

LE CANARD DE L'AIRE

Bulletin des associations de Perly-Certoux

N° 34 Septembre 2020

Edito

Une bonne et une mauvaise

La mauvaise c'est que ce fichu virus s'accroche et n'a pas reculé devant la canicule.

La bonne c'est que, comme pour la canicule, nous apprenons à vivre avec.

Ce qui n'évite pas les avis contrastés et les discussions nourries à chaque décision prise par nos Autorités. Bien sûr. Qu'il s'agisse de masques, de restrictions ou de vaccins, il se trouve des « pro » et des « anti » pour monter énergiquement au front. S'il y a une chose que ce virus ne parvient pas à étouffer c'est le débat.

Mais, vous le verrez dans ces pages, même dans cette atmosphère bizarre, les activités reprennent. Elles le font à leur rythme, en fonction de leurs spécificités et des possibilités d'adaptation aux consignes sanitaires. Certaines, plus problématiques à organiser, sont repoussées par prudence à des jours meilleurs.

Dans tous les cas, les comités de nos associations font face à la situation avec cœur, courage et discipline. Qu'ils en soient tous remerciés.

Christiane Favre

<u>lecanardelaire@hotmail.com</u> https://lecanarddelaire.com



Chères Toutes, Chers Tous, Chers membres et amis d'Assemblage

Nous espérons que vous passez un été sans trop souffrir de la crise sanitaire ou de la chaleur. Le comité d'Assemblage se réjouissait de vous revoir le 13 septembre pour un repas commun après ces longs mois d'absence. Nous aurions dû nous retrouver au four à pain avec un « repas autour de la courgette » concocté en collaboration avec les cuisinières du Potatoa, les bénévoles du four à pain et nous-mêmes. Malheureusement, les directives sanitaires actuelles exigent une série de précautions à prendre qui ne vont pas du tout dans le sens du partage et de « l'assemblage ». C'est donc avec tristesse que nous avons décidé d'un commun accord d'annuler ce repas et espérons le remettre à l'année prochaine.

Il est difficile de programmer un autre repas actuellement mais, dès que les mesures s'assoupliront, nous ne manquerons pas d'être au rendez-vous et de vous tenir au courant. D'ici là, nous vous souhaitons à toutes et à tous une bonne fin d'été et vous adressons nos très chaleureuses et amicales salutations.

A très bientôt nous l'espérons!

Le comité



Septembre 2020

PERLY, SALLE DE RYTHMIQUE



CHAQUE MERCREDI APRES-MIDI SELF-DEFENSE JEUNES ET ADOS

Dès 6 ans révolus





- ✓ Apprentissage du respect
- √ Maîtrise du corps et de l'esprit
- ✓ Apprentissage du combat
- ✓ Diverses situations pratiques

Infos: 076/344.39.18

Notre site:

www.bujutsuryu.ch



Reprise: mercredi 2 septembre 2020



Natation 1ère enfance Enfants - Adolescents - Adultes - Aquagym - Aquabike -Aquapalmes - Aquatriathlon - Aquaphobies

Hippocampe-Club Piscine de Perly-Certoux - Programme des activités

Informations, condition générales et inscriptions sur le site : https://hippocampe.club. Contact: piscine@hippocampe.club

ACTIVITÉS	TARIFS			HORAIRES						
	1 trim.	2 trim.	3 trim.	Lundi	Mardi	Mer.	Jeudi	Ven.	Sam.	
1 ^{ère} enfance jusqu'à 4 ans	75	130	200			16.30				
Enfants débutants dès 4 ans* (45')	110	220	230	16.55	16.55	14.15	17.15			
Enfants initiés (45')	110	220	230	17.40	17.40	15.00 15.45	18.00			
Enfants en perfectionnement (45')	110	220	230	18.25	18.25					
Adolescent-e-s (1h)	110	220	260			17.00 18.00		18.00 19.00		
Adultes initiation et perfectionnement (50')	170	280	330			19.00	19.00			
Adultes perfectionnement et confirmés (50')	170	280	330	19.15 20.15						
Aquagym (45')	170	280	330			12.15 19.50	19.50			
Aquatriathlon (45') (dès 8 pers.)	170	280	330		19.15					
Aquabike (45')	300				12.15 20.00		12.15	12.15	9.00 10.00 11.00	

* et qui auront 5 ans avant le 31 décembre

NATATION LIBRE (45' – 60')	12 entrées	1 entrée				
Enfants	10	1	12.15			8.00
Adultes	20	2	12.15			8.00



L'AJMPC présente :

Sur les bords d'un fjord norvégien, sous le soleil de minuit, Ellida vit avec son mari et ses deux belles-filles. La mélancolie semble s'être emparée de celle que l'on appelle « la Dame de la Mer ». Tout lui paraît fade et tiède loin des côtes et de l'air marin. Un Étranger vient alors ébranler le quotidien de cette famille. Un marin, ancien amant d'Ellida qui avait disparu en mer, revient la chercher. La Dame de la Mer est alors contrainte de choisir entre l'amour que lui porte son époux ou le souvenir passionné de son ancien amant. Seulement, en 1888, a-t-elle réellement le choix de vivre la vie qu'elle souhaite ?

Suite au succès de l'« Histoire du Soldat », créée et présentée à Plan-les-Ouates 2018, **Olivier Kessi** et **Bastien Blanchard** se lancent dans une nouvelle aventure mêlant à nouveau musique et théâtre avec « **La Dame de la Mer** » d'Henrik Ibsen.

Des quiproquos, des situations cocasses ou encore des aventures parallèles confèrent à ce drame une certaine légèreté et insouciance qui ne manquera pas de plaire au plus grand nombre.

Du 23 octobre au 1er **novembre 2020** à l'Espace Vélodrome de Plan-Les-Ouates

Réservations: www.saisonculturelleplo.ch

Coproduction: Frei Körper Kompanie et Commune de Plan-

Les-Ouates





Mise en scène : Bastien Blanchard / Création musicale et interprétation : Olivier Kessi / Avec : Bastien Blanchard, Wave Bonardi, Charlotte Chabbey, Antoine Courvoisier, Angelo Dell'Aquila, Marie-Ève Musy / Costumes : Ljubica Markovic / Scénographie : Cornelius Spaeter / Création lumière et régie: Marc Heimendinger / Coproduction : Frei Körper Kompanie et commune de Plan-les-Ouates

Les activités de l'Aire des Seniors reprendront fin août en respectant le plan de protection sanitaire déposé à la mairie. Vous trouverez le détail de ces activités sur notre site web https://l-aire-des-seniors.ch

Nouveauté cette année dans l'atelier d'informatique : des cours à thème vous seront proposés en plus des ateliers questions - réponses. Cet atelier se déroule le vendredi de 10h à 11h30 dans le local de l'ancienne chapelle.

Vendredi 18 septembre : Prendre un cours à distance avec Zoom

Vendredi 16 octobre : Bonnes pratiques sur Internet : gestion des mots de passe,...

Vendredi 20 novembre : Téléphoner avec Skype, WhatsApp

Vendredi 18 décembre : Le Cloud, qu'est-ce que c'est ? (Dropbox, Google et Apple)

D'autres thèmes sont prévus : - Photographier avec un smartphone - E-Banking - Réseau social : Facebook, création d'un compte et réglage de la confidentialité - Maintenance d'un smartphone.

Que vous soyez ou non déjà membre de l'Aire des Seniors, si vous êtes intéressé(e) par un ou plusieurs de ces thèmes, préinscrivez-vous en téléphonant à Isabelle Defawes (077 451 01 10) ou en remplissant le formulaire ad hoc sur la page atelier informatique de notre site web.

Prochaine excursion: jeudi 17 septembre.

Au programme : visite des halles Paul Bocuse à Lyon et croisière-repas sur le Rhône et la Saône.

Départ du parking de la chapelle à 7h45. Prix : CHF 50.-

Inscription avant le **10 septembre** auprès d'Henri Hottelier : henri.hottelier@gmail.com; tel : 022 771 24 33



Septembre 2020



Société d'Equilibre Corporel

"Cours de Hatha Yoga à l'école de Perly, trois cours hebdomadaires: le mardi, de 16h30 à 17h40, de 17h45 à 19h, de 19h15 à 20h30.

Reprise le 1^{er} septembre 2020. Abonnements annuels, semestriels ou paiement à la séance. Contact de l'enseignante :

alexandrabriffaz@hotmail.com. Ou 079 929 85 21.

Cours ouverts à toutes et tous, chacun pratiquant selon ses possibilités.

La philosophie du yoga puise sa source en Inde il y a plusieurs millénaires. Le hatha yoga vise à maintenir la santé et l'équilibre du corps et de l'esprit par des postures douces, exécutées en conscience, par des techniques respiratoires et des concentrations. "



Dès le mois de septembre, au centre Mouvement et santé à Plan-les-Ouates, je vous propose des cours d'Abdologie® méthode APOR® de Gasquet. Cette méthode permet un renforcement et un assouplissement général, une tonification de la musculature abdominale et périnéale profonde, une stabilisation vertébrale, ainsi qu'une libération de la respiration.

Vous pourrez aussi commencer des séances Je marche pour ma forme. Vous avancerez ainsi pas à pas vers l'équilibre et le souffle en restant à l'écoute de votre corps.

Sinon, rejoignez Florence pour un cours Je bouge pour ma forme. Des séances en musique organisées autour d'exercices travaillant l'équilibre, le renforcement, le gainage et le

Les cours sont ouverts à tous! Renseignements: Marie-France Blanchard marif.blanchard@mouvementetsante.ch https://marifblanchard.com



Cours de trompette et de cor des Alpes à Perly-Certoux

Avec Vincent Kessi, auteur de la méthode Trumpet Fitness

Cours individuels ou en groupe

pour enfants et adultes de tous niveaux avec apprentissage du solfège sur demande

Contact: 0041 78 874 01 10 trumpetfitness.geneva@gmail.com Séance d'essai gratuite* Le lundi 7 septembre de 16h à 18h30

À l'école primaire de Perly en face des activités créatrices (sous-sol)

* Instruments désinfectés mis à disposition



L'agenda du Canard

Septembre 2020

Jeudi 17 Dimanche 20

Octobre 2020

Du 23 octobre au 1er novembre

Excursion à Lyon de l'Aire des Seniors. Infos en page 3. Gigot du foot. Buvette du stade. Infos en page 1. Dans le cadre du Gigot, fabrication de tartes aux pruneaux par le Four à pain.

La Dame de la mer, spectacle présenté par l'AJMPC. Infos en page 3