

## Service Mobilité

### Programme du mois

### De février 2015

#### 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 4 février : Le Lotus à Douvaine
- Jeudi 5 février : Le Lotus à Douvaine
- Mercredi 11 février : Les Tournesols à Marclaz
- Jeudi 12 février : Les Tournesols à Marclaz
- Mercredi 18 février : Maître Kanter à Annemasse
- Jeudi 19 février : Maître Kanter à Annemasse
- Mercredi 25 février : Pizzeria de la Plage à Sciez
- Jeudi 26 février : Pizzeria de la Plage à Sciez
  
- Du 9 janvier au 20 mars : Séances de gym douce le vendredi de 15h à 16h à Ballaison en partenariat avec l'association Siel Bleu (45 € par trimestre)
- Mardi 3 février : Après-midi cinéma

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

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

