



CENTRE SOCIAL PROTESTANT
GENÈVE

BEL ÂGE
CENTRE SOCIAL
PROTESTANT

**PROGRAMME
PRINTEMPS-ÉTÉ 2026**

VISITE DE LA COMÉDIE et apéritif au Marché de la Comédie

La Comédie de Genève vous invite à découvrir son bâtiment par une balade à travers son histoire, son actualité et ses différents espaces, aussi bien ceux dédiés au public, mais surtout ceux qui lui sont cachés : les salles de répétitions, les ateliers de construction et les costumes. Ce sera aussi l'occasion de découvrir le Marché de la Comédie qui met en avant tous les lundis les talents et les produits locaux. Un apéritif vous sera offert.



Lundi 20 avril 2026

RDV À 18H À LA BILLETTERIE
DE LA COMÉDIE
Esplanade Alice-Bailly 1
1207 Genève

Durée: 18h – 19h15: visite
19h15 – 20h: apéritif

PROMENADE

Au-delà du Bout du Monde

Vous partirez des Grands-Esserts, nouveau quartier du plateau de Vessy jusqu'à Conches, en passant par le Centre sportif de Vessy pour rejoindre ensuite les bords de l'Arve. Une fois le cours d'eau traversé, vous empruntez le chemin de Calandrini pour arriver à Conches. Balade de 4km environ, sans difficulté.

Mardi 21 avril 2026

RDV À 14H À L'ARRÊT :
« VESSY, GRANDS-ESSERTS »

- Prendre à 13h33, le bus 7 à l'arrêt « Rive » direction « Grands-Esserts »
- Ou
- Prendre à 13h34, le bus 41 à l'arrêt « Carouge, Tours », direction « ChêneBourg, gare-Place »

Chef de course: Alain Aubert



VISITE GUIDÉE Carouge en zigzag

Savez-vous pourquoi Carouge est appelée parfois « la cité sarde » ou « la petite Italie de Genève » ? Venez découvrir son passé chargé d'histoire, une cour verdoyante, une église baroque, un temple aux riches boiseries sculptées, des fontaines au symbolisme gothique ... et ses petites histoires et anecdotes amusantes.

Mardi 28 avril 2026

RDV À 14H30 SUR LE PARVIS
DE L'ÉGLISE STE-CROIX
Place du Marché à Carouge
Tram 12 ou 18
Bus 11, arrêt: « Carouge, Marché »

Guide: Ariel Pierre Haemmerlé

ou

JOURNÉE « AU VERT » Au Signal de Bougy

Nous vous invitons à vivre une journée ressourçante, au cœur de la nature.

Selon votre rythme, vos capacités et vos envies, vous choisirez de marcher d'Allaman au Signal de Bougy, à l'aller (env. 2h, D+300 m.) et/ou au retour ou de vous rendre en car ou bus jusqu'à destination pour découvrir le parc, son sentier de santé, sa forêt, ses animaux et les sculptures de Malbine, sculptrice trinésienne. Vous pourrez prendre le repas de midi au restaurant Self-service.

Mardi 5 mai 2026

RDV À 9H, lieu du rendez-vous et moyen de transport à déterminer selon le nombre d'inscrits.

Votre participation : transport (train ou car) et votre repas

Cheffe de course: Michèle Römer

PROMENADE

Le long du Marquet

Cette belle promenade annuelle dernièrement à cause d'une mauvaise météo, vous permettra de découvrir le cours du Marquet. Vous apprécierez le calme reposant de la campagne et ses superbes points de vue. Depuis les bois d'Ornex, le Marquet se faufile à travers une campagne bucolique qui offre un superbe panorama.

Mardi 12 mai 2026

RDV À 14H10 À L'ARRÊT
DU BUS 52 « BOSSY »

- Prendre à 13h30, le bus 20 à la place de Neuve jusqu'à l'arrêt « Machery »
- Puis à 14h, prendre le bus 55 direction « Chavannes des Bois » jusqu'à l'arrêt « Bossy »

Chefs de course :

Brigitte Baudraz,
Michèle Römer
et Gilbert Perrochon

RENCONTRE PRÉVENTIVE ET PARTICIPATIVE

Santé mentale & bien-être

Cette rencontre, animée par une naturopathe, permettra d'explorer la santé mentale et émotionnelle à travers une approche douce et préventive. Des repères simples seront proposés pour mieux gérer le stress et l'anxiété, soutenir l'équilibre émotionnel et préserver les ressources cognitives afin de favoriser le bien-être et la qualité de vie au quotidien.



Mardi 19 mai 2026

RDV À 15H AU CSP
Salle Forum 1 (rez-de-chaussée)
Rue du Village-Suisse 14

Accès CSP, voir page 15

Animatrice : Vanina Giuticelli

ou PROMENADE

Randonnée au Salève

Le Salève, doté d'un panorama alpin exceptionnel, est incontournable dans la région. Arrivés par le téléphérique, vous vous rassemblez au « Café 1 100 » avant de former 2 groupes. Le premier restera proche de la gare d'arrivée (terrasse panoramique, aire du départ de parapentes). Le 2^e groupe marchera environ 3 h. pour effectuer environ 10 km et D+ 300m. Vous emprunterez en majorité des sentiers caillouteux et forestiers.

N'oubliez pas de bonnes chaussures de marche, des bâtons, pique-nique et boissons.

Jeudi 4 juin 2026

RDV À 9H AU TERMINUS
DU BUS 8, ARRÊT : « VEYRIER,
DOUANE »

(Faux plat montant de l'arrêt de bus au téléphérique).

Votre participation : billet du téléphérique A/R env. 13€, pique-nique (pour les marcheurs) ou possibilité de repas au restaurant (pour l'autre groupe).

Chefs de course :

Danielle Allène-Meusy
et Jean-Pierre Allène

VISITE GUIDÉE

De l'atelier Malbine, sculptrice

La Fondation Art for Help a le grand plaisir d'ouvrir l'atelier de Malbine, célèbre sculptrice Troinésienne, pour des visites commentées afin que vous découvriez son lieu de vie et de création ainsi que des œuvres jamais présentées. Huit statues de grand format sont installées depuis 2017 dans le parc qui porte son nom à Troinex. L'atelier est petit et nous ne pourrions rassembler que 10 personnes à la fois. Les heures de visite seront planifiées en fonction du nombre d'inscrits.

Mardi 16 juin 2026

RDV À 10H À L'ARRÊT DU
BUS 45 « TROINEX-MAIRIE »

- Prendre à 9h47 le bus 45 à « Carouge, Tours »
Connexions : bus 11, 22, 23, 41, 44 ou 45

Guide : Jean-Charles Bruttomesso

ESCAPADE BEL ÂGE

Visite des Jardins secrets et repas

Nous vous invitons à découvrir l'univers insolite d'une famille qui façonne, depuis plus de 40 ans, un jardin hors du commun. Autodidactes, ses membres ont créé, au fil du temps, de manière intuitive et spontanée, ce lieu architecturé et végétalisé où ils vivent et travaillent encore. Vous déambulerez dans ce jardin remarquable lors d'une visite semi-guidée, puis vous irez prendre le repas de midi au restaurant « Les Petits plats ».

MENU

- Salade de gambas, vinaigrette passion
- Filet de dorade à la Plancha, écrasé de pomme de terre et pesto de basilic avec une fricassée de champignons
- Salade de fruits frais et son sorbet du moment



Jeudi 11 juin 2026

RDV À 8H15
 À LA PLACE DE NEUVE,
 devant le Grand Théâtre
 Tram 12, 17, 18
 Bus 3, 5, 20, 92,
 arrêt: « Place de Neuve »

La participation financière est de CHF 45.- pour cette journée. Un bulletin QR vous sera adressé avec la mention Escapade Bel âge

INSCRIPTIONS PROGRAMME BEL ÂGE PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

Inscriptions à envoyer
 une seule fois

Soit par courrier :
 CSP - Bel âge
 Case postale 171
 1211 Genève 8

Soit par courriel :
belage@csp-ge.ch ou
anne.davoli@csp-ge.ch



BEL ÂGE PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

À REMPLIR ET À NOUS RENVOYER

Atelier écriture : cafés-souvenirs

- Lundi 27 avril
- Lundi 1^{er} juin
- Lundi 29 juin





Visites guidées olfactives

- Mardi 14 avril
- Jeudi 21 mai
- Mardi 2 juin
- Lundi 8 juin

Belle tablée Avec transport à domicile :

- Jeudi 16 avril
- Jeudi 28 mai
- Jeudi 25 juin

Promenades :

- Mardi 21 avril : Au-delà du Bout du Monde 
- Mardi 12 mai : Balade le long du Marquet 
- Jeudi 4 juin : Randonnée au Salève  et 
 - 1^{er} groupe, Avec repas au restaurant
 - 2^e groupe, marche de 10 km avec pique-nique

Rencontres au CSP :

- Mardi 19 mai : Rencontre « Santé mentale et bien-être »

Autres événements :

- Lundi 20 avril : Visite de la Comédie et apéro
- Mardi 28 avril : Carouge en zigzag, visite guidée
- Mardi 5 mai : Signal de Bougy, journée au vert
 - Avec repas
 - Je marcherai d'Allaman au Signal de Bougy
- Jeudi 11 juin : Escapade : Jardins secrets et repas
- Mardi 16 juin : Atelier Malbine, visite guidée
- Dimanche 12 juillet : Festival de Bellerive
- Mardi 11 août : Goûter à la Perle du Lac

Nom et prénom :

Tél. portable ou fixe :

Date : Signature :

BEL ÂGE PRINTEMPS-ÉTÉ 2026

À REMPLIR ET À CONSERVER POUR MÉMOIRE

Atelier écriture : cafés-souvenirs

- Lundi 27 avril
- Lundi 1^{er} juin
- Lundi 29 juin





Visites guidées olfactives

- Mardi 14 avril
- Jeudi 21 mai
- Mardi 2 juin
- Lundi 8 juin

Belle tablée Avec transport à domicile :

- Jeudi 16 avril
- Jeudi 28 mai
- Jeudi 25 juin

Promenades :

- Mardi 21 avril : Au-delà du Bout du Monde 
- Mardi 12 mai : Balade le long du Marquet 
- Jeudi 4 juin : Randonnée au Salève  et 
 - 1^{er} groupe, Avec repas au restaurant
 - 2^e groupe, marche de 10 km avec pique-nique

Rencontres au CSP :

- Mardi 19 mai : Rencontre « Santé mentale et bien-être »

Autres événements :

- Lundi 20 avril : Visite de la Comédie et apéro
- Mardi 28 avril : Carouge en zigzag, visite guidée
- Mardi 5 mai : Signal de Bougy, journée au vert
 - Avec repas
 - Je marcherai d'Allaman au Signal de Bougy
- Jeudi 11 juin : Escapade : Jardins secrets et repas
- Mardi 16 juin : Atelier Malbine, visite guidée
- Dimanche 12 juillet : Festival de Bellerive
- Mardi 11 août : Goûter à la Perle du Lac

Inscriptions

Lorsque vous vous inscrivez à une activité, vous ne recevrez pas systématiquement une confirmation. Assurez-vous du maintien de l'activité en téléphonant la veille au répondeur de Bel âge 022 807 07 45. Ce dernier ne prend pas les messages.



Journée offerte

FESTIVAL DE BELLERIVE

Concert et repas

Cette journée, organisée et offerte par une entreprise internationale, débutera par un concert sous tente (programme non connu pour le moment) à la Ferme de St-Maurice à Collonge-Bellerive. Elle se poursuivra par un repas convivial en plein air ou, en cas de mauvais temps, dans un restaurant à proximité. Le retour est prévu à 15h. Le nombre de places est limité. Nous privilégierons les membres qui n'y sont jamais allés.



Dimanche 12 juillet 2026

RDV À 10H30 À LA PLACE DE NEUVE, devant le Grand-Théâtre

Tram 12, 17 ou 18
Bus 3, 5, 20 ou 92
Arrêt: « Place de Neuve »



GOÛTER À LA PERLE DU LAC

Un moment informel pour se retrouver au milieu de l'été: nous vous proposons cette année un goûter sur la terrasse de la Perle du Lac. Située au bord du lac, dans le Parc Mon Repos, la Perle du Lac vous fera découvrir, dans un cadre de verdure, une vue imprenable sur la rade face au Mont-Blanc.

Mardi 11 août 2026

RDV À 15H AU RESTAURANT
LA PERLE DU LAC
Rue de Lausanne 126
1202 Genève

Bus 1 ou 25
Arrêt: « Perle du Lac »

**Cette après-midi est offerte
par une entreprise privée**

VISITES GUIDÉES OLFACTIVES À GENÈVE

Suite au succès de ces visites proposées l'année passée, la journaliste, autrice et historienne Eileen Hofer vous propose tout d'abord de refaire le 1^{er} tour de ville « Sur les traces des femmes invisibles de Genève ». Cette visite d'une heure et demie offre une plongée sensible et historique dans le quotidien et les luttes de ces femmes souvent oubliées.

Mardi 14 avril, RDV à 15h devant le Collège Voltaire



Puis, elle offre un nouveau parcours en vieille ville, sur d'autres femmes oubliées. De la reine du bordel à une nonne catholique en pleine Réforme, en passant par les petites mains de la Croix-Rouge, les abstinences du XIX^e siècle et les domestiques.

Jeudi 21 mai, RDV à 13h30, devant l'entrée du Temple de la Madeleine


Au Fil de l'Eau entre le Rhône et le lac Léman, la berge fourmille d'anecdotes et d'histoires liées aux affaires lacustres et fluviales.


Mardi 2 juin, RDV à 10h30, à la place de Bel-Air, devant la Tour de l'Île


De la Réforme à l'Escalade, cette balade se décline autour des lieux emblématiques de cette fameuse attaque en 1602 par nos voisins. Pour mieux comprendre les enjeux, il sera question du contexte géopolitique ; ne sommes-nous pas en pleine guerre des Religions ?

Lundi 8 juin, RDV à 10h30, à la place de Bel-Air, devant la fontaine de l'Escalade

RAPPEL

 : balade sans dénivelé de 1h maximum avec pause à mi-chemin

 : balade sans grandes difficultés d'environ 2h

 : balade de plus de 2h et/ou quelques difficultés

 : randonnée sportive

BELLE TABLÉE

Pour beaucoup d'entre vous, c'est un rendez-vous mensuel attendu, pour partager un bon repas en retrouvant les connaissances de Bel âge. Vous n'êtes pas encore venu? N'hésitez plus, vous passerez un moment fort sympathique.

Vous rencontrez des difficultés à vous déplacer? Mentionnez-le, un chauffeur viendra vous chercher et vous ramènera à votre domicile.

Jeudis 16 avril, 28 mai, 25 juin 2026

RDV À 12H AU RESTAURANT
« SUR LE PONT » DE L'ORIF
Rampe du Pont Rouge 4
7^e étage – Porte A
1213 Petit-Lancy

Tram 17 ou bus 21, 40 ou 42,
arrêt: « Lancy-Pont-Rouge-Gare »
Léman Express L1, L2, L3 ou L4
Bus 43 ou 80, arrêt: « Lancy-
Pont-Rouge, gare/Etoile »
(env. à 300 m.)
Tram 15, arrêt « Lancy-Pont-Rouge ».

Votre participation de CHF 25.-
est à payer sur place.
Plat du jour, dessert avec un verre
de vin et un café/thé.

Les inscriptions sont arrêtées
une semaine avant la date choisie.

CHAÎNES TÉLÉPHONIQUES

Vous souhaitez créer des liens?
Retrouver toutes les semaines la
même personne au téléphone.

VISITES À DOMICILE

Des bénévoles formés sont
motivés à venir régulièrement
chez vous pour partager
des moments conviviaux.

ATELIER Peinture et dessin

Ce cours s'adresse à toute
personne quel que soit son niveau.

**Jeudi ou vendredi
de 9h30 à 11h30**
À L'ATELIER GALIFFE
Rue de la Coulouvrenière 1,
1204 Genève

Bus 80 ou tram 14, arrêt:
« Palladium »

Prix: CHF 30.- par trimestre
Renseignements: 022 344 86
53 (Atelier Galiffe, pendant les
heures de cours)

COURS D'AQUAGYM

Les mercredis de 10h à 10h45
Ecole Robert Hainard

Les jeudis de 16h à 16h55
Groupe scolaire de Perly

Prix: CHF 80.-
la carte de 10 cours
(eau à env. 27°C)

Avec le soutien des Communes de Bernex et de Perly

ATELIER ÉCRITURE Cafés-souvenirs

Un moment de partage, d'écri-
ture et de convivialité autour
d'un thème que vous proposera
l'animatrice. Cette activité est à
la portée de tous. Venez avec de
quoi écrire.

Les lundis :
27 avril 2026
1er juin 2026
29 juin 2026

Durée: 2h

RDV À 10H AU CSP
Salle Forum 2 (rez-de-chaussée)
Rue du Village-Suisse 14

Accès CSP, voir page 15

COURS DE GYM-PILATES SENIORS

Envie de bouger en douceur tout
en renforçant votre corps?
Accessible à toutes et tous, ce
cours peut aussi se pratiquer sur
chaise. Venez essayer et prendre
soin de vous dans une ambiance
conviviale

Les lundis de 10h à 10h45

RDV À 10H AU CSP
Salle Forum 1 (rez-de-chaussée)
Rue du Village-Suisse 14, 1205
Genève

Prix: CHF 80.- la carte
de 10 cours
1^{er} cours d'essai gratuit

Moniteur: Dominique Dabzol

Accès CSP, voir page 15



SÉJOUR ESTIVAL À SÈTE

Village de vacances Le Lazaret, (France), 8 jours

Du dimanche 23 au dimanche
30 août 2026



Il reste peut-être quelques places. Si ce séjour vous intéresse, n'hésitez pas à vous renseigner au 022 807 07 44.

SÉJOUR « Détente et remise en forme »

La Nouvelle Roseraie St-Légier, 8 jours

C'est encore la belle saison pour profiter du cadre magnifique qu'offre la Nouvelle Roseraie. Depuis les chambres comme depuis le parc qui surplombe le lac Léman, la vue est splendide sur le Léman et les Alpes. L'équipe d'animation vous proposera un séjour de qualité avec des activités variées particulièrement adaptées aux personnes à mobilité réduites. N'hésitez pas à vous renseigner, la maison est réservée aux membres de Bel âge.

**Du mercredi 30 septembre
au mercredi 7 octobre 2026**

Prix par personne en pension complète (chambre double)
CHF 805.-

Supplément (chambre individuelle):
CHF 70.-

Renseignements à Bel âge.

Accès CSP

Bus 2 et 19, arrêt: « Bains » ou « Sainte-Clotilde » Bus 91, arrêt: « Village-Suisse » Tram 14 ou bus 11, 80, arrêt: « Jonction » Tram 15, arrêt: « Cirque »

CONDITIONS GÉNÉRALES

MEMBRES DE BEL ÂGE

Les activités sont adressées à toute personne autonome ayant au moins 55 ans et moyennant une cotisation de CHF 50.- par année. Tout soutien financier supplémentaire est très apprécié et participe à la pérennité des activités de Bel âge. Un bulletin QR code « Don Bel âge » est disponible sur demande. À partir de CHF 100.-, vos dons sont déductibles des impôts.

RESPONSABILITÉS:

- Le CSP décline toute responsabilité en cas d'accident, de perte ou de vol lors des activités proposées dans le cadre de Bel âge.
- Chaque participant est tenu d'être assuré contre les accidents et d'avoir une assurance responsabilité civile et annulation / rapatriement pour les séjours.
- Chaque participant doit être autonome et évaluer son aptitude à participer aux activités proposées.
- En cas de malaise ou d'accident, l'organisateur a l'autorisation de faire appel aux services d'urgences médicales si nécessaire.
- Toutes les activités proposées restent sous réserve de modifications.

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Le nombre de places par activité peut être limité. Si nécessaire, nous constituons une liste d'attente. Nous tâchons de répondre de manière juste à vos demandes. Les activités peuvent être annulées s'il n'y a pas suffisamment de participants. **Les billets de spectacle et/ou concert ne seront ni repris ni échangés.**

CONDITIONS D'ANNULATION D'UNE RENCONTRE OU D'UN SÉJOUR

Merci de nous avertir rapidement si vous devez annuler votre inscription, au plus tard le jeudi midi avant l'activité. Passé ce délai, le coût de l'activité, majorée de CHF 5.-, vous sera demandé. Pour les séjours, prière de vous référer aux conditions d'annulations propres au séjour.

POUR TOUTE COMMUNICATION, EN SEMAINE, EN CAS D'URGENCE, AVANT ET PENDANT LES ACTIVITÉS ET SÉJOURS, APPELER LE 022 807 07 44.

POUR TOUTE ACTIVITÉ DE BEL ÂGE À LAQUELLE VOUS VOUS ÊTES INSCRITS, MERCI DE VÉRIFIER LA VEILLE SI CELLE-CI EST BIEN MAINTENUE, EN APPELANT LE RÉPONDEUR AU 022 807 07 45.



CENTRE SOCIAL PROTESTANT
GENÈVE

CSP GENÈVE

Centre social protestant
Rue du Village-Suisse 14
CP 171 - 1211 Genève 8
Tél. 022 807 07 00
info@csp-ge.ch
www.csp.ch/geneve

Le CSP est une organisation indépendante
d'aide sociale ouverte à tous.

BEL ÂGE

Tél. 022 807 07 44 pour toute communication
Répondeur 022 807 07 45
Horaires: du lundi au jeudi
www.csp.ch/belage
belage@csp-ge.ch ou anne.davoli@csp-ge.ch

POUR SOUTENIR BEL ÂGE PAR UN DON

Utilisez l'IBAN suivant:
CH41 0900 0000 1200 0761 4
Avec la mention « don Bel âge »

IMPRESSUM

Ce programme a été élaboré par Anne Davoli,
responsable, en collaboration avec le Conseil
et les bénévoles de Bel âge.