



La Gazette de l'Aire des Seniors Printemps 2019

Voici quelques informations sur les 2 nouvelles activités que nous vous proposons, ainsi qu'un rappel sur les activités actuelles et quelques divers.

L'inscription auprès des responsables est obligatoire pour toutes les activités.

Vous pourrez ainsi recevoir le programme détaillé indiquant les lieux et heures de rendez-vous et être avertis en cas de changement. Par ailleurs, le nombre de places est limité dans certaines activités.

NOUVELLES ACTIVITES :

ATELIER AU FOUR A PAIN

Confection de tresses et de pain, sur 2 jours.

- Jeudi 2 mai dès 18h00 pour env. 2heures.
 - Vendredi 3 mai dès 07h30.
 - Inscription jusqu'au 25 avril. Les places seront attribuées selon l'ordre d'arrivée des inscriptions.
- Préparation du levain et de la pâte.
 - Confection, cuisson et repas de midi en commun.
 - Atelier payant : CHF 15.-
 - Nombre maximum de participants : 8.

Animateurs : Membres du Four à pain
Responsable : Henri Hottelier
henrihottelier@gmail.com 022 771 24 33

ATELIER DE POTERIE

Fabrication de pièces à la plaque, en colombins, en estampage ou en modelage, sur 3 jours.

- 2 heures, un matin de fin juin (à définir).
 - 1 journée, la 3^{ème} semaine de juillet (à définir).
 - 1 journée, la 1^{ère} semaine d'août (à définir).
 - Salle de l'atelier de poterie de la Girelle, au sous-sol de l'école.
- Rencontre d'information.
 - Fabrication des pièces.
 - Emailage des pièces.
 - Atelier payant : CHF 11.-/kg émaillé.
 - Nombre maximum de participants : 5.

Animateurs : Membres de la Girelle
Responsable : Marina Gisiger 022 771 22 66

L'Aire des Seniors, association des seniors de Perly-Certoux

ACTIVITES EXISTANTES :

ACTIVITES CREATRICES : DESSIN - PEINTURE – COLLAGE

Vous êtes persuadés d'être nul(le) en dessin et en peinture. Cet atelier est aussi pour vous ! Votre créativité cachée sera révélée au travers des différents modes d'expression qui vous seront proposés.

- Tous les mardis après-midi de 15h00 à 17h00.
- Local de l'ancienne chapelle.
- L'atelier est gratuit. Les participants viennent avec leur propre matériel.
- Possibilité d'acheter du matériel à des prix intéressants.

Animateur : Jean-Pierre Meuer 022 772 63 40
Responsable : Irma Garland 022 771 20 61

AQUAGYM

Bon pour la santé et l'équilibre.

- Tous les lundis de 16h00 à 16h45.
- Piscine de l'école de Perly.
- Prix : CHF 7.- la séance.
- Abonnement 10 cours : CHF 60.-

Animatrice : Béatrice Demottaz 022 771 39 44
Responsable : Mireille Thélin 079 776 64 90

ATELIER DE CONVERSATION ANGLAISE

- Tous les quinze jours, le mercredi de 14h00 à 16h00.
- Local de l'ancienne chapelle.
- 3 et 17 avril.
- 1, 15 et 29 mai.
- 12 et 26 juin.

Animatrice : Gracie Beiner 022 771 24 01
Responsable : Milena Benveniste 079 605 85 60

ATELIER INFORMATIQUE

- Tous les vendredis, de 10h00 à 11h30.
- Local de l'ancienne chapelle.
- Thème : questions/réponses (tous supports).
- Atelier payant : CHF 5.- par séance.

Animatrice : Isabelle Defawes 077 451 01 10
Responsable : Mireille Thélin 079 776 64 90

BALADE A VELO

- Le lundi, de 10h00 à 11h30, tous les quinze jours.
- 1, 15 et 29 avril.
- 13 et 20 mai.
- 3 et 17 juin.

Responsable : Jacques Neuhaus 079 253 17 78

L'Aire des Seniors, association des seniors de Perly-Certoux

BALADES ORNITHOLOGIQUES

Migrateurs et nicheurs. Le mardi ou mercredi, une fois par mois environ. Souvent toute la journée.

- Le mercredi 10 avril.
 - Le mardi 30 avril.
 - Le mercredi 22 mai.
 - Le mercredi 12 juin.
 - Le mardi 25 juin.
- Sionnet.
 - Préverenges ou ailleurs.
 - Les Grangettes ou ailleurs.
 - La campagne genevoise ou ailleurs.
 - Le col de la Colombière ou le Jura.

Responsable : Mireille Thélin 079 776 64 90

COURS D'IMPROVISATION THEATRALE SENIORS

Ces cours sont fondés sur des exercices de mime, de narration et d'interprétation. C'est par leur aspect ludique que ces cours permettent de développer l'expression en public, l'écoute de l'autre, l'esprit d'équipe et l'imaginaire personnel et collectif tout en s'amusant. Rien à préparer, rien que du rire !

- Tous les jeudis matin de 9h30 à 11h00.
 - Salle du théâtre.
- Cours payant : CHF 120.- pour une session de 10 cours.
 - Nombre maximum de participants : 14.
Nombre minimum : 8.

Animateur : Fausto Borghini 079 372 53 68
Responsable : Mireille Thélin 079 776 64 90

DANSE

- Tous les jeudis, de 14h00 à 15h30.
 - Salle du théâtre.
- Atelier payant : CHF 7.- par séance ou CHF 60.- pour 10 séances.

Responsable : Jeannine Hottelier 022 771 24 33

ESPACE RENCONTRES

- Tous les quinze jours, le lundi de 10h00 à 11h30.
- 1^{er} avril chez Zio.
 - 29 avril Auberge de Perly.
 - 6 mai chez Zio.
 - 27 mai Auberge de Perly.
 - 3 juin chez Zio.
 - 17 juin Auberge de Perly.

Responsable : Béatrice Rieder 079 563 95 91

L'Aire des Seniors, association des seniors de Perly-Certoux

EXCURSIONS

Deux excursions sont programmées, dont voici quelques détails :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Le jeudi 9 mai.▪ Train Conifer Vallorbe avec un repas dans un wagon authentique de l'Orient Express.▪ Départ à 09h. Parking de la chapelle de Perly.▪ Retour à Perly et arrivée vers 18h30.▪ Inscription jusqu'au 01 mai.▪ Prix de la journée : CHF 50.- par personne. | <ul style="list-style-type: none">▪ Le jeudi 27 juin.▪ Abbaye d'Hautecombe suivi d'une croisière sur le lac du Bourget et le canal de Savières. Repas à Chanaz et visite du village.▪ Départ à 08h15. Parking de la chapelle de Perly.▪ Retour à Perly et arrivée vers 18h30.▪ Inscription jusqu'au 18 juin.▪ Prix de la journée : CHF 50.- par personne. |
|---|--|

Responsable : Henri Hottelier
henrihottelier@gmail.com 022 771 24 33

JEUX DE SOCIETE (Collégiale)

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Jeudi 4 avril, de 14h30 à 17h00.▪ Jeudi 2 et 16 mai, de 14h30 à 17h00. | <ul style="list-style-type: none">▪ Dates du mois de juin pas encore fixées. |
|---|--|

Responsable : Mme Chervet 022 771 24 00

MEDITATION

A travers la respiration et les ressentis dans notre corps physique, nous allons découvrir que notre corps nous parle à chaque instant et qu'il nous donne la solution à tous nos problèmes si nous apprenons à l'écouter.

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Tous les mardis de 09h30 à 10h30.▪ Local de l'ancienne chapelle. | <ul style="list-style-type: none">▪ Prix pour une session de 5 cours : CHF 65.-▪ Prix pour une session de 10 cours : CHF 120.- |
|---|---|

Animatrice : Shireen Pharaony 079 535 65 62
Responsable : Edith Garda 079 681 06 89

RANDONNEES ET MARCHE DOUCE

La marche douce est organisée par les Blés d'Or, le mardi. Informations : www.lesblesdor.ch.

Les randonnées plus sportives sont organisées par l'Aire des Seniors :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">▪ Le vendredi, une à deux fois par mois.

▪ Le mardi après-midi, (les Blés d'Or) | <ul style="list-style-type: none">▪ 12 avril, 13h00 à 17h30, au Vuache▪ 03 mai, 09h30 à 16h30, à la Givrine.▪ 17 mai, 09h30 à 16h00, au Chalet de la Barillette, Jura.▪ 07 juin, 09h30 à 16h30, le pas de l'Echelle, Salève.

▪ 2 avril, 30 avril, 7 mai, 21 mai, 4 juin et 18 juin. |
|---|--|

Responsables : Simone Bowman 076 379 94 86 et
Christiane Deuel 076 224 78 50

L'Aire des Seniors, association des seniors de Perly-Certoux

REPAS ET SORTIES EN CAR (Collégiale)

- Jeudi 18 avril : goûter de Pâques dès 15h00. | Les activités de mai et juin n'ont pas encore été agendées.

Responsable : Mme Chervet 022 771 24 00

VISITES D'EXPOSITIONS ET DE MUSEES

Vous avez de nouveau raté l'exposition qu'il fallait aller voir ! Venez avec nous. Des visites guidées vous seront si possible proposées. Entrée à l'exposition ou au musée parfois payante.

- Le mardi 28 mai au MEG, visite à 14h00, avec 2 options.
- Réservation obligatoire.
- Option 1 : repas au MEG, rendez-vous au 27 ch. du Village de Perly à 11h30.
- Option 2 : uniquement la visite, rendez-vous devant le guichet des billets à 13h45.

Responsable : Béatrice Rieder 079 563 95 91

YOGA

Bon pour le corps et le moral.

- Tous les mercredis de 16h30 à 17h30.
- Salle de rythmique.
- Prix : CHF 7.- la séance.
- Abonnement 10 cours : CHF 60.-
- Cours complet. Préinscrivez-vous ! Dès 60 ans.

Animateur : Stefan Schweizer 077 446 39 02

Responsable : Maureen Mathey 078 649 23 31

AUTRES BREVES

Assemblée générale : mardi 09 avril à 18h30 à la salle du théâtre.

Spectacles : une permanence sera assurée le 26 juin de 10h à 12h et le 28 juin de 14h à 16h dans le local de l'ancienne chapelle. Vous pourrez consulter le programme des concerts du dimanche et des théâtres pour lesquels des billets à prix réduits peuvent être commandés et réserver des places.

Les balades nature, le jass et la projection de films et documentaires reprendront à l'automne.

Self-défense : préinscrivez-vous ! Une nouvelle session de 6 cours sera organisée en automne 2019.

BRUNCH : jeudi 11 juin dès 12h au Couvert de Certoux. Réservez votre journée. Plus d'informations au cours du printemps. Date limite d'inscription : 31 mai.

Les Blés d'Or (association des seniors de Plan-les-Ouates) vous propose de participer à leurs activités.

Renseignements par courriel lesblesdor@bluewin.ch ou par téléphone les lundis de 14h à 16h au 022 794 03 81 ou sur le site Internet www.lesblesdor.ch.

RAPPEL à tous ceux qui n'auraient pas encore payé leur cotisation 2019.

Merci de vous en acquitter au plus vite.

Le montant de CHF 40.- est à verser par virement bancaire sur le compte Post Finance au nom de l'Aire des Seniors, Perly IBAN : CH58 0900 0000 1447 7169 9 ou par virement postal avec comme mention : cotisation 2019.