Programme de la Commission Senior+

La Commission Senior+, en collaboration avec L'EMS La Sionge, s'adresse aux personnes de 60 ans et plus et vous propose plusieurs activités pour la session d'hiver et de printemps.

Aide aux technologies: Une permanence informatique est maintenant disponible en collaboration avec un apprenti en informatique de l'école des

Arches. Appeler au numéro 079.863.89.58 et convenez d'un rendez-vous. Le jeune se déplace à votre domicile. Le tarif est de

30.- de l'heure. La première heure est payée par la commune.

Atelier de lecture : Se divertir, se cultiver et échanger.

<u>Bricolages-décorations</u>: Au fil des saisons, libérer et exprimer sa créativité.

Canapé forestier: Échanger avec les écoliers au canapé forestier des Colombettes et/ou les accompagner sur le chemin de l'école. En cas de

temps incertain contactez Valérie Chaperon au 078/832.44.32.

<u>Cartes ou jeux</u>: Le mardi de 9h45 à 11h45, les portes de l'EMS La Sionge s'ouvrent aux joueurs débutants ou expérimentés.

Chant: Chanter est une passion, venez la partager le mercredi de 9h45 à 11h15 avec les résidents du Foyer St Vincent.

<u>Cuisine</u>: Préparer des légumes le vendredi de 9h45 à 11h15 à l'EMS La Sionge.

Gym douce: Vous voulez maintenir votre forme en toute convivialité, alors rendez-vous le lundi de 9h45 à 11h15 à l'EMS La Sionge.

<u>Lotos</u>: Vous aimez jouer ou alors aider, venez à l'EMS La Sionge le dernier mercredi du mois de 14h45 à 16h30. Le carton est à fr3.-.

Messe: Une messe est célébrée à l'EMS La Sionge les jeudis de 9h45 à 11h15.

<u>Marche</u>: Va et découvre ton village et d'autres itinéraires avec visites de fermes chaque 1^{er} et 3^{ème} mardi du mois. Participation sans

inscription, rendez-vous à 14h au parking de l'école. En cas de temps incertain et afin de connaître le programme du jour,

contactez, la veille, les personnes responsables, Nicole Flury au 079/634.25.89 et Gaby Genoud au 078/892.85.36.

Patois: Vous aimez pratiquer cette langue ancestrale, appelez le service d'animation de l'EMS la Sionge au 026/916.10.21 pour

connaître les prochaines dates.

Promenade: Vous aimez les chiens mais n'en possédez pas. Contactez Corinne de CocoDog. Elle vous propose une balade accompagnée:

079/440.01.34.

<u>Tables de bistrots</u>: Vivre un moment chaleureux et sympathiser dans un restaurant du village.

Au café de la Gare les mardis et vendredis. Merci d'informer César 24h avant au 079/841.09.38. Ô Colombettes, les mercredis,

merci d'informer Maria au 079/352.17.54.

<u>Table d'hôtes</u>: Envie de se retrouver pour un moment convivial, appelez Jean-Bernard Buchs pour réserver votre table à la Rte de l'Adrey 72.

La commission senior vous propose de participer à la conception et à la réalisation d'un théâtre qui se déroulera au printemps

2025. Les répétitions débuteront en automne 2024 à la salle des lotos. Si vous avez un intérêt pour tenir un rôle, créer des

décors, pour la communication ou la mise en scène, appelez Gaby Genoud au 078/892.85.36.

Thé dansant: Jojo Musique vous fera valser à la nouvelle salle du Grenier.

Merci de vous inscrire auprès de la personne responsable de l'activité :

Valérie Chaperon : ValCLouis-Philippe Clerc : LPCFrançoise Egger : FrENicole Flury : NiFRenée Follonier : ReFGabriel Genoud : GaGMaguy Progin : MaPChristiane Schouwey :Chris

DATE	ACTIVITÉ	INSCRIPTION	DÉLAI	LIEU
8 décembre 2023	Table d'hôtes	076/532.05.55	5 décembre	Rte de l'Adrey 72
17 janvier 2024	Atelier de lecture	FrE: 079/582.53.44	16 janvier	Rte des Colombettes 236
14 février 2024	Atelier de lecture	FrE: 079/582.53.44	13 février	Rte des Colombettes 236
16 février 2024	Table d'hôtes	076/532.05.55	13 février	Rte de l'Adrey 72
07 mars 2024	Atelier déco	MaP: 079/196.73.95	05 mars	Rte des Colombettes 66
13 mars 2024	Thé dansant	ChriS: 079.262.79.03		Salle du Grenier,1 ^{er} étage du
				café de la gare de 14h à 17h.
15 mars 2024	Table d'hôtes	076/532.05.55	12 mars	Rte de l'Adrey 72
20 mars 2024	Atelier de lecture	FrE: 079/582.53.44	19 mars	Rte des Colombettes 236
19 avril 2024	Table d'hôtes	076/532.05.55	16 avril	Rte de l'Adrey 72
24 avril 2024	Atelier de lecture	FrE: 079/582.53.44	23 avril	Rte des Colombettes 236

La personne responsable de l'activité se tient à disposition pour vos déplacements (sauf pour les tables de bistrots).