

PROGRAMME DES COURS 2022

ADOS ET ADULTES

DES TEMPS LIBRES ACCESSIBLES POUR TOUS



PROGRAMME

Vous trouverez dans ce programme deux catégories de prestations subventionnées par l'OFAS et destinées à des personnes en situation de handicap mental, physique et/ou sensoriel. Il s'agit de cours d'un jour et de cours hebdomadaires proposés dans les domaines sportifs, culturels et des loisirs, à pratiquer durant le temps libre et accessibles à tous.

Au fil des années, l'AGIS fait évoluer son offre afin de permettre une participation épanouissante de la personne en situation de handicap, afin qu'elle puisse prendre pleinement sa place dans la société.

C'est ainsi que les cours proposés, viennent en soutien pour les apprentissages de la vie de tous les jours : ils permettent à l'adolescent ou l'adulte de maintenir et d'améliorer son autonomie. Ils l'aident à acquérir des compétences particulièrement dans la relation, la communication, les échanges, ainsi que les savoir-faire et les savoir-être, dans le but de développer au maximum sa participation sociale.

Les activités de l'AGIS sont accompagnées par un encadrement exclusivement bénévole qui procure le confort et l'épanouissement des participants. Chaque bénévole apporte ses compétences et dispose d'une connaissance et d'une compréhension approfondie du suivi de la personne en situation de handicap.

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

La fiche d'inscription est à renvoyer d'ici le 12 novembre 2021 à :

AGIS

Route du Grand-Lancy 6

1227 les Acacias

Ou par mail à : info@agis-ge.ch

Pour les nouveaux participants, un entretien préalable est nécessaire.

L'AGIS est à votre disposition pour tout renseignement

Tel : 022.827.85.50

Mail : info@agis-ge.ch

Site : www.agis-ge.ch

CONFIRMATION D'INSCRIPTION ET PAIEMENT :

Vous recevrez une confirmation ainsi qu'un bulletin de versement pour le règlement des frais d'organisation. Toute inscription confirmée est définitive et non remboursable.

Pour participer vous devez obligatoirement être membre de l'AGIS en vous acquittant de la cotisation annuelle qui se monte à CHF 80.--.

La facture des activités payantes vous sera envoyée 1 mois avant l'activité.

L'AGIS se réserve la possibilité d'annuler une activité dans le cas où le nombre de participants est insuffisant.

COÛTS : CHF 5.- de frais d'organisation par date confirmée et le prix de l'activité

LIEU : les activités ont lieu dans le canton de Genève et en Suisse romande, dans des lieux publics, ouverts et adaptés à la pratique de l'activité.

TRANSPORT : le transport sur le lieu de l'activité ou du rendez-vous se fait par ses propres moyens. Certaines activités nécessitent un transport en commun (CFF, CGN, Carpostal) où la *carte de légitimation pour voyageur avec un handicap* est nécessaire (voir document ci-joint).

PUBLIC-CIBLE : les activités proposées pour les adolescents sont réservées aux jeunes membres de l'AGIS, de 13 à 18 ans. Ils doivent bénéficier d'une mesure de pédagogie spécialisée attribuée par l'autorité cantonale et doivent vivre dans leur famille ou en institution.

Les activités proposées pour les adultes sont réservées aux personnes membres de l'AGIS qui sont au bénéfice d'une rente AI, qui ont plus de 18 ans et qui vivent dans leur famille, en institution ou dans leur propre logement.

AGENDA :

Délai d'inscription 12 novembre 2021, confirmation par l'AGIS en décembre

Vacances scolaires : durant les vacances scolaires, certaines activités sont suspendues.

Eté : un programme estival est mis en place pour les mois de juillet et d'août.

SOMMAIRE DES COURS

ADOLESCENTS 13 à 18 ans

- Les copains d'abord 6

ADULTES dès 18 ans

- Garder la forme 7

- Se cultiver, apprendre et découvrir 8

- Avoir une vie sociale et se créer un cercle d'amis 9

RECAPITULATIF DES COURS ADULTES 10



Sur le chemin d'une vie autonome...

ADOLESCENTS 13 à 18 ans

LES COPAINS D'ABORD

Ou comment aux âges de l'adolescence, développer la confiance en soi et sa capacité à établir des relations ainsi qu'acquérir des compétences pour mieux appréhender le handicap.



POURQUOI : viens nous retrouver 2x par mois, sans tes parents, pour partager des activités de loisirs, faire l'expérience du groupe, découvrir ta ville et lier des amitiés.

COMMENT : dans un cadre sécurisant et bienveillant, il est proposé des activités de bowling, repas-ciné, jeux de société, danse, karaoké, parc animalier...

OBJECTIFS : favoriser la participation sociale, développer la capacité à nouer des liens et à s'intégrer dans un groupe.

POUR QUI : tout adolescent en situation de handicap mental, physique et sensoriel entre 13 et 18 ans qui désire acquérir de l'autonomie et vivre des expériences en dehors du cercle familial et qui a besoin d'être accompagné dans cette démarche.

Durée : entre 12h00 et 18h30 suivant l'activité

Lieu : canton de Genève, accessible avec les Transports Publics Genevois

Coût : CHF 5.—de frais d'organisation et entre CHF 5.- et CHF 40.- selon l'activité

Inscription sur la fiche d'inscription en annexe

Vous trouverez une fiche pédagogique pour chaque activité sur notre site internet www.agis-ge.ch ou sur demande à notre secrétariat, selon les prestations de cours souhaités par l'OFAS.

ADULTES dès 18 ans

GARDER LA FORME

Ou comment maintenir et améliorer son autonomie et sa mobilité tout en favorisant l'aide à l'entraide, avec des pratiques sportives.



POURQUOI : vous voulez garder la forme, découvrir une discipline, apprendre à doser vos efforts, gérer votre endurance, mais surtout pratiquer une activité physique en milieu ouvert.

COMMENT : grâce à des activités comme le fitness-urbain dans les parcs genevois, la pétanque au boulodrome, la marche active, le disc-golf, la randonnée en campagne, la gym douce et la marche de l'Escalade*.

OBJECTIFS: améliorer sa motricité globale, développer ses potentialités et le développement de soi, mais aussi passer un moment de détente tout en étant en relation et interaction réciproque avec d'autres participants.

POUR QUI : toute personne qui ressent le besoin de bouger pour améliorer sa santé physique et psychologique ou encore tester une nouvelle discipline et qui a besoin d'être accompagnée dans cette démarche.

Durée : 3h

Lieu : Canton de Genève sur des lieux adaptés à la pratique d'activités sportives

Coût : CHF 5.- de frais d'organisation et le prix de l'activité

Inscription sur la fiche d'inscription en annexe

Vous trouverez une fiche pédagogique pour chaque activité sur notre site internet www.agis-ge.ch ou sur demande à notre secrétariat, selon les prestations de cours souhaités par l'OFAS.

**Entraînement obligatoire le samedi précédent la Marche*

SE CULTIVER, APPRENDRE ET DECOUVRIR

Ou comment développer son autonomie par l'acquisition de savoir-faire et de compétences, avec des activités culturelles.



POURQUOI : vous voulez enrichir vos connaissances, élargir votre culture, découvrir les traditions vivantes et vous initier à toute forme d'art, d'artisanat et à la connaissance des artistes.

COMMENT : grâce à des goûters culturels en ville de Genève, des journées en Suisse romande*, des ateliers des Arts du cirque, de cuisine saisonnière, de création et de bricolage ou encore des rencontres de ciné-club.

OBJECTIFS : développer ses aptitudes intellectuelles, renforcer ses compétences cognitives et sociales, apprendre à se questionner et à développer son sens critique, sa curiosité ainsi que son imagination.

POUR QUI : toute personne qui souhaite s'enrichir culturellement, qui s'intéresse au monde qui l'entoure et qui a besoin d'être accompagnée dans cette démarche.

Durée : de 3h à 8h en fonction de l'activité pratiquée

Lieu : Canton de Genève et Suisse romande en fonction de l'activité

Coût : CHF 5.- de frais d'organisation et le prix de l'activité entre CHF 20.- et 90.-

Inscription sur la fiche d'inscription en annexe

Vous trouverez une fiche pédagogique pour chaque activité sur notre site internet www.agis-ge.ch ou sur demande à notre secrétariat, selon les prestations de cours souhaités par l'OFAS.

*Carte de légitimation obligatoire

AVOIR UNE VIE SOCIALE ET SE CRÉER UN CERCLE D'AMIS

Ou comment acquérir des savoir-être et des compétences pour mieux appréhender le handicap et développer l'autodétermination, avec des activités de loisirs.



POURQUOI : vous voulez prendre soin de votre temps libre, être en relation et vous créer un réseau d'amis.

COMMENT : grâce à des activités qui favorisent l'échange et le lien social tel que le karaoké, le restaurant, les jeux de société et le bowling.

OBJECTIFS : renforcer ses compétences sociales, consolider ses compétences émotionnelles et son savoir-être, améliorer l'organisation de sa vie quotidienne en évitant la solitude et le repli sur soi.

POUR QUI : toute personne souhaitant donner un sens à son temps libre en établissant des liens sociaux et amicaux durables et qui a besoin d'être accompagnée dans cette démarche.

Durée : 3h en soirée et en journée, vendredi soir ou samedi

Lieu : Canton de Genève sur les lieux adaptés à l'activité

Coût : CHF 5.- de frais d'organisation et le prix de l'activité

Inscription sur la fiche d'inscription en annexe

Vous trouverez une fiche pédagogique pour chaque activité sur notre site internet www.agis-ge.ch ou sur demande à notre secrétariat, selon les prestations de cours souhaités par l'OFAS.

RECAPITULATIF DES COURS ADULTES

SPORT

Fitness urbain

Marche active

Pétanque

Gym douce

Marche de l'escalade

Disc golf

CULTURE

Ciné-club

Goûter culturel

Journée en Suisse romande

Bricolage*

Cuisine saisonnière*

Initiation aux Arts du Cirque*

LOISIRS

Karaoké

Bowling

Jeux de société

Restaurant

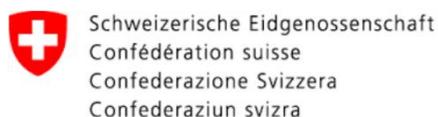
* cours semestriels

* cours semestriels

Vous trouverez une fiche pédagogique pour chaque activité sur notre site internet www.agis-ge.ch ou sur demande à notre secrétariat, selon les prestations de cours souhaités par l'OFAS.



le trait d'union
entre handicap et bénévolat



L'AGIS est subventionnée par l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) et par l'Etat de Genève

Nom : Prénom : Mail :

Une somme de 5.- de frais d'organisation par activité confirmée vous sera facturée en décembre 2021. En cas de désistement ou d'absence de votre part, cette somme reste due.

Veuillez mettre une croix dans la colonne Inscription pour les activités choisies et nous renvoyer le formulaire avant le **12 novembre 2021**.

Mois	Dates	Heures	Activités et descriptions	Prix de l'activité		Inscription
				Facturation* AGIS	Somme nécessaire à avoir sur soi	
JANVIER	Vendredi 14	19h30 à 22h30	Resto-Copains	-	60.-	
	Samedi 15	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 21	18h à 21h	Bowling à la Praille ou à Balexert	-	20.-	
	Samedi 22	14h à 17h	Jeux de société à l'AGIS	-	-	
	Vendredi 28	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
	Samedi 29	14h à 17h	Pétanque au boulodrome de la Queue d'Arve	-	5.-	
FEVRIER	Vendredi 4	18h à 21h	Karaoké	-	-	
	Samedi 5	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 11	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 12	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 18	18h à 21h	Bowling à la Praille ou à Balexert	-	20.-	
	Vendredi 25	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
	Samedi 26	9h30 à 12h30	Gym douce accessible à tous à l'AGIS	10.-	-	
MARS	Samedi 5	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 11	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 12	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 18	18h à 21h	Bowling à la Praille ou à Balexert	-	20.-	
	Samedi 19	9h30 à 12h30	Marche active dans la campagne genevoise	-	5.-	
	Vendredi 25	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
AVRIL	Samedi 2	9h30 à 18h	Journée en Suisse romande	90.-	-	
	Vendredi 8	19h30 à 21h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 9	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 22	18h à 21h	Bowling à la Praille ou à Balexert	-	20.-	
	Vendredi 29	18h à 21h	Ciné-club	-	-	
	Samedi 30	14h à 17h	Disc-golf	-	5.-	

* Facture envoyée par l'AGIS avant l'activité

Mois	Dates	Heures	Activités et descriptions	Prix de l'activité		Inscription
				Facturation * AGIS	Somme nécessaire à avoir sur soi	
MAI	Vendredi 6	18h à 21h	Karaoké	-	-	
	Samedi 7	9h30 à 18h	Journée en Suisse romande	90.-	-	
	Vendredi 13	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 14	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 20	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balexert	-	20.-	
	Samedi 21	9h30 à 12h30	Gym douce accessible à tous à l'AGIS	10.-	-	
	Vendredi 27	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
JUIN	Samedi 4	9h30 à 18h	Journée en Suisse romande	90.-	-	
	Vendredi 10	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 11	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 17	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balexert	-	20.-	
	Samedi 18	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 24	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
	Samedi 25	14h à 17h	Pétanque au boulodrome de la Queue d'Arve	-	5.-	
SEPTEMBRE	Samedi 3	9h30 à 18h	Journée en Suisse romande	90.-	-	
	Vendredi 9	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 10	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 16	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balexert	-	20.-	
	Samedi 17	9h30 à 12h30	Marche active dans la campagne genevoise	-	5.-	
	Vendredi 23	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
OCTOBRE	Samedi 1 ^{er}	9h30 à 18h	SPECIAL SENIORS - Journée en Suisse romande	90.-	-	
	Vendredi 7	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 8	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Vendredi 14	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balexert	-	20.-	
	Samedi 15	14h à 17h	Jeux de société à l'AGIS	-	-	
	Vendredi 21	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
	Samedi 22	9h30 à 12h30	Gym douce accessible à tous à l'AGIS	10.-	-	
	Vendredi 28	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balexert	-	20.-	

* Facture envoyée par l'AGIS avant l'activité

Mois	Dates	Heures	Activités et descriptions	Prix de l'activité		Inscription
				Facturation* AGIS	Somme nécessaire à avoir sur soi	
NOVEMBRE	Vendredi 4	18h à 21h	Karaoké	-	-	
	Samedi 5	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 11	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 12	9h30 à 12h30	Fitness urbain dans les parcs genevois	-	5.-	
	Samedi 12	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 18	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balxert	-	20.-	
	Samedi 19	14h à 17h	Pétanque au boudrome de la Queue d'Arve	-	5.-	
	Vendredi 25	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	
DECEMBRE	Samedi 3	17h à 22h	Marche de l'Escalade, entraînement obligatoire le dimanche 27.11	45.-	-	
	Samedi 3	14h à 17h	Goûter culturel à Genève	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 9	19h30 à 22h30	Resto-copains	-	60.-	
	Samedi 10	9h30 à 12h30	Fitness A LA MAISON DE L'AUTONOMIE	-	5.-	
	Dimanche 11	14h à 17h	Goûter culturel du Cortège de l'Escalade	-	Entre 5.- et 20.-	
	Vendredi 16	18h à 21h	Bowling à la Praille ou Balxert	-	20.-	
	Vendredi 23	18h à 21h	Ciné-club à l'AGIS	-	-	

* Facture envoyée par l'AGIS avant l'activité

Nom : Prénom : Mail :

Une somme de 5.- de frais d'organisation par activité confirmée vous sera facturée en décembre 2021. En cas de désistement ou d'absence de votre part, cette somme reste due.

Veuillez mettre une croix dans la colonne Inscription pour les activités choisies et nous renvoyer le formulaire avant le **12 novembre 2021** par courrier ou par email à info@agis-ge.ch

Mois	Dates	Heures	Activités et descriptions	Somme nécessaire à avoir sur soi	Inscriptions
Janvier	Samedi 15	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 29	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Février	Samedi 12	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 26	12h à 17h	Repas et cinéma	40.-	
Mars	Samedi 12	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 26	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Avril	Samedi 9	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 30	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Mai	Samedi 14	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 28	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Juin	Samedi 11	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 25	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Septembre	Samedi 10	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 24	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Octobre	Samedi 8	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 22	14h à 17h	Après-midi en ville	10.-	
Novembre	Samedi 12	14h à 17h	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	
	Samedi 26	12h à 17h	Repas et cinéma	40.-	
Décembre	Samedi 10	15h30 à 18h30	Bowling à la Praille ou Balexert	20.-	