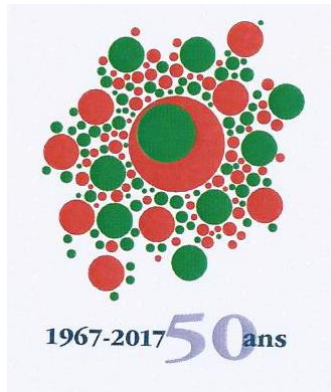


CLUB DES AÎNÉS « LE VIEUX CAROUGE »

18, boulevard des Promenades – Tél. 022 307 92 20 – Case postale 1966 – 1227 Carouge
club-des-aines-carouge@bluewin.ch - www.aines-carouge.ch



JANVIER 2019

NOUVELLES DU CLUB

Chères Amies et chers Amis,

Tout d'abord, nous vous souhaitons une très belle année 2019. Que nos vœux vous accompagnent tout au long de ces 12 prochains mois !

Quelques nouveautés à vous annoncer en ce début 2019 :

- Un troisième cours de **zumba gold** sera ouvert dès le vendredi 11 en raison du succès que cette activité remporte.
- Il en va de même pour le **yoga**. Le lundi, il y aura un cours à 9h et un autre à 10h, l'horaire de celui du jeudi restant inchangé.
- Les **repas au Club** auront désormais lieu le **mercredi** au Club au lieu du jeudi.
- Nouvelle présentation du programme par activité. Nous espérons qu'il sera plus lisible et plus pratique à consulter. N'hésitez pas à nous faire part de vos impressions !

Enfin, nous vous invitons à vous acquitter de votre **cotisation annuelle** de CHF 30.- si possible en venant la payer au Club le lundi après-midi pour éviter des frais ou en utilisant le bulletin de versement ci-joint. Nous vous en remercions d'avance.

Bien cordialement,

Votre Comité

PROGRAMME DE JANVIER

Reprise des activités

Lundi 7 janvier

Mercredi 9

09h30 Séance des responsables d'activités

Permanence au Club	14h-17h	Tous les lundis au Club
Lundi 7		Inscriptions au goûter des Rois du jeudi 10 janvier
Lundi 14		Inscriptions au repas choucroute du mercredi 16 janvier
Lundi 21		Inscriptions à la visite de l'Exposition Avicole et repas campagnard du jeudi 24 janvier

ACTIVITÉS :

Atelier du Rondeau		A la salle de quartier située au rez-de-chaussée du 48, route de Veyrier accès direct côté ouest
Peinture créative	14h-16h	Tous les mardis
Cours de dessin d'observation	16h-18h	Tous les mardis
Atelier de lecture et d'écriture	14h00	Au Club, 11 janvier : atelier d'écriture 18 janvier : atelier de lecture : Lectures gourmandes 25 janvier : atelier d'écriture
Chorale	14h30	Au Club, tous les lundis
Informatique	09h00	Tous les mercredis sur rendez-vous (par téléphone au Club le lundi après-midi précédent entre 14h et 17h au 022 307 92 20) dépannage informatique
Jeux de cartes JASS	14h30	Au Club, tous les mardis
Loto	14h30	Au Club, jeudi 31 janvier
Origami	10h00	Au Club, les vendredis 11 et 25 janvier
Pétanque	14h00	Au boulodrome, tous les mercredis
Proches aidants	18h00	Au Club lundi 14 janvier , groupe de parole et de partage (Organisation : Service des affaires sociales de la Ville de Carouge)
Repas		
Jeudi 10	15h00	Fête des Rois au Club avec nos petits voisins du jardin d'enfants. Goûter : prix : CHF 3.- Inscriptions sans faute au Club lundi 7 janvier entre 14h et 17h
Mercredi 16	12h00	Repas au Club : entrée, choucroute garnie , dessert et café. Prix : CHF 14.- pour les membres, CHF 20.- pour les non-membres, boissons comprises. Inscriptions sans faute au Club lundi 14 janvier entre 14h et 17h
Jeudi 24	12h00	Exposition avicole sur la Place de Sardaigne. Repas campagnard et visite de l'exposition. Prix : CHF 20.- sans les boissons. Inscription sans faute au Club lundi 21 janvier entre 14h et 17h

Rythmique		Au Club	
Rythmique 1	10h00	Tous les mardis	
Rythmique 2	11h00	Tous les mardis	
Scrabble	14h30	Au Club, tous les mardis	
Travaux artistiques	14h00	Au Club, tous les lundis	
Yoga		Au Club de Judo 20, avenue de la Praille, l'entrée est celle de la Piscine des Pervenches	
Yoga 1	09h00	Tous les lundis	
Yoga 2	10h00	Tous les lundis	NOUVEAU
Yoga 3	09h30	Tous les jeudis	
Zumba Gold		Au Club	
Zumba 1	19h15	Tous les mardis	
Zumba 2	12h00	Tous les vendredis	
Zumba 3	13h00	Tous les vendredis	NOUVEAU

PRÉVISIONS POUR FÉVRIER :

Mercredi 6		Goûter de la Chandeleur
Mercredi 13		Repas au Club
Lundi 25	soir	Repas des bénévoles sur invitation