

# La puce à l'oreille

## Loisirs & lieux de rencontre

### Age d'Or

Lieu de rencontre : en principe le mardi, deux fois par mois, selon le programme au Centre de Fleuri à Begnins

- Rencontres
- Marches
- Gymnastique
- Repas
- Lotos
- Jeux divers
- Conférences
- Films
- Animations musicales
- Sortie d'été

**Contact:**  
Violaine Bolay

**Adresse:**  
Chemin des Baules 34  
1268 Begnins

**Tel:**022/366.14.10

**Fax:**022/366.09.90

**Contact:**  
Violaine Bolay

### AVIVO

#### Association de défense et de détente de tous les retraités

- Rencontres, activités de loisirs, accompagnement, soutien, aide à la déclaration d'impôts.
- Lieu des permanences : Centre social régional de Nyon-Rolle

**Horaires:**

Permanences de 8h00 à 12h00 le 2ème et 4ème jeudi des mois de février, mars et avril (déclaration d'impôts)

**Contact:**  
Madeleine FOREL

**Adresse:**  
Route de St-Cergue 90  
1260 Nyon

**Tel:**022/361.15.14

**Contact:**  
Madeleine FOREL

## Club Bon Accueil Nyon

- Ouvert à tous dès 55 ans.
- Lieu de rencontre : centre paroissial de la Colombière à Nyon (sous l'église catholique).

### Horaires:

- Atelier-artisanat-bricolage : mardi de 14h00 à 17h00 - Jeux de cartes : jeudi de 14h00 à 18h00 (en attente) - Une fois par mois, une animation selon programme (en principe le 1er mardi du mois).

### Contact:

Danielle MEIER-JAUNIN

### Adresse:

Chemin Champs Soleil 4  
1195 Dully

[daniellem@bluewin.ch](mailto:daniellem@bluewin.ch)

**Tel:**021/824.24.72

**Fax:**021/824.24.73

### Contact:

Danielle MEIER-JAUNIN

## Club du Jeudi, club des aînés de Bursinel.

Rencontres et sorties ponctuelles.

### Horaires:

Fin de matinée et fin d'après-midi.

### Contact:

Claire-Lise WIDMER

### Adresse:

1295 Bursinel

[administration@bursinel.ch](mailto:administration@bursinel.ch)

**Tel:**021/824.16.24

### Contact:

Claire-Lise WIDMER

## Fleurs d'automne

- Activités de loisirs, musique, films, conférences.
- Lieu de rencontre : à la salle communale de Rolle 3 à 4 fois par année et une sortie annuelle.
- Pour les aîné(e)s habitant Rolle et environs.

### Contact:

Gérald DELAPIERRE

### Adresse:

Avenue Général Guisan 1  
1180 Rolle

**Tel:**021/825.15.78

### Contact:

Gérald DELAPIERRE

## Groupe des aînés

Lieu de convivialité et d'ouverture avec visionnement d'un film et discussion

### Horaires:

1er mardi du mois de 14h30 à 16h30 à la salle de paroisse de Céligny

### Contact:

Pasteur Marianne Weymann

### Adresse:

Le Presbystère 67, rte de Céligny  
1268 Céligny

[mweymann@protestant.ch](mailto:mweymann@protestant.ch)

**Tel:**022/776 27 51

### Contact:

Pasteur Marianne Weymann

## Groupe paroissial des aînés Soleil d'automne

Conférences, films, jeux, sorties. Lieu de rencontre : un après-midi par mois pour toutes les personnes en âge AVS et habitant dans les villages de Arnex, Avenex, Borex, Chésereux, Crassier, Eysins, Gingins, Grens, La Rippe et Signy. Voir programme au secrétariat de la paroisse de la Dôle

**Adresse:**

Paroisse de la Dôle  
1263 Crassier

[paroisseladole@bluewin.ch](mailto:paroisseladole@bluewin.ch)

**Tel:**Secrétariat : 022/367.23.50

**Contact:**

Pasteur FREYMOND : 022/367.12.09  
Pasteur Christine NICOLET :  
022/366.26.76 Pasteur Nadine GRAF  
: 022/367.17.25

**Contact:**

Pasteur FREYMOND : 022/367.12.09 Pasteur Christine NICOLET : 022/366.26.76  
Pasteur Nadine GRAF : 022/367.17.25

## Gymnastique 3e âge

### Crassier - Borex

- Gymnastique de maintien et sorties.
- Lieu de rencontre : à la grande salle de Crassier.
- Santé physique et morale.

**Horaires:**

Le lundi à 14h30,

**Contact:**

Monique JEANNERET

**Adresse:**

Grand-Rue  
1262 Eysins

**Tel:**022/362.15.09

**Contact:**

Monique JEANNERET

## Gymnastique 3e âge, Joie de Vivre

- Gymnastique de maintien et douce
- Bougez votre corps et ménagez votre coeur
- Groupe dans la bonne humeur
- Lieu de rencontre : au collège des Perreretts à Gland.

**Horaires:**

Le mercredi de 14h15 à 15h15

**Contact:**

Chantal GAUDIN

**Adresse:**

Chemin Tuilière 20  
CP 86  
1197 Prangins

[ch.gaudin@bluewin.ch](mailto:ch.gaudin@bluewin.ch)

**Tel:**022/361.45.49

**Contact:**

Chantal GAUDIN

## Gymnastique des aînés

- Gymnastique douce pour dames dès 55 ans.
- Lieu de rencontre : à la salle polyvalente.

### Horaires:

Le mardi de 17h00 à 18h00

### Contact:

Denise FARINE

### Adresse:

Chemin du Mont-Blanc 3  
1262 Eysins

Tel:022/361.55.08

### Contact:

Denise FARINE

## Gymnastique des aînés Terre Sainte

- Gymnastique de maintien.
- Lieu de rencontre : salle communale à l'Auberge de Founex.
- Le club est lié à Pro Senectute Lausanne.

### Horaires:

Les jeudi matin de 9h30 à 10h30

### Contact:

Beata BIDAVID022/776.07.87

### Adresse:

Céligny 5  
1297 Founex

### Contact:

Beata BIDAVID022/776.07.87

## Gymnastique Les Prangyms

- Gymnastique de maintien
- Gym des Aînés
- Lieu de rencontre : à la salle du conseil communal.
- Pour personnes dès 55 ans.

### Contact:

Janine DENOGENT, Présidente

### Adresse:

Janine Denogent  
Route de l'Etraz 4  
1197 Prangins

Tel:022/361.44.18

### Contact:

Janine DENOGENT, Présidente

## Gymnastique Nyon centre ville

Gymnastique, relaxation, respiration. Groupe d'aînés dès 55 ans Lieu de rencontre : à la salle de l'Union, rue de la Gare 35b, à Nyon.

### Horaires:

Le lundi de 9h00 à 10h00 « gym 60 » et de 10h30 à 11h30 « gym douce » Le jeudi de 9h30 à 10h30 « gym douce »

### Contact:

Lisette RAMEL

### Adresse:

Chemin du Vallon 6  
1260 Nyon

Tel:022/361.23.70

### Contact:

Lisette RAMEL

## Natation Nyon et Prangins

Pour personnes dès 55 ans.

**Contact:**  
Rose PANICO

**Adresse:**  
Rue des Alpes 10B  
1196 Gland

**Tel:**022/364.87.29

**Contact:**  
Rose PANICO

## Piscine Senior

Gymnastique douce dans l'eau Lieu de rencontre: mardi, de 16h. à 17h., à la piscine des Perrerets (sauf pendant les vacances scolaires).

**Contact:**  
Eliane TEMLER

**Adresse:**  
Chemin des Mésanges 8  
1267 Vich

**Tel:**022 364 34 16

**Contact:**  
Eliane TEMLER

## Pro Senectute Vaud

L'organisme apporte informations et soutien aux personnes en âge AVS ou s'en approchant, par des consultations sociales et des aides financières possibles. Action sociale et culturelle, animation, loisirs et activités sportives.

Evelyne ROTH, animatrice socio-culturelle Reçoit sur rendez-vous les : Lundi, Mardi, Jeudi et Mercredi matin. Téléphone : 022/365.77.00

Sarah DUVOISIN, assistante sociale Reçoit sur rendez-vous deux mercredi par mois. Téléphone : 021/804.98.98

**Contact:**  
Evelyne ROTH animatrice socio-culturelle

**Adresse:**  
Siège Principal à Lausanne  
Bureau régional Nyon-Rolle  
1260 Nyon

[evelyne.roth@vd.pro-senectute.ch/](mailto:evelyne.roth@vd.pro-senectute.ch)  
[sarah.duvoisin@vd.pro-senectute.ch](mailto:sarah.duvoisin@vd.pro-senectute.ch)  
[www.pro-senectute.ch](http://www.pro-senectute.ch)

**Tel:**022/365.77.00

**Fax:**022/365.77.39

**Contact:**  
Evelyne ROTH animatrice  
socio-culturelle

## Pro Senectute Vaud

### Centre de rencontre St-Martin

Repas et animation

**Horaires:**

Ouvert tous les mardis et jeudi de 9h00 à 17h00 ainsi qu'un dimanche par mois

Centre Saint-Martin, 1er étage (en dessus de la boucherie) Rue Pertemps 9, 1260 Nyon

**Contact:**

Colette BALLY

**Adresse:**

Rue Perdtemps 9  
1260 Nyon

[colette.bailly@vd.pro-senectute.ch](mailto:colette.bailly@vd.pro-senectute.ch)  
[www.vd.pro-senectute.ch](http://www.vd.pro-senectute.ch)

**Tel:**022/362.07.66

**Fax:**022/362.07.68

**Contact:**

Colette BALLY

## Soleil d'Automne

### Gym aînés

- Gymnastique de maintien.
- Lieu de rencontre à la salle communale de Perroy.

**Horaires:**

Chaque mardi de 14h30 à 15h30

**Contact:**

Anny MARTIN

**Adresse:**

Chemin des Fontaines 4  
1166 Perroy

**Tel:**021/825.32.14

**Contact:**

Anny MARTIN

## Soleil d'Automne - Arzier

- Loisirs et entraide mutuelle pour les aînés.
- Rencontres, jeux, visites, marches, voyages, conférences et ateliers.
- Lieu de rencontre à la salle du Collège du Muids et à la Colonie du Petit Sacconex à Arzier.

**Horaires:**

Rencontre le mardi de 14h à 17h. Marche le mercredi après-midi 2x fois par mois.  
Gymnastique des aînés le jeudi de 9h à 10h

**Contact:**

Méliné VINCENT

**Adresse:**

Chemin du Temps Perdu 1  
1273 Arzier

**Tel:**022/366.24.71

**Contact:**

Méliné VINCENT

## Yoga pour les aînés / Tai Chi Chuan

Cours tout en douceur, spécialement conçus pour les seniors.

**Adresse:**

Centre de Prévention de la Côte  
Rue des Marchandises 17  
1260 Nyon

**Tel:** Renseignements et inscriptions  
au 0844.04.66.44

# Index

Age d'Or .....	p. 1
AVIVO .....	p. 1
Club Bon Accueil Nyon .....	p. 2
Club du Jeudi, club des aînés de Bursinel. ....	p. 2
Fleurs d'automne .....	p. 2
Groupe des aînés .....	p. 2
Groupe paroissial des aînés Soleil d'automne .....	p. 3
Gymnastique 3e âge .....	p. 3
Gymnastique 3e âge, Joie de Vivre .....	p. 3
Gymnastique des aînés .....	p. 4
Gymnastique des aînés Terre Sainte .....	p. 4
Gymnastique Les Prangyms .....	p. 4
Gymnastique Nyon centre ville .....	p. 4
Natation Nyon et Prangins .....	p. 5
Piscine Senior .....	p. 5
Pro Senectute Vaud .....	p. 5
Pro Senectute Vaud .....	p. 6
Soleil d'Automne .....	p. 6
Soleil d'Automne - Arzier .....	p. 6
Yoga pour les aînés / Tai Chi Chuan .....	p. 7
Index .....	p. 8