

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, Margencel, Massongy, 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^{ème} âge

Plus d'informations :

Contactez le CIAS du Bas-Chablais

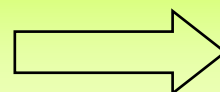
Domaine de Thénières 74140 BALLAISON

04 50 85 17 57

accueil.cias@cc-baschablais.com



Programme au verso



Sorties individuelles

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

Sorties collectives

Sorties restaurant

Mercredi 2 mars	Restaurant L'Ane Rouge à Douvaine
Jeudi 3 mars	Restaurant L'Ane Rouge à Douvaine
Mercredi 9 mars	Restaurant Les Tournesols à Marclaz
Jeudi 10 mars	Restaurant Les Tournesols à Marclaz
Mercredi 16 mars	Restaurant La Voile à Thonon (Port de Rive)
Jeudi 17 mars	Restaurant La Voile à Thonon (Port de Rive)
Mercredi 23 mars	Restaurant Le 111 à Douvaine
Jeudi 24 mars	Restaurant Le 111 à Douvaine
Mercredi 30 mars	Restaurant L'Argo à Douvaine
Jeudi 31 mars	Restaurant L'Argo à Douvaine

Autres sorties

Mardi 1er mars	Thé dansant à Loisin à 15h
Jeudi 3 mars	Opéra Ballet « Casse Noisette » de Tchaïkovski à Douvaine à 14h
Dimanche 6 mars	Repas de la Fête des Grands-Mères à Veigy
Mardi 8 mars	Exposition commentée d'Aquarelles sur les oiseaux du Léman à Messery OU Scrapbooking (participation de 10 €) à 14h
Lundi 14 mars	Courses chocolats de Pâques à Etrembières à 14h (places limitées)
Mardi 22 mars	Courses Grand Frais + Botanic Thonon (places limitées)
Jeudi 31 mars	Veillée Contes et Soupe à Messery à 18h

Gymnastique douce

Les vendredis	Groupe 1 de 14h30 à 15h30 / Groupe 2 de 15h45 à 16h45 à Ballaison en partenariat avec l'association Siel Bleu (45 € par trimestre)
---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

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