du centre                      | Moutier  | Taxi du centre                                                                               |                                                                                                | 032 493 48 88 |               |
| Taxi       | Taxi de la gare                     | Moutier  |                                                                                              |                                                                                                | 032 493 25 25 |               |
| Taxi       | Taxi Z Zejno                        | Moutier  |                                                                                              |                                                                                                | 079 660 10 20 |               |
| Transports | Services des transports Croix Rouge | Tavannes | <a href="mailto:transports-jurabernois@crs-berne.ch">transports-jurabernois@crs-berne.ch</a> | <a href="http://www.srk-bern.ch/fr/jura-bernois/home">www.srk-bern.ch/fr/jura-bernois/home</a> | 032 489 10 03 | Transports    |

## Rencontre & Animation

|                        |              |          |                                                                |                                                                |               |                         |
|------------------------|--------------|----------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|
| Activités & rencontres | Caritas Jura | Delémont | <a href="mailto:larc@caritas-jura.ch">larc@caritas-jura.ch</a> | <a href="http://www.caritas-regio.ch">www.caritas-regio.ch</a> | 032 423 55 40 | Activités et rencontres |
|------------------------|--------------|----------|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------|

|                        |                                       |              |                                                                                |                                                                                    |               |                                                          |
|------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------|
| Chant                  | Paroisse catholique- Chorales         | Moutier      | <a href="mailto:secretariat@notredame.ch">secretariat@notredame.ch</a>         | <a href="http://www.notredame.ch">www.notredame.ch</a>                             | 032 493 11 63 | Possibilité de chanter dans des chorales                 |
| Amis de St-Jacques     | Paroisse catholique M. Leuenberger    | Moutier      | <a href="mailto:secretariat@notredame.ch">secretariat@notredame.ch</a>         | <a href="http://www.notredame.ch">www.notredame.ch</a>                             | 032 422 88 03 | Tous les premiers samedis du mois à 9h00                 |
| Lecture                | Paroisse catholique M. J.Roth         | Moutier      | <a href="mailto:secretariat@notredame.ch">secretariat@notredame.ch</a>         | <a href="http://www.notredame.ch">www.notredame.ch</a>                             | 032 493 52 87 | Partage de lecture 1 x mois                              |
| Ouvrir                 | Paroisse catholique B.Eschmann        | Moutier      | <a href="mailto:secretariat@notredame.ch">secretariat@notredame.ch</a>         | <a href="http://www.notredame.ch">www.notredame.ch</a>                             | 032 493 29 10 | Tricot, crochet, couture                                 |
| Rencontre des aînés    | Paroisse Réformée de Moutier Grandval | Moutier      | <a href="mailto:moutier@par8.ch">moutier@par8.ch</a>                           | <a href="http://www.par8.ch">www.par8.ch</a>                                       | 032 493 41 95 | 12 rencontres / an .                                     |
| Activités & rencontres | Pro Senectute Arc Jurassien           | Région JU/JB | <a href="mailto:prosenectute.activites@ne.ch">prosenectute.activites@ne.ch</a> | <a href="http://www.aj-prosenectute.ch/loisirs">www.aj-prosenectute.ch/loisirs</a> | 032 886 83 80 | Cusinise,créativité,jeux,rencontres, sorties culturelles |

## Santé & Soins

|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
|-----------------------------|--------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Acoustique                  | Grosjean Audio                       | Centrale 1      | <a href="mailto:grosjean.audio@bluewin.ch">grosjean.audio@bluewin.ch</a>       | <a href="http://www.grosjeanacoustique.ch">www.grosjeanacoustique.ch</a>                   | 032 493 53 63 | Conseil audition & adaptation d'appareils auditifs                                                                             |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Accompagnement              | Anne Accompagnement à domicile       |                 | <a href="mailto:info@anne-accompagnante.ch">info@anne-accompagnante.ch</a>     | <a href="http://www.anne-accompagnante.ch">www.anne-accompagnante.ch</a>                   | 078 789 40 10 | accompagnement et soutien,Soula de fin de vie                                                                                  |
| Accompagnement psychosocial | un temps pour eux                    | Région JU/JB    | <a href="mailto:untempspoureux@bluewin.ch">untempspoureux@bluewin.ch</a>       | <a href="http://www.untempspoureux.ch">www.untempspoureux.ch</a>                           | 077 429 19 21 | Accompagnement entièrement personnalisé pour la personne agée,soutien et relève pour les familles qui entoure la personne agée |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Acupuncture                 | Chevalier Nicole                     | Paix 76         | <a href="mailto:nicole.chevalier@gmx.ch">nicole.chevalier@gmx.ch</a>           |                                                                                            | 032 493 70 02 | Accupuncture, naturopathie                                                                                                     |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Drainage                    | Willemin Marlène                     | Ruelle Eglise 4 | <a href="mailto:marlenewillemin69@gmail.com">marlenewillemin69@gmail.com</a>   |                                                                                            | 079 214 12 50 | Drainage lymphatique                                                                                                           |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Ergothérapie                | Hôpital de Moutier                   | Beausite 49     | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Ergothérapie                                                                                                                   |
| Ergothérapie                | Ergothérapie de la Prévôté. L. Rouge | Prévôté 11      | <a href="mailto:info@ergotherapie-prevote.ch">info@ergotherapie-prevote.ch</a> |                                                                                            | 032 493 54 63 | Ergothérapie                                                                                                                   |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Feldenkrais                 | Rubini-Ghigna Anita                  |                 | <a href="mailto:anita.rubini@bluewin.ch">anita.rubini@bluewin.ch</a>           | <a href="http://www.meindex.ch/anita.rubini-ghigna">www.meindex.ch/anita.rubini-ghigna</a> | 079 314 59 65 | Accompagnement à la méthode Feldenkrais, en individuel, en groupe ou domicile. Rembous. Possible                               |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Gériatrie                   | Hôpital de Moutier Dr R. Schneider   | Beausite 49     | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Consultation en gériatrie HJB dès 01.01.24                                                                                     |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Gynécologie                 | Centre Viaduc Mogenet Dalila         | Viaduc 34       | <a href="mailto:dalila.mogenet@hjbe.ch">dalila.mogenet@hjbe.ch</a>             |                                                                                            | 032 493 66 67 | Gynécologie                                                                                                                    |
| Gynécologie                 | Centre Viaduc Kashef Amgad           | Viaduc 34       | <a href="mailto:amgad.kashef@hjbe.ch">amgad.kashef@hjbe.ch</a>                 |                                                                                            | 032 494 31 92 | Gynécologie                                                                                                                    |
| Gynécologie                 | Centre Viaduc Liori Anna             | Viaduc 34       | <a href="mailto:anna.liori@hjbe.ch">anna.liori@hjbe.ch</a>                     |                                                                                            | 032 494 31 92 | Gynécologie                                                                                                                    |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Hôpital                     | Hôpital de Moutier                   | Beausite 49     | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Hôpital                                                                                                                        |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |
| Hypnose                     | Hôpital de Moutier                   | Beausite 49     | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Hypnose                                                                                                                        |
|                             |                                      |                 |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                                                |

|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
|--------------------|------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Massage            | Cabinet de santé& bien-être Queloz Aline | Courtine 34       |                                                                                              | <a href="http://www.santebienetre.ch">www.santebienetre.ch</a>                             | 078 625 48 47 | Massage de santé et de sport                                                                |
| Massage            | L'envol                                  | Sur Menué 15      | <a href="mailto:melanie@l-envol.ch">melanie@l-envol.ch</a>                                   | <a href="http://www.l-envol.ch">www.l-envol.ch</a>                                         | 079 364 50 51 | Massage de santé & sport conseil méd.naturel                                                |
| Massage Japonais   | Shiatsu Kloetzli Valérie                 | plein Soleil 2    | <a href="mailto:valekym@bluewin.ch">valekym@bluewin.ch</a>                                   | <a href="http://www.shiatsumoutier.ch">www.shiatsumoutier.ch</a>                           | 079 449 07 81 | soins complets du corps                                                                     |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Médecine dentaire  | Cabinet de médecine dentaire             | Avenue Gare 19    | <a href="mailto:cabmolinari@ticino.com">cabmolinari@ticino.com</a>                           |                                                                                            | 032 493 75 20 | soins dentaires                                                                             |
| Médecine dentaire  | Centre dentaire B1                       | Centrale 47       | <a href="mailto:moutier@cdb1.ch">moutier@cdb1.ch</a>                                         | <a href="http://www.centredentaireb1.ch">www.centredentaireb1.ch</a>                       | 032 493 36 58 | soins et chirurgie dentaire                                                                 |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Médecin de garde   | Médecin de Moutier (ville)               |                   |                                                                                              |                                                                                            | 0900 93 11 11 | En cas d'absence du médecin habituel                                                        |
| Médecine générale  | Hôpital de Moutier                       | Beausite 49       | <a href="mailto:reception.moutier@hjb.ch">reception.moutier@hjb.ch</a>                       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Consultation de médecine générale HJB                                                       |
| Médecine générale  | Bendaho Zahra                            | Av. de la Gare 9  | <a href="mailto:cabinet.zbendaho@hin.ch">cabinet.zbendaho@hin.ch</a>                         |                                                                                            | 032 495 12 03 | Médecine interne générale                                                                   |
| Médecine générale  | Medicentre Moutier SA                    | Rue Centrale 3    | <a href="mailto:medicentre.moutier@hin.ch">medicentre.moutier@hin.ch</a>                     |                                                                                            | 032 494 10 10 | Médecine interne générale                                                                   |
| Médecine générale  | Wasser Marc-Etienne                      | Hôtel de Ville 16 |                                                                                              |                                                                                            | 032 493 49 49 | Médecine interne générale                                                                   |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Nutritionniste MCO | Globalité Macabrey Morgane               | Prévôté 11        | <a href="mailto:morgane.macabrey@globalite.ch">morgane.macabrey@globalite.ch</a>             | <a href="http://www.globalite.ch">www.globalite.ch</a>                                     | 077 490 61 58 | Syndromes métabolique et digestifs, drainage lymphatique, approche en nanurophatie ASCA/RME |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Ophtalmologie      | Alkier Jan                               | Rue du Moulin 2   | <a href="mailto:dr.alkier@hin.ch">dr.alkier@hin.ch</a>                                       |                                                                                            | 032 493 43 43 | Ophtalmologie                                                                               |
| Ophtalmologie      | Swiss Visio Moutier                      | Ecluse 3          | <a href="mailto:moutier@swissvisio.net">moutier@swissvisio.net</a>                           | <a href="http://www.swissmedical.net">www.swissmedical.net</a>                             | 058 274 23 80 | Ophtalmologie                                                                               |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Optique            | Calame optic                             | Rue Centrale 50   | <a href="mailto:calameoptic@bluewin.ch">calameoptic@bluewin.ch</a>                           | <a href="http://calame-online.ch">calame-online.ch</a>                                     | 032 493 10 61 | Adaptation lentilles, différents tests de vue conseil montures et visagisme.                |
| Optique            | Optic 2000 Paratte Moutier               | Rue centrale 51   | <a href="mailto:services@optic2000moutier.ch">services@optic2000moutier.ch</a>               | <a href="http://www.optic2000.ch/opticien/moutier/">www.optic2000.ch/opticien/moutier/</a> | 032 493 28 33 | Optométrie, lunettes et diverses aides visuelles, contactologie                             |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Ostéopathie        | Roschi Célien                            | Rue Centrale 47   | <a href="mailto:c.rosch@hotmail.com">c.rosch@hotmail.com</a>                                 | <a href="https://roschi.digitalone.site">https://roschi.digitalone.site</a>                | 078 886 61 22 | Ostéopathie                                                                                 |
| Ostéopathie        | Ortis Daniel                             | Prévôté 11        |                                                                                              | <a href="https://ortis.digitalone.site/">https://ortis.digitalone.site/</a>                | 032 493 56 16 | Ostéopathie, étiopathie                                                                     |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Pédicure           | Pédicure Péditune                        | Moulin 4          | <a href="mailto:peditune@gmail.com">peditune@gmail.com</a>                                   |                                                                                            | 032 493 60 83 | Pédicure                                                                                    |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Pharmacie          | Pharmacie Amavita Coop Moutier           | Industrielle 16   | <a href="mailto:ama041@amavita.ch">ama041@amavita.ch</a>                                     | <a href="http://www.amavita.ch">www.amavita.ch</a>                                         | 058 878 27 50 |                                                                                             |
| Pharmacie          | Pharmacie de la Gare Moutier             | av. gare 13       | <a href="mailto:pharmacie.moutier@ovan.ch">pharmacie.moutier@ovan.ch</a>                     |                                                                                            | 032 493 32 02 | 15% tous les jeudis sur les achats hors ordonnance                                          |
| Pharmacie          | Amavita Pharmacie Migros                 | Ecluse 1          | <a href="mailto:pharmacie.moutier-migros@amavita.ch">pharmacie.moutier-migros@amavita.ch</a> | <a href="http://www.amavita.ch">www.amavita.ch</a>                                         | 058 878 20 70 |                                                                                             |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Psychogériatrie    | Hôpital de Moutier Dr Lorette A.         | Beausite 49       | <a href="mailto:reception.moutier@hjb.ch">reception.moutier@hjb.ch</a>                       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Consultation de psychogériatrie                                                             |
|                    |                                          |                   |                                                                                              |                                                                                            |               |                                                                                             |
| Physiothérapie     | Hôpital de Moutier Dr Lorette A.         | Beausite 49       | <a href="mailto:reception.moutier@hjb.ch">reception.moutier@hjb.ch</a>                       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Consultation de psychogériatrie                                                             |
| Physiothérapie     | Hôpital de Moutier                       | Beausite 49       | <a href="mailto:reception.moutier@hjb.ch">reception.moutier@hjb.ch</a>                       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Physiothérapie                                                                              |
| Physiothérapie     | PrevoPhysio Christe Lisa                 | Hôtel de Ville 9  | <a href="mailto:info@prevophysio.ch">info@prevophysio.ch</a>                                 | <a href="http://www.prevophysio.ch">www.prevophysio.ch</a>                                 | 078 689 72 07 | Physiothérapie, fitness, pilates, drainage                                                  |

|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
|------------------|-----------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Physiothérapie   | De la Gare Gigandet Joëlle              | Ch. de la Nant 4     |                                                                                |                                                                                            | 032 493 55 22 | Physiothérapie                                                                                       |
| Physiothérapie   | Physiothérapie Noémie Gygax             | Coteau 10            |                                                                                | <a href="http://www.physiotherapie-noemie-gygax.ch">www.physiotherapie-noemie-gygax.ch</a> | 032 493 73 83 | Physiothérapie                                                                                       |
| Physiothérapie   | Soin en Soi Céline Maud Léchet          |                      | <a href="mailto:celine.ml68@bluewin.ch">celine.ml68@bluewin.ch</a>             |                                                                                            | 077 488 45 79 | Physiothérapie, massage & réflexologie                                                               |
| Physiothérapie   | Torres Tanit                            | Paix 74              | <a href="mailto:tanit.torres@physio-hin.ch">tanit.torres@physio-hin.ch</a>     | <a href="http://www.lapaix-cabinettherapeutique.ch">www.lapaix-cabinettherapeutique.ch</a> | 079 763 51 70 | Physiothérapie                                                                                       |
| Physiothérapie   | Physiopassion Van Parys Florence        | Rue Centrale 57      | <a href="mailto:vanparys@bluewin.ch">vanparys@bluewin.ch</a>                   | <a href="http://www.physioswiss.ch">www.physioswiss.ch</a>                                 | 032 493 32 14 | Physiothérapie générale et du sport, drainage, physio respiratoire, drainage, neurologie, à domicile |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Podologue        | Société suisse des podologues SSP       | Ecublens             |                                                                                | <a href="http://www.podologues.ch">www.podologues.ch</a>                                   |               | Santé des pieds                                                                                      |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Psychiatrie      | Gerber Jean-Luc                         | Moulin 15            | <a href="mailto:jlgerber@bluewin.ch">jlgerber@bluewin.ch</a>                   |                                                                                            | 032 493 74 74 | Psychiatrie                                                                                          |
| Psychiatrie      | Pataki Laslo                            | Viaduc 26            | <a href="mailto:laslo.pataki@bluewin.ch">laslo.pataki@bluewin.ch</a>           |                                                                                            | 032 495 17 17 | Psychiatrie                                                                                          |
| Psychiatrie      | Salaymeh Amer                           | Hotél de Ville 5     | <a href="mailto:amer.salaymeh@hin.ch">amer.salaymeh@hin.ch</a>                 |                                                                                            | 032 493 14 88 | Psychiatrie                                                                                          |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Réflexologie     | Mutti Nathalie                          | Passage de l' ours 2 | <a href="mailto:mutti.nathalie@gmail.com">mutti.nathalie@gmail.com</a>         | <a href="http://www.aurendezvousavecsoi.ch">www.aurendezvousavecsoi.ch</a>                 | 078 613 11 03 | Réflexologie, kinésiologie                                                                           |
| Réflexologie     | Amyris Espace bien être Zürcher Chantal | Avenue Gare 25       | <a href="mailto:chantalzuercher@hotmail.com">chantalzuercher@hotmail.com</a>   |                                                                                            | 078 636 52 21 | Réflexologie, massages, soins                                                                        |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Santé mentale    | Pôle santé mentale                      | Beausite 49          | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Psychiatrie                                                                                          |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Sophrologie      | Hôpital de Moutier                      | Beausite 49          | <a href="mailto:reception.moutier@hjbe.ch">reception.moutier@hjbe.ch</a>       | <a href="http://www.reseaudelarc.net">www.reseaudelarc.net</a>                             | 032 494 39 43 | Sophrologie                                                                                          |
|                  |                                         |                      |                                                                                |                                                                                            |               |                                                                                                      |
| Soins à domicile | ESPAS                                   | Oeuches 10           | <a href="mailto:secretariat@espas-moutier.ch">secretariat@espas-moutier.ch</a> | <a href="http://www.espas-moutier.ch">www.espas-moutier.ch</a>                             | 032 494 52 32 | Soins à domicile                                                                                     |
| Soins à domicile | Siana24                                 | Les Genevez          | <a href="mailto:contact@siana24.ch">contact@siana24.ch</a>                     | <a href="http://www.siana24.ch">www.siana24.ch</a>                                         | 032 959 43 00 | Soins à domicile                                                                                     |

## Sport & Santé

|         |                           |                  |                                                                          |                                                                    |               |                                            |
|---------|---------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------|
| Cardio  | Groupe maintenance cardio |                  | <a href="mailto:kropf.courtine@bluewin.ch">kropf.courtine@bluewin.ch</a> |                                                                    | 079 250 30 19 | Gym pour réadaptation cardio               |
|         |                           |                  |                                                                          |                                                                    |               |                                            |
| Fitness | Fitness Form              | Liberté 16       | <a href="mailto:schmidlain2740@bluewin.ch">schmidlain2740@bluewin.ch</a> |                                                                    | 076 575 05 02 |                                            |
| Fitness | Go Gym Noirat Cédric      | Centrale 50      | <a href="mailto:team.gogym@gmail.com">team.gogym@gmail.com</a>           |                                                                    | 079 884 38 11 | Machines cardio & musculation              |
| Fitness | Go Gym Caramanna Lorenzo  | Centrale 50      | <a href="mailto:team.gogym@gmail.com">team.gogym@gmail.com</a>           |                                                                    | 078 232 77 57 | Machines cardio & musculation              |
| Fitness | Pacific Fitness S.à.R.L.  | Perrefitte       | <a href="mailto:info@pacific-fitness.ch">info@pacific-fitness.ch</a>     | <a href="http://www.pacific-fitness.ch">www.pacific-fitness.ch</a> | 032 493 60 88 | Cours collectifs, gym douce                |
| Fitness | Prevophysio Christe Lisa  | Hôtel de Ville 9 | <a href="mailto:info@prevophysio.ch">info@prevophysio.ch</a>             | <a href="http://prevophysio.ch">prevophysio.ch</a>                 | 078 689 72 07 | Physiothérapie, fitness, pilates, drainage |
|         |                           |                  |                                                                          |                                                                    |               |                                            |

|                   |                             |              |                                                                                |                                                                                |               |                                                |
|-------------------|-----------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------------------------------------------|
| Gymnastique       | FSG Moutier, gym senior     | Moutier      | <a href="mailto:fsgmoutier@gmail.com">fsgmoutier@gmail.com</a>                 | <a href="http://www.localcities.ch">www.localcities.ch</a>                     | 079 295 98 70 | Cours gym douce pour seniors                   |
| Gymnastique douce | OG Training                 | St-Germain 5 | <a href="mailto:ogtraininginfo@gmail.com">ogtraininginfo@gmail.com</a>         | <a href="http://www.ogtraining.ch">www.ogtraining.ch</a>                       | 079 538 03 76 | Coaching, cours collectifs                     |
|                   |                             |              |                                                                                |                                                                                |               |                                                |
| Pro Senectute     | Pro Senectute Arc Jurassien | Région JU/JB | <a href="mailto:prosenectute.activites@ne.ch">prosenectute.activites@ne.ch</a> | <a href="http://www.aj.prosenectute.ch/sport">www.aj.prosenectute.ch/sport</a> | 032 886 83 80 | activités sportives d'intérieur et d'extérieur |
|                   |                             |              |                                                                                |                                                                                |               |                                                |
| Yoga              | Kohler Edith                |              | <a href="mailto:kohler.edith5@bluewin.ch">kohler.edith5@bluewin.ch</a>         |                                                                                | 079 721 22 48 | Yoga                                           |
| Yoga              | Mele Marie                  | Moutier      | <a href="mailto:mariemele2@yahoo.fr">mariemele2@yahoo.fr</a>                   |                                                                                | 077 435 56 67 | Yoga                                           |

## Service de visite et d'accompagnement

|         |                                        |          |                                                                                                      |  |               |                          |
|---------|----------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------|--------------------------|
| Visite  | Service de visite et accompagnement CR | Tavannes | <a href="mailto:servicevisite-jurabernois@crs-berne.ch">servicevisite-jurabernois@crs-berne.ch</a>   |  | 032 495 11 66 | visite et accompagnement |
| Soutien | Soutien aux proches Croix-Rouge        |          | <a href="mailto:soutienproches-jurabernois@crs-berne.ch">soutienproches-jurabernois@crs-berne.ch</a> |  | 032 495 11 66 | soutien aux proches      |













