

Club des Aînés de Meinier

Meinier, le 13 septembre 2019

Bonjour à toutes et à tous,

Voici les activités proposées pour les prochains mois:

Les p'tits déj' : tous les 1^{ers} jeudis du mois, 9h 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 auprès de Christiane Boimond au 022 752 10 34 ou par mail ch.boimond@bluewin.ch

Le dernier délai pour s'inscrire est le dimanche qui précède le repas, à 20h.

25 septembre: traditionnels filets de perche au restaurant "Les Pieds dans l'Eau" à Anthy. Rdv à 11h15 au chemin de la Repentance à côté du Tilleul, départ à 11h30 en voiture individuelle. Prix 30 Euros (prévoir la monnaie). Inscription jusqu'au vendredi 20 septembre auprès de Christiane en indiquant si vous prenez votre voiture et de combien de place vous disposez.

30 octobre: à la salle communale. Choucroute préparée par le Tilleul.

20 novembre: à la salle communale, Claude et sa brigade.

18 décembre: à la salle communale, Anne et son équipe

POUR RENFORCER ET RENOUELER LA BRIGADE DES AIDES DE CUISINE ON A BESOIN DE BÉNÉVOLES. S'ANNONCER AUPRÈS DU PRÉSIDENT PATRICE POELVERT AU 079 624 16 15

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).

9 octobre à la Renfile. Cette fois on teste une nouvelle formule: le parcours est considérablement plus long que pour les autres marches, de ce fait on fera une partie du parcours en bus (ligne B, départ de Meinier à 10h08, direction Jussy) .Le **rdv** est fixé à **9h45 précise devant la salle communale**. Le groupe des "lièvres" descendra à l'arrêt "La Loure", tandis que les "tortues" poursuivront jusqu'au terminus "Jussy Meurets". La pause *apero* se fera pour les 2 groupes à la Maison des bois. Pour le retour il faut compter environs 1h pour atteindre l'arrêt du bus qui passe à **15h48**. Pierre se charge des tickets de bus. De ce fait, au moment de l'inscription il faut préciser si on fait l'aller retour en bus, si on a un abonnement de TPG. ou si on pose une voiture à la Renfile pour le retour .

Inscription avant le mardi 8 septembre pour que Pierre puisse acheter les tickets.

13 novembre à Rouelbeau.

11 décembre au Tilleul.

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

Conférences : le mardi à 14h au local, pâtisseries et boissons bienvenues pour le traditionnel goûter après-conférence.

Mardi 17 septembre: "Bonjour mon Général" par Jean-Jacques Béné.

Mardi 15 octobre: "Animaux sauvages du Botswana et autres" par Gilbert Calame.

Mardi 12 novembre: "6ème continent" par J-J Béné.

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**.

Les billets de spectacle sont réservés aux membres du club, ceux-ci ne sont pas autorisés à passer commande pour des personnes qui ne font pas partie du club.

Dicté de Pierre : mardi 17 septembre, local des aînés.

Divers

Gym Pilates : 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 au prix de 15.- CHF. Inscriptions chez Mme Robatti (**079 832 93 00**). Ce cours est assuré jusqu'à la fin de cette année.

Marche au fil de l'eau : Le jeudi 26 septembre, le long de l'Hermance 2ème édition vu le plaisir rencontré lors de la première expédition... Rdv à 10h devant la déchetterie à côté du Tilleul, parcours de 1h30, sur un terrain présentant escaliers et racines. Prévoir des bâtons et des **bonnes chaussures de marche**. Repas à Hermance puis retour par le même chemin ou en bus jusqu'aux voitures. Délai pour l'inscription le 21.09 chez Roger en précisant avec ou sans véhicule, par téléphone, SMS ou WhatsApp au **076 560 21 44** ou par mail r-chavaz@sunrise.ch ou via le site internet des aînés.

Automnales : Les *Automnales* ouvriront leurs portes du 8 au 17 novembre prochain. Comme chaque année le club organise une sortie en car pour visiter cette grande foire genevoise. La date, 14 ou 15 novembre et l'heure du départ de Meinier n'ont pas encore été communiquées. Inscriptions c/o Christiane jusqu'à fin octobre, prix 35.-CHF. payable à l'avance c/o Gilbert pour confirmer l'inscription.

NB : Cette année le club **n'organise pas** de soirée de la St. Silvestre.



Le comité vous souhaite une bonne lecture