

Informations & contact

Page Facebook : Passeport Santé Genève

Association VIVA

« Valoriser et intégrer pour vieillir autrement »

Av. Louis-Bertrand 7-9, 1213 Petit-Lancy



Coordinatrices du projet :

Alison Hirt et Maria Diamantoudi

Renseignements au **077 407 85 74** ou **022 792 51 43**

Association Cité générations

Route de Chancy 98, 1213 Onex



Avec la collaboration de

AJ Movement / P. Clemente / Gym Seniors GE /

Hosukwan / D. McCrae / MyPhysio / Physionomade

Avec le soutien de



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



**Passeport Santé
Contemplatif**

Tous les mercredis dès 8h45

Activités physiques gratuites pour les seniors

Toutes les activités
sont adaptées
pour les
personnes à
mobilité
réduite !



Mercredi 11 juin (9h-10h)

Marche douce "découverte de la nature"

David McCrae

Parc Chuit

Ch. des Érables

1213 Petit-Lancy

Tram 14, bus J, K, 21 :

Petit-Lancy-Place

Mercredi 18 juin (9h-10h)

Gym du dos

Pily Clemente

Espace Gaimont

Ch. de Gaimont 9

1213 Petit-Lancy

Tram 14 : Quidort

Mercredi 25 juin (9h-10h)

Pilates

AJ Movement

Parc Chuit

Ch. des Érables

1213 Petit-Lancy

Tram 14, bus J, K, 21 :

Petit-Lancy-Place

Mercredi 2 juillet (9h-10h)

Gym mobilité et équilibre

Gym Seniors GE

Parc En-Sauvy

Av. du Curé-Baud

1212 Grand-Lancy

Tram 15 : Curé-Baud

Mercredi 9 juillet (9h-10h)

Marche "l'intelligence et la beauté des arbres"

David McCrae

Parc de la Mairie

Ch. Charles-Borgeaud

1213 Onex

Tram 14, Bus 2, 40, 42, 43 :

Onex-Salle Communale

Mercredi 16 juillet (9h-10h)

Danses du monde

Gym Seniors

Parc En-Sauvy

Av. du Curé-Baud

1212 Grand-Lancy

Tram 15 : Curé-Baud

Mercredi 23 juillet (9h-10h)

Qi gong

Hosukwan

Parc Brot

Rte de Chancy 111

1213 Onex

Tram 14, Bus J, K, 2, 43 :

Onex-Salle communale

Mercredi 6 août (9h-10h)

Atelier "se relever"

Physionomade

Parc En-Sauvy

Av. du Curé-Baud

1212 Grand-Lancy

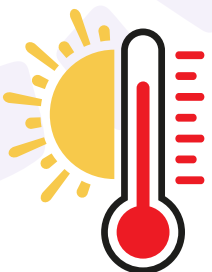
Tram 15 : Curé-Baud



Exceptionnellement
MARDI 12 août (9h-11h)

Gym douce
suivie d'un brunch festif

MyPhysio
Parc Chuit
Ch. des Érables
1213 Petit-Lancy



**Pour votre sécurité, les activités seront
annulées en cas de vague de chaleur**

Renseignements au 077 407 85 74

**Participation
à au moins la moitié
des activités = 1 cadeau**

**Prévoyez des chaussures
et vêtements
confortables, ainsi qu'un
chapeau ou une casquette**