Hospice Général

CAD – Centre d’animation pour retraités

Groupe Marchons ô Vert -----

Programme des balades à pied

de toute l’année 2018

Les organisateurs(trices): Gérald BERLIE, Pierre MAURICE, Erika VALLETTA, Martine BLATTNER, Armelle CATENAZZI et Francine FEDERIGHI se réjouissent de savourer avec vous les beautés de la nature dans une ambiance détendue et conviviale.

Inscriptions : téléphoner à l’organisateur/trice (voir programme) ou au CAD : 022 4204280

Caractéristiques des balades

- Au début de la balade, l’organisateur demandera aux nouveaux(elles) participants(es)

 le numéro de téléphone et l’adresse si possible électronique afin de compléter le fichier

 de contact.

- Les balades sont gratuites. En revanche, le déplacement en transport public ou privé

 et les consommations au café ou au restaurant sont à la charge de chacun(e), y

 compris les repas annoncés dans le programme.

- Les personnes qui se rendent en véhicule particulier au départ de la balade assument elles

 seules le retour pour le récupérer, sous leur propre responsabilité.

- Chacun(e) est censé(e) être déjà assuré(e) en cas d’accident.

- Nos amis les chiens sont les bienvenus.

- Les balades ont parfois aussi leur côté gastronomique : pique-nique ou restaurant au milieu ou

 à la fin de la randonnée.

- La durée des balades correspond à la marche effective ; elle est, bien entendu, approximative, et n’inclut

 pas les arrêts. Base de calcul : des pas moyens, à une vitesse moyenne entre 3,5 et 4 km./h.

 Les balades ne sont en aucun cas une compétition, mais un moment de plaisir où l’on combine sport ,

 jouissance des coups d’œil et enrichissement culturel.

Recommandations

- Prendre suffisamment d’eau potable ainsi que de quoi tromper la faim (fruits, biscuits, cacahuètes, etc.)

- Prendre des lunettes de soleil, de la crème solaire, un chapeau ou une casquette, un

 imperméable léger et pliable, ainsi que du papier hygiénique.

- Par temps sec, chausser des baskets ou des chaussures confortables. Les sandales sont

 agréables, mais attention aux tiques. Et par temps humide, en terrain boueux (chemins en

 terre battue, champs, sous-bois), des souliers de montagne ou des bottes en caoutchouc.

 - Un sac à dos est vivement conseillé afin d’avoir les mains libres.

- Libre à chacun(e) d’utiliser des bâtons de marche, à moins que l’organisateur/trice ne les recommande.

**dès la page 2 : le programme proprement dit**

- 2 -

Samedi 3 mars : Hermance – le long de l’Hermance – Chevrens et retour (une boucle).

 **Durée approx. : 3 heures**

 Abonnement UNIRESO valable

 Repas de midi tiré du sac

 Rendez-vous à Rive, arrêt du bus E, à 8h.55. Départ du bus : 9h.05.

 Retour : à Hermance, bus E pour Rive toutes les 20 minutes

 ORGANISATEUR : Pierre MAURICE, tél. 079 7847341

Dimanche 18 mars Bout-du-Monde. **Durée : 2h. à 2h. 30.**

Possibilité d’abandon : Pont - Sierne, bus 8 toutes les 11 à 12 min.

Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi

 Rendez-vous : Terminus “Bout-du-Monde“ du bus 11, à 14h.

 Retour : bus 8, toutes les 11 à 12 minutes.

 ORGANISATRICE : Erika VALLETTA, tél. 022 3450992 et

 076 3850992

Samedi 24 mars : En raison d’un concours de dressage de chevaux du vendredi 23 au

 dimanche 25 mars à Evordes, le restaurant pour la raclette aurait

 trop de monde à servir, de sorte que cette balade est reportée au

 samedi 21 avril.

 **Mais** le samedi 24 mars , au lieu de raclette ce sont des rösti à

 Bardonnex. Tél. du restaurant Babel : 022 771 04 03.

 La Drize – Bois d’Humilly – Charrot - Bardonnex. **Durée approx. :**

 **3 heures.**

Abonnement UNIRESO valable

 Possibilité d’abandon : à Charrot, bus 46, un bus par heure aux 22.

 Retour : Bardonnex, bus 46, un bus par heure aux 20.

 Repas de midi : rösti au restaurant Babel, à Bardonnex (tél. 022

 771 04 03)

 Inscriptions jusqu’au mardi 20 mars au CAD. Tél. 022 4204280

 ou à Pierre MAURICE 079 7847341.

 Rendez-vous à l’arrêt “de Staël“ du tram 12, à 10h.00.

 ORGANISATEUR : Pierre MAURICE, tél. 079 7847341.

- 3 -

Dimanche 15 avril Valavran – Genthod Gare **Durée : 2h. à 2h.30.**

 Possibilité d’abandon : Genthod Village, bus V pour Cornavin, un

 par heure aux 50.

 Difficulté : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi.

 Rendez-vous : Gare Cornavin, arrêt du bus V, à 13h.45.

 Retour : bus V, toutes les heures aux 55.

 ou train, toutes les heures aux 45.

 ORGANISATRICE : Erika VALLETTA, tél. 022 3450992 et 076

 076 3850992

Samedi 21 avril C’est la raclette reportée du 24 mars au 21 avril comme expliqué

 plus haut (voir 24 mars).

 La Drize – Troinex – Evordes – Croix-de-Rozon. **Durée approx. 3h.**

 Possibilité d’abandon : à Troinex, bus 45 à 11h.23, 11h.57, 12h.32,

 etc.

 Retour : Croix-de-Rozon, bus 44 à 13h.20, 13h.55, 14h.30, et ainsi

 De suite toutes les 30 à 35 minutes.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Rendez-vous : arrêt “De Staël“ du tram 12, à 10h.

 Inscriptions jusqu’au mercredi 18 avril auprès de Pierre MAURICE :

 tél. 079 7847341.

Samedi 28 avril Du Foron à l’Arve **Durée : 3h.**

Possibilité d’abandon : arrêt “Pont-Sierne “ du bus 8 (8 à 9 min.)

 Difficulté : aucune

 Abonnement UNIRESO valable.

 Repas de midi tiré du sac.

 Rendez-vous : Arrêt “Peillonnex“ du tram 12 à Chêne-Bourg, à 10h.

 Retour : bus 11 et bus 21 (chaque ligne toutes les 12 à 15 minutes)

 ORGANISATEUR : Gérald BERLIE, tél. 079 3332106

- 4 -

Dimanche 6 mai Une journée au Locle (NE) et environs.

 Réserve naturelle, arbres centenaires. Une demi-heure de bus pour

 arriver dans une forêt.

 Rendez-vous : Gare Cornavin, devant la Migros, à 9h.

 Départ du train : 9h.15

 Arrivée à Neuchâtel : 10h.24

 Départ de Neuchâtel ; 11h.

 Arrivée au Locle : 11h.39

 Repas de midi tiré du sac ou au restaurant, selon la météo.

 ORGANISATRICE : Martine BLATTNER, tél. 079 2038435

Dimanche 13 mai Perly – Soral **Durée : 2h.à 2h.30.**

 Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi

 Rendez-vous : Arrêt “Stand“ du bus D à 13h.30 ou Perly-Douane

 à 14h.

 Retour : bus L, toutes les heures aux 15 pour Bernex (tram 14).

 ORGANISATEUR : Erika VALLETTA, tél. 022 3450992 et

 076 3850992

Samedi 9 juin : Dardagny Château - une boucle dans la région et retour au

 point de départ. Goudron et chemins forestiers.

 Beau panorama sur les Alpes. **Durée approx. 3h.30**

Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable

 Repas de midi tiré du sac

 Rendez-vous : 9h.35, gare Cornavin, voie 5 (train à 9h.44).

 Retour : à Dardagny bus P, un par heure aux 02 pour La Plaine.

 à La Plaine, train toutes les 30 minutes pour Genève.

 ORGANISATRICE: Armelle CATENAZZI, tél. 076 5736490

Samedi 16 juin : Petite Grave-Moulin de Vert-Petite Grave (une boucle). **Durée : 3h.**

Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Repas de midi tiré du sac.

 Rendez-vous : 9h.45, arrêt Petite-Grave du bus J.

 Bus J à 9h.32, à l’arrêt “Onex Salle Communale“  du tram 14.

 Retour : Petite-Grave, bus J toutes les 30 minutes aux 26 et 56..

 ORGANISATEUR: Gérald BERLIE, tél. 079 3332106

- 5 -

Samedi 18 août : Divonne - Mont Mourex – Divonne, env. 10km.  **Durée approx. : 3h30**

 Joli panorama sur le lac Léman et la chaîne des Alpes !

 Difficulté(s) . chemins forestiers

 Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable + billet raccordement (2 x CHF 4,80).

 Repas de midi tiré du sac.

 Rendez-vous : Gare Cornavin voie 6, à 8h.10. Départ du train : 8h.19.

 Retour : Divonne : bus pour Coppet, toutes les heures aux 04

 à Coppet, train pour Genève, toutes les 30 min., aux 03 et 33.

 ORGANISATRICE : Armelle CATENAZZI, tél. 076 5736490

Samedi 15 septembre : Crêtes du Salève. **Durée approx. : 3 heures.**

Difficultés : aucune.

 Possibilités d’abandon : aucune.

Abonnement UNIRESO valable.

 Prix du téléphérique aller-retour sans abonnement TPG : € 11,80

 avec abonnement TPG : € 6,30

 Repas de midi tiré du sac : facultatif

 ou Auberge des Montagnards à la Croisette

 Retour : téléphérique et bus, fréquent à Veyrier (3 ou 4 par heure)

Rendez-vous : Gare Cornavin : arrêt du bus 8, direction Veyrier-

 Douane, à 9h.25. Départ du bus 9h.36.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

ORGANISATRICE : Francine Federighi, tél. 022 7964270 (répondeur)

Dimanche 23 septembre : Erika Cartigny – La Plaine. **Durée approx. : 2h. à 2h.30.**

Possibilités d’abandon :

 1) Eaumorte-Hameau Bus J : un par heure aux 06 Bus K : un par heure aux 40

 2) Avully, bus K , un par heure aux 38

 Tous ces bus, tant J que K, passent par P+R Bernex (tram 14)

 Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi

 Retour : La Plaine : train pour Cornavin, un par heure aux 15

Rendez-vous : 13h.30, arrêt “P+R Bernex“ du bus J.

 ORGANISATRICE : Erika VALLETTA tél. 022 3450992 et

 076 3850992

- 6 -

Samedi 29 septembre : Le lignon (terminus “Lignon-Tours“ bus 7 et 9) – Les Evaux –

 Loëx – Bord du Rhône – Le Lignon. **Durée approx. : 3h.**

 Possibilité d’abandon : Loëx, bus 43, toutes les 30 minutes aux

 27 et 57 pour Onex (tram 14) et Grand-Lancy (tram 15)

 Abonnement UNIRESO valable

 Repas de midi tiré du sac.

 Retour : Le Lignon, bus 7 et 9 fréquents.

 Rendez-vous : Le Lignon (terminus “Lignon-Tours“) bus 7 et 9,

 à 10h.

 ORGANISATEUR : Gérald BERLIE, tél. 079 3332106

Samedi 6 octobre : Les bords du Rhône. Bois de la Bâtie, Aire-la-Ville. **Durée approx. 3h.**

Difficultés : aucune.

Possibilités d’abandon : aucune.

Abonnement UNIRESO valable.

Pas de repas de midi.

Retour : Bus S à Aire-la Ville pour P+R Bernex (tram)

 de 12h.à 18h., un par demi-heure aux 09 et 39.

 ou à Aire-la-Ville pour Satigny (train pour Cornavin)

 de 12h. à 19h., un par demi-heure aux 11 et 41.

Rendez-vous : 10h., cimetière de St. Georges

ORGANISATRICE : Francine Federighi, tél. 022 7964270 (répondeur)

Lundi 8 octobre : Visite guidée : Fontaine de l’Escalade – Vieille Ville – Bourg-de-Four

 (Ville Haute) et retour à la Fontaine de l’Escalade.

 Pas de repas de midi.

 Rendez-vous : Fontaine de l’Escalade (près de l’arrêt “Bel-Air“

 du tram 12) à 14h.30.

 ORGANISATEUR : Gérald BERLIE, tél. 079 3332106

- 7 -

Samedi 13 octobre : Satigny – Peissy – Les Granges (pro Natura) – le Roulavaz –

 Dardagny – La Plaine. **Durée approx. 4h. et demie.**

 Difficultés : longue course, quelques montées, descente sur

 La Plaine.

 Possibilités d’abandon :

 - Les Granges, bus P, arrêt “ Malval Centre Nature“

 Un bus par heure aux 52 pour La Plaine (train)

 Un bus par heure aux 26 pour Russin (train)

* Dardagny, bus P, , arrêt “Dardagny

Un bus par heure aux 02 pour La Plaine (train)

Un bus par heure aux 16 pour Russin (train)

 Abonnement UNIRESO valable

 Repas de midi tiré du sac

 Retour : La Plaine, train toutes les 30 minutes, aux 15 et 45.

 Rendez-vous à 9h.00 à l’entrée de la Migros de la Gare Cornavin.

 Départ du train pour Satigny : 9h.12.

ORGANISATEUR : Pierre MAURICE, tél. 079 7847341

Dimanche 21 octobre : Vernier – Loëx – Onex. **Durée approx. 3 heures.**

 Difficulté : aucune.

 Possibilité d’abandon : Loëx, bus 43, toutes les 30 minutes,

 aux 27 et aux 57

 Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi

 Retour : Onex, tram 14.

 Rendez-vous : 13h30, arrêt “Gare Cornavin“ des bus 6 et 19.

 ORGANISATRICE : Erika VALLETTA tél. 022 3450992 et

 076 3850992

Samedi 27 octobre : Sauverny – Tour de la Versoix – Pont de Grilly (F/CH) –

 Sauverny  **Durée approx. 3h**

 Difficulté : aucune

 Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Repas de midi tiré du sac

 Retour bus U à Sauverny : bus U pour Versoix-Gare, un par heure

 jusqu’à 15h. aux 26, dès 16h. aux 44.

 Rendez-vous :10h.15 à Sauverny, arrêt “Sauverny-Douane“ du bus U.

 Pour s’y rendre : train à 9h.31 à Cornavin.

 Arrivée à Versoix : 9h.46.

 Départ de Versoix, bus U, 10h04

 Arrivée à Sauverny-Douane, 10h.13

 ORGANISATEUR : Gérald BERLIE, tél. 079 3332106

- 8 -

Samedi 10 novembre : Genthod – La Versoix – Etang des Douves – Collex.

 **Durée approx. 4h.30.**

Difficultés : chemins boueux, quelques petites montées.

 Possibilités d’abandon : entre Genthod et la Versoix,

 bus V aux arrêts “Malagny “ un par heure aux 49

 “La Pralay“ un par heure aux 50

 “Genthod-Village“, un par heure aux 51

 Abonnement UNIRESO valable

 Repas de midi tiré du sac

 Retour : bus U à Collex : bus Z pour Cornavin, un par heure

 aux 17 et aux 47.

ORGANISATEUR : Pierre MAURICE, tél. 079 7847341

Dimanche 25 novembre : Bord du Rhône : Jonction-Loëx. **Durée approx. 3 heures.**

Difficultés : des montées et des descentes.

 Possibilité d’abandon : aucune.

 Abonnement UNIRESO valable.

 Pas de repas de midi.

 Rendez-vous : 13h.30, arrêt “Jonction“ du tram 14.

 ORGANISATRICE : Erika VALLETTA tél. 022 3450992 et

 076 3850992

Samedi 1er décembre : Fondue de fin d’année. Une circulaire vous sera envoyée avant

 le 20 novembre 2018.