

Association des Parents d'Elèves de
Chêne-Bourg et de Thônex

La Semaine sans écran



7ème édition

Du 30 avril au 6 mai 2018

C'est un défi que nous lançons aux enfants et adolescents des écoles : celui de regarder le moins possible d'écrans (télévision, ordinateur, console de jeux et même natel) durant cette semaine et d'apprendre à les utiliser intelligemment. Des activités alternatives organisées par l'APE, les parents d'élèves et les associations sont proposées.

Il ne s'agit pas de diaboliser les écrans, qui font partie intégrante de nos vies, mais plutôt d'un moment festif, de partage, qui permet une prise de distance, un regard critique et une meilleure utilisation des écrans.

VENEZ NOMBREUX RELEVER LE DEFI !

Légende des codes couleurs utilisées pour faciliter votre lecture :

Thèmes

Couleurs utilisées :

Sport	Couleur rouge
Ateliers artistiques et créatifs	Couleur bleue
Métiers, visites	Couleur orange
Danse	Couleur violette
Bien-être	Couleur rose
Activités ludiques, spectacles	Couleur verte

Pendant les activités, les enfants restent sous la responsabilité de leurs parents !

L'APE décline toute responsabilité en cas d'accident

Merci de respecter les limites d'âges pour le bon déroulement des activités et de prévoir des tenues adaptées

En cas de mauvais temps le mercredi, samedi ou dimanche, les activités auront à

l'école de Marcelly, à Thônex

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37
www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali. Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr
www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

09h00-12h00 : Découverte du massage bien-être et thérapeutique

Proposée par Magaly Rapin-Pacifico
www.espace-turquoise.ch

Séance de 30 min. Sur rendez-vous au 079 132 53 98

Lieu : Au cabinet, Espace Turquoise, 26 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

10h30-11h30 : Cours de Yoga Flow pour adultes

Proposé par Amandine de Native Yoga. Sur inscription au 079 501 82 80
www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

12h15-13h15 : Cours de Yoga Stretch pour adultes

Proposé par Amandine de Native Yoga. Sur inscription au 079 501 82 80
www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier, 5 avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h10-18h00 : Initiation au Parkour, dès 8 ans

Proposé par KBS Parkour, www.kbsparkour.com

Lieu : Ecole de Marcellly, salle de gym, à Thônex. *Gratuit*

16h20-17h00 : Cours d'essai de danse classique pour les 4 ans

Proposé par Geneva Dance Center, www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h30-17h30 : Atelier créatif avec papier Décopatch pour tous

Proposé par Tamara, APE de Thônex

www.apethonex.weebly.com

Lieu : Ecole de Marcellly, restaurant scolaire, accès par le préau, à Thônex. *Gratuit*

LUNDI 30 AVRIL

16h30-18h00 : Cours d'essai de volleyball

Proposé par Chênois Genève Volleyball

www.chenoisvolley.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex. *Gratuit*

16h30-18h00 : A la découverte de mes émotions pour les 6-10 ans

Proposée par Fabienne Poscia, formatrice en communication et médiatrice

fabienne.poscia@gmail.com

Lieu : Ecole de Marcellly, salle polyvalente, accès par le préau, à Thônex. *Gratuit*

16h30-18h30 : Activité vélo pour les 8-12 ans

Proposé par Samuel Venker. Sur inscription par SMS ou au 079 376 37 23

Balade le long du Seymaz avec sensibilisation et exercices pratiques

Venir avec vélo et casque

Lieu : RDV au parking vélo de l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

17h00-17h45 : Cours d'essai de danse classique pour les 5 ans

Proposé par Geneva Dance Center, www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

17h30-18h45 : Cours de Satiam Yoga pour adultes

Proposé par Roland de Native Yoga. Sur inscription au 022 529 31 46

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

17h45-18h00 : Cours d'essai de danse classique pour les 6 ans

Proposé par Geneva Dance Center, www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

18h30-19h30 : Cours de Netball pour les filles de 12-16 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich

www.meiniernetball.ch

Lieu : Ecole des Roches, salle de gym, à Malagnou. *Gratuit*

18h30-20h00 : Participation à l'entraînement de judo pour les 7-12 ans

Proposée par Budo Club Trois Chêne

www.judo3chene.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex. *Gratuit*

18h30-20h00 : Participation à l'entraînement de judo pour les plus de 13 ans

Proposée par Budo Club Trois Chêne

www.judo3chene.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex. *Gratuit*

19h30-20h30 : Cours de zumba, dès 8 ans et adultes

Proposé par l'association Janja-Zumba, facebook : janja zumba

Lieu : Ecole des Bois des Arts, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

19h45-20h45 : Cours Mix Zumba pour ados et adultes

Proposé par Marie de l'école So'Dance

Facebook: So'Dance ou marie.zurbriggen71@gmail.com

Lieu : Ecole de Puplinge, salle de rythmique. *Gratuit*

MARDI 1^{er} MAI

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37

www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leïla Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

10h30-11h30 : Cours de yoga seniors

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

12h15-13h15 : Cours d'Hatha yoga pour adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.-/adulte*

Dès 14h00 : Venez découvrir le monde des abeilles

Proposée par Les jardins du Nant, Cyril Schulz

www.lesjardinsdunant.ch

Prévoir des habits longs et clairs, ne pas se parfumer!

Lieu : Chemin des Toques, 74140 Veigy -Foncenex, en France, près du village de Gy. *Gratuit*

14h00-15h00 : Découverte du métier de garagiste pour les 8-12 ans

Proposée par Ricardo Catarino. Sur inscription au 022 750 17 01

www.gvsa-garage.ch

Lieu : Garage de Chêne, chemin de la Gravière 9, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

MARDI 1^{er} MAI

15h00-17h00 : Atelier de musique avec jeux interactifs et essais d'instruments

Guitare, flûtes à bec et traversières, violon, violoncelle, percussions et piano
Proposé par les professeurs du Studio Kodály
www.studio-kodaly.ch

Lieu : Studio Kodály, rue des Vollandes 64, aux Eaux-Vives. *Gratuit*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice
Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou
Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier 5, avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h00-18h30 : Ouverture de la ludothèque de Thônex

Lieu : Ecole Adrien-Jeandin, rez inférieur, à Thônex. *Gratuit*

17h00-18h00 : Visite de la caserne des pompiers de Thônex

Proposée par la compagnie des sapeurs-pompiers de Thônex
www.sfithonex.ch

Visite du dépôt et quelques ateliers

Lieu : A la caserne, 40 av. de Thônex, à Thônex. *Gratuit*

17h30-18h45 : Cours de yoga débutants adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11
www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

19h00-20h15 : Cours de yoga intermédiaires-avancés adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11
www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

20h00-21h00 : Cours de Netball pour les filles dès 15 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich
www.meiniernetball.ch

Lieu : Ecole du Maunoir, salle de gym, à Coligny. *Gratuit*

MERCREDI 2 MAI

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37
www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

Sur rendez-vous : Massage assis

Proposé par Jacqueline Lashley

www.quantumdiffusion.ch

Séance de 30 min. Inscription au 076 349 73 25 ou par e-mail:

jacqueline@quantumdiffusion.ch

Lieu : Au cabinet, 5 av. Petit-Senn, en face de la Poste, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

09h00-11h00 : Massage assis méthode AMMA

Proposé par Magaly Rabin-Pacifico.

Inscription sur place, 079 132 53 98

Massage qui détend et rebooste pour adulte, séance de 15-20 min

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

09h30-10h15 : Cours d'essai de danse classique pour les 4 ans

Proposé par Geneva Dance Center

www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

09h30-10h15 : Cours de yoga pour les 3-5ans

Proposé par Amandine de Native Yoga. Sur inscription au 079 501 82 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

09h30-10h15 : Eveil à la danse pour les 4-6 ans

Proposé par le Spot. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou

par email : sandra.lefay@fase.ch

www.lespot.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

9h30-11h00 : Atelier tricot pour adultes

Proposé par le Spot

Venez vous initier au tricot dans une ambiance conviviale avec petit déjeuner

offert. Vos enfants sont les bienvenus, des jeux sont à leur disposition. Sur

inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou par email : sandra.lefay@fase.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

10h00-12h00 : Atelier d'arts plastiques dès 4 ans

Atelier d'éveil créatif. Sur inscription: ateliers123@gmail.com

Animé par Catherine Chenu, Les Ateliers Feuille Caillou Ciseaux

www.ateliers123.ch

Lieu : A l'atelier Feuille Caillou Ciseaux, 150 rue de Genève, à Thônex. *5 chf/enfant*

MERCREDI 2 MAI

10h15-11h00 : Cours d'essai de danse classique pour les 5 ans

Proposé par Geneva Dance Center, www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

10h15-11h00 : Atelier découverte yoga et méditation pour les 4-8 ans

Animé par Aurore Bui, praticienne du programme Mindful Up

www.facebook.com/mindfulupkids

Sur inscription: soft-kids@soft-space.ch ou au 022 566 50 58

Lieu : Soft-Space, 2 rue des Cordiers, à Genève. *Gratuit*

10h30-11h30 : Cours de pilates pour adultes

Proposé par le Spot. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou

par email : sandra.lefay@fase.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

10h30-11h30 : Cours de yoga Flow pour adultes

Proposé par Amandine de Native Yoga. Sur inscription au 079 501 82 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

10h30-11h30 : Cours d'essai de jazz pour les 7-9 ans

Proposé par Danse Art Académie, www.danseartacademie.ch

Sur inscription par sms au 078 834 48 56 ou 022 349 78 78

Lieu : A l'école de danse, 5 av. de Thônex, à Thônex. *Gratuit*

11h00-11h45 : Cours d'essai de danse classique pour les 6 ans

Proposé par Geneva Dance Center

www.gdc.ch

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants dans le hall

Lieu : A l'école, 2 rue Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

12h30-13h30 : Cours de yoga pour ados

Proposé par Anne-Elisabeth de Native Yoga. Sur inscription au +33 6 30 07 11 66

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 15.- le cours*

12h30-14h00 : Cours de Netball pour les filles de 8-13 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich

www.meiniernetball.ch

Lieu : Ecole du Puplinge, salle de gym, à Puplinge. *Gratuit*

13h00-14h00 : Atelier découverte pilates pour les 12-16 ans

Proposé par Noélia. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou

par email : sandra.lefay@fase.ch

www.lespot.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

13h30-15h00 : Vol en parapente bi cool, dès 5 ans

Proposé par le Centre Genève Vol Libre. Sur inscription au 022 784 38 08
www.paradelta.ch

Avoir une autorisation parentale pour les mineurs

Lieu : A l'école, rte des Bossey, à Troinex. *Chf 110.- le vol au lieu de Chf 175.-*

14h00-14h30 : Venez assister à la fabrication artisanale de bonbons

Proposée par le magasin Couka Poupä., www.coukapoupa.ch

Sur inscription : team@apethonex.ch

Lieu : 15 rue des Grottes, à Genève. *Gratuit*

14h00-14h40 : Visite du supermarché Migros et de sa boulangerie

Proposée par l'APE de Chêne-Bourg, www.apechenebourg.ch

La visite sera suivie par un goûter offert par Migros

Sur inscription auprès d'Annie au 078 721 36 90

Lieu : RDV devant la Migros de Chêne-Bourg, entrée principale à 13h45. *Gratuit*

14h00-15h00 : Visite et découverte de la serre et des jardins de Semences du pays, suivi d'un atelier de semis

Proposée par l'Association Semences de pays

www.semencesdepays.ch

Visite guidée du jardin, suivie d'un atelier de semis. Durée de 1h, tous les âges

Lieu : Serres de Belle-Idée, 2 ch. du Petit-Bel-Air, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

14h00-15h00 : Cours de zumba kids pour les 4-6 ans

Proposé par Fit's Move. Sans inscription, baskets propres et tenue de sport

www.fitsmove.ch

Lieu : A l'école Le Corbusier, salle de rythmique, à Genève. *Gratuit*

14h00-15h30 : Badminton pour les 6-12 ans

Proposé par badminton Club Chênois. Sur inscription: ursi_warne@bluewin.ch

www.geckco.ch

Prendre les baskets pour la salle de gym

Lieu : salle de gym, Ecole Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

14h00-15h45 : Après-midi récréative

Animée par l'Art'cade Pelletier en collaboration avec l'Atelier Frank Thomas

Sur inscription par sms au 079 433 42 50

Jeux en bois géants fabriqués dans les ateliers Claire Fontaine (Fondation Ensemble), www.fondation-ensemble.ch

Lieu : 5 rue Jean Pelletier, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

14h00-16h30 : Atelier « apprenons à bouger des montagnes » pour les 8-12 ans

Animé par Elaine France et Aurore Bui, www.soft-space.ch

Avez-vous envie d'agir pour changer le monde qui vous entoure? A travers une découverte des Objectifs du Développement Durable, un atelier collaboratif pour imaginer et créer des projets citoyens

Sur inscription: soft-kids@soft-space.ch ou au 022 566 50 58

Lieu : Soft-Space, 2 rue des Cordiers, à Genève. *Chf 10.- par personne*

MERCREDI 2 MAI

14h00-17h00 : Tournoi de foot pour tous

Proposé par les Travailleurs Sociaux Hors Murs de Thônex (TSHM) et un groupe de jeunes. Puis vente de crêpes sur place

Lieu : Ecole Adrien-Jeandin, entrée par le préau, à Thônex. *Gratuit*

14h00-18h00 : Ludothèque de Thônex

Lieu : Ecole Adrien-Jeandin, rez inférieur, à Thônex. *Gratuit*

14h00-18h00 : Jeux de société, ping-pong, baby-foot, dès 10 ans

Proposés par la Maison des Quartiers de Thônex

www.thonex.ch

Enfants seuls dès 10 ans, sinon accompagnés des parents

Lieu : Maison des quartiers, 39 route de Jussy, à Thônex. *Gratuit*

14h30-15h00 : Venez assister à la fabrication artisanale de bonbons

Proposée par le magasin Couka Poupa., www.coukapoupa.ch

Sur inscription : team@apethonex.ch

Lieu : 15 rue des Grottes, à Genève. *Gratuit*

14h30-16h30 : Maquillage des enfants

Organisé par le Spot

www.lespot.ch

Lieu : A l'école de Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

14h30-16h30 : Atelier d'arts plastiques, dès 4 ans

Atelier d'éveil créatif. Sur inscription: ateliers123@gmail.com

Animé par Catherine Chenu, Les Ateliers Feuille Caillou Ciseaux

www.ateliers123.ch

Lieu : A l'atelier Feuille Caillou Ciseaux, 150 rue de Genève, à Thônex. *5 chf/enfant*

15h00-18h00 : Initiation aux gestes de premiers secours pour les 8-12 ans

Organisée par les samaritains de Collonge-Bellerive

Activité sans la présence des parents. Un goûter sera offert

Inscription obligatoire : tamar_tomasian@yahoo.com

Lieu : Ecole de Pont-Bochet, 69 route de Mon-Ideé, à Thônex. *Gratuit*

15h00-15h45 : Cours d'initiation musicale

Proposé par Betina Cortese

www.espace-musical.com

Sur inscription: contact@espace-musical.com ou au 022 700 17 90

Lieu : A l'école, 33b Pictet-de-Rochemont, à Genève. *Gratuit*

15h00-16h00 : Cours de zumba kids pour les 6-8 ans

Proposé par Fit's Move. Sans inscription, baskets propres et tenue de sport

www.fitsmove.ch

Lieu : A l'école Le Corbusier, salle de rythmique, à Genève. *Gratuit*

15h00-16h00 : Visite et découverte de la serre et des jardins de
Semences du pays, suivi d'un atelier de semis

Proposée par l'Association Semences de pays
www.semencesdepays.ch

Visite guidée du jardin, suivie d'un atelier de semis, durée de 1h, tous les âges
Lieu : Serres de Belle-Idée, 2 ch. du Petit-Bel-Air, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

15h00-16h00 : Cours de zumba, dès 8 ans et parents

Proposé par l'Association Janja Zumba, facebook : janja zumba

Lieu : A l'école Bois des Arts, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

15h00-16h00 : Cours de théâtre, dès 9 ans

Proposé par Danse Art Académie, www.danseartacademie.ch

Sur inscription par sms au 078 834 48 56 ou 022 349 78 78

Lieu : A l'école de danse, 5 av. de Thônex, à Thônex. *Gratuit*

15h00-16h00 : Atelier jonglerie

Proposé par Mr Gisin, www.juggling.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

15h00-16h00 : Découverte des serres, plantes et matériels des
jardiniers de Thônex

Proposée par les Jardiniers de la commune de Thônex

www.thonex.ch/découvrir

Lieu : 54 chemin du Bois-des-Arts, à Thônex. Derrière la mairie. *Gratuit*

15h00-16h00 : Présentation du hockey sur glace pour les 4-10 ans

Proposée par Hockey Club HC3Chêne, L. Bougro

www.hc3chene.club

Sur inscription : secretariat@hc3chene.club

Lieu : A l'entrée de la patinoire de Sous Moulin, à Thônex. *Gratuit*

15h00-17h00 : Hôpital des nounours : Apporte une de tes peluches

Découvre le monde médical en faisant soigner ta peluche

Lieu : A l'école de Marcellly, salle polyvalente (entrée préau), à Thônex. *Gratuit*

15h00-17h30 : Atelier « recyclez vos sacs plastiques en
trousses et pochettes »

Proposé par Bazard d'Azur, www.bazardazurs.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

15h00-18h00 : Boîtàjeux

Après-midi jeux

Lieu : Pavillon de l'école du Bois-Des-Arts, 1^{er} étage, à Thônex. *Gratuit*

15h15-16h00 : Atelier découverte des sens et des émotions
pour les 4-7 ans

Proposé par Clémence de Native Yoga. Sur inscription au +33 7 69 92 96 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 5.- l'atelier*

MERCREDI 2 MAI

15h30-16h00 : Visite du poste de la police cantonale de Chêne

Sur inscription: par sms au 079 380 36 41

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants à l'extérieur

Lieu : Au poste, 93 rue de Genève, à Thônex. *Gratuit*

15h45-16h30 : Cours d'initiation musicale

Proposé par Betina Cortese, www.espace-musical.com

Sur inscription: contact@espace-musical.com ou au 022 700 17 90

Lieu : A l'école, 33b Pictet-de-Rochemont, à Genève. *Gratuit*

16h00-17h00 : Cours de zumba kids pour les 8-12 ans

Proposé par Fit's Move. Sans inscription, baskets propres et tenue de sport

www.fitsmove.ch

Lieu : A l'école Le Corbusier, salle de rythmique, à Genève. *Gratuit*

16h00-17h00 : Participation à l'entraînement de judo pour les 8-13 ans

Proposée par Budo Club Trois Chêne

www.judo3chene.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex. *Gratuit*

16h00-17h00 : Spectacle de marionnettes

Proposée par Jour de Rêve

www.jourdereve.com

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h00-17h00 : Escrime « moment découverte »

Proposée par Hugo. Sur inscription : escrime.desbiens@gmail.com

www.action-escrime.blogshpot.ch

Lieu : A l'école de Marcelly, salle de gym, à Thônex. *Gratuit*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier, 5 avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h15-16h45 : Visite du poste de la police cantonale de Chêne

Sur inscription, par sms au 079 380 36 41

Les parents sont priés d'attendre leurs enfants à l'extérieur

Lieu : Au poste, 93 rue de Genève, à Thônex. *Gratuit*

16h15-17h00 : Atelier découverte du corps et des émotions pour les 8-13 ans

Proposé par Clémence de Native Yoga. Sur inscription au +33 7 69 92 96 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 12.- l'atelier*

16h30-17h30 : Préparation au Karaté

Proposée par Karaté club de Genève

www.kct-geneve.ch

Lieu : A l'école Adrien-Jeandin, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

17h00-18h00 : Participation à l'entraînement d'Aïkido pour les 7-12 ans

Proposée par Aïkido Osaka Genève. Venir avec des habits souples

www.aiki-ge.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex, salle des tapis. *Gratuit*

17h00-18h00 : Cours de zumba pour les 10-18 ans

Proposé par Fit's Move. Sans inscription, baskets propres et tenue de sport

www.fitsmove.ch

Lieu : A l'école Le Corbusier, salle de rythmique, à Genève. *Gratuit*

17h00-18h00 : Visite de la caserne des pompiers de Thônex

Proposé par la Compagnie des sapeurs-pompiers de Thônex

www.sfithonex.ch

Plusieurs ateliers proposés dont la visite du dépôt

Lieu : A la caserne, 40 av. de Thônex, à Thônex. *Gratuit*

17h00-18h30 : Cours d'essai de handball pour les filles et les garçons de 7-11 ans

Proposé par CS Chênois Genève Handball

www.chenoishand.ch

Lieu : A l'école Marcelly, salle de gym, à Thônex. *Gratuit*

17h30-19h00 : Atelier Danse Intuitive Ados-Adultes

Proposé par Clémence de Native Yoga. Sur inscription au +33 7 69 92 96 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 5.- l'atelier*

17h30-19h00 : Cours de Netball pour les filles de 7-11 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich

www.meiniernetball.ch

Lieu : Ecole du Maunoir, salle de gym, à Cologny. *Gratuit*

18h00-19h00 : Cours de zumba, dès 8 ans et adultes

Proposé par Janja, facebook : janja zumba

Lieu : A l'école Bois des Arts, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

18h30-19h30 : Urban training pour ados et adultes

Proposé par Urban training

www.urban-training.ch

Venir en tenue de sport et une boisson pour suivre le coach à travers la commune qui se transforme en salle de sport géante. Sur inscription obligatoire sur leur site

Lieu : RDV à la place Graveson à Thônex. *Gratuit*

MERCREDI 2 MAI

19h00-20h00 : Cours de break danse pour les 12-17 ans

Proposé par le Spot. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou par email : sandra.lefay@fase.ch, www.lespot.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

19h30-20h30 : Cours de danse africaine pour adultes

Proposé par le Spot. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou par email : sandra.lefay@fase.ch, www.lespot.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

JEUDI 3 MAI

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37 www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

10h00-11h15 : Cours de yoga doux pour adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11 www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

12h15-13h15 : Cours d'Hatha yoga pour adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11 www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier, 5 avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h00-18h00 : Jeux de société, ping-pong, baby-foot, dès 10 ans

Proposés par la Maison des Quartiers de Thônex

www.thonex.ch

Enfants seuls dès 10 ans, sinon accompagnés des parents

Lieu : Maison des quartiers, 39 rte de Jussy, à 1226, Thônex. *Gratuit*

16h00-18h30 : Ludothèque de Thônex

Lieu : Ecole Adrien-Jeandin, rez inférieur, à Thônex. *Gratuit*

16h15-17h00 : Visite de la Caserne des pompiers

Proposée par le Commandant Bertrand Longchamp

Lieu : A la caserne, 2 rue François Perréard, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h30-17h15 : Initiation au Pilates, dès 10 ans

Proposée par Laurence Gardon, coach sportif

laurence.coachsport@gmail.com

Apporter son tapis de sol ou linge épais, tenue de sport

Lieu : Ecole de Bois-des-Arts, salle polyvalente, à Thônex. *Gratuit*

16h30-17h30 : Atelier de dessins, affiche « Semaine sans écran »

Proposé par Bernadette. Tous les enfants peuvent participer

Concours pour le dessin pour le flyer 2019 de la semaine sans écran

Lieu : Ecole Bois des Arts, salle des restaurants scolaires, à Thônex. *Gratuit*

16h30-17h30 : Visite des nouveaux locaux de la police
municipale de Thônex

www.thonex.ch/découvrir

Sur inscription : team@apethonex.ch

Lieu : Au poste, 91 rte de Genève, à Thônex. *Gratuit*

16h30-17h30 : Cours de Netball pour les filles de 11-15 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich

Sur inscription : cathryn@meiniernetball.ch

www.meiniernetball.ch

Lieu : Ecole Marcelly, salle de gym, à Thônex. *Gratuit*

16h30-17h30 : Cours zumba kids, dès 5 ans

Proposé par Marie de l'école So'Dance

Facebook: So'Dance ou marie.zurbriggen71@gmail.com

Lieu : Ecole de Pont Bochet, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

16h30-18h30 : Tir sportif sur cible à la carabine, dès 13 ans

Proposé par la Société de Tir Chênoise

Etre accompagné d'un adulte. Sport Olympique

Lieu : Chemin des Hutins-des-Bois à Chêne-Bourg. *Gratuit*

17h15-18h00 : Visite de la Caserne des pompiers

Proposée par le Commandant Bertrand Longchamp

Lieu : A la caserne, 2 rue François Perréard, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

17h30-18h30 : Cours de yoga prénatal

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

JEUDI 3 MAI

18h00-19h00 : L'art du thé chinois, cérémonie & dégustation de thé

Proposée par Caiyung Song, www.caiyun.ch

Découvrir le monde secret du thé chinois, dès 7 ans

Sur inscription: tamar_tomasian@yahoo.com

Lieu : Caiyun Tea, 13 rue de Peillonex, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

18h15-19h15 : Cours de break danse pour les 8-12 ans

Proposé par le Spot. Sur inscription jusqu'au 25/04 au 022 348 96 78 ou

par email : sandra.lefay@fase.ch, www.lespot.ch

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

18h30-19h30 : Participation à l'entraînement de judo pour les 7-12 ans

Proposée par Budo Club Trois Chêne, www.judo3chene.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex. *Gratuit*

18h30-19h30 : Cours mix zumba pour ados et adultes

Proposé par Marie de l'école So'Dance

Facebook: So'Dance ou marie.zurbriggen71@gmail.com

Lieu : Ecole de Pont-Bochet, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

19h00-20h15 : Cours d'Hatha yoga pour adultes

Proposé par Anne-Sophie de Native Yoga. Sur inscription au 079 692 53 11
www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

19h30-20h30 : Cours step pour ados et adultes

Proposé par Marie de l'école So'Dance

Facebook: So'Dance ou marie.zurbriggen71@gmail.com

Lieu : Ecole de Pont-Bochet, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

VENDREDI 4 MAI

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37

www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

08h30-09h30 : Cours de yoga wake up (Flow) pour adultes

Proposé par Stéphanie de Native Yoga. Sur inscription au 076 404 93 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

10h00-11h00 : Cours de Yoga Goddess (dos & abdos) pour adultes

Proposé par Stéphanie de Native Yoga. Sur inscription au 076 404 93 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

11h00-12h00 : Cours de Yoga Take it Slow (Yin Yoga) pour adultes

Proposé par Stéphanie de Native Yoga. Sur inscription au 076 404 93 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

12h15-13h15 : Cours de Yoga Weekend Prep (Vinyasa) pour adultes

Proposé par Stéphanie de Native Yoga. Sur inscription au 076 404 93 80

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- le cours*

14h00-17h00 : Bibliobus, nouveaux livres audios et DVD

Lieu : Chemin de Marcelly (angle av. Tronchet) à Thônex. *Gratuit*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier, 5 avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

16h00-19h00 : « Thônex se bouge » : présentation des activités des clubs sportifs des 3 Chênes pour les 4-12 ans

Proposée par la mairie de Thônex

www.thonex.ch

Lieu : Préau de l'école Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

16h15-18h15 : Atelier beauté mains et pieds, enfants et ados

Proposé par Isabell Venker, esthéticienne

Séance de 30 minutes. Sur inscription au 079 798 06 52

Lieu : 107 chemin du Petit-Bel-Air, à Thônex. *Gratuit*

16h30-18h00 : Atelier crochet à doigts, dès 7 ans

Proposé par Magaly Rapin-Pacifico, Création de bijoux

Lieu : Ecole Marcelly, restaurant scolaire, accès préau de l'école, Thônex. *Gratuit*

16h30-17h30 : Atelier création de cartes et de boîtes en papier, dès 7 ans

Proposé par Ursi Warne de l'APE de Thônex, www.apethonex.weebly.com

Sur inscription : ursi_warne@bluewin.ch. Différentes techniques de peinture

Lieu : 115, chemin du Petit-Bel-Air, à Thônex. *Gratuit*

VENDREDI 4 MAI

16h30-18h00 : Atelier de cartes en fil tendu, dès 8 ans

Proposé par Sandrine. Sur inscription: sandrine.bussard@gmail.com

Condition: savoir enfiler un fil dans une aiguille

Lieu : Ecole Marcelly, restaurant scolaire, accès préau de l'école, Thônex. *Gratuit*

16h30-18h00 : Atelier de découverte d'instruments pour tous

Proposé par les professeurs du Studio Kodály, entrée libre

www.studio-kodalv.ch

Découverte des instruments à cordes frottées: violon, alto, violoncelle et contrebasse avec jeux interactifs

Lieu : A l'école de Marcelly, salle polyvalente, accès préau, à Thônex. *Gratuit*

16h30-18h00 : Atelier création de produits cosmétiques et ménagers bio

Proposé par Valérie Dessiex. Sur inscription: team@apethonex.ch

Facebook: Madame Rêve d'un monde plus sain

Lieu : Ecole Adrien-Jeandin, Restaurant scolaire, à Thônex. *Gratuit*

17h30-18h30 : Participation à l'entraînement d'Aïkido pour les 7-12 ans

Proposée par Aïkido Osaka Genève. Venir avec des habits souples

www.aiki-ge.ch

Lieu : Centre Sportif de Sous-Moulin, 39 rte de Sous-Moulin, à Thônex, salle des tapis. *Gratuit*

18h00-19h00 : Atelier de Pleine Conscience pour ados

Proposé par Julie de Native Yoga. Sur inscription au 076 543 76 68

www.nativeyoga.ch

Lieu : Sur place, 20 rue du Gothard, Chêne-Bourg. *Chf 20.- l'atelier*

18h30-20h00 : Cours de Netball pour les filles de 9-16 ans

Proposé par Meinier Netball, Cathryn Rich

www.meiniernetball.ch

Lieu : A l'école de Meinier, salle de gym, à Meinier. *Gratuit*

20h00-21h00 : Cours de zumba, dès 8 ans et parents

Proposé par l'Association Jana-Zumba, facebook : janja zumba

Lieu : A l'école Bois des Arts, salle de rythmique, à Thônex. *Gratuit*

SAMEDI 5 MAI

Sur rendez-vous : Cours d'équitation

Proposé par le Poney Club de Presinge. Inscription au 022 759 19 37

www.poney-club-presinge.ch

Lieu : Poney Club de Presinge, 137 rte de Presinge, à Presinge. *Chf 25.- jusqu'à 7 ans et Chf 30.- dès 8 ans.- le cours*

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

10h00-11h00 : Atelier de calligraphie chinoise, dès 8 ans

Proposé par Caiyun Song

www.caivun.ch

Cours d'initiation à la calligraphie chinoise

Sur inscription : tamar_tomasian@yahoo.com

Lieu : A l'école de Marcellly, restaurant scolaire, accès préau, à Thônex. *Gratuit*

10h00-11h30 : Découverte de la voie verte à vélo, dès 6 ans

Proposée par Ursi Warne de l'APE Thônex. Venir avec vélo et casque

www.apethonex.weebly.com

Lieu : RDV devant la Migros de Chêne-Bourg, entrée principale. *Gratuit*

10h00-12h00 : Atelier de musique pour tous avec jeux interactifs

Proposé par les professeurs du Studio Kodály, entrée libre

www.studio-kodalv.ch

Découverte des instruments de percussion.

Lieu : Ecole de Marcellly, salle polyvalente, accès par le préau, à Thônex. *Gratuit*

10h00-12h00 : Gonflage de voiles de parapente au sol pour les 10-16 ans

Proposé par le Centre Genève Vol Libre. Sur inscription au 022 784 38 08

www.paradelta.ch

Lieu : A l'école, rte des Bossey, à Troinex. *Chf 25.- par heure*

10h00-12h00 : Massages assis, méthode AMMA

proposé par Magaly Rabin-Pacifico.

Inscription sur place, 079 132 53 98

Massage qui détend et rebooste pour adulte, séance de 15-20 min

Lieu : Ecole de Marcellly, restaurant scolaire, accès préau, à Thônex. *Gratuit*

11h30-12h30 : Méditation méthode QiGong, dès 9 ans

Proposée par Caiyun Song. Sur inscription : tamar_tomasian@yahoo.com

www.caivun.ch

Découverte de la méditation en bougeant pour le plaisir

Lieu : A l'école de Marcellly, restaurant scolaire, accès préau, à Thônex. *Gratuit*

12h00-14h00 : Brunch « canadien »

Venez tous partager vos spécialités

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

13h00-17h00 : Initiation à la plongée sous-marine, dès 8 ans

Proposé par Fare Moana, www.faremoana.ch

Présence obligatoire d'un adulte responsable de l'enfant, à l'aise dans l'eau

Sur inscription : info@faremoana.ch

Chaque participant doit avoir une assurance accident et responsabilité civile

Lieu : Piscine de Thônex. *Entrée piscine payante, activité gratuite*

13h30-15h00 : Vol en parapente bi cool, dès 5 ans

Proposé par le Centre Genève Vol Libre. Sur inscription au 022 784 38 08

www.paradelta.ch

Avoir une autorisation parentale pour les mineurs

Lieu : A l'école, rte des Bossey, à Troinex. *Chf 110.- le vol au lieu de Chf 175.-*

14h00-15h30 : Atelier casse-tête

Proposé par Mr Gisin, www.juggling.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, salle polyvalente à Thônex. *Gratuit*

14h00-17h00 : Promenade en poney

Proposée par le Poney Club de Presinge

www.poney-club-presinge.ch

Les parents tiennent le poney. *Chf 10.- le tour de 20 minutes*

Lieu : Poney Club de Presinge, rte de Presinge 137, à Presinge

14h00-17h00 : Château gonflable

Animé par l'APE Chêne-Bourg

www.apechenebourg.ch

Lieu : Préau de l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

14h30-16h30 : Maquillage des enfants

Organisé par le Spot. www.lespot.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, restaurant scolaire, à Thônex. *Gratuit*

Dès 15h00 : Vente de gourmandises

Faites par Ben's Gourmandise et l'APE de Thônex

www.apethonex.weebly.com

En faveur de l'APE de Thônex. Venez nombreux

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex

15h00-16h30 : Atelier henné sur les mains

Proposé par Mina de l'APE de Chêne-Bourg

www.apechenebourg.ch

Henné sur les mains à faire soi-même

Lieu : A l'école de Marcellly, restaurant scolaire, à Thônex. *Gratuit*

15h00-17h30 : Atelier « recyclez vos sacs plastiques en trousse et pochettes »

Proposé par Bazard d'Azur, www.bazardazurs.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, restaurant scolaire, à Thônex. *Gratuit*

15h00-18h00 : Boîtàjeux

Après-midi jeux

Lieu : Pavillon de l'école du Bois-Des-Arts, 1^{er} étage, à Thônex. *Gratuit*

16h00-17h00 : Spectacle de magie

Animé par Gianfrano le magicien

www.gianfrancolemagicien.com

Lieu : A l'école de Marcellly, salle polyvalente à Thônex. *Gratuit*

16h00-18h00 : Jeux de société, ping-pong, baby-foot, dès 10 ans

Proposé par la Maison des Quartiers de Thônex

www.thonex.ch

Enfants seuls dès 10 ans, sinon accompagnés des parents

Lieu : Maison des quartiers, 39 rte de Jussy, à Thônex. *Gratuit*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier 5, avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

DIMANCHE 6 MAI

Sur rendez-vous : Découverte de la Kiné-Energétique pour aller à la rencontre de soi

Proposée par Leila Hansali

www.sante-et-bien-etre-energetique.jimdo.com

Pour enfants et adultes. Soins personnalisés, séance d'environ 1h30

Inscription au 078 815 86 69 ou lhansali@yahoo.fr

Lieu : Dans son cabinet, à Thônex. *Chf 20.-*

9h30-10h15 : Activité « mermaiding » pour les 7-12 ans

Natation avec queue de sirène. Etre à l'aise dans et sous l'eau et complètement autonomes. Apportez lunettes et pince-nez, si nécessaire

Chaque participant doit avoir une assurance accident et responsabilité civile

Sur inscription : secretariat@ecolenatationthonex.ch

Lieu : Piscine de Thônex. *Entrée piscine payante, activité gratuite*

10h00-12h00 : Atelier autour du vélo

Proposé par le Spot

www.lespot.ch

Venez faire réparer vos vélos : petites réparations, contrôle technique des vélos, préparation des vélos

Lieu : Au Spot, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

**10h00-12h00 : Gonflage de voiles de parapente au sol
pour les 10-16 ans**

Proposé par le Centre Genève Vol Libre. Sur inscription au 022 784 38 08
www.paradelta.ch

Lieu : A l'école, rte des Bossey, à Troinex. *Chf 25.- par heure*

10h30-11h15 : Activité « mermaiding » pour les 7-12 ans

Natation avec queue de sirène. Etre à l'aise dans et sous l'eau et complètement autonomes. Apportez lunettes et pince-nez, si nécessaire

Chaque participant doit avoir une assurance accident et responsabilité civile

Sur inscription : secretariat@ecolenatationthonex.ch

Lieu : Piscine de Thônex. *Entrée piscine payante, activité gratuite*

10h30-12h30 : Massage assis

Proposé par Franck Schwitter et Jacqueline Lashley

www.quantumdiffusion.ch

Inscription sur place

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

12h00-14h00 : Brunch « canadien »

Venez tous partager vos spécialités

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

13h30-14h15 : Activité « mermaiding » pour les 10-15 ans

Natation avec queue de sirène. Etre à l'aise dans et sous l'eau et complètement autonomes. Apportez lunettes et pince-nez, si nécessaire

Chaque participant doit avoir une assurance accident et responsabilité civile

Sur inscription : secretariat@ecolenatationthonex.ch

Lieu : Piscine de Thônex. *Entrée piscine payante, activité gratuite*

13h30-15h00 : Vol en parapente bi cool, dès 5 ans

Proposé par le Centre Genève Vol Libre. Sur inscription au 022 784 38 08

www.paradelta.ch

Avoir une autorisation parentale pour les mineurs

Lieu : A l'école, rte des Bossey, à Troinex. *Chf 110 le vol au lieu de Chf 175*

13h30-15h00 : Parcours à vélo

Animé par le Spot

www.lespot.ch

Lieu : A l'école de Marcellly, à Thônex. *Gratuit*

14h00-17h00 : Promenade en poney

Proposée par le Poney Club de Presinge

www.poney-club-presinge.ch

Les parents tiennent le poney. *10 chf le tour de 20 minutes*

Lieu : Poney Club de Presinge, rte de Presinge 137, à Presinge

14h00-17h00 : Atelier tout public « créations nature »

Animé par Catherine Chenu, Les Ateliers Feuille Caillou Ciseaux

www.ateliers123.ch

Enfant dès 4 ans accompagné d'un parent

Lieu : A l'école de Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

14h00-17h00 : Château gonflable

Animé par l'APE Chêne-Bourg

www.apechenebourg.ch

Lieu : Préau de l'école de Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

14h30-15h15 : Activité « mermaiding » pour ados et adultes

Natation avec queue de sirène. Etre à l'aise dans et sous l'eau et complètement autonomes. Apportez lunettes et pince-nez, si nécessaire

Chaque participant doit avoir une assurance accident et responsabilité civile

Sur inscription : secretariat@ecolenatationthonex.ch

Lieu : Piscine de Thônex. *Entrée piscine payante, activité gratuite*

14h30-16h30 : Maquillage des enfants

Organisé par le Spot

www.lespot.ch

Lieu : A l'école de Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

15h00-17h00 : Massage assis

Proposé par Franck Schwitter et Jacqueline Lashley

www.quantumdiffusion.ch

Inscription sur place

Lieu : A l'école de Marcelly, à Thônex. *Gratuit*

16h00-18h00 : Peinture d'expression libre

Atelier de peinture et d'éducation créatrice

Proposé par l'Atelier La Joie de Peindre de Nancy Tikou

Sur inscription jusqu'au 27/04 au 022 349 81 72 ou 079 736 47 80

Lieu : A l'atelier, 5 avenue Dechevrens, à Chêne-Bourg. *Gratuit*

Nous tenons à remercier les communes de Thônex et
Chêne-Bourg, le Spot ainsi que tous les participants et
intervenants

APE Chêne-Bourg

www.apechenebourg.ch

Le Spot

2, rue François Perréard

Chêne-Bourg

www.lespot.ch



www.apethonex.weebly.com

Merci à AOC : Aimée Office Concept pour l'impression du flyer

www.aconcept.ch