

### Sorties individuelles

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

### Sorties collectives

#### Sorties restaurant

Mercredi 3 février	Restaurant La Braco'Dîne à Bons
Jeudi 4 février	Restaurant La Braco'Dîne à Bons
Mercredi 10 février	Restaurant La Romana à Douvaine
Jeudi 11 février	Restaurant La Romana à Douvaine
Mardi 16 février	Restaurant Les P'tits Marmitons à Massongy
Jeudi 18 février	Restaurant Les P'tits Marmitons à Massongy
Mercredi 24 février	Restaurant La Ferme à Elise à Saint-Cergues
Jeudi 25 février	Restaurant La Ferme à Elise à Saint-Cergues

#### Autres sorties

Jeudi 4 février	Opéra au cinéma de Douvaine à 14h (12 €)
Mardi 9 février	Réunion bénéficiaires et goûter galette des Rois à la salle communale de Ballaison
Mercredi 17 février	Concert au Foyer du Léman à Douvaine à 15h Chansons françaises années 40/60
Mardi 23 février	Scrapbooking (participation de 10 €) à 14h

#### Gymnastique douce

Les vendredis	Groupe 1 de 14h à 15h / Groupe 2 de 15h à 16h à Ballaison en partenariat avec l'association Siel Bleu (45 € par trimestre)
---------------	--

#### Informations :

**Pour toutes annulations merci de prévenir 24h à l'avance, le cas échéant le déplacement sera facturé**

#### Tarifs :

7,30 € pour les déplacements sur toutes les communes du territoire du Bas-Chablais

14,50 € pour les déplacements sur d'autres communes

**Pour la prise de rendez-vous : 06 08 21 79 00**

# Le Service Mobilité 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

**Personnes domiciliées sur le territoire de l'intercommunalité du Bas-Chablais :**

(Anthy, Ballaison, Bons-en-Chablais, Brenthonne, Chens, Douvaine, Excenevex, Fessy, Loisin, Lully, Morgencel, Mussyongy, Messery, Nernier, Sciez, Veigy-Foncenex, Yvoire)

## Pour quoi ?

- ◆ **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 / exposition / bibliothèque / théâtre / concert / casino ;
- ◆ **Prévention du vieillissement :** 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

### 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 du verso

