

SAISON 2019-2020

Calendrier des activités

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

Ce calendrier se complète avec le dépliant généraliste du centre CeMaVi.



**Bougez
naturellement !**

**Ateliers
du mouvement
en conscience et
en douceur**

> particuliers
> professionnels



**des bébés aux seniors
avec ou sans handicap**

ACTIVITÉS de l'axe P - Pratiquez

Ateliers du mouvement :

- Journées, soirées découverte.
- Groupes Feldenkrais adultes-seniors.
- Danse et mouvement aînés 75 ans+.
- Cours bébés-seniors | 3 mois à la marche.
- NovoSanté | CancerDuSein.
- NovoSanté | Périné.
- Pratique instrumentale : Silence, on bouge ! pour musiciens.
- Mouvement dansé adultes-seniors.
- GrandirEnSanté | 6-10 ans.
- Séances individuelles ou familiales.

Actions culturelles :

- Rencontres intergénérationnelles 4G bébés-seniors autour de livres jeunesse et du mouvement.
- Moments conviviaux et festifs.
- Causeries-Santé, Lectures-Santé.

Sur le site |

- ➔ Téléchargez le dépliant et le calendrier 2019-2020. **Envoyés par poste sur demande.**
- ➔ Retrouvez Des Résultats ! Des Témoignages ! Le Blog.

www.centrecemavi.com info@centrecemavi.com

SEPT. 2019 À AVRIL 2020

Calendrier hebdomadaire

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

 CeMaVi conscience de soi par le mouvement	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Lieux des activités	Collonges-sous-Salève France	Eaux-Vives à Genève Suisse	Eaux-Vives à Genève Suisse	Eaux-Vives à Genève Suisse	Eaux-Vives à Genève Suisse
MATIN	> 11h à 12h15 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1	> 9h30 à 11h* Danse et mouvement aînés 75 ans+ Ouvert à tous	> Matin Séances individuelles** - ou familiales**		
APRÈS- MIDI ET SOIR	> 14h30 à 15h45 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1 > 17h30 à 18h45 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1 > 19h15 à 20h30 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1	> 14h30 à 15h45 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1 > 17h30 à 18h45 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1 > 19h15 à 20h30 Groupe Feldenkrais adultes-seniors Découverte 1	En alternance, par périodes et par cycles : Séances individuelles** - ou familiales** Ou >NovoSanté CancerDuSein >GrandirEnSanté 6-10 ans >NovoSanté Périné Ou En 2020 : cours bébés-seniors.	En alternance, par périodes et par cycles : Séances individuelles** - ou familiales** Ou >NovoSanté CancerDuSein >GrandirEnSanté 6-10 ans >NovoSanté Périné Ou En 2020 : cours bébés-seniors.	> 14h à 15h* Rencontres 4G bébés-seniors : échanges inter- générationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. Le 1er et le 3ème vendredi du mois. à 15h, suite possible avec « Autour d'un thé ».

Axe R - Recherche : les projets pilotes pionniers ne sont pas indiqués sur ce calendrier.

Axe F - S Formation&Supervision, voir le site ou nous contacter pour les prévisions 2020.

➔ **Trois lieux de pratique CH ou FR :** 1) Lorsque ce n'est pas précisé, les ateliers du mouvement se déroulent à l'arcade de CeMaVi-Genève aux Eaux-Vives. 2) *Espace de quartier Eaux-Vives-Ville de Genève - prix symboliques. 3) à Collonges-sous-Salève au coeur du bourg, dans la salle Marius Jolivet 13 Route de Bossey | **= sur rendez-vous.

➔ **Informations pratiques sur demande :** calendrier des différents ateliers, pré-requis, conditions d'inscriptions, tarifs.

Début des cours |

Groupe Feldenkrais adultes-seniors :

>> Mardi 17 sept. à Genève.

>> Lundi 30 sept. à Collonges.

Sur inscription + Pré-requis :

avoir suivi une journée

ou un cycle de 2 soirées découverte.

Sept. 19 à Avril 20

Activités ponctuelles ou par cycles

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

Lors des permanences, venez rencontrer Mara Vinadia.

Venez à l'une des verrées de bienvenue et de démarrage de CeMaVi-Genevois français :

Lundi 23 septembre à 18h (précises) 1ère levée des verres,
et aussi à 19h30 pour la 2ème levée des verres !

SEPTEMBRE 2019

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Mardi 10 sept.	Forum des associations. 16h30 à 19h Collonges / FR
Jeudi 12 sept.	Permanence , arcade de CeMaVi. 15h à 21h Genève / CH
Samedi 14 sept.	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Genève / CH
Dim. 15 sept.	Permanence , salle Marius Jolivet. 8h à 12h Collonges / FR
Lundi 16 sept.	Permanence , salle Marius Jolivet. 15h à 21h Collonges / FR
Me. 18 + Me. 25 sept.	Soirées découverte adultes-seniors. Les 2 soirées sont indissociables. 19h à 21h Collonges / FR
Jeu. 19 + Jeu. 26 sept.	Soirées découverte adultes-seniors. Les 2 soirées sont indissociables. 19h à 21h Genève / CH
Lundi 23 sept.	Permanence 15h à 21h et verrées de bienvenue à 18h, et à 19h30 salle Marius Jolivet Collonges / FR
Samedi 28 sept.	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Collonges / FR

➡ à savoir - pré-requis

Journées et soirées découverte :

En pratique et en présentation,
venez vivre le Bougez naturellement.
Elles sont un pré-requis **pour suivre
les activités de CeMaVi.**

Les actions culturelles
**ne figurent pas encore dans ce
calendrier**, de même que les

programmes suivants; en cours de
planification. Renseignez-vous :

> NovoSanté | CancerDuSein >
NovoSanté | Périné > GrandirEnSanté |
6-10 ans.

Toutes les activités sont sur inscription,
sauf les permanences et certains
événements.

➡ début du cours

Danse et mouvement pour aînés 75 ans+

première rencontre et présentation.

>> Mardi 1er oct. à Genève.

Sur inscription pour le 01.10,
et ensuite vous en décidez !

Sept. 19 à Avril 20

Activités ponctuelles ou par cycles

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

OCTOBRE 2019

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 18 oct. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH

Nota bene | début

des rencontres 4G bébés-seniors :
Les téléphones portables sont éteints,
tout est dans la présence à ce qui est.
>> Vendredi 18 oct. à 14h à Genève.

**Sans inscription, bébés non marcheurs,
pour une fois ou pour les accros !**
En tandem une famille et un-e senior.

NOVEMBRE 2019

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 1er nov. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Samedi 9 nov.	Journée Découverte Pratique instrumentale : Silence, on bouge ! musiciens professionnels ou amateurs 10h à 16h à Genève / CH
Vendredi 15 nov. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Samedi 23 nov.	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Collonges / FR
Dimanche 24 nov.	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Genève / CH

DÉCEMBRE 2019

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 6 déc. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Dimanche 8 déc.	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Collonges / FR
Vendredi 20 déc. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH

Sept. 19 à Avril 20

Activités ponctuelles ou par cycles

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

JANVIER 2020

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 17 janv. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors.. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Sam. + Dim. 25, 26 janv. + mars	Cycle de 2 Stages n° 1/2 = janvier + mars 2020 Stage Danse et Feldenkrais adultes-seniors ouvert à tous sam. 10h à 16h dim. 10h à 13h Collonges / FR

info@centrecemavi.com

www.centrecemavi.com

FÉVRIER 2020

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 7 fév. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Vendredi 21 fév. 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Samedi 22 fév.	Découverte Pratique instrumentale : Silence, on bouge ! musiciens professionnels ou amateurs 10h à 16h à Genève / CH
Ven. soir + Samedi 28 et 29 fév.	Cycle de 2 Stages n° 1/2 = février + mars 2020 Découverte Feldenkrais adultes-seniors ouvert à tous ven. 19h à 21h sam. 10h à 16h Collonges / FR

NOS PARTENAIRES ACTUELS

CeMaVi est lauréate pour l'Espace
quartier des Eaux-Vives, service
social de la ville | 2019-2021 :



La fondation Image & Sens pour
le premier projet pilote de CeMaVi, réalisation 2020.

Avec le soutien de :



Sept. 19 à Avril 20

Activités ponctuelles ou par cycles

CeMaVi-Genève | CeMaVi-Genevois français

MARS 2020

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 6 mars 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Sam. + Dim. 14 et 15 mars	Stage - Pratique instrumentale : Silence, on bouge ! musiciens professionnels ou amateurs horaires à confirmer à Genève / CH
Vendredi 19 mars 1er et 3ème ven. du mois	Rencontres 4G bébés-seniors. Echanges intergénérationnels autour de livres jeunesse et du mouvement. 14h à 15h Genève / CH
Ven. soir + Samedi 20 et 21 mars	Cycle de 2 Stages n° 2/2 = février + mars 2020 Découverte Feldenkrais adultes-seniors ouvert à tous ven. 19h à 21h sam. 10h à 16h Collonges / FR
Sam. + Dim. 28, 29 mars (+ janvier)	Cycle de 2 Stages n° 2/2 = janvier + mars 2020 Stage Danse et Feldenkrais adultes-seniors ouvert à tous sam. 10h à 16h dim. 10h à 13h Collonges / FR

AVRIL 2020

DATE	ACTIVITÉS ÉVÈNEMENTS
Vendredi 24 avril	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Collonges / FR
Samedi 25 avril	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Genève / CH
Dimanche 26 avril	Journée découverte adultes-seniors 9h30 à 15h30 Collonges / FR

Le Saviez-vous ?

Suivre une journée ou 2 soirées découverte :
constituent un pré-requis pour s'inscrire
à une activité de l'été 2020
ou de la saison 2020-2021.

Sur demande,
des soirées peuvent également être
planifiées en avril et en semaine :
la formule est de suivre 2 soirées,
une chaque semaine.

info@centrecemavi.com

www.centrecemavi.com

Pour être tenu-e au courant :
inscrivez-vous au Mailesque, la lettre d'information de CeMaVi, sur le site.