

AAFI AFICS Newsletter

ASSOCIATION DES ANCIENS FONCTIONNAIRES INTERNATIONAUX - Genève
ASSOCIATION OF FORMER INTERNATIONAL CIVIL SERVANTS - Geneva

5 septembre 2016

C'est la rentrée....

Attention le Palais sera fermé jeudi 8 septembre et lundi 12 septembre.

Caisse des pensions (www.unjspf.org)

Le site de la Caisse donne les informations sur le dernier Comité Mixte (en français et en anglais)

Elections au Comité de l'AAFI-AFICS

Le bulletin d'été donne toutes les informations pour les candidatures au Comité mais il tarde à paraître. Si vous désirez vous présenter ou si vous connaissez des personnes de valeur pouvant aider l'AAFI à servir ses membres.... Retrouvez les informations en annexe.

L'AAFI-AFICS a aussi choisi quelques informations ...

Cité seniors (angle rue de Lausanne / Rue Amat)

Les rencontres **Carrefour International** reprennent le mercredi 7 septembre (14h à 16 heures)

<http://www.ville-geneve.ch/themes/social/seniors/cite-seniors/>

Cité seniors organise Le Café des aidants

Le proche aidant est une personne qui s'occupe d'un membre de sa famille ou de son entourage lorsque celui-ci a besoin d'une assistance pour les gestes du quotidien, à domicile ou en institution. Le Café des aidants offre un partage d'expériences, ainsi qu'une mise en commun des solutions trouvées, pour faire face aux difficultés rencontrées.

Horaire

Samedi, 10h00 – 12h00

Dates

10.09 / 15.10 / 05.11 / 03.12 / 14.01

Polaroid : volis pouvez y apporter votre contribution

Espace intergénérationnel dédié à la diversité des langues vivantes à Genève, avec le soutien de l'Association des anciens fonctionnaires internationaux (AAFI-AFICS)

Echange de compétences pour pratiquer la conversation sans professeur de langue

Langues proposées : Allemand, Anglais, Espagnol, Italien, Français, Arabe

Horaire

Mardi, 16h00 – 18h00

Dates

Du 13.09 au 17.01 (sauf 27.12 et 03.01)

Des quantités d'activités proposées (voir le programme joint)

Prochaines Activités CLIC Pays de GEX

(Tél 0033 04 50 41 04 04)

Le Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique, CLIC du Pays de Gex, vous informe de ses prochaines activités (**Entrée libre et gratuite**)

Atelier mémoire

Organisé sur 5 séances progressives, à Divonne les Bains (en mairie):

**Jeudis 15, et 29 septembre de 14 h 30 à 16 h 30
et Jeudis 6, 13, 20 octobre de 14h30 à 16h30**

Il reste quelques places. Vous avez également la possibilité de vous inscrire pour la session 2017. Vous serez informés des prochaines dates fin janvier 2017.

Inscriptions au CLIC : 04 50 41 04 04

Consultations de médecine générale :

La Croix rouge Française dispose d'un bus médical qui sera présent sur le Pays de Gex avec une équipe médicale et paramédicale pour :

- Soins de médecine générale**
- Contrôles glycémiques**
- Délivrance de médicaments de première nécessité**
- Évaluation des droits et orientation**

-Mardi 13 septembre – 10h30 à 14h : Résidence Charles de Foucauld – 12 Chemin de Colovrex - Ferney-Voltaire

-Mardi 11 octobre – 10h30 à 14h : Foyer Résidence Robert Schuman – 340 rue de l'Europe – St Genis-Pouilly

-Jeudi 3 novembre – 10h30 à 15h : Résidence Charles de Foucauld – 12 Chemin de Colovrex - Ferney-Voltaire

Renseignements : croix rouge Française : 04 74 23 12 32

Journée Mondiale Alzheimer :
« les aidants familiaux en activité professionnelle »

Mercredi 21 septembre 2016

15h - marche verte au profit de France Alzheimer à la découverte des Parcs et des Jardins de Bourg en Bresse

**Rendez-vous place de la Comédie (cinéma Grenettes)
(Accessible aux fauteuils roulants)**

18h - conférence animée par le Dr Bailly – « maladie d'Alzheimer et maladies apparentées : les malades, les aidants familiaux »

Présentation de France Alzheimer de l'Ain et ses actions

19h30 - Projection du film : « Floride » (avec Jean Rochefort et Sandrine Kiberlain)

**Information association France Alzheimer de l'Ain : 04 74 52 10 90
ain.alzheimer-bourg@orange.fr**

CLIC du Pays de Gex

Tél 04 50 41 04 04 - 29 rue St Maurice Les Terrasses de Chevry, bat D - 01170

CHEVRY – clic@ccpg.fr

<http://www.cc-pays-de-gex.fr/le-clic-a-votre-service.html>

ELECTIONS AU COMITE POUR LA PERIODE 2017-2021

Selon l'Article 17 des Statuts de l'Association, tous les deux ans un scrutin est organisé parmi les membres de l'Association pour élire la moitié des membres du Comité, c'est-à-dire 9 personnes. Tout candidat(e) à l'élection au Comité doit être membre de l'Association et doit être proposé par au moins trois autres membres. Les membres du Comité en fin de mandat sont rééligibles. Les nominations doivent être reçues par le Secrétariat quatre mois avant la date de la session ordinaire de l'Assemblée générale.

La liste des candidats est établie par le Président et est envoyée à tous les membres de l'Association trois mois avant la session de l'Assemblée générale. Le vote s'effectue par correspondance.

Le Comité se réunit une fois par mois. Les élus ont un mandat de quatre ans, soit 2017-2021.

Le Comité a besoin de votre collaboration, de vos idées, vos compétences.

VOUS TROUVEREZ à LA FIN DE CE BULLETIN, UN APPEL DE CANDIDATURE POUR UN MANDAT DE QUATRE ANS (2017-2021).

ELECTIONS TO THE COMMITTEE FOR THE PERIOD 2017-2021

In accordance with Article 17 of the Statutes of the Association, a vote is organized every two years for the election of half, i.e. 9 people, of the members of the Committee. Candidates for election must be members of the Association and their nomination must be proposed by at least three other members. Outgoing members are eligible for re-election. Nominations must be received by the Secretariat at least four months before the date of the annual General Assembly.

The list of candidates is drawn up by the Chairman and is sent to all members of the Association three months before the date of the Assembly. Voting is carried out by correspondence.

The Committee meets once a month and its members have a four-year mandate.

The Committee needs your collaboration, your ideas and your skills.

A FORM FOR THE NOMINATION OF CANDIDATES IS TO BE FOUND AT THE END OF THIS BULLETIN.

ELECTIONS

Comité AAFI-AFICS 2017-2021 Committee

In accordance with Article 17 of the Statutes, each candidate for election to the Committee shall be a member of the Association proposed by at least three other members.

En conformité avec l'Article 17 des Statuts, tout candidat à l'élection au Comité doit être membre de l'Association et sa candidature doit être proposée par au moins trois autres membres.

If you wish to propose a candidate or to stand for election, please complete the form below.
Si vous désirez vous présenter ou proposer un(e) candidat(e), remplissez le formule ci-dessous.

We wish to propose - Nous les soussignés proposons :

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

..... NAME / NOM FIRST NAME / PRENOM SIGNATURE & DATE
---------------------	------------------------------	---------------------------

SHORT BIOGRAPHICAL NOTE ON CANDIDATE
BIOGRAPHIQUE DU CANDIDAT

COURTE

NOTICE

TO BE RETURNED BEFORE 1 OCTOBER 2016 TO :
LE 1 OCTOBRE 2016 :

A PARVENIR AVANT

AAFI-AFICS, BUREAU E-2078, PALAIS DES NATIONS, CH-1211 GENEVE 10

Tribune de Genève



Pour vous, avec vous. Ensemble

Cité Seniors

Programme des activités

Septembre 2016 – Janvier 2017

10 ans : bon anniversaire Cité Seniors!

Genève,
ville sociale et solidaire

www.ville-geneve.ch

Sommaire

Festival Seniors	4
Nouvelles technologies	5-13
Conférences-débats	14-17
Promotion de la santé	18-20
Cours et formations	21-27
Echanges et rencontres	28-33
Dimanches de Cité Seniors	34-35
Que se passe-t-il dans les quartiers?	36-37
Visites et sorties	38-41
Expositions	42-43

Horaires d'ouverture

Du mardi au vendredi, de 9h00 à 17h00

Le dimanche, de 11h00 à 17h00

En plus des activités présentées dans ce programme, Cité Seniors vous propose également :

- un espace d'accueil et d'écoute
- un lieu d'information et d'orientation sociale
- un point de vente pour les spectacles organisés dans les théâtres de la Ville de Genève (horaires d'ouverture de la billetterie : du mardi au vendredi, de 9h00 à 12h15)

Tél. 0800 18 19 20 (appel gratuit), ou 022 418 53 61

Ce programme est édité en septembre 2016, sous réserve d'éventuelles modifications. Pour faciliter sa lecture, les textes sont rédigés au masculin générique

Sauf indication contraire, les cours et activités proposés sont gratuits et se déroulent dans les locaux de Cité Seniors



La parole aux seniors

Il y a dix ans, le 17 novembre 2006, s'ouvrait Cité Seniors, au coeur du quartier des Pâquis. Cité Seniors est d'abord un lieu d'information qui offre un large éventail de documentations sur toutes les questions qui peuvent intéresser les aînés. Mais Cité Seniors accueille aussi la PLATEFORME des associations d'aînés de Genève, qui regroupe elle-même 30 associations.

Cité Seniors propose également depuis dix ans un riche programme d'activités et d'animations répertoriées dans un programme largement diffusé, notamment sur le net. Voici le programme de l'automne 2016!

Des études indiquent que les nouvelles générations de personnes qui arrivent aujourd'hui à la retraite sont habituées à vivre dans un contexte changeant et mondialisé, de sorte qu'elles montrent davantage d'aptitudes que les précédentes à s'adapter, à innover et à apprendre. Ce serait une grave erreur pour notre société de se priver de leur potentiel. Il est donc nécessaire d'encourager leur participation à la vie de la Cité, de favoriser les rencontres intergénérationnelles et de leur donner la parole.

La parole aux seniors, c'est précisément le fil rouge de ce programme et du Festival Seniors que la Ville organise cet automne pour marquer le 10^{ème} anniversaire de Cité Seniors.

J'espère que vous serez nombreuses et nombreux à participer aux réjouissances de cet anniversaire et à vous intéresser aux activités proposées durant ce semestre.

Un bel anniversaire déjà à Cité seniors et beaucoup de plaisir à tous nos seniors!

Esther Alder

Conseillère administrative

**Tribune
de Genève**

Un supplément de la Tribune de Genève réalisé par le Département de la cohésion sociale et de la solidarité de la Ville de Genève

Contact :
Direction du Département de la cohésion sociale et de la solidarité
4, rue de l'Hôtel-de-Ville
1211 Genève 3
022 418 49 00

Conception graphique :
LUNIC

Rédacteur en chef responsable :
Pierre Ruetschi

Direction :
11, rue des Rois,
1204 Genève
Tél. +41 22 322 40 00
Fax : +41 22 781 01 07

Une publication de Tamedia Publications romandes

Tirage :
88'000 exemplaires

Edition :
Septembre 2016



Festival Seniors

- La parole aux seniors

29 septembre-2 octobre 2016

Jeudi 29 septembre	Soirée d'ouverture grand public <i>La parole aux ...invités du Festival</i>
Vendredi 30 septembre 15h00 – 20h00	Inauguration de l'Espace de quartier Eaux-Vives Animations avec les associations du quartier et les enfants de l'école Stands d'information Partie officielle avec Rémy Pagani, Conseiller administratif et Esther Alder, Conseillère administrative Partie festive dansante <i>La parole aux représentants des associations d'aînés</i>
Samedi 1^{er} octobre	Journée internationale des personnes âgées Activités de proximité pour les aînés des quartiers Aux Grottes, place aux jeux A Plainpalais, exposition de « CV de vie » A la Servette, cinéma et bal <i>La parole aux personnes âgées dans les quartiers</i>
Samedi 1^{er} octobre 17h00 – 20h00	Promotions Seniors, sur invitation Partie officielle et grands témoins Repas et animation musicale <i>La parole à Yvette Théraulaz et Manuel Tornare, invités officiels</i>
Dimanche 2 octobre 10h00 – 20h00	10 ans de Cité Seniors Portes ouvertes à toutes les générations Brunch, animations, démonstrations pour petits, grands et seniors Informations sur les prestations Ville et partenaires Palmarès de « Projets à la pelle » Goûter officiel d'anniversaire Spectacle dansant <i>La parole à tous les amoureux de Cité Seniors</i>

Nouvelles technologies



Toi, moi et l'informatique

Conférence-atelier : Découvrez le monde Apple



Avec **Laurent de Lastelle** de la société *iPom*
Pour profiter des nouvelles technologies : iMacs, iPhone, iPad, iWatch ou le « cloud » et découvrir les applications FaceTime vidéo, Instagram, Facebook, Skype, TPG et autres applications

Horaire

14h00 – 16h00

Dates

07.10 / 30.11

Conférence-atelier : Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le décodeur Naxoo, mais que vous n'avez jamais osé demander !

Avec **François Epars**, formateur chez *Naxoo*

Un décodeur, c'est magique ! Ou presque... Cette petite boîte permet de regarder la TV, de programmer l'enregistrement d'une émission, d'accéder à un catalogue de films à la demande ou encore de mettre un programme sur pause pour répondre au téléphone

Horaire

14h00 – 16h00

Dates

29.09 / 13.12

Conférence-atelier : Applications pour smartphones et tablettes en lien avec la pratique des langues étrangères



Avec **Philippe Demierre** et **Damien Gilomen**,
Cité Seniors

Pour apprendre des langues étrangères, traduire rapidement des textes et être moins perdu en voyage grâce à son téléphone portable ou sa tablette ? Quelques applications surprenantes : GoogleTranslate, Duolingo, Reverso...

Horaire

14h00 – 16h00

Date

16.11

Conférence-atelier : Internet, comment ne pas se faire avoir ?



Avec **François Epars**, formateur chez *Naxoo*,
en coopération avec la *HEG*

Internet, c'est le lieu de toutes les promesses, mais également de tous les dangers. Cet atelier vous explique de manière simple et ludique comment ne pas se faire avoir

Horaire

14h00 – 16h00

Dates

02.11 / 20.12

Atelier : Assistance téléphones portables

Atelier animé par **Philippe Demierre**, *Cité Seniors*, entouré d'un groupe d'étudiants de l'*Ecole de Culture Générale (ECG) Ella-Maillart*

Echange sur cette technologie

Venir avec son téléphone portable

Horaire

10h30 – 12h30
et 13h30 – 16h15

Date

18.01

Participation

Repas : Frs 8.-

Conférence-atelier : Internet, quels moyens d'accès et comment se connecter ?



Avec **François Epars**, formateur chez *Naxoo*, en coopération avec la *HEG*

Ordinateurs, tablettes, smartphones, WiFi, 3G, 4G, autant de termes et technologies qui peuvent sembler rébarbatifs. Cet atelier répond à toutes les questions pratiques ou théoriques

Horaire

14h00 – 16h00

Date

23.11

Atelier : @ssistance PC, Mac et tablettes numériques



Atelier animé par **Damien Gilomen**, *Cité Seniors* et **Monique Baré**, **Annie Claire Blum**, **Marie-Michèle Ianni**, **Marcel Behar**, **Pascal Bujard**, **Aldo Cavagliotti**, **Alan Elmassian**, **Armen Tchoufayan**, **Yves Theinz** et **Werner Witzeling**, bénévoles spécialisés dans les nouvelles technologies

Sur une demi-journée, aide à l'installation de nouvelles applications, mise à jour de PC ou Mac, téléchargement de logiciels et d'antivirus gratuits et conseils utiles

Venir avec son ordinateur ou sa tablette

Horaire

14h00 – 17h00

Date

09.12

Cafés « iPad » d'Apple



Animés par **Damien Gilomen**, *Cité Seniors*

Moments d'échanges informels entre utilisateurs d'iPad d'Apple destinés aux personnes ayant suivi un cours « iPad »

Horaire

Vendredi, 14h00 – 16h30

Dates

14.10 / 25.11 / 16.12 / 27.01

Cours informatiques

Inscription obligatoire pour tous les cours, jeudi 15.09 dès 9h00 à Cité Seniors

Renseignements au 0800 18 19 20

Découverte de l'informatique (niveau 1)



Avec **Philippe Demierre** et **Damien Gilomen**

Premiers pas avec un ordinateur, manipulations de base de Windows

Horaire

9h00 – 12h00

Lieu

Espace Zell
Rue du Beulet 7-9

Participation

CHF 60.- (par session)

Dates

Session DEC-001	21.09 / 23.09 / 28.09
Session DEC-002	14.10 / 19.10 / 21.10
Session DEC-003	16.11 / 18.11 / 23.11
Session DEC-004	07.12 / 09.12 / 14.12
Session DEC-005	16.12 / 21.12 / 23.12

Initiation à internet (niveau 2)



Avec **Philippe Demierre** et **Bernard Pasche**

Introduction à Internet Explorer, présentation des applications de Google, (Gmail, Maps, vidéos Youtube), achats sur Internet et antivirus

Pré-requis : connaissances de Windows ou avoir suivi « Découverte de l'informatique » (niveau 1)

Horaire

9h00 – 12h00

Participation

CHF 80.- (par session)

Dates

Session INT-101	05.10 / 07.10 / 12.10 / 14.10
Session INT-102	25.11 / 30.11 / 02.12 / 07.12
Session INT-103	14.12 / 16.12 / 21.12 / 23.12
Session INT-104	18.01 / 20.01 / 25.01 / 27.01

Initiation à la tablette iPad (niveau 1)



Avec **Damien Gilomen**

Découverte de l'iPad, présentation de l'appareil (boutons, manipulations, réglages), installation et utilisation des applications

Tablettes à disposition lors du cours

Pré-requis : être familiarisé avec un iPad

Horaire

9h00 – 12h00

Lieu

Espace Zell
Rue du Beulet 7-9

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session IPAD1-201	05.10 / 07.10
Session IPAD1-202	09.11 / 11.11
Session IPAD1-203	30.11 / 02.12
Session IPAD1-204	18.01 / 20.01

10 NOUVELLES TECHNOLOGIES

Tablette iPad, aller plus loin (niveau 2)

Avec **Damien Gilomen**

Utilisation de son iPad pour surfer sur le web, envoyer et recevoir des mails, prendre des photos, filmer et jouer. Tablettes à disposition

Pré requis : avoir suivi le cours « initiation à la tablette iPad » (niveau 1) ou avoir des connaissances de base

Horaire

9h00 – 12h00

Lieu

Espace Zell
Rue du Beulet 7-9

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session IPAD2-301 02.11 / 04.11

Session IPAD2-302 11.01 / 13.01

Session IPAD2-303 25.01 / 27.01

Apprivoiser une tablette Android (niveau 1)

Avec **Helen Yau**

Ce premier niveau vise à se familiariser à l'usage d'une tablette de la famille Android (Samsung, Sony, Toshiba, Asus, etc)

Horaire

13h30 – 16h30

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session AND1-401 11.10 / 18.10

Dompter une tablette Android (niveau 2)

Avec **Helen Yau**

Deuxième niveau pour apprendre à communiquer au moyen d'une tablette Android avec d'autres utilisateurs via l'envoi de messages instantanés ou mails

Horaire

13h30 – 16h30

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session AND2-501 22.11 / 29.11

Apprivoiser Windows 10



Avec **Pascal Bujard**

Pour acquérir une nouvelle version du système Windows 10 sur son ordinateur

Horaire

9h00 – 12h00

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session WIN-601 13.10 / 20.10

Session WIN-602 17.11 / 24.11

Découverte de Facebook

Avec **Daniel Blaser**

Pour découvrir Facebook, s'inscrire, utiliser et gérer la confidentialité sur son profil

Pré-requis : connaissances de Windows, posséder une adresse mail

Horaire

9h00 – 12h00

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session FBK-701 03.11 / 10.11

Session FBK-702 01.12 / 08.12

La photo numérique avec Picasa

Avec **Bernard Pasche**

Classement de photos, fichiers et dossiers. Découvrir à l'aide de logiciels gratuits les différentes étapes du traitement des images avec Picasa et Photofiltre

Pré-requis : connaissances de Windows

Horaire

13h30 – 16h30

Participation

CHF 60.- (par session)

Dates

Session PIC-801 01.11 / 08.11 / 15.11

12 NOUVELLES TECHNOLOGIES

Créer et commander un livre photos iFolor



Avec **Pascal Bujard**

Pour créer un livre de photos et offrir des souvenirs

Pré-requis : connaissances de Windows

Horaire

9h00 – 12h00

Participation

CHF 40.- (par session)

Dates

Session IFO-901

22.09 / 29.09

Graver vos disques vinyles sur CD



Un bénévole, spécialement formé à cette tâche, montre comment transférer de vieux disques vinyles sur un CD-ROM ou une clef USB

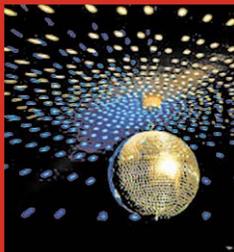
Horaire

Tous les mardis et jeudis (dès le 30.08, sauf pendant les vacances scolaires), 14h00 – 16h00

Lieu

Espace Zell
Rue du Beulet 7-9

Bal des « Branchés et Enthousiastes »



Avec **Jean-Louis Richerme** (variétés des années 60 à aujourd'hui)

Pour ceux qui ont suivi des cours informatiques ou tout autre cours à Cité Seniors et qui sont « branchés » et « enthousiastes »

Buffet canadien : chacun amène sa spécialité !

Horaire

Dès 19h00

Date

20.01 (inscription avant le 23.12)

Trucs et astuces

Avec **Pierrette Frily** et **Gérard Blanc**, formateurs *UCG WebSeniors*

Douze ateliers pour compléter ses connaissances informatiques

Pré-requis: connaissances de Windows

Horaire

10h00 – 12h00

Participation

CHF 20.- (par session)

Ranger des fichiers et les retrouver facilement **Sess.T&A-1001** : 04.10
Sess.T&A-1002 : 11.10

Comment utiliser une clef USB **Sess.T&A-1003** : 18.10
 (apporter une clé USB) **Sess.T&A-1004** : 01.11

Transférer les photos d'un « téléphone tactile » **Sess.T&A-1005** : 08.11
vers un ordinateur **Sess.T&A-1006** : 15.11
 (apporter téléphone et câble de transfert USB)

Découverte de « Youtube » et « GoogleMaps » **Sess.T&A-1007** : 22.11
 Youtube permet de visualiser des vid es gratuites **Sess.T&A-1008** : 29.11
 en ligne (vid es amateurs, extraits de films, clips
 musicaux, concerts etc.)

Mon courrier avec Word **Sess.T&A-1009** : 06.12
 Une approche ludique pour écrire une lettre-type
 ou une invitation

Découvrir Wikipedia et Google Traduction **Sess.T&A-1010** : 13.12
 Wikipedia, la plus grande encyclopédie mondiale
 en ligne sans cesse alimentée par de nouveaux
 articles, et Google Traduction, service gratuit
 qui permet de traduire instantanément mots et
 expressions en plus de 100 langues

Transférer les photos d'un appareil photo **Sess.T&A-1011** : 17.01
numérique vers un ordinateur

Découvrez « Badoo » : site de rencontres **Sess.T&A-1012** : 24.01
 Badoo est un réseau social pour rencontrer
 de nouvelles personnes près de chez soi

Conférences - débats



Pourquoi la philosophie ?

Un espace de méditation animé par **Jan Marejko**, Docteur en philosophie, journaliste et écrivain

Horaire

Mercredi, 10h30 – 12h00

14.09	Est-ce que j'existe dans ce monde ?
12.10	Est-ce la politique qui mène le monde ?
16.11	Aimons-nous le bon sauvage ?
21.12	Avons-nous envie de vivre éternellement ?
18.01	La science nous fait-elle aimer l'univers ?

Les visiteurs du mercredi



Rencontres avec des personnalités publiques animées par **David Cunado**

Horaire

Mercredi, 17h30 – 19h00

- | | |
|-------|---|
| 19.10 | Sacha Riandel , de la ferme de Budé, située au centre de Genève, où ce jardinier-maraîcher cultive fruits et légumes bio |
| 23.11 | Louis Calisesi , a traversé l'Atlantique à l'âge de la retraite sur un bateau, encadrant des jeunes en réinsertion. Il partage cette aventure, accompagné de Pietro Godenzi, vice-président de l' <i>association Pacifique</i> |
| 07.12 | Laurence Casagrande pratique la communication animale depuis plus de 10 ans et échange ses diverses expériences extraordinaires |
| 25.01 | Véronique Gallais , ou un voyage initiatique dans l'univers du thé. Découverte des subtilités de ce breuvage millénaire et dégustation de grands crus |

L'actualité en débat !

LE COURRIER
L'essentiel, autrement.

Débats mensuels sur un sujet d'actualité avec des invités. Ces échanges sont animés par des journalistes de la rédaction du quotidien *Le Courrier*

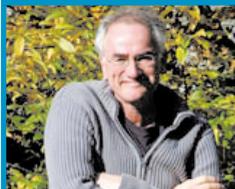
Horaire

Mercredi, 17h30 – 19h00

Dates

12.10 / 16.11 / 14.12

Quatre leçons sur l'espèce humaine



Cycle de conférences proposé dans le cadre de la Politique de la diversité de la Ville et présenté par **Ninian Hubert van Blyenburgh**, anthropologue, chargé de projet au *Service de l'Agenda 21, Ville de Genève*

Horaire

Mercredi, 10h30 – 12h00

19.10	La diversité culturelle : les cultures ou la Culture ?
23.11	Nous-eux : la fabrication de l'altérité radicale
14.12	L'anthropologie biologique et culturelle : une boîte à outil pour comprendre la diversité
25.01	Vivre ensemble : déjouer les pièges des passions

Les grands conflits et l'histoire genevoise



Un cycle de conférences consacré à l'impact des grands conflits sur Genève et sa région, présenté par **Philippe Deturche**, professeur d'économie et d'histoire, *HETS Genève*

Horaire

Jedi, 14h30 – 16h00

13.10	La guerre franco-prussienne de 1870 aurait-elle pu changer la carte du Canton de Genève ?
10.11	En quoi la vie genevoise a-t-elle été affectée par la première guerre mondiale ?
15.12	Dans quelle mesure la rue de la Corraterie a-t-elle participé à la guerre d'Espagne ?
19.01	La coupe du monde de football organisée en Suisse en 1954 a-t-elle décidé du sort de la guerre d'Algérie ?

Le développement durable : comprendre les enjeux et faire ses propres choix



Conférences proposées par **René Longet**, expert en développement durable

Horaire

Jeudi, 10h30 – 12h00

29.09	La consommation : Comment devenir un consommateur responsable ?
27.10	L'agro business et la mal bouffe : Comment retrouver sa souveraineté alimentaire ?
24.11	La mobilité : Quels projets pour sortir de l'immobilisme à Genève ?
22.12	L'habitat, dans un canton de locataires : Que puis-je faire ?
26.01	La mondialisation de l'économie : Pour une relocalisation solidaire

Promotion de la santé



Conférences – Prévention des chutes

Conférences / discussions sur l'activité physique et la cognition pour prévenir les chutes, animées par **Lara Allet**, physiothérapeute, et **Catherine Ludwig**, psychologue, *Haute Ecole de santé de Genève*

Horaire

Marid, 14h30 – 16h00

22.11

Je prends soin de moi pour prévenir les chutes

Suivi d'une brève présentation :

Mieux qu'une chambre vide ? La présence d'un étudiant qui offre des coups de main

Avec **Sabine Estier Thévenoz**, responsable du projet « 1h par m² – un étudiant sous mon toit », *l'Université de Genève* et *Pro Senectute Genève*

29.11

J'aménage mon intérieur pour prévenir les chutes

Les Cafés sexologiques



Pour parler librement et ouvertement de sexualité entre hommes et femmes de tout âge, débats animés par la **Dr Juliette Buffat**, médecin-psychiatre et psychothérapeute FMH, thérapeute de couple et sexologue, et **Marie-Hélène Stauffacher**, psychologue FSP et sexologue clinicienne, co-fondatrices de l'*Institut Suisse de Sexologie Clinique*

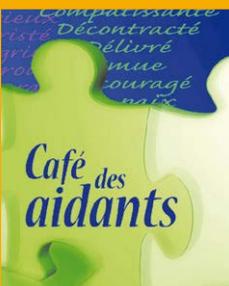
Plus d'informations sur le site www.sexologieclinique.ch
Vente et dédicace des livres de la Dr Juliette Buffat

Horaire

Mardi, 19h00 – 20h30

13.09	Le sexe et la honte : Que faire des peurs, tabous, préjugés, interdits, mauvaises expériences qui limitent l'épanouissement sexuel ?
11.10	Liberté et sexualité : L'engagement amoureux vous fait-il peur ?
08.11	Langages du couple : Parler sexe ? Avant, pendant ou après...et comment ?
06.12	Evolution de la sexualité : Aimer et vieillir est-ce compatible ?

Le Café des aidants : se faire aider quand on aide



Le proche aidant est une personne qui s'occupe d'un membre de sa famille ou de son entourage lorsque celui-ci a besoin d'une assistance pour les gestes du quotidien, à domicile ou en institution

Le Café des aidants offre un partage d'expériences, ainsi qu'une mise en commun des solutions trouvées, pour faire face aux difficultés rencontrées

Horaire

Samedi, 10h00 – 12h00

Dates

10.09 / 15.10 / 05.11 / 03.12 / 14.01

Conférences Café-Croissant



Cité Seniors invite à partager un moment informatif et convivial sur un thème de la santé. Les séances se déroulent en trois parties : conférence, collation offerte et atelier pratique

Un programme développé en collaboration avec *Cité générations*, *maison de santé* à Onex, et l'*Association VIVA* à Lancy

Horaire

Mardi, 9h30 – 11h30

04.10 Continuer sa vie après un deuil, comment retrouver le goût de la vie ? Comment trouver de l'aide ?

Conférence et atelier : **Martine Golay-Ramel**, proximologue, *Association les couleurs du deuil*

08.11 Apprivoiser ses douleurs articulaires et maux de dos, des clés et outils pour mieux gérer la douleur au quotidien

Conférence : **Stephane Moiroux**, infirmier, EMS *Résidence Beauregard* / Atelier : **Sylvie Salignac**, sophrologue, *Centre médical de Lancy*

06.12 Mon parcours de santé au quotidien, comment m'y retrouver dans le système de santé ? Vers qui m'orienter ? Que faire en cas d'urgence ?

Conférence et atelier : **Dr Philippe Schaller**, médecin fondateur et coordinateur *Cité générations*, *maison de santé*

Permanence Info-santé

Avec **Guislaine Lejeune**, infirmière diplômée, disponible pour répondre aux questions sur la santé au quotidien :

Ecoute, information, actions de prévention, prise de tension, contrôle de la glycémie ou autres conseils santé

Horaire

Mardi, 13h30 – 17h00

Dates

06.09 / 04.10 / 01.11 / 06.12 / 03.01

Cours et formations



Journée de présentation et d'inscriptions

Jeudi 15 septembre de 9h00 à 18h00

9h00	Café et croissant Introduction à la journée
9h00 – 12h00	Inscription aux cours d'informatique
10h00 – 11h00	Peinture sur sable L'art de la dégustation
11h00 – 12h00	Initiation et stage de théâtre Découpage et calligraphie chinoise
12h00 – 13h00	Casse-croûte
13h00 – 14h00	Danse selon les 5 rythmes de Roth Groupes Découvertes
14h00 – 15h00	Atelier de spectacle pluridisciplinaire Dancing Communities Redonnez vie à des bijoux cassés ou démodés !
15h00 – 16h00	Méthode Feldenkrais Couture facile, pratique et créative
16h00 – 17h00	Atelier « Vie, mort et spiritualité »

Les inscriptions sont prises à la fin de chaque présentation

Aucune pré-inscription ne peut être effectuée

**Le règlement de la participation à un cours se fait en espèces,
le jour de l'inscription**

Clôture des cours et ateliers

Vendredi 20 janvier à 10h30

Buffet canadien : chacun amène sa spécialité !

S'annoncer au 0800 18 19 20

Méthode Feldenkrais



Avec **Véronique Schmidt**, enseignante de la méthode Feldenkrais

Mouvements habituels ou inhabituels dans le respect du rythme de chacun pour porter son attention sur les sensations dans le mouvement, avec pour moteur le plaisir de bouger en douceur

Horaire

Mardi, 10h00 – 11h30

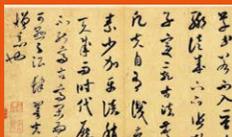
Participation

CHF 85.-

Dates

27.09 / 04.10 / 11.10 / 18.10 / 01.11 / 08.11 / 15.11 / 22.11 / 29.11 / 06.12 / 13.12 / 20.12 / 10.01 / 17.01

Découpage et calligraphie chinoise



Avec **Yin Gao**, artiste

Cet atelier propose de découvrir l'histoire de la calligraphie et du découpage chinois

Horaire

Mardi, 14h30 – 16h00

Participation

CHF 65.-

Dates

20.09 / 27.09 / 04.10 / 11.10 / 18.10 / 01.11 / 08.11 / 15.11 / 22.11 / 29.11

Atelier de spectacle pluridisciplinaire

Avec **Alexandre Simon**, metteur en scène, photographe et vidéaste et **Cosima Weiter**, metteur en scène et auteur

Cet atelier se propose de monter une courte séquence de spectacle à partir des textes, sons et vidéos créés par les participants

Horaire

Mardi, 14h00 – 16h00

Participation

CHF 75.-

Dates

20.09 / 27.09 / 04.10 / 11.10 / 18.10 / 01.11 / 08.11 / 15.11 / 22.11 / 29.11 / 06.12 / 20.12

Dancing Communities



Avec **Stefania Nuzzo**, enseignante de danse et **Claudia Cittadini**, coordinatrice de l'Association *Dance with me*
 « Dancing communities » est une méthode de danse de salon créée par Pierre Dulaine dont la vie a inspiré le film « Dance with me »

Horaire

Mardi, 19h00 – 20h15

Participation

CHF 160.- ou 120.- (AI, AVS, étudiant, chômeur, personne à l'aide sociale)

Dates

Du 27.09 au 29.11 (sauf 25.10)

Lieu

Paroisse protestante Servette-Vieusesseux, Avenue Wendt 55

Redonnez vie à des bijoux cassés ou démodés !

Avec **Zilgia Koller**, passionnée de perles et de bijoux, bricoleuse et artiste dans l'âme

Avec d'anciennes perles et breloques, comment donner une nouvelle vie à ses colliers et bracelets. Une bonne vue, de la patience ainsi qu'une certaine dextérité sont requises

Horaire

Mercredi, 14h00 – 16h00

Dates

05.10 / 12.10 / 19.10

Participation

CHF 30.-

Danse selon les 5 rythmes de Roth

Avec **Rachel Colas**, animatrice formée en psychologie, massage, accompagnement thérapeutique

Cet atelier propose à chacun de vivre une danse authentique et personnelle, de libérer ses émotions pour ressentir joie, légèreté et expansion de soi

Pas besoin de savoir danser pour participer

Horaire

Mercredi, 10h00 – 12h00

Participation

CHF 75.-

Dates

28.09 / 05.10 / 12.10 / 19.10 / 09.11 / 16.11 / 23.11 / 30.11 / 07.12 / 14.12 / 11.01 / 18.01

Module ABC – Initiation théâtrale



Avec **Estella Karagevrekis, Laure Gallegos et Aurore Gagliardo**, professionnelles en formation continue à la *Haute Ecole de Théâtre de Suisse Romande*

Pour découvrir les bases et les joies du théâtre par le biais d'exercices ludiques et variés

Ces ateliers peuvent se poursuivre avec un stage d'une semaine (ci-dessous)

Horaire

Mercredi,
13h30 – 17h00

Dates

12.10 / 19.10

Participation

CHF 10.-
(pour les 2 jours)

Module ABC – Stage intensif de théâtre

Ce stage intensif d'une semaine est ouvert à tous dès 14 ans. Construit autour de la thématique de « l'objet », il permet d'explorer les capacités créatives et expressives individuelles et collectives

Une représentation est prévue en fin de stage

Horaire

13h30 – 17h00

Dates

Du lundi 24.10
au vendredi 28.10

Participation

CHF 30.-
(pour le stage)

Couture facile, pratique et créative



Avec **Eva Krähenbühl**, créatrice textile pluridisciplinaire et formatrice d'adultes

Cours ouvert à tous, y compris les hommes !

Réaliser des objets en combinant des couleurs et des motifs selon envies et inspirations. L'esprit de récupération, les retouches de vêtements, les créations de cadeaux pour les petits, sont aussi au programme

Horaire

Judi, 14h00 – 16h00

Participation

CHF 65.-

Dates

06.10 / 13.10 / 20.10 / 03.11 / 10.11 / 17.11 / 24.11 / 01.12 / 08.12 / 15.12

Atelier peinture sur sable

Avec **Alioune Dime**, artiste peintre, avec du sable

Cet atelier propose de créer une peinture de sable. Grâce à un pinceau, un colorant noir, de la colle et du sable naturel ou coloré, étape après étape, le dessin prend forme

Horaire

Judi, 10h00 – 12h00

Participation

CHF 40.-

Dates

22.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10

Nordic Walking (cours ouvert aux 60 ans et +)

Avec **Valérie Mottet** et **Isabelle Macheret**, monitrices de *Gymnastique Seniors*

Pour pratiquer avec d'autres, au bord du lac, cette marche énergétique d'origine nordique dont les vertus régénératrices sont reconnues. Les cours ont lieu par tous les temps, avec bâtons fournis pour les premières leçons

Horaire

Tous les mercredis, 14h30 – 15h45
Tous les jeudis, 13h45 – 15h00

Participation

CHF 80.-
(inscription auprès de la monitrice)

L'art de la dégustation : Goût, saveurs et vins



Avec **Sandra Alary**, experte en goût et saveurs et **Francis Tressens**, cuisinier et expert en vins

Découvrir l'art de la dégustation, à travers différents jeux et expériences sensorielles, olfactives et gustatives (saveurs, senteurs, épices, arômes du vin...)

Comprendre le fonctionnement de l'odorat et du goût

Pas de consommation d'alcool, mais dégustations de saveurs et d'arômes

Horaire

Judi, 10h00 – 12h00

Participation

CHF 50.-

Dates

20.10 / 17.11 / 24.11 / 01.12 / 08.12 / 15.12

Atelier : vie, mort et spiritualité



Avec **Sylvie Dethiollaz**, docteure en biologie moléculaire, Directrice de l'*Institut Suisse des Sciences Noétiques*
Est-il possible de poser un autre regard sur la mort et d'aborder la fin de vie dans la paix et la sérénité ? Cet atelier propose d'aborder des sujets passionnants tel que les expériences de mort imminente, les états de conscience modifiés, la médiumnité, ainsi que la fin de vie et la mort, sous un angle neuf

Horaire

Jeudi, 14h00 – 16h00

Participation

CHF 65.-

29.09	Que savons-nous de la mort d'un point de vue scientifique, biologique et médical ?
13.10	La vision occidentale de la mort dans une perspective historique
20.10	La vision de la mort et ses fondements dans d'autres cultures millénaires
03.11	Les expériences de mort imminente et autres états modifiés de conscience péri-mortem
10.11	Autres phénomènes inexplicables liés à la mort (médiumnité, réincarnation)
17.11	Rencontre avec un expérimenteur de mort imminente et un médium
24.11	Les différentes théories sur la conscience
01.12	Ethique et fin de vie
08.12	Le deuil et le travail d'Elisabeth Kübler-Ross
22.12	La spiritualité laïque



Echanges et rencontres

Noël à Cité Seniors

Dès 12h00, un repas est proposé par une grande maison de la place genevoise. A partir de 13h30, c'est un orchestre exceptionnel qui fera danser les seniors jusqu'à la fin de l'après-midi

Réservation pour le repas dès le 18.11

Bal ouvert à tous dès 13h30 (entrée libre)

Horaire	Date	Participation
12h00 – 18h00	18.12	CHF 25.- (repas)

Cours de français

Cours destiné aux seniors dès 55 ans arrivés en Suisse à l'âge adulte (migration tardive)

Inscriptions: Nicole Renaud Zurbruggen, à la Croix-Rouge genevoise, salle B, route des Acacias 5, 022 304 04 04, les 15.09 et 17.09 de 14h00 à 16h00

Horaire	Date	Participation
Mercredi, 9h00 – 11h00	Du 23.09 au 27.01 (sauf vacances scolaires)	CHF 10.-

Polaröid - Espace de conversion de langues étrangères



Espace intergénérationnel dédié à la diversité des langues vivantes à Genève, avec le soutien de l'*Association des anciens fonctionnaires internationaux (AAFI-AFICS)*

Echange de compétences pour pratiquer la conversation sans professeur de langue

Langues proposées : Allemand, Anglais, Espagnol, Italien, Français, Arabe

Horaire

Mardi, 16h00 – 18h00

Dates

Du 13.09 au 17.01
(sauf 27.12 et 03.01)

Les Tricots du cœur



L'association des *Tricots du Cœur* œuvre d'aiguilles en aiguilles pour des projets sociaux, collectifs et artistiques. Tout le monde y est le bienvenu pour partager un moment de tricot et de rencontre avec des personnes de tous les horizons, autour d'un café
Amateurs, débutants ou experts du tricot, bienvenus !

Horaire

Vendredi, 14h30 – 17h00

Dates

30.09 / 28.10 / 25.11 / 16.12 / 27.01

Danses pour tous



Atelier destiné autant aux seniors qu'aux jeunes, aux enfants et parents sans autres conditions.

Ulinka Vitale, danseuse et chorégraphe, propose une immersion par le mouvement, dans divers monde musicaux (House, hiphop, rythmes latins)

Limité à 40 personnes, inscription obligatoire avant chaque date spécifique dans la semaine

Horaire

Samedi, 10h00 – 12h00

Dates

29.10 / 19.11 / 17.12 / 28.01

Groupes Découvertes

Une initiative soutenue par *Innovage Suisse Romande*, une organisation de retraités qui mettent bénévolement leurs compétences au service de projets d'utilité publique

Chaque groupe fonctionne de manière autonome et participative

Un coordinateur mène les autres membres du groupe et tous participent activement à la programmation et à l'animation

Les dates et la fréquence des activités sont décidées par les participants

Les groupes suivants sont proposés :

Groupe cinéma : Voir et discuter de films choisis par le groupe

Groupe littérature : Lire et discuter de livres choisis par la groupe

Groupe course à pied : Pratiquer ensemble la course à pieds et découvrir de nouveaux parcours. Le niveau est adapté aux participants

Horaire

13h00 – 14h00
(présentation)

Date

15.09

Participation

CHF 25.- par groupe
(les frais additionnels liés à l'activité sont à la charge du participant)

Un Café, de l'art et deux sucres s'il vous plaît



Quatre rencontres qui sont proposées par le *MAMCO*, *Musée d'Art Moderne et Contemporain*

Ces rencontres ont lieu au *MAMCO*, 10 Rue des Vieux-Grenadiers. Café offert par le *MAMCO*

30 participants maximum

Horaire

Mardi, 14h30 – 15h30

Participation

CHF 20.- par personne

18.10

« Une tasse de sculpture »

01.11

« Un nuage de peinture »

15.11

« Un soupçon de photo »

29.11

« Une cuillère de dessins »

Réseau d'échange de savoirs et de services gratuits !

Réseau permettant les échanges de services et de compétences entre personnes désirant faire des rencontres. Ces échanges se font sans aucune rémunération

Soutien dans les déplacements (poste, médecin, courses, promenades, coiffeur) ou autres interventions ponctuelles (informatique, soins aux animaux et plantes, petites réparations, aide à la rédaction)

Tous les mardis, entre 14h00 et 15h00, une permanence est tenue par les membres du réseau, les bénévoles ou usagers de Cité Seniors

Pour participer, il suffit de déposer une offre ou une demande qui sont inscrites sur le panneau prévu à cet effet

Carrefour international

On the first Wednesday of every month, meet and get-together with Geneva based former international civil servants and their friends

Join us for coffee at Cité Seniors!

Rencontres le premier mercredi de chaque mois pour les anciens fonctionnaires internationaux résidant à Genève et leurs amis

Rejoignez-nous à Cité Seniors pour un café !

Horaire

Mercredi, 14h00 – 16h00

Dates

07.09 / 05.10 / 02.11 / 07.12 / 11.01

Faites vos jeux



Tous les vendredis, l'espace café de Cité Seniors s'ouvre aux jeux de société

Experts ou amateurs, jeunes ou moins jeunes, venez jouer!

Matériel et jeux à disposition sur place

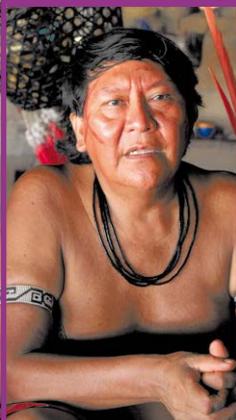
Horaire

Vendredi, 14h00 – 16h00

Dates

02.09 / 09.09 / 16.09 / 23.09 / 30.09 /
07.10 / 14.10 / 21.10 / 28.10 / 04.11 /
11.11 / 18.11 / 25.11 / 02.12 / 09.12 /
16.12 / 6.01 / 13.01 / 20.01 / 27.01

Les mardis à palabres



Découvrir, échanger et débattre

Des mardis après-midi dédiés à la parole

Visite d'une exposition, film, activité et rencontre avec une personnalité, suivis d'une discussion et d'échanges entre participants

20 participants maximum

Horaire

Mardi, 14h00 – 15h45

Lieu

Musée d'Ethnographie de Genève (MEG)

Participation

CHF 25.- par personne

« Chamanes, qui êtes-vous ? »

Qu'il communique avec les esprits, qu'il soit guérisseur ou qu'il dialogue avec les animaux, les plantes et le vent, le chamane est considéré comme un individu ayant des pratiques et des pouvoirs particuliers. Chaque mardi, une activité explore une facette différente du chamanisme

27.09

Visite commentée de l'exposition « Amazonie : le chamane et la pensée de la forêt »

04.10

Soigner le corps et l'esprit : le néo-chamanisme, une thérapie contemporaine et quête de tradition
Intervention de **Sybille Rouiller**, anthropologue et historienne des religions

11.10

Projection d'un film

18.10

Vision du monde et chamanisme en Amazonie
Intervention de **José Marin**, anthropologue

Le secret des plantes sauvages



À la découverte d'une tradition vivante dans le Val d'Hérens

Pour se nourrir ou pour se soigner, la cueillette des plantes sauvages est pratiquée depuis plusieurs millénaires par toutes les sociétés humaines

Conditions : 25 personnes inscrites minimum et conditions météo favorables

Cette excursion nécessite un équipement adéquat : de bonnes chaussures de marche, des vêtements chauds ainsi qu'une veste imperméable

Date	Lieu	Participation
28.09	Musée d'Ethnographie de Genève (MEG)	CHF 145.- par personne
8h00	Accueil et présentation au Musée d'Ethnographie Genève avec Julie Perrin , Doctorante en anthropologie, <i>Université de Neuchâtel</i>	
9h15	Départ en car du parking de la piscine des Vernets	
11h30	Présentation « La tradition orale et plantes médicinales » par Andrée Fauchère , herboriste	
13h00	Repas au Café « le Grenier »	
14h30	Balade à la découverte des plantes sauvages du Val d'Hérens avec Marlène Galletti et Rose Panchard , herboristes	
16h30	Pause alpine	
18h00	Départ pour Genève	
20h30	Arrivée parking de la piscine des Vernets	

Les dimanches de Cité Seniors



Dès 14h00

Petite restauration 11h00 – 13h30

- | | |
|-------|--|
| 11.09 | Dimanche dansant avec Nicolas Tankoff , variété des années 60 à aujourd'hui! |
| 18.09 | Concert d' Albertine! , un quintet acoustique de joyeux funk teinté de New-Orleans. Avec Ludo Lagana (trompette), Martin Wisard (saxophones soprano et alto), Aina Rakotobe (saxophone baryton), Ian Gordon-Lennox (tuba) et Sylvain Fournier (batterie et composition) |
| 25.09 | Voyage dans le monde des poésies érotiques avec Nicolas Raccah, Les Silencieuses |
| 09.10 | Dimanche dansant : Swing au son du quatuor Swiss Tribe . Avec Thomas Winteler (clarinette, saxophone soprano), Raymond Graisier (vibraphone, batterie), Philippe Anhorn (piano, chant) et Stéphane Fisch (contrebasse) |
| 16.10 | À la Recherche du Temps du Rêve , un spectacle de contes et musique sur les légendes des Aborigènes d'Australie avec Patrick Mohr et Olivier Sidore |

23.10	Thierry Girault et le groupe LIV font découvrir une musique inspirée des grands espaces de la Norvège du Nord . LIV présente son nouveau répertoire. Avec Hanne Haugen (voix), Øystein Blix (trombone et bruitages en tous genre), Alain Kawczak (guitare), Thierry Girault (claviers, voix) et Béatrice Graf (batterie, percussion, loop)
06.11	Dimanche dansant avec l'école GAP Dance . Démonstrations et initiations de danse « Latino » et sur les tubes des années 70 et 80!
13.11	Cinéma, en 1936 sortait sur les écrans « Les temps modernes », le dernier film muet de Charlie Chaplin. Nicolas Hafner accompagne au piano une projection de cette comédie dramatique
20.11	De l'Antiquité à nos jours, la Grèce a modelé notre imaginaire. Sur les traces de Zorba, rythmes des danses grecques en compagnie du Centre Hellénique d'Etudes du Folkore
04.12	Dimanche dansant , Nicolas Tankoff propose un après-midi en musique
11.12	GypsyDrom , un voyage du Rajasthan à l'Espagne via l'Égypte, la Turquie, la Roumanie et la Russie à la découverte des danses et musiques tziganes en compagnie de Pat La Gadji et ses musiciens
18.12	Noël à Cité Seniors
15.01	Jean-Louis Richerme invite à la danse sur des airs pop et disco des dernières décennies
22.01	Cabaret burlesque et chansons coquines sont au rendez-vous avec Esmée Tiaré et ses musiciens
29.01	Multiculturel et chaleureux, le groupe Pajé amène le soleil avec leur musique bossa afro-celtique. Avec Diego Gadenz (guitare, voix), Ambre Hanselmann (voix, petites percussions), John Intrator (violon) et Nando Drums (percussions)



Que se passe-t-il dans les quartiers ?

Renseignements auprès des équipes du Service social

Eaux-Vives, Champel et Cité : 022 418 97 80

Grottes, Pâquis et Saint-Gervais : 022 418 95 00

Plainpalais, Acacias et Jonction : 022 418 97 60

Servette, Saint-Jean et Petit-Saconnex : 022 418 97 90

Dans les différents quartiers de la ville de Genève

« **Autour d'une table** » propose de partager un moment convivial lors du repas de midi dans un restaurant près de chez soi en compagnie d'autres aînés de son quartier, accompagnés par un bénévole qui anime la table

Horaire

12h00 – 14h00

Lieux

Différents selon les quartiers

Servette

Ciné Vermeil

L'association Ciné Vermeil propose une sélection de films, un mardi par mois, projetés au cinéma Nord-Sud

Horaire

Mardi, 14h00 – 15h30

Lieu

Cinéma Nord-Sud,
Rue de la Servette 78

Participation

CHF 7.- (membres
Ciné Vermeil)
CHF 10.- (non-membres)

13.09 « Chocolat » / **11.10** « Heidi » / **08.11** « La vache » / **13.12** « Belle et Sébastien, l'aventure continue » / **10.01** « Un homme à la hauteur »

Pâquis / Grottes

Recherche de bénévoles et soutien à des projets collectifs

Tout au long de l'année, le Service social a besoin d'habitants qui souhaitent offrir de leur temps pour différents projets en partenariat avec des associations du quartier

L'équipe du Service social du quartier est à disposition de toute personne intéressée à devenir bénévole ou à monter un projet collectif.

Plainpalais / Jonction / Acacias

Dictée

Pour les mordus d'orthographe, l'association *PLAINPA-VIVANT* propose des dictées, animées par **Claude Jeanne Pelliccioni**

Horaire

14h30 – 16h00, tous les derniers lundis du mois, de septembre à juin (sauf jours fériés)

Lieu

Espace de Quartier Plainpalais, Parc des Minoteries 3

Atelier d'écriture

Ecrire sa vie pour mieux la raconter. L'association *PLAINPA-VIVANT* propose des ateliers d'écriture, animés par **Leda Laedermann**, auteure de recueils de poèmes, de contes et de romans

Horaire

16h00 – 18h00, tous les derniers lundis du mois

Lieu

Espace de Quartier Plainpalais, Parc des Minoteries 3

Eaux-Vives / Champel / Cité

Autour d'un livre

Echange et partage autour de lectures en présence d'un bibliothécaire

Horaire

10h00 – 11h30, un mardi par mois

Lieu

Bibliothèque municipale des Eaux-Vives, Rue Sillem 2



Visites et sorties

Parcours découvertes

Visites proposées par *Cité Seniors* et le *Centre d'animation pour retraités de l'Hospice Général (CAD)*

Horaire

Lundi, 14h00 – 17h00

05.09 **Parc de l'Ariana**
Avec **Edouard Mancini**, rendez-vous devant le musée de l'Ariana
Inscription dès le 10.08

12.09 **Le Long du Rhône**
Avec **Martine Degli Agosti**, rendez-vous sur la petite place de la Jonction, près des arrêts bus/tram « Jonction »
Inscription dès le 10.08

03.10 **Le monument Brunshwig et ses environs**
Avec **Joseph Deschenaux**, rendez-vous sur la petite place de la Basilique Notre-Dame
Inscription dès le 07.09

10.10 **Bastions-Tranchées**
Avec **Gérald Berlie**, rendez-vous à l'entrée des Bastions, Place Neuve, arrêt tram 12
Inscription dès le 07.09

Rencontres scientifiques



Visites proposées par le *Musée d'Histoire des Sciences*

Horaire

Jeudi, 10h30 – 12h00

Rendez-vous

Musée des Sciences, Parc de la Perle du Lac, Rue de Lausanne 128

17.11

Mesurer, peser

Le passage des anciennes unités de mesure de longueur et de poids au système métrique n'a pas été des plus simples. L'histoire de cette révolution à travers des anciens instruments de mesures

08.12

Le Cabinet Pictet, la physique pour tous !

Le savant et astronome genevois Marc-Auguste Pictet (1752-1825) enseignait la physique expérimentale à l'Académie de Genève, ancêtre de l'actuelle Université

Les entrailles de la ville

Pour découvrir les dessous des lieux de notre quotidien

Les visites ont lieu même en cas de mauvais temps

Certaines de ces sorties ne sont pas adaptées aux personnes à mobilité réduite pour des raisons de sécurité ou d'accessibilité

Merci de votre compréhension

16.11

Aéroport International de Genève

14h30 – 16h00, rendez-vous à la salle de presse, aéroport niveau check-in. Inscription dès le 12.10

22.11

Séance du Conseil Municipal

16h45 – 19h00, rendez-vous à la Rue de l'Hotel-de-Ville 2
Inscription dès le 12.10

30.11

TV Léman Bleu

17h30 – 18h30, rendez-vous au Centre Commercial de la Praille, 2^{ème} étage. Inscription dès le 26.10

Espace Culture



Visites guidées pour découvrir les trésors que recèlent quelques fondations, musées et théâtres de Genève

12.10

Le Théâtre de l'Usine

15h00 – 16h30, rendez-vous à la Place des Volontaires 4
Inscription dès le 14.09

13.10

Musée International de la Réforme

11h00 – 12h00, rendez-vous à la Rue du Cloître 4
Entrée : CHF 8.-
Inscription dès le 14.09

26.10

Fondation Bodmer

14h30 – 16h00, rendez-vous à la Route Martin-Bodmer 19-21, 1223 Cologny. Depuis Rive, bus A arrêt « Cologny-temple », bus 33 arrêt « Croisée de Cologny »
Entrée : CHF 10.-
Inscription dès le 14.09

02.11

Fondation Baur

Bijoux d'Orients lointains, au fil de l'or au fil de l'eau
15h00 – 16h30, rendez-vous à la Rue Munier-Romilly 8
Bus 1, 8 arrêt « Florissant », bus 36 arrêt « Eglise russe »
Inscription dès le 05.10

07.12

Exposition Picture Yourself

Portrait et autoportrait Magnum photos
9h15 – 10h15, rendez-vous à la Cité du Temps,
Pont de la Machine
Inscription dès le 09.11

L'envers du décor



Des visites guidées à travers les coulisses des lieux culturels de la ville

20.09

Théâtre de Carouge

14h00 – 15h00, rendez-vous à la Rue Ancienne 39
Inscription dès le 17.08

20.10

Am Stram Gram

14h30 – 15h30, rendez-vous à la Route de Frontenex 56
Inscription dès le 22.09

27.10

Activité grands-parents/petits-enfants (6-12 ans) au Musée d'Histoire Naturelle

Pour profiter des vacances scolaires et pour partager avec ses petits-enfants un moment de complicité créative, dans le cadre de l'atelier « Dancing Solar Biodiversity »
14h00 – 16h00, rendez-vous à la Route de Malagnou 1
Inscription dès le 22.09

17.11

Bibliothèque de Genève

14h30 – 16h00, rendez-vous à Uni Bastions,
Place de l'Université 3, hall d'entrée de la bibliothèque
Inscription dès le 19.10

25.11

Comédie de Genève

14h00 – 16h00, rendez-vous au Boulevard
des Philosophes 6
Inscription dès le 21.10



Expositions

Avant-première

Une exposition collective proposée aux artistes amateurs seniors, sélectionnés par le jury de Cité Seniors

Les lauréats :

Margarita Rubio : « Paysages en couleurs »

Marianne Meier : « Livres transformés en œuvres d'art »

Fernando Calvo : « Une certaine angoisse »

Dates

Du 27.09 au 27.11

Vernissage

29.09, dès 17h00

17h00

Accueil

17h30

Présentation de l'exposition et des artistes

18h00

Apéritif

Troc social, le quartier au service du quartier !



Une exposition de photographies proposée par l'équipe du Service social de la Servette, Saint-Jean et Petit-Saconnex et le photographe **M.J.P. Kissling**

« Troc social » permet des échanges de services entre habitants et partenaires des quartiers, sans l'intermédiaire d'argent

Renseignements au 022 418 97 90 (rive droite)
ou 022 418 97 60 (rive gauche)

Dates

Du 06.12 au 29.01

Vernissage

08.12 dès 17h00

17h00

Accueil et visite de l'exposition

18h00

Présentation de l'exposition par **Caroline Leurs** et **Annouchka Mayor Ferrillo**, collaboratrices du Service social ainsi que par **M J.P. Kissling**, photographe

18h30

Apéritif



Cité Seniors

**Rue de Lausanne 62 - Rue Amat 28
1202 Genève**

Tél. 0800 18 19 20 (appel gratuit)

citeseniors@ville-ge.ch

www.seniors-geneve.ch

Réalisé par le Département de la cohésion sociale
et de la solidarité / Service social
Rue Dizerens 25, 1211 Genève 4

Conception graphique : LUNIC

Photo de couverture : Steeve luncker, Ville de Genève

Photos intérieures : Ville de Genève

Septembre 2016

**Genève,
ville sociale et solidaire**

www.ville-geneve.ch

