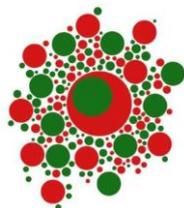


CLUB DES AÎNÉS « LE VIEUX CAROUGE »

18, boulevard des Promenades – Tél. 022 307 92 20 – 1227 Carouge

club-des-aines-carouge@bluewin.ch - www.aines-carouge.ch

[IBAN CH40 0900 0000 1201 9299 9](https://www.iban.ch/IBAN/CH400900000120192999)



AVRIL 2024 NOUVELLES DU CLUB

Chers Membres, Chères Amies, Chers Amis,

Le printemps est de retour ! Out mars ! Bienvenue à avril, sans oublier pour votre santé : « en avril n'ôte pas un fil, en mai, fait ce qu'il te plaît ! »

Toujours sous la responsabilité de Madame Laura Buchs, les **balades contées** reprendront le mardi 30 avril. De même, les **excursions 2024** débuteront le 30 mai avec, comme première escale, « Le Saut du Doubs », dont vous aurez le flyer explicatif qui accompagnera le programme mensuel du mois de mai prochain.

La visite culturelle au Musée de Carouge le jeudi 11 avril, de même que la conférence-projection du jeudi 25 avril dans notre grande salle sur « Le Cachemire et le Ladack » présentée par Monsieur Buscarlet, membre de notre Club, ne nous permettent pas d'organiser un loto en avril. En raison du manque de places et de membres de plus en plus nombreux à vouloir participer aux repas mensuels, je suis contraint de supprimer la possibilité aux non-membres de s'y inscrire. Enfin, n'oubliez pas que notre **AG annuelle** se tiendra à la Salle des Fêtes **le 23 mai prochain**, à laquelle vous pourrez siéger en présentant votre carte de membre à jour.

Cordialement

Claude Morex, Président

Vacances scolaires : du 29 mars au 12 avril 2024 inclus.

ACTIVITÉS

- | | | |
|---|--|---|
| Lundi 15 avril 2023 | 9h30
10h30 | Séance du Comité au Club, suivie de la
Séance des Responsables d'Activités |
| Lundi 15 avril 2023
Au Club | 14h00 – 16h00 | Inscriptions pour le repas du 24 avril
<i>sur présentation de votre carte de membre 2024</i> |
| Permanence au Club | 14h – 17h | Les lundis (sauf pendant les vacances scolaires)
ou, <i>en tout temps, par mail</i> à l'adresse :
club-des-aines-carouge@bluewin.ch |
| Aquagym
<i>cours complet.....</i> | 8h30 – 9h30
10h30 – 11h30 | Tous les mercredis pour les deux cours à la
Piscine des Pervenches, Carouge (<i>sur inscription au Club</i>) |
| Atelier du Rondeau
<i>Peinture créative et
Dessin</i> | 14h - 17h | A la salle de quartier située au rez-de-chaussée
du 48 route de Veyrier , accès direct côté ouest.
Tous les mardis |
| Atelier d'écriture | 14h - 16h | Au Club, les vendredis 12, 19 et 26 avril 2024
(<i>cours complet</i>) |
| Apprendre à chuter
en douceur à l'aide de techniques simples et ludiques adaptées aux seniors. | 10h00 | Au Club, les vendredis 19 et 26 avril 2024 |
| Atelier d'Informatique | 10h00 | Au Club, le jeudi matin . Prendre rendez-vous au
022 301 88 04 Mme Dominique Mouchet . Séances pour aider nos membres à se familiariser
avec leur téléphone portable, leur tablette ou leur ordinateur ainsi que répondre aux questions
au sujet de ces appareils. Chacun/e apporte son propre matériel (wifi gratuit au Club). |

Balade contée Mardi 30 avril 2024	13h40	Mme Laura Buchs, accompagnatrice, organise une balade contée de SIERNE à VEYRIER. Rendez-vous bus 41 arrêt Carouge Tours (départ du bus 13h51). Retour bus 41.
CaféPhilo	17h30 – 19h	Au Club, les jeudis 11 et 25 avril 2024 (détails à philomonie@gmail.com)
Chorale	14h30 – 16h	Au Club, tous les lundis (sur inscription au Club des Aînés)
Jeux de cartes	14h00	Au Club, tous les mardis (JASS – RAMI – TAROT)
Origami	9h30 – 11h	Au Club, les vendredis 12 et 26 avril 2024
Pétanque Mercredi 1^{er} mai dès 13h30	14h00	Les mercredis par beau temps entre les Tours. Tournoi de pétanque ouvert aux membres du Club. S'inscrire auprès de Jean-François au 076 801 85 30
Proches aidants	18h – 19h30	Au Club, lundi 22 avril , groupe de parole et de partage (Organisation : Service des affaires sociales de Carouge).
Conférence-Projection d'un diaporama	14h30 – 16h	Au Club, JEUDI 25 avril , présentée par notre membre, Monsieur Luc Buscarlet, sur le Cachemire et le Ladakh (voir flyer en annexe). Cette projection est ouverte à toutes et tous. De préférence merci de vous annoncer au 079 742 26 81.
Repas au Club Mercredi 24 avril	12 h 00	Prix Fr. 15.- pour les membres. Menu : salade d'endives au Roquefort et aux noix, émincé au curry et ananas, riz, Dessert : Parfait glacé au citron vert et cacao. Café ou thé inclus. VIN et digestif en sus.
Rythmique		Au Club
Rythmique 1	10h00	Tous les mardis (cours complet)
Rythmique 2	11h00	Tous les mardis (cours complet)
Scrabble	14h00	Au Club, tous les mardis
Tennis de table	9h30 – 11h30	Les lundis , annexe de l'école du Val d'Arve Route de Veyrier 44 (sur inscription au Club ou par mail)
Travaux artistiques	dès 14h30	Au Club, tous les lundis
Visite culturelle Jeudi 11 avril 2024	14h30	Musée de Carouge visite gratuite commentée de l'expo : Salève, montagne des Carougeois ?! suivie d'un petit goûter au Musée (sur inscription au Club ou par téléphone au 079 742 26 81)
Yoga		Au Club de Judo , 20 avenue de la Praille, (l'entrée est celle de la Piscine des Pervenches)
Yoga 1	09h15	Tous les lundis (sur inscription au Club des Aînés)
Yoga 2	10h15	Tous les lundis (sur inscription au Club des Aînés)
Yoga 3	10h00	Tous les jeudis (sur inscription au Club des Aînés)
Yoga 4	10h00	Tous les mardis (sur inscription au Club des Aînés)
Zumba Gold		Au Club
	19h00	Tous les mardis (sur inscription au Club des Aînés)
	12h00	Tous les vendredis (cours complet)