



LA CITÉ ET CAP LOISIRS
Avril-mai-juin 2024

FICHE DE PRÉ-INSCRIPTION

Nom, Prénom :

Adresse/nom de la résidence :

Téléphone/natel :

Si téléphone personnel, merci de le préciser :

	DATE	EVENEMENT	JE SOUHAITE M'INSCRIRE
AVRIL	Dimanche 28 avril Horaires à confirmer	Rendez-vous du dimanche Arrivée du Tour de Romandie	
	Vendredi 26 avril 16h30-20h30	Théâtre et apéro Frankenstein	
MAI	Vendredi 3 mai 16h30-21h	Atelier cuisine Voyage en Italie	
	Vendredi 3 mai 17h-19h30	On sort entre ami.e.s Vernissage d'exposition sur la danse	
	Lundi 6 mai 16h30-19h30	On s'invite chez nos voisin.e.s ! Bibliothèque Filigrane	
	Mardi 14 mai 16h30-21h	Théâtre/musique et restaurant Spectacle de Mélissa Guex	
	Judi 16 mai 16h30-20h30	Atelier masques Préparer le Bal masqué aux Grottes	
	Vendredi 17 mai 17h-21h	Théâtre/musique et apéro Dépression au pays des biscuits	
	Vendredi 24 mai 16h30-21h	Atelier cuisine Soirée mexicaine	
	Samedi 25 mai Le soir, à confirmer	On sort entre ami.e.s Bal masqué aux Grottes	
	Vendredi 31 mai 17h-21h	Théâtre/musique et apéro Nous voulons la lune	
JUIN	Samedi 1^{er} juin	Atelier créatif et goûter Les loisirs qu'on aime	
	Vendredi 7 juin 16h30-21h	Atelier cuisine Enfin l'été	
	Samedi 8 juin	Venez nous rendre visite ! Cap Loisirs à la fête du quartier	
	Samedi 22 juin 13h-21h30	On sort entre ami.e.s Danse et soirée à Nyon	
	Dimanche 23 juin 11h-18h	Rendez-vous du dimanche Baignade et danse à Nyon	



ATTENTION : nombre limité de places. Vous recevrez une confirmation pour les sorties où vous vous êtes pré-inscrit-e-s.

Merci de noter que les conditions contractuelles de participation sont également valables pour ces prestations en cas de désistement.

Fiche de pré-inscription à renvoyer avant le 20 avril 2024.

Par courrier : Fondation Cap Loisirs – 5, rue Jean-Louis Hugon 1205 Genève

Par e-mail : caploisirs@caploisirs.ch

Merci et à bientôt,
Alice Créte
Coordinatrice de La Cité et Cap Loisirs

Dimanche 28 avril

Rendez-vous du dimanche : Arrivée du Tour de Romandie

Rdv : à confirmer

Prix : 30.-

Nous allons au restaurant à midi.

Les cyclistes se donnent rendez-vous le 28 avril à Vernier.

C'est l'arrivée du Tour de Romandie en vélo.

Il y a des animations autour du thème du vélo pour s'amuser.

Vendredi 26 avril

Théâtre : Frankenstein

Rdv à Cap Loisirs : accueil dès 16h30

Fin du spectacle au Théâtre Saint-Gervais : 20h30

Prix : CHF 25.-

Nous allons boire un verre.

Nous allons au Théâtre Saint-Gervais pour voir l'histoire de Frankenstein.

Frankenstein est un monstre qui fait un peu peur.

Il se sent seul parce qu'il n'y a pas d'autres créatures comme lui.

Ce spectacle est en italien avec des sous-titres en français.

Vendredi 3 mai

Atelier cuisine : Voyage en Italie

Rdv à Cap Loisirs : 16h30

Fin à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 30.-

Nous cuisinons ensemble des recettes italiennes.

C'est un atelier cuisine à Cap Loisirs pour un repas qui nous fait voyager.

Nous mangeons ensemble à Cap Loisirs et passons une soirée conviviale.

Vendredi 3 mai

On sort entre ami.e.s : Vernissage d'exposition sur la danse

Rdv : 17h

Fin : 19h30

Prix : gratuit

Un apéritif est offert.

On va se promener en vieille ville pour la fête de la danse.
On va voir une exposition sur la danse et le mouvement.
Les œuvres exposées sont créées à l'atelier artistique de Cap Loisirs.
L'exposition est à l'Association pour la danse contemporaine.

Lundi 6 mai

On s'invite chez nos voisin.e.s ! Bibliothèque Filigrane

Rdv à Cap Loisirs : accueil dès 16h30

Retour à Cap Loisirs : 19h30

Prix : 15.-

Nous allons boire un verre.

Nous visitons une bibliothèque à la Servette.
Dans cette bibliothèque il y a des livres faciles à lire et à comprendre.
On peut découvrir des livres et aussi emprunter des livres.

Mardi 14 mai

Théâtre/musique : Mélissa Guex

Rdv à Cap Loisirs : accueil dès 16h30

Retour à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 40.-

Nous mangeons au restaurant.

Le spectacle est une performance de danse et musique.
C'est coloré avec des costumes de fête et des rythmes de fête.
Le spectacle raconte comment s'amuser même si on est triste.
Il y a une partie du spectacle où on peut danser nous aussi.

Jeudi 16 mai

Atelier masques : Bal masqué aux Grottes

Rdv aux Grottes : 16h30

Fin aux Grottes : 20h30

Prix : 15.-

Un repas est prévu.

Le samedi 25 mai il y a un Bal masqué aux Grottes.
C'est un week-end de fête dans le quartier.
Le jeudi 16 mai on fabrique les plus beaux masques pour parader.
On mange ensemble des frites d'une friterie belge.

Vendredi 17 mai

Théâtre/musique : Dépression au pays des biscuits

Rdv à Cap Loisirs : 17h

Retour à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 25.-

Nous allons boire un verre.

Dans ce spectacle les personnes parlent anglais.
Mais il y a des sous-titres en français.
Les personnages sont en situation de handicap.
Les personnages parlent de leur handicap.
Comment certaines personnes en situation de handicap vivent l'isolement ?

Vendredi 24 mai

Atelier cuisine : Soirée mexicaine

Rdv à Cap Loisirs : 16h30

Fin à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 30.-

Atelier cuisine à Cap Loisirs pour le plat et le dessert.

Nous cuisinons ensemble un repas avec des recettes du Mexique.

Nous mangeons ensemble à Cap Loisirs et passons une soirée conviviale.

Samedi 25 mai

On sort entre ami.e.s : Bal masqué aux Grottes

Rdv : en soirée

Fin du Bal : à confirmer

Prix : CHF 20.-

Un repas est prévu.

C'est un week-end de fête dans le quartier des Grottes.

Il y a un Bal masqué sur la place des grottes.

On danse toute la soirée avec nos plus beaux masques.

Vendredi 31 mai

Théâtre/musique : Nous voulons la lune

Rdv à Cap Loisirs : 17h

Retour à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 25.-

Nous allons boire un verre.

C'est un spectacle de danse avec des danseuses

Les danseuses font des mouvements très lents et très calmes.

Les danseuses bougent ensemble sans jamais se séparer.

Samedi 1^{er} juin

Atelier créatif et goûter : Les loisirs qu'on aime

Rdv à Cap Loisirs : 13h30

Fin de l'atelier à Cap Loisirs : 18h

Prix : CHF 30.-

Un bon goûter est prévu.

On parle de ce qu'on aime faire pour les loisirs.

Il y a des exercices pour s'amuser avec les mots et inventer des textes.

C'est un moment pour prendre du plaisir à écrire ensemble et partager nos idées.

Il y a des images pour faire des collages et faire des pancartes pour le stand du 8 juin.

Vendredi 7 juin

Atelier cuisine : Enfin l'été

Rdv à Cap Loisirs : 16h30

Fin à Cap Loisirs : 21h

Prix : CHF 30.-

Atelier cuisine à Cap Loisirs pour le plat et le dessert.

Nous cuisinons ensemble un repas aux saveurs de l'hiver.

Nous mangeons ensemble à Cap Loisirs et passons une soirée conviviale.

Samedi 8 juin

Rendez-vous du samedi : Cap Loisirs à la fête du quartier

Pour information

Stand de Cap Loisirs au Quai des Bergues

Horaires : toute la journée en continu

Cap Loisirs tient un stand à la fête de quartier de St-Jean.

Pour fêter la Convention relative aux droits des personnes handicapées.

Il y a des activités festives toute la journée.

Tout le monde peut passer avec ses ami.e.s ou sa famille.

Samedi 22 juin

On sort entre ami.e.s : Danse et soirée à Nyon

Rdv à Cap Loisirs : 13h

Fin à Cap Loisirs : 21h30

Prix : CHF 50.-

Nous allons au restaurant le soir.

Nous allons à Nyon en train.

L'artiste Sonja Jokiniemi nous invite à créer avec elle.

On danse avec de la musique et on crée des paysages ensemble.

Après on va se promener pour visiter Nyon.

Le soir on va au restaurant au bord du lac.

Dimanche 23 juin

Rendez-vous du dimanche : Baignade et danse à Nyon

Rdv à Cap Loisirs : 11h

Fin à Cap Loisirs : 18h

Prix : CHF 40.-

Nous allons à Nyon en train.

Nous pique-niquons au bord du lac et on mange une glace.

Si on veut on peut se baigner ou mettre les pieds dans l'eau.

Après on va danser avec l'artiste Sonja Jokiniemi.

On crée des paysages avec de la musique et de la sculpture de matières.
