

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 5 novembre : Le Temple du Fromage à Lugrin
- Jeudi 6 novembre : Le Temple du Fromage à Lugrin
- Mercredi 12 novembre : Chez Dret à Fessy
- Jeudi 13 novembre : Chez Dret à Fessy
- Mercredi 19 novembre : L'Echo des Montagnes à Armoy
- Jeudi 20 novembre : L'Echo des Montagnes à Armoy
- Mercredi 26 novembre : Les Terrasses à Brenthonne
- Jeudi 27 novembre : Les Terrasses à Brenthonne

- Du 17 octobre au 12 décembre : Séances de gym douce le vendredi de 15h à 16h à Ballaison en partenariat avec l'association Siel Bleu (45 € par trimestre)
- Mardi 4 novembre : « Après-midi gourmand » ; découverte des saveurs du terroir à Ballaison (chez la Mère Gaud, la Framboiseraie)

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

Informations :

Tarifs :

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

13,95 € 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^{ème} 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 au verso

