

Bien vivre à Moutier

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

Administration & Sécurité

Accueil	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1		www.moutier.ch	032 494 11 11	Informations générales sur la ville
Agence AVS	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1	info@avs.moutier.ch	www.moutier.ch	032 494 11 39	Prestations
Caisse	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1	info@cam.moutier.ch	www.moutier.ch	032 494 11 25	
Chancellerie	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1	info@moutier.ch	www.moutier.ch	032 494 11 32	
Office sécurité civile	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1	securite@moutier.ch	www.moutier.ch	032 494 12 20	Sécurité, horodateur, police administrative
Service social	Commune de Moutier	Hôtel-de-Ville 1	info@ssrp.moutier.ch	www.moutier.ch	032 494 11 34	Aide sociale
Main tendue					143	
Police	Police cantonale				031 638 88 00	
Police	Police urgence				117	
Pompier	Pompier urgence				118	
Urgences					144	

Aides & Repas à domicile

Aide à domicile	Au Fil D'Ariane	Bévilard			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	mfchilna@gmail.com		076 758 27 10	Aide à la personne (ménage, commissions, entretien du linge, accompagnement, transport). Déménagement.
Aide à domicile	Siana24	Les Genevez	contact@siana24.ch	www.siana24.ch	032 959 43 00	Aide à la personne (ménage, commissions, entretien du linge, accompagnement)
Distribution aliments	Table couvre-toi (local Armée du Salut)	Oeuches 23			032 493 46 16	Distribution produits alimentaires
Repas	Service de repas à domicile	Rue du Clos 3			032 493 30 60	Livraison de repas chauds + repas en commun
Repas	Service traiteur, Paulus Pascal	Grandval	ostpas@netplus.ch	www.pascaltraiteur.ch	079 507 54 30	Livraison de repas chauds
Repas	Tavolata (association CH)	Région JU/JB		www.tavolata.ch		Repas pris en commun (4-6 pers), = Table d'hôte
Tables d'hôtes	Pro Senectute			www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 86	

Appareils & Téléalarme & Mobilité

Alarme	Alarme Croix Rouge			www.alarm.redcross.ch	058 105 02 28	Montre alarme
Alarme	ESPAS Moutier	Oeuches 10	secretariat@espas-moutier.ch	www.espas-moutier.ch	032 494 52 32	Téléalarme avec ou non intervention de professionnels

Alarme	SmartLife Care			www.smartlife.ch	0848 65 65 65	Appareils d'appel d'urgence
Moyens auxiliaires	SEREI	Bassecourt	serei-jura@bluewin.ch	www.serei.ch	032 426 13 65	Conseil, moyens auxiliaires, téléalarme, déambulateurs

Association d'entraide & renseignements

Aide & défense + 60	AVIVO section interjurassienne	Delémont	jardin.rogelaine@gmail.ch	www.avivointerjura.ch	079 964 72 05	Aide & défense & activités pour les + de 60 ans
Alzheimer	Association Alzheimer Jura	Delémont		www.info.ju(at)alz.ch	032 886 83 35	Aide aux personnes atteintes et concernées
Défense locataires	Asloca TransJura	Delémont		www.transjura.asloca.ch	032 422 74 58	Défense des locataires, renseignements juridiques
Diabète	Association des diabétiques du Jura	Delémont	fernando@bluewin.ch	www.diabetejura.h	032 422 72 07	Aide aux personnes atteintes et concernées
Diabète	Association des diabétiques du Jura bernois	St-Imier	admi@diabetejurabernois.ch	www.admin.diabetejurabernois.ch	079 739 15 13	Aide aux personnes atteintes et concernées
Échange	SEL Système d'échange local Jura	Delémont		www.sel-delemont.communityforge.ch		Donner, recevoir, partager, se rencontrer
Entraide	Info-Entraide	Bienne	info@infoentraide-be.ch		0848 33 99 00	Groupe d'entraide
Maltraitance	Alter Ego Jura, Fleury Marlyse			www.alter-ego.ch	079 222 51 56	Maltraitance envers les personnes âgées
Parkinson	Pakinson Suisse	Lausanne	info@romandie(at)parkinson.ch		021 729 99 20	Aide aux personnes atteintes et concernées
Pro Senectute	Pro Senectute Jura bernois	Tavannes	prosenectute.tavannes@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 80	Aide et renseignements divers
Pro Senectute	Pro Senectute Jura	Delémont	prosenectute.delemont@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 20	Aide et renseignements divers
Procap	Procap Jura	Delémont	delemont@procap.ch		032 426 67 25	Activité & loisirs, conseil en assurances sociales
Procap	Procap Bienne- Jura Bernois	Tavannes	bjb@procap.ch		032 323 05 77	Activité & loisirs, conseil en assurances sociales
Serei	Service régional d'entraide et d'infos	Bassecourt	serei-jura@bluewin.ch	www.serei.ch	032 426 13 65	Conseil, moyens auxiliaires, téléalarme, déambulateurs
Soins	Palliatifs	La Chaux-de-Fonds		www.palliatif.ch	032 913 44 07	Soins palliatifs BEJUNE
Vue	Fédération aveugles & malvoyants Jura	Delémont	secretariat.romand@sbu-fsa.ch		079 123 99 58	Aide aux personnes atteintes et concernées
Vue	Fédération aveugles & malvoyants Jura bernois	Bienne	sektion.biel-bernerjura@sbu-fsa.ch		077 509 18 85	Aide aux personnes atteintes et concernées

Conseils & Renseignements

Conseils	Centre social protestant Berne-Jura	Centrale 59	info@csp-beju.ch		032 493 32 21	Conseil juridique, social, familial, conjugal
Conseils	Infosénior suisse			www.infosenior.ch		Recherche renseignements pour seniors
Conseils	Partenaireadmin	Nant 9	navetn@parteneradmin.ch	www.partenaireadmin.ch	076 466 49 48	Assistance et conseil administratif, impôts etc
Conseils	SEREI	Bassecourt	serei-jura@bluewin.ch	www.serei.ch	032 886 81 00	Conseils juridiques, juristes spécialisés
Consultation sociale	Pro Senectute	Tavannes	prosenectute.tavannes@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 80	

Décès

Cérémonie	La Dernière Page, Allemann Sylvie	Crémines			079 395 87 87	Organisation cérémonie laïque personnalisée
Pompes funèbres	Cano Pompes funèbres	Av. de la Gare 2	info@cano-pompesfunebres.ch	www.cano-pompesfunebres.ch	032 493 20 20	Pompes funèbres
Pompes funèbres	Odyssées Funéraires Sàrl	Rte Soleure 25	odysses-funeraires@gmail.ch	info@pompes-funebres-jura.ch	078 685 58 15	Pompes funèbres, thanothopraxie

Déménagements & Débarras & Nettoyages

Débarras	Val-Débarras Sàrl	Delémont	info@val-debarras.ch		079 580 58 57	Débarras, vide logement
----------	-------------------	----------	--	--	---------------	-------------------------

Déménagement	Armée du Salut	Oeuches 23	poste.moutier@armedusalut.ch		032 493 18 36	Brocante, débarras
Déménagement	Cano transports Sàrl	Court	info@cano-transport.ch		032 492 74 43	Déménagement
Déménagement	Caritas	Delémont		www.caritas-jura.ch	032 421 35 60	Déménagement, service ramassage, brocante
Déménagement	Regenove	Tramelan	regenove@csp-beju.ch		032 486 91 01	Déménagement, service de ramassage, brocante
Nettoyage	Aeberhard Nettoyage Multiservices	Cortébert	regine@aeberhard-nettayage.ch		079 158 85 87	Nettoyage appartement
Recyclage	la Givebox, déchetterie derrière la gare	Moutier				Dons / Echanges d'objets

Informatique & Téléphonie

Formation	Pro Senectute	Tavannes	prosenectute.tavannes@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 80	Cours, formation
Informatique	Compufa Informatique Jäggi SA	Viaduc 34		www.compufa.ch	032 495 20 10	Conseil & dépannage & informatique PC
Informatique	Informagique Messina R & S.	Le Bémont	Info@informagique.ch	www.informagique.ch	032 535 41 89	Dépannage à domicile PC & MAC
Informatique	MaGiks Services - Informatique Sàrl	Delémont	info@magiks.ch	www.magiks.ch	032 422 78 78	Conseil & dépannage & informatique Apple
Informatique	Samnet	Viaduc 53A	admin@samnet.ch		078 608 59 56	Conseil & dépannage & informatique
Téléphonie	Samnet	Viaduc 53A	admin@samnet.ch		078 608 59 56	Conseil téléphonie & internet
Téléphonie	Tech Phone Sàrl	Écluse 32	info@techphone.ch	www.techphone.ch	032 493 48 34	Conseil & gestion & vente app.mobile et maison

Logements

Appartements	Clair-Logis	Golats 12			078 608 94 47	Appartements adaptés
Appartements	Pavillons de la Birse	Centrale 3		www.pavillonsdelabirse.ch	032 493 51 41	Appartements adaptés
Home	Résidence Beausite	Beausite 49		www.hjbe.ch	032 494 39 43	EMS

Loisirs & jeux & culture

Bibliothèque	Bibliothèque municipale de Moutier	Liberté 13	biblio@moutier.ch	www.moutier.ch	032 493 59 69	Prêt de livres & revues, possibilité livraison domicile
Cinéma	Le Cinoche	Clos 1		www.lecinoche.ch	032 493 73 73	Cinéma
Danse	École de danse, Blaser Michèle	Clos 3	michele.blaser@bluemail.ch	www.ecoledanse-michele.ch	032 493 14 26	Fitness, danse, aérobic, équilibre
Danse	Maison de la danse	Soleure 25	lamaisondeladanse2011@gmail.com	www.lamaisondeladanse.ch	078 733 02 50	Danse contemporaine, jazz
Divers	Pro Senectute	Tavannes	prosenectute.tavannes@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 80	Visites, voyages, cours
Divers	Pro Senectute Jura	Delémont	prosenectute.delemont@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 20	Visites, voyages, cours
Ludothèque	Ludothèque Moutier	Liberté 13		www.ludo-moutier.ch	032 493 50 10	Prêt de jeux
Scrabble	Club de Scrabble, Blum Renée	Liberté 13			032 492 13 14	Parties de scrabble 2x par semaine

Mobilité

Taxi	Taxi du Centre				032 493 48 88	
------	----------------	--	--	--	---------------	--

Taxi	Taxi de la Gare				032 493 25 25	
Taxi	Taxi de la Gare				032 493 24 24	079 680.60.40
Taxi	Taxi Z Zejno	Ours 5			079 660 10 20	
Taxi-handicap	Taxi Jean		info@stiftung-btb.ch	www.stiftung-btb.ch/fr	079 660 10 20	Taxi adapté à un handicap, possibilité chaise roulante
Transports	Croix-Rouge Suisse	Tavannes		www.srk-bern.ch/fr/jura-bernois/home	032 489 10 03	Transports

Rencontre & Animation

Bricolage	Paroisse catholique, M. Masello		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	076 328 36 20	Divers bricolages les mardis d'automne
Chant	Paroisse catholique, 3 Chorales		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	032 493 11 63	Possibilité de chanter dans des chorales
Lecture	Paroisse catholique, M. Roth J.		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	032 493 52 87	Partage de lecture 1 x mois
Ouvrir	Paroisse catholique, Eschmann B.		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	032 493 29 10	Tricot, crochet, couture
Rencontre des aînés	Paroisse Réformée de Moutier Grandval		natacha.houriet@par8.ch	www.par8.ch	032 493 41 95	12 rencontres/an .
Visite anniversaire	Paroisse catholique, Prétat M.		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	032 493 49 62	Visite cadeau pour anniversaire dès 80 ans
Visite anniversaire	Paroisse catholique, Eschmann Ch.		secretariat@notredams.ch	www.notredame.ch	032 493 51 77	Visite cadeau pour anniversaire dès 80 ans

Santé & Soins

Acoustique	Grosjean Acoustique	Centrale 1		www.grosjeanacoustique.ch	032 493 53 63	Conseil & aide auditive
Accompagnement	Anne Accompagnante à domicile		info@anne-accompagnante.ch	www.anne-accompagnante.ch	078 789 40 10	Accompagnement et soutien, Doula de fin de vie
Acupuncture	Chevalier Nicole	Paix 34	nicole.chevalier@gmx.ch		032 493 70 02	Médecine traditionnelle chinoise, acupuncture MTC
Drainage	Willemin Marlène	Ruelle de l'Eglise 4			079 214 12 50	Drainage lymphatique
Ergothérapie	Ergothérapie de la Prévôté, Rouge Laurence	Prévôté 11	info@ergotherapie-prevote.ch		032 493 54 63	
Feldenkrais	Rubini-Ghigna Anita	Centrale 21	anita.rubini@bluewin.ch		079 314 59 65	Accompagnement à la méthode Feldenkrais, en individuel, en groupe
Gériatrie	Hôpital de Moutier, Dr Schneider Romain	Beausite 49	reception.moutier@hjb.ch	www.reseaudelarc.net	032 494 39 43	Consultation en gériatrie HJB dès 01.01.24
Gynécologie	Centre médical Femme-Mère-Enfant, Dr Kashef Amgad	Viaduc 34	amgad.kashef@hjb.ch		032 494 31 92	Gynécologie
Gynécologie	Centre médical Femme-Mère-Enfant, Dresse Liori Anna	Viaduc 34	anna.liori@hjb.ch		032 494 31 92	Gynécologie
Gynécologie	Centre médical Femme-Mère-Enfant, Dresse Mogenet Dalila	Viaduc 34	dalila.mogenet@hjb.ch		032 493 66 67	Gynécologie
Hôpital	Hôpital de Moutier	Beausite 49	reception.moutier@hjb.ch	www.reseaudelarc.net	032 4 943 943	
Massage	Cabinet Santé & Bien-Être, Queloz Aline	Courtine 34		www.santebienetre.ch	078 625 48 47	Massage de santé et de sport
Massage	L'envol, Henchoz Mélanie	Sur Menué 15	melanie@l-envol.ch	www.l-envol.ch	079 364 50 51	Massage de santé & sport conseil méd.naturel
Massage japonais	Kloetzli Valérie	Avenir 9	valekym@bluewin.ch		079 449 07 81	Soins complets du corps
Médecine dentaire	Cabinet de médecine dentaire	Av. de la Gare 19	cbmolinari@ticino.com		032 493 75 20	Soins dentaires

Médecine dentaire	Centre dentaire B1	Centrale 47		www.centredentaireb1.ch	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	reception.moutier@hjbe.ch	www.reseaudelarc.net	032 494 39 43	Consultation de médecine générale HJB
Médecine générale	Dresse Bendaho Zahra	Centrale 47			032 495 12 03	Médecine interne générale
Médecine générale	Medicentre Moutier SA	Centrale 3			032 494 10 10	
Médecine générale	Dr Wasser Marc-Etienne	Hôtel-de-Ville 16			032 493 49 49	Médecine interne générale
Naturopathie	Globalité, Macabrey Morgane	Prévôté 11	morgane.macabrey@globalité.ch	www.globalité.ch	077 490 61 58	Nutrition, Santé, Poids, Forme, Phytothérapie
Ophtalmologie	Dr Alkier Jan	Moulin 2			032 493 43 43	Ophtalmologie
Ophtalmologie	Swiss Visio Moutier	Écluse 3	moutier@swissvisio.net	www.swissmedical.net	058 274 23 80	Ophtalmologie
Ostéopathie	Roschi Célien	Centrale 47	c.roschi@hotmail.com	www.roschi.digitalone.site	078 886 61 22	Ostéopathie
Ostéopathie	Ortis Daniel	Prévôté 11		www.ortis.digitalone.site	032 493 56 16	Ostéopathie, étiopathie
Pédicure	Pédicure Péditune, Chételat Lucienne	Moulin 4	peditune@gmail.com		032 493 60 83	Pédicure
Pharmacie	Amavita Pharmacie Coop Moutier	Industrielle 16		www.amavita.ch	058 878 27 50	
Pharmacie	Amavita Pharmacie Migros Moutier	Écluse 1		www.amavita.ch	058 878 20 70	Pharmacie et droguerie
Pharmacie	Pharmacie de la Gare Moutier	Gare 13	pharmacie.moutier@ovan.ch		032 493 32 02	
Psychogériatrie	Hôpital de Moutier, Dr Lorette Adrien	Beausite 49	reception.moutier@hjbe.ch	www.reseaudelarc.net	032 494 39 43	Psychiatrie de la personne âgée
Physiothérapie	PrevoPhysio, Christe Lisa	Hôtel-de-Ville 9	info@prevophysio.ch	www.prevophysio.ch	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	Gygax Noémie	Coteau 10		www.physiotherapie-noemie-gygax.ch	032 493 73 83	Physiothérapie
Physiothérapie	Léchet Céline Maud	Avenir 9			077 488 45 79	Physiothérapie, réflexologie
Physiothérapie	Torres Tanit	Paix 34	tanit.torres@physio-hin.ch		079 763 51 70	Physiothérapie
Physiothérapie	Physiopassion, Van Parys Florence	Centrale 57	vanparysflorence@bluewin.ch	www.physioswiss.ch	032 493 32 14	Physiothérapie générale et du sport
Podologue	Ruch Myriam	Crémines	excellence-et-diversite.fr		032 493 69 86	Santé des pieds
Psychiatrie	Gerber Jean-Luc	Moulin 15	jlgerber@bluewin.ch		032 493 74 74	Psychiatrie
Psychiatrie	Pataki Laslo	Viaduc 26	laslo.pataki@bluewin.ch		032 495 17 17	Psychiatrie
Psychiatrie	Salameh Amer	Hôtel-de-Ville 5			032 493 14 88	Psychiatrie
Réflexologie	Les Racines de l'Envol, Dubacher Claudia	Prévôté 11	info@cd-consultation.ch	www.cd-consultation.ch	079 156 12 11	Réflexologie, massages, soins
Réflexologie	Mutti Nathalie	Centrale 47		www.aurendezvousavecsoi.ch	078 613 11 03	Réflexologie, kinésiologie
Réflexologie	Amyris Espace Bien-Être, Zürcher Chantal	Av. de la Gare 25	chantalzurcher@hotmail.com		078 636 52 21	Réflexologie, massages, soins

Santé mentale	Pôle santé mentale	Beausite 49	reception.moutier@hjbe.ch		032 494 39 43	Psychiatrie
Soins à domicile	ESPAS	Oeuches 10		www.espas-moutier.ch	032 494 52 32	Soins à domicile
Soins à domicile	Siana24	Les Genevez	contact@siana24.ch	www.siana24.ch	032 959 43 00	Soins à domicile

Sport & Santé

Cardio	Groupe maintenance cardio				079 250 30 19	Gym pour réadaptation cardio
Divers	Clubs sportifs et sociétés locales			www.moutier.ch/culture, sport, loisirs et tourisme/activités sportives et de loisirs		
Fitness	Fitness Form	Liberté 16	schmidlain2740@bluewin.ch		076 575 05 02	
Fitness	Go Gym Noirat Cédric	Centrale 50	team.gogym@gmail.com		079 884 38 11	Machines cardio & musculation
Fitness	Go Gym Caramanna Lorenzo	Centrale 50	team.gogym@gmail.com		078 232 77 57	Machines cardio & musculation
Fitness	Pacific Fitness S.à.R.L.	Perrefitte	pacificfitness@bluewin.ch	www.pacific-fitness.ch	032 493 60 88	Cours collectifs, gym douce
Fitness	PrevoPhysio, Christe Lisa	Hôtel-de-Ville 9	info@prevophysio.ch	prevophysio.ch	078 689 72 07	Physiothérapie, fitness, pilates, drainage
Gymnastique	SFG Moutier, Kohler P.				079 295 98 70	Cours gym douce pour seniors
Gymnastique douce	OG Training	St-Germain 5	ogtraininginfo@gmail.com	www.ogtraining.ch	079 538 03 76	Coaching, cours collectifs
Pro Senectute	Pro Senectute Jura bernois	Tavannes	prosenectute.tavannes@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 80	Sports d'intérieur et d'extérieurs
Pro Senectute	Pro Senectute Jura	Delémont	prosenectute.delemont@ne.ch	www.arcjurassien.prosenectute.ch	032 886 83 20	Sports d'intérieur et d'extérieurs
Yoga	Kohler Edith		kohler.edith5@bluewin.ch		079 721 22 48	Yoga
Yoga	Mele Marie	Beausite			077 435 56 67	Yoga