



# Adresses utiles pour les séniors

## No d'urgence

- 144 Urgence vitale (ambulance)
- 117 Police
- 118 Feu
- 143 Main tendue

## Permanence médicale - Pharmacie

- Médecin de garde 026 304 21 43
- Medhome Fribourg (médecin à domicile) 026 670 07 00
- Permanence dentaire 0848 14 14 14
- Pharmacie de garde (selon planning ou Benu Gare de Fribourg) 026 322 02 02

## Aide administrative / financière / déclaration d'impôts

- Pro Senectute 026 347 12 48  
[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)
- Service social de Sarine-Ouest 026 477 16 88  
[www.arcos-sarine.ch](http://www.arcos-sarine.ch)

## Transports

- Passepartout Sarine (y compris fauteuil) 026 422 56 20  
[www.passepartout-sarine.ch](http://www.passepartout-sarine.ch)
- ARCOS / IPSO (déménagements et transports ponctuels) 079 244 61 63
- Croix Rouge 026 347 39 40  
[www.croix-rouge-fr.ch](http://www.croix-rouge-fr.ch)

## Repas à domicile

- Monsieur Jean-Bernard Boschung 079 332 46 23
- Neyruz 026 477 16 71

## Compagnie

- Pro Senectute 026 347 12 400  
[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)
- Croix Rouge 026 347 39 40  
[www.croix-rouge-fr.ch](http://www.croix-rouge-fr.ch)

## Aide au ménage

- Pro Senectute 026 347 12 48  
[www.fr.prosenectute.ch](http://www.fr.prosenectute.ch)
- AssiDom-Répit (aide et soins à domicile) 079 853 65 95

## Aide au jardin

ARCOS / IPSO  
(travaux ponctuels uniquement) 026 470 40 90  
[www.arcos-sarine.ch](http://www.arcos-sarine.ch)

## Déchetterie - encombrant

Edilité de la commune 026 916 15 50

Déchetterie à domicile 026 916 15 50

ARCOS / IPSO  
(travaux ponctuels uniquement) 026 470 40 90

TRD Services (tri, recyclage à domicile) 079 243 56 24

Majordome-Sarine 079 938 94 24

## Soutiens proches aidants

Proches aidants Fribourg 058 806 26 26  
[www.pa-f.ch](http://www.pa-f.ch)

Pro Infirmis 058 775 30 00  
[www.proinfirmis.ch/fr/](http://www.proinfirmis.ch/fr/)

Croix Rouge 026 347 39 40  
[www.croix-rouge-fr.ch](http://www.croix-rouge-fr.ch)

Alzheimer Fribourg 026 402 42 42  
[www.alzheimer-schweiz.ch/fr/](http://www.alzheimer-schweiz.ch/fr/)

## Foyer de jour

Foyer de jour de la Sarine 026 422 51 11  
[www.hms.santesarine.ch](http://www.hms.santesarine.ch)

La Famille au Jardin 026 321 20 13  
[www.la-famille-au-jardin.ch](http://www.la-famille-au-jardin.ch)

## Réseau santé de la Sarine

Centre coordination du Réseau Santé de la Sarine 026 425 55 25  
[www.cdc.santesarine.ch](http://www.cdc.santesarine.ch)

## Prestations complémentaires AVS/AI

Prestations complémentaires 026 426 73 00  
[www.caisseavsfr.ch](http://www.caisseavsfr.ch)

## Activités

Club des aînés 026 477 30 73

Gym Dames 079 766 23 41

Gym pour seniors à Neyruz  
[Programme d'activités  
\(prosenectute.ch\)](http://Programme.d'activites.prosenectute.ch)

Aquagym Senior L'Archipel, Cottens 026 477 61 31  
[www.larchipel.ch](http://www.larchipel.ch)

Murielle Roos Bovey  
Conseillère communale  
Dicastère Santé et prévoyance social  
[murielle.roosbovey@neyruz.ch](mailto:murielle.roosbovey@neyruz.ch)