

ACTIVITÉS 50+

*rester en forme, créatif
et autonome après 50 ans !*



INFOS
MDA-ACTIVITÉS 50+

59 avril
juin
2021

- APPRENDRE
- RÊVER
- S'ENTRAIDER
- SE DÉTENDRE
- SE CULTIVER
- RESTER EN FORME
- DÉCOUVRIR



www.a50plus.ch



Mon revenu complémentaire
garanti à vie dès

2028

Et vous ?



RENTES GENEVOISES

Sécurisation de patrimoine depuis 1849



Printemps, vaccins, une bouffée d'espoir !

Il y a un an, nous suspendions nos activités jusqu'en avril.

Après un été d'insouciance, de plaisir de rencontres retrouvé, le scénario s'est répété...

Malgré nos vœux pleins d'espoir en début d'année...la situation sanitaire ne s'est hélas pas améliorée cet hiver, nous privant toujours de ce qui nous était essentiel...et de nos rencontres.

Mais le printemps arrive ! Les beaux jours ensoleillés nous poussent dehors. Heureusement, la nature nous accueille avec bienveillance !

Et avec l'arrivée du printemps, une lueur d'espoir avec la promesse d'un vaccin qui enfin nous permettra de vivre de nouveau ensemble.

Alors, confiance ! Lançons-nous dans de nouveaux projets !

Découvrez, savourez ce nouveau bulletin plein de promesses et profitez de ce renouveau printanier !

Françoise Gallay et Myriam Weiner

Voir les nouvelles dispositions concernant le déroulement de notre Assemblée Générale page 7.

RAPPEL AUX MEMBRES QUI N'ONT PAS ENCORE PAYÉ LEURS COTISATIONS 2021

Chers membres,

Fin novembre, vous receviez votre carte de membre 2021, accompagnée d'un courrier vous invitant à renouveler votre cotisation.

En cette période particulièrement cruelle pour nos finances, votre cotisation 2021 est plus que jamais précieuse. Elle contribuera à sécuriser notre fonctionnement 2021 et permettra de poursuivre l'action du MDA-A50+ en faveur de l'autonomie, du bien-être et de la créativité des seniors du canton.

Représentant près 45% du budget annuel, les cotisations sont capitales pour assurer la pérennité des activités, cours et autres avantages qui vous sont proposés.

Dans l'éventualité où vous n'auriez pas encore payé votre cotisation 2021, nous vous prions de le faire dès que possible.

D'avance, nous vous remercions de votre indispensable compréhension et de votre solidarité.

Olivier Chenu
Secrétaire général

DÉLAI DE REMISE DES INFORMATIONS POUR LES 4 PROCHAINS BULLETINS

À l'attention des responsables d'activités et des personnes qui veulent nous transmettre des informations pour le bulletin, merci de prendre bonne note de la date limite pour la remise des textes au secrétariat.

Bulletin	Date de publication	Présentation des activités	Infos à communiquer avant le
n° 60 août-déc 2021	02.08.21	du 02.08.21 au 23.12.21	vendredi 18.06.21
n° 61 janvier-mars 2022	06.12.21	du 06.12.21 au 31.03.22	vendredi 22.10.21
n° 62 avril-juin 2022	28.03.22	du 28.03.22 au 08.07.22	vendredi 18.02.22

MERCI AUX 4 INSTITUTIONS QUI SOUTIENNENT LE MDA-A50+ et nous permettent ainsi d'assurer notre mission en faveur des seniors du canton

... SUBVENTIONNÉ
... PAR LA
VILLE DE GENÈVE



Une fondation privée genevoise



SOMMAIRE

n°59

IMPRESSUM

Editeur :
MDA-ACTIVITÉS 50+
association sans but lucratif
reconnue d'utilité publique

Responsable d'édition :
Olivier Chenu,
Secrétaire général MDA-A50+

Annonces publicitaires :
Secrétariat MDA-ACTIVITÉS 50+
tél. 022 329 83 84

PAO : Alexandre Chevalley

Impression :
Atar Roto Presse SA
atar@atar.ch

Tirage 4200 exemplaires

emplacement
logo FSC

Rappel pour les cotisations 2021	p. 3
Délais rédactionnels du bulletin	p. 3
Secrétariat MDA-A50+	p. 5
Avantages MDA-A50+	p. 5
Le MDA-A50+ cherche des bénévoles	p. 5
Concours nouveaux membres	p. 5
Assemblée générale du MDA-A50+	p. 7
Conditions de participation et d'inscription aux activités	p. 8
Mesures de précautions sanitaires	p. 8
Formulaire d'inscription aux activités et aux cours	p. 9
Formulaire d'adhésion au MDA-A50+	p. 10

■ SERVICES

Lecture en Visite	p. 6
Parmi les Roses (reprise en juin 2022)	p. 6
Troc-Temps	p. 6
Aide financière de Pro Senectute	p. 6
Permanence fiscale	p. 6

■ COURS, ATELIERS & ENSEMBLES

Expression artistique, communication et bien-être

Cours et ateliers	p. 11-13
Ensemble amateur de musique classique	p. 12
Chœur mixte Cœurs en Chœur	p. 12
Troupe de théâtre Tous en Scène	p. 12
Tableau détaillé des cours, ateliers et ensembles	p. 13
Informatique et nouveaux médias (reprise en automne 2021)	

■ JEUX, DÉTENTE & RENCONTRES

Billard Américain	p. 14
Jeux de Société (reprise en septembre)	p. 14
Club de Bridge	p. 14
Club d'Échecs	p. 14
Jass	p. 14
Rummikub	p. 14
Scrabble	p. 14

■ CONTEURS DE GENÈVE

Formations	p. 15
Conférences publiques	p. 15
Service de contes pour adultes et enfants	p. 15

■ SPECTACLES, CONCERTS & CONFÉRENCES

Conférences et films	p. 16
Cinéma des Aînés	p. 16
Ciné Seniors	p. 16
Connaissance du Monde - Offre spéciale	p. 16
Théâtres à prix réduits	p. 16
Cappella Genevensis - Offre spéciale	p. 17
Théâtre de Carouge - Offre spéciale	p. 17
La Compagnie des Mots	p. 17
Verbier Festival	p. 17
Ensemble Variante - Offre spéciale	p. 17
Spectacles et concerts Saison 2021-2022 (info dans bulletin 60)	

■ SPORTS

Marchons Ensemble	p. 18-21
Petite Montage	p. 22-23
Évasion Montagne	p. 22-23
Tir à l'Arc	p. 23
Ski Plaisir	p. 23
Curling	p. 23

■ VISITES, EXCURSIONS & VOYAGES

Genève Culture	p. 24
Restaurant Découverte	p. 24
APN Voyages (momentanément interrompus)	
Amis du Rail	p. 24-25
Évasion Seniors	p. 26-29
Séjour à Crans-Montana	p. 30

Coordonnées du secrétariat

MDA-ACTIVITÉS 50+
Boulevard Carl-Vogt 2
Case postale 14
1211 Genève 8

022 329 83 84
secretariat@a50plus.ch
<https://a50plus.ch>
<https://conteursdegeneve.ch>

Horaire du secrétariat*
Lundi: 13h-16h30
Mardi-Vendredi: 9h-12h30

Fermeture du secrétariat

À l'occasion des fêtes de Pâques, le secrétariat sera fermé du vendredi 2 au vendredi 9 avril 2021. Il sera également fermé le jeudi 13 et le vendredi 14 mai pour la fête de l'Ascension, ainsi que le lundi 24 mai pour la Pentecôte.

Pour vos informer de nos dernières dispositions et vérifier si les cours et activités présentés dans ce bulletin auront effectivement lieu, merci de téléphoner au 022 329 83 83 ou de consulter notre site <https://a50plus.ch>.

LE MDA-ACTIVITÉS 50+ CHERCHE DES BÉNÉVOLES

pour assurer la relève et le maintien des activités suivantes

LES AMIS DU RAIL

2-3 personnes pour compléter notre équipe.
Mission : organiser et accompagner des excursions en train d'une journée en Suisse (voir p. 24-25).
Disponibilité souhaitée : 4-5 journées par an.

GENÈVE CULTURE

2-3 personnes pour compléter notre équipe.
Mission : proposer, organiser et accompagner des visites (entreprises, institutions, expositions...) en petits groupes en ville de Genève et dans le canton.
Disponibilité souhaitée : 3 demi-journées par an (séances coordination) et le temps nécessaire pour organiser et accompagner 2-3 visites par an (voir p. 24).

PETITE MONTAGNE

En vue d'assurer le programme 2021 de randonnées d'une journée en montagne (niveaux facile ou moyen), nous cherchons 3-4 personnes pour organiser et accompagner des marches. Disponibilité souhaitée : 3-4 jours par an (voir p. 22-23).

TROC TEMPS

Notre réseau d'échange de services gratuits cherche des bricoleurs (voir p. 6).

Si vous êtes intéressé ou désirez en savoir plus, contactez notre secrétariat au 022 329 83 84

CONCOURS Trouvons de nouveaux membres !

Afin de faire découvrir nos activités aux seniors du canton, nous vous invitons à participer à notre concours.

Sollicitez votre famille, vos amis, connaissances, voisins, collègues...

A chaque bulletin, le membre qui aura recruté le plus de nouveaux adhérents recevra un bon cadeau de 100.- CHF à faire valoir sur une activité du MDA-A50+. En cas d'égalité, le gagnant sera tiré au sort.

Pour participer, photocopiez le bulletin d'adhésion figurant à la page ? de ce bulletin, puis retournez-le dûment complété au secrétariat. Attention, n'oubliez pas de mettre votre nom dans la case « Demande d'adhésion parrainée par ».

Le résultat du concours des bulletins n° 58 et n°59 sera publié dans notre édition n° 60 de août-septembre.

En tant que membre du MDA-A50+ vous bénéficiez de multiples avantages

• ACTIVITÉS MDA-A50+ gratuites ou tarifs avantageux	p. 6 + 11 à 30	• CAPPELLA GENEVENSIS réduction 20%	p. 17
• GAPDANCE tarifs réduits	p. 11	• VERBIER FESTIVAL prix réduits	p. 17
• COURS & ATELIERS MDA-A50+ tarifs avantageux	p. 11 à 13	• OSR (info dans bulletin 60) abonnements à prix réduits	
• CONFÉRENCES MDA-A50+ gratuits	p. 16	• EVOLUFIT tarifs réduits	p. 23
• CINÉMA DES AÎNÉS tarifs avantageux	p. 16	• APN VOYAGES (info dans bulletin 60) prix réduits	
• CINÉ SENIORS tarifs avantageux	p. 16	• BALADES THÉÂTRALISÉES (info dans bulletin 60) tarifs réduits	
• CONNAISSANCE DU MONDE tarifs réduits	p. 16	• MAGAZINE GÉNÉRATIONS abonnement à 58.- au lieu de 68.-	
• THÉÂTRES Ville de Genève prix réduits	p. 16	• CIRQUE KNIE (info dans bulletin 60) gratuit + prix réduits	
• THÉÂTRES DE CAROUGE prix réduits	p. 17	• CONCERTS 2021-2022 (info dans bulletin 60) prix réduits	
• COMPAGNIE DES MOTS gratuit	p. 17	• SPECTACLES 2021-2022 (info dans bulletin 60) prix réduits	
• ENSEMBLE VARIANTE prix réduits	p. 17		

Vous avez d'autres partenariats à nous proposer ou des questions ? Merci de contacter notre secrétariat.

► POUR VOUS INSCRIRE

Voir également les conditions générales de participations p. 8

Lecture en Visite : auprès de notre secrétariat au 022 329 83 84

Troc-Temps : auprès du responsable de l'activité.

Permanence Fiscale : auprès de notre secrétariat au 022 329 83 84

En vous inscrivant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

permanence fiscale

Votre déclaration d'impôts 2020, facile et à tarif réduit !

Ne vous compliquez plus la vie avec vos déclarations, confiez-les à l'un de nos collaborateurs bénévoles.

Consultations jusqu'au 28 avril 2021,
le mercredi de 9h à 12h et de 14h à 17h,
le vendredi de 9h à 12h

Tarifs : 30.- à 300.- CHF (TTC) selon les revenus et la complexité de la déclaration

Notre service ne concerne pas les sociétés ou entreprises.

Après votre inscription, vous recevrez une confirmation de rendez-vous avec la liste des documents à apporter le jour de la consultation.

Veillez-vous munir de toutes les pièces nécessaires et à jour pour établir votre déclaration.

Consultation uniquement sur rendez-vous après inscription auprès de notre secrétariat au 022 329 83 84.

lecture en visite

Ce service personnalisé propose des «lectures à la carte» à des personnes éprouvant des difficultés à lire ou ayant simplement besoin de présence. Les bénéficiaires peuvent être des enfants, des personnes âgées, malades ou malvoyantes, ainsi que toute autre personne intéressée.

Les lectures ont lieu à domicile, en milieu hospitalier, en institution ou dans un autre endroit propice. Le rythme et la durée des rencontres sont convenus selon le souhait de l'auditeur et la disponibilité du lecteur. La nature des lectures (journaux, romans...) est à déterminer par l'une ou l'autre partie. Animé par des bénévoles ayant à cœur de rencontrer les autres à travers la lecture, ce service s'adresse à toute la population du canton, sans distinction d'âge ou de condition sociale.

Tarifs annuels pour les auditeurs :

Membres MDA-A50+ : gratuit

Personnes de moins de 50 ans : 100.- CHF

Institutions : 300.- CHF

Dès 50 ans, les personnes non membres qui désirent bénéficier de ce service doivent adhérer au MDA-A50+.

Renseignement et inscription :

Secrétariat du MDA-A50+ - 022 329 83 84

Aidez-nous à faire connaître ce service auprès des personnes qui pourraient en avoir besoin !



parmi les roses

Reprise en juin 2022, après les travaux de rénovation de la Roseraie.

Le MDA-A50+, en collaboration avec le Service des espaces verts et de l'environnement de la Ville de Genève (SEVE), vous propose une activité parmi les rosiers de la Roseraie du Parc la Grange. De petits travaux faciles de soins aux rosiers vous seront confiés au sein d'une équipe de bénévoles sous la responsabilité de Mme Edith Moreillon et de M. André Basarab (membres du MDA-50+) et du jardinier de la Roseraie.

troc-temps

Activité gratuite pour membres et non-membres

Le Troc-Temps... Quésako?!

A Genève, 243 personnes ont choisi - selon leurs compétences respectives - d'offrir des services et en recevoir. Les échanges sont «comptabilisés» en heures - positives ou négatives - selon que le service est donné ou reçu. Il est loisible à chacun de thésauriser ses heures de crédit pour une utilisation ultérieure selon ses besoins.

Chaque personne inscrite au Troc-Temps reçoit la liste de toutes les offres. A sa lecture, vous découvrirez la richesse que nous représentons à nous tous!

Ce ne sont pas uniquement des échanges de services, mais une opportunité de connaître d'autres personnes et de créer des liens amicaux, de souscrire un abonnement à un théâtre ou de partir en balade... Se rendre utile, c'est se sentir valorisé. Échanger, c'est aussi lutter contre l'isolement et l'individualisme. Avec un argument supplémentaire: on se libère de la notion d'argent.

Vous désirez en savoir plus ou vous inscrire?

Contactez notre permanence Troc-Temps:

trocetemps@a50plus.ch ou 022 329 83 82,
le mercredi et vendredi de 9h30 à 11h30.

A très bientôt donc...

AIDE FINANCIÈRE DE PRO SENECTUTE

Bien que les tarifs de nos activités soient calculés au plus juste, si ces derniers constituent une charge trop lourde, vous avez la possibilité de vous adresser à l'association **Pro Senectute** qui, selon votre situation, peut entrer en matière afin de vous faire bénéficier d'une aide financière.

Information uniquement auprès de Pro Senectute Genève

Pro Senectute Route de Saint-Julien 5B 1227 Carouge- 022 807 05 65

info@ge.pro-senectute.ch www.ge.pro-senectute.ch

Horaires réception : 8h-12h / 13h30-17h et horaires téléphone : 9h-11h30 / 14h-16h

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ORDINAIRE

Madame, Monsieur, Chers membres,

La persistance du COVID-19 nous contraint à devoir renoncer au déroulement en présentiel de notre Assemblée générale du lundi 29 mars.

Afin de pouvoir bénéficier dans les meilleurs délais des subventions et aides financières assurant près de la moitié de notre budget 2021, le comité du MDA-A50+ n'a pas trouvé opportun de reporter à une date ultérieure la tenue de cette assemblée.

L'ordonnance du 16.03.20 du Conseil Fédéral autorisant aux associations le déroulement d'une AG par correspondance ou par un moyen électronique, le comité a donc décidé d'organiser notre AG par correspondance.

Pour participer à notre AG et voter, voici comment procéder :

- 1) Retournez le talon de demande de participation figurant en bas de page** (si vous êtes 2 membres à la même adresse, indiquez vos 2 noms, prénoms et adresses de courriel) au plus tard le 9 avril à cette adresse : MDA-A50+ - CP 14 - 1211 Genève 8.
- 2) Dès réception de votre talon de demande de participation dûment rempli et signé, nous vous transmettrons par courriel (e-mail) ou par courrier postal (si vous n'avez pas de messagerie électronique) les documents suivants :**
 - une notice explicative pour vous indiquer comment procéder,
 - le PV de l'Assemblée générale 2020,
 - le Rapport d'activité 2020 comprenant les rapports et documents de l'exercice 2020 (voir l'ordre du jour ci-dessous),
 - et un bulletin de vote.

D'avance nous vous remercions de votre compréhension et, nous l'espérons vivement, de votre participation.

Avec nos cordiaux messages.

Le comité du MDA-A50+

Rappel de l'ordre du jour (publié dans le bulletin 58 de janvier-mars 2021)

- | | |
|--|--|
| 1. Désignation des scrutateurs | 6. Rapport du vérificateur des comptes |
| 2. Adoption du procès-verbal de l'AG du 05.10.20 | 7. Adoption de ces différents rapports |
| 3. Rapport des 2 Co-Présidentes | 8. Élections des membres du comité |
| 4. Rapport d'activité 2020 du Secrétaire général | 9. Propositions individuelles* |
| 5. Rapport du Trésorier et budget 2021 | 10. Divers |

* (aucune proposition n'est parvenue à notre secrétariat dans le délai annoncé du 26.02.21).

Talon de demande pour participer à l'Assemblée générale 2021 du MDA-A50+

à retourner au plus tard le 9 avril par courrier postal à l'adresse suivante :
MDA-A50+ - CP 14 - 1211 Genève 8

Seuls les membres du MDA-A50+ ayant payé leur cotisation 2021 sont autorisés à participer à l'AG

Merci de me transmettre le PV de l'AG 2020, le Rapport d'activité 2020 comprenant les différents rapports et documents de l'exercice 2020, ainsi que le bulletin de vote pour l'Assemblée générale.

Nom	<input type="text"/>	Prénom	<input type="text"/>
Courriel	<input type="text"/>		
Nom (si 2 ^e membre)	<input type="text"/>	Prénom (si 2 ^e membre)	<input type="text"/>
Courriel (si 2 ^e membre)	<input type="text"/>		

Adresse postale

Rue et n°	<input type="text"/>	Localité	<input type="text"/>
Code postal	<input type="text"/>		
Date	<input type="text"/>	Signature	<input type="text"/>
Date (si 2 ^e membre)	<input type="text"/>	Signature (si 2 ^e membre)	<input type="text"/>

Les champs obligatoires sont signalés par *

Sans réponse du secrétariat, votre inscription est validée.
Sinon vous serez informé que vous êtes en liste d'attente.

N° DE MEMBRE

NOM*

PRÉNOM*

ADRESSE*

NPA*

LOCALITÉ*

TÉL.*

TÉL. MOBILE

E-MAIL

Afin de pouvoir vous informer rapidement de toutes éventuelles modifications, merci de nous donner votre mobile + e-mail.

1^{ER} COURS, ATELIER

NOM DU COURS*

NIVEAU*

JOUR ET HEURE*

2^E COURS OU ATELIER

NOM DU COURS*

NIVEAU*

JOUR ET HEURE*

J'affirme avoir pris connaissance des conditions de participation des cours et ateliers auxquels je m'inscris et être d'accord avec celles-ci.

DATE*

SIGNATURE*

Merci de retourner votre formulaire d'inscription au plus vite au MDA-A50+ – Case postale 14 – 1211 Genève 8

FORMULAIRE D'INSCRIPTION AUX EXCURSIONS & VISITES

Les champs obligatoires sont signalés par *

Sans réponse du secrétariat, votre inscription est validée.
Sinon vous serez informé que vous êtes en liste d'attente.

N° DE MEMBRE

NOM*

PRÉNOM*

ADRESSE*

NPA*

LOCALITÉ*

TÉL.*

TÉL. MOBILE

E-MAIL

Afin de pouvoir vous informer rapidement de toutes éventuelles modifications, merci de nous donner votre mobile + e-mail.

AMIS DU RAIL

Cochez la case des excursions désirées

15.04.21

Zug

27.05.21

Trubschachen

17.06.21

Rossinière

24.06.21

Sankt Urban

15.07.21

Emosson

Reprise des visites en juillet 2021

GENÈVE CULTURE

RESTAURANT DÉCOUVERTE

Reprise des visites en juillet 2021

MARCHONS ENSEMBLE

16.04.21

Prieuré St-Jean

20.04.21

Marais Sionnet

27.04.21

Satigny

06.05.21

Berges Vessy

11.05.21

Teppes Verbois

12.05.21

Collex-Ornex

19.05.21

Cèdre en cèdre

25.05.21

Bossy-Collex

04.06.21

Chancy à Avusy

09.06.21

Toblerones

15.06.21

Drize-Croix-Rozon

23.06.21

Vésenaz-Hermance

30.06.21

Stagni-Villette

02.07.21

Nyon-Coppet

06.07.21

Long de l'Arve

10.08.21

Tour de l'Aire

18.08.21

Seymaz

24.08.21

Château Rouelbeau

ÉVASION SENIORS

15.04.21

Zoo la Garenne

21.04.21

Fête de la Tulipe

28.04.21

Bourg-en-Bresse

06.05.21

Gorges Fier

12.05.21

Parc Oiseaux

27.05.21

Vernayaz

10.06.21

Yvoire

16.06.21

Canal Savières

20.06.21

Dîner spectacle

01.07.21

Annecy

28.07.21

Lac Montriond

05.08.21

La Neuveville

24.08.21

Chambéry

J'affirme avoir pris connaissance des conditions de participation des activités auxquelles je m'inscris et être d'accord avec celles-ci.

DATE*

SIGNATURE*

Merci de retourner votre formulaire d'inscription au plus vite au MDA-A50+ – Case postale 14 – 1211 Genève 8

DEMANDE D'ADHÉSION AU MDA-ACTIVITÉS 50+

Comment faire pour devenir membre ?

- 1 Si vous avez 50 ans et plus, remplissez complètement ce formulaire.
- 2 Retournez-le à notre secrétariat (voir adresse en bas de page).
- 3 Une lettre d'accueil comprenant votre carte de membre et un bulletin de versement vous parviendront peu de temps après l'enregistrement de votre adhésion.
- 4 Vous recevrez ensuite chaque trimestre notre bulletin d'information ACTIVITÉS 50+.

NB Les personnes résidant en France voisine doivent obligatoirement joindre à leur demande d'adhésion une photocopie de leur carte AVS.

Demande d'adhésion parrainée par

Nom:

Prénom:

membre du MDA-A50+

Le parrainage est facultatif.

Il permet aux membres qui proposent des nouveaux adhérents de participer au concours présenté en p. 5.

Je désire (nous désirons) être membre(s) du MDA-A50+

- Cotisations à choix: ordinaire 50.- CHF
 (cotisation annuelle) membre de soutien 100.- CHF
 membre donateur 200.- CHF ou plus

Je désire également m'abonner au magazine Générations (11 numéros par an) au tarif spécial membre MDA-A50+ de 58.- CHF (au lieu de 68.-CHF). **Nota Bene : ce magazine n'est pas notre bulletin d'information ACTIVITÉS 50+ (voir point 4 ci-dessus), mais une publication indépendante de notre association.**

Merci de remplir le plus complètement possible les différentes rubriques ci-dessous

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

N° postal :

Localité :

Téléphone :

Tél.portable :

E-mail :

Je suis à la retraite: oui non

Profession(s) exercée(s) avant la retraite:

question facultative
 Je suis disposé(e) à rendre bénévolement des services dans les domaines suivants:

Date:

Signature:

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

N° postal :

Localité :

Téléphone :

Tél.portable :

E-mail :

Je suis à la retraite: oui non

Profession(s) exercée(s) avant la retraite:

question facultative
 Je suis disposé(e) à rendre bénévolement des services dans les domaines suivants:

Date:

Signature:

NE PAS REMPLIR

N° de membre:

N° de membre:

DEMANDE À RETOURNER AU MDA-A50+ – CP 14 – 1211 GENEVE 8



SAISON 2020-2021

Expression artistique, communication et bien-être

Afin de favoriser le démarrage et le bon fonctionnement des cours, nous vous invitons à lire attentivement les conditions de participation et vous remercions de respecter la procédure indiquée.

CONDITIONS DE PARTICIPATION ET D'INSCRIPTION AUX COURS ET ATELIERS

- Les participants s'engagent pour l'ensemble d'une période ou d'une série de cours.
- **Les participants de la période précédente doivent obligatoirement se réinscrire pour cette période.**
- Les inscriptions sont prises dans l'ordre chronologique.
- Certains cours (spécialement les nouveaux) ne commencent que lorsqu'il y a assez d'inscriptions.
- Pour faciliter le démarrage des cours qui n'ont pas encore débuté, inscrivez-vous rapidement.
- Une séance d'essai est possible (sauf exception signalée). Elle est facturée seulement si vous poursuivez le cours.
- Le paiement doit se faire dès réception de la facture.
- **En cas d'absence, seul un certificat médical permet le remboursement des séances manquées.**
- En cas d'annulation d'une ou plusieurs séances par le MDA-A50+, les participants peuvent se faire rembourser ces séances à la réception de notre secrétariat du 2 boulevard Carl-Vogt.

Voir également les conditions générales de participation p. 8

POUR VOUS INSCRIRE

- Cours et ateliers :** avec le formulaire de la p. 9
ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84 ou au 2 bd Carl-Vogt.
- Gym-Dance :** auprès de GapDance (voir annonce ci-dessous)

En participant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

En raison de la persistance du COVID-19, les effectifs de nos cours ont été réduits par mesure de précaution sanitaire.

Il est possible que nous soyons amenés à suspendre momentanément tout ou partie des cours si les directives des autorités sanitaires devaient nous y contraindre.

Merci de contacter notre secrétariat pour vérifier si votre cours ou votre atelier aura effectivement lieu.

acrylique

Cours d'initiation aux techniques artistiques

Pour acquérir les connaissances de base et pouvoir vous exprimer dans différentes techniques et expressions artistiques, 3 modules (dessin, aquarelle et acrylique) vous permettront d'aborder le travail du noir-blanc (valeurs, composition, natures mortes, crayon gris, fusain, encre de chine...) et des couleurs (mélanges, contrastes et harmonies avec peinture à l'huile, gouache, crayons, aquarelle...).

Acrylique (avril-juin 2021)

Peinture sur papier ou sur toile, superposition de couleur, transparence, peinture à plat, motifs...

Cours donnés par : Tami Ichino, artiste peintre

Dessin + Aquarelle (voir info dans bulletin d'août-décembre 2021)



EN PARTENARIAT AVEC



BIENVENUE CHEZ LE SPÉCIALISTE DE LA GYM ET DE LA DANSE
À GENÈVE POUR LES +50ANS

Venez danser et garder la forme en vous amusant aux Acacias !

- Tarifs réduits : ■ Carte de 20 cours (sans engagement) à 299.- au lieu de 350.- CHF
■ Carte de 10 cours (sans engagement) à 150.- au lieu de 190.- CHF
➤ Frais d'inscription OFFERTS

Offre spéciale adhérents MDA-50+ (sur présentation de la carte de membre 2021)

BOUGEZ-VOUS
LA VIE!

méditation de pleine conscience

(15 séances sur 7 mois)

La pleine conscience c'est porter son attention de façon intentionnelle, sans jugement et avec bienveillance sur ce qui est et se passe à chaque instant. Elle se définit aussi comme un entraînement qui permet de découvrir comment fonctionne mon attention, de quelle façon je suis attentif-ve à ce que je fais, à mes gestes, mouvements, pensées et émotions qui parfois me submergent. Sa pratique (laïque) simple et accessible, consiste en des méditations assises, allongées ou en mouvement.

Elle vous permettra : d'aborder et partager les expériences de votre vie senior | de réduire votre stress malgré les difficultés physiques ou affectives | d'entraîner votre attention à une meilleure présence | de réduire vos pensées négatives | d'apaiser vos émotions en situation difficile | de vous mettre en mouvement avec douceur | de gagner en sérénité et en sagesse.

Venir en tenue souple et confortable avec votre propre tapis de sol et une couverture.

jour et heures : Reprise en automne 2021.

Dates des séances : Les dates des séances seront précisées dans le bulletin 60 d'août-décembre.



ENSEMBLES ARTISTIQUES

N'étant pas certain que les conditions sanitaires d'après Pâques permettront de reprendre les répétitions de nos trois ensembles, merci de contacter notre secrétariat pour vérifier quand elles pourront effectivement reprendre.

ensemble de musique classique

Nous cherchons encore des musiciens, plus spécialement des violons, des bois et des cuivres.

Composé de 9 musiciens, cet ensemble de musique classique est ouvert à tous musiciens amateurs ou ex professionnels, femmes et hommes, dès 50 ans.

Conditions : maîtriser un instrument et savoir déchiffrer

Jour et heures : jeudi 9h-11h

Attention : les répétitions ont désormais lieu à l'Institut Jacques-Dalcroze – 44 route de la Terrassière - Genève

Ensemble dirigé par Jean-Marc Aeschmann (076 693 93 61), directeur du chœur Anima Cantus, ex-professeur à l'Institut Jacques-Dalcroze et à la Haute Ecole de Musique de Genève.

troupe de théâtre *Tous en Scène !*

S'exprimer à haute voix, jouer de son corps, sans devoir justifier ses paroles, sa gestuelle, ou sans risquer de passer pour un radoteur ou un vantard ? Être un Barthassat nature sans que cela nuise à votre réputation. Être de mauvaise langue sans qu'on vous le reproche, mais aussi trouver la manière de briller en public, de développer vos arguments.

Pour cela, il vous suffit de rejoindre notre troupe de théâtre qui vous donnera l'occasion d'améliorer bien des choses de manière ludique et amicale. Certes, il faudra travailler, mais sans pression. S'engager, mais dans le plaisir. Être soi-même et devenir un autre. Vous développerez ainsi votre mémoire, ferez ressortir vos qualités... et pourquoi pas vos défauts ?

Si vous êtes intéressé, merci de contacter René Magnenat au 079 466 00 66

Troupe animée par Roger Cuneo, acteur, metteur en scène et enseignant (diction et art dramatique).

Annulation du spectacle de Tous en Scène

En raison de la suspension depuis novembre 2020 de toutes les répétitions de notre troupe, les 3 représentations de la pièce « Quand les hommes vivront d'amour », différées au mois de juin 2021 en raison du COVID-19, sont à nouveau reportées à un moment plus propice (voir infos dans le bulletin d'août-décembre 2021).

choeur mixte *Coeurs en Choeur*

Nous cherchons encore des voix d'hommes de ténor et de basse.

Composé d'une cinquantaine de choristes, notre chœur est ouvert à toute personne dès 50 ans membre du MDA-A50+, femmes et hommes, aimant ou désirent chanter. Répertoire classique, terroir, chanson populaire d'hier et d'aujourd'hui, extraits de comédies musicales...

Conditions : aucun examen et connaissance du solfège pas obligatoire. L'envie de chanter suffit ! chanteur.

Lecteurs bienvenus, ils entraîneront si besoin les non-lecteurs qui vont développer leur mémoire !

Chœur dirigé par Jean-Marc Aeschmann (076 693 93 61), directeur du chœur Anima Cantus, ex-professeur à l'Institut Jacques-Dalcroze et à la Haute Ecole de Musique de Genève.

TABLEAU DES COURS, ATELIERS & ENSEMBLES – AVRIL-JUIN 2021

niveau	enseignant	lieu	jour + heure	date 1 ^{ère} séance	nb. de séances	tarif CHF	nombres participants
anglais							
Préintermédiaire	Martine Lapp	MDA	Je 09h00-10h30	15.04.21	10	150.-	10
Intermédiaire	Martine Lapp	MDA	Je 10h30-12h00	15.04.21	10	150.-	10
Avancé - conversation	Martine Lapp	MDA	Ma10h30-12h00	13.04.21	11	165.-	10
aquagym <i>les cours sont donnés en alternance par 2 monitrices</i>							
Tous niveaux	Isabel Constant	BDC	Lu 10h45-11h30	12.04.21	10	260.-/320.-*	12
Tous niveaux	et Nadia Allet	BDC	Lu 11h30-12h15	12.04.21	10	260.-/320.-*	12
* précisions pour les tarifs aquagym : 286.- dès 60 ans / 352.- moins de 60 ans							
bridge							
1 ^{ère} année	Chantal Wohlwend	CBRG	Me 10h00-12h00	14.04.21	11	176.-	12
2 ^e année	Chantal Wohlwend	CBRG	Je 10h00-12h00	15.04.21	10	160.-	12
calligraphie							
Tous niveaux	Dominique Zaugg	MDA	Ma14h30-17h00	13.04.21	11	297.-	10
céramique							
Tous niveaux	Monique Sandoz	CA	Je 13h30-15h30	15.04.21	10	260.-	8
danses du monde							
Tous niveaux	Natalia Villalba	CB	Je 10h00-11h30	15.04.21	10	180.-	8
dessin-peinture (ateliers)							
Tous niveaux	Marfa Indoukaeva	MDA	Me 09h00-11h00	14.04.21	11	242.-	10-12
Tous niveaux	Tami Ichino	MDA	Me 14h00-16h00	14.04.21	11	242.-	10-12
aquarelle (cours)							
Débutant	Tami Ichino	MDA	Ma 14h00-16h00	13.04.21	11	264.-	8
Initié	Tami Ichino	MDA	Ma09h00-11h00	13.04.21	11	264.-	8
échecs (info dans bulletin 60)							
ensemble de musique classique * attention : changement d'adresse							
Avancé	Jean-Marc Aeschmann	JD*	Je 10h00-12h00	15.04.21	10	160.-	10-14
gym-dance voir l'annonce de GapDance p. 11 Information et inscription uniquement auprès de GapDance							
informatique et nouveaux médias cours momentanément suspendus							
méditation de pleine conscience voir page 12							
Tous niveaux	Nadine Rogivue	MDA	Lu 10h00-12h00				
pilates							
Initié	Christophe Cavaliere	EQ99	Lu 10h00-11h00	12.04.21	10	190.-	6-10
Débutant	Christophe Cavaliere	EQ99	Lu 11h00-12h00	12.04.21	10	190.-	6-10
sculpture pierre tendre							
Tous niveaux	Dominique Breuille	AV	Je 14h00-16h30	15.04.21	10	270.-	6
sophrologie							
Tous niveaux	Ariel Haemmerlé	SV	Ve 09h00-09h50	16.04.21	11	143.-	8
Tous niveaux	Ariel Haemmerlé	SV	Ve 10h00-10h50	16.04.21	11	143.-	8
Tous niveaux	Ariel Haemmerlé	SV	Ve 11h00-11h50	16.04.21	11	143.-	8
taï-chi							
Débutant	Béatrice Hoffmann	SV	Je 09h00-10h00	15.04.21	10	130.-	8
Moyen	Béatrice Hoffmann	SV	Je 10h00-11h00	15.04.21	10	130.-	8
Avancé 1	Béatrice Hoffmann	SV	Ma09h30-10h30	13.04.21	11	143.-	8
Avancé 2	Béatrice Hoffmann	SV	Ma10h30-11h30	13.04.21	11	143.-	8
Approfondissement	Bernard Borgeaud	SV	Je 11h00-12h00	15.04.21	10	130.-	8
tir à l'arc cours d'initiation dans le cadre du club de tir à l'arc MDA-A50+ (voir p. 23)							
troupe de théâtre troupe actuellement complète							
Tous niveaux	Roger Cuneo	EG	Ma 13h30-16h00	13.04.21	11	154.-	15
yoga (3 cours tous niveaux)							
Hata-yoga seniors	M.-Josette Repond	EQC	Ma09h00-10h00	13.04.21	11	132.-	11
Yoga doux	M.-Josette Repond	EQC	Ma10h00-11h00	13.04.21	11	132.-	11
Yoga du dos	M.-Josette Repond	EQC	Ma11h00-12h00	13.04.21	11	132.-	11

Légende des lieux de cours

AV	Atelier Vélodrome – Rue du Vélodrome 2 et 18 – La Jonction
BDC	Bains de Cressy – Route de Loex 97-99
CA	Créateliers – Rue du Léman 14 (rez)
CB	Clair-Bois – Rue des Minoteries 11 (rez)
CBRG	Club de bridge Rive-Gauche - Chemin de la Gravière 4 (4 ^e étage)
GD	GapDance - Chemin de la Gravière 6 (2 ^e étage) - Les Acacias

EG	Espace Grosselin – Rue Jacques Grosselin 31 – Carouge
EQ99	Espace de quartier Le 99 – Rue de Lyon 99 (rez)
EQC	Espace de quartier de Champel – Chemin Edouard-Tavan 5 (rez)
JD	Institut Jaques-Dalcroze – Rue de la Terrassière 44
MDA	MDA-ACTIVITÉS 50+ - Quai Ansermet 36 (rez en arcade)
SV	Salle Verdaine – Rue Verdaine 11 (5 ^{ème} étage)

► POUR VOUS INSCRIRE

Voir également les conditions générales de participations p. 8

Pour les clubs de bridge, échecs, jass, rummikub et scrabble, il n'y a pas d'inscription préalable.

Il suffit de vous présenter sur place.

En participant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

Pour savoir si ces jeux auront lieu après Pâques, contactez les responsables

billard americain

Club tous niveaux: mercredi 14h-16h

Lieu: Billards Academy – Avenue Luserna 13 - Genève

Jeu attractif et sport de précision, le billard est accessible à tous sans considération d'âge ou de sexe. Débutant ou amateur occasionnel, vous pourrez découvrir sa technique et ses principes dans le groupe de joueurs du MDA-A50+. Une occasion de se retrouver entre amis dans une sympathique ambiance, un cadre agréable, chaleureux et décontracté.

Tarif spécial pour membre MDA-A50+ : 5.- CHF par heure et par personne, à régler sur place au Billard Academy

Pour bénéficier du tarif réduit (5.- CHF/h), présentez votre carte de membre 2021 du MDA-A50+.

Renseignements auprès du responsable :

Alain Christinet 022 796 99 77 - 076 365 22 49



Notre club est accueilli par Billards Academy

Billards Academy - Centre commercial Luserna
Avenue Luserna 13 - 1203 Genève - 022 344 30 00

jeux de société

Reprise en septembre

bridge

Club tous niveaux : mardi 14h-17h45

Participation : 5.- CHF la séance à régler sur place

Le mardi après-midi a lieu un tournoi «accompagné» durant lequel l'animatrice est à votre disposition pour vous conseiller dans vos enchères. Des conditions idéales pour commencer en douceur les tournois de bridge. Ambiance décontractée et chaleureuse garantie !

Si vous êtes nouveau, inutile de vous inscrire, mais venez 10 minutes avant l'heure.

Lieu : Club de Bridge Rive-Gauche - Chemin de la Gravière 4 (4^e étage) - Acacias

Club animé par Chantal Wohlwend, information au 022 794 45 19 ou 079 339 03 45

pétanque

Club tous niveaux : mardi 13h30-17h

Activité gratuite momentanément interrompue.

échecs

Club tous niveaux - mardi 14h15-17h30



Organisé en partenariat avec la Fédération genevoise d'échecs.

Activité gratuite pour les membres

Destiné aux débutants comme aux joueurs confirmés, ce club vous donnera l'occasion de jouer dans une ambiance conviviale des parties amicales ou, pour les plus mordus, des tournois en présence d'un animateur chevronné.

Lieu : Restaurant Le Moulin à Poivre, Hôtel Calvy
Ruelle du Midi 5 (voir plan ci-contre)

TPG : tram 12, arrêt Villereuse

Renseignements auprès des animateurs :

Abraham Sakhnowsky 076 346 00 82

et Philippe Roeck 076 595 12 51



jass club

Club pour personnes sachant déjà jouer au jass : jeudi 13h30-17h

Activité gratuite pour les membres.

La camaraderie et la bonne humeur sont les caractéristiques du Jass Club. Améliorer sa concentration par le jeu, c'est idéal. Nous sommes maintenant une vingtaine (femmes et hommes) et accueillons chaleureusement toute nouvelle joueuse et nouveau joueur. Il n'y a pas de chicane, mais de cordiales discussions et une pause favorisant les échanges.

Lieu : MDA-A50+, quai Ernest-Ansermet 36 (rez en arcade)

Information auprès du responsable :

Pierre Buetiger 079 444 97 54

rummikub & scrabble

Club tous niveaux: lundi 14h15-17h30

Activités gratuites pour les membres

Lieu : Restaurant Le Moulin à Poivre, Hôtel Calvy
Ruelle du Midi 5 (voir plan ci-dessous)

TPG : tram 12, arrêt Villereuse

Renseignements auprès des animatrices :

SCRABBLE Joëlle Quevedo 022 736 22 38

RUMMIKUB Elisabeth Sacco 022 733 35 35

► POUR VOUS INSCRIRE

Voir également les conditions générales de participations p. 8

Conférences publiques : activité sans inscription.

Service de Contes : auprès de la responsable.

En vous inscrivant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE



Conteurs de Genève

Contes, légendes, mythes et récits

Transmis oralement et destiné à l'origine aux adultes, ce répertoire touche à la compréhension du monde et à l'inconscient collectif. De nos jours, le conte n'a pas perdu de sa force et de sa nécessité. Notre société en a besoin, non seulement pour rêver, mais aussi pour faire résonner l'inconscient de chacun.

Né de la rencontre de quelques passionnés en 1985, les Conteurs de Genève (CDG) comptent aujourd'hui plus de 80 membres de tous âges.

Pour toutes informations sur les activités des Conteurs de Genève, visitez notre site

www.conteursdegeneve.ch

ou contactez

Françoise Flores : 079 305 99 53 – lela.longchampdeflores@gmail.com

Florence Henry : 022 798 61 65 – florenceconteuse@gmail.com

conférences publiques

Des conférences sur des thèmes liés aux contes sont proposées un mardi par mois aux membres des Conteurs de Genève, ainsi qu'à un plus large public intéressé à découvrir l'univers du conte.

MARDI 13 AVRIL Les contes et leur impact émotionnel
Françoise Flores

MARDI 18 MAI La responsabilité de la parole contée, réveiller l'imaginaire
Christine Métrailler

Entrée conteurs CDG et membres MDA-A50+ : gratuite (non-membres : 10.- CHF)

Lieu des conférences : Salle créatrice / polyvalente du Foyer Clair Bois Minoteries - Rue des Minoteries 11 (rez)

TPG : tram 12, arrêt Blanche ou bus 35, arrêt Augustins

service de contes pour adultes & enfants

des histoires quand et où vous le désirez

Les CDG disposent d'un service de conteries (spectacles de contes) pour animer divers événements.

Nous proposons

- des contes des quatre coins du monde d'animaux, de sagesse, de mensonges, d'ogres...
- des contes merveilleux, fantastiques, facétieux, coquins, urbains...
- des légendes, des mythes d'Europe et d'ailleurs, des récits de vie et des randonnées contées.

Pour

- des écoles, parascolaires, cycles, garderies, crèches, bibliothèques, maisons de quartier, musées, EMS...
- des entreprises, restaurants, cafés...
- des événements privés (anniversaires, mariages, etc.)
- des festivals et autres manifestations...

Durée : environ 1h ou plusieurs moments de contes intégrés à votre manifestation

Tarif : 100.- CHF minimum (ou selon circonstances)

Renseignements et réservations :

Judith Steiger

022 771 24 27 (répondeur)

info@conteursdegeneve.ch

Merci de communiquer votre demande au moins un mois à l'avance.



► POUR VOUS INSCRIRE

Voir également les conditions générales de participations p. 8

Conférences du MDA-A50+ :

inscription auprès de notre secrétariat

Autres offres de concerts, films ou spectacles :

inscription auprès de l'institution organisatrice

En vous inscrivant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE**conférences & films MDA-A50+** Reprise en automne**THÉÂTRE DE CAROUGE, CINÉ SENIORS, CINÉMA DES AÎNÉS, CONNAISSANCE DU MONDE, ENSEMBLE VARIANTE, LA COMPAGNIE DES MOTS & CAPPELLA GENEVENSI****Offres spéciales pour les membres du MDA-A50+**

En raison de la grande incertitude liée aux conditions sanitaires, nous vous invitons à contacter directement les institutions culturelles concernées pour savoir si elles ont effectivement programmé des spectacles, concerts ou films. Merci d'avance de votre compréhension.

cinéma des aînés

Les Cinémas du Grütli - Rue du Général Dufour 16

Séance le lundi à 14h et à 16h30 - Prix unique : 5.- CHF - Billets en vente sur place avant les séances

Au moment de la rédaction du bulletin, le programme d'avril-juin n'était pas disponible.

Infos sur <http://www.cinemas-du-grutli.ch/programme>**ciné seniors** ...que des films beaux et émouvants...

Cinéma Bio - Rue Saint-Joseph 47 - Carouge

Séance le jeudi à 14h - Prix unique : 10.- CHF - Billet en vente sur place avant la séance.**8 avril QU'EST-CE QU'ON A ENCORE FAIT AU BON DIEU (FR 2019)**

de Philippe de Chauveron, avec Christian Clavier, Chantal Lauby, Ary Abittan,

6 mai UN HOMME PRESSÉ (FR 2018)

de Hervé Mimran, avec Fabrice Luchini, Leïla Bekhti, Rebecca Marder, ...

10 juin DOWNTON ABBEY (GB 2017)

de Michael Engler, avec Michelle Dockery, Hugh Bonneville, Maggie Smith, ...

Infos au 022 301 54 43 ou www.cinema-bio.ch**Saison
2021-2022****Offre spéciale pour les membres MDA-A50+**

sur présentation de votre carte de membre 2021 au guichet

Tarif MDA -A50+ : 15.- CHF (plein tarif 20.- CHF / AVS 18.- CHF)

Les séances ont lieu à la Salle Centrale de la Madeleine - Rue de la Madeleine 10

Pour les heures des séances et la présentation détaillée des films-conférences, consulter le site de Connaissance du Monde.

du 12 au 16 mai

PATAGONIE - À la lisière du monde

en présence de Florent de la Tullaye, auteur

Informations au 079 397 25 40 - www.connaissancedumonde.com**théâtres à prix réduit**

Sur présentation d'une pièce d'identité, accompagnée de votre carte de membre du MDA-A50+ de l'année en cours, vous pouvez bénéficier de billets à 10.- ou 12.- CHF dans les théâtres suivants :

Am Stram Gram	022 735 79 24	L'Orangerie Théâtre d'Été	022 700 93 63
La Comédie	022 320 50 01	Théâtre du Loup	022 301 31 00
Théâtre le Poche	022 310 37 59	Saint-Gervais	022 908 20 00
Théâtre Le Grütli	022 888 44 88	Cinéma du Grütli	022 320 78 78
Marionnettes de Genève	022 807 31 07	(billet à 8.- CHF / AVS)	

Nota Bene : les conditions peuvent varier (être à l'AVS ou non, selon les théâtres). Les billets doivent être réservés et retirés directement auprès des billetteries des théâtres concernés.

Théâtre de Carouge

Offre spéciale pour les membres du MDA-A50+ dès 50 ans

10.- CHF la place sur présentation de votre carte de membre 2021.

Renseignements et réservation : <https://theatredecarouge.ch/>

Billetterie : Rue Ancienne 57, 1227 Carouge - 022 343 43 43 - info@theatredecarouge.ch

Nous ne sommes actuellement pas en mesure de vous donner des informations sur ce printemps.

La
Compagnie
des Mots

Les auteurs suisses romands vous intéressent ? Vous aimeriez en rencontrer et échanger avec eux ?

La Compagnie des Mots attend de pouvoir déconfiner et travailler avec un public chaleureux et réceptif. Quand viendra ce jour où nous pourrons partager nos lectures et rencontrer à nouveau des écrivains, nul ne le sait. Alors, au lieu de tirer des plans sur la comète COVID-19, nous continuons nos activités sur notre site. Chaque mardi nous vous proposons lectures, textes, entretiens et coups de cœur. Vous pouvez également nous suggérer des livres ou nous faire part de vos remarques.

En attendant une réelle présence, voici notre offre sur : <https://lacompaniedesmots.ch/en-virtuel/>

La Compagnie des Mots - 079 409 23 43 - info@lacompaniedesmots.ch - <http://lacompaniedesmots.ch>

Ensemble *Variante*,
LA MUSIQUE RACONTÉE
Et si la musique classique s'écoutait
autrement...

SAISON 2020-2021

OFFRE SPÉCIALE POUR LES MEMBRES DU MDA-A50+

Tarif MDA-A50+ : 10.- CHF (plein tarif 25.-, AVS 15.-, enfants -10 ans gratuit)

Billetterie sur place 30 minutes avant chaque concert

La vocation de l'Ensemble Variante est de rendre accessible à tous le répertoire de la musique classique. Pour y parvenir, il a créé une série de concerts originaux dans lesquels la musique, la parole et le théâtre se partagent la scène.

Dimanche 2 mai - 18h

RICHARD STRAUSS & LE PIANO

Concert-Découverte pour piano et comédien

Studio Gabriele De Agostini, Rue François d'Ivernois 7, Genève

Réservations : Ensemble Variante – Chemin de la Mousse 53B – 1226 Thônex – 022 300 46 43 – www.ensemblevariante.ch



Verbier Festival | 16 juillet – 1er août 2021

OFFRE SPÉCIALE POUR LES MEMBRES DU MDA-A50+

17 jours de concerts et des centaines d'événements gratuits chaque été à Verbier.
Une aventure unique auprès des plus grands artistes d'aujourd'hui et de demain.

L'édition 2021 offre davantage de représentations, un programme plus riche et plus varié, et de nouvelles façons de vivre le Festival. Les artistes et le public seront à nouveau réunis dans les Alpes suisses cet été, marquant un retour à la musique et aux événements live.

Réservez votre été avec le code MDA21 sur verbierfestival.com ou au 0848 771 882.

Bénéficiez d'une réduction de 40% sur le 2e billet acheté pour un concert du soir aux Combins, entre le 26 juillet et le 1er août, ou d'une place offerte à l'achat d'un billet pour le concert du 1^{er} août à 14h30 (dans la limite des places disponibles).

PÂQUES EN VIEILLE-VILLE



ST-GERMAIN
Barbier-Mueller
Expo dès 14h00
Bar éphémère
Concert

ANNULÉ

BACH
BUXTEHUDE

dimanche
28 mars 2021

CAPPELLA GENEVENSIS.CH

AFTERWORK EN VIEILLE-VILLE

EXPOS + BAR + CONCERT

JEUDI 3 JUIN 2021



MUSÉE BARBIER-MUELLER GENEVE

MUSÉE TATIANA ZOUBOV

FONDATION BAUR
MUSÉE DES ARTS D'EXTRÊME-ORIENT

MUSÉE INTERNATIONAL DE LA RÉFORME

MEMBRES MDA-A50+
- 20% FORFAIT
EXPOS + CONCERT

LOTIERIE ROMANDE

AVEC LE SOUTIEN DE LA VILLE DE GENÈVE

FRANÇOIS & MARIE-FRANCE MINKOFF FONDATION

CONDITIONS DE PARTICIPATION AUX SPORTS

Voir également les conditions générales de participation p. 8.

Marchons Ensemble, Petite Montagne, Evasion Montagne et Ski Plaisir

- Équipement : voir les conditions générales p. 8.
- Les programmes de marches et sorties de ski sont disponibles au secrétariat et sur notre site.
- En cas de temps incertain, téléphoner au chef de course.

Petite Montagne, Evasion Montagne et Ski Plaisir

- Les déplacements se font avec les véhicules privés mis à disposition par les participants.
- Conducteurs et passagers doivent être couverts conformément aux limites de l'assurance responsabilité du véhicule.
- Une participation au transport est demandée pour défrayer le chauffeur, l'accompagnateur ou le chef de course.

Ski Plaisir

- Il n'y a pas de cours, les participants doivent savoir skier (moyens et avancés).
- Ski uniquement en petits groupes (4-5 pers.). Pas de ski en solitaire.

Tir à l'Arc Information auprès de François Debonneville (voir p. 23)

Curling Information dans le bulletin d'août-décembre 2021.

► POUR VOUS INSCRIRE

Marchons Ensemble : avec le formulaire de la p. 9 ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84

Petite Montagne et Évasion Montagne : par e-mail auprès de Gérard Borgognon à gborgognon@sunrise.ch ou exceptionnellement par whatsapp ou sms au 076 335 43 47

Ski Plaisir : auprès du secrétariat au 022 329 83 84

Tir à l'Arc : auprès de François Debonneville (voir p. 23)

Curling : information dans le bulletin d'août-décembre 2021.

En participant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

marchons ensemble

Randonnées faciles en plaine dans le canton de Genève et ses environs, ainsi qu'en moyenne montagne!

Amis de marches faciles en plaine, préparez vos chaussures !

Nous sommes très heureux de vous proposer, dès le mois d'avril, la reprise des marches de Marchons Ensemble.

Un très grand merci aux animatrices et animateurs de cette toute nouvelle équipe de chef-e-s de course qui se réjouissent de faire votre connaissance et passer en votre compagnie un agréable moment dans la nature sur les chemins de nos campagnes.



16
avril

Vendredi

**DU PRIEURÉ DE ST-JEAN
AU BOIS DE LA BÂTIE**

Depuis le prieuré de St Jean, nous monterons vers la rue de St Jean, traverserons le petit parc qui surplombe les falaises, prendrons le sentier du promeneur solitaire, traverserons l'Arve sur la passerelle de la Jonction jusqu'au Bois de la Bâtie, retour à la Jonction.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche

Transport : tram 14, bus D, arrêt Palladium, monter le Pont Sous-Terre jusqu'au Parc de St Jean

Rendez-vous : 14h30 au Jardin du Prieuré de St Jean

Durée : 2h-2h30

Cheffe de groupe : Martine Graf (079 892 74 28)

Groupe limité à 12 personnes



cc-by-sa-2.0

20
avril

Mardi

MARAIS DE SIONNET

Vrai petit paradis des amateurs de calme et nature sauvage, avec en prime, se découpant dans le bleu du ciel les Voirons et le Mont Blanc. Nous commencerons par longer la Seymaz pour déboucher ensuite dans les marais de Sionnet et poursuivre en direction du joli village de Corsinge et terminerons en arrivant à Meinier où deux tea-rooms pourront nous accueillir.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche

Transport : Départ Bus 1, 9, 34, 38 Retour Bus A

Rendez-vous : 14h Arrêt La Seymaz Chêne-Bougeries

Durée : 2h

Cheffe de groupe : Erna Carlucci (077 429 92 36)



CC BY-SA 3.0

27
avril

Mardi

SATIGNY-PEISSY-CHOULLY-BOURDIGNY-SATIGNY

Belle sortie avec plusieurs curiosités architecturales à voir.

Niveau : facile

Transport : Train

Rendez-vous : 14h Gare Cornavin

Durée : 2h

Cheffe de groupe : Jacqueline Burnier (077 489 21 80)



CC BY-SA 4.0

6
mai

Jeudi

CITE UNIVERSITAIRE – BERGES DE VESSY

En passant par Conches, nous traverserons l'Arve, visite éventuelle d'une expo à la Maison du Futur aux Berges de Vessy le cas échéant, puis nous rejoindrons le pont de Carouge en longeant l'Arve.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche

Transport : bus 3 ou 21, arrêt Crêts-de-Champel

Rendez-vous : 14h30 devant la Cité Universitaire

Durée : 2h30- 3h

Cheffe de course : Martine Graf (079 892 74 28)

Groupe limité à 12 personnes



CC BY-SA 3.0

11
mai

Mardi

LES TEPPE DE VERBOIS

Depuis la gare de Russin, nous évoluerons dans le vignoble et entrerons dans Le site des Teppes de Verbois, qui est une zone de nature protégée le long du Rhône, en aval du barrage de Verbois sur la rive droite du Rhône. La promenade nous offrira l'opportunité de nous arrêter dans des affûts pour observer la faune avicole. La promenade se terminera à notre point de départ.

Niveau : facile, chemin caillouteux/boueux, selon la météo

Transport : Train

Rendez-vous : 08h15 Gare de Russin devant le distributeur de billets

Durée : 2h

Chef de groupe : Jean-Pierre Thoma (079 701 01 44)

Remarque : n'oubliez pas vos jumelles.



CC BY-SA 3.0

12
mai

Mercredi

COLLEX-ORNEX

Belle balade du village de Collex à Ornex, nous ferons une boucle en marchant sur des chemins à travers champs, sur une vélo route et en traversant des bois, marche assez longue qui nous ramènera à notre point de départ en ayant fait plusieurs kilomètres en boucle.

Niveau : Moyen-longue marche, bonnes chaussures, eau et en-cas

Transport : Bus 20

Rendez-vous : 14h arrêt Bossy

Durée : 3h30

Cheffe de groupe : Joëlle Allaman (078 613 73 10)

Remarque : Cheffe de course toujours accompagnée de ses deux petites chiennes.



19
mai

Mercredi

DE CEDRE EN CEDRE

Promenade du jardin Botanique au parc La Grange, traversée du lac en mouette.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche

Transport : Mouette ligne M4

Rendez-vous : 11h Entrée principale du jardin Botanique (angle rue de Lausanne-Avenue de la Paix)

Durée : 3h

Cheffe de groupe : Nicole Debonneville (079 844 58 02)

Remarque : Pique-nique au bord du lac



CC BY-SA 4.0

25
mai

Mardi
BOSSY-COLLEX CENTRE

Première partie sur route puis en forêt. Le muguet sera peut-être en fleurs.

Niveau : facile
Transport : bus 20
Rendez-vous : 14h arrêt Bossy
Durée : 1h45
Cheffe de groupe : Jacqueline Burnier (077 489 21 80)



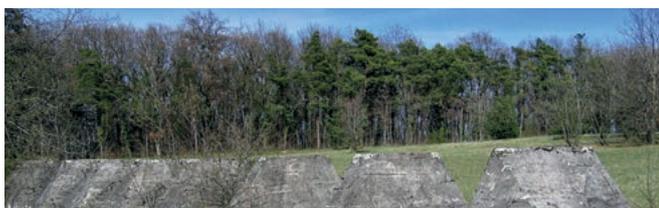
CC BY-SA 3.0

4
juin

Vendredi
LES BORDS DE LA LAIRE DE CHANCY À AVUSY

Depuis le village de Chancy, situé à la frontière française et non loin du Jura, nous rejoindrons La Laire, une des dernières rivières libres du canton de Genève qui serpente dans un petit vallon boisé. Grâce à un microclimat, la région est un joyau qui permet à de nombreuses espèces tant animales que végétales d'y trouver refuge. Notre promenade se terminera au village d'Avusy.

Niveau : facile, randonnée forestière
Transport : Bus TPG K
Rendez-vous : 08H10 Chancy village, Arrêt TPG
Durée : 2h00 selon les découvertes
Chef de groupe : Jean-Pierre Thoma (079 701 01 44)



CC BY-SA 3.0

9
juin

Mercredi
SENTIER DES TOBLERONES

Très jolie balade le long de la rivière La Promenthouse situé vers la ville de Gland (VD). Nous partirons du village de Vich situé juste en-dessus de Gland et descendrons le long de la rivière le long du chemin arborisé et bucolique jusqu'à la route Suisse et monterons par le même chemin.

Niveau : Moyen-longue marche, bonnes chaussures, eau et en-cas
Transport : Depuis la gare de Gland prendre le car postal départ à 13h25 et arrivée à Vich à 13h31
Rendez-vous : 13h30 sur la petite place à Vich
Durée : 4h
Cheffe de groupe : Joëlle Allaman (078 613 73 10)
Remarque : Cheffe de course toujours accompagnée de ses deux petites chiennes.



CC BY-SA 3.0

15
juin

Mardi
DRIZE DE CAROUGE A CROIX-DE-ROZON

Nous longerons parfois à distance le cours d'eau.

Niveau : facile, chemin caillouteux, racines
Transport : trams 12 ou 18
Rendez-vous : 14h arrêt de Stael
Durée : 2h30
Cheffe de groupe : Jacqueline Burnier (077 489 21 80)



CC BY-SA 4.0

23
juin

Mercredi
VESENAZ A HERMANCE

Depuis le rond-point de Vézenaz, arrêt Petray (Bus G), nous commençons notre balade sur le chemin de Petray vers le hameau de Saint-Maurice. Nous continuons vers Corsier village en admirant la vue du lac et Jura à notre gauche. Ensuite, nous passons par Anières entre les vignes, puis Chevrens jusqu'à notre destination à Hermance.

Niveau : facile
Transport : Départ Bus G Retour Bus E ou 38
Rendez-vous : 13h45 Arrêt Petray, Bus G
Durée : 3h
Chef de groupe : Jonathan Weiner (079 509 07 08)



30
juin

Mercredi
DU PARC STAGNI A VILLETTE

Du Parc Stagni nous rejoindrons la Seymaz que nous suivrons jusqu'à Villette, retour avec le bus 8, pic-nic éventuel au parc des Falaises, route de Florissant.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche
Transport : Tram 12 ou 17, arrêt Grange-Falquet
Rendez-vous : 9h30 devant l'entrée du parc Stagni
Durée : 2h à 3h
Cheffe de groupe : Martine Graf (079 892 74 28)
Groupe limité à 12 personnes



CC BY-SA 4.0

2
juillet

Vendredi

VIA JACOBI, DE NYON A COPPET

A travers campagne, bois et villages, découverte d'une étape du chemin de Saint-Jacques sur sol Suisse.

Niveau : moyen, bonnes chaussures de marche
Transport : Train jusqu'à Nyon, retour en train depuis Coppet
Rendez-vous : 10h Hall principal – Gare Cornavin
Durée : 3h30
Cheffe de groupe : Nicole Debonneville (079 844 58 02)
Remarque : chacun, chacune achète ses propres billets



6
juillet

Mardi

LE LONG DE L'ARVE

Boucle au fil de l'Arve. Départ du pont de Sierne en longeant l'Arve côté gauche, par des chemins ombragés, jusqu'au pont d'Etrembières puis retour par l'autre rive. Nous passerons devant l'étang des Iles où dans une roselière, nous verrons des canards, des poules d'eau et autres oiseaux. A l'arrivée au pont de Sierne une jolie terrasse au bord de l'eau pourra nous accueillir.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche
Transport : Bus 9 et 34
Rendez-vous : 14h00 Arrêt Pont de Sierne
Durée : 2h
Cheffe de groupe : Erna Carlucci (077 429 92 36)



CC BY-SA 3.0

10
août

Mardi

TOUR DE L'AIRE

Au départ de Confignon, nous nous rendrons au bord de l'Aire renaturée dont les travaux de l'avant dernière étape se sont terminés en 2016. Nous longerons cette rivière genevoise qui prend sa source au pied du Salève jusqu'à la frontière française. Le retour s'effectuera par les champs pour nous rendre au point de départ par la zone agricole puis Lully.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche
Transport : Bus TPG 14, 47, 48, L, J, K
Durée : 3h
Rendez-vous : 14h Croisée de Confignon, Arrêt TPG tram 14
Chef de groupe : Jean-Pierre Thoma (079 701 01 44)



CC-BY-SA-2.0

18
août

Mercredi

LA SEYMAZ ET SES MARAIS

Nous commençons notre balade en admirant la belle vue du lac et Jura depuis la crête de La Capite. Ensuite, nous empruntons le chemin des Combes avec le Marais de la Touvière à notre gauche. Nous longeons La Seymaz jusqu'au Marais de Sionnet, où on peut souvent entendre le chant des grenouilles et voir une variété d'oiseaux. Nous continuons notre balade en suivant La Seymaz vers le village de Choulex, où il y a la possibilité d'un arrêt boisson. En prenant la route de Choulex, nous traversons les vignes pour arriver au Carre d'Aval. Puis, en passant par Le Carre d'Amont, nous terminons notre circuit à La Capite.

Niveau: facile
Transport : Bus A
Rendez-vous : 13h45 Arrêt Capite
Durée : 3h
Chef de groupe : Jonathan Weiner (079 509 07 08)



CC BY-SA 4.0

24
août

Mardi

CHÂTEAU DE ROUELBEAU, CORSINGE, MEINIER, SAINT-AURICE, VESENAZ

De la crête de la Capite, nous admirons la vue du lac et Jura, puis descendons parmi les champs et vignes pour visiter les ruines du Château Rouelbeau. Ensuite, nous longeons le verger de Meinier et traversons les champs vers le hameau de Corsinge. En passant par Les Murailles nous nous dirigeons vers le village de Meinier (possibilité de s'arrêter ici). De Meinier, nous continuons vers le hameau de Saint-Maurice et revenons via le chemin de Petray pour finir la balade à Vésénaz centre.

Niveau : facile, bonnes chaussures de marche
Transport : Départ Bus A Retour Bus E ou G
Rendez-vous : 13h45 Arrêt Capite, Bus A
Durée : 3h
Chef de groupe : Jonathan Weiner (079 509 07 08)

petite montagne & évacion montagne

► POUR VOUS INSCRIRE AUX MARCHES DE PETITE MONTAGNE ET ÉVASION MONTAGNE

Voir également les conditions générales de participations p. 8

les inscriptions se font uniquement par e-mail auprès de Gérard Borgognon à gborgognon@sunrise.ch ou exceptionnellement par whatsapp ou sms au 076 335 43 47.

En vous inscrivant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

NOTA BENE : Les annulations ou infos importantes sont avisées par le ou la chef.fe de course par courriel la veille de la marche au plus tard à 20h30. Seuls les participant.e.s sans adresse électronique seront avisé.e.s par téléphone ou sms.
N'oubliez donc pas de consulter votre messagerie électronique la veille du départ ou votre téléphone !

Rappel : pour la participation aux frais de transport, merci de venir avec l'appoint correspondant au prix indiqué.

- Voir les conditions de générale de participation p. 8
- Voir les téléphones des chef.fe.s de course dans le tableau p. 23
- Pour en savoir plus, consulter le descriptif des courses sur notre site <http://a50plus.ch>

PETITE MONTAGNE - RANDONNÉES DU LUNDI

16 personnes maximum par course (ou selon situation sanitaire)

Marches faciles en moyenne montagne

jour/date	but de la randonnée	région	niveau	alt.max	dénivelé	durée	départ	rdv	prix*	responsable(s)	
AVRIL											
6	<i>Pâques</i>										
12	De la Plaine à La Laire / Chancy	Dp Cornavin	9h18	M	450	220	3h30	9h10	CFF	0.-	G. Ploujoux
19	Chapelle Riantmont	Vesancy		F1	770	280	4h10	9h00	BA	10.-	G.Vulliet + C. Lambert
26	<i>Proposition bienvenue</i>										
MAI											
3	<i>Proposition bienvenue</i>										
10	Pertes de la Valserine	Bellegarde		F1	450	200	4h00	9h00	BA	15.-	F.Henry
17	Tête de l'Ecuteux	Chez Béroud		M	1627	620	4h00	9h00	CB	10.-	H.Dunant + M.Liver
24	<i>Pentecôte</i>										
31	Hauts de Taninges & Giffre	Taninges		F1	940	400	4h00	8h30	CB	15.-	L.Born + A.Bréthaut
JUIN											
7	Tré le Saix en boucle	Ermont-Bellevaux		M	1530	570	4h15	8h00	CB	20.-	B. Vaney
14	Genolier-Château St-Cergues	Genolier		F2	1130	600	4h00	8h00	BA	10.-	B. Bosshard + F.Henry
21	Croix de Colomban	La Clusaz		F1	1734	350	3h30	8h00	CB	20.-	M.J.Weiner
28	Le Gâteau	Praz-sur-Arly		F3	1588	550	4h00	8h00	CB	25.-	B. Granjean

Les "postes" ouverts peuvent recevoir une proposition ou être utilisés pour une course reportée pour cause de météo.

Niveaux (niv.) F1 = très facile accessible à tous
F2 = facile attention durée + état des chemins
F3 = moins facile, dénivelé important
M = moyen (plus difficile que F3)

Rendez-vous (rdv)
BA = devant la station-service Migrol de Balaxert, Tram 14 ou 18 – Bus 10
CB = Salle communale Chêne-Bougeries, tram 12
CFF = Gare Cornavin
JON = Jonction

ÉVASION MONTAGNE - RANDONNÉES DU JEUDI

16 personnes maximum par course (ou selon situation sanitaire)

Marches faciles, moyennes et difficiles en moyenne montagne

jour/date	but de la randonnée	région	niveau	alt.max	dénivelé	durée	départ	rdv	prix*	chef de course	
MARS											
25	Boucle Renfile										
AVRIL											
1	Sentier du Rhône	Jonction-La Plaine		M	420	450	5h	8h30	Jon	0.-	A-M. Mossière
08	De la Plaine à Soral	Dp Cornavin	9h18	M	450	330	4h15	9h10	CFF	0.-	G. Ploujoux
15	<i>Proposition bienvenue</i>										
22	Mont Bénand	Bernex - F		M	1280	500	5h00	8h30	CB	20.-	M. Cottin
29	Les Voirons	Vallée Verte		M	1480	680	4h30	8h30	CB	10.-	M. Sturzenegger
MAI											
6	Col de l'Ebat	Usillon		MD	1701	800	5h30	8h30	CB	15.-	G. Ploujoux
11	11-14 mai – 3nuits	Autour des sources du Doubs et du Lison (<i>info auprès de Marie-Pierre Maystre</i>)									
13	La Dôle en boucle	Givrine		M	1677	630	4h30	8h30	BA	15.-	P. Hofmann
20	Croix Cartier	Col des Aravis		MD	1834	750	5h30	8h00	CB	20.-	M.Cottin
27	Petite Aig. Verte-Lac de Lessy	Chinailon		D	2045	1000	4h30	8h30	CB	20.-	C. Jaccard
JUIN											
3	Pointe d'Uble	Praz-de-Lys		MD	1963	950	4h30	8h00	CB	15.-	J. Blulle
10	Petit & Grand Croisse-Baulet	Megève		MD	2236	860	4h30	8h30	CB	25.-	B. Vaney
17	Plan du Salève par C.Servant	Archamps		MD	1348	850	5h00	8h30	CB	10.-	G. Borgognon
24	Colomby de Gex	Eschenvex		D	1688	1000	5h00	8h30	BA	10.-	T. Carrier

Les "postes" ouverts peuvent recevoir une proposition ou être utilisés pour une course reportée pour cause de météo.

Niveaux (niv.) F = facile M = moyen MD = moyen-difficile D = difficile TD = très difficile

Téléphones des chefs/cheffes et responsables de course de Petite Montagne (PM) et Évasion Montagne (EM)

Coordinateur (PM+EM) Gérard Borgognon 076 335 43 47 - 022 735 43 47

Blulle Josiane	022 794 12 77	076 430 12 77	Jaccard Christine	022 300 36 52	079 304 08 84
Born Lilly	079 455 91 87		Lambert Claire		077 504 32 25
Bosshard Brigitte	022 794 91 38	079 321 01 08	Liver Muriel	022 525 69 29	076 469 60 74
Bréthaut Andrée	079 367 41 68		Maystre M.-P.	022 735 15 70	076 426 80 38
Carrier Thierry	022 543 24 89	079 283 78 08	Mossière Anne-Marie	022 771 21 16	079 237 04 93
Cottin Maryse	022 752 17 11	077 409 77 69	Ploujoux Gilbert	022 792 02 45	079 629 32 85
Dunant Huguette	022 348 01 40		Sturzenegger Mireille	022 346 63 53	079 365 44 75
Grandjean Béatrice	022 348 29 85	079 208 40 28	Vaney Birgit	022 752 28 20	079 612 02 54
Henry Florence	022 798 61 65	076 443 57 02	Vulliet Gaby	022 755 25 77	077 429 11 83
Hofmann Pierre	022 557 91 18	076 321 91 18	Weiner Myriam + Jonathan	022 752 48 43	079 432 85 10

APPEL POUR ORGANISER DES MARCHES ET COMPLÉTER NOS 2 PROGRAMMES

2 marches pour Petite Montagne : 26.04.21 + 03.05.21

1 marche pour Évasion Montagne : 15.04.21

Nous prions les cheffes et chefs de courses, ainsi que tout autre membre intéressé à organiser et accompagner une ou plusieurs marches pour les dates indiquées, de contacter dès que possible Gérard Borgognon au 076 335 43 47 - 022 735 43 47 - gborgognon@sunrise.ch.

Merci d'avance pour votre précieuse collaboration !



tir à l'arc

REJOIGNEZ NOS ARCHERS !

Club tous niveaux, initiation, entraînement et tournois

Entraînement tous les lundis et jeudis de 10h à 12h. Comprenant une trentaine de membres, les adeptes du tir à l'arc se réunissent deux fois par semaine. Les séances ont lieu en salle l'hiver et sur un terrain en plein air l'été, dans une ambiance où les archères et archers partagent leur enthousiasme dans le respect et l'amitié.

Cotisation annuelle : 100.- CHF

Mise à disposition du matériel pour les débutants.

Hiver : Centre sportif du Bois-des-Frères - Chemin de l'Écu 24 - 1219 Le Lignon (bus 6 et 19 arrêt Bois-des-Frères et 51 arrêt Ecu / parking gratuit sur place)

Été : Centre sportif du Bout-du-Monde - Route de Vessy (terrain à côté du Pont de Vessy) (bus 11 et 21 arrêt Bout-du-Monde / parking gratuit sur place)

Renseignements et inscriptions : François Debonneville - 079 240 83 70 - fdebonneville@bluewin.ch

Formation : Michel Larpin 079 201 81 47 - mlarpin@bluewin.ch

Responsable du club : Aloïs Ulrich

ski plaisir

SKI RENCONTRE, SKI SÉCURITÉ, SKI PLAISIR...

Reprise en décembre 2021 (infos dans notre bulletin d'août-décembre)

curling

Information sur la saison 2021-22 du club de curling MDA-CCGE dans notre bulletin d'août-décembre.



CENTRE DE FITNESS & COACHING

offre spéciale pour les membres du MDA-A50+

Contact humain et programme personnalisé dans une ambiance conviviale et sportive !

Situés dans les locaux du curling club de Genève au Centre sportif de Sous-Moulin, nos espaces ont été conçus pour un entraînement ludique et pratique en accès libre ou coaché. Matériel de dernière génération et connecté (wifi, tv). Service de coaching privé et physiothérapie sur demande avec notre équipe diplômée et qualifiée.

Abonnements à tarifs réduits uniquement sur présentation de votre carte de membre MDA-A50+ 2021

annuel plein temps (horaires ci-dessous) renouvelable librement **79.- CHF** (au lieu de 139.- CHF)

annuel plein temps (horaires ci-dessous) versement unique **750.- CHF** (au lieu de 960.- CHF)

annuel temps partiel (horaires ci-dessous) versement unique **710.- CHF** (au lieu de 750.- CHF)

Evolutif - Route de Sous-Moulin 39 - 1226 Thônex - www.evolutif.ch - 022 860 02 13 - info@evolutif.ch

Horaires (plein temps) : lu + je 8h-21h | ma - me - ve 9h-21h | sa 9h-17 | di 9h-14h

(temps partiel) : lu + je 8h-11h30 14h-16h30 | ma - me - ve 9h-11h30 14h-16h30 | sa 9h-17h | di 9h-14h

CONDITIONS DE PARTICIPATION AUX AMIS DU RAIL, GENÈVE CULTURE ET RESTAURANT DÉCOUVERTE

Voir également les conditions générales de participation p. 8

- Date limite pour les inscriptions : voir la date indiquée pour chaque excursion ou visite.
- Les personnes qui ne sont pas inscrites dans les temps indiqués ne sont pas acceptées.
- **En cas d'empêchement, avertir au plus vite, mais au plus tard 4 jours avant le jour de l'excursion ou de la visite, le secrétariat afin de libérer la place pour une personne en liste d'attente.**
Passé ce délai, le règlement des frais (repas, entrée, guide...) est exigé.

Amis du Rail

Abonnement général CFF ou carte journalière (à acheter dans votre commune ou à l'Arcade d'information de la Ville de Genève située au 2 bd Carl-Vogt). Supplément éventuel sur les lignes de cars postaux touristiques.

► POUR VOUS INSCRIRE

Amis du Rail : avec le formulaire de la p. 9 ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84
Genève Culture : avec le formulaire de la p. 9 ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84
Restaurant Découverte : avec le formulaire de la p. 9 ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84

En participant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE

restaurant découverte

DÉCOUVERTE DE RESTAURANTS GENEVOIS

En raison de la persistance du COVID-19, aucune sortie n'est prévue avant juillet.

genève culture

VISITES D'EXPOSITIONS, MUSÉES, ENTREPRISES ...

En raison de la persistance du COVID-19, aucune sortie n'est prévue avant juillet.

GENÈVE CULTURE A BESOIN DE VOUS !

Pour assurer la suite du programme 2021 et compléter notre équipe, nous cherchons plusieurs personnes (femmes et hommes) aimant organiser et accompagner des visites culturelles dans le canton de 1h à 2h.

Pour en savoir plus ou proposer vos services, merci de contacter notre secrétariat au 022 329 83 84 ou secretariat@a50plus.ch

amis du rail

EXCURSIONS EN TRAIN À TRAVERS LA SUISSE

Les sorties ont lieu par n'importe quel temps.

Lieu de rendez-vous :

guichets CFF, 20 minutes avant le départ du train

Inscription avec le formulaire de la p. 9 ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84 ou au 2 bd Carl-Vogt.

NB : les heures indiquées sont sujettes à modification. Les éventuels changements seront précisés lors de votre inscription et sur notre site www.a50plus.ch

Merci Rolande !

Nous avons appris durant les vacances de Noël que Rolande Golay était décédée. N'ayant pas pu vous en informer dans notre précédent bulletin, nous profitons de celui-ci pour le faire.

Membre du comité du MDA de 2001 à 2009 et responsable des Amis du Rail de 2002 à 2015, Rolande était, malgré ses problèmes de santé, une bénévole infatigable. En dehors de son implication de près de 15 ans au MDA-A50+, elle était en outre engagée dans d'autres activités sociales qui l'interpellaient.

Nous transmettons à Edmond, son compagnon de tous les jours, ainsi qu'à sa famille et à ses proches, nos très cordiales pensées, accompagnées de nos sincères condoléances et de notre sympathie.

Au nom du comité et des permanents du MDA-A50+

Olivier Chenu
Secrétaire général



15 avril

Jeudi

ZUG (ZG 415m)

Envie...d'explorer la très pittoresque vieille ville de Zug, de vous promener au bord du lac, de flâner dans l'oasis de verdure du Pak Hopper, sans oublier de déguster les spécialités sucrées « Kirschtorte », « Baarer Räben »...

Cette sortie est pour vous !

Si les conditions le permettent, nous mangerons ensemble au restaurant : menu à 30.- CHF, viande ou végétarien à préciser lors de l'inscription. Sinon, ce sera pique-nique !

	arrivée	départ	
Genève		08.15	Via Neuchâtel
Zürich	10.56	11.10	
Zug	11.31	16.31	
Luzern	16.51	17.00	
Genève	20.01		

Accompagnement : Marylise Simonin (079 466 90 16) et Elisabeth Schätti

maximum 30 personnes

Inscription jusqu'au 29 mars



27
mai

Jeudi

TRUBSCHACHEN (BE 731m)

A la découverte de quelques trésors de l'Emmental. Le bourg de Trubschachen possède un musée rural et une poterie qui perpétue la tradition de l'Emmental, que nous visiterons en deux demi-groupes. Nous mangerons au Café de la Poterie. En fin de journée, nous irons à Kambly Expérience, le magasin d'usine de la célèbre biscuiterie, où il sera possible de découvrir les quelques 100 sortes de biscuits produits par Kambly. Une journée d'immersion dans l'atmosphère traditionnelle de l'Emmental.

	arrivée	départ
Genève		07.42
Berne	09.26	09.36
Trubschachen	10.12	17.44
Berne	18.26	18.34
Genève	20.18	

Prix : 10.- CHF (entrée musée et guide)

Repas pris ensemble (menus proposés dans le train)

Accompagnement : Jean-Marc Meyer (077 439 93 52) et Jacqueline Guegano

30 participants maximum
Inscription jusqu'au 12 mai



17
juin

Jeudi

ROSSINIÈRE (VD 920m)

« De Fil en Aiguille » ou la technique de « yarn bombing » devenue en Europe un nouveau mode d'expression urbain et un véritable art de rue. Pour une toute première. Rossinière va s'habiller de mille couleurs en tricot, crochet et patchwork.

Village très pentu, n'hésitez pas à prendre vos bâtons !

Le parcours de cette exposition nous permettra d'admirer aussi les magnifiques façades en bois des anciens chalets suisses (XVII et XVIII), notamment celui du peintre Balthus et de nous plonger dans son univers lors de la visite de sa chapelle-fondation.

Repas à Saanen : occasion de voyager à bord d'un train Belle Epoque dans l'esprit de l'Orient Express, de flâner dans ce très touristique village, près de Gstaad et de visiter le musée du folklore et ethnologie.

Repas : 4 menus, dont un végétarien, proposés dans le train (de 32 à 34.- CHF).

	arrivée	départ
Genève		07.11
Montreux	08.10	08.50
Rossinière	09.53	12.53
Saanen	13.20	17.39
Montreux	19.10	19.15
Genève	20.31	

Prix : 30.- CHF (supplément trains + musée) à payer au secrétariat.

Accompagnement : Maria Canaveira (076 370 81 96) et Marilyne Simonin

30 participants maximum
Inscription jusqu'au 1^{er} juin

24
juin

Jeudi

ABBAYE DE SANKT URBAN (LU - 507m)

Sortie prévue le 11 mars, reportée en raison des restrictions sanitaires. L'abbaye cistercienne de Sankt Urban fondée en 1194 a connu des fortunes diverses. En 1690, un bâtiment baroque est construit pour accueillir les pèlerins. Une église et des bâtiments conventuels baroques sont construits dès 1711. L'abbaye est supprimée en 1848, la clinique psychiatrique cantonale de Lucerne s'y installe de 1873 à 1987. Bien culturel d'importance nationale.

Visite guidée d'une heure. Repas pris ensemble dans l'auberge attenante au couvent (menus proposés dans le train).

	arrivée	départ
Genève		08.42
Berne	10.26	10.38
Langenthal	11.10	11.20
St Urban	11.28	15.56
Langenthal	16.07	16.12
Olten	16.24	16.40
Genève	18.45	

Prix : 7.- CHF (guide en français, entrées église + bibliothèque) à payer dans le train.

Accompagnement : Jean-Marc Meyer (077 439 93 52) et Luc Fontaine

30 participants maximum
Inscription jusqu'au 10 juin

15
juillet

Jeudi

LAC D'EMOSSON – VISITE DU BARRAGE (VS 1965m)

Déconseillé aux personnes souffrant de vertige et de claustrophobie. Situé dans le Valais le barrage d'Emosson construit entre 1969 et 1975 est le 2^{ème} barrage le plus important de Suisse. Montée en bus et descente vertigineuse avec les trois attractions sur rail uniques qu'est le VerticAlp. Visite du barrage de 2 heures. Repas pris en commun au restaurant du barrage avec ses spécialités valaisannes. Temps libre pour se balader au bord du magnifique lac.

Prévoir des habits chauds et de bonnes chaussures de marche. Nombreux escaliers.

	arrivée	départ	
Genève		07.29	
Martigny	09.09	09.18	
Finhaut	09.48	09.49	Bus
Lac Emosson	10.09		
Lac Verticalp		17.25	Fun 336
Pied du Barrage	17h32	17h35	Régional touristique
Les Montuires	17h46	18h05	Fun 136
Le Châtelard	18.14	18.25	TMR Régional
Martigny	19.07	19.16	
Genève	20.50		

Prix : 30.- CHF (guide 15.- CHF + VerticAlp 15.- CHF) à régler dans train.

Accompagnement : Luc Fontaine (079 629 16 58) et Martine Ferrero

30 participants maximum
Inscription jusqu'au 9 juillet

19
août

Jeudi

SCHWARZSEE (FR 1047 m)

A la frontière de la Romandie et de la Suisse alémanique, le Lac Noir, un lac idyllique au milieu des hautes montagnes.

	arrivée	départ
Genève		07.59
Genève	19.01	

Accompagnement : Michel Deco (079 634 58 36) et Jacqueline Guegano

Inscription dès le 2 août.

ÉVASION SENIORS

Programme d'excursions 2021

Comme nous vous l'avions promis, nous sommes très heureux de vous proposer dès le mois d'avril un programme d'excursions en car et en minibus haut de gamme qui présentent des conditions optimales de confort et de sécurité.

Pour votre agrément, nous avons choisi 2 grandes entreprises genevoises de transport (Aloha Transport et Genève-Tours) qui mettent à notre disposition un parc de véhicules récents (4 ans maximum) de grande qualité avec chauffage, air conditionné et toilettes (uniquement pour les cars de 50 places).

Les cars de 50 places (dès 20 participants) **et de 21 places** (de 12 à 19 participants) seront conduits par un chauffeur professionnel. Il sera également accompagné par l'organisateur de l'excursion, un-e membre du MDA-A50+, (voire par un 2^e accompagnateur suivant le nombre de participants) qui vous accueillera et vous guidera.

Les minibus de 13 places (de 6 à 11 participants) seront conduits par un chauffeur bénévole du MDA-A50+. S'il n'a pas organisé lui-même l'excursion, il sera alors accompagné par l'organisateur de l'excursion, un-e membre du MDA-A50+, qui vous accueillera et vous guidera.

Raison pour laquelle nous vous encourageons à participer nombreux à nos excursions. Cela vous permettra de bénéficier des conditions optimum offertes par un car de 21 ou 50 places et d'éviter ainsi l'option d'un minibus de 14 places, certes confortable et sûr, mais néanmoins moins spacieux.

Nous espérons que les conditions sanitaires du moment seront propices aux escapades et que vous aurez beaucoup de plaisir à participer à cette nouvelle version d'excursions.

Afin de promouvoir ces excursions d'un nouveau standing, elles sont également accessibles à des personnes qui ne seraient pas membres du MDA-A50+ (tarif non-membre majoré de 20.- CHF).

Parlez-en autour de vous et participez à Évasion Seniors en compagnie de vos connaissances et amis, même s'ils ne sont pas membres du MDA-A50+ !

Bonne route et belles découvertes !



RENTES GENEVOISES

partenaires de Évasion Seniors

Les Rentes Genevoises sont depuis plus de 160 ans au service de la communauté genevoise. Leur promesse est une garantie unique : elles sécurisent tout patrimoine financier qui leur est confié.

Institution genevoise par excellence, il est naturel que les Rentes Genevoises s'impliquent et participent à des projets destinés à la population genevoise.

En tant que partenaires des Évasion Seniors, les Rentes Genevoises sont heureuses de s'associer au MDA-ACTIVITÉS 50+ et de permettre ainsi à leurs membres de réaliser des projets de vie.

► CONDITIONS D'INSCRIPTION À ÉVASION SENIORS

Voir également les conditions de participations p.8

- Date limite pour les inscriptions : voir la date indiquée pour chaque excursion.
- Une fois inscrit, le règlement de l'excursion reste dû (selon frais d'annulation indiqués ci-dessous)
- Le paiement doit être fait dès réception de la facture, mais au plus tard à la date limite d'inscription, avec le bulletin de versement figurant au bas de la facture, ou directement à la réception de notre secrétariat.

Assurance frais d'annulation et assistance rapatriement

- Si vous n'avez pas d'assurance, ces frais sont à votre charge.
- Afin de vous éviter ces frais, nous vous recommandons de contracter une assurance.

Frais d'annulation pour les excursions d'une journée

- 3 jours et moins avant le jour de l'excursion : 100% du prix
- de 4 à 20 jours avant le jour de l'excursion : 75 % du prix
- plus de 20 jours avant le jour de l'excursion: 10.- de frais administratifs

► POUR VOUS INSCRIRE

Évasion Seniors : avec le formulaire de la p. 9
ou auprès du secrétariat au 022 329 83 84

En participant, vous admettez avoir lu et reconnaissez accepter toutes les conditions de participation.

NOTA BENE: AUCUNE INSCRIPTION N'EST PRISE PAR E-MAIL, NI VIA LE FORMULAIRE DE CONTACT DU SITE



ATTENTION ! NOUVEAU LIEU DE DÉPART
Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Départ : 8h30 Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 17h30 aux arrêts TPG Grand-Saconnex Place et Servette-Ecole

Chauffeur : Christian Cuennet

Prix : 45.- CHF / non-membre : 65.- CHF (transport et visite guidée)

Inscription jusqu'au vendredi 2 avril



CC BY-SA 3.0

28
avril

Mercredi

**BOURG-EN-BRESSE : MARCHÉ, VIEILLE VILLE
MONASTÈRE DE BROU (FRANCE/AIN)**

Matin Promenade libre sur le marché ; folklore garanti ! – Promenade guidée à travers les quartiers anciens et de la cathédrale. **Midi** Repas traditionnel bressan avec ¼ de vin et café. **Après-midi** Visite commentée du Monastère Royal de Brou, ensuite visite libre des trois cloîtres et du musée (riches collections d'art français, flamands et italiens du 15e au 20e siècle).

Départ : 7h15 Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 19h aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts

Chauffeur : Philippe Tièche

Prix : 85.- CHF / non-membre : 105.- CHF

(transport, repas, entrées et visites guidées)

Inscription jusqu'au mercredi 14 avril



CC BY-SA 3.0

6
mai

Jeudi

**ANNECY : MUSÉE DE LA CLOCHE PACCARD
GORGES DU FIER (FRANCE/HAUTE-SAVOIE)**

Matin Créée en 1796, la fonderie Paccard est aujourd'hui l'un des fleurons de l'industrie française. Détentrice d'un savoir-faire ancestral transmis de père en fils depuis 7 générations. La visite sera commentée et vous assisterez à la coulée d'une cloche. **Midi** Repas libre. **Après-midi** Gorges du Fier. Une visite inoubliable d'un site naturel aménagé à 10 km d'Annecy. Un canyon spectaculaire et étroit où l'on avance sur une passerelle fixée dans un rocher au-dessus de la rivière Fier. C'est l'enchantement au cœur de la nature.

Bonnes chaussures souhaitées.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 19h aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts

Chauffeur : Philippe Tièche

Prix : 60.- CHF / non-membre : 80.- CHF (transport, entrée et visite)

Inscription jusqu'au jeudi 22 avril



15
avril

Jeudi

**LE VAUD : VISITE GUIDÉE DU ZOO LA GARENNE
PRANGINS : VISITE DE L'EXPO :
« LA SUISSE EN MOUVEMENT 1750-1920 » (VD)**

Matin Déplacement à Le Vaud pour une visite guidée du zoo d'une heure trente. Le zoo de la Garenne recueille des centaines d'animaux sauvages chaque année pour les soigner, puis les remettre en liberté. **Midi** Repas libre sur place.

Après-midi Départ pour le château de Prangins pour l'exposition « la Suisse en mouvement ». Le visiteur découvrira comment la Suisse de l'Ancien Régime, agricole et pauvre, s'est transformée, en l'espace de 6 générations à peine, en un État moderne et industrialisé.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 18h aux arrêts TPG Grand-Saconnex Place et Servette-Ecole

Chauffeur : Didier Bellardant

Prix : 75.- CHF / non-membre : 95.- CHF (transport et entrées)

Inscription jusqu'au jeudi 1^{er} avril



CC BY-SA 3.0

21
avril

Mercredi

**MORGES : FÊTE DE LA TULIPE
COPPET : CHÂTEAU (VD)**

Matin Morges, sur une superficie de 30'000 m2 vous pourrez musarder librement parmi les massifs de 300 variétés de tulipes.

Midi Repas libre au Signal de Bougy. **Après-midi** Visite guidée des appartements de Mme de Staël et des Necker au château de Coppet. Le château a été construit en 1767 et acquis en 1784 par Jacques Necker, ministre des finances du roi Louis XVI ; il fut célèbre par sa fille Mme de Staël qui en fit un centre littéraire réputé.



CC BY-SA 4.0

12
mai

Mercredi

**PÉROUGES : TOUR DU VILLAGE - VILLARS-LES-DOBES :
PARC DES OISEAUX (FRANCE/AIN)**

Matin Sur la route de la Dombes nous ferons une halte café à Pérouges avec la possibilité de visiter ce village médiéval. Vers midi nous serons au parc des oiseaux de Villars-les-Dombes que nous visiterons librement. **Midi** Repas libre au parc : restaurant ou pique-nique. **Après-midi** Spectacle d'oiseaux en vol.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre
Retour : 19h aux arrêts aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts
Chauffeur : Christian Cuennet
Prix : 60.- CHF / non-membre : 80.- CHF (transport et entrée)

Inscription jusqu'au mercredi 28 avril



CC BY-SA 3.0

27
mai

Jeudi

**VERNAYAZ : GORGES DU TRIENT
CHAMPEX : JARDIN BOTANIQUE ALPIN (VS)**

Matin Trajet par autoroute Genève – Vernayaz. Petit-déjeuner et visite des Gorges par des passerelles en bois construites à flanc de rocher à 3 m au-dessus des flots tumultueux de la rivière. Au-dessus de soi : 200 m de rocher, semblant monter vers l'infini et masquant presque entièrement le ciel. **Midi** Repas libre.

Après-midi Visite guidée du Jardin alpin de Champex. Quatre mille espèces de plantes y fleurissent, aussi bien des espèces de la flore locale, que des massifs montagneux d'Europe et des autres continents.

Attention : cette promenade dans les gorges n'a pas de difficultés particulières, mais il y a des passages sur bois étroits et glissants.

Départ : 7h30 Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre
Retour : 19h aux arrêts TPG Grand-Saconnex Place et Servette-Ecole

Chauffeur : Philippe Tièche
Prix : 60.- CHF / non-membre : 80.- CHF
(transport, entrées et visite guidée)

Inscription jusqu'au jeudi 13 mai



CC BY-SA 4.0

10
juin

Jeudi

**YVOIRE : VISITE LIBRE – SCIEZ :
PARC DES AIGLES DU LÉMAN (FRANCE/HAUTE-SAVOIE)**

Matin Déplacement à Yvoire où vous disposerez de deux heures pour visiter, flâner dans les ruelles du bourg médiéval et/ou boire un café ! 11h départ pour Sciez pour le 1er spectacle « Des aigles et des chevaux ». **Midi** Repas en commun sur place au restaurant. **Après-midi** à 14h15 : 2^{ème} spectacle « Les Seigneurs des Cieux ». Ensuite, temps libre pour flâner dans le parc (possibilité de goûter sur place), puis retour à Genève.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre
Retour : 18h avec arrêts Place de Neuve et Les Esserts

Chauffeur : Didier Bellardant
Prix : 70.- CHF / non-membre : 90.- CHF
(transport, entrée au parc et repas)

Inscription jusqu'au jeudi 27 mai



CC BY-SA 3.0

16
juin

Mercredi

**CANAL DE SAVIÈRES - LAC DU BOURGET :
REPAS-CROISIÈRE (FRANCE/AIN)**

Matin Arrivée à Chanaz et visite de la Brûlerie de Chanaz, artisan torréfacteur. **Midi** Dégustation de vins de Savoie au caveau du restaurant Du Bulle et repas de midi en commun au restaurant. **Après-midi** Croisière : Canal de Savières, écluses du Rhône, lac du Bourget, canal de Savières.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre
Retour : 19h aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts

Chauffeur : Christian Cuennet
Prix : 85.- CHF / non-membre : 105.- CHF
(transport, repas et croisière)

Inscription jusqu'au mercredi 2 juin



20
juin

Dimanche

**VAULX-EN-VELIN : DÎNER-SPECTACLE
AU CIRQUE « IMAGINE » (FRANCE/RHÔNE)**

Matin Transfert à Lyon par l'autoroute, pause-café en route. **Midi** Installation dans le cirque « Imagine » à Vaulx-en-Verlins, dans la banlieue de Lyon. **De 12h30 à 16h env.** : Dîner-spectacle (entrée, plat, fromage et dessert, boissons incluses) mêlant cabaret et arts du cirque. **Fin après-midi** Retour sur Genève via l'autoroute.

Départ : 8h30 Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre
Retour : 19h aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts

Chauffeur : Yves Delieutraz
Prix : 110.- CHF / non-membre : 130.- CHF
(transport, repas et entrée cirque)

Inscription jusqu'au dimanche 6 juin



CC BY 2.0

1er
juillet

Jeudi

ANNEY : VISITE GUIDÉE DE LA VILLE - CHÂTEAU DE MENTHON-SAINT-BERNARD (FRANCE/HAUTE-SAVOIE)

Matin Trajet Genève – Anancy. Visite guidée de la Ville d'Anancy, réputée pour sa vieille ville, ses rues pavées, ses canaux sinueux et ses maisons aux couleurs pastel. **Midi** Repas libre. **Après-midi** Visite guidée du Château de Menthon-Saint-Bernard où la 23^{ème} génération de la famille Menthon nous donne l'opportunité de découvrir son architecture séculaire magnifiquement préservée, ainsi que son mobilier d'exception.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 18h aux arrêts TPG Palettes et Les Esserts

Chauffeur : André Ponthet

Prix : 60.- CHF / non-membre : 80.- CHF
(transport et visites guidées)

Inscription jusqu'au jeudi 17 juin



CC BY-SA 3.0

28
juillet

Mercredi

LAC DE MONTRIOND - GORGES DU PONT DU DIABLE (FRANCE /HAUTE-SAVOIE)

Matin Arrivée au Lac de Montriond vers 9h30 : Marche facile autour du lac, éventuellement baignade. **Midi** Repas libre dans un restaurant aux Lindarets ou pique-nique. **Après-midi** Visite des Gorges du Pont du Diable (ballade 20 à 30 minutes, 110 m de dénivelé, escaliers et passerelles étroites), ensuite départ pour Genève.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 18h30 aux arrêts Muséum et Place de Neuve

Chauffeur : Christian Cuennet

Prix : 45.- CHF / non-membre : 65.- CHF
(transport et entrée Gorges)

Inscription jusqu'au mercredi 14 juillet



CC BY-SA 2.5

5
août

Jeudi

LA NEUVEVILLE : VISITE GUIDÉE DE LA VILLE ET DU MUSÉE D'ART ET D'HISTOIRE – BATEAU SUR ILE SAINT-PIERRE (BE)

Matin Trajet Genève – La Neuveville, une petite ville médiévale, située aux abords du lac de Biemme avec 3700 habitants. Nous aurons droit à une visite guidée de la vieille-ville et du Musée d'Art et d'Histoire. **Midi** Repas libre. **Après-midi** Départ en bateau sur l'île Saint-Pierre, un havre de paix propice aux balades et à la détente. C'est ici que séjourna Jean-Jacques Rousseau en 1765. L'île est en fait une presqu'île, puisque atteignable à pied depuis le village de Cerlier.

Départ : 7h30 Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 19h aux arrêts TPG Gd-Saconnex Place et Servette-Ecole

Chauffeur : André Ponthet

Prix : 80.- CHF / non-membre : 100.- CHF
(transport, visites guidées et trajet en bateau)

Inscription jusqu'au jeudi 22 juillet



CC BY-SA 3.0

24
août

Mardi

CHAMBÉRY VISITES GUIDÉES DE LA VILLE ET DU MUSÉE DES CHARMETTES (FRANCE/SAVOIE)

Matin Déplacement à Chambéry pour une visite inédite : le Château des Ducs de Savoie et sa Sainte Chapelle, ainsi que le centre historique de Chambéry avec ses places, ses allées, ses hôtels particuliers et sa cathédrale. **Midi** Repas libre. **Après-midi** Visite du Musée des Charmettes, maison dans laquelle Jean-Jacques Rousseau séjourna de 1736 à 1742 auprès de Mme de Warens.

Départ : 8h Rue François-Diday, à côté du Grand Théâtre

Retour : 19h aux arrêts Palettes et Les Esserts

Chauffeur : Didier Bellardant

Prix : 75.- CHF / non-membre : 95.- CHF
(transport et visites guidées)

Inscriptions jusqu'au mardi 10 août

Crans-Montana

séjour détente et bien-être

du samedi 3 au dimanche 11 juillet 2021

760.- CHF
en ½ pension

Crans-Montana, un terroir où le contraste est roi !

De la vallée du Rhône au Haut-Plateau, les vignes prédominent. Puis surgit Crans-Montana entourée de forêts de mélèzes, de bouleaux, d'érables et d'épicéas variés. Suivent les alpages et la haute-montagne avec sa caillasse, ses rochers et falaises, ses à-pics vertigineux et ses neiges éternelles (marmottes, chamois, choucas, perdrix des neiges, aigles royaux...). Au cœur des montagnes, l'un des plus beaux panoramas des Alpes s'ouvre à vous avec de multiples possibilités de découvertes : randonnées et balades dans la nature, sports, flânerie et lèche-vitrine dans ses rues décorées et fleuries où le piéton est roi...



PRESTATIONS

- **Séjour de 8 jours à l'hôtel Valaisia *** en ½ pension (7 nuits)**
Grand buffet au petit déjeuner + menu à 4 plats le soir.
- **Chambre double ou simple** avec vue sur les montagnes, Wifi gratuit dans tout l'hôtel, radio, TV, salle de bains et wc.
- **Apéritifs de bienvenue et d'au-revoir, soirée musicale et dansante.** Possibilité de jouer aux cartes ou à des jeux de société dans la cafétéria.
- **Libre accès au centre Wellness.** Fitness et 2 piscines : intérieure eau salée 33°, extérieure eau douce 27°.
- **Transport en car tout confort** (aller-retour)
Départ : 9h30, rue François-Diday, près de la Place Neuve (voir plan sur bulletin d'inscription). Retour rue François-Diday.

Séjour accompagné par André Basarab et Édith Moreillon

PRIX

Chambres 2 lits : 760.- CHF / 1 lit : 860.- CHF

Prix par personne hors TVA, comprenant les prestations indiquées ci-dessus.

Les 4 excursions (voir ci-contre) ne sont pas comprises.

Remontées mécaniques en principe gratuites.

Réservé aux membres du MDA-A50+ sans problème de mobilité.

DATE LIMITE POUR LES INSCRIPTIONS : VENDREDI 14 MAI 2021

Vu le caractère exceptionnel de cette offre et le nombre limité de places, inscrivez-vous au plus vite.

Vue panoramique et accueil chaleureux.

Situé sur le haut-plateau de Crans-Montana, au calme et à proximité du centre du village, l'Hôtel Valaisia vous offre une splendide vue sur les Alpes, du Simplon jusqu'au mont Blanc. Durant votre séjour, tout en vous relaxant, vous apprécierez sa cuisine soignée et ses excellents vins valaisans, ainsi que ses nombreux plus : bains intérieurs d'eau saline à 33 °C, sauna, salle de fitness, jardin avec piscine, chaises longues et pavillon de grillades, jeux (intérieur + jardin).



EXCURSIONS EN OPTION

- Dimanche** 4 juillet
Visite guidée de Crans-Montana à pied.
- Lundi** 5 juillet
Visite d'un encaveur avec dégustation de vins et agapes canapés maison, petits sandwiches... (30.- CHF / pers.)
- Mardi** 6 juillet
Visite du barrage d'Emosson. Transport en bus, Verticalp d'Emosson (funiculaire + train panoramique + minifunic), pique-nique (50.- CHF / pers.). Minimum 15 participants.
- Mercredi** 7 juillet
Marche depuis l'hôtel (env. 1h) et grillades dans la nature. Grillade, dessert, vin, eau, café... (30.- CHF / pers.). Retour à pied ou en bus.
- Judi** 8 juillet
Journée libre
- Vendredi** 9 juillet
Visite du musée des Bisses à Botrye (18.- CHF / pers. comprenant l'entrée au musée + transport en bus).
- Samedi** 10 juillet
Journée libre

Ces prix comprennent les transports, entrées, collations et boissons, sauf le vendredi où il n'y a ni collation, ni boisson.

Il est recommandé aux personnes désirant participer aux excursions et marches de prendre des bâtons et des souliers de marche.

AUTRES ACTIVITÉS LIBRES POSSIBLES

Montée en téléphérique à la Plaine Morte (3000 m), cinéma, bowling, golf, équitation, tennis, badminton, squash...



INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS
MDA-ACTIVITÉS 50+ – Bd Carl-Vogt 2 – CP 14 - 1211 Genève 8
022 329 83 84 – secretariat@a50plus.ch – www.a50plus.ch



TAXIPHONE ASSISTANCE

SERVICES DE TRANSPORTS PERSONNALISÉS ASSURÉS PAR
DES CHAUFFEURS PROFESSIONNELS FORMÉS ET DÉVOUÉS !

NOUVELLES OPTIONS



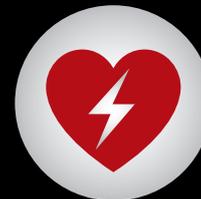
TAXIPHONE Care



TAXIPHONE Full Service



TAXIPHONE
Chien d'Assistance



TAXIPHONE
First Responder



TAXIPHONE Mobility



TAXIPHONE Kids

Véhicules sur mesure et adaptés pour un trajet en toute sécurité !

022 33.141.33



www.taxiphoneassistance.ch

Les aides auditives pour les plus exigeants

Mieux entendre, c'est mieux vivre !

Les nouvelles technologies à votre service pour une meilleure mobilité et sécurité contre l'isolement.



NOVASON[®]
ACOUSTIQUE MÉDICALE
www.novason.ch

NovaSon Eaux-Vives
Rue de la Terrassière 42
1207 Genève
Tél. 022 840 27 40

NOUVEAU NovaSon Cornavin
Boulevard James-Fazy 10
1201 Genève
Tél. 022 738 38 33

NovaSon Champel
Plateau de Champel
1206 Genève
Tél. 022 347 47 66