



Activités seniors près de chez vous

Découvertes culturelles, rencontres,
ateliers, informations sociales et conseils santé

Janvier – Juin 2023

Renseignements :

Point infos

0800 44 77 00 (appel gratuit)

Genève,
ville sociale et solidaire

www.geneve.ch



Objectif 2023 : partager de bons moments

Le vieillissement de la population doit se traduire par la prise en considération des besoins des personnes âgées qui, dans leur majorité, vivent à domicile et en bonne santé.

Pour que cette évolution se conjugue avec une meilleure qualité de vie, le Département de la cohésion sociale et de la solidarité s'efforce de mettre à disposition des informations sur les prestations financières et sociales, sur les prestations de santé, de loisirs, etc. afin de renforcer la cohésion sociale et le vivre ensemble.

Le DCSS dispose d'équipements de grande qualité, les Espaces de quartier, et d'équipes de professionnel.le.s impliqué.e.s au sein des Antennes sociales de proximité qui lui permettent de proposer un riche programme d'activités dans les quartiers. Cette offre complète celle, désormais bien connue, de Cité Seniors, afin de rendre l'ensemble de ces prestations plus accessibles au public aîné.

Au programme santé, bien-être, sécurité et culture. Avec, en prime, des séances de cinéma spécialement conçues pour les aîné.e.s. Véritable levier pour favoriser la qualité de vie à l'échelle de la proximité, ce programme d'activités dans les quartiers favorise les rencontres, les moments de partage, l'ouverture à de nouvelles personnes, la découverte de loisirs inédits, dans une atmosphère chaleureuse. Rester informé.e, s'enrichir au plan personnel et partager des loisirs actifs, en bonne compagnie, sont autant de ressources pour améliorer sa qualité de vie au quotidien.

Pour 2023, l'objectif est ainsi très clair : beaucoup de plaisir à partager.

Christina Kitsos

Conseillère administrative

Rive gauche



Séance de cinéma: Last Dance

En collaboration avec Les Scala

Avant-première du film de Delphine Lehericéy (Suisse) et discussion avec Maria La Ribot, chorégraphe, danseuse et comédienne.



24 janvier – 14 h



Cinéma Les Scala

Rue des Eaux-Vives 23 – 1207 Genève



Sur inscription: 0800 18 19 20



Séance de cinéma: Divorzio all'italiano

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Pietro Germi (Italie) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



31 janvier – 14 h



Espace de quartier Champel

Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève



Sans inscription



Café-récit autour de la culture

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique «Mirabilia» qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges entre les participant.e.s et collation.



3 février – 14 h



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sans inscription



Présentation du nouveau droit des successions

Présenté par Me Frank Merlon pour la Chambre des Notaires de Genève

Informations sur la réforme du droit des successions entré en vigueur le 1^{er} janvier 2023.



10 février – 14 h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème de l'accident vasculaire cérébral

Comment reconnaître et prévenir un accident vasculaire cérébral ?
Comment agir en cas de symptômes ?



14 février – 14h



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: Le Lion de Estrela

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Arthur Duarte (Portugal), dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



8 mars – 10h



Espace de quartier Jonction

Rue Michel-Simon 7 – 1205 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème des rhumatismes

En collaboration avec la Ligue genevoise contre le rhumatisme

Discussion sur le thème des rhumatismes, de l'arthrose et de l'ostéoporose. Comment les prévenir et limiter leur impact sur la qualité de vie ?



14 mars – 14h



Espace de quartier Champel

Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève



Sans inscription



Tous les âges autour du jeu

En collaboration avec la Ludothèque des Eaux-Vives, l'École des Vollandes et le Collectif Autour d'un thé

Une classe de l'école primaire des Vollandes se rend à l'Espace de quartier afin de jouer avec des seniors à des jeux de société mis à disposition par la Ludothèque des Eaux-Vives. Un moment d'échange joyeux entre générations qui se terminera par un goûter.



17 mars – 13h30



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sur inscription



Café-récit autour de la culture

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique «Mirabilia» qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges entre les participant.e.s et collation.



17 mars – 14h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Atelier participatif au Parc Bertrand

En collaboration avec le Service d'urbanisme de la Ville de Genève

Dans le cadre de la révision du plan directeur communal, atelier ouvert aux habitant.e.s, usagères et usagers.



28 mars – 16 h



Parc Bertrand,

sous le couvert à proximité de la pataugeoire



Sans inscription



Tandem au musée

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique « Mirabilia » qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges en binômes entre les participant.e.s et collation.



4 avril – 14 h



Espace de quartier Champel

Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème de la mobilité

Comment favoriser le maintien à domicile et limiter les risques de chutes ?

Conseils pratiques, exercices de renforcement musculaire et travail de l'équilibre.



24 avril – 14 h



Espace de quartier Jonction

Rue Michel-Simon 7 – 1205 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: Peccato che sia una canaglia

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Alessandro Blasetti (Italie) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



28 avril – 14 h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Rencontre avec la Police municipale

En collaboration avec la Police municipale

Conseils et prévention destinés aux seniors pour se prémunir face à certains délits.



5 mai – 14 h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Tous les âges autour du jeu

En collaboration avec la Ludothèque des Eaux-Vives, l'École des Vollandes et le Collectif Autour d'un thé

Une classe de l'école primaire des Vollandes se rend à l'Espace de quartier afin de jouer avec des seniors à des jeux de société mis à disposition par la Ludothèque des Eaux-Vives. Un moment d'échange joyeux entre générations qui se terminera par un goûter.



12 mai – 13h30



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sur inscription



Promenade exploratoire du quartier de Champel

En collaboration avec le Service d'urbanisme de la Ville de Genève

Exploration du quartier en compagnie d'un.e artiste et d'un.e urbaniste. Une promenade interactive et immersive à la découverte du passé, du présent et du futur du quartier.



16 mai – 14 h



Espace de quartier Champel

Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève



Sur inscription



Hypercity

En collaboration avec les Bibliothèques municipales

Redécouverte de la Ville en musique et navigation à travers le quartier en clips et en sons.



17 mai – 10h



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sans inscription



Sentier culturel Plainpalais

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte du quartier au fil d'une balade inédite, des personnalités qui sont venues marquer le site de leur empreinte et des œuvres dans l'espace public. Promenade suivie d'une collation.



26 mai – 14h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Rencontres avec la Police municipale

En collaboration avec la Police municipale

Conseils et prévention destinés aux seniors pour se prémunir face à certains délits.



30 mai – 14 h



Espace de quartier Champel

Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève



1^{er} juin – 10 h



Espace de quartier Jonction

Rue Michel-Simon 7 – 1205 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème de l'audition

Comment fonctionne l'ouïe? Que se passe-t-il lorsqu'on entend mal? Quelles sont les solutions et à qui s'adresser?



5 juin – 14 h



Espace de quartier Plainpalais

Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: Le rivage des murmures

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Margarida Cardoso (Portugal) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



7 juin – 10h



Espace de quartier Eaux-Vives

Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève



Sans inscription



Sentier culturel Cité

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte du quartier au fil d'une balade inédite, des personnalités qui sont venues marquer le site de leur empreinte et des œuvres dans l'espace public. Promenade suivie d'une collation.



20 juin – 10h



Manège en Ville

Rue Julienne-Piachaud 4 – 1204 Genève



Sans inscription

ET ENCORE...



Restons dynamiques !

En collaboration avec Athletica

Marche et exercices adaptés aux seniors.



Tous les mardis – 10h



Parc Bertrand,

départ à proximité de la pataugeoire



Sans inscription



Ateliers informatiques

Aide informatique organisée par Cité Seniors avec le soutien de bénévoles.



Tous les mardis – 14h



Espace de quartier Plainpalais



Tous les mercredis – 14h



Espace de quartier Champel



Tous les jeudis – 14h



Espace de quartier Eaux-Vives



Sans inscription



Excursions des associations de seniors

En collaboration avec des associations de seniors

Sorties à la journée en compagnie des membres de l'association des seniors du quartier. Des frais peuvent être demandés pour certaines activités.

Renseignements auprès de l'Antenne sociale de proximité :

Plainpalais Jonction / Acacias : 022 418 97 60

Eaux-Vives Cité / Champel : 022 418 97 80



Activités dans les Espaces de quartier

Découverte de nombreuses activités destinées aux seniors dans votre quartier.

Renseignements auprès de l'Antenne sociale de proximité:

Plainpalais Jonction / Acacias: 022 418 97 60

Eaux-Vives Cité / Champel: 022 418 97 80

Rive droite



Café Santé sur le thème de l'alimentation

Atelier sur l'importance de maintenir un régime équilibré et riche en protéines. Découverte de recettes simples à réaliser.



24 janvier – 14 h



Espace de quartier Soubeyran

Rue Soubeyran 10 – 1203 Genève



Sans inscription



Présentation du nouveau droit des successions

Présenté par Me Frank Merlon pour la Chambre des Notaires de Genève

Informations sur la réforme du droit des successions entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2023.



3 février – 14 h



Espace de quartier Le 99

Rue de Lyon 99 – 1203 Genève



Sans inscription



Café-récit autour de la culture

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique «Mirabilia» qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges entre les participant.e.s et collation.



10 février – 10 h



Espace de quartier Grottes

Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: Placido

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Luis Garcia Berlanga (Espagne) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



17 février – 10h



Espace de quartier Grottes

Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Genève



Sans inscription



Café-récit autour de la culture

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique «Mirabilia» qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges entre les participant.e.s et collation.



7 mars – 10h



Espace de quartier Sécheron

Rue Anne-Torcapel 2 – 1202 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème de l'accident vasculaire cérébral

Comment reconnaître et prévenir un accident vasculaire cérébral ?
Comment agir en cas de symptômes ?



13 mars – 14h



Espace de quartier Saint-Jean

Quai du Seujet 32 – 1201 Genève



Sans inscription



Qi Gong et bien-être

En collaboration avec Jean-Pierre Albert, enseignant de Qi Gong, et la Haute Ecole de Santé de Genève

Deux rencontres pour découvrir par la pratique le Qi Gong et ses vertus.



14 et 21 mars – 14 h



Espace de quartier Soubeyran

Rue Soubeyran 10 – 1203 Genève



Sur inscription : 022 418 97 90



Séance de cinéma: Le notti di Cabiria

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Federico Fellini (Italie) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



4 avril – 14 h



Espace de quartier Soubeyran

Rue Soubeyran 10 – 1203 Genève



Sans inscription



Tandem au musée

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte de la plateforme numérique «Mirabilia» qui regroupe les plus beaux objets et œuvres des institutions muséales de la Ville de Genève. Moment de partage et d'accès à la culture, échanges en binômes entre les participant.e.s et collation.



28 avril – 10h



Espace de quartier Grottes

Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Genève



Sans inscription



Hypercity

En collaboration avec les Bibliothèques municipales

Redécouverte de la Ville en musique et navigation à travers le quartier en clips et en sons.



10 mai - 10h



Espace de quartier Pâquis

Rue Jean-Charles-Amat 6 – 1202 Genève



Sans inscription



Café Santé sur le thème de l'audition

Comment fonctionne l'ouïe? Que se passe-t-il lorsqu'on entend mal? Quelles sont les solutions et où s'adresser?



15 mai – 14h



Espace de quartier Le 99

Rue de Lyon 99 – 1203 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: L'ange exterminateur

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Luis Buñuel (Mexique) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



24 mai – 10h



Espace de quartier Pâquis

Rue Jean-Charles-Amat 6 – 1202 Genève



Sans inscription



Rencontres avec la Police municipale

En collaboration avec la Police municipale

Conseils et prévention destinés aux seniors pour se prémunir face à certains délits.



26 mai – 14 h



Espace de quartier Saint-Jean

Quai du Seujet 32 – 1201 Genève



8 juin – 10 h



Cité Seniors

Rue de Lausanne 62 – 1202 Genève



Sans inscription



Sentier culturel Nations

En collaboration avec le Département de la Culture et de la transition numérique

Découverte du quartier au fil d'une balade inédite, des personnalités qui sont venues marquer le site de leur empreinte et des œuvres dans l'espace public. Promenade suivie d'une collation.



13 juin – 10 h



Espace de quartier Sécheron

Rue Anne-Torcapel 2 – 1202 Genève



Sans inscription



Séance de cinéma: Amarcord

Avec le soutien de la Fondation Carfagni et en collaboration avec les Cinémas du Grütli

Film de Federico Fellini (Italie) dans le cadre du cycle de films en langue étrangère (espagnol, portugais et italien) proposé aux seniors dans les Espaces de quartier et aux cinémas du Grütli.



23 juin – 14 h



Espace de quartier Saint-Jean

Quai du Seujet 32 – 1201 Genève



Sans inscription

ET ENCORE...



Restons dynamiques!

En collaboration avec Athletica

Marche et exercices adaptés aux seniors.



Tous les mercredis – 10 h



Parc des Franchises



Sans inscription



Ateliers informatiques

Aide informatique organisée par Cité Seniors avec le soutien de bénévoles.



Tous les mardis – 14 h



Espace de quartier Grottes



Sans inscription



Excursions des associations de seniors

En collaboration avec des associations de seniors

Sorties à la journée en compagnie des membres de l'association des seniors du quartier. Des frais peuvent être demandés pour certaines activités.

Renseignements auprès de l'Antenne sociale de proximité:

Pâquis / Grottes Saint-Gervais : 022 418 95 00

Servette Petit-Saconnex / Saint-Jean : 022 418 97 90



Repas convivial

En collaboration avec la Société des Associations Italiennes de Genève (SAIG)

Repas italien pour les aîné.e.s du quartier de Vieusseux et environs.



1x par mois le jeudi – 12h



Locaux de la SAIG

Rue Ernest-Pictet 10 – 1203 Genève



Sur inscription (022 418 97 32, le mercredi de 10h à 11h)



Ludomicile

En collaboration avec La Marelle, la ludothèque 1,2,3 Planète!, la ludothèque de Saint-Jean et celle du Petit-Saconnex

Moment convivial à travers des activités ludiques avec une personne bénévole.

Renseignements:

ASP Servette Petit-Saconnex / Saint-Jean : 022 418 97 90



Activités dans les Espaces de quartier

Découverte de nombreuses activités destinées aux seniors dans le quartier.

Renseignements auprès de l'Antenne sociale de proximité:

Pâquis / Grottes Saint-Gervais : 022 418 95 00

Servette Petit-Saconnex / Saint-Jean : 022 418 97 90

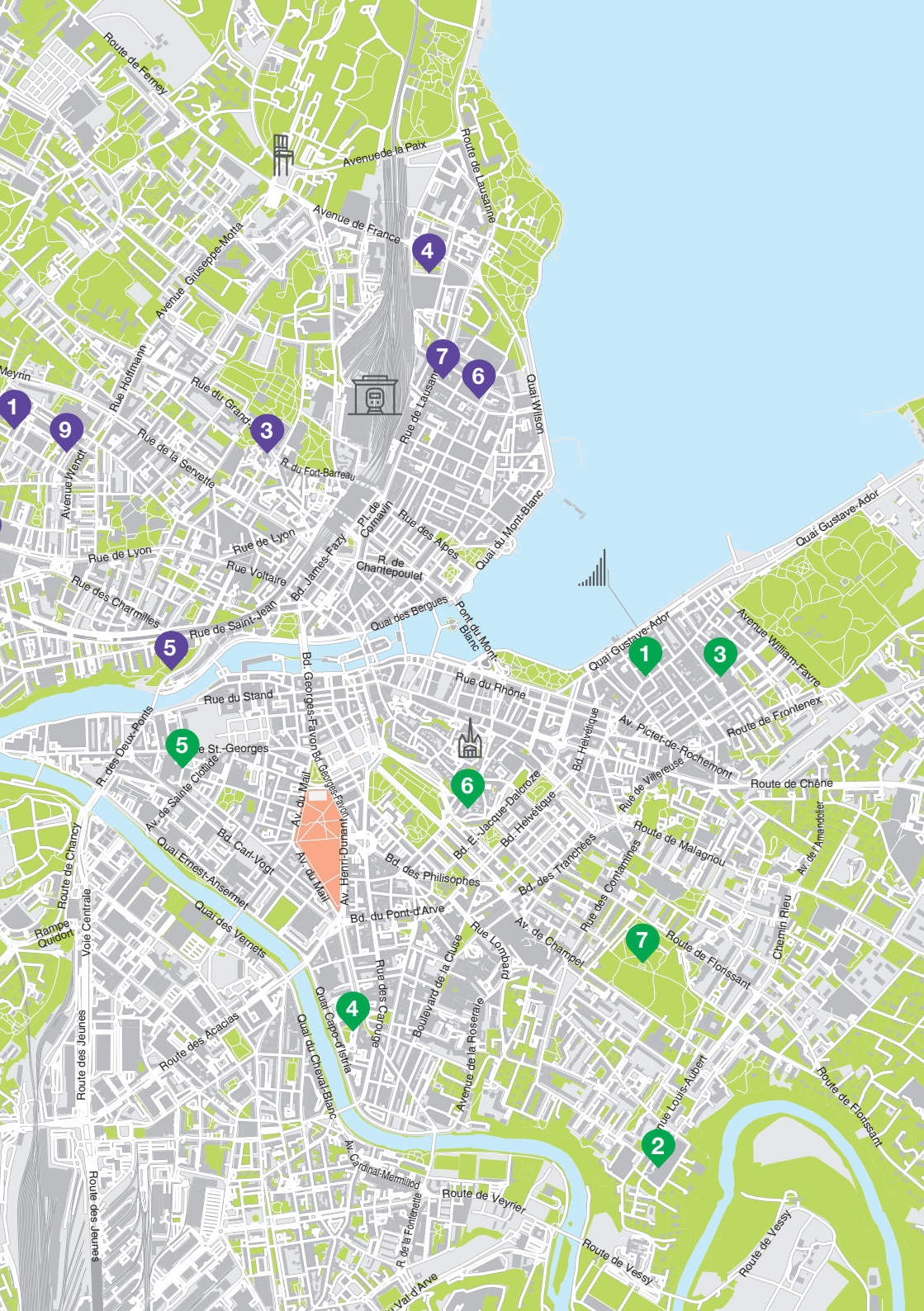
Rive droite

- 1 Espace de quartier Soubeyran
Rue Soubeyran 10 – 1203 Genève
- 2 Espace de quartier Le 99
Rue de Lyon 99 – 1203 Genève
- 3 Espace de quartier Grottes
Rue du Grand-Pré 9 – 1202 Genève
- 4 Espace de quartier Sécheron
Rue Anne-Torcapel 2 – 1202 Genève
- 5 Espace de quartier Saint-Jean
Quai du Seujet 32 – 1201 Genève
- 6 Espace de quartier Pâquis
Rue Jean-Charles-Amat 6 – 1202 Genève
- 7 Cité Seniors
Rue de Lausanne 62 – 1202 Genève
- 8 Parc des Franchises
- 9 Locaux de la SAIG
Rue Ernest-Pictet 10 – 1203 Genève

Rive gauche

- 1 Cinéma Les Scala
Rue des Eaux-Vives 23 – 1207 Genève
- 2 Espace de quartier Champel
Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève
- 3 Espace de quartier Eaux-Vives
Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève
- 4 Espace de quartier Plainpalais
Rue des Minoteries 3 – 1205 Genève
- 5 Espace de quartier Jonction
Rue Michel-Simon 7 – 1205 Genève
- 6 Manège en Ville
Rue Julienne-Piachaud 4 – 1204 Genève
- 7 Parc Bertrand, sous le couvert à proximité
de la pataugeoire





1

4

7

6

3

5

5

6

1

3

4

7

2

Route de Ferney

Avenue de la Paix

Route de Lausanne

Avenue de France

Avenue Giuseppe Mezza

Rue Hoffmann

Rue du Grand

R. du Fort-Barreau

Rue de Lausanne

Quai Wilson

Avenue Weyrier

Rue de la Servette

Rue de Lyon

Rue Voltaire

Rue des Charmilles

Rue de Saint-Jean

Quai des Bergues

Font du Mont-Blanc



Rue du Stand

Rue du Rhône

Quai Gustave-Ador

Avenue William-Favre

Rue St-Georges

Av. de Sainte-Croix

Bd. Georges-Rainon

Bd. E-Jacques-Dalozze

Bd. Helvétique

Av. Pictet-de-Rochemont

Route de Frontenex

Route de Chêne

Quai Ernest-Ansermet

Bd. Carl-Vogt

Bd. des Philosophes

Bd. des Trancheys

Rue de Villerousse

Route de Malagnou

Av. de l'Amiral

Quai des Vernets

Av. du Mail

Bd. du Pont-d'Arve

Bd. des Condamnes

Route de Florissant

Chemin Fleu

Route des Apâcias

Quai Caspe d'Ischia

Rues de Carouge

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Route de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

Quai du Chêne-Blanc

Boulevard de la Roserie

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

Av. Cardinal-Mermiolod

Avenue de la Roserie

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Route des Jeunes

R. de la Fontenaille

Boulevard de la Cause

Av. de Champel

Rue de Florissant

Av. de l'Amiral

Des activités pour les seniors ont lieu dans les onze Espaces de quartier près de chez vous ainsi qu'à Cité Seniors.

**Pour le programme
de Cité Seniors,
scannez le QR code ci-dessous**



**Pour les programmes d'activités
des Espaces de quartier,
scannez le QR code ci-dessous**



Les activités sont ouvertes à toutes et tous et sont gratuites.

Ce programme est susceptible d'être modifié.

**Renseignements et inscriptions :
0800 44 77 00 (appel gratuit)**