

Cours et ateliers

2025 – 2026



www.plan-les-ouates.ch/lajulienne

La julienne,
Plan-les-Ouates

Mouvement

3 – 4 ans **Éveil et initiation à la danse classique**

Mardi 16h20 – 17h05
L'Atelier Danse – Gaëlle Franel-Lador
info@latelierdanse.com
+41 76 564 79 73
CHF 395.- / semestre
-15% habitants PLO le 1^{er} semestre

3 – 8 ans **Dances latines**

Jeudi 16h45 – 17h15 (3–5 ans)
Jeudi 17h15 – 17h45 (6–8 ans)
Salsa Style Genève
info@salsastyle.ch | +41 79 153 60 53
CHF 500.- / an (rabais de 50% pour le 2^{ème} enfant et gratuit pour le 3^{ème} enfant de la même famille). Poss. de payer en plusieurs fois.

Parent-enfant dès 5 ans **Dimanches aux rythmes de l'Afrique de l'Ouest**

Dimanches 10h30 – 11h30
7.09, 5.10, 2.11 et 7.12.2025
11.01, 8.02, 8.03, 22.03, 3.05 et 7.06.2026
Association Sini-Yiri
info@sini-yiri.org | +41 77 501 21 06
CHF 25.- / atelier (1 enfant avec 1 accompagnant), CHF 5.- par enfant suppl. et CHF 10.- par adulte suppl.

5 – 6 ans **Danse classique 1**

Mardi 17h05 – 18h05
L'Atelier Danse – Gaëlle Franel-Lador
info@latelierdanse.com
+41 76 564 79 73
CHF 500.- / semestre
-15% habitants PLO le 1^{er} semestre

Dès 6 ans **Break Dance**

Vendredi 17h – 18h (débutant)
Vendredi 18h – 19h (intermédiaire)
Association RSM
Moussa Coulibaly et Marta Luzio
schoolandance.plo@gmail.com
+41 78 909 79 32 (Moussa)
+41 78 708 12 28 (Marta)
CHF 284.- / trimestre
CHF 425.- / semestre
CHF 850.- / an, CHF 800.- (réduit)

7 – 10 ans **Danse classique (débutant 1 et 2)**

Mercredi 12h15 – 13h15 (7–8 ans)
Mercredi 15h15 – 16h15 (9–10 ans)
Studio 36 – Sarah Delamarre
secretariat@studio36danse.ch
+41 76 366 18 52
CHF 70.- / mois

8 – 11 ans **Modern jazz (enfants)**

Mercredi 16h15 – 17h15
Studio 36 – Sarah Delamarre
secretariat@studio36danse.ch
+41 76 366 18 52
CHF 70.- / mois

Dès 12 ans **Modern jazz**

Mercredi 17h15 – 18h30 (12–15 ans)
Mercredi 18h30 – 19h45 (dès 16 ans)
Studio 36 – Sarah Delamarre
secretariat@studio36danse.ch
+41 76 366 18 52
CHF 85.- / mois

Dès 16 ans **Nia – Danse**

Jeudi 18h15 – 19h15
Samedi 11h15 – 12h15 et 12h30 – 13h30
Nathalie Le Cann
nathalielecan@gmail.com
+33 6 42 76 44 57
CHF 28.- / cours
CHF 270.- / carte de 12 cours
Cours découverte offert

Ados (accompagnés d'un parent) / **Adultes West Coast Swing**

Jeudi 19h30 – 20h30 (débutant)
Jeudi 20h30 – 21h30 (intermédiaire/avancé)
Jeudi 21h30 – 22h30 (avancé compétitions)
Crazy Arts Studios
crazyartsstudios@gmail.com
+41 77 468 24 63
CHF 320.- / semestre, CHF 300.- (étudiants)
CHF 580.- / an, CHF 560.- (étudiants)
CHF 220.- / carte de 10 cours

Adultes **Danse classique (débutant)**

Jeudi 12h – 13h
Studio 36 – Sarah Delamarre
secretariat@studio36danse.ch
+41 76 366 18 52
CHF 70.- / mois

Adultes **Danse Flow**

Mardi 8h45 – 10h15
Nathalie Jaggi
njaggi@bluewin.ch | +41 78 661 79 58
CHF 25.- / cours
CHF 230.- / 10 cours

Adultes **Melody Fit**

Lundi 10h – 11h et Jeudi 8h45 – 9h45
Florence Barras
florenceb@moove2bfit.com
+41 79 204 16 53
CHF 15.- / cours, CHF 13.- (AVS)

Adultes **O'dance In Line**

Lundi 16h – 17h (intermédiaire)
Mardi 15h15 – 16h15 (débutant)
Aude Payot
danseavecmaude@gmail.com
+41 79 697 19 29
CHF 50.- / mois
CHF 140.- / trimestre
CHF 400.- / an

Adultes **Zumba**

Vendredi 12h30 – 13h30
Carlos Navarro
kr_lito_nc@hotmail.com
+41 79 630 95 47
CHF 15.- / cours
CHF 120.- / 10 cours consécutifs

Adultes / Séniors **Dances de salon***

Jeudi 14h15 – 15h15
Jouliandance – Joulia Egli
jouliaballroom@gmail.com | +41 76 690 31 46
CHF 200.- / carte de 10 leçons
CHF 240.- / trimestre
CHF 600.- / an
-10% AVS et habitants PLO (cours reconnu par les assurances complémentaires)

Adultes / Séniors **Lindy Hop***

Jeudi 15h30 – 16h30
Jouliandance – Joulia Egli
jouliaballroom@gmail.com | +41 76 690 31 46
CHF 200.- / carte de 10 leçons
CHF 240.- / trimestre
CHF 600.- / an
-10% AVS et habitants PLO (cours reconnu par les assurances complémentaires)

Adultes / Séniors **Salsa & Bachata**

Vendredi 19h15 – 20h15 et 20h30 – 21h30 (Adultes)
14h – 15h (Séniors)
Salsa Style Genève
info@salsastyle.ch | +41 79 153 60 53
CHF 300.- / 3 mois
CHF 750.- / an, CHF 500.- (séniors)
Poss. de payer en plusieurs fois

Adultes / Séniors **Danse Rythmique**

Tambos 10h – 13h
21.09, 12.10, 16.11 et 14.12.2025
18.01, 15.02, 15.03, 26.04, 31.05, 21.06.2026
Viviane Grandjean
vgrandjean@bluewin.ch | +41 79 659 89 79
CHF 45.- / séance
(pause gourmande incluse)

Adultes / Séniors **Tango argentin**

Lundi 12h30 – 13h30
Marianne Kuusipalo et Mauricio Borgarello
marianne.kuusipalo@gmail.com
+41 76 275 20 06
CHF 25.- / cours
CHF 200.- / 10 cours
CHF 650.- / an
Réduction AVS 50%

Séniors **Danse et gymnastique**

Lundi 14h – 15h et 15h – 16h
Pro Senectute – Susanne Magnin
activites@ge.prosenectute.ch
susanne.magnin@bluewin.ch
+41 22 345 06 77 | +41 79 715 14 60
CHF 352.- / an (cours reconnu par les assurances complémentaires)

Séniors **Rythmique Institut Jaques-Dalcroze**

Vendredi 10h30 – 11h20 et 11h30 – 12h20
Institut Jaques-Dalcroze
Amelia Combarros
info-seniors@dalcroze.ch
+41 22 718 37 64 (Juliette Pont)
CHF 690.- / an (soutien financier possible)

Rendez-vous ludiques, numériques et gastronomiques

4 – 6 ans **Introduction à la programmation***

Mardi 16h45 – 17h45
Annex-e
info@annex-e.ch | +41 79 801 45 60
CHF 300.- / trimestre

5 – 14 ans **Robotique**

Mercredi 13h30 – 15h
Futurekids
info@futurekids.io | +41 21 6014 27
CHF 325.- / 10 cours ou CHF 750.- / 30 cours, CHF 295.- / 10 cours ou CHF 695.- / 30 cours avant le 24 août
-20% habitants de PLO et revenus modestes

8 – 14 ans **Programmation Roblox***

Mercredi 15h15 – 16h45
Futurekids
info@futurekids.io | +41 21 6014 27
CHF 325.- / 10 cours ou CHF 750.- / 30 cours, CHF 295.- / 10 cours ou CHF 695.- / 30 cours avant le 24 août
-20% habitants de PLO et revenus modestes

10 – 16 ans **L'intelligence artificielle***

Mardi 18h – 19h
Annex-e
info@annex-e.ch | +41 79 801 45 60
CHF 300.- / trimestre

12 – 16 ans **Création d'applications mobiles***

Jeudi 17h15 – 18h45
Annex-e
info@annex-e.ch | +41 79 801 45 60
CHF 350.- / trimestre

Dès 16 ans **Cultures en cuisine : Japon, Espagne et Amérique latine**

Samedis 9h30 – 13h30
Japon : 15.11, 22.11 et 29.11.2025 et 07, 14 et 21.03.2026
Amérique latine : 14.02.2026
Espagne : 11.10.2025
Fondation (culture&rencontre)
info@culture-rencontre.ch
+41 22 388 43 66
Japon (3 dates) : CHF 245.-, CHF 160.- (réduit) + CHF 75.- participation denrées
Amérique latine et Espagne (1 date) : CHF 82.-, CHF 55.- (réduit) + CHF 25.- participation denrées

Ados / Adultes **Soirées jeux**

Vendredis 20h – 1h
(dates sur www.joca.ch)
Association Joca – Patrick Planchamp
contact@joca.ch
+41 76 378 74 72
Gratuit

Adultes / Séniors **Atelier cuisine**

Jeudi 18h30 – 20h
25.09, 30.10 et 4.12.2025 / 22.01, 12.02, 12.03, 30.04, 28.05 et 25.06.2026
Nutri & Santé – Melina Sava
melina@nutri-et-sante.ch
+41 79 767 54 95
CHF 19.- / atelier

Musique et chant

0 – 5 ans **Éveil musical – Music together®**

Vendredi 17h – 18h
Anna Homère
contact@music-o-mere.ch
+41 78 646 83 06
CHF 300.- / trimestre (album de chansons, CD et App «Music Together» inclus)
CHF 80.- / trimestre (2^{ème} enfant de la fratrie)

1 – 4 ans **Éveil musical – La Bulle d'Air**

Mercredi 9h – 9h50 (1–2 ans)
Mercredi 10h – 10h50 (2–3 ans)
Mercredi 11h – 11h50 (3–4 ans)
La Bulle d'Air
labulle@labulledair.ch | +41 22 788 36 22
CHF 983.- / an, CHF 963.- pour habitants PLO (autres rabais non cumulables) : 5% fratric et 10% revenus modestes)

Parent-enfant dès 5 ans **Dimanches aux rythmes de l'Afrique de l'Ouest**

Dimanches 10h30 – 11h30
7.09, 5.10, 2.11 et 7.12.2025
11.01, 8.02, 8.03, 22.03, 3.05 et 7.06.2026
Association Sini-Yiri
info@sini-yiri.org | +41 77 501 21 06
CHF 25.- / atelier (1 enfant avec 1 parent accompagnant), CHF 5.- par enfant suppl. et CHF 10.- par adulte suppl.

Dès 6 ans **Piano pour débutants**

Lundi, mardi et jeudi 9h – 14h (à convenir)
Ismaël Kuidé | Ismaelk@hotmail.ch
+41 79 959 22 69
CHF 192.- / mois / 30 min.
CHF 320.- / mois / 60 min.

Dès 10 ans **Jazz découverte**

Tous les jours
10h – 12h / 15h – 18h (à convenir)
Françoise von Arx
fvax@bluewin.ch | +41 22 794 10 32
CHF 200.- / 4 cours

Dès 12 ans **Chant individuel – Pose de voix – Improvisation**

Jeudi 9h – 22h (à convenir)
Njila dos Santos Pinto
n@njila.net | +41 76 505 47 33
CHF 80.- / 50 min., CHF 60.- à 75.- (AVS, étudiants, ados et habitants de PLO)
CHF 275.- à 375.- / 5 cours dans l'année + frais liés aux droits d'auteur (env. CHF 1.50 par chanson)
Cours d'essai de 30 min. gratuit.
Accepte les Lémons.

Dès 12 ans **Chant lyrique**

Samedis 9h – 15h30
Amira Scope
amira.scope@gmail.com
+41 78 768 52 68
CHF 550.- / 10 cours de 40 min.,
CHF 500.- (réduit)

Dès 12 ans **Création et composition de musique électronique**

Lundi, mardi et jeudi 20h – 21h
Yorick-Yann Hossfeld
yorickhossfeld@gmail.com
+41 78 725 15 44
CHF 150.- / mois
+ CHF 30.- frais d'inscription annuel

Enfants / Ados **Piano – Institut Jaques-Dalcroze**

Lundi, mardi et jeudi 14h – 20h
Mercredi 10h30 – 18h00
Vendredi 11h30 – 20h (à convenir)
Institut Jaques-Dalcroze
anne.coppex@dalcroze.ch
+41 22 718 37 62
Voir le site www.dalcroze.ch

Enfants / Adultes **Piano et solfège**

Lundi, mardi et jeudi 9h – 14h (à convenir)
Maud Thiebaut
maud-thiebaut@hotmail.fr
+41 79 458 79 81
CHF 175.- / mois, CHF 155.- (réduit)

Dès 14 ans **Guitare – Tango et folklore d'Argentine**

Lundi 9h – 13h30 et vendredi 15h – 22h
Pedro Ratto | pedroratto@hotmail.com
+41 77 410 62 53
CHF 240.- / mois (en individuel),
CHF 220.- (réduit)
CHF 320.- / mois (2 à 4 pers.),
CHF 300.- (réduit)

Dès 14 ans **Production MAO (musique assistée par ordinateur)**

Lundi, mardi, jeudi et samedi 15h – 22h (à convenir)
Fabien Legros
fabienlegros@hotmail.com
+41 79 307 91 10
CHF 60.- / heure

Dès 15 ans **Tango instrumental**

Mardi 20h15 – 22h
Roberto Sawicki
roberto.sawicki@orchestre-lancy.ch
+41 77 444 86 37
CHF 20.- / cours

Dès 16 ans **Les Chants de la Terre – Chorale multiculturelle**

Vendredi 19h – 20h30
Association Les Chants de la Terre
Nicole Hauser
nicolehauser@yahoo.com
+41 77 983 99 90
CHF 20.- / an de cotisation

Dès 16 ans **Soirée workshop chant CVT**

Jeudi (dates à définir et sur demande)
19h – 21h30
Njila dos Santos Pinto
n@njila.net | +41 76 505 47 33
CHF 80.- à CHF 100.- / soirée,
en fonction du nombre de participants

Dès 16 ans **Sound Night***

Jeudis 19h – 21h
18.09, 16.10, 27.11, 18.12.2025
15.01, 19.02, 19.03, 23.04, 21.05 et 18.06.2026
Chantal Häberli et Njila dos Santos Pinto
chantalhaeberli@yahoo.com | n@njila.net
+41 78 774 04 20 | +41 76 505 47 33
CHF 40.- / séance, CHF 35.- habitants PLO

Dès 18 ans **Chant individuel lyrique ou moderne**

Mercredi 18h15 – 22h (à convenir)
Charlotte De Groot
+41 76 675 38 30
CHF 192.- / heure,
CHF 60.- (étudiants et habitants de PLO)

Adultes **Atelier vocal – Libérer la voix et chanter**

Samedis 14h – 18h
20.09, 11.10, 15.11, 13.12.2025
17.01, 14.02, 14.03, 25.04, 9.05 et 6.06.2026
Esther Knappe
esther.knappe@bluewin.ch
+41 76 328 13 87
CHF 70.- / atelier, CHF 170.- / 3 ateliers

Tout public **Alto**

Lundi et mardi 14h – 20h (à convenir)
Conservatoire Populaire
administration@conservatoirepopulaire.ch
+41 22 329 67 22
Voir le site www.conservatoirepopulaire.ch

Tout public **Atelier Piano 4 mains***

Samedi 13h – 17h
Sandrine Pertin
sandrine.pertin@yahoo.fr
+33 649 43 15 91
CHF 300.- / trimestre

Tout public **Batterie**

Lundi, Mardi et Jeudi 14h – 21h
Samedi 9h30 – 13h (à convenir)
Yorick-Yann Hossfeld
yorickhossfeld@gmail.com
+41 78 725 15 44
CHF 165.- à CHF 250.- / mois
(cours solo ou duo de 45 min. ou 60 min.)

Tout public **Coaching vocal rock/blues et tous styles**

Mercredi 9h – 22h
Vendredi 12h – 22h (à convenir)
Sophie Martin
sloffiemusic@gmail.com | +41 76 313 01 93
CHF 70.- / heure (tarif dégressif selon le forfait choisi et habitants de PLO)

Tout public **Composition & Harmonie**

Mardi & Vendredi (à convenir)
Jeremy Gras
jeremygras@hotmail.com
+41 78 954 40 23
CHF 40.- / 30 min
CHF 56.- / 45 min
CHF 70.- / 60 min

Tout public **Bec à bec**

Mercredi 9h – 20h (à convenir)
Conservatoire Populaire
administration@conservatoirepopulaire.ch
+41 22 329 67 22
Voir le site www.conservatoirepopulaire.ch

Tout public **Flûte traversière**

Lundi, Mardi et Jeudi 9h – 14h (à convenir)
Ismaël Kuidé
Ismaelk@hotmail.ch | +41 79 959 22 69
CHF 192.- / mois / 30 min.
CHF 320.- / mois / 60 min.

Tout public **Guitare**

Lundi 15h – 20h30 (à convenir)
Conservatoire Populaire
administration@conservatoirepopulaire.ch
+41 22 329 67 22
Voir le site www.conservatoirepopulaire.ch

Tout public **Guitare électrique et/ou acoustique & Ukulélé**

Mardi & Vendredi (à convenir)
Jeremy Gras
jeremygras@hotmail.com
+41 78 954 40 23
CHF 40.- / 30 min
CHF 56.- / 45 min
CHF 70.- / 60 min

Tout public **Guitare et coaching de groupes**

Mercredi 9h – 22h
Vendredi 12h – 22h (à convenir)
Stéphane Monney
steph.monney@geneva-link.ch
+41 76 567 92 48
CHF 70.- / heure (tarif dégressif selon le forfait choisi et habitants de PLO)

Tout public **Saxophone**

Lundi, Mardi et Jeudi 9h – 14h (à convenir)
Ismaël Kuidé
Ismaelk@hotmail.ch | +41 79 959 22 69
CHF 192.- / mois / 30 min.
CHF 320.- / mois / 60 min.

* Nouveau cours

Théâtre, langues, écriture & arts de la parole

1 – 5 ans **Anglais «Storytime»**

Mardi 9h30 – 10h45 et Jeudi 10h15 – 11h10
Storytime Geneva – Marina Ruiz
storytimegeneva@gmail.com
+41 79 517 52 30
CHF 280.- / trimestre, -10% pour les fratries

4 – 19 ans **Anglais**

Lundi, Mardi et Vendredi 16h30 – 19h30
Mercredi 8h – 13h15 et 15h45 – 17h45
(selon âge et niveau)
Association ALPE – Mireille Burnier
info@alpe-langues.com | +41 22 755 21 11
CHF 280.- / trimestre (matériel non inclus)
+ CHF 50.- d'inscription la 1^{ère} année

5 – 14 ans **Atelier d'anglais***

Jeudi 11h45 – 13h15
Storytime Geneva – Marina Ruiz
storytimegeneva@gmail.com
+41 79 517 52 30
CHF 300.- / trimestre, -10% pour les fratries

8 – 13 ans **Théâtre**

Mercredi 13h30 – 15h
Association La Gamine – Mariama Sylla
ateliers@lagamine.ch | +41 76 615 66 85
CHF 760.- / an

Dès 12 ans **Chinois**

Mardi 19h15 – 20h15
Valérie Hui Gigon-Wu
lettres@sunrise.ch | +41 76 329 71 09
CHF 300.- / trimestre
CHF 220.- (AVS)
CHF 200.- (-10 ans)

12 – 18 ans **Atelier d'écriture de littérature urbaine***

Samedis 11h – 12h30
4.10, 1.11 et 6.12.2025
10.01, 7.02, 7.03, 18.04, 9.05 et 6.06.2026
Coqs urbains – Corentin Leroux
coqsurbains@gmail.com
+33 788 69 83 14
CHF 12.- / atelier

Ados **Théâtre de Tohu Wa Bohu**

Lundi 17h15 – 19h15
Myriam Boucric
compagnietohuwabohu@gmail.com
+41 78 911 54 04
CHF 790.- / an

Dès 15 ans **Atelier d'écriture intuitive**

Lundi 19h45 – 21h15
Nathalie Le Cann
nathalielecan6@gmail.com
+33 642 76 44 57
CHF 250.- / trimestre

Ados / Adultes **Initiation à l'art du conte**

Samedis et Dimanches 10h – 17h
1^{er} et 2.11.2025 / 24 et 25.01.2026
Lorette Andersen
noteslorette@icloud.com
info.coquelicot@sunrise.ch
+41 76 570 68 72
CHF 420.- / stage

Ados / Adultes **Interprétation théâtrale**

Lundi 19h30 – 22h
Philippe Lüscher
ph.luscher@bluewin.ch
+41 78 894 66 25
CHF 100.- / mois

16 – 86 ans **Atelier de théâtre**

Mardi 20h15 – 22h15
Théâtre Marathon – Richard Gauteron
gauteronrichard@gmail.com
+41 79 621 58 04
Atelier (oct.–déc.) :
CHF 300.- / trimestre, CHF 100.- / mois
Prép. spectacle annuel (janv.–juin) :
CHF 300.-, CHF 150.- pour les pers. qui ont fait l'atelier

Dès 16 ans **Initiation clown***

Mardi 18h15 – 20h
Alexis Kasparians
a.kasparians@gmail.com
+41 77 501 64 23
CHF 20.- / cours
CHF 100.- / mois

Adultes **Anglais A1 débutant (semi-privé/mini groupe)**

Jeudi 8h30 – 10h
Zuzana Hevler
zuzkaw@hotmail.com | +41 78 626 79 71
CHF 39.- / cours,
CHF 35.- (habitants de PLO)
CHF 546.- / trimestre,
CHF 490.- (habitants de PLO)

Adultes **Atelier d'écriture**

Mardi 18h – 20h
Corinne
atelier@marie-vallaury.ch
+41 79 922 15 90
CHF 30.- / mois

Adultes **Conteur aux enfants***

Samedis et dimanches 10h – 17h
6 et 7.12.2025 / 7 et 8.02.2026
Lorette Andersen
noteslorette@icloud.com ou
info.coquelicot@sunrise.ch
+41 76 570 68 72
CHF 420.- / les deux week-ends

Adultes **Impro**

Mercredi 18h30 – 20h et 20h30 – 22h
impro.ch
info@impro.ch | +41 22 329 83 93
CHF 320.- / trimestre
CHF 1'150.- / an

Adultes **Parler en public (cours individuels)**

Jeudi 19h – 20h15 (à convenir)
Ariane de chez Multivers
arianedechezmultivers@gmail.com
+41 79 454 99 51
CHF 50.- / 55 min.,
CHF 45.- (habitants de PLO)

Adultes **Perfectionnement à l'art du conte**

Samedis et Dimanches 10h – 17h
2 et 3.05.2026 / 6 et 7.06.2026
Lorette Andersen
noteslorette@icloud.com ou
info.coquelicot@sunrise.ch
+41 76 570 68 72
CHF 420.- / stage

Adultes **Sensibilisation à l'atelier d'écriture**

Vendredi 19h – 22h
3.10.2025
Samedi et dimanche 10h – 17h
4 et 5.10.2025
Lorette Andersen
noteslorette@icloud.com ou
info.coquelicot@sunrise.ch
+41 76 570 68 72
CHF 270.- / stage

Adultes **Théâtre amateur**

Mercredi 20h15 – 22h45
La Marotte – Marlène Stanning
lamarotte@bluewin.ch
+41 78 894 88 33
CHF 100.- / an

Séniers **Anglais**

Mardi 15h30 – 16h20
Association ALPE – Mireille Burnier
info@alpe-langues.com
+41 22 755 21 11
Gratuit (matériel non inclus)

Tout public **Allemand : expression écrite***

Vendredi 15h15 – 16h
Hendrik Hansen
hendro@bluewin.ch | +41 76 595 79 33
CHF 25.- / cours (matériel non inclus)
Tarif spécial AVS / Chômeurs
Gratuit pour les bénéficiaires de l'aide sociale

Tout public **Allemand : expression orale***

Vendredi 14h15 – 15h
Hendrik Hansen
hendro@bluewin.ch | +41 76 595 79 33
CHF 25.- / cours (matériel non inclus)
Tarif spécial AVS / Chômeurs
Gratuit pour les bénéficiaires de l'aide sociale

Tout public **Atelier Mis' en bouche**

4^e Mercredi du mois 19h – 22h
Association Au Bout du Conte...
info@auboutduconte.ch
+41 79 903 38 34
Gratuit

Tout public **Bibliothèque des 1'001 contes**

Mardi 14h30 – 17h30 (sur rdv)
Vendredi 9h – 12h (sur rdv)
4^e Mercredi du mois 18h – 19h (sur rdv)
Association Au Bout du Conte...
info@auboutduconte.ch
+41 79 903 38 34
CHF 50.- / an (cotisation membre et accès bibliothèque)
CHF 45.- / an (accès bibliothèque)

Tout public **Conversation en chinois***

Mardi 11h – 12h
Valérie Hui Gigon-Wu
lettres@sunrise.ch
+41 76 329 71 09
CHF 300.- / trimestre
CHF 220.- (AVS)
CHF 200.- (-10 ans)

Arts et loisirs créatifs

Parent-enfant dès 4 ans **Upcycling : «Petites Mains, Grands Cœurs»***

Dimanches 14h30 – 16h
28.09, 30.11.2025/18.01, 22.03 et 14.06.2026
Tiany Li
info@raysea.ch | +41 76 483 93 29
CHF 40.- par session (par duo) +
CHF 5.- de matériel

Dès 5 ans **Ateliers d'arts plastiques**

Jeudi 16h30 – 17h45
Violaine Keiflin
keiflin@sunrise.ch
+41 76 336 10 26 ou +41 22 756 10 26
CHF 20.- / cours (12 pers. maximum)

6 – 16 ans **Ateliers pédagogiques et créatifs**

Vendredi 9h30 – 12h30
Association Familles IEF – Elodie Rampon
contact@familles-ief.ch
www.familles-ief.ch | +41 76 232 95 20
CHF 30.- / atelier pour les membres
CHF 35.- / non membres

7 – 12 ans **Céramique**

Lundi 16h30 – 18h
Atelier Terreart – Jean-Yves Donnat
atelier.terreart@gmail.com
+41 79 327 12 94
CHF 30.- / cours, -10% habitants PLO

7 – 11 ans **Petits Artistes, Grandes Inspirations***

Mercredi 13h30 – 15h
Rozenn Montlahuc
rozenn@montlahuc.com | +41 79 793 14 07
CHF 30.- / cours
CHF 280.- / 10 cours (matériel compris)
6 enfants maximum : se munir d'un tablier

8 – 15 ans **Création de bijoux et objets**

Vendredi 16h20 – 17h45
Patrícia Rieder Teixeira
bijouxprtr@yahoo.fr | +41 76 208 99 75
CHF 20.- / cours
(matériel et goûter inclus)

11 – 20 ans **Atelier d'illustration**

Samedis 14h – 17h
6.09, 20.09, 4.10, 1.11, 15.11 et 6.12.2025
10.01, 24.01, 21.02, 7.03, 18.04, 2.05, 23.05,
6.06. et 20.06.2026
Christian Bendelo
cb04075@gmail.com | +41 79 327 12 94
CHF 70.- / atelier

11 – 20 ans **BD / Illustration**

Mercredi 17h – 19h
Christian Bendelo
cb04075@gmail.com
+41 79 327 12 94
CHF 70.- / mois
CHF 210.- / trimestre
CHF 630.- / an

Dès 12 ans **Initiation à la couture***

Samedis 14h30 – 15h30
30.08, 27.09, 1.11 et 6.12.2025
10.01, 7.02, 7.03, 2.05 et 6.06.2026
Sibiri Balima
sibiribalima77@gmail.com
+41 77 965 71 41
CHF 30.- / atelier / adulte
CHF 25.- / atelier / - 20 ans

Dès 16 ans **Création de bijoux - Casting Art Clay Silver**

Jeudi 18h30 – 20h30
Patrícia Rieder Teixeira
bijouxprtr@yahoo.fr | +41 76 208 99 75
CHF 40.- / cours, CHF 30.- / étudiants

Ados / Adultes **Aventures créatives***

Mercredi 10h – 11h30
Rozenn Montlahuc
rozenn@montlahuc.com
+41 79 793 14 07
CHF 30.- / cours
CHF 280.- / 10 cours (matériel compris)

Ados / Adultes **Atelier Soul Art***

Dimanches 10h – 17h
21.09 et 23.11.2025 / 26.04 et 14.06.2026
Fabienne Zimmermann
soulartworkshop@gmail.com
+41 79 670 30 88
CHF 140.- / session
CHF 120.- (AVS, AI, chômeurs)
CHF 100.- (étudiants et habitants PLO)

Femmes adultes **Les Ateliers Magiques de Lou**

Samedis 14h – 17h
06.09, 11.10 et 29.11.2025
17.01, 14.03 et 25.04.2026
Nicole Bocculari
nicolebocculari@icloud.com
+41 79 345 86 51
CHF 300.- / parcours de 6 ateliers,
CHF 270.- jusqu'au 27.08.2025
(matériel et collation compris)
Le parcours débute avec un minimum de 4 participantes

Adultes **Carnets d'artistes**

Jeudi 13h30 – 15h45
Violaine Keiflin
keiflin@sunrise.ch
+41 76 336 10 26 ou +41 22 756 10 26
CHF 25.- / cours (12 pers. maximum)

Adultes **Céramique et art de la terre**

Lundi 13h30 – 16h30 et 19h – 21h
Vendredi 13h30 – 15h30
Atelier Terreart – Jean-Yves Donnat
atelier.terreart@gmail.com
+41 78 731 63 43
CHF 40.- / cours de 2h
(à régler par mois, matériel non inclus)
-10% habitants de PLO

Adultes **Collage: libérez votre créativité et osez l'inattendu !**

Lundi 10h – 12h15 et 13h15 – 15h30
Isabelle Meunier-Fleury
imeunierfleury@tkapp.org
+33 6 65 65 28 47
CHF 300.- / trimestre de 10 cours
(matériel inclus, sauf supports particuliers)

Adultes **Couture et artisanat traditionnel**

Jeudi 14h – 17h
Association Le Feuillu de PLO
Micheline Devegney
feuillu.plo@gmail.com
+41 77 423 57 64
CHF 20.- / cours

Adultes **Dessin académique**

Dimanche 14h30 – 17h30
Anne-Catherine Connolly
ac.connolly@gmail.com
+41 77 449 87 73
CHF 20.- / séance (sans inscription)

Adultes **Dessin et pastel**

Mardi 13h30 – 16h et jeudi 9h30 – 12h
Anna Tosello Liatti
annatoselloliatti@gmail.com
+41 77 451 10 55
CHF 300.- / 10 cours (matériel compris)

Adultes / Intergénérationnel **Expression artistique, dessin libre et contemporain**

Vendredi 18h30 – 21h
Carole Sémon
csemon@bluewin.ch | +41 79 338 62 20
CHF 20.- / cours (adultes),
CHF 10.- (enfants 9-15 ans)
(matériel inclus)

Adultes **Ikebana – art floral japonais**

Mardi 9h30 – 11h
Jacqueline Nikles
manikles@bluewin.ch | +41 76 377 14 68
CHF 15.- / cours (matériel non inclus)

Adultes **Kintsugi**

Samedis 9h – 12h
6.09, 30.05, 6.06, 20.06 et 27.06.2026
Kathleen Leroy
cercledeลามosaicque@gmail.com
+33 750 81 16 21
CHF 270.- / stage de 5 jours

Adultes **Mosaïque**

Samedis 9h – 12h
6.09, 20.09, 4.10, 1.11 et 15.11.2025
Samedis 9h – 12h et 13h-16h
31.01 et 7.02.2026
Kathleen Leroy
cercledeลามosaicque@gmail.com
+33 750 81 16 21
CHF 220.- / stage de 5 matins en automne
CHF 170.- / stage 2 samedis printemps
(matériel inclus)

Adultes **Peinture**

Mercredi 20h – 22h
Mirka Preite
mirka.c@bluewin.ch | +41 79 689 21 58
CHF 100.- / mois

Adultes **Samedis Aquarelle**

Samedis 10h30 – 15h30
27.09, 18.10, 22.11 et 13.12.2025
17.01, 14.02, 14.03, 25.04, 13.06.2026
Dominic Sevestre
sevestre@bluewin.ch | +41 79 234 91 74
CHF 140.- / stage (matériel non compris)
CHF 155.- / stage (matériel inclus)

Adultes **Techniques mixtes**

Lundi 9h45 – 12h15
Anna Tosello Liatti
annatoselloliatti@gmail.com
+41 77 451 10 55
CHF 300.- / 10 cours (matériel compris,
sauf supports particuliers)

Tout public **Initiation à la calligraphie chinoise**

Mardi 19h45 – 20h45
Valérie Hui Gigon-Wu
lettres@sunrise.ch | +41 76 329 71 09
CHF 300.- / trimestre
CHF 220.- (AVS)
CHF 200.- (-10 ans)

Tout public **Stage de création de bijoux**

Dates à définir dès 3 participants
Durée : 3 heures
Patrícia Rieder Teixeira
bijouxprtr@yahoo.fr | +41 76 208 99 75
CHF 60.- / stage (matériel inclus
pour les enfants uniquement)

Bien-être & nature

4 – 8 ans **Ateliers Kimochi – émotions et communication**

Samedi 9h – 10h et 10h – 11h
Fanny Juvenet
info@fannyjuvenet.ch
+41 76 370 80 17
CHF 300.- / 10 séances,
CHF 255.- dès le 2^e enfant

Enfants / Ados **Ateliers jardinage, permaculture pour petits et grands**

Mercredi 14h – 17h, de mars à octobre
(accueil entre 14h et 14h30, début de l'atelier à 14h30)
La Ferme du Fond de l'Etang
Joachim Finkel
info@lafarmedufonddeletang.ch
+41 76 389 20 87
CHF 15.- par enfant à régler en début d'atelier, CHF 10.- pour le 2^e enfant et CHF 5.- pour le 3^e enfant de la même fratrie

Dès 16 ans **Qi Gong & Méditation**

Mardi 10h30 – 12h
Isabelle Briers
isabelle@centreaecorps.ch
+41 75 416 07 87
CHF 25.- / cours, CHF 22.- (réduit)
CHF 220.- / 10 cours, CHF 200.- (réduit)

Dès 16 ans **Sound Night***

Jeudis 19h – 21h
18.09, 16.10, 27.11, 18.12.2025
15.01, 19.02, 19.03, 23.04, 21.05, 18.06.2026
Chantal Hälberli et Njila dos Santos Pinto
chantalh@berli@yahoo.com | n@njila.net
+41 78 774 04 20 | +41 76 505 47 33
CHF 40.- / séance
CHF 35.- habitants PLO

Ados / Adultes **Ateliers «Mieux Vivre au Naturel»**

Mercredis 19h – 21h
17.09, 1.10, 15.10, 29.10 et 19.11.2025
4.03, 18.03, 1.04, 22.04 et 6.05.2026
Samedi 10h – 14h
27.09.2025
Commune de Plan-les-Ouates
Service de l'Environnement
et des Espaces Verts
environnement@plan-les-ouates.ch
+41 22 884 64 30
CHF 10.- / atelier

Ados / Adultes / Séniers **Narration & Contemplation***

Samedi 9h30 – 12h30
27.09 et 22.11.2025 / 14.02 et 25.04.2026
Stéphanie Metzger Del Campo
nutrivida@windowlive.com
+41 79 107 68 20
CHF 60.- / rencontre
CHF 50.- (AVS)

Adultes **Espace thérapeutique pour la voix**

Mercredi 18h15 – 22h (à convenir)
Charlotte De Groot
+41 76 675 38 30
CHF 80.- / heure,
CHF 70.- (étudiants et habitants PLO)

Adultes **Pilates & Stretching**

Lundi 11h15 – 12h15
Mercredi 18h15 – 22h (à convenir)
Anne-Claude Vallée-Meier
ac.vallee@gmail.com
+41 76 360 32 13
CHF 160.- / 10 cours

Adultes **Pleine conscience : méditation et mouvement**

Dimanches 9h – 12h
07.09, 05.10, 14.12.2025
18.01, 15.03 et 07.06.2026
Nathalie Pervangher Bellego
npervangher@infomaniak.ch
+41 79 789 92 80
CHF 45.- / atelier
CHF 40.- / atelier dès 3 ateliers par an,
AVS/AI, étudiants, habitants PLO, etc.

Adultes **Qi Gong et fluidité**

Vendredi 8h45 – 10h15
Nathalie Jaggi
njaggi@bluewin.ch
+41 78 661 79 58
CHF 25.- / cours
CHF 230.- / 10 cours
Arrangements financiers possibles

Adultes **Stretching/renforcement**

Jeudi 13h – 14h
Studio 36 – Sarah Delamarre
secretariat@studio36danse.ch
+41 76 366 18 52
CHF 55.- / mois

Adultes **Yoga Flo**

Lundi 8h45 – 9h45
Jeudi 10h – 11h
Florence Barras
yogaflob@gmail.com
+41 79 204 16 53
CHF 350.- / semestre
CHF 600.- / an

Ados / Séniers **Hatha yoga**

Mardi 12h30 – 13h30
Joséphine Alvarez
alvarezjosephine@hotmail.com
+33 6 67 80 50 41
CHF 25.- / cours
CHF 220.- / 10 cours
CHF 550.- / an
Cours d'essai à CHF 10.-

* Nouveau cours

Informations pratiques

La Julienne vous ouvre ses portes les 23 et 24 août 2025 (entrée libre aux diverses animations).

La julienne c'est aussi :

- Superfood – Café julienne
- Une bibliothèque
- Des expositions
- Des spectacles

Adresse :
Route de Saint-Julien 116
1228 Plan-les-Ouates
Tél. 022 884 64 66

Intéressé par un cours?
Merci de vous adresser
directement aux professeurs

Retrouvez La Julienne sur Facebook