

PROGRAMME DES ACTIVITÉS

WWW.VIVAG.CH



Vivre ensemble à Gland

ACCUEIL SENIORS



L'Accueil seniors est un lieu d'informations, de partages et de rencontres destiné aux seniors de Gland. Sur place vous trouverez un accueil chaleureux, des informations sur les activités de l'association ainsi que des ordinateurs à votre disposition.

Nous nous réjouissons de vous y rencontrer !

Renseignements et contacts 077 492 81 14
E-mail accueilseniors.gland@gmail.com
Ouverture, mercredi matin de 9h30 à 11h30

BOURSE DES SERVICES



Profitez des compétences des habitants de Gland ou faites leur profiter des vôtres en participant à la bourse des services ! Les annonces sont consultables sur **www.vivag.ch** ou le mercredi matin de 9h30 à 11h30 à l'Accueil seniors, salle 1 de Montoly. Les services offerts peuvent être variés, accompagnements, aides, repas, compagnie, gardes, dépannages, etc.

Renseignements et inscriptions 077 492 81 14
E-mail accueiseniors.gland@gmail.com

PEINTURE SPONTANÉE



A l'atelier de peinture spontanée nous vous proposons de découvrir les couleurs d'une manière ludique afin que vous puissiez ressentir l'impact positif que celles-ci peuvent avoir. Il n'est pas nécessaire de savoir dessiner ou peindre, il suffit de laisser aller votre pinceau et votre créativité s'exprimera d'elle-même et de plus en plus.

Renseignements et contacts
Simone Angeloni 079 542 76 07
E-mail simone.angeloni@bluwin.ch

INFORMATION PERSONNALISÉE



Simone et Chantal se déplacent à domicile et vous apportent en totale discrétion les informations sur les services de la commune destinés aux seniors.

Elles se réjouissent de vous rencontrer !

Renseignements et contacts
Simone Angeloni 079 542 76 07
E-mail simone.angeloni@bluewin.ch

INTERNATIONAL COOKING CLUB



Vous aimez cuisiner?

Vous voulez partager un moment convivial ?

Alors rejoignez-nous à l'international cooking club !

Chaque participant déguste ensuite les repas
préparés en commun.

Renseignements et contacts

Sylvia Schuttel 079 683 85 75

Rose-Marie Bovon 079 759 77 44 ou rmbovon@bluewin.ch

ENGLISH SPEAKING



Do you want to have fun? To enlarge your networking?
To be more fluent in English?

Then come and join our English speaking club !

Our aim is to make something of our time in becoming
more fluent in conversational English and acquiring
new acquaintances.

Renseignements et contacts
Erika Hochreutener 079 261 20 44
E-mail erika111@bluwin.ch

LECTURE À DOMICILE



Nicole, bénévole à VIVAG, se met à disposition pour faire de la lecture à domicile aux personnes qui le souhaitent. Ce service peut aussi vous être rendu en anglais ou en allemand.

Renseignements et contacts
Nicole Piron 022 364 37 28

CINESENIOR



CINESENIOR propose, aux aînés intéressés, des soirées dédiées au cinéma. Venez discuter et échanger autour du 7ème art. Vous pourrez bénéficier de prêts et d'échanges de VHS ou de DVD ainsi que de revues et de livres spécialisés.

Renseignements et contacts
Attilio Barengo 022 364 25 91
Pierre-Alain Junod 022 364 42 80
E-mail cinesenior.gland@gmail.com

MARCHES



Venez participer à des promenades exploration d'une durée d'une heure et demie à deux heures avec Madeleine

ou à des marches randonnées d'une durée de deux heures à une journée avec Robert.

Renseignements et contacts

Madeleine Grandjean 022 364 21 70 ou georges@grandjean.ch

Robert Wüst 022 364 30 20 ou robert@doli.st

VÉLO



Avec Michel, vous pourrez pratiquer de l'exercice tout en partageant un moment convivial autour de la petite reine et en profitant des paysages de notre belle région. Les ballades ont lieu les mercredis et un jeudi sur deux, les lieux et heures de départs sont fixés en fonction du parcours.

Renseignements et contacts
Michel Porchet 022 364 38 23
E-mail mporchet@vtxnet.ch

ATELIER DU RIRE



« Le rire est le plus court chemin entre deux personnes »
(Charlot)

Venez découvrir les bienfaits du rire en groupe. Rire permet une connivence, une complicité immédiate, de nouvelles rencontres et de nouvelles amitiés. Prière d'apporter une couverture ou un tapis de sol et votre rire!

Participation 5.- CHF par atelier pour la collation

Renseignements et contacts
Marie-Ange Kister 022 364 13 64 ou 078 629 71 99
E-mail makister@bluewin.ch

INITIATION AUX BASES DE L'INFORMATIQUE



L'association **Pro-Jet à Nyon** vous propose une aide individuelle pour apprendre l'informatique. Vous serez accompagné et suivi par un jeune spécialement formé pour répondre à vos attentes.

L'association **Login à Gland** vous propose quant à elle des séances en groupe de 4 à 8 personnes. Quatre thèmes sont proposés : connaissance de l'ordinateur, Internet, messagerie et traitement de texte.

Renseignements et contacts
Rosangela Barenco 022 364 25 91
E-mail rosangela@sunrise.ch

TABLE D'HÔTES



Pro Senectute Vaud et VIVAG vous proposent de prendre un bon repas, dans une ambiance chaleureuse, autour de tables conviviales chez des bénévoles qui les organisent pour vous.

Aux Oiseaux, chez Ineke Letzer, 18, Ch. des Oiseaux, 1196 Gland
tél. 022 364 54 37. A midi, **les lundis**

A l'Auvent, chez Anne-Lise et François Monnier, 50, Grand'Rue, 1196 Gland, tél. 022 364 14 60. Une fois par mois, à midi, **les mercredis**

Chez Liliane, chez Liliane et Pierre Kister, 40, Grand'Rue, 1196 Gland, tél. 022 364 13 64. Une fois par mois, à midi, **les jeudis**

Inscriptions au moins 48 h à l'avance, contribution aux frais 15 francs.

Renseignements (par exemple pour la création de nouvelles tables, auprès de l'animatrice régionale de Pro Senectute Evelyne Roth) 022 365 77 00 E-mail evelyne.roth@vd.pro-senectute.ch

FÊTE DU 8 JUIN 2013



2^e édition de la grande fête
du printemps des seniors

Programme à venir, date à retenir !

samedi 8 juin 2013

Renseignements et contacts
Jean-Michel Bovon 022 364 24 88
E-mail jrbovon@bluwin.ch

NOS PARTENAIRES



Nous les remercions pour leurs diverses implications.



Fondation de La Côte
pour l'aide et les soins à domicile et la prévention



AGENDA VIVAG 2012



Quand?	Quoi?	Où?	De	A	Contacts
Lundi*	Marches courtes	Selon calendrier			022 364 21 70
Lundi*	Atelier du rire	Buvette de Montoly	14 h 00	~16 h 00	022 364 13 64
Lundi*	Table d'hôtes "Aux Oiseaux"	Chemin des Oiseaux 18			022 364 54 37
Lundi*	Informatique - En groupe - Login	Montoly rez-de chaussée sup.	19 h 00	21 h 00	022 361 90 25
Mardi*	International cooking club	Cuisine des Tuilières	18 h 30		022 364 24 88
Mercredi	Accueil Senior (infos et rencontres)	Salle 1 de Montoly	09 h 30	11 h 30	077 492 81 14
Mercredi	Accueil Senior (informatique)	Salle 1 de Montoly	09 h 30	11 h 30	077 492 81 14
Mercredi	Informatique - Initiation personnelle	Pro-Jet, Rte Etraz 20c, Nyon	08 h 00	12 h 00	022 364 25 91
Mercredi*	Sorties à vélo	Selon calendrier			022 364 38 23
Mercredi*	Marches longues	Selon calendrier			078 620 92 70
Mercredi*	Table d'hôtes "A l'Auvent"	Grand'Rue 50			022 364 14 60
Jeudi*	Peinture spontanée	Salle 1 de Montoly	14 h 30	16 h 30	079 542 76 07
Jeudi*	English speaking	Salle 1 de Montoly	14 h 00	16 h 00	022 364 53 46
Jeudi*	Table d'hôtes "Chez Liliane"	Grand'Rue 40			022 364 13 64
Vendredi	Informatique - Initiation personnelle	Pro-Jet, Rte Etraz 20c, Nyon	08 h 00	12 h 00	022 365 61 61

Activité sur demande *contacts par téléphone ou par email

	Information personnalisée	079 542 76 07	simone.angeloni@bluewin.ch
	Lecture à domicile	022 364 37 28	npiron34@gmail.com
	Bourse des services (Accueil)	077 492 81 14	accueilseniors.gland@gmail.com

Calendrier

Dates	Activités	Lieux	Début	Fin	Observations
NOVEMBRE					
22.11.12	6e forum VIVAG	Salle communale	17 h 00	20 h 00	Entrée libre
26.11.12	Marches courtes	Parking Collège des Tuilières	13 h 30	~15 h 30	Sur inscription
29.11.12	English speaking	A confirmer	14 h 00	16 h 00	Sur inscription
DÉCEMBRE					
03.12.12	Info Croissant	Grand'Rue 38	09 h 00	11 h 00	5.- de participation
06.12.12	Peinture spontanée	Salle 1 de Montoly	14 h 30	16 h 30	Sur inscription
10.12.12	Atelier du Rire	Montoly	14 h 00	~16 h 00	5.- de participation
10.12.12	Table d'hôtes "Aux Oiseaux"	Chemin des Oiseaux 18			Sur inscription
12.12.12	International cooking club	Collège des Tuilières	18 h 30		Inscr 2 sem avant
13.12.12	CINESENIOR	Salle 1 de Montoly	17 h 00	20 h 00	Entrée libre
13.12.12	Table d'hôtes "Chez Liliane"	Grand'Rue 40			Sur inscription
19.12.12	Table d'hôtes "A l'Auvent"	Grand'Rue 50			Sur inscription
20.12.12	Diner canadien à l'accueil	Montoly 1	11h 00	14h 00	Entrée libre

MOTS DE FIN

L'association VIVAG a des buts sociaux qui sont de développer des activités susceptibles d'améliorer la vie des personnes âgées à travers leur bien-être physique ou moral, conforter le sentiment et les activités solidaires entre les seniors et les autres classes d'âge, mettre à profit l'expérience des aînés pour participer activement à la vie de la collectivité, renforcer le sentiment d'identité glandoise et créer ou entretenir des relations efficaces avec les associations à buts similaires. VIVAG est une association sans but lucratif qui s'adresse à tous les seniors de la Commune âgés de 55 ans et plus. Les membres de VIVAG vous invitent à les rejoindre, à les solliciter ainsi qu'à exprimer vos souhaits et vos idées. Tous ceux qui peuvent et veulent prendre part aux activités ou prendre une responsabilité sont les bienvenus. Il vous appartient de faire connaître l'existence de nos activités à vos proches. Vos critiques, suggestions et projets sont accueillis avec reconnaissance et les jeunes seniors sont attendus avec impatience pour préparer notre relève.



Vivre ensemble à Gland

Raphaël Voélin, animateur à Pro Senectute Vaud

Contacts 078 612 88 49

E-mail raphael.voelin@vd.pro-senectute.ch