

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

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

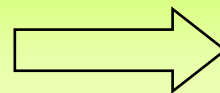
Domaine de Thénières 74140 BALLAISON

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 3 novembre	Restaurant Les Papilles à Annemasse
Jeudi 4 novembre	Restaurant Les Papilles à Annemasse
Mardi 10 novembre	Restaurant La Braco'dîne à Bons
Mercredi 12 novembre	Restaurant La Braco'dîne à Bons
Mercredi 18 novembre	Restaurant L'Echo des Montagnes à Armoy
Jeudi 19 novembre	Restaurant L'Echo des Montagnes à Armoy
Mercredi 25 novembre	Restaurant Le Lotus Bleu à Douvaine
Jeudi 26 novembre	Restaurant Le Lotus Bleu à Douvaine

Autres sorties

Date à confirmer	Marché des Producteurs à Veigy (potage offert)
Mardi 17 novembre	Chanteur à la Roselière à 15h
Mardi 24 novembre	Sortie à Grand Frais à 15h
Dimanche 29 novembre	Journée « Jeux » ouverte à tous et gratuite à la Bulle à Douvaine organisée par l'association Ludo Jeux Douvaine

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)
---------------	--

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

Informations :

Pour toutes annulations merci de prévenir 48h à l'avance, le cas échéant le déplacement sera facturé

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