****

 **PROGRAME N° 52**

 **Printemps-été 2024**

**LES RENDEZ-VOUS DES 55 ANS ET PLUS**

**offrent aux personnes de plus de 55 ans la possibilité de**

faire de nouvelles connaissances

continuer à s’enrichir intellectuellement

garder son corps en bonne santé le plus longtemps possible

**en proposant des ateliers, des conférences**

**ainsi que des sorties culturelles**

**Les Rendez-vous des 55 ans et +**

Case postale 129 - 1226 THÔNEX

Site internet : [**www.thonex-seniors.ch**](http://www.thonex-seniors.ch)

e-mail : **les55etplus@bluewin.ch**

**Conditions générales**

**Votre inscription** :

Nous enverrons par courrier postal une confirmation de votre inscription (ou vos inscriptions) au moins 10 jours avant la reprise de chaque activité du programme, excepté celle des conférences Si vous ne recevez pas cette confirmation cela veut dire que votre inscription est placée en liste d’attente. Si vous deviez renoncer à une activité, veuillez-nous en aviser dans les meilleurs délais.

soit en envoyant un e-mail : **les55etplus@bluewin.ch**

soit par courrier : **Case postale 129 – 1226 Thônex**

soit **en vous adressant aux responsables de l’activité́ concernée**.

**Transports/Déplacements** :

Pour les sorties, les activités culturelles ou autres, les participant-e-s se déplacent par leurs propres moyens.

**Financement** :

Une subvention communale permet de fixer des tarifs modestes. Le paiement total et définitif s’effectue lors de la première activité.

Il est à noter qu’aucun remboursement ne sera possible.

**Responsabilités** :

Chaque participant-e devra être au bénéfice d’une couverture d’assurance privée. Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol, d’accident ou de dégâts lors des activités, visites ou sortie.

**Site internet** :

Nous vous donnons rendez-vous sur notre site internet :

**www.thonex-seniors.ch** pour partager avec vous nos bons moments et prendre connaissance du nouveau programme de saison avec le délai d’inscription.

**Gestion/Administration** :

Les Rendez-vous des 55 ans et + sont entièrement pris en charge par un comité de bénévoles qui répartit les tâches dans un esprit d'ouverture et d'innovation.

**LES CONFERENCES**

**Inscription obligatoire**

Ont lieu de 11h 00 à 12h 00, de principe suivies d’un repas canadien jusqu’à 13h 30 confectionné par les participant-e-s ou d’un apéritif. Ce repas fait partie intégrante de ces rencontres. Chaque participant-e y contribue. Par souci d’économie et d’écologie, chacun-e est prié-e de prendre ses propres assiettes, verres et couverts. Vous pouvez venir accompagné-e-s si vous le désirez mais nous le signaler **à l’inscription obligatoire.**

**LA FAUNE AUSTRALIENNE**

**Vendredi 26 avril 2024 de 11h 00 à 12h 00**

**A la salle des Peupliers, Av. de Thônex 37**

**Conférence présentée par le photographe Paul BISCHOF**

**suivie du repas canadien jusqu’à 13h 30**

La faune australienne est unique. Elle est totalement différente de celle que l’on rencontre ailleurs sur la planète. 95% des animaux qui habitent le continent australien ne se rencontrent nulle part ailleurs dans le monde. En Australie les mammifères terrestres sont exclusivement des marsupiaux. Il n’y a aucun mammifère euthérien c’est-à-dire à

placentation. Le film d’une durée de 40 minutes tentera d’apporter une explication à cette particularité biologique.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**L’IMMIGRATION ET LES REFUGIE-E-S SERONT LES SUJETS DES PROCHAINES DECENNIES**

**Mercredi 22 mai 2024 de 11h 00 à 12h 00**

**SALLE ANNEXE A LA SALLE DES FÊTES, Avenue Tronchet 18**

**(Attention** : **pas à la salle des Peupliers et pas de repas)**

**Conférence présentée par Monsieur Christophe GIROD**

**Directeur général de l’Hospice général**

Si la politique suisse de l’asile est de la compétence de la Confédération,

l’accueil d’hébergement et l’intégration des personnes migrantes ont été délégués aux cantons. Ce faisant, Genève, canton exigu avec un marché de l’emploi dynamique, connaît ses défis propres : possibilités d’hébergement limitées, marché de l’emploi tendu, etc.

De surcroît et depuis 2022, l’afflux de personnes migrantes en provenance d’Ukraine et d’ailleurs ne cesse d’augmenter.

**Qu’est-ce que chacun d’entre nous peut faire ?**

**Les Ateliers : Salles des Peupliers ou Louis-Valentien**

**réservés aux habitant-e-s de Thônex**

**Atelier Danse avec Mme Claude Golovine**

**Les mardis** :

Cours I : de **10h 00 à 11h 00**

Cours II : de **11h 15 à 12h 15**

**Dates : 16-23-30 avril / 7-14-21-28 mai/ 4-11-18-25 juin 2024**

**Lieu : Salle des Peupliers**

Adapté aux personnes, hommes ou femmes, de 55 ans et +, dirigé par Mme Claude Golovine, professeure de danse classique, moderne et contemporaine. En musique, exercer le mouvement pour maintenir et développer sa santé musculaire, articulaire, la souplesse, l’équilibre, la coordination, la concentration et l’expression.

**Participation : CHF 80. — pour l’ensemble de la session de 11 cours**

**Responsable : Mme Denise ROMY Tél : 022 348 98 28**

Les participants recevront une confirmation ainsi que l’attribution au cours I ou II.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Atelier Yoga avec Mme Estelle Hartwig**

**Les jeudis :**

Cours I  : de **9h 15 à 10h 15**

Cours II : de **10h 30 à 11h 30**

**Dates** : **18-25 avril / 2-16-23-30 mai / 6-13-20-27 juin 2024**

**Lieu : Salle des Peupliers et le 30 mai les cours se tiendront à la salle Louis-Valentien.**

**Contact par WhatsApp : Yoga Thônex**

Adapté aux personnes, hommes ou femmes de 55 et plus

**Responsable : Mme Hélène Gumy Tél : 022 348 98 48**

**Participation : CHF 75. – pour l’ensemble de la session de 10 cours.** Les participants recevront une confirmation ainsi que l’attribution au cours I ou II.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**La pause-café vous attend tous les lundis matin dès 10h00 pour un brin de causette et d’échange amicaux. Où ? «AU MOLINO»**

**Atelier Lecture**

**Le jeudi après- midi une fois par mois**

**La date et le lieu de rencontre vous sera donné par l’organisatrice du jour**

**Responsable : Mme Renée Roulet**

**Tél : 022 349 71 42 ou 079 446 67 17**

**Atelier Aquarelle avec M. Magdi SHALABY**

**Jour : jeudi tous les 15 jours de 14h 00 à 16h 00**

**Lieu : salle des Peupliers**

**Dates** :

**1ème session : 25 janvier/ 8-29 février/ 14-28 mars 18 avril/ 2 et 16 mai 2024**

**2ème session : 30 mai/ 13-27 juin 2024**

**Le 30 mai le cours se tiendra à la salle Louis-Valentien.**

**Contact WhatsApp : Les-Artistes-Réunis**

Les participants recevront une confirmation.

**Participation : CHF 50.— pour les 3 cours**

**Pour les nouvelles inscriptions : CHF 50. — pour les fournitures.**

**Responsable : Hélène GUMY Tél : 022 348 98**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Bulletin d’inscription**

**à retourner par courrier : case postale 129, 1226 THÔNEX** **au plus tard le :** **VENDREDI 29 MARS 2024**

**Pour vous inscrire, prière de cocher l’activité désirée.**

**Conférence : La Faune Australienne vendredi 26.04.**

**Conférence : L’immigration mercredi 22.05.**

**Club de lecture :**

**DANSE : svp réinscription**

**YOGA : svp réinscription**

**AQUARELLE : svp réinscription**

**Nom :**…………………………………………………………...

**Prénom** : ………………………………………………………

**Adresse obligatoire pour les confirmations** :

………………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………….

**POUR MISE A JOUR DU FICHIER,**

**nous vous saurions gré de compléter les lignes ci-dessous :**

**Adresse : …………………………………………………………………………**

**Tél fixe : ………………………………**

**PORTABLE : …………………………**

**Adresse e-mail : ………………………………………………………………….**

**Date de naissance : …………………………**

Le Comité convie tous les membres à participer à notre

**réunion annuelle** de fin de saison qui se tiendra le

**MARDI 28 mai 2024 à 18h00 à la salle des Peupliers.**

Les membres du comité vous rendront compte de leurs activités et ils vous tiendront au courant des futurs projets.

Nous sommes toujours à la recherche de nouveaux ou de nouvelles collaborateur-trice-s pour nous aider au sein du comité.

**La réunion se terminera par un apéritif**.

**Venez nombreux avec vos remarques et vos idées novatrices.**

**SONDAGE**

**Seriez-vous intéressé-e-s par la projection d’un film, une fois par mois, le jeudi après-midi à la salle des Peupliers de 14h 00 à 16h 00 ?**

NOM : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

PRENOM : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ADRESSE POSTALE OU E-MAIL** : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 **OUI** : **NON** :