



ÉDITION
2022

Espace de quartier Grottes

Programme d'activités
Septembre – Décembre 2022

Rue du Grand-Pré 9
1202 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 Grottes! 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 Grottes, tous les publics sont conviés: les enfants, les jeunes, les familles, les seniors et les migrant.e.s. Une attention particulière est portée aux 15-25 ans, qui bénéficient de la mise à disposition d'un lieu spécifique plusieurs fois par semaine.

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, un espace agrandi grâce à la salle de la Palette, avec des professionnel.le.s à l'écoute et attentionné.e.s.

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

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.

Les activités mentionnées avec un astérisque * ont lieu à la salle de la Palette (Rue du Grand-Pré 11).

Une participation financière modeste peut être demandée pour certaines activités.

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

LUNDI

PILATES*

Cours sur inscription

- 9h30 – 10h30 (pour seniors)
- 10h45 – 11h45 (pour tout public)

Contact

Association Yoga Servette
Catherine Le Thanh
yogaservette@bluewin.ch

MASSAGES BÉBÉ

Cinq sessions pour apprendre à masser son bébé, sur inscription

- 9h30 – 10h30

Contact

Alicia Garcia Carrera
079 786 28 68
aligea22@hotmail.com

ATELIERS DE CUISINE ET D'ÉCHANGES

Programme de nutrition autour de l'alimentation équilibrée et des produits locaux, pour femmes réfugiées-migrantes, gratuit, sur inscription

- 13h – 19h

Contact

Association de médiatrices interculturelles, AMIC
Melete Solomon et Laura Lynar
022 556 66 56
contact@amicge.ch
www.amicge.ch

ENSEMBLE VOCAL

Chant amateur, répertoire Renaissance et Baroque, sur inscription (avec audition)

- 19h30 – 21h30

Contact

Ensemble vocal Fragrantia
info@ensemble-fragrantia.ch
www.ensemble.fragrantia.ch

ART RÉTHORIQUE DE LA LANGUE MALGACHE

Promotion de la culture et de la langue malgache, gratuit, pour tout public, sur inscription

- 20h – 22h

Contact

Association Kabary
Bernardin Rakotomanga
078 738 43 63
binermanga@hotmail.com
www.fimpima.ch

MARDI

ATELIER PEINTURE

Expression créatrice par la peinture, pour les aîné.e.s, sur inscription

- 10h – 11h30

Contact

Association Viv'âmes
Alexia Bodet Kroug
078 635 84 66
association.vivames@gmail.com

ESPACE PARENTS-ENFANTS EN LANGUE JAPONAISE*

Activités culturelles et créatrices pour les enfants (0-5 ans), échange culturel japonais-suisse, sur inscription

• 10h – 11h

Contact

Nakayoshikai
Yoshiko Hata
076 243 38 12
nakayoshikai.geneva@gmail.com

ATELIER INFORMATIQUE

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

• 14h – 17h

Contact

Cité Seniors
0800 18 19 20 (appel gratuit)
citeseniors@ville-ge.ch

COURS DE DESSIN NOMADE

Apprendre à dessiner et peindre à partir de sources d'inspirations stimulantes. Partage créatif dans une atmosphère joyeuse et bienveillante, pour adultes et seniors, sur inscription

• 14h – 16h30

Contact

Dessin nomade
Delia Meyer
078 886 92 93
info@dessin-nomade.ch

CAFÉ DEUIL

Espace de parole bienveillant pour accueillir votre vécu lié à une perte (enfant, conjoint, parent, ami, collègue, animal de compagnie, travail, santé, lieu de vie ...) pour trouver un apaisement et plus de sérénité

• 18h30 – 20h30 (1^{er} mardi du mois en français, 3^e mardi du mois en anglais)

Contact

Association Entrelacs
Laurence Furrer
076 319 33 37
www.entrelacs.ch/activites/cafe-deuil

LA COULEUR DANS VOTRE VIE

Atelier d'aquarelle, pour tout public, sur inscription

• 19h – 21h

Contact

Petru Ceban
078 960 35 34
petruceban@gmail.com
www.petruceban.ch

L'ART DE PARLER EN PUBLIC

Atelier pour tout public, sur inscription

• 19h30 – 21h30 (2^e et 4^e mardis du mois)

Contact

Association Verbissimo
info@verbissimo.org
www.verbissimo.org

MERCREDI

BOUGER POUR BIEN GRANDIR*

Activités sportives et ludiques pour le développement des enfants (5-8 ans), sur inscription

• 9h – 12h

Contact

AMCO

Corinne Arhab-Djoungong

078 930 68 67

corinne269@yahoo.fr

www.amco-sport.ch

@ associationamco

ESPACE PARENTS-ENFANTS

Accueil par des professionnel.le.s autour d'activités ludiques et éducatives, pour personnes migrantes, gratuit, sur inscription

• 9h – 12h

Contact

Association de médiatrices interculturelles, AMIC

Melete Solomon et Laura Lynar

022 556 66 56

contact@amicge.ch

www.amicge.ch

DESIGN TON FUTUR

Cours collectif de graphisme et d'illustration pour enfants (6-12 ans), sur inscription

• 12h30 – 17h30

Contact

Kandé Franzen

079 253 05 88

kande@designtonfutur.ch

www.designtonfutur.com

THÉÂTRE

Groupe amateur pour adultes et seniors

• 18h – 22h

Contact

Association Balades touristiques théâtralisées

Daniel Sepe

079 475 33 72

daniel.sepe@balades-theatralisees.ch

www.balades-touristiques-

theatralisees.ch

ACCUEIL JEUNES ADULTES

Projets de création artistique (vidéos), préparation de sorties, etc., pour les jeunes (15-25 ans), gratuit

• 17h – 22h

Contact

Service de la Jeunesse

Rodrigue Raquil

079 250 30 98

rodrigue.raquil@ville-ge.ch

JEUDI

COMPÉTENCES BÉNÉVOLES

Une ressource bénévole sur mesure au service du secteur associatif, sur rendez-vous

• 9h – 17h

Contact

Fondation Compétences Bénévoles

Christine Baleyrier

079 477 55 17

cbaleyrier@competences-benevoles.ch

www.competences-benevoles.ch

ESPACE PARENTS-ENFANTS EN LANGUE JAPONAISE*

Activités culturelles et créatrices pour les enfants (0-5 ans), échange culturel japonais-suisse, sur inscription

• 10h – 11h

Contact

Nakayoshikai
Yoshiko Hata
076 243 38 12
nakayoshikai.geneva@gmail.com

SANTÉ MENTALE AU QUOTIDIEN

Formations brèves sur le bien-être, la résilience et le rétablissement en santé mentale. Programme disponible sur le site Internet, gratuit, pour tout public, sur inscription

• 11h30 – 14h30

Contact

Pro Mente Sana
078 224 86 06
contact@recoverycollege.ch
www.recoverycollege.ch

PERMANENCE SOCIALE

Aide dans différentes démarches administratives (désendettement, prestations complémentaires, demandes d'AI et de subsides, stabilisation du budget, etc.) gratuit, pour tout public

• 13h – 17h

Contact

Association AMND
Khadidiatou Sene-Beck
sene.beck@amnd.ch
www.amnd.ch

ATTITUDES

Travail sur une série d'attitudes, à la recherche d'harmonie, avec des improvisations de danse et de théâtre, gratuit, pour tout public, sur inscription

• 15h – 17h

Contact

Graciela Repetto
079 359 45 90
gracielarepetto@bluewin.ch

RENCONTRE CRÉATIVE ENTRE VOISIN.E.S ET AMI.E.S

Ateliers divers, sorties culturelles et activités sportives

• 18h – 22h

Contact

Association Entr'Amis
Sara et Belinda Vargas Gallardo
saraxxsevilla1973@gmail.com

VENDREDI

COMPÉTENCES BÉNÉVOLES

Une ressource bénévole sur mesure au service du secteur associatif, sur rendez-vous

• 9h – 17h

Contact

Fondation Compétences Bénévoles
Christine Baleydier
079 477 55 17
cbaleydier@competences-benevoles.ch
www.competences-benevoles.ch

YOGA SUR CHAISE*

Cours de relaxation et bien-être pour personnes de plus de 50 ans, sur inscription

• 10h45 – 11h45

Contact

Association Yoga Servette
Catherine Le Thanh
yogaservette@bluewin.ch

YOGA ET YIN YOGA*

Cours de relaxation et bien-être, pour tout public, sur inscription

• 12h30 – 13h30

Contact

Association Yoga Servette
Catherine Le Thanh
yogaservette@bluewin.ch

L'ARRÊT COUTURE

Machines à coudre à disposition, accompagnement, cours de couture, pour tout public

• 12h45 – 16h45

Contact

Collectif OAMI
Balima
077 965 71 41
www.collectifoami.org

ACCUEIL JEUNES ADULTES

Soirée récréative accompagnée d'un repas fait par les jeunes (15-25 ans): écouter de la musique, diffuser du son, regarder un film, etc, gratuit

• 17h – 22h

Contact

Service de la Jeunesse
Rodrigue Raquil
079 250 30 98
rodrigue.raquil@ville-ge.ch

Et encore...

COACHING

Trouver un sens dans sa vie professionnelle, une transformation de son parcours de vie, une reconnexion à la confiance et l'estime de soi, gérer son stress et son temps, etc.

Contact

Collectif Ensemble coaching
Muriel Colabello - coach de vie et PNL
078 605 37 55
ensemble.coaching.ch@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
Servette Petit-Saconnex/Saint-Jean
Rue Hoffmann 8
022 418 97 90
asp.servette.soc@ville-ge.ch

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

Espace de quartier Soubeyran: Rue Soubeyran 10 – 1203 Genève

Contacter l'Antenne sociale de proximité Servette Petit-Saconnex / Saint-Jean
Rue Hoffmann 8 – 1202 Genève
022 418 97 90 – asp.servette.soc@ville-ge.ch

Espace de quartier Clos-Voltaire: Rue de Lyon 49 – 1203 Genève

Espace de quartier Pâquis: Rue Jean-Charles-Amat 6 – 1202 Genève

Espace de quartier Saint-Jean: Quai du Seujet 22 – 1201 Genève

Contacter l'Antenne sociale de proximité Pâquis / Grottes Saint-Gervais
Rue Jean-Charles Amat 6 (entrée rue des Buis) – 1202 Genève
022 418 95 00 – asp.paquis.soc@ville-ge.ch

Espace de quartier Sécheron:

Rue Anne-Torcapel 2 – 1202 Genève

022 418 93 60
secheron@ville-ge.ch

Espace de quartier Le 99:

Rue de Lyon 99 – 1203 Genève

022 418 95 99
Le99.info@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 Grottes:

Jeudi de 10h à 17h
Point info Servette
Rue Hoffmann 8 – 1202 Genève
0800 44 77 00



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

Renseignements

Antenne sociale de proximité Servette Petit-Saconnex / Saint-Jean
Rue Hoffmann 8 – 1202 Genève
022 418 97 90
asp.servette.soc@ville-ge.ch