

2025

Circulaire III

Distractions

Juillet – Août - Septembre

Stand de Pâtisserie du club des aînés



Vendredi 1^{er} août 2025 Fête Nationale à Cologny



Comme de coutume, le Club des Aînés tiendra le stand de pâtisseries. N'oubliez pas d'apporter vos pâtisseries ! **Valable aussi pour les Messieurs.** Voir bulletin en annexe.

Repas estival

Vendredi 8 août 2025 à 12h00

Au Restaurant "La Pointe à la Bise"

Chemin de la Réserve 8, 1222 Vézenaz, tél. : 022 752 11 60

BUS E, arrêt le plus proche "Bise"

Trajet à pied entre l'arrêt de bus et le restaurant environ 700 mètres

MENU

St. Jacques au safran Menier

* * * *

Filets de perches du Lac Léman

Beurre citronné

Pommes allumettes

Légumes du jour

* * * *

Coulis de mangue et brunoise d'ananas confits

PRIX: CHF 45.00 par personne

(vin, eau minérale, café ou thé compris)

A payer sur place

Ce repas remplace celui du dernier vendredi du mois d'août au Restaurant "La Belotte".

Dernier délai d'inscription (impératif) : vendredi 1er août 2025

Inscription écrite indispensable au moyen du bulletin d'inscription N° 1 (ci-joint) auprès de:

Madame Kathleen Tyberghein, rue Martin Bodmer 23, 1223 Cologny

a) Par la poste

b) Par e-mail: kathleen.tyberghein@gmail.com

Attention ! Les personnes qui n'auraient pas pris la précaution d'annoncer leur absence au moins 3 jours ouvrables avant le repas, soit le **mardi 5 août** devront obligatoirement en payer le prix.

N'oubliez pas de mettre votre **disque de stationnement** derrière le pare-brise dans votre voiture !

+++++

Spectacles Saison 2025/2026

Les personnes intéressées peuvent contacter **Mme Raymonde Gollop** d'ici le 15 juillet 2025, soit

- Par téléphone : 022 700 48 83
- Par e-mail : raygol@bluewin.ch

+++++

Vestiges du Lac de Paladru



Jeudi 21 août 2025

Jeudi 21 août 2025

Rendez-vous à **06h45** au chemin du Tirage pour un départ à **07h00**.

Voyage en direction de **Chambéry**. A **08.h39** pause café-croissant au Best Western Alexander Park (**max 30 Min.**). Continuation pour le lac de Paladru

A 10h00, tour commandé du lac en autocar, Rencontre avec le guide qui vous fera découvrir les paysages et lieux chargés d'histoire du lac de Paladru comme Ars, la ville engloutie ou encore la Grange Dîmière. Vous ferez connaissance avec le lac qui était, jusqu'à l'annexion de la Savoie en 1860, le plus grand lac naturel de France et surnommé aujourd'hui « le lac bleu » grâce à la craie lacustre qui recouvre ses fonds et qui lui donne sa belle couleur turquoise. **Dégustation de produits locaux en fin de visite.**

A 12h00 repas dans un restaurant situé près du lac de Paladru. A 14h00 visite guidée du musée archéologique du lac de Paladru. A bord du musée-pirogue, embarquez pour une exploration étonnante et émouvante de l'Histoire, une rencontre presque intime avec les anciens habitants des bord du lac de Paladru, A travers les vestiges exceptionnels découverts sous les eaux du lac, c'est un voyage temporel captivant vers le Néolithique et l'an Mil qui vous attend.

A 16h45 retour à Cologny pour une arrivée prévue vers 19h15.

PRIX PAR PERSONNE

CHF 140.00 pour les membres Colognotes

CHF 165.00 pour les membres sympathisants.

Compris dans le prix

- Voyage en car 4* tout confort, air conditionné, frigo, WC, vidéo, sièges inclinables
- La pause café-croissant
- Les boissons minérales à bord du car
- Le tour commenté du lac de Paladru en autocar avec un guide
- Le coup de blanc du patron
- Le repas de midi ¼ de vin, eau minérale, café/thé
- Les boissons au cours des repas
- La visite guidée du musée archéologique du lac de Paladru

MODALITES D'INSCRIPTION

Dernier délai pour l'inscription : **le jeudi 7 août 2025**

Dernier délai pour le paiement : **le vendredi 15 août 2025**

Exclusivement au moyen du bulletin d'inscription **N° 2 daté et signé.**

Veillez s.v.p. attendre de recevoir la facture pour le paiement. Merci !

Bienvenue en Alsace

Mercredi 1^{er} et jeudi 2 octobre 2025



Programme

Mercredi 1^{er} octobre

Ungersheim – Riquewihr - Colmar



Rendez-vous à **06h15** au chemin du Tirage pour un départ à **06h30** en direction de Berne et Bâle.

Pause café-croissant en cours de route.

Continuation vers **Ungersheim** : vers

11h15 entrée et visite libre de

l'Ecomusée d'Alsace. Espace, nature,

action, l'écomusée est un vrai parc de

détente où chacun se sent bien. Vous

entrez en contact avec les choses

essentielles de la vie, les animaux, les

plantes, l'univers du vivant. Poursuite vers

Riquewihr. **A13h15**, repas sur le thème

de la « choucroute ». Puis temps libre à la découverte de ce charmant village. Départ pour

Colmar. Installation à l'hôtel **Mercure Colmar Centre Unterlinden 4***. **Souper à l'hôtel**. Fin de

soirée libre.

Jeudi 2 octobre

Sélestat – Eguisheim – Retour en Suisse

Petit déjeuner. Départ en direction de **Sélestat : à 09h15 visite guidée de la Maison du Pain.** (durée 1h15). Elle a pour vocation de faire connaître et comprendre le pain sous toutes ses formes et assurer la promotion du métier d'artisan boulanger. Aménagée dans l'ancien 'Poêle' de la corporation des boulangers de 1522. Puis trajet jusqu'à **Eguisheim : à 11h30 visite d'une cave suivie d'une dégustation de vins d'Alsace.** **A 13h00, repas au restaurant Le Caveau d'Eguisheim.**

Après le repas, petit temps libre dans ce magnifique petit village typique d'Alsace. Classé l'un des plus beaux Villages de France depuis 2003.

Grand Prix National du fleurissement depuis 1989, médaille d'or du concours européen de l'Entente Florale en 2006. Eguisheim berceau du vignoble alsacien, enroulé en cercles concentriques et multicolores autour de son château ne compte plus ses titres de noblesse. **A 15h00** voyage retour en Suisse. Arrivée à Colmar vers 20h30.



Notre hôtel à Colmar : **Hôtel Mercure Colmar Centre Unterlinden**
Rue Golbery 15, F-68000 Colmar
Tél. +33 3 89 41 71 71

PRIX PAR PERSONNE

CHF 410.00 pour les membres colognotes
CHF 460.00 pour les membres sympathisants
Supplément chambre individuelle CHF 75.00

Compris dans le prix

Voyage en car 4* tout confort.
Les boissons minérales à bord du car
La pause-café-croissant 1^{er} jour
L'hôtel 4* avec petit déjeuner buffet
La pension complète
Les boissons incluses au cours des repas (1/4 de vin, eau minérale et 1 café/thé)
Toutes les excursions et visites mentionnées dans le programme
Le coup de blanc du patron

MODALITES D'INSCRIPTION

Dernier délai pour l'inscription : mercredi 13 août 2025

Dernier délai pour le paiement : vendredi 29 août 2025

Exclusivement au moyen du bulletin d'inscription **N° 3 daté et signé.**

Veillez s.v.p. attendre de recevoir la facture pour le paiement. Merci.

Sortie culturelle le mardi 7 octobre 2025

Fondation Pierre Gianadda « De Rembrandt à Van Gogh »

Coll. Armand Hammer, Los Angeles
et Temple de Martigny avec ses vitraux de Hans Erni



Le Club des aînés vous propose une sortie en Valais avec une visite de la Fondation Pierre Gianadda à Martigny à l'occasion de l'exposition « De Rembrandt à Van Gogh ». Elle sera suivie d'un repas à la cafétéria du parc de la Fondation et en début d'après-midi, d'une visite du Temple de Martigny orné de vitraux de Hans Erni.

Cette sortie est proposée sans l'accompagnement d'une agence de voyage mais uniquement par des membres du comité, en train ou en voiture personnelle à la convenance de chacun.



Pour les adeptes du train, il est prévu de se retrouver à la gare Cornavin.

Pour les personnes qui se déplacent en voiture, le co-voiturage est à privilégier et les participants concernés peuvent se retrouver au parking P2 de Planta et y laisser les voitures non utilisées pendant la journée.

Rendez-vous à l'entrée de la Fondation avec les participants venant en transports publics.

L'intégralité des frais est prise en charge par les participants à l'exception de la conférence et du billet d'entrée offerts par le club. Les billets de train sont achetés personnellement par les participants. Pensez à acheter vos cartes journalières (nominatives, non échangeables, non remboursables sauf sur présentation d'un certificat médical) à la mairie suffisamment tôt pour bénéficier du meilleur tarif. La réservation des billets d'entrée à la Fondation et pour la conférence, ainsi que le restaurant sera faite par le club.

Programme

Personnes en train :

7h30 : rendez-vous à la gare Cornavin sur la voie 4

7h38 : départ RE33, voie 4 (peut aussi être pris à la gare des Eaux-Vives à 7h21)

9h23 : arrivée à Martigny

9h38 : départ B201 (3 minutes à pied)

9h46 : arrivée arrêt Fondation (3 minutes à pied jusqu'à la Fondation)

Personnes en voiture (compter env. 1h45) :

10h00 : rendez-vous à l'entrée de la Fondation

Pour tous :

10h30 : conférence (durée 1 heure)

11h30 : visite libre de l'exposition

12h30 : déjeuner à la cafétéria

13h30-14h : départ à pied pour le Temple de Martigny (10 min) et visite du temple.

Retour à Genève en milieu d'après-midi. On peut reprendre le B201 à 350m du temple jusqu'à la gare, ensuite il y a des trains environ toutes les 20 minutes pour Genève.

Délai d'inscription : 20 septembre 2025 au moyen du bulletin no 4



CROISIÈRE DU 28 MAI AU 2 JUIN 2026

Couleurs provençales au fil du Rhône

**LYON - AVIGNON - ARLES - PORT-SAINT-LOUIS - MARTIGUES(2) - ARLES - VIVIERS - TAIN L'HERMITAGE
LYON**

Nous partons à la découverte de la Provence authentique, qui combine style et raffinement. Tout au long de cette croisière, vous pourrez admirer la beauté des paysages qui subliment le Rhône. Des Baux de Provence, l'un des "Plus Beaux Villages de France", majestueux et dépaysant, jusqu'à Lyon, en passant par Martigues, Arles, Avignon, la Camargue, les Alpilles et le massif du Vercors, c'est une aventure exaltante au cœur d'un cadre extraordinaire qui offre aux visiteurs mille couleurs, senteurs et saveurs.

Départ en car Buchard de Cognoy le 28 mai 2026 vers 9h00 pour Lyon, déjeuner dans un bouchon, petite promenade digestive avant l'embarquement.



Jour 1 : LYON

Embarquement à 16h. Présentation de l'équipage et cocktail de bienvenue. Dîner suivi d'une soirée animée. Navigation de nuit vers Avignon



Jour 2 : AVIGNON - ARLES

Matinée en navigation sur le Rhône. Conférence à bord.

Excursions optionnelles :

- **AUTHENTIQUE** : visite guidée d'Avignon et de la cité des Papes. De son passé flamboyant de capitale de la Chrétienté, la ville a gardé un patrimoine d'exception. Du palais des Papes au pont Saint-Bénézet en passant par les remparts, la cité papale déploie fièrement ses attraits aux portes de la Provence. Le palais des Papes, imposante forteresse et palais somptueux, est le symbole de la puissance de la chrétienté au Moyen-Âge. Il accueillit sept souverains pontifes au XIV^e siècle. Au fil de la visite des salles du plus grand palais gothique du monde, le circuit retracera la vie des pontifes, leur

pouvoir politique et religieux. Vous pourrez admirer les grandes salles d'apparat, les chapelles et les appartements privés des Papes.

- **EXPÉRIENCE : balade pédestre au pont du Gard et visite du musée.**

Ce prodigieux aqueduc romain à trois niveaux, le plus haut du monde, véritable prouesse technique et chef-d'œuvre architectural, est le monument antique le plus visité de France. À quelques mètres du Pont du Gard, dans un vaste espace multimédia, le musée plonge le visiteur au cœur de l'univers fascinant de l'Antiquité romaine.

Retour à bord pour le dîner et poursuite de la navigation vers Arles que vous atteindrez en soirée. Après le dîner, **excursion optionnelle AUTHENTIQUE / EXPÉRIENCE : visite guidée d'Arles** haut lieu culturel enrichi par des vestiges de l'empire Romain. Arles abrite mille merveilles et possède de nombreux monuments inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO. Cité romaine, ville de Van Gogh et capitale de la Camargue, Arles, authentique et accueillante, a su concilier traditions et modernité, culture et nature, art de vivre et sens de la fête.



Jour 3 : ARLES - PORT-SAINT-LOUIS - MARTIGUES(2) - ARLES

La Camargue berceau de la culture et des traditions provençales est une contrée splendide et authentique, qui conjugue harmonieusement richesse biologique, diversité de la faune et de la flore et splendeur des paysages. En bord de mer ou dans un village typique, chaque pas est une aventure dans cette "terre du bout du monde" posée entre le ciel et la mer, où la nature est reine.

Le matin, **excursions optionnelles :**

- **AUTHENTIQUE : découverte de la Camargue.** Visite d'une manade et démonstration du travail à cheval par les gardians, pasteurs cavaliers chargés de la surveillance et de la conduite des troupeaux. Issu de traditions médiévales, le métier de gardian s'est perpétué jusqu'à nos jours.

- **EXPÉRIENCE : découverte de la Camargue en 4x4.** Une autre manière d'être au cœur de la nature.

Laissez-vous guider sur cette terre sauvage, une aventure unique où tous les sens sont en éveil.

Après-midi en navigation vers Martigues(2).

Temps libre à Martigues. Cette ville typiquement méditerranéenne a inspiré les plus grands artistes. Au fil de ses canaux, de ses quais et de ses ponts, le visiteur peut découvrir le charme et le riche patrimoine culturel de cette "Venise provençale" où cohabitent Art et Histoire.

En soirée, navigation vers Arles



Jour 4 : ARLES - VIVIERS

Le matin, excursions optionnelles : **AUTHENTIQUE / EXPÉRIENCE :** découverte des Baux de Provence et de l'esprit d'un village au charme incomparable, prisé des artistes. Véritable écrin niché sur un éperon rocheux, il invite, dans son splendide décor, à une parenthèse enchantée et hors du temps.

Retour à bord et départ en croisière vers Viviers.

Navigation à travers les paysages du Rhône provençal, vous longerez Tarascon, dont le château surplombe le fleuve, Avignon, quelques passages d'écluses dont celle de Bollène avant d'arriver à Viviers dans la nuit.



Jour 5 : VIVIERS - TAIN L'HERMITAGE

Matinée en navigation. Nous longerons Montélimar célèbre pour ses nougats connus dans le monde entier, plus loin Rochemaure d'où vous apercevrez, dans le prolongement du Massif central un ancien volcan qui culmine à plus de 500m. C'est le rebord est du plateau basaltique du Coiron.

L'après-midi, **excursion optionnelle AUTHENTIQUE / EXPÉRIENCE : le Vercors et dégustation de la Clairette de Die**. Des Hauts plateaux sauvages à la douceur verdoyante des vallons, le massif du Vercors se vit au rythme d'une nature riche et contrastée. Le Parc Naturel Régional est un espace de découverte et d'aventure exceptionnel, entre monts et merveilles, sentiers et torrents, falaises et rochers. Haut lieu de la Résistance, le Vercors revêt également une forte symbolique historique. Au pied du massif, la jolie commune de Die est connue pour sa fameuse "Clairette", délicieux vin blanc pétillant aux arômes fruités.

Soirée de gala et navigation vers Lyon.



Jour 6 : LYON

Petit déjeuner buffet à bord. Débarquement à 9h

Notre car Buchard nous attendra pour le retour vers Coligny avec un arrêt déjeuner sur la route, possiblement à Pérourges. Arrivée prévue le 2 juin 2026 en fin d'après-midi à Coligny.

Pour tout renseignement, si vous n'êtes pas encore inscrit, mais que vous seriez intéressés, contacter nous à l'adresse

voyages@ainescology.ch

Le Club qui marche



Nous vous rappelons nos marches d'une durée de 2h à 3h:

Jeudi 31 juillet : Le Parc des Evaux - Onex



Gigantesque, ce poumon vert offre plus de place que nécessaire pour s'aérer et se dégourdir les jambes. Nous le ferons à la rencontre du parc aventure, des terrains de sports, du jardin Robinson, des zones arborées et de l'étang des Mouilles.

Durée 2h., à plat, bons chemins

Départ de la Planta : 13h23 en  33

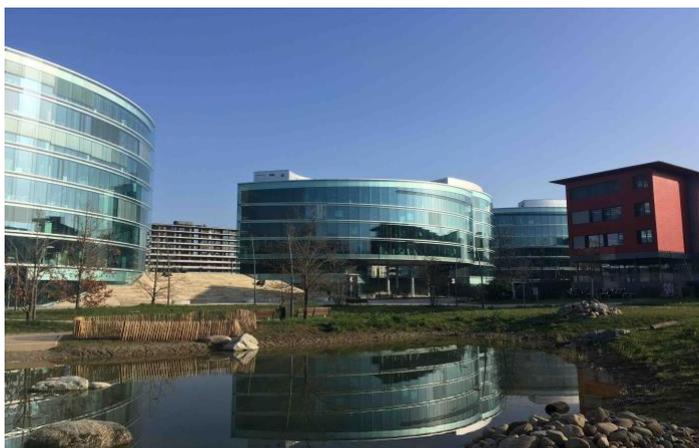
Jeudi 28 août : L'Aire à Confignon



Itinéraire en circuit qui permet de découvrir une partie du patrimoine historique, culturel et naturel de la commune de Confignon. Il part de la place de l'église, descend La Lécherette, longe la rivière jusqu'au pont du Centenaire en passant par la Gavotte et remonte par le Paradis !
Durée : 2h, dénivelé +/- 75 mètres, bons chemins

Départ de la Planta à 13h30 en 

Jeudi 25 septembre La Genève Internationale



Depuis la Perle du lac intéressante balade à travers d'importantes Organisations Internationales, le domaine de Penthes et le Jardin botanique.
Durée 2h30, très bons chemins, relativement plat

Départ de la Planta : 13h23  33

Toutes ces belles balades sont sous la houlette de notre cher ami Walter Gehri.



Venez nombreux découvrir les merveilles de la nature



Cours informatique toujours le 4^{ème} mardi de chaque mois à 09h30, sauf juillet, août et décembre selon les informations sur notre site: www.ainescology.ch

- Activités
- Cours informatiques
- Programme 2025
- Remplir la feuille d'inscription et l'envoyer

Les prochains cours auront lieu le 30 septembre et le 28 octobre 2025

+++++

**Seriez-vous intéressé-e à participer de manière active à l'organisation de votre club? Alors rejoignez le comité!
Contactez-nous à info@ainescology.ch**

+++++



Repas mensuels :

Ils ont lieu au Restaurant "La Belotte".

Inscription **auprès de** Kathleen Tyberghein

kathleen.tyberghein@gmail.com ou au 079 376 69 15

Prochains repas : **le vendredi 26 septembre 2025. (pour les dates suivantes se référer aux circulaires !)**



Pour ceux qui le désirent, n'hésitez pas à nous rejoindre dès 14h00 à notre local :

- Le lundi pour les joueurs de bridge
- Le mardi et le vendredi pour les joueurs de Jass
- Le jeudi pour le scrabble et le rummikub



Vous êtes tous les bienvenus !

Enfin nous vous recommandons de consulter régulièrement notre site:

www.ainescology.ch

Dans lequel vous retrouverez toutes les activités de notre club.