

English below

Bonjour cher·e·x membre de La Farce,

Nous espérons que tu vas bien !

Voici les activités qui auront lieu ce mois-ci à La Farce.

Rappel: La Farce sera fermée du 23 décembre au 6 janvier 2025.

Les activités de décembre à La Farce

5 décembre à 17h30 PM : Premier Atelier de Fermentation

La nouvelle initiative de fermentation à La Farce (Fermentation Club - La Farce) est à la recherche de membres spontanés. Nous voulons préparer un atelier de fermentation continu, à partir de décembre, avec vous.

Si vous aimez la fermentation et le partage, rejoignez-nous via le [groupe WhatsApp](#) .

6 et 13 décembre à 14h30 heure: Atelier “Problem Management Plus”

L'équipe de coaching de l'association Victory propose un atelier qui enseigne des outils pour aider les gens à mieux gérer leurs problèmes pratiques (l'emploi, les conflits, le logement, l'intégration sociale, etc.) et émotionnels (les sentiments d'insécurité, de découragement, de désespoir, de tristesse, etc.).

La participation est gratuite, mais il vous sera demandé de suivre - dans la mesure du possible - tous les ateliers. Vous trouverez davantage d'informations [ICI](#).

[Inscris-toi ici](#)

12 décembre à 18h15 : Atelier de cuisine

Les nutritionnistes de l'association [Nutrinomade](#) organisent un atelier de cuisine avec les aliments de notre épicerie. Après l'atelier, vous dégusterez les plats ensemble !

[Inscris-toi ici](#)

17 décembre 18h30 Réunion du comité de La Farce :

Les réunions du comité de La Farce sont ouvertes à toutes les personnes qui s'intéressent aux coulisses de l'organisation de La Farce et/ou qui souhaiteraient éventuellement rejoindre le comité pour l'année 2025 !

Merci d'envoyer un email à association@lafarce.ch si vous souhaitez y assister.

19 décembre 17h30 Fête de fin d'année à La Farce :

Venez partager un moment chaleureux pour célébrer la fin de l'année ! Au programme : raclette à gogo !

N'hésite pas à venir avec tes amixes :)

Les activités qui ont lieu chaque semaine

Lundi 18h30 : Atelier Hip-Hop Dance

Zahra propose des cours dynamiques et accessibles à tous, où l'accent est mis sur la création de chorégraphies originales. Chaque séance est conçue pour vous encourager à vous exprimer, à développer votre confiance en vous et à dépasser vos limites, tout en développant une technique solide et une compréhension profonde de l'essence du hip-hop. Ses cours sont ouverts à tous les niveaux, des débutants aux danseurs plus expérimentés !

La participation est libre et ouverte à tous, pas besoin de vous inscrire en avance.

Lundi et vendredi 15h30 - 17h30 : Permanence de l'association Victory

L'association Victory a pour objectif l'intégration sociale et l'accès au marché du travail des personnes migrantes, par le biais de services de coaching de vie :

- Soutien psychologique : Offrir un accompagnement personnalisé pour aider les migrants à gérer le stress, l'anxiété et les traumatismes liés à leur parcours migratoire.
- Développement personnel : Aider les migrants à identifier et à développer leurs compétences personnelles et professionnelles.
- Intégration sociale : Faciliter l'intégration des migrants dans la société en renforçant leur confiance en eux et en améliorant leurs compétences en communication.
- Insertion professionnelle : Collaborer avec des associations et des entreprises pour créer des opportunités d'emploi et de formation pour les migrants.

Lundi 18h : Repas gastronomique gratuit au Reffetorio

Chaque lundi à 18h, le [Reffetorio](#) (rue de Lyon 120), un restaurant gastronomique à but social, ouvre ses portes aux étudiant·e·x·s membres de la Farce !

Attention, il faut t'inscrire au moins 24h en avance et arriver à 18h pour le repas ! À 18h 15, ils ne vous laissent plus rentrer !

Tu as la possibilité d'aller manger là-bas gratuitement [en t'inscrivant ici](#).

Mardi 9h - 18h : Café libre à La Farce

N'hésite pas à venir boire un café, thé, sirop, à venir discuter avec la team La Farce ou simplement à venir travailler ou lire. Il y a également une cuisine à disposition avec un micro-ondes et des plaques de cuisson donc tu peux venir manger ton repas de midi. Le café est ouvert à tout le monde, pas seulement aux étudiant·e·x·s et, comme d'habitude, à La Farce, tout est gratuit. :)

Vendredi 18h30 : Atelier de création Artésiana

Souhaitez-vous découvrir l'art de la broderie, tricot, crochet, penture, couture, confection de bijoux et accessoires ou au contraire vous avez déjà de bonnes connaissances... rejoignez le [Collectif d'Expressions Sociétales Yanequén](#) lors de l'atelier broderie Artésiana.

Cette année, iels travaillent sur un projet avec pour thème : les femmes inspirées et inspirantes, mais tu peux aussi venir avec tes propres projets !

Si tu as des questions, n'hésite pas à venir nous parler un mardi, mercredi ou jeudi, nous avons toujours du temps pour toi !

À tout bientôt,

L'équipe de La FARCE

ENGLISH

Hello dear La Farce member,

We hope you are well!

La Farce is closed for two weeks for the end-of-year festivities. There will be no activities at La Farce from 23 December to 6 January. Food distributions will resume on 8 and 9 January.

In the meantime, here are the activities taking place this month at La Farce.

December activities at La Farce

December 5, 5:30 PM: First fermentation workshop

The new fermentation initiative at La Farce (Fermentation Club - La Farce) is looking for spontaneous members. We want to prepare a continuous fermentation workshop, starting this December, together with you.

If you're into fermenting and sharing, please join us via the [WhatsApp group](#).

December 6 and 13 at 2:30 PM: Workshop "Problem Management Plus"

The coaching team from Victory Association offers a workshop teaching tools to help people better manage practical issues (e.g. employment, conflicts, housing, social integration, etc.) and emotional challenges (e.g. feelings of insecurity, discouragement, despair, sadness, etc.).

Participation is free but you will be asked to attend all the workshops – if possible. You can find more information [HERE](#).

[Signe up here](#)

December 12 at 6:15 p.m. : Cooking Workshop

Nutritionists from the [Nutrinomade](#) association organise a cooking workshop using food from our grocery shop. After the workshop, you will enjoy the dishes together!

[Sign up here](#)

December 17, 18:30 La Farce committee meeting:

La Farce committee meetings are open to anyone who is interested in the behind-the-scenes organisation of La Farce and/or would like to join the committee for 2025!

Please email association@lafarce.ch if you would like to attend.

December 19, 5:30 PM - End-of-Year Celebration at La Farce

Join us for a warm and festive gathering to celebrate the end of the year! On the menu: raclette galore!

Don't hesitate to come with your friends :)

Weekly activities

Every Monday at 6.30 p.m.: Hip-Hop Dance Workshop

Zahra offers dynamic classes accessible to all, with the emphasis on creating original choreography. Each session is designed to encourage you to express yourself, build your confidence and push beyond your limits, while developing a solid technique and a deep understanding of the essence of hip-hop. Her classes are open to all levels, from beginners to more experienced dancers!

Participation is free and open to all, no need to sign up in advance.

Monday and Friday, 15h30-17h30 : Victory association

The Victory association aims to help migrants integrate into society and access the labour market, through life coaching services:

- Psychological support: offering personalised support to help migrants manage stress, anxiety and trauma linked to their migration experience.
- Personal development: Helping migrants to identify and develop their personal and professional skills.
- Social integration: Facilitating migrants' integration into society by boosting their self-confidence and improving their communication skills.
- Professional integration: Working with associations and businesses to create employment and training opportunities for migrants.

Monday, 6p.m. : Free gourmet meal at the Reffetorio

Every Monday, the [Reffetorio](#) (rue de Lyon 120), a gastronomic restaurant with a social aim, opens its doors to student members of La Farce!

Please note that you need to register at least 24 hours in advance and arrive at 6 p.m. for the meal! At 6.15 p.m., they won't let you in!

You can eat there for free by [registering here](#).

Tuesday, 9 a.m. - 6 p.m. : Free Café at La Farce

Don't hesitate to come and have a coffee, tea or syrup, chat with the La Farce team or simply come and work or read. There's also a kitchen with a microwave and electric hobs so you can come and eat your lunch.

The Café is open to everyone, not just students, and as usual at La Farce, everything is free. :)

Friday, 6.30 p.m.: Artésiana creative workshop

Would you like to discover the art of embroidery, knitting, crochet, hanging, sewing, jewellery making and accessories, or do you already have a good knowledge? Join the [Collectif d'Expressions Sociétales Yanequén](#) at the Artésiana embroidery workshop.

This year, they're doing a project on the theme of inspiring women, but you can also come along with your own projects.

If you have any questions, don't hesitate to come and talk to us on a Tuesday, Wednesday, or Thursday – we always have time for you!

See you soon,

The La FARCE team