

Marché / supermarchés / boutiques / pharmacies  
(Accompagnement et aide à la gestion du budget et des achats) ;  
Rendez-vous (Médecin – radiologie – dentiste – kiné –  
ophtalmologue – pédicure – hôpital – coiffeur – esthéticienne) ; Visites  
(Conjoint, famille ou amis – hôpital – maison de retraite –  
cimetière) ; Sorties détente (Restaurant / salon de thé / cinéma / ex-  
position / bibliothèque / théâtre / concert / casino) ; Prévention du  
vieillessement (Promenade pédestre / Atelier prévention des chutes /  
Atelier Mémoire / Conférences / Atelier informatique / Portage de  
livres) ; Accompagnements ponctuels (Elections / Repas des  
grands-mères / Repas des anciens / Journée club du 3<sup>ème</sup> âge)

## Le SERVICE MOBILITE est là !

Pour qui ?

*Personnes âgées et / ou en situation de handicap*

*Personnes à mobilité réduite*

*Personnes vivant seules et souvent très isolées*

*Personnes de plus en plus dépendantes*

*Personnes sans moyen d'accès aux services*

### **Plus d'informations :**

Contactez le CIAS du Bas-Chablais

Domaine de Thénières 74140 BALLAISON

04 50 85 17 57

accueil.cias@cc-baschablais.com



Programme



#### Sorties individuelles :

Les lundi, mardi et vendredi sont réservés aux rendez-vous et aux courses

*N'hésitez pas à nous contacter !*

#### Sorties collectives prévues :

- Mercredi 1er avril : Restaurant L'Imprévu à Douvaine
- Jeudi 2 avril : Restaurant L'Imprévu à Douvaine
- Mercredi 8 avril : Restaurant Le Vent des Sables à Excenevex
- Jeudi 9 avril : Restaurant Le Vent des Sables à Excenevex
- Mercredi 15 avril : Restaurant Le Chrono à Loisin
- Mercredi 22 avril : Restaurant Le Temple du Fromage à Lugrin
- Jeudi 23 avril : Restaurant Le Temple du Fromage à Lugrin
- Mercredi 29 avril : Restaurant La Tour à Boège
- Jeudi 30 avril : Restaurant La Tour à Boège
- Du 6 février au 20 avril : Séances de gym douce le vendredi de 14h30 à 15h30 à Ballaison en partenariat avec l'association Siel Bleu (45 € par trimestre)
- Du 6 février au 12 juin : Atelier prévention des chutes de 15h45 à 16h45 à Ballaison (15 €)
- Mardi 28 avril : Après-midi cinéma
- Jeudi 16 avril : Veillée contes et soupe 18h à Messery

A votre demande : visite en bibliothèques et portage de livres à domicile

#### Informations :

##### Tarifs :

7,15 € pour les déplacements sur toutes les communes du territoire du Bas-Chablais

14,25 € pour les déplacements sur d'autres communes

Pour la prise de rendez-vous :

06 08 21 79 00