

# CAD PROGRAMME



## Tai-chi

avec le  
Taiji Open Club  
de Genève



### Les mardis matin

de 9h00 à 10h15 : élèves débutants  
de 10h30 à 11h30 : élèves confirmés  
(sauf vacances scolaires et fériés)

Tenue et chaussures confortables

Renseignements, tarifs et inscriptions  
auprès de Laurence Bovay, 022 344 15 11



## Nordic walking

avec Gym Seniors  
et Pro Senectute



PRO  
SENECTUTE

### Les mardis après-midi

de 14h00 à 15h15  
(sauf vacances scolaires et fériés)

Les cours ont lieu par tous les temps.

Rendez-vous sur le parking du CAD

Renseignements, tarifs et inscriptions, le matin,  
auprès de Gym Seniors, 022 345 06 77



## Gymnastique

avec Gym Seniors  
et Pro Senectute



PRO  
SENECTUTE

### Les jeudis matin

de 9h00 à 10h00 : gym tonique  
de 10h15 à 11h15 : gym douce  
(sauf vacances scolaires et fériés)

Tenue et chaussures confortables

Renseignements, tarifs et inscriptions, le matin,  
auprès de Gym Seniors, 022 345 06 77



## Open Art

Peinture  
Dessin

### Les vendredis après-midi

ATELIER peinture et dessin  
de 14h00 à 16h30  
(sauf vacances scolaires et fériés)

Entrée libre - Venir avec son matériel

Renseignements : secrétariat CAD, 022 420 42 80



## Yoga doux

avec  
Isabelle Robatti

Les vendredis 1, 8, 15, 22 et 29 mars, 5 et  
12 avril, 3, 10, 17 et 24 mai, 7 et 14 juin 2019  
de 14h00 à 15h30

Prendre avec soi un tapis de sol et une  
couverture. Tenue confortable

Prix : CHF 15.-/cours, à payer sur place

Inscriptions (sur liste d'attente) pour les nouveaux  
participants, au secrétariat CAD, 022 420 42 80



## Chantez, vous êtes accompagnés

avec Mary Howells

**Les vendredis 1, 8, 15, 22 et 29 mars, 5, avril, 3, 10, 17, 24 et 31 mai, 7, 14 et 21 juin 2019**

ATELIER de chant  
de 10h00 à 11h30

Prix: CHF 15.-/cours. Forfait 12 cours CHF 100.-

Inscriptions: secrétariat CAD, 022 420 42 80  
(places limitées)



## Pilates

avec  
Corinne Couderc

**Les lundis 4, 11, 18 et 25 mars, 1, 8, 15 et 29 avril, 6, 13, 20 et 27 mai, 3 et 17 juin 2019**

de 9h15 à 10h15 sauf les 11 et 18 mars, 8 avril et 13 mai où les cours auront lieu à 14h00

Prévoir un tapis de sol et une tenue confortable.

Prix: CHF 15.-/cours, à payer sur place

Inscriptions pour les nouveaux participants  
secrétariat CAD, 022 420 42 80 (places limitées)



## Danses traditionnelles suisses

avec Artisans et  
Costumes

**Les mercredis 6, 13 et 27 mars, 3, 10, 17 avril, 8, 15, 22, 29 mai, 5 et 12 juin 2019**

de 14h00 à 15h30

Entrée libre

La danse traditionnelle fait, par définition, danser tout le monde! Venez et essayez!

Renseignements: secrétariat CAD, 022 420 42 80



## CAD'anse

danse en ligne  
avec D. et B. Trotti  
et Béatrice Bravo

**Les mardis 12 et 26 mars, 9 et 30 avril, 7, 14 et 28 mai et 4 juin 2019**

Cours de "Danse en ligne" avec D. et B. Trotti  
13h45 à 14h15: débutants

14h30 à 16h00: moyens et avancés

**Les mardis 19 mars, 2 avril, 21 mai et 11 juin 2019**

Cours de danse "Rythmes du sud"  
avec Béatrice Bravo

14h30 à 16h00: tous niveaux

Cours d'essai CHF 10.- Forfait 12 cours CHF 60.-

Inscriptions: secrétariat du CAD, 022 420 42 80  
(places limitées)



## Visite de l'orgue de cinéma du Collège Claparède



**Jeudi 7 mars 2019**

de 10h00 à 11h15

Visite de l'orgue de cinéma et de sa machinerie.  
Projection d'un film muet accompagné de l'orgue  
et de l'orchestre de Nicolas Hafner.

Organisé en partenariat avec Cité Seniors

Rendez-vous à 10h00 devant le collège Claparède  
Entrée libre

Informations: secrétariat du CAD, 022 420 42 80



## Parcours découverte de quartier

Saint-gervais, hier  
et aujourd'hui

**Dimanche 10 mars 2019**

de 10h00 à 11h00  
Avec Paul DUNNER

Rendez-vous à 10h00 sur la place Saint-Gervais  
à l'entrée des Halles de l'île.

Inscriptions : secrétariat du CAD, 022 420 42 80 ou  
Cité Seniors, 0800 18 19 20 avant le vendredi 8  
mars à midi (places limitées).



## Journée de films

par l'ACM,  
association des  
conférenciers  
multimédia

**Jeudi 21 mars 2019**

de 9h00 à 17h00  
GRANDEUR NATURE

**Entrée libre**

Neuf films, trois conférences, de nombreux débats,  
deux expositions photos et quelques 15 réalisateurs  
réunis pour aborder la thématique de la nature.

**Repas : Couscous, poulet, merguez, CHF 18.–.**

**Réservation indispensable pour le repas** avant le  
vendredi 15 mars, secrétariat CAD, 022 420 42 80

Plus d'informations, secrétariat du CAD ou sur  
[www.conferenciers-multimedia.ch](http://www.conferenciers-multimedia.ch)



## Parcours découverte de quartier

À travers les Pâquis

**Lundi 15 avril 2019**

de 14h00 à 16h00  
Avec Gérald BERLIE

Rendez-vous à 14h00 devant le monument  
Brunswick

Inscriptions : secrétariat du CAD, 022 420 42 80 ou  
Cité Seniors, 0800 18 19 20 avant le vendredi 12  
avril à midi (places limitées).



## Conférence illustrée

par l'ACM,  
association des  
conférenciers  
multimédia

**Jeudi 18 avril 2019**

à 14h30  
L'IRAN (diaporama)  
Avec Luc BUSCARLET

**Entrée libre**

Fantastique civilisation, la Perse possède des  
monuments aux décors raffinés, souvent décrits  
par les poètes vénérés. Son plateau désertique  
révèle de merveilleux trésors comme Téhéran, Is-  
pahan, Kerman, Chiraz et Persépolis.

Renseignements : secrétariat CAD, 022 420 42 80





## Spectacle conté et chanté

avec l'Association  
Accroch'Contes

**Samedi 6 avril 2019**

THÉSÉE ET LE MINOTAURE

Le CAD ouvre ses portes à l'association Accroch'Contes pour une conterie animée par Sylvie DELOM de l'Atelier du Réverbère.

Un instant épique autour du Mythe de Thésée et le Minotaure et le chant du labyrinthe.

Bar ouvert avant et après le spectacle

Spectacle : 20h00 à 21h00

**Entrée libre, spectacle tout public dès 10 ans, chapeau à la sortie**

Renseignements auprès d'Accroch'Contes : J. Nicolini, 022 794 51 07 et Y. Tornare, 022 757 12 72



## Conférence illustrée

par l'ACM,  
association des  
conférenciers  
multimédia

**Jeudi 23 mai 2019**

à 14h30

RAJASTHAN Forts et marchés

Avec Maurice MICHON

**Entrée libre**

Contraste saisissant entre la splendide solitude des forts, qui sont les vestiges des nombreux royaumes qui se disputaient autrefois la région et le fourmillement des gens sur les marchés.

Renseignements: secrétariat CAD, 022 420 42 80



## Grand Bal du printemps au Kiosque des Bastions

**Dimanche 26 mai 2019**

de 11h00 à 17h30

**Brunch CHF 18.- (à payer sur place) dès 11h30**

**Bal : entrée libre dès 14h00**

Inscriptions obligatoires pour le brunch dès le 3 mai à Cité Seniors 0800 18 19 20 ou au CAD, 022 420 42 80 (places limitées)

Avec le soutien généreux d'une fondation genevoise.



## Récit en plein air

Le mur des  
réformateurs

**Lundi 27 mai 2019**

de 14h00 à 15h30

Avec Edouard MANCINI

**Rendez-vous à 14h00 à l'entrée du parc des Bastions, côté Place Neuve**

Inscriptions : secrétariat du CAD, 022 420 42 80 ou Cité Seniors, 0800 18 19 20 avant vendredi 24 mai à midi (places limitées).