



ACTIVITÉS SIA - OCTOBRE 2026

| LUNDI                                                                                                                                                                                                                                                                                         | MARDI                                                                                                                                                                                                       | MERCREDI                                                                                                                                                                                               | JEUDI                                                                                                                                | VENDREDI                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                        | <b>1 octobre</b><br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>15h00 - 16h30<br>Français Niv 3                                               | <b>2 octobre</b><br>9h00-10h30<br>Formation numérique<br><b>Inscription indispensable</b><br><br>14h15 - 16h15<br>Salle B<br>Visite Rousseau<br><b>Inscription indispensable</b>                     |
| <b>5 octobre</b><br>10h00-11h00<br>Gym - Plainpalais<br>11h00 - 12h00<br>Atelier Yoga - Rive<br>14h00 - 15h15<br>Français Niv 1<br>14h30 - 15h30<br>Gym - MQ Acacias<br>15h40 - 16h50<br>Atelier Santé                                                                                        | <b>6 octobre</b><br>10h15-11h45<br>Français Niv 1<br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>13h45 - 14h45<br>Atelier Yoga - Rive<br>15h00-16h15<br>Français Niv 2                                               | <b>7 octobre</b><br>9h30-11h00<br>Français Niv 4<br>Cité Seniors<br>Rue de Lausanne 62<br>9h45-12h30<br>Café Tango - salle B<br>14h00-15h00<br>Gym-rue Bautte 10<br>16h00-17h00<br>Atelier Yoga - Rive | <b>8 octobre</b><br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>15h00 - 16h30<br>Français Niv 3                                               | <b>9 octobre</b><br>9h00-10h30<br>Formation numérique<br><b>Inscription indispensable</b><br><br>14h15- 16h15<br>Salle B<br>Visite MEG<br><b>Inscription indispensable</b>                           |
| <b>12 octobre</b><br>10h00-11h00<br>Gym - Plainpalais<br>11h00 - 12h00<br>Atelier Yoga - Rive<br>14h00 - 15h15<br>Français Niv 1<br>14h30 - 15h30<br>Gym - MQ Acacias<br>15h40 - 16h50<br>Thé & Compagnie                                                                                     | <b>13 octobre</b><br>10h15-11h45<br>Français Niv 1<br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>13h45 - 14h45<br>Atelier Yoga - Rive<br>14h30-15h<br><b>Païement B.Cressy 7.-</b><br>15h00-16h15<br>Français Niv 2 | <b>14 octobre</b><br>9h30-11h00<br>Français Niv 4<br>Cité Seniors<br>Rue de Lausanne 62<br>14h00-15h00<br>Gym-rue Bautte 10<br>16h00-17h00<br>Atelier Yoga - Rive                                      | <b>15 octobre</b><br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>14h30-15h<br><b>Païement B.Cressy 7.-</b><br>15h00 - 16h30<br>Français Niv 3 | <b>16 octobre</b><br>Bains de Cressy<br>8h00-12h00<br>Salle B<br>9h50-13h00<br>Bains de Cressy<br><b>Inscription indispensable</b><br>9h00-10h30<br>Formation numérique<br><b>Ins. Indispensable</b> |
| <b>19 octobre</b>                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>20 octobre</b>                                                                                                                                                                                           | <b>21 octobre</b>                                                                                                                                                                                      | <b>22 octobre</b>                                                                                                                    | <b>23 octobre</b>                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                      |
| <b>26 octobre</b><br>10h00-11h00<br>Gym - Plainpalais<br>11h00 - 12h00<br>Atelier Yoga - Rive<br>14h00 - 15h15<br>Français Niv 1<br>14h30 - 15h30<br>Gym - MQ Acacias<br>15h40 - 16h50<br>Thé & Compagnie  | <b>27 octobre</b><br>10h15-11h45<br>Français Niv 1<br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>13h45 - 14h45<br>Atelier Yoga - Rive<br>15h00-16h15<br>Français Niv 2                                              | <b>28 octobre</b><br>9h30-11h00<br>Français Niv 4<br>Cité Seniors<br>Rue de Lausanne 62<br>14h00-15h00<br>Gym-rue Bautte 10<br>16h00-17h00<br>Atelier Yoga - Rive                                      | <b>29 octobre</b><br>13h15 - 14h30<br>Français Niv 1<br>15h00 - 16h30<br>Français Niv 3                                              | <b>30 octobre</b><br>10h30-12h<br>Formation numérique<br><b>Inscription indispensable</b><br>14h15 - 16h15<br>Salle B<br>Visite MEG<br><b>Inscription indispensable</b>                              |