

PROGRAMME  
DES ACTIVITÉS  
**SENIORS**



2025

**Automne**

MEYRIN.ch

## **Le 1<sup>er</sup> octobre, les seniors sont à l'honneur!**

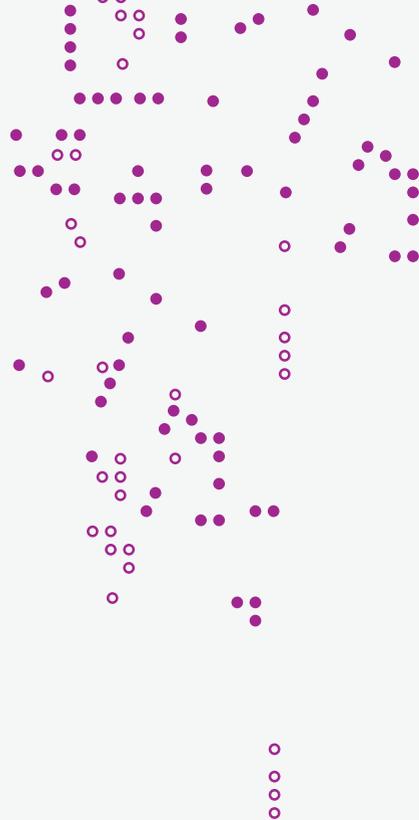
Réservez cette date qui est la vôtre! Participez à **la journée internationale des personnes âgées** et venez prendre un café-croissant avec nous. Les détails se trouvent dans les pages de ce programme.

## **Et le 21 septembre, c'est la journée de la mobilité!**

La ville de Meyrin organise une journée de la mobilité à la Campagne Charnaux, de 13h à 18h. Parmi la multitude d'activités proposées, l'atelier «Marcher au quotidien» est réservé aux seniors. Maintenir le plaisir de marcher au quotidien, apprendre à entraîner son équilibre et sa force, partager ses trucs et astuces, c'est ce que vous réserve cet atelier.

*Les inscriptions se font jusqu'au 17 septembre par téléphone au 022 989 43 06 ou par mail à [emilie.marro@meyrin.ch](mailto:emilie.marro@meyrin.ch).*

Retrouvez notre article dans le «Meyrin Ensemble» de septembre.



**Vous avez  
des questions,  
des suggestions?**

**Écrivez-nous à**  
[seniors@meyrin.ch](mailto:seniors@meyrin.ch)

**ou téléphonez-nous**  
au 022 989 16 31

## 📅 Mercredi 1<sup>er</sup> octobre

### Célébrons les aînés !

À l'occasion de la journée internationale des personnes âgées, le pôle seniors vous invite à un moment de rencontre convivial autour d'un café-croissant. Vous pourrez participer au sondage que nous lançons, destiné à mieux comprendre les besoins et les attentes des seniors meyrinois. Rejoignez-nous et faites entendre votre voix !

🆓 *Gratuit*

☑ *Sans inscription*

🕒 **Entre 9h00 et 11h00**

📍 soit au **café Cœur de cité – La maison des projets**  
(Forum Meyrin-Place des Cinq-Continents 1)  
soit au **Jardin de l'Amitié**  
(rue des Lattes 43-45).

## 📅 Mercredi 8 octobre

### Film « Croc-Blanc » (1991)

Aventure de R. Kleiser, d'après le roman de Jack London, avec E. Hawke.

**N'hésitez pas à venir voir ce film en famille !** (âge recommandé : dès 8 ans).

« Il était une fois un jeune chercheur d'or, fraîchement arrivé en Alaska. Jack Conroy va se lier avec deux autres hommes et leur attelage de chiens, tous en quête de pépites d'or. Commence alors une grande aventure à travers les somptueux paysages enneigés d'Alaska, mais qui ne sont pas sans danger. Embarqués pour un grand voyage, rien ne leur sera épargné. Une belle histoire d'amitié va aussi se créer... entre l'homme et le loup ».

🆓 *Gratuit*

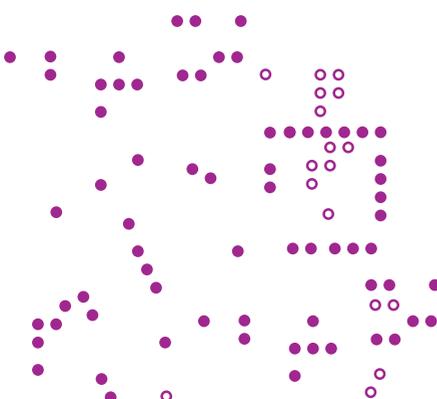
☑ *Sur inscription jusqu'au 06.10.*

🕒 **14h00**, durée 1h45

📍 *Aula de l'école des Boudines.*  
*Rendez-vous sur place,*  
***pas de confirmation écrite.***

♿ *Accès en ascenseur si besoin.*

🍷 *Séance suivie d'un moment convivial autour d'une collation.*



## 📅 Vendredi 17 octobre

### Musée du Pays-d'Enhaut à Château-d'Œx

Découvrez la vie quotidienne de la région durant les années 1900 grâce à la collection d'objets rustiques, d'outils, de meubles et de tableaux de ce magnifique musée explorant l'histoire et la culture de la vallée.

C'est en 2022 que le Musée du Pays-d'Enhaut a élargi son offre en devenant le centre suisse du papier découpé. Entre expositions permanentes et temporaires, vous aurez le privilège d'assister à une démonstration de découpage. Après le repas pris au restaurant «Le Chalet», un court trajet en car vous amènera à Rossinière. Vous pourrez flâner librement dans ce village, véritable musée à ciel ouvert, jusqu'à l'heure du retour à Meyrin.

- 🎫 CHF 30.- (hors boissons, sauf minérales et café/thé)
- ☑ Sur inscription jusqu'au 22.09.
- 🕒 Départ le matin et retour en fin d'après-midi.
- 📍 **L'horaire précis, les modalités de paiement et le lieu du rendez-vous seront confirmés par courrier.**

## 📅 Vendredi 31 octobre

### Une balade ensemble, du Pont de Sierne au Bout-du-Monde

Départ en tram 14 jusqu'à la Gare Cornavin puis en bus 8 direction Veyrier. Promenade le long de l'Arve et ses étonnants remous en passant par Vessy, direction le centre sportif du Bout-du-Monde où vous ferez une pause café. Retour avec le bus 7 jusqu'à la place Bel-Air puis en tram 14 jusqu'à Meyrin.

- 🎫 *Gratuit*
- ☑ *Sur inscription jusqu'au 27.10.*
- 🕒 *13h30, durée totale de la sortie : de 13h30 à 17h00 dont environ 2h de marche.*
- 📍 *Rendez-vous arrêt « Vaudagne » Tram 14, **pas de confirmation écrite.***
- ① *Prendre abonnement TPG ou monnaie pour le ticket.*
- ♿ *Mobilité : moyenne à bonne, attention toutefois au sentier irrégulier du bord de l'Arve pouvant présenter des creux, des racines, etc.*

# Novembre 2025

## 📅 Mardi 4 novembre

### Le MuMAPS à Sainte-Croix

Le musée de la mécanique d'art et du patrimoine de Sainte-Croix vous emmène à la découverte de véritables richesses : des boîtes à musique aux automates, des machines à écrire aux caméras Bolex, l'histoire et l'ingéniosité de générations de Sainte-Croix se dévoilent dans un lieu où la créativité mécanique prend vie.

C'est au restaurant de l'hôtel de France que vous aurez ensuite le plaisir de vous restaurer. Votre hôte saura régaler vos papilles gustatives mais également vos oreilles avec des anecdotes qui vous donneront une appréciation de ce qu'était Sainte-Croix « dans le bon vieux temps ». Après ce moment délicieux, vous amorcerez votre retour en direction de Meyrin.

- 📄 CHF 30.- (hors boissons, sauf minérales et café/thé)
- ☑ Sur inscription jusqu'au 03.10.
- 🕒 Départ le matin et retour dans l'après-midi.
- 📍 **L'horaire précis, les modalités de paiement et le lieu du rendez-vous seront confirmés par courrier.**

## 📅 Mercredi 12 novembre

### Randonnée « à deux pas » de Genève

Départ en car jusqu'au parking de la Thuile à côté du plan du Salève. Au programme : randonnée de 2 heures environ - essentiellement en descente douce - à la découverte des produits du terroir savoyard entre forêts, alpage et château.

Entrecoupée par un succulent repas dans un restaurant niché au bord du lac des Dronières, votre journée se terminera par la visite d'une chèvrerie avec dégustation à la clé.

- 📄 CHF 30.- (hors boissons, sauf minérales et café/thé)
- ☑ Sur inscription jusqu'au 15.10.
- 🕒 Départ le matin et retour en fin d'après-midi.
- 📍 **L'horaire précis, les modalités de paiement et le lieu du rendez-vous seront confirmés par courrier.**
- ♿ **Mobilité :** bonne, distance de la randonnée : 8 km (quelques montées douces sans effort prolongé).



# Novembre 2025

📅 **Mercredi 19 novembre**

## Film « Le hérisson » (2009)

Comédie dramatique de M. Achache avec J. Balasko  
« Paloma est une jeune fille de 11 ans très intelligente. Conster-née par la médiocrité d'esprit de ses parents et de sa sœur, elle ne veut plus vivre dans un tel contexte. Renée Michel, concierge de 54 ans d'allure bourrue, vit recluse de la société dans l'im-meuble où habitent Paloma et sa famille, cachant sa grande culture littéraire à ses employeurs, co-propriétaires de cet immeuble très bourgeois, qui ne voient en elle qu'une simple employée sans intelligence ni talent. Un jour, Monsieur Ozu, nouveau résident, s'installe dans l'immeuble de Paloma et Renée. Veuf et d'origine japonaise, Monsieur Ozu va chan-ger leur quotidien. »

🆓 *Gratuit*

☑ *Sur inscription jusqu'au 17.11.*

🕒 *14h00, durée 1h40*

📍 *Aula de l'école des Boudines.  
Rendez-vous sur place,  
**pas de confirmation écrite.***

♿ *Accès en ascenseur si besoin.*

🍷 *Séance suivie d'un moment  
convivial autour d'une collation.*

📅 **Vendredi 28 novembre**

## Une balade ensemble, de Vernier (Givaudan) jusqu'au Lignon

Départ en tram 14 jusqu'à Blandonnet puis en bus 53 jusqu'à la Parfumerie.

C'est par les jolies passerelles traversant le Rhône que notre promenade nous amènera jusqu'au Lignon.

Après une pause café aux alentours du centre commercial, retour en bus 28 jusqu'à Blandonnet puis en tram 14 jusqu'à Meyrin.

🆓 *Gratuit*

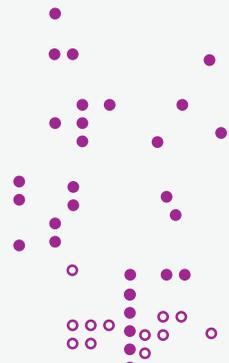
☑ *Sur inscription jusqu'au 24.11.*

🕒 *13h30, durée totale de la  
sortie : de 13h30 à 17h00 dont  
environ 2h de marche.*

📍 *Rendez-vous arrêt « Vaudagne »  
Tram 14, **pas de confirmation  
écrite.***

① *Prendre abonnement TPG ou  
monnaie pour le ticket.*

♿ *Mobilité : moyenne à bonne.*



## 📅 Jeudi 4 décembre

### Fondation Jan Michalski à Montricher

Découvrez cette Fondation pensée comme un lieu entièrement dédié à l'écriture et à la littérature. Votre guide vous racontera la jeunesse du projet ainsi que les missions de la Fondation. Vous pourrez également découvrir sa grande bibliothèque, son auditorium, sa salle d'exposition et même observer les cabanes suspendues.

- 📄 CHF 20.- (demi-journée)
- ☑ Sur inscription jusqu'au 07.11.
- 🕒 Départ à la mi-journée et retour en fin d'après-midi.
- 📍 **L'horaire précis, les modalités de paiement et le lieu du rendez-vous seront confirmés par courrier.**

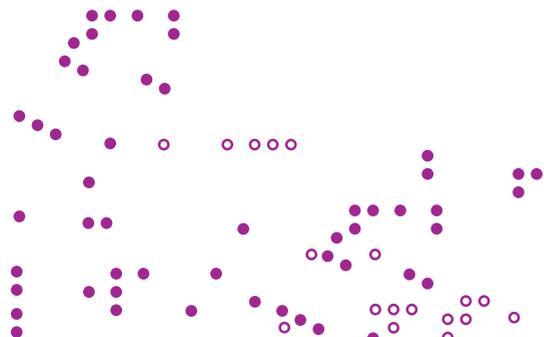
## 📅 Mercredi 17 décembre

### Film « Des souris et des hommes » (1992)

Drame de G. Sinise, d'après le roman de John Steinbeck, avec J. Malkovich.

« L'histoire de Lennie, sympathique colosse inconscient, et de George, deux ouvriers migrants liés par une solide amitié, sillonnant les routes de Californie des années 1930 à la recherche d'un travail difficile à trouver. »

- 📄 Gratuit
- ☑ Sur inscription jusqu'au 15.12.
- 🕒 14h00, durée 1h55
- 📍 Aula de l'école des Boudines.  
Rendez-vous sur place,  
**pas de confirmation écrite.**
- ♿ Accès en ascenseur si besoin.
- 🍷 Séance suivie d'un moment convivial autour d'une collation.



**Vous êtes toujours plus nombreux et nombreuses à vous inscrire à nos activités et nous nous en réjouissons.**



Afin que toute personne ait une chance d'y prendre part, **nous établissons la liste après la date limite d'envoi du coupon d'inscription** et non selon le principe du «premier arrivé, premier servi».



## **NE MANQUEZ PAS LES ACTIVITÉS DU JARDIN DE L'AMITIÉ,**

Retrouvez le programme mensuel :

- dans chaque «Meyrin Ensemble»
- en mairie
- au Jardin de l'Amitié, rue des Lattes 43-45
- sur notre site internet :

[https://meyrin.ch/jardin\\_amitie](https://meyrin.ch/jardin_amitie)

Mercredi 8 octobre : **Film « Croc-Blanc »**

*Date limite d'inscription : 6 octobre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Vendredi 17 octobre : **Musée du Pays-d'Enhaut à Château d'Œx**

*Date limite d'inscription : 22 septembre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Vendredi 31 octobre : **Balade ensemble du Pont de Sierne  
au Bout-du-Monde**

*Date limite d'inscription : 27 octobre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Mardi 4 novembre : **Le MuMAPS à Sainte-Croix**

*Date limite d'inscription : 3 octobre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Mercredi 12 novembre : **Randonnée « à deux pas » de Genève**

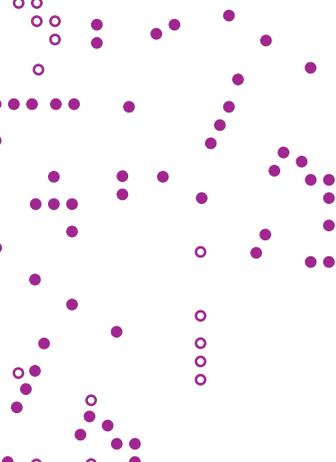
*Date limite d'inscription : 15 octobre*

Nom ..... Prénom .....

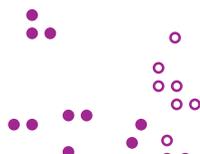
Adresse .....

No postal ..... Tél .....

 Retourner le coupon à l'adresse de la mairie ou par mail à [seniors@meyrin.ch](mailto:seniors@meyrin.ch)



© LeoFabrizio



Mercredi 19 novembre : **Film « Le hérisson »**

*Date limite d'inscription : 17 novembre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Vendredi 28 novembre : **Balade ensemble de Vernier (Givaudan) jusqu'au Lignon**

*Date limite d'inscription : 24 novembre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Jeudi 4 décembre : **Fondation Jan Michalski à Montricher**

*Date limite d'inscription : 7 novembre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---

Mercredi 17 décembre : **Film « Des souris et des hommes »**

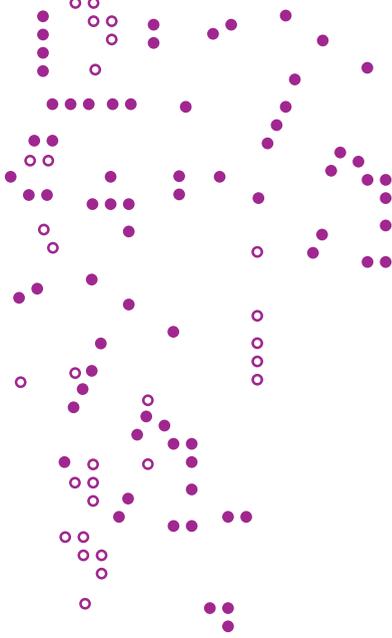
*Date limite d'inscription : 15 décembre*

Nom ..... Prénom .....

Adresse .....

No postal ..... Tél .....

---



# Mairie de Meyrin

Pôle seniors

Rue des Boudines 2

Case postale 367

1217 Meyrin 1

