

NEWSLETTER

MARS 2025

*** 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.

1er mars 13h-17h Friperie Gratuite

Lors de notre friperie en collaboration avec l'[association Vestiaire Solidaire](#), vous pourrez venir y trouver des vêtements, principalement d'hiver/printemps, gratuitement sur présentation de votre carte étudiante !

Le nombre d'habits que vous pouvez prendre sera limité à 10 pièces par personne pour que tout le monde puisse trouver son bonheur tout au long de l'événement !

La Friperie aura lieu dans l'Espace de quartier de plainpalais qui est juste devant La Farce. La salle est beaucoup plus grande et il y aura donc moins de temps d'attente pour y entrer !

[Inscrivez-vous ici](#)

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. Les ateliers ont lieu à 18h30 :

- 28.02 : Conception fleurs en tissu
- 14.03 : Couronne de fleurs en tissu
- 21.03 : Atelier libre
- 28.03 : Conception costume en pet

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

27 Mars 13h - 16h : Atelier de réparation de vélo

Viens préparer ton vélo pour la [Critical Mass](#) !

Les réparations de vélo seront faites par l'association [UNICYCLE](#) qui se tiendra devant La Farce pendant la distribution alimentaire du jeudi après-midi.

Les réparations sont gratuites et sans rendez-vous, mais les pièces de rechange sont à ta charge.

Cet atelier aura lieu tous les derniers jeudis du mois !

27 mars à 18h15 : Atelier de cuisine - Manger sain avec un petit budget

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 !

Cet atelier se concentrera sur apprendre à réaliser des repas équilibrés et économiques avec des produits de saison et accessibles.

Activités :

- Atelier pratique pour composer des repas à moins de CHF 10.-.
- Astuces pour optimiser ses courses (planification, choix des aliments, gestion des restes).
- Partage de recettes rapides et économiques (ex. : one-pot, wraps sains, smoothies).

[Inscris-toi ici](#)

LES ACTIVITÉS QUI ONT LIEU CHAQUE SEMAINE

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](#).

Lundi 19h (dès le 10 mars): 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.

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. :)

Mardi 13h - 14h : Atelier de discussion en français

Nous sommes fiers d'annoncer que des ateliers de conversation en français pour débutants auront lieu à La Farce ce semestre !

Inscris- toi ici si tu souhaites participer à un ou plusieurs ateliers ce mois-ci :

[4 mars](#) - [11 mars](#) - [18 mars](#) - [25 mars](#)

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!

Here are the activities taking place this month at La Farce.
March 1, 1 p.m.-5 p.m. Free second-hand clothes shop

At our second-hand clothing sale distribution in collaboration with the Vestiaire Solidaire association, you can come and find clothes, mainly winter/spring, free of charge on presentation of your student card!

The number of items of clothing you can take will be limited to 10 per person, so that everyone can find what they're looking for throughout the event!

The Friperie will take place in the Espace de quartier de plainpalais, which is just in front of La Farce. The venue is much bigger, so there will be less waiting time to get in!

[Sign up here](#)

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.

Workshops will be held at 6.30 p.m.

28.02: Fabric flower design

14.03: Wreath of fabric flowers

21.03: Free workshop

28.03: Pet costume design

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

March 27 from 1 p.m. to 4 p.m. : Bike repair workshop

Come and get your bike ready for the [Critical Mass](#) !

Bike repairs will be carried out by the [UNICYCLE](#) association, which will be on hand outside La Farce during the Thursday afternoon food distribution.

Repairs are free and no appointment is necessary, but spare parts are at your expense.

This workshop will be held every last Thursday of the month !

March 27 at 6.15 p.m.: Cooking workshop - Healthy eating on a budget

Nutritionists from the Nutrinomade association are organising a cooking workshop using food from our grocery shop. After the workshop, you'll taste the dishes together!

This workshop will focus on learning how to prepare balanced, economical meals using seasonal and affordable produce.

Activities :

- Practical workshop to compose meals for less than CHF 10.
- Tips on how to make the most of your shopping (planning, choice of food, managing leftovers).
- Sharing quick and economical recipes (e.g. one-pot, healthy wraps, smoothies).

[Sign up here](#)

WEEKLY ACTIVITIES

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](#).

Monday at 7 p.m. (starting March 10): 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.

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. :)

Tuesday 1 p.m. - 2 p.m.: French conversation workshop

We're proud to announce that French conversation workshops for beginners will be taking place at La Farce this term!

Register here if you'd like to take part in one or more workshops this month:

4 March - 11 March - 18 March - 25 March

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

www.lafarce.ch

coordination@lafarce.ch

Rue de Carouge 98

1205 Genève