

LA CITÉ ET CAP LOISIRS



SEPTEMBRE - DÉCEMBRE 2025



<p>VENDREDI 26 SEPTEMBRE</p> 	<p>Atelier cuisine</p>	<p>La cuisine en couleurs 16h30-21h</p>	<p>Cet atelier cuisine c'est la fête des couleurs et des sons. Nous faisons un menu avec des belles couleurs. Nous écoutons de la musique que nous aimons.</p>
<p>MERCREDI 1^{ER} OCTOBRE</p> 	<p>On sort entre ami-es</p>	<p>Spectacle de danse et resto 17h30-21h30</p>	<p>Nous allons voir un spectacle de danse à l'ADC. Le spectacle raconte des histoires avec de la musique. Ce spectacle s'appelle Fampitaha, fampita, fampitana.</p>
<p>MERCREDI 8 OCTOBRE</p> 	<p>Sortie théâtre</p>	<p>Orlando et apéro 17h30-21h</p>	<p>Nous allons au Grütli voir un spectacle de théâtre passionnant. C'est l'histoire d'un homme qui se transforme en femme. Ce personnage vit beaucoup d'aventures à travers les époques.</p>
<p>VENDREDI 10 OCTOBRE</p> 	<p>Atelier cuisine</p>	<p>Repas Burkinabé 16h30-21h</p>	<p>La cheffe cuisinière nous apprend à faire un repas du Burkina Faso. Le Burkina Faso est un pays africain, il y a des légumes différents. Nous découvrons des goûts délicieux.</p>
<p>SAMEDI 11 OCTOBRE</p> 	<p>On sort entre ami-es</p>	<p>Spectacle de danse et resto 18h30-22h30</p>	<p>Le spectacle Vagabundus a lieu à l'ADC. C'est un spectacle avec 13 danseurs et danseuses du Mozambique. Après nous mangeons aux Pâquis dans un restaurant africain.</p>
<p>VENDREDI 17 OCTOBRE</p> 	<p>Atelier cuisine</p>	<p>Faire soi-même des sushis 16h30-21h</p>	<p>Est-ce que vous aimez les sushis traditionnels japonais ? Avec le riz au vinaigre et les feuilles d'algues nous allons apprendre à faire des sushis. Nous pouvons aussi inventer des recettes.</p>
<p>VENDREDI 31 OCTOBRE</p> 	<p>On sort entre ami-es</p>	<p>Soirée Halloween 16h30-21h30</p>	<p>Grande soirée pour Halloween dans le quartier de la Jonction. Nous allons à une fête artistique organisée par le FMAC. On peut se déguiser pour faire peur ou pour se transformer. On donne des bonbons aux enfants et on peut aussi les manger !</p>
<p>SAMEDI 8 NOVEMBRE</p> 	<p>Entre femmes</p>	<p>Apprendre à se défendre 10h-18h30</p>	<p>Une association nous propose un stage d'autodéfense féministe. C'est pour apprendre à se défendre quand on est une femme. On apprend des gestes simples pour dire NON. On apprend ensemble à avoir plus de force.</p>
<p>DIMANCHE 23 NOVEMBRE</p> 	<p>Sortie théâtre</p>	<p>Un volcan silencieux 15h30-19h30</p>	<p>Nous allons à pied au Théâtre du Loup voir un spectacle. Il raconte les histoires de 10 femmes qui sont nées en 1979. À 45 ans elles ont déjà vécu beaucoup de choses.</p>
<p>VENDREDI 28 NOVEMBRE</p> 	<p>Atelier cuisine</p>	<p>De la douceur au menu 16h30-21h</p>	<p>Nous aimons la douceur et nous cuisinons des recettes douces : Des mousses et des coulis, un moelleux au chocolat à la guimauve... La douceur et la gentillesse font du bien.</p>
<p>VENDREDI 5 DÉCEMBRE</p> 	<p>On sort entre ami-es</p>	<p>La parade du Père Fouettard 16h30-20h30</p>	<p>Nous fêtons l'arrivée de l'hiver avec la parade du Père Fouettard. Quand il fait nuit nous défilons dans les rues de la Jonction. À la fin une soupe est offerte à la Maison de Quartier de la Jonction.</p>
<p>DIMANCHE 7 DÉCEMBRE</p> 	<p>Concert à Cap Loisirs</p>	<p>Noël rock'n'roll 15h-19h</p>	<p>Pour Noël on vous propose un apéro en musique à Cap Loisirs. Le groupe s'appelle le Pierre Omer's Swing Revue. Le groupe joue une musique énergique et joyeuse qui fait danser avec de la guitare, du piano et de la trompette.</p>
<p>SAMEDI 13 DÉCEMBRE</p> 	<p>Sortie théâtre</p>	<p>Poussière de Crotte... 16h-21h</p>	<p>L'artiste Marlène Charpentier est de retour au Théâtre de l'Usine. Elle joue 3 personnages et c'est tout un univers fantastique. Nous avons beaucoup ri à son dernier spectacle.</p>
<p>JEUDI 18 DÉCEMBRE</p> 	<p>Sortie sportive</p>	<p>Tchouckball Geneva Indoors 16h30-20h30</p>	<p>Genève accueille les meilleures équipes de tchouckball du monde entier. Le tchouckball est un sport collectif. Nous regardons des matches et profitons de l'ambiance festive du tournoi.</p>