

pva news

avril 2011

News :

- Horaires PVA page 2
- Billet pour le Grand-Théâtre de Genève /
Places Restantes page 2

Rendez-vous :

- AGO page 3
- Week-end de séminaire avec Jamie McHugh page 3
- Yoga page 4
- Projection du film de la soirée au Poche page 4
- Dernière soirée Tarot le jeudi soir page 5

Actualités de PVA :

- Taijiquan en soirée / Nouveau page 6
- Assistante sociale page 7
- Nouveau à PVA page 7
- Coiffure page 7
- Remerciements page 8

Le programme des activités et thérapies du mois de mars 2011 de PVA Genève, Personnes Vivant Avec est joint à ce courrier, mais vous pouvez également le consulter sur notre site internet.

Si vous avez des commentaires, propositions ou autres remarques éventuelles, positives ou négatives, vous pouvez les faire à cette adresse : secretariat@pvageneve.ch.

PVA, Rue des Pâquis 35, 1201 Genève / Nouveau No de tel : 022-732.44.45 / secretariat@pvageneve.ch / www.pvageneve.ch

NEWS

Horaires 2011 de PVA Genève

PVA Genève élargit ses horaires en espérant mieux répondre aux besoins de ses membres, qui ne peuvent pas fréquenter les locaux en journée, à cause de leurs activités professionnelles.

Dorénavant les horaires sont :

Lundi	14h00 – 18h00 Suivi du repas convivial
Mardi	14h00 – 17h00
Mercredi	14h00 – 17h00
Jeudi	14h00 – 21h00
Vendredi	14h00 – 18h00

Billet pour le Grand-Théâtre de Genève

Comme chaque année le Grand Théâtre nous offre 4 places pour aller à l'opéra voici les opéras et récitals pour l'année 2011.

Anna Caterina Antonacci - Récital 18 mai 2011 / 20h00 2 places

Si vous êtes intéressés par ces billets (1 place par membre) merci de prendre contact avec le secrétariat de PVA.

Les billets bleus et rouges sont à disposition (1 places par membre) pour aller au théâtre et concert.

RENDEZ-VOUS...

Assemblée Générale Ordinaire aura lieu le Jeudi 14 avril 2011 à 19h00

A l'Armée du Salut
Centre-Espoir
Rue Jean-Dassier 10 – 1201 Genève

Rétablir la grâce originelle Le mouvement en tant que médecine avec Jamie McHugh

Pour tous les membres qui se sont inscrits au séminaire voici les détails du week-end :

ORGANISATION

Dates : samedi 14 mai et dimanche 15 mai 2011

Horaire : de 09h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h30
(une pause café aura lieu le matin)

Lieu : **Le Cénacle** (www.cenacle.ch)
Promenade Charles-Martin 17
1208 Genève

Accès TPG : **depuis la gare CFF de Cornavin :** prendre le bus 27 en direction de "Malagnou" et descendre à l'arrêt "Rieu", en face de la promenade Charles-Martin (env. 15 min.).

en tram : prendre le tram 12 ou le tram 16 en direction de "Moillesullaz" et descendre à l'arrêt "Amandolier (SNCF)", puis longer le chemin de la Petite Boissière pour gagner la promenade Charles-Martin.

Parking : gratuit à disposition

Divers : chacun apporte son pique-nique pour les 2 repas de midi

YOGA

Chères Amies, Chers Amis,

J'ai suivi de nombreux cours de respirations – formule tibétaine : sur les phytorama et le bourdon, sur les appoints de la douleur et différents appoints ainsi que sur les flux de respiration (expiration, inspiration) et relaxation musculaire des méridiens (yoga) ; par les sons aux langages (linguistique), par syllabes : a,o,u,i,e, relaxation sensoriel (ex: sons, musical, physical), par mouvement du corps, par la danse et les sons tribal et massai (percussion) et relaxation détente par la méthode Mozart.

J'aimerais exprimer et interpréter mes cours sous forme de séances méditatives en thérapie de groupe.

Tous les mercredis du mois d'avril de 14h30 à 16h30

Au plaisir de vous rencontrer.

Marcelino



**Projection du film de la soirée lecture de témoignages du
Théâtre de Poche : Jeudi 28 avril à 19h00 à PVA.**

Un caméraman professionnel bénévole était parmi nous le 30 novembre au théâtre de Poche et le spectacle a été filmé.

Les personnes qui n'ont pas pu être présentes à cette soirée et celles qui l'étaient mais ont envie de revoir ce moment d'intenses émotions et de fraternité sont les bienvenues.

Un petit apéro sera servi, nous nous réjouissons de vous voir !

Pour le comité

Anne

Soirée Tarot avec Anne-Marie

La lecture du Tarot en groupe permet d'explorer notre imaginaire à travers un jeu très ancien. Il n'est pas question ici de savoir quelque chose sur l'avenir mais de se placer dans un présent tendu vers un « à venir » prêt à l'éclosion. Les cartes sont messagères « des possibles » à prendre, à laisser ou à ignorer. Tout est bien.

Une soirée conviviale pour tenter de nous souvenir de notre futur dans une ambiance bon enfant. L'occasion aussi d'apporter quelques gourmandises à déposer sur la table pour y être partagées.

A retenir :

1 fois par mois pendant 4 mois les 3^{ème} jeudi du mois de 18h30 à 20h30 soit les :

21 avril 2011 (dernière séance)

4 participants (ni un de moins, ni un de plus)

L'on peut s'inscrire à une seule soirée ou à plusieurs.

Inscription exigée (au secrétariat de PVA)

Si les 4 participants ne sont pas assis autour de la table à 18h30 exactement.

Le jeu est annulé pour cette soirée là.

Le jeu s'arrête à 20h30 sans possibilité de prolongation.

Au plaisir de vous rencontrer.

Anne-Marie

ACTUALITES DE PVA

TAIJIQUAN / QI GONG (tai-chi-chuan / chi-kung)

ATELIER D'INITIATION
7 Séances du 5 mai au 23 juin
Jeudi 18h15 à 19h45

Le Taijiquan

Le Taijiquan est un art corporel énergétique orienté vers le bien-être et la santé. Il est issu des arts internes traditionnels chinois, et est accessible à tous. Sa pratique assouplit les articulations, développe une respiration profonde, procure une détente musculaire et nerveuse, tout en stimulant les fonctions vitales. Elle développe la force et la souplesse, la concentration et le calme intérieur. La mobilisation du Chi (énergie vitale) est le premier objectif de la Voie Intérieure.

Plus d'informations sur : www.tantien.com

Les Cours

La trame du cours sera l'apprentissage d'un Chi-kung : les 11 exercices de santé. Nous ferons aussi des exercices debout, assis, allongé, à deux, qui sont basés sur : la respiration, le "lacher-prise", une attitude centrée ; afin de retrouver une énergie nouvelle, spontanée, qui est plus une expression de la vie qu'un effort.

Ces 11 exercices forment un ensemble assez complet pour en faire une pratique. Dans l'optique d'un apprentissage, ce cours est présenté comme un ensemble progressif, qui prend réellement tous son sens s'il est suivi dans sa globalité.

Premier cours :

Jeudi 5 Mai 2011 à 18h15

Organisation

- Habits confortables
- Lieu : Grande Salle de PVA
- 4 à 6 personnes
- inscriptions auprès de Candy

Au plaisir de se rencontrer,

Henri

Assistante sociale

Notre assistante sociale sera présente tous **les jeudis après-midi de 15h00 à 18h00** pour vous répondre et vous aider dans vos démarches administratives.
Nous la remercions chaleureusement pour son investissement.

Nouveau

Nous avons quelques membres à PVA qui sont très bricoleurs et se proposent d'exécuter différents travaux (peinture, nettoyage, petite menuiserie ect...) chez vous.

Si vous êtes intéressé, merci de prendre contact avec Candy au secrétariat qui vous mettra en contact avec notre équipe.

A bon entendeur.

Coiffure

Notre coiffeuse sera présente pour vous les vendredis du mois de mars comme suit :

Vendredi 8 avril de 14h00 à 17h00
Vendredi 29 avril de 14h00 à 17h00

Au plaisir de vous voir.

Sylvie.

Remerciements

Nous remercions les cuisiniers des lundis du mois de mars 2011

Olive, Rachel, Quang, Kim, Zsolt, Caroline.