



Le programme 2019 en un coup d'oeil !

Participer 5x
= 1 cadeau

RIVE GAUCHE

« Se faire du bien et nouer des liens pendant l'été »

Juillet

Conches

Chêne-Bougeries

- 05.07 Stretching
- 12.07 Marche
- 19.07 Gym «Do in»
- 26.07 Zumba

Août

Vandœuvres

Puplinge

Chêne-Bourg

Thônex

- 02.08 Gym cardio
- 09.08 Marche
- 16.08 Qi Gong
- 23.08 Gym douce
- 30.08 Fitness urbain et fête

Rassemblement sur place **à partir de 9h15**

Les activités sont suivies d'une collation

En cas de pluie, prenez contact avec nous



Un projet de l'association VIVA, avec le soutien de Promotion santé Suisse et du Canton de Genève, ainsi que des communes de Chêne-Bougeries, Chêne-Bourg, Puplinge et Vandœuvres .

Renseignements à l'association VIVA:

Guillaume Lebecq et Alison Hirt

Tél. 022 792 51 43

Site web: www.association-viva.org

page Facebook: fb.me/PasserportsanteRG2019

Avec la collaboration de:

H. Afaino (Qi Gong); ARCV – Association pour la réadaptation cardiovasculaire; ça marche walking; Centre sportif Sous-Moulin; Chêne Gymnastique; Club des aînés de Puplinge; B.H. Dourthe (stretching); Gym Seniors/Pro Senectute; Jazz Loft; EMS Le Prieuré; EMS Villa Mona; So'Dance.



Avec le soutien de:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Passeport santé 2019

RIVE GAUCHE



Tous les vendredis de 9h15 à 11h

Des activités gratuites, variées,
suivies d'une collation santé



Photo de G. Lebecq/VIVA

« Se faire du bien et nouer des liens pendant l'été »



Facile



Assez facile



Moins facile



JUILLET

5 juillet (9h30-11h) 

Stretching

Billy Hélène Dourthe

Rondeau des Bougeries

Carrefour Chemin des Bougeries
et Chemin de Fossard
1231 Conches

Bus 5, 25:
Chêne-Bougeries-Malagnou
(300 mètres à pied)



**Venez participer au
Passeport Santé pour**

les aîné.e.s

**Depuis 5 ans à
Lancy-Onex, désormais**

**dans vos communes en
juillet et en août**

**Des activités gratuites,
variées, suivies d'une
collation santé**

12 juillet (9h30-11h) 

**Marche « A la rencontre
de la Seymaz »**

Catherine Merlier,
Ça Marche Walking Genève

Salle communale J.-J. Gautier

Route du Vallon 1
1224 Chêne-Bougeries

Bus 12: Grange-Falquet

Bus 34: Parc Stagni

(Pensez à prendre des chaussures
et bâtons de marche)



Chêne-Bougeries,
Chêne-Bourg,
Puplinge,
Thônex et
Vandœuvres

19 juillet (9h30-11h) 

Gym « Do In »

Gym seniors

Parc des EMS

Le Nouveau Prieuré et Eynard-Fatio

Chemin du Pré-du-Couvent 3

1224 Chêne-Bougeries

Bus 1, 9: Clos de Môlan



26 juillet (9h30-11h) 

Zumba

So'Dance

Parc Stagni

Route du Vallon 8

1224 Chêne-Bougeries

Bus 12: Grange-Falquet

Bus 34: Parc Stagni



AOÛT

2 août (9h30-11h) 

Gym cardio

ARCV

Parc de la Mairie

Route de Vandœuvres 104

1253 Vandœuvres

Bus 3: Vandœuvres

(200 mètres à pied)



9 août (9h30-11h) 

**Marche « Autour de
Puplinge »**

Club des aînés de Puplinge

Club des aînés de Puplinge

Rue de Frémis 12

1241 Puplinge

Bus 31: Puplinge-Mairie

(Pensez à prendre des chaussures
et bâtons de marche)



16 août (9h30-11h) 

Qi Gong

**« Nourrir le sang et
l'énergie »**

Hanane Afaino

Parc de l'Ancienne Mairie

Rue de Genève 75

1225 Chêne-Bourg

Bus 12, 31, 61:

Peillonex

Bus 12, 61: Graveson



23 août (9h30-11h) 

Gym douce

Maria Elena D'Aniello,
Chêne Gymnastique Genève

EMS Villa Mona

Chemin Etienne-Chennaz 14

1226 Thônex

Bus 12, 3, 61, DA et R:

Moillesulaz

(200 mètres à pied)



Attention: à 10h

30 août (10h-14h) 

**Fitness urbain et fête
à Sous-Moulin (buffet
offert pour le dîner)**

Maria Elena D'Aniello,
Gym Seniors

Centre sportif Sous- Moulin

Route de Sous-Moulin 39

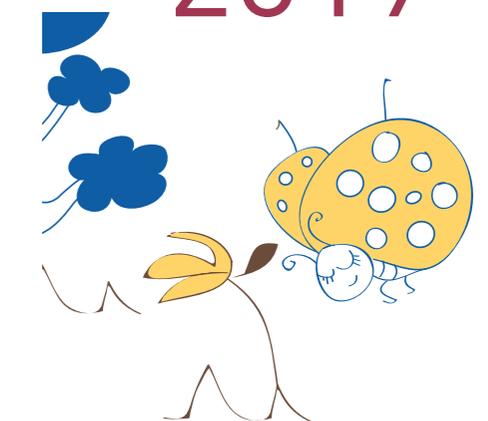
1226 Thônex

Bus 5, 5+, 25, 31, 34:

Sous-Moulin



Passeport
RIVE GAUCHE santé
2019



Illustrations : R. Chevrier