



ÉDITION
2022

Espace de quartier Plainpalais

Programme d'activités
Septembre – Décembre 2022

Rue des Minoteries 3
1205 Genève

Genève,
ville sociale et solidaire

www.geneve.ch





Plaisir de la rencontre et d'être ensemble

C'est la rentrée à l'Espace de quartier Plainpalais! Le nouveau programme a été renouvelé, via un Appel à projets lancé aux particulier.ère.s et aux associations qui marque un temps fort de la vie locale.

Son contenu témoigne de l'incroyable dynamisme des habitant.e.s et de leur engagement pour faire vivre «leur» Espace de quartier, proposer des animations, faciliter les rencontres et les contacts. Ces multiples activités sont un levier essentiel de notre Politique sociale dans les quartiers.

A l'Espace de quartier Plainpalais, tous les publics sont conviés: les enfants, les jeunes, les familles, les seniors et les migrant.e.s. On peut rechercher avec plaisir ses activités favorites, par exemple les rencontres conviviales du vendredi. Ou en essayer d'inédites, comme l'expression et le bien-être corporel.

Dans les Espaces de quartier, chacun.e peut trouver de quoi satisfaire ses goûts, se former et se divertir. Retrouver avec plaisir des activités connues ou expérimenter de nouveaux loisirs et faire de nouvelles rencontres. Le tout, dans un cadre convivial et chaleureux, avec des professionnel.le.s à l'écoute et attentionné.e.s.

Je souhaite à chacun et chacune beaucoup de plaisir à l'Espace de quartier Plainpalais.

Christina Kitsos

Conseillère administrative

NOTA BENE

Aucune inscription n'est requise, sauf mention contraire.

Lorsque des inscriptions sont demandées, et plus généralement pour des informations sur les activités proposées dans ce programme, merci de se référer aux personnes ou associations qui figurent dans les contacts du document, en regard de chaque activité.

Une participation financière modeste peut être demandée pour certaines activités.

Ce programme est susceptible d'être modifié ou complété à tout moment.

LUNDI

DICTÉE

Pour les mordu.e.s de l'orthographe ou celles et ceux qui souhaitent s'améliorer, chacun.e corrige ses propres fautes

- **14h30 – 16h** (dernier lundi du mois)

Contact

Plainpa-Vivant
Association des seniors de
Plainpalais-Jonction-Acacias
Claude Pelliccioni
022 320 71 59

GYMNASTIQUE MULTICULTURELLE POUR SENIORS

Pratique de la gym en compagnie de seniors migrant.e.s pour un moment d'échange et de découverte réciproque, dès 55 ans (7 places disponibles), gratuit, sur inscription

- **10h – 11h**

Contact

Croix-Rouge genevoise
Nicole Renaud Zurbriggen
022 304 04 04
n.renaud@croix-rouge-ge.ch
www.croix-rouge-ge.ch

ZUMBA GOLD

Mélange de danses rythmées et d'exercices, développement de l'équilibre et de la coordination, pour seniors

- **14h – 15h**

Contact

Monica Tarquino
079 440 70 57

ATELIERS ALIMENTATION

Ateliers ludiques et pédagogiques de cuisine et de jardinage autour d'un fruit ou d'un légume star du mois, pour enfants de 6 à 12 ans, sur inscription

- **16h30 – 18h** (3^e lundi du mois)

Contact

Swiss Food Academy
Maria Retamales
076 579 67 78
reservation@swissfoodacademy.ch
www.swissfoodacademy.ch

LE PLAISIR PAR LA DANSE

Rencontre pour s'initier ou se perfectionner à la salsa, pour tout public, gratuit

- **18h-19h30**

Contact

Flor Lozano
076 595 07 18

RENCONTRES DES MINOTERIES

Permanence de l'association des habitant.e.s des Minoteries

- **17h – 21h** (1^{er} et 3^e lundis du mois)

Contact

Association des habitant.e.s des Minoteries
Gino Cedraschi
gl.cedraschi@bluewin.ch

MARDI

BRICOLAGE TEXTILE

Tricot, crochet, objets en tissu, sous la houlette d'une couturière expérimentée

• 14h – 16h

Contact

Plainpa-Vivant
Association des seniors de
Plainpalais-Jonction-Acacias
Murielle Ruchet
022 342 16 06 (de 14h à 18h)

REPAS ADOS

Pour les étudiant.e.s du cycle d'orientation (C.O.) de l'Aubépine organisé avec les conseillères et conseillers du C.O.

• 11h30 – 14h

Contact

ATB, Espace de rencontres et d'activités pour adolescent.e.s
022 320 99 43
cratb@fase.ch

ATELIER INFORMATIQUE

Soutien pour les aîné.e.s par des bénévoles formé.e.s sur ordinateurs portables, tablettes et smartphones

• 14h – 17h

Contact

Cité Seniors
0800 18 19 20 (appel gratuit)

CUISINE ET SANTÉ

Ateliers animés par un.e diététicien.ne et son équipe mélangeant alimentation équilibrée, peu coûteuse, une thématique santé et des partages en toute convivialité

• 18h – 22h

Contact

Caritas
Joël Bovey
079 245 79 19
joel.bovey@caritas-ge.ch

MERCREDI

PLAINPA-LOTO

Loto dans une ambiance sympathique et détendue

• 13h45 – 17h

Contact

Plainpa-Vivant
Association des seniors de
Plainpalais-Jonction-Acacias
Christiane Aeschlimann
022 347 21 04 / 079 516 53 88

PROXISPORT

Activité physique en salle et en extérieur à l'aide des équipements des sites Proxisport

• 9h – 11h

Contact

Gabriella Halom
079 307 91 34
gabriella@activitae.ch
www.activitae.ch

COURS DE RYTHME SIGNÉ

Musique improvisée en groupe, suivant un langage de signes venu d'Argentine, pour tous instruments et voix, pour tout public

- **20h – 22h** (1^{er}, 2^e et 3^e mercredis du mois)

Contact

Guy Schneider
076 516 93 30
rsg@ik.me

JEUDI

ATELIER DES PEINTRES ET DES COLLAGISTES

Espace de création autogéré, pour les aîné.e.s

- **10h – 14h**

Contact

Plainpa-Vivant
Association des seniors de Plainpalais-Jonction-Acacias
Atelier de peinture
Anne Divorne 076 615 57 08
Atelier de collages
Maria Barta 022 343 53 67
Anne-Marie Schroeter 022 342 01 40

TAICHI

Art martial ancestral favorisant équilibre, mobilité et souplesse, pour adultes

- **9h – 10h**

Contact

Association Spirales
Dominique Dabzol
076 386 43 40
dabzol@bluewin.ch

ZUMBA GOLD

Mélange de danses rythmées et d'exercices, développe l'équilibre et la coordination pour se revitaliser, pour seniors

- **14h30 – 15h30**

Contact

Monica Tarquino
079 440 70 57

AIDE EN ADDICTOLOGIE – ALCOOL

Information pour les personnes concernées par des problèmes liés à l'alcool. Stratégies favorisant l'installation durable dans l'indépendance et la participation à une vie sociale, pour tout public

- **18h30 – 19h30** Information (2^e et 4^e jeudis du mois)
Gratuit et sans inscription
- **19h30 – 21h30** Stratégies (2^e et 4^e jeudis du mois)
Pour les adhérent.e.s

Contact

Association Impact
Yves Maury
076 616 45 14
limpact.ge@gmail.com
www.association-impact.com

THÉÂTRE FORUM

Collectif de théâtre forum où chacun.e est amené.e à partager ses connaissances, à animer des échauffements et des temps de mise en scène

- **19h – 22h** (1^{er} et 3^e jeudis du mois)

Contact

Association Collectif éclairage public
Armande von Wyss
079 747 81 85

VENDREDI

STRETCHING

Mouvements alliant les étirements, la mobilité et l'équilibre, pour adultes

- **9h – 10h**

Contact

Association Spirales
Dominique Dabzol
076 386 43 40
dabzol@bluewin.ch

VENDREDI J'AI MINOTERIES

Un temps pour se rencontrer entre habitant.e.s du quartier

- **10h – 12h**: café convivial et informations sur le quartier, aide à la rédaction de courriers (hors CV et lettre de motivation), recherches Internet, remplissage de formulaires, sans rendez-vous
- **12h – 14h**: repas
- **14h – 17h**: café convivial, activités découvertes, jeux de société
- **Dès 18h**: chaque dernier vendredi du mois, rencontres de quartier organisées par les habitant.e.s

Contact

Association des habitant.e.s des Minoteries
Théo Gachet
076 616 20 78
Antenne sociale de proximité
Plainpalais Jonction/Acacias
022 418 97 60

FOLKLORE PORTUGAIS

Danses et chants traditionnels du Portugal

- **20h30 – 22h** (sauf le dernier vendredi du mois)

Contact

Association Tradições
Fernanda Silva
076 393 97 94

Et encore...

GENEVA PRIDE

Conférences, sensibilisations, débats, diffusions de documentaires, soirées festives abordant les thématiques LGBTQIA+

Tout public, gratuit sauf pour devenir membre (CHF 20.–) ou pour les soirées festives.

- **18h – 22h** (6 mercredis par an)

Contact

Geneva Pride
Xavier Lavatelli
076 376 23 17
contact@genevapride.ch
www.genevapride.ch

LES SAMEDIS DES ENFANTS

Activités ludiques, créatives et culturelles pour enfants en situation de handicap.

- **10h – 16h30** (1 fois par mois)

Contact

Procap Genève
Marc Savary
079 459 65 60
geneve@procap.ch

LES COULEURS DE PLAINPALAIS

Organisation de la Ville est à Vous et autres événements dans le quartier de Plainpalais

- **Mardi 20h-22h**

Contact

Sonia Lonati
076 811 46 69
lescouleursdeplainpalais.comite@gmail.com

INITIATIVES D'HABITANT.E.S ET PROJETS DE QUARTIER

En dehors des plages réservées, l'Espace de quartier est disponible pour des activités ponctuelles ou réunions et des projets portés par différents services de la Ville, des habitant.e.s, des collectifs ou des associations.

Contact

Antenne sociale de proximité
Plainpalais Jonction/Acacias
Rue Dancet 22
022 418 97 60
asp.plainpalais.soc@ville-ge.ch

D'autres programmes d'activités dans les Espaces de quartier sur la Rive gauche

Espace de quartier Jonction : Rue Michel-Simon 7 – 1205 Genève

Contacter l'Antenne sociale de proximité Plainpalais Jonction / Acacias
Rue Dancet 22 – 1205 Genève
022 418 97 60 – asp.plainpalais.soc@ville-ge.ch

Espace de quartier Champel: Chemin Edouard-Tavan 5 – 1206 Genève

Espace de quartier Eaux-Vives: Rue de Montchoisy 46 – 1207 Genève

Contacter l'Antenne sociale de proximité Eaux-Vives Cité / Champel
Rue de Montchoisy 50 – 1207 Genève
022 418 97 80 – asp.eaux-vives.soc@ville-ge.ch

RÉSERVER UNE SALLE DANS UN ESPACE DE QUARTIER

Des salles sont mises à disposition des habitant.e.s du quartier durant le week-end pour des fêtes, des anniversaires, des réunions, etc.
Cette mise à disposition est proposée en échange d'un service rendu au quartier.

Renseignements et réservations pour l'Espace de quartier Plainpalais :

Jeudi de 10h à 17h
Point info Plainpalais
Rue Dancet 22 – 1205 Genève
0800 44 77 00



**Plus de renseignements sur l'Espace de quartier
Plainpalais en scannant le QR code!**

Renseignements

Antenne sociale de proximité Plainpalais Jonction / Acacias
Rue Dancet 22 – 1205 Genève
022 418 97 60
asp.plainpalais.soc@ville-ge.ch