

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 de printemps et d'automne avec la collaboration de l'EMS La Sionge.

Aide aux technologies : L'informatique est un souci pour vous ou vous désirez simplement vous perfectionner. Une permanence informatique est en cours de réalisation.

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

Bricolages-décorations : Au fil des saisons, libérer et exprimer sa créativité.

Café communal : Des idées, des questions, des réflexions à proposer ou simplement un moment d'échanges avec des représentants du Conseil communal.

Canapé forestier : Le 27 septembre et le 20 décembre, échanger avec les écoliers au canapé forestier des Colombettes et/ou de les accompagner sur le chemin de l'école. En cas de temps incertain contactez Valérie Chaperon au 078/832.44.32.

Cartes ou jeux : 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.

Cuisine : 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.

Lotos : 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.



Marche : Va et découvre ton village et d'autres itinéraires avec visites de chalets, de fermes, de ruchers ou des alpages de la commune. Modification de l'horaire : chaque 1^{er} et 3^{ème} mardi du mois à partir du 6 juin. 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.

**Tables de bistrots :**

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. Au Kiosque, les jeudis, merci de contacter Nadia au 079/828.68.56.

Nos remerciements à l'animatrice et au personnel du Foyer qui vous accueillent volontiers pour les activités proposées vous et votre accompagnant.e au besoin.

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

Valérie Chaperon : ValC

Louis-Philippe Clerc : LPC

Françoise Egger : FrE

Nicole Flury : NiF

Renée Follonier : ReF

Gabriel Genoud : GaG

Maguy Progin : MaP

Christiane Schouwey : ChriS

DATE	ACTIVITÉ	INSCRIPTION	DÉLAI	LIEU
16 mai 2023	Atelier de lecture	FrE : 079/582.53.44	15 mai	Rte des Colombettes 236
25 mai 2023	Canapé forestier			8h : parking Colombettes
30 mai 2023	Aide aux technologies : FAIRTIQ-prendre un ticket de transport à la borne de la gare.	LPC : 079/381.43.64	23 mai	16h : salle communale 3 ^{ème} Intervenant extérieur
6 juin 2023	Café communal	ValC : 078/832.44.32	2 février	16h : le Kisque avec Patricia Gremaud
13 juin 2023	Atelier de lecture	FrE : 079/582.53.44	12 juin	Rte des Colombettes 236
22 juin 2023	Bricolages-décorations : Vive l'été	MaP : 079/196.73.95	19 juin	Rte des Colombettes 66
24 août 2023	Bricolages-décorations : L'automne	MaP : 079/196.73.95	21 août	Rte des Colombettes 66
2-3 septembre 2023	Journées à la ferme avec présentation des métiers d'antan			Ferme du Foyer St-Vincent Rte Principale 130
12 septembre 2023	Atelier de lecture	FrE : 079/582.53.44	11 septembre	Rte des Colombettes 236
7 octobre 2023	Stand Senior+ au marché de la Bénichon			
10 octobre 2023	Atelier de lecture	FrE : 079/582.53.44	9 octobre	Rte des Colombettes 236
8 novembre 2023	Café Senior			14h Salle du Grenier 1 ^{er} Intervenant extérieur

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