

Club des Aînés de Meinier

Meinier, le 29 Novembre 2018

Bonjour à toutes et à tous,

Voici le programme et les nouveautés pour les prochains mois:

Les p'tits déj' : tous les 1ers jeudis du mois, 9 heures au local

Repas mensuels : tous les derniers mercredis du mois à 12h à la salle communale. Prix du repas 25 CHF (prévoir la monnaie). Inscription chez Jean-Claude Gremion sur le mobile au **079 508 73 77**, ou par mail **jc.gremion@icloud.com**, ou sur le site web **www.seniorsdemeinier.ch**

Afin de faciliter la tâche des cuisiniers, le dernier délai pour s'inscrire est le dimanche qui précède le repas, à 20h

19 décembre à la salle communale, Claude Roulet et sa brigade

Dimanche 20 janvier 2019 repas annuel de la commune

Marches / repas : toute l'année, tous les 2èmes mercredis du mois, par tous les temps Rdv devant la salle communale à 10h15, départ à 10h30 précises. Inscriptions c/o Pierre Diserens au **022 752 02 14** ou sur le site web **www.seniorsdemeinier.ch**

Prix du repas 30 CHF tout compris (prévoir la monnaie)

5 décembre repas au Tilleul

9 janvier repas au restaurant de l'EPI

13 février

13 mars

Les jeudis récréatifs : dès 14heures au local: jeux, tricot, goûter, lecture, détente et réflexologie

Conférences : le mardi à 14h au local

22 Janvier 2019 : La Norvège, par Jean-Jacques Béné

19 Février : Jean-Jacques Béné (titre dans la prochaine lettre)

Spectacles : La gestion des spectacles est assurée par Francine Michela, 9 Route de Covery 9, 1252 Meinier , Tel.**022 752 38 60**, ou **079 740 86 91**

31 décembre réveillon de la Saint Silvestre : le club organise une soirée pour Nouvel An, à la buvette de la salle communale. Le prix pour les membres est de 70 CHF et comprend l'apéro et le repas hors boissons (vin blanc, rouge et champagne à commander à table au prix coutant). Le menu est composé de: entrée, plat principal, fromage, dessert. L'apéro est offert par le club et le café par la mairie. Rdv à 19h30 pour l'apéro. Inscriptions jusqu'au 10 Décembre chez Jean-Claude Gremion

Divers

Gym Pylates : cours donné par Madame Carol Osorio au local tous les mardis de 10h30 à 11h, prix du cours 5 CHF par séance à payer sur place. Les personnes qui désirent participer peuvent se présenter directement au local à 10h30

Cours de Yoga : Madame Isabelle Robatti, professeure de yoga, organise des cours de yoga pour seniors, le lundi matin à 9h30 au local. Le cours dure 1h30 pour un prix de 15 CHF. Inscriptions chez Mme Robatti (**079 832 93 00**)

Marche au fil de l'eau, le long du Foron :

Roger Chavaz organise une marche au fil de l'eau le mercredi 23 janvier 2019

Rdv à 10h devant la déchetterie Route de la Repentance. Marche d'environ 1h30-2h sur un chemin pédestre sans difficulté.

Inscription chez Roger jusqu'au 18.01, en précisant avec ou sans véhicule, par téléphone, SMS ou WathsApp au **076 560 21 44** ou par mail r-chavaz@sunrise.ch

Le comité vous souhaite des belles fêtes de fin d'année

