



PROGRAMME N° 36

PRINTEMPS 2019

**LES RENDEZ-VOUS DES 55 ANS ET +
offrent aux personnes de plus de 55 ans la possibilité de**

Faire de nouvelles connaissances

Découvrir de nouveaux centres d'intérêts

Parfaire leurs connaissances

Continuer à s'enrichir intellectuellement

Garder leur corps en bonne santé le plus longtemps possible

En proposant notamment des ateliers, conférences, cours
et sorties culturelles

Les Rendez-vous des 55 ans et +
CASE POSTALE 129 - 1226 THÔNEX

Site internet : www.thonex-seniors.ch - e-mail : les55etplus@bluewin.ch

Conditions générales

Confirmation(s) de votre/vos inscription(s)

Pour limiter les frais d'affranchissement, nous n'envoyons qu'une enveloppe avec votre confirmation (ou vos confirmations) au plus tard une semaine avant la reprise de la première activité du programme.

Si la confirmation ne vous parvient pas dans ce délai, c'est que votre inscription est en liste d'attente.

Si vous deviez renoncer à une activité, merci de nous en aviser suffisamment tôt en laissant un message sur le répondeur téléphonique, à l'adresse mail ou encore postale.

Les personnes inscrites ne se présentant pas à une visite devront s'acquitter de la participation financière dans sa totalité. Un BV leur sera envoyé par la Trésorière.

Transports / Déplacements

Pour les sorties, activités culturelles ou autres, **les participants se déplacent par leurs propres moyens.**

Financement

La participation financière de chacun ne permettant pas d'assumer la totalité des coûts, la différence est couverte par la subvention communale.

Le paiement global et définitif s'effectue lors du premier cours / du premier atelier sans remboursement possible en cas d'absence ou de renonciation.

Responsabilités

Le-la participant-e ne bénéficie d'aucune couverture d'assurance par nos soins. Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol, d'accidents ou de dégâts lors des activités à la salle des Peupliers ou des sorties.

Site internet

Nous vous donnons rendez-vous sur notre site internet pour partager avec vous nos bons moments : www.thonex-seniors.ch

Si une photo publiée sur le site ne vous convenait pas merci de nous le faire savoir

Gestion/Administration

"Les Rendez-vous des 55 ans et +" sont entièrement gérés et administrés par un comité de bénévoles, qui se répartit les tâches dans un esprit d'ouverture et d'innovation.

Les Rencontres

**Nous aurons le plaisir de nous retrouver à la salle des Peupliers, av. de Thônex 37, de 11h30 à 13h30. Un lunch bien garni par les participants suivra la conférence.
Le partage du repas fait partie intégrale des Rencontres.**

Le réchauffement climatique Le lundi 6 mai 2019

Conférence de **Monsieur Noël CRAMER**, astronome, nous parlera des causes et des conséquences du réchauffement.

**Les conférences sont gratuites
Pour faciliter les tâches d'organisation prière de s'inscrire**

Cafés Seniors du lundi matin

Les 55 ans et + vous donnent Rendez-vous autour d'une tasse de café, tous les lundis matins de 09h 00 à 10h 30 au Molino, centre commercial, (à l'exception des jours du lunch). Simplement pour bavarder, échanger vos expériences et points de vue. Vous pouvez venir seul-e ou accompagné-e

Ateliers Salle des peupliers

Danse avec Mme Claude Golovine

Les mardis : Cours I : de 10h 00 à 11h 00;

Cours II : de 11h15 à 12h15

Dates : 19-26 mars / 2-9-30 avril / 7-14-21 mai 2019

Adapté aux personnes, hommes et 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.

Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront prises en compte par ordre d'arrivée.

Les participants recevront une confirmation ainsi que le numéro (I ou II) du cours attribué. **Il n'est pas possible de choisir son heure de cours.**

Participation : CHF 45.- les 8 matinées.

Atelier jeux

Les jeudis de 14h à 16h30-17h

Dates : 14 mars / 11-25 avril / 9-23 mai 2019

Hélène Gumy reprend le flambeau pour ces après-midi jeux.

Cartes – scrabble – jeux de mots et bien d'autres pour faire travailler notre mémoire

.....

Bulletin d'inscription pour les ateliers à retourner d'ici au **8 mars 2019**

A la case postale 129, 1226 THÔNEX

1) DANSE

NOM ET PRENOM

2) JEUX (uniquement pour le nombre de chaises et tables)

3) ADRESSE (uniquement pour la danse)

Sorties/Ateliers culturels

Sur les traces de la dernière sorcière de Jussy

Une visite guidée par Monsieur Luc Revillod à travers Jussy. Après une présentation du Temple de Jussy, nous nous déplacerons (environ 1-2 km) à travers le village en suivant un parcours dont le thème s'inspire de l'histoire des « sorcières de Jussy »

Pour terminer cette sortie, nous vous proposons un repas « chez Martine » pour un prix raisonnable.

Il est important de réserver assez tôt.

Durée de la visite : environ 2 heures

Date : jeudi 23 mai 2019 à 10h 00

Point de rencontre : devant le Temple de Jussy

Participation : CHF 10.--

Le nombre de places étant limité, les inscriptions seront tirées au sort pour permettre à chacun-e sa chance !

Les participants recevront une confirmation avec l'heure et le lieu du rendez-vous.

Les personnes qui ne pourraient participer à l'une ou l'autre visite voudront bien en avvertir la responsable assez tôt afin qu'elle puisse proposer la visite aux personnes figurant sur la liste d'attente.

Si aucune excuse ne nous parvient au plus tard 48h avant la visite, le montant de la visite sera perçu et un BV sera envoyé par la trésorière.

