

**Programme de septembre
à décembre 2025**



Sorties Relax Genève

**Théâtre
Danse
Concerts
Cinéma
Expositions**

www.sorties-relax.ch

Les sorties Relax c'est quoi?

Pour plus d'informations

Page 2

Page 5

Septembre 2025

Actapalabra

Page 7

Entrée des artistes

Page 8

Bonjour le monde!

Page 9

HONDA ROMANCE

Page 10

De septembre à décembre 2025

L'aventure humanitaire

Page 12

Ciné Relax au MEG

Page 14

De septembre 2025 à janvier 2026

Afrosonica – Paysages sonores

Page 15

Octobre 2025

Le cheval qui peint

Page 16

Fampitaha, fampita, fampitàna

Page 17

Send back the echo

Page 18

Le vieil incendie

Page 19

La première fois...

Page 20

Orlando

Page 21

Vagabundus

Page 22

Amélie et la métaphysique des tubes

Page 23

Viva la música

Page 24

Sufi's Saraband

Page 25

À partir d'octobre 2025

Pach'un Q'ijul – Temps entrelacés

Page 26

Novembre 2025

Pistaches

Page 28

Sous la peau

Page 29

Perlimps

Page 30

Récital

Page 31

Spécimen

Page 32

Un volcan silencieux

Page 33

Dead horse in a bathtub

Page 34

De novembre à décembre 2025

Exposition Sarah Benslimane

Page 35

Décembre 2025

Poussière de Crotte dans le Cœur d'une Diva

Page 37

Kora

Page 38

Douce nuit

Page 39

Stephan Eicher – Seul en scène

Page 40

Où ont lieu les sorties Relax?

Page 41

Coordination, relecture des contenus en FALC et expertise mise en page

Page 44

Soutiens et partenaires

Page 45



Les sorties Relax c'est quoi?

Les sorties Relax sont des sorties culturelles.

Des sorties culturelles c'est par exemple :

- voir une pièce de théâtre
- voir un spectacle de danse
- aller au cinéma
- écouter un concert
- voir une exposition

Pourquoi ces sorties s'appellent des sorties « Relax » ?

Les sorties Relax sont des sorties adaptées pour différents types de publics.

C'est plus détendu que les sorties culturelles ordinaires.

Il y a un accueil spécial.

Les sorties Relax peuvent être utiles, par exemple pour :

- les personnes en situation de handicap
- les personnes âgées qui ont besoin d'aide
- les personnes mal à l'aise dans les lieux fermés
- les parents avec un bébé
- toutes les personnes qui ont besoin d'un cadre plus souple quand elles vont au théâtre, au cinéma, à un concert, au musée

Pourquoi les sorties Relax existent ?

Aller au théâtre, au cinéma, à un concert ou dans un musée, ce n'est pas toujours facile pour tout le monde.

Certaines personnes n'osent pas y aller, parce qu'elles ont peur de déranger.

Par exemple :

- quand on bouge beaucoup
- quand on a besoin de sortir pendant la séance
- quand on a du mal à rester silencieux ou silencieuse

Certaines personnes ont besoin d'un cadre plus souple pour profiter d'une sortie culturelle.

Les sorties Relax existent pour que chacun et chacune puisse venir comme il ou elle est.

Pendant une sortie Relax :

- le cadre est plus détendu
- les règles sont plus souples
- le public est bien accueilli

Comment se passe une sortie Relax ?

Avant la sortie Relax :

Une personne vous accueille 15 à 30 minutes avant le spectacle, le film ou le concert pour acheter votre billet.

Si vous êtes sensible au bruit,

une personne du lieu vous donne des bouchons d'oreille ou un casque anti-bruit.

Vous entrez dans la salle.

La lumière baisse.

Le spectacle, le film ou le concert commence.

Pendant la sortie Relax :

La porte de la salle reste ouverte.

Comme ça vous pouvez entrer et sortir quand vous voulez.

Dans les lieux où c'est possible, les sons du spectacle ou du film sont moins forts pendant les sorties Relax.

Toutes les manières de réagir sont ok.

Par exemple, vous pouvez :

- bouger
- rire très fort
- exprimer vos émotions

Une personne du lieu reste là si vous avez besoin d'aide.

À la fin de la sortie Relax vous pouvez :

Demander de l'aide pour rentrer chez vous :

- Une personne du lieu vous donne les horaires des bus et des trams.
- Une personne du lieu peut appeler un taxi pour vous.

Il existe aussi des visites de musée Relax.

Pendant les visites Relax, toutes les manières de réagir sont les bienvenues.

Par exemple, vous pouvez :

- rire très fort
- parler
- poser des questions

Pendant les visites Relax, le ou la guide s'adapte à vos besoins.

Par exemple, le ou la guide peut :

- parler plus lentement
- faire des pauses
- baisser ou augmenter le son (pour une vidéo par exemple)

Pour plus d'informations :

Vous avez des questions ?

Vous voulez participer à une sortie Relax ?

Vous pouvez contacter Pauline Décaillet.

Pauline Décaillet est coordinatrice des sorties Relax à Genève.

Par e-mail : p.decaillet@sorties-relax.ch

Par téléphone : 079 348 76 69

Dans les pages suivantes, vous allez trouver aussi :

- les noms,
 - les e-mails,
 - les numéros de téléphone,
- des personnes à contacter pour chaque sortie Relax.

Vous pouvez contacter ces personnes pour :

- réserver pour une sortie Relax
- poser des questions

Vous pouvez aussi consulter notre site internet :

www.sorties-relax.ch

Sur ce site internet, vous allez trouver :

- l'actualité des sorties Relax à Genève
- certaines informations

Par exemple l'âge recommandé pour chaque sortie Relax.

Programme de septembre à décembre 2025



Théâtre



Danse



Concerts



Cinéma



Expositions

Septembre 2025



Actapalabra

Un spectacle de Joan Mompert, Philippe Gouin
et François-Xavier Thien



C'est où ?

C'est au Théâtre Am Stram Gram.
L'adresse du Théâtre Am Stram Gram
est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le samedi 20 septembre 2025 à 17 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Sur scène il y a deux clowns
Les deux clowns sont habillés en vert.
Ces clowns sont drôles et étranges.
On dirait un peu des robots.
Ils jouent avec des objets.
Ce spectacle est sans paroles.
Il y a de la musique.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 50 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation
de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Muriel Maggos.

Par e-mail : muriel.maggos@amstramgram.ch

Par téléphone : 022 735 79 31



Entrée des artistes

Un spectacle d'Ahmed Madani



C'est où ?

C'est aux Scènes du Grütli.

L'adresse des Scènes du Grütli est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mardi 23 septembre 2025 à 19 heures 30.



De quoi parle le spectacle ?

Sur la scène il y a 5 comédiennes et 2 comédiens. Ces personnes sont sorties de l'école de théâtre depuis peu de temps.

Ahmed Madani a mis en scène ce spectacle.

Ahmed Madani a demandé aux comédiennes et aux comédiens pourquoi ils font du théâtre.

Ce spectacle parle de la jeunesse.

Les personnes sur scène racontent leur vie.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 2 heures.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Marilu Cali.

Par e-mail : marilu@grutli.ch

Par téléphone : 079 371 66 06



Bonjour le monde !

Un film d'Anne-Lise Koehler et Eric Serre



C'est où ?

C'est aux Cinémas du Grütli.

L'adresse des Cinémas du Grütli est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mercredi 24 septembre 2025 à 14 heures 45.



De quoi parle le film ?

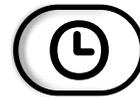
Ce film raconte la vie de 10 animaux :

- des insectes,
- des mammifères,
- et des poissons.

Nous apprenons comment :

- ils naissent,
- ils grandissent,
- et deviennent adultes.

C'est un film original, drôle et poétique.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 8 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Sarah Maes.

Par e-mail : sm@cinemas-du-grutli.ch

Par téléphone : 022 320 78 78



HONDA ROMANCE

Une performance de Vimala Pons



C'est où ?

C'est à la Comédie de Genève.

L'adresse de la Comédie de Genève est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le samedi 27 septembre 2025 à 19 heures.



Une performance, c'est quoi ?

Une performance est une action artistique.

Cela veut dire que l'artiste fait quelque chose devant le public.

Le public regarde l'artiste faire.

Une performance sert :

- à montrer une idée,
- à faire réfléchir le public.



De quoi parle la performance ?

Sur scène, Vimala Pons porte un satellite sur la tête.

Le satellite est très lourd.

Ce satellite s'appelle Honda Romance.

Ce satellite représente l'amour et la vie.

Il montre aussi la société.

Il montre que la société met beaucoup de pression sur les femmes.

Il représente aussi le système dans lequel on vit.

Petit à petit, Vimala Pons se redresse.

Elle devient forte, comme une héroïne.

Elle ne veut pas obéir à ce que la société lui dit de faire.



HONDA ROMANCE (suite)

Une performance de Vimala Pons

Elle porte le satellite sur la tête, sur son dos, dans ses bras.

Cela montre que les humains peuvent être forts, même quand tout est difficile.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure environ 1 heure et 15 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez la billetterie de la Comédie de Genève.

Par e-mail : billetterie@comedie.ch

Par téléphone : 022 320 50 01



L'aventure humanitaire



C'est où ?

C'est au Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.

L'adresse du Musée est à la page 43.



C'est quand ?

C'est une exposition permanente.

Ça veut dire qu'il n'y a **pas** de fin à cette exposition.

Le Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge organise des visites Relax de cette exposition.

Vous allez trouver les dates de ces visites Relax sur notre site internet :

www.sorties-relax.ch

Il est également possible de réserver une visite Relax sur demande, à un autre moment.



De quoi parle l'exposition ?

Les sujets de cette exposition sont :

- l'histoire de l'aide humanitaire
- l'action de l'aide humanitaire

L'humanitaire, c'est aider les personnes en difficulté.

L'humanitaire protège la dignité des personnes en difficulté.

La dignité c'est quand on respecte chaque personne pour ce qu'elle est.

Cette exposition pose une question simple :

En quoi l'aide humanitaire me concerne ?



L'aventure humanitaire ^(suite)



Ça coûte combien ?

La visite Relax coûte 10 francs par personne.

Vous accompagnez une ou plusieurs personnes en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver pour une visite Relax ?

Contactez le service des visites du musée.

Par e-mail : visit@redcrossmuseum.ch

Par téléphone : 022 748 95 95



Ciné Relax au MEG



C'est où ?

C'est au MEG.

Le MEG est le Musée d'Ethnographie de Genève.
L'adresse du MEG est à la page 43.



C'est quoi ?

Ce sont des séances de cinéma Relax.



C'est quand ?

Les séances de Ciné Relax au MEG ont lieu
une fois par mois.

Les dates sont :

- le jeudi 18 septembre 2025 à 11 heures
- le jeudi 16 octobre 2025 à 11 heures
- le jeudi 13 novembre 2025 à 11 heures
- le jeudi 18 décembre 2025 à 11 heures

Les séances du 16 octobre et du 13 novembre
ont lieu dans le cadre du Festival FILMAR.

Vous allez trouver plus d'infos sur ces séances
aux pages 24 et 30 de la brochure.

Pour les autres séances, nous allons annoncer
les films plus tard, sur notre site internet :
www.sorties-relax.ch



Ça coûte combien ?

C'est gratuit.

C'est sans réservation



Afrosonica – Paysages sonores



C'est où ?

C'est au MEG.

Le MEG est le Musée d'Ethnographie de Genève.
L'adresse du MEG est à la page 43.



C'est quand ?

Le MEG organise sur demande des visites Relax
de cette exposition.

Ces visites sont pour les groupes.

L'exposition dure jusqu'au 4 janvier 2026.



De quoi parle l'exposition ?

Cette exposition parle de la musique et des sons
en Afrique.

Cette exposition parle de la musique comme
un moyen de :

- ressentir l'instant présent
- communiquer
- transmettre
- se souvenir



Ça coûte combien ?

Les visites Relax sont gratuites.



Comment réserver pour une visite Relax ?

Contactez Anouck Hoyois.

Par e-mail : anouck.hoyois@geneve.ch

Par téléphone : 022 418 45 15



Le cheval qui peint

Un spectacle du Collectif Old Masters



C'est où ?

C'est à la Maison Saint-Gervais.
L'adresse de la Maison Saint-Gervais est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mercredi 1^{er} octobre 2025 à 17 heures.



De quoi parle le spectacle ?

3 artistes jouent un animal mi-cheval, mi-humain.
Cet animal aime la peinture et l'art.

Les 3 artistes se posent des questions :

- Que voit un cheval ?
- Comment le cheval nous imagine ?
- Nous ressentons quoi quand nous devenons autre chose ?

Le cheval qui peint invente une autre façon de regarder le monde.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 30 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez la billetterie de la Maison Saint-Gervais.

Par e-mail : billetterie@saintgervais.ch

Par téléphone : 022 908 20 00



Fampitaha, fampita, fampitàna

Un spectacle de Soa Ratsifandrihana



C'est où ?

C'est au Pavillon ADC.
L'adresse du Pavillon ADC est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mercredi 1^{er} octobre 2025 à 20 heures.



De quoi parle le spectacle ?

« Fampitaha, fampita, fampitàna » sont des mots originaires de Madagascar.

Ces mots veulent dire :

- comparaison, transmission, rivalité

Les danseuses et danseur interprètent ces 3 mots.
Il et elles passent de l'un à l'autre.

Ce spectacle raconte des histoires à travers les corps, la musique et des récits.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 15 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 8 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Viola Poli.

Par e-mail : viola.poli@adc-geneve.ch

Par téléphone : 022 329 44 00



Send back the echo

Un concert de l'ensemble « United Strings of Europe »



C'est où ?

C'est au Victoria Hall.

L'adresse du Victoria Hall est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le dimanche 5 octobre 2025 à 17 heures.



C'est quoi comme concert ?

United Strings of Europe veut dire cordes unies d'Europe.

United Strings of Europe est un groupe de musiciens et musiciennes.

Ce groupe propose un concert autour du sujet de la surdité.

La surdité c'est le fait d'être malentendant ou sourd.

C'est un concert pour découvrir la musique autrement.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 10 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 10 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Corinne Papin.

Par e-mail : corinne.papin@geneve.ch

Par téléphone : 022 418 62 46



Le vieil incendie

Un spectacle de Ludovic Chazaud – Texte : Elisa Shua Dusapin



C'est où ?

C'est au Théâtre LE POCHE

L'adresse du Théâtre LE POCHE est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mardi 7 octobre 2025 à 19 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Agathe et Véra sont sœurs.

Elles étaient proches quand elles étaient enfants, mais plus maintenant.

Agathe habite à New York et Véra est restée en France.

Véra **ne** parle **plus** depuis des années.

Le spectacle raconte le retour d'Agathe en France.

Agathe et Véra doivent réapprendre à être ensemble, à communiquer.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 30 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Émilie Collin.

Par e-mail : billetterie@lepoche.ch

Par téléphone : 022 310 37 59



La première fois...

Une création du Théâtre des Marionnettes de Genève



C'est où ?

C'est au Théâtre des Marionnettes.

L'adresse du Théâtre des Marionnettes est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le mercredi 8 octobre 2025 à 15 heures.

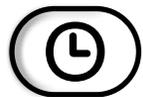


De quoi parle le spectacle ?

Ce spectacle a été créé à partir d'un livre pour enfants : « La première fois que je suis née » de Vincent Cuvellier.

Ce livre raconte plein de petites histoires sur la vie d'une fille depuis sa naissance, jusqu'à ce qu'elle devienne maman.

Toutes les petites histoires commencent par « La première fois... » qu'elle fait quelque chose ou qu'il lui arrive quelque chose.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 50 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 14 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ? Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Nina Strack.

Par e-mail : n.strack@marionnettes.ch

Par téléphone : 022 807 31 01



Orlando

Un spectacle de Léa Pohlhammer – Texte : Virginia Woolf



C'est où ?

C'est aux Scènes du Grütli.

L'adresse des Scènes du Grütli est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mercredi 8 octobre 2025 à 19 heures 30.



De quoi parle le spectacle ?

Sur scène il y a une seule comédienne.

Cette comédienne raconte l'histoire d'Orlando.

Au début de l'histoire Orlando est un homme.

Mais un matin Orlando se réveille en femme.

Cela veut dire que pendant la nuit

Orlando s'est transformé.

Orlando reste une femme jusqu'à la fin de l'histoire.

Les aventures d'Orlando traversent les époques.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 30 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Marilu Cali.

Par e-mail : marilu@grutli.ch

Par téléphone : 079 371 66 06



Vagabundus

Un spectacle d'Idio Chichava



C'est où ?

C'est au Pavillon ADC.

L'adresse du Pavillon ADC est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le samedi 11 octobre 2025 à 19 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Idio Chichava est né au Mozambique.

Le Mozambique est un pays en Afrique.

Sur scène, il y a 13 danseurs et danseuses du Mozambique.

Ce spectacle met en scène des chansons de résistance.

Les chansons de résistance sont politiques.

Le sujet du spectacle est la migration.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 8 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Viola Poli.

Par e-mail : viola.poli@adc-geneve.ch

Par téléphone : 022 329 44 00



Amélie et la métaphysique des tubes

Un film de Mailys Vallade et Liane-Cho Han



C'est où ?

C'est au Cinéma le Nord-Sud

L'adresse du Nord-Sud est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le mercredi 15 octobre 2025 à 14 heures.



De quoi parle le film ?

Ce film raconte l'histoire de la petite Amélie et ses premiers souvenirs d'enfance.

Amélie est belge mais elle est née au Japon.

Avec son amie Nishio-san, elle vit beaucoup d'aventures et de découvertes.

Mais le jour de ses 3 ans, un événement change le cours de sa vie.

Il y a des dessins magnifiques dans ce film.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 17 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Judith Repond.

Par e-mail : jrepond@les-scala.ch

Par téléphone : 022 823 03 07



Viva la música

Un Ciné-concert proposé dans le cadre du Festival FILMAR.



C'est où ?

C'est au MEG.

L'adresse du MEG est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le jeudi 16 octobre 2025 à 11 heures.



C'est quoi ?

C'est une série de 4 films d'animation.

Un film d'animation est créé à partir de dessins.

Ces 4 films parlent tous de la musique.

Ces films montrent que la musique est très importante pour les humains et pour la nature.

Entre chaque film il y a de la musique jouée en direct.

Les musiciennes qui jouent de la musique viennent du Mexique.

Elles jouent de la musique Jarocho.

Le Jarocho est une musique traditionnelle du Mexique.

La musique aide à entrer dans l'univers des films.

C'est une séance joyeuse, qui donne envie de chanter et danser !



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 10 minutes.



Ça coûte combien ?

C'est gratuit.

C'est sans réservation.



Sufi's Saraband

Un spectacle de l'ensemble « The Modal Experience »



C'est où ?

C'est à la Cité Bleue.

L'adresse de la Cité Bleue est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le mercredi 29 octobre 2025 à 19 heures 30.



C'est quoi comme spectacle ?

Dans ce spectacle, il y a :

- de la musique, de la danse, de la poésie

Le public entend des instruments venus d'Orient.

Sufi's Saraband veut dire la sarabande des soufis.

La sarabande est une danse lente et poétique d'Europe ancienne.

Les soufis sont des personnes musulmanes qui cherchent à se rapprocher de Dieu.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 15 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 25 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Muriel Brandt.

Par e-mail : muriel.brandt@lacitebleue.ch

Par téléphone : 078 337 76 80



Pach'un Q'ijul – Temps entrelacés

Une exposition d'Angélica Serech



C'est où ?

C'est au Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.

L'adresse du Musée est à la page 43.



C'est quand ?

Le Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge organise des visites Relax de cette exposition.

Les visites Relax ont lieu le :

- le jeudi 23 octobre 2025 à 10 heures 30
- le mercredi 12 novembre 2025 à 11 heures 30

Il est également possible de réserver une visite Relax sur demande, à un autre moment.

L'exposition dure du 9 octobre 2025 au 31 août 2026.



De quoi parle l'exposition ?

Angélica Serech est une artiste.

Elle vient du Guatemala.

Elle fait partie du peuple Maya Kaqchikel.

C'est la première fois qu'elle expose son travail en Suisse.

Dans cette exposition il y a des œuvres d'art textile.

Les œuvres d'art textile sont des œuvres d'art faites en tissu.

Ces œuvres d'art sont présentées avec des objets de la collection du Musée.



Pach'un Q'ijul – Temps entrelacés (suite)

Une exposition d'Angélica Serech

L'exposition d'Angélica Serech relie le passé et son histoire personnelle.

Ses œuvres parlent de sa culture et de comment guérir avec l'art.



Ça coûte combien ?

La visite Relax coûte 10 francs par personne.

Vous accompagnez une ou plusieurs personnes en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver pour une visite Relax ?

Contactez le service des visites du musée.

Par e-mail : visit@redcrossmuseum.ch

Par téléphone : 022 748 95 95



Pistaches

Un spectacle d'Antoine Weil
Ce spectacle a lieu dans le cadre du Festival Emergentia.



C'est où ?

C'est au Théâtre de l'Usine.
L'adresse du Théâtre de l'Usine est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le samedi 1^{er} novembre 2025 à 18 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Pistaches est un spectacle de danse.
Pistaches est un jeu de mot avec le mot Pastiche.
Pastiche veut dire imiter quelque chose pour faire rire.
Dans le spectacle, Antoine danse seul.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 40 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 12 francs.
Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?
Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Vous pouvez réserver sur le site du théâtre :
www.theatredelusine.ch
Ou contactez Ghalas Charara.
Par e-mail : ghalas@theatredelusine.ch
Par téléphone : 022 328 08 18



Sous la peau

Un spectacle de Tamara Fischer – Texte: Valérie Poirier



C'est où ?

C'est au Théâtre LE POCHE.
L'adresse du Théâtre LE POCHE est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le mardi 4 novembre 2025 à 19 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Elisabeth a 60 ans. Elle est archéologue.
Ludovic a 28 ans. Il est étudiant en archéologie.
Ils travaillent ensemble.
Ils sont en train de travailler sur un squelette vieux de 7'000 ans.
Pendant le spectacle,
ils posent la question suivante :
On apprend quoi en découvrant un squelette ?



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 30 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.
Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?
Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Émilie Collin.
Par e-mail : billetterie@lepoche.ch
Par téléphone : 022 310 37 59



Perlimps

Un film d'Alê Abreu

Cette projection a lieu dans le cadre du Festival FILMAR.



C'est où ?

C'est au MEG.

L'adresse du MEG est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le jeudi 13 novembre 2025 à 11 heures.



De quoi parle le film ?

Le royaume du soleil et le royaume de la lune sont en guerre depuis très longtemps.

Une agente et un agent, Claé et Bruô, ont une mission :

sauver la Forêt Magique.

Ils doivent apprendre à se parler

et à travailler ensemble,

même s'ils sont très différents.

Le film raconte une belle histoire sur :

- l'importance du dialogue
- le respect des autres
- la protection de la nature

Les images sont très belles avec beaucoup de couleurs.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 20 minutes.



Ça coûte combien ?

C'est gratuit.

C'est sans réservation.



Récital

Un spectacle de Caroline de Cornière



C'est où ?

C'est aux Scènes du Grütli.

L'adresse des Scènes du Grütli est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le vendredi 14 novembre 2025 à 19 heures 30.



De quoi parle le spectacle ?

Sur scène il y a une seule danseuse.

La danseuse est Caroline de Cornière.

Caroline de Cornière a inventé une danse pour penser aux femmes de sa famille.

Elle a utilisé son histoire de famille.

Dans ce spectacle on entendra des textes.

On pourra voir aussi des images projetées sur le sol.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour cette personne.



Comment réserver ?

Contactez Marilu Cali.

Par e-mail : marilu@grutli.ch

Par téléphone : 079 371 66 06



Spécimen

Un spectacle de la Compagnie Arnica



C'est où ?

C'est au Théâtre Am Stram Gram.
L'adresse du Théâtre Am Stram Gram est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le samedi 15 novembre 2025 à 17 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Dans ce spectacle il y a des actrices et des marionnettes.
C'est l'histoire d'une femme qui travaille dans une poissonnerie.
Un jour elle se fâche fort.
Elle part en voyage dans la Préhistoire.
Certains moments du voyage sont bizarres.
Comme dans un rêve.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 15 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.
Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?
Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Muriel Maggos.
Par e-mail : muriel.maggos@amstramgram.ch
Par téléphone : 022 735 79 31



Un volcan silencieux

Un spectacle de Diane Muller
Ce spectacle a lieu dans le cadre du Festival les Créatives.



C'est où ?

C'est au Théâtre du Loup.
L'adresse du Théâtre du Loup est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le dimanche 23 novembre 2025 à 17 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Diane Muller est metteuse en scène.
Elle est née en 1979.
Ce spectacle raconte les histoires de 10 femmes, aussi nées en 1979.
Ces 10 femmes ont raconté à Diane ce qui s'est passé dans leur vie.
Elle a enregistré leurs histoires avec son téléphone.
Sur scène, Diane écoute ces histoires avec un casque et elle nous les raconte à voix haute.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 16 francs.
Vous accompagnez une personne en situation de handicap ? Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez la billetterie du Théâtre du Loup.
Par e-mail : billetterie@theatreduloup.ch
Par téléphone : 022 301 31 00



Dead horse in a bathtub

Un spectacle de Nicolas Cantillon – Compagnie 7273



C'est où ?

C'est aux Scènes du Grütli.

L'adresse des Scènes du Grütli est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le vendredi 28 novembre 2025 à 19 heures 30.



De quoi parle le spectacle ?

C'est un titre en anglais.

En français, cela veut dire : cheval mort dans une baignoire.

Sur scène il y a un danseur.

Ce danseur joue aussi de la guitare.

Pendant le spectacle le public entend une voix.

Cette voix raconte l'histoire d'un cow-boy.

Ce cow-boy doit venir aider un cheval coincé dans une baignoire.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ? Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Marilu Cali.

Par e-mail : marilu@grutli.ch

Par téléphone : 079 371 66 06



Exposition Sarah Benslimane

C'est où ?

Cette exposition est organisée par le MAMCO mais a lieu au Palais de l'Athénée.

L'adresse du Palais de l'Athénée est à la page 43.



Attention:

Il n'y a **pas** d'accès pour les fauteuils roulants.

C'est quand ?

Le MAMCO organise sur demande des visites Relax de cette exposition.

Ces visites sont pour les groupes.



Les visites Relax peuvent avoir lieu :

- entre le 5 novembre et le 19 décembre 2025
- le mardi, le vendredi ou le samedi entre 14 heures et 18 heures



De quoi parle l'exposition ?

Cette exposition montre le travail de l'artiste Sarah Benslimane.

Sarah Benslimane est peintre.

Avec ses peintures,

elle a gagné le Prix Culturel Manor 2025.

Le travail de Sarah Benslimane utilise beaucoup de couleurs et de matières.

Pendant la visite de l'exposition,

c'est bien de regarder de près les œuvres de Sarah Benslimane.



Exposition Sarah Benslimane (suite)



Car les œuvres de Sarah ont beaucoup de détails.
Par exemple :

- des perles,
- du carton,
- des morceaux de tissus.



Ça coûte combien ?

Les visites Relax sont gratuites.



Comment réserver pour une visite Relax ?

Contactez l'équipe du MAMCO.

Par e-mail : visites@mamco.ch

Par téléphone : 022 318 78 22



Poussière de Crotte dans le Cœur d'une Diva

Un spectacle de Marlène Charpentié



C'est où ?

C'est au Théâtre de l'Usine.

L'adresse du Théâtre de l'Usine est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le samedi 13 décembre 2025 à 17 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Marlène Charpentié est une artiste qui joue seule son spectacle.

Il y a 3 personnages :

- un drag-king qui veut être le plus puissant du monde,
- une vampire qui s'appelle Diva des cœurs brisés
- et un jardinier qui garde le temps.

Un drag king est une personne qui s'habille comme un homme dans un spectacle.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure environ 1 heure et 30 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ? Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Ghalas Charara.

Par e-mail : ghalas@theatredelusine.ch

Par téléphone : 022 328 08 18



Kora

Un spectacle de la Compagnie Dansehabile
Chorégraphie: Maroussia Ehrnrooth



C'est où ?

C'est au MEG.

L'adresse du MEG est à la page 43.



C'est quand ?

C'est le dimanche 14 décembre 2025 à 16 heures.



De quoi parle le spectacle ?

Dans ce spectacle, des danseurs, des danseuses et un musicien racontent leurs histoires.

Ces histoires sont accompagnées avec l'instrument la Kora.

La Kora est un instrument de musique d'Afrique.

En plus, ces histoires sont racontées avec des mots et des gestes.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure environ 50 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 10 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez l'équipe de Dansehabile.

Par e-mail : resa@dansehabile.ch

Par téléphone : 022 800 16 15



Douce nuit

Un concert de la Fanfare du Losange et de Johanna Baget



C'est où ?

C'est au Victoria Hall.

L'adresse du Victoria Hall est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le dimanche 14 décembre 2025 à 17 heures.



C'est quoi comme concert ?

La Fanfare du Losange, c'est une fanfare avec des jeunes musiciens et musiciennes.

La Fanfare du Losange joue des chansons populaires.

La Fanfare du Losange va jouer des chansons françaises très connues et des chansons de Noël.

Johanna Baget va chanter les chansons avec la musique de la fanfare.

Le concert sera plein de tendresse et de délicatesse.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure environ 1 heure.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 10 francs.

Vous accompagnez une personne en situation de handicap ?

Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez Corinne Papin.

Par e-mail : corinne.papin@geneve.ch

Par téléphone : 022 418 62 46



Stephan Eicher – Seul en scène

Un spectacle musical de Stephan Eicher
Mise en scène : François Gremaud



C'est où ?

C'est à la Comédie de Genève.
L'adresse de la Comédie de Genève est à la page 42.



C'est quand ?

C'est le jeudi 18 décembre 2025 à 19 heures 30.



De quoi parle le spectacle ?

Stephan Eicher est un musicien suisse très connu.
Stephan Eicher écrit et chante ses chansons.
Dans ce spectacle, Stephan Eicher raconte :

- ses souvenirs,
- ses aventures,
- ses rencontres avec son public.



Ça dure combien de temps ?

Ça dure 1 heure et 25 minutes.



Ça coûte combien ?

Ça coûte 15 francs.
Vous accompagnez une personne en situation
de handicap ?
Alors c'est gratuit pour vous.



Comment réserver ?

Contactez la billetterie de la Comédie de Genève.
Par e-mail : billetterie@comedie.ch
Par téléphone : 022 320 50 01

Où ont lieu les sorties Relax ?



Où ont lieu les sorties Relax ?

Adresse du Théâtre Am Stram Gram

Route de Frontenex 56
1207 Genève

Adresse des Scènes du Grütli et des Cinémas du Grütli

Rue du Général-Dufour 16
1204 Genève

Adresse de la Comédie de Genève

Esplanade Alice-Bailly 1
1207 Genève

Adresse de la Maison Saint-Gervais

Rue du Temple 5
1201 Genève

Adresse du Pavillon ADC

Place Beatriz-Consuelo
1206 Genève

Adresse du Victoria Hall

Rue du Général-Dufour 14
1204 Genève

Adresse du Théâtre LE POCHE

Rue Marcelle-De-Kenzac 7
1204 Genève

Important: Les toilettes du théâtre **ne** sont **pas** accessibles aux personnes en fauteuil roulant.

Cependant, des toilettes accessibles sont à disposition dans le bar en face du Théâtre.

Le bar s'appelle « Flanagan's ».

Les spectateurs et spectatrices peuvent utiliser ces toilettes.

L'équipe du bar est au courant.

Où ont lieu les sorties Relax ?

Adresse du Théâtre des Marionnettes

Rue Rodo 3
1205 Genève

Adresse du Cinéma le Nord-Sud

Rue de la Servette 78
1202 Genève

Adresse du MEG

Boulevard Carl-Vogt 67
1205 Genève

Adresse de la Cité Bleue

Avenue de Miremont 46
1206 Genève

Adresse du Musée international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge

Avenue de la Paix 17
1202 Genève

Adresse du Théâtre de l'Usine

Place des Volontaires 4B
1204 Genève

Adresse du Théâtre du Loup

Chemin de la Gravière, 10
1227 les Acacias

Adresse du Palais de l'Athénée

Rue de l'Athénée 2
1205 Genève

Attention: Il n'y a **pas** d'accès pour les fauteuils roulants.

Coordination

Les sorties Relax à Genève sont coordonnées par l'association Out of the Box.



Pauline Décaillet a coordonné l'édition de ce programme. L'association Out of the Box est porteuse du label « Culture inclusive ».

Relecture des contenus en FALC et expertise mise en page

Ce document a été relu par Anna Presset, Raphaël Haddad, Pierre Weber et Néoma Rui Machado sous la coordination d'Anne-Sophie Kupper de l'Association ASA-Handicap mental.

Les textes de la Comédie de Genève ont été rédigés en FALC par Michèle Hürlimann et relus par l'équipe de l'Atelier 1001 feuilles, Genève.

L'équipe de l'Atelier 1001 feuilles a aussi donné son avis sur la mise en page de ce document.

Site internet

www.sorties-relax.ch

Facebook

Sorties Relax Genève

Instagram

[sorties_relax_geneve](https://www.instagram.com/sorties_relax_geneve)

Contact

p.decaillet@sorties-relax.ch
079 348 76 69

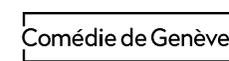
Soutiens



Partenaires



Partenaires culturels de septembre à décembre 2025



Graphisme
Eléa Rochat

Impression
Look Graphic, Genève

Papier
Daunendruck Natural 1.5

Typographie
Ease Medium & Black

Site internet
Pierre-Marie Vial

© Association Out of the Box
Sorties Relax Genève
Septembre 2025





**OUT
OF
THE
BOX**

Association Out of the Box
Rue des Savoises 15
1205 Genève